

北京科大

北京科技大学校报编辑部编

北京市内部报刊准印证 第 (Z) 0164—960400

第850期

1996年4月25日

回顾友好历史 优势互补互利

我校与首钢加强全面合作

本报讯 4月11日上午,我校校长、代理党委书记杨天钧,校务委员会主任委员李静波及党委办公室主任孙铁赴首钢总公司,就我校成立校董会和进一步加强我校与首钢的全面合作等问题,同首钢总公司领导进行了十分亲切、友好、诚挚的会谈。首钢总公司总经理罗冰生,副总经理徐和谊及总工程师室副主任陈伟,人事部部长张希铭,技术中心主任金永春,教育培训中心主任丁学川,办公厅联络接待处处长宋燕丽等同志参加了会谈。

首先,杨天钧校长向首钢领导介绍了我校目前的基本情况、力争进入国家“211工程”的情况和校董会的筹备情况,并诚挚请首钢总公司参加我校校董会。李静波主任委员回顾了我校与首钢几十年来的友好合作关系,感谢多年来首钢对我校教学、科研、校产等各方面的支持,感谢在首钢为母校争得荣誉的我校校友。

罗冰生总经理代表首钢党委和

首钢总公司,对北京科技大学领导来首钢表示热烈欢迎。罗总经理认为:在首钢的发展中,北科大作出了重大贡献,北科大为首钢培养的毕业生深受各单位的欢迎,对此,首钢人衷心感谢。

罗总经理介绍说,目前首钢正在总结经验。首钢已确定今后走集约化经营的道路,在增加品种、提高质量和效益上下功夫,并把环保放在企业工作的特殊位置。因此,必须依靠科技进步,必须提高科技人员的素质,在企业内部建立推进科技进步的机制,只有这样首钢才能进一步发展。为此,首先要依靠北科大的教学和科研实力,继续发展和加强五、六十年代以来首钢与北科大的友好合作关系。首钢和北科大合作尽占天时、地利、人和,首钢有许多问题需要向北科大的老师们请教,首钢欢迎北科大的教师们随时来。

罗总经理说,今后首钢教育工作的重点将放在

成人教育和职业培训上,目的在于提高职工的整体素质。在其他人才的培养和输送方面,首钢希望得到北科大更多的支持。罗总经理表示,首钢将继续作为北科大学生的实习基地,凡是能为北科大办的事情,首钢一定全力办好。希望通过厂校合作,优势互补,使北科大成为更加著名的大学,使首钢成为更具活力的企业。

会谈中,罗总经理高兴地接受了参加北科大校董会的邀请,他说这是首钢的荣幸和义不容辞的义务,并表示首钢将力所能及地全力支持北科大办学。

这次会谈,将是我校进一步加强与首钢全面合作的新起点。

(孙铁)

本版编辑 黄新原

本报讯 为发挥奖励和激励机制在管理工作中的作用,进一步调动教师们的积极性,冶金系年内建立了本系的工作考核指标体系,从而在新的参照系下对本系教师的工作进行更深入的量化考核,使全系教师对自己的工作量有了精确具体的了解,使过去工作量不满却能在“模糊量”的

都挤到了二等一档中,这对一些工作成绩优良,骨干作用发挥突出的教师显然有欠公平,不利于他们积极性的发挥。同时由于学校下发工作量计算指标与一些专业系的实际情况有较大的距离,照校发指标计算,专业系的教师几乎所有人都超工作量,有的甚至超数倍工作量。在这种情况下,

深化基层管理体制改革

冶金系制定出本系的工作考核指标体系

考核中安然过日子的人开始坐不住了。

冶金系领导一班人之所以要建立一套新的考核指标体系,是基于本系工作的具体现实状况。近年来,学校下发的考核指标体系在一些部门越来越流于形式,尤其是业绩工资的三等奖金额不作硬性规定后,许多人无论工作业绩好坏,

下,考核势必流于形式。鉴于上述情况,冶金系领导一班人下大决心花大力气,根据本系实际,重新制定了本系考核的标准,把教学、科研等不同性质的工作计算出当量学分及系数,以此为标准,逐一核对每一教师的工作量,计算出每人的分值,并造表下发给教师本人确认签字。然后按

照个人分值确定结构工资等级,并以此作为将来聘任(或半聘)的依据。

这一举措的施行,按照冶金系领导的说法,至少还有以下5点好处,即:1.学校给冶金系的工作有了量化概念;2.系里对各教研室的工作有了量化概念;3.可查出哪些教研室和个人在超工作量而哪些是工作量不足;4.对教师的梯队建设和各教研室的人力平衡有了新的认识;5.可以衡量出教研室对系里的贡献,以及教研室之间贡献的差距。

采访中,记者还听到了系里对学校某些政策的意见和建议,这包括:现在学校对系里的考核上报情况审核不严,致使系里对此项工作大多走了过场;对业绩工资的等级掌握不严,使大多数人都吃二等的“大锅饭”;学校对基础系和专业系工作量的政策制定应该有所区别等。

(黄新原)

科大
共产党员
彩照

(付
晨光)

拳拳赤子心,涓涓报国志

——记谢建新同志

(温厚滨)

我们身边的一位共产党员

——记何淑兰同志

凡是跟何淑兰打过交道的人,都会从她身上感觉到一种军人的气质。她走起路来急急匆匆;说起话来干脆利落;办起事来雷厉风行,给人留下一种果断、干练的印象。

何淑兰86年从部队转业来到我校计算机系,现担任行政副主任职务。从部队来到学校,环境不同,业务不同,工作性质不同。俗话说,隔行如隔山。对于何淑兰来说一切都要从头学起。面对繁琐的事务,种种的困难,何淑兰从不畏惧。白天干不完,晚上干,加班加点对于何淑兰来说是经常的事,但是她从来不计报酬。为了搞好管理工作,提高工作效率,她刻苦学习计算机知识,对于年过半百又是学文科的女同志来说,的确不是一件容易的事。为了迅速掌握这门知识,她不耻下问,边学边干经常忙到深夜。现在她已经

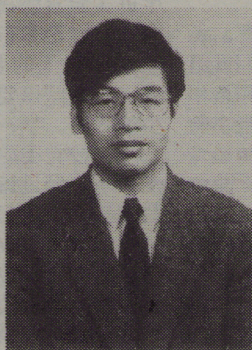
何淑兰是一个闲不住的人,又是一个热心肠的人。同志们的工资、住房、婚、丧、嫁、娶、柴、米、油、盐等大大小小的事情总是挂在她的心上。当同志们有困难的时候总是出现她的身影。例如:计算机系一位教授今年春节前因病住院需要手术,何淑兰跑前跑后多次到医院和家里看望。由于这位教授爱人长期生病,家里住房又十分紧张,何淑兰担心他出院后休息不好,就多次找有关领导如实反映情况为他解决实际问题。可是很少有人知道从小养育何老师的亲姐姐刚去逝不久,姐夫又病重住院急需照顾,自己家里的“大男大女”也急需解决住房。这样的例子举不胜举。

何淑兰就是这样一个人,别人胜过自己,默默无闻,无私奉献的普通党员。同志们有困难总是愿意找她。可以说她几乎没有一个安静的星期天和休息日,她的工作达到了满负荷。在同志们面前她总是精神抖擞、谈笑风生。而只有家里人知道她有胃病和精神衰弱,回到家经常已是精疲力尽了。

谢建新同志是去年刚从日本归国的博士,8年的留学生活为他在日本学习研究与工作打下了扎实的基础,但是他的心仍系着祖国,系着这块生养哺育他成长的土地,早在日本留学期间他就经常与我驻日使馆保持密切的联系,了解国内改革开放、经济发展的情况。深入的了解促使他更坚定了回国工作、报效祖国的决心。经多次和我校联系,去年五月便携全家放弃日本优厚的生活工作条件,来到我校任教。

38岁的谢建新教授目前是金属压力加工系深加工教研室主任,承担着繁重的教学和指导研究生的工作,以及多项科研课题,取得了可喜的成绩。在回国不到一年的时间里,他先后在国内外学术界发表和宣读论文8篇,承担了多项科研任务。尽管他留

学多年,在专业上有较深的造诣,可他总是谦虚谨慎,无论是和老教师,还是和年龄相仿的青年教师探讨问题,他总是耐心听取别人的意见,虚心聆听老教师在教学、科研工作中的意见,没有“洋博士”的架子;得到全系上下的好评。尽管国内的工作条件与国外相比相差甚远,但是他从不怨天尤人,而是积极想办法克服困难,创造条件,为拓宽金属塑性加工重点学科的领域而辛勤努力着,尽管他到学校工作时间还不长,但是他的严谨的治学态度、对学业的执着追求,以及扎实的工作精神深深



权立全员德育意识 强化德育工作作用

——先进德育工作者发言摘要（二）

重视德育工作的责任

机械工程学院 罗圣国

高等学校是培养社会主义事业建设者的重要阵地，要求所培养的学生要有良好的思想道德和文化科学素质，思想、政治和品德教育当然是学校教育的重要组成部分。国家教委制订颁布的“中国普通高等学校德育大纲”非常具体地规范了德育工作的目标、内容、原则和途径，为我们今后的工作提供了重要依据。

德育工作的重要性应该是尽人皆知的，德育目标也是有很高要求的，因此要搞好德育工作，学校除了有专门的机构和人员之外，还必须依靠各个部门和全体教职工。实际上，学校德育教育过程中，除了对学生进行系统的思想政治教育，即马克思主义理论课和思想品德课教育之外，所有的其他教育途径，如教书育人、管理育人、服务育人、日常思想工作；党团工作和学生会工作、校园文化建设和社会实践等等，都需要院、系行政管理部门和教职工的经常关注、参与和支持。

机械工程学院多年来在分党委的领导下对德育工作是比较重视的，主要表现在以下几方面：

首先，在党政联席会议上，对德育工作经常研究

讨论，每学期要求有工作计划，学期末的工作总结必须有学生工作的总结内容，主管学生思想工作的干部，要参加联席会议，对学生思想教育情况，经常汇报并提出问题，这就使学院的所有领导都能对德育工作情况有所了解，在各自主管的工作中注意尽到自己的德育工作的责任。不能把德育工作看作只是分党委和专职干部的事。

其次，要十分重视学生工作队伍的配备，并积极关心和支持他们的工作。学生辅导员和班主任是日常思想政治教育的直接组织者和协调者，没有一支认真负责的学生工作队伍，就不可能完善德育工作。在各教研室的支持下，我们动员了一切可以动员的力量，这些年始终保持了这一队伍的完整。为了便于联络和检查班主任的工作，我们除了规定有一位副院长和一位办公室干部主管班主任工作之外，还规定班主任每周必须签到登记联系的制度，以便及时沟通情况，这一作法已经坚持了10多年，效果也比较好。要充分重视教师的育人作用，因此要经常提醒教师在学中学德育，各个教育环节者作了既教书又育人，经常表彰在教学中言传身教、为人师表、受到学生欢迎的好老师，大力支持教师严格要求学生，也要敢于批评一些不负责甚至在课堂教学中散布不良影响的教师。另外，我们还充分利用我们自身的有利条件，让劳动模

范、五一劳动奖章获得者、有突出贡献的专家、全国优秀教师给学生们讲自己的成长体会，讲自己的世界观。同时积极组织教师、院领导参加一些学生的集体活动，关心学生的成长。

再其次，尽一切可能为学生活动创造必要的条件。我们多年来坚持每年为学生工作提供一定的经费，由他们自主安排。对暑假学生的社会实践提供一些资助。利用我们的社会联系，为学生的社会实践确定比较好的地点和场所等等。这些做法都受到了学生的欢迎。

作为行政主要负责人，我认为德育工作理所当然的也是自己的主要职责之一。除了前面所说的几方面之外，坚持做到遇到学生工作中的问题不推脱，不回避，及时处理；学生中的重要活动，只要有可能，就要积极参加，对学生要求见面、谈话、反映问题，一定认真对待，及时处理，不敷衍塞责；作好青年教师的工作，引导他们重视教学中的德育；对学生工作队伍中的问题，主动了解，及时解决，为他们安心工作创造条件。利用一切机会支持他们的进修、提高。

我院学生人数比较多，学生工作难度很大，这就要求我们在利用各项活动介绍学校和学院的各项工作时，鼓励学生热爱专业、努力学习、刻苦钻研、要求进步、热爱集体。这样就为培养热爱祖国，有正确的人生观、世界观、有高尚道德品质，又有良好学习和文化科学知识的人才，创造了良好的条件。

从专业思想教育入手 做好教书育人工作

冶金系铸造教研室

我们铸造教研室的老教师们在几十年的工作中认识到，作为专业教师，其任务不仅仅是上几节专业课，而是要为国家培养人。而学生毕业后能否成为受欢迎的人才，专业知识固然重要，但是思想品德和工作作风更为重要。因此，几十年来，我们一直把育人作为我们份内的工作。

要使学生有学习动力，首先必须使他们热爱自己的专业，即所谓“热爱是最好的老师”。然而，社会上对铸造专业往往存在某种偏见和不了解，认为铸造技术比较落后，工作环境恶劣，没有什么学问。受这种偏见影响。学生的专业态度往往比较消极。为此我们把专业思想教育作为对学生德育教育的突破口，并且渗透到教育的全过程，坚持四年不断线，而重点是抓好以下几个环节。

1. 新生入学教育。每年新生一入学，我们就组织教研室的老教师和新生座谈，组织新生参观实验室，使新生感受到铸造专业并不象一些人所说的“就是简单的翻砂，没有什么可学的”，而是蕴含着无限的科学奥秘。新生入学的座谈和参观已经成为我们教研室的传统做法。实践证明，这项工作对于新生一入学就树立良好的学风和班风是十分有效的。

2. 学习方法教育。学生入学后如何尽快适应大学的学习也是十分重要的，这不仅关系到教学效果，而且对学生的思想也会产生影响。如果学生入学初期抓得紧，在树立良好班风的同时解决好学习方法问题，使这个班级在低年级时就能处于领先地位，这样就会增强这个班同学的自信心和班级自豪感，这对以后的工作是十分有利的。我们每年都组织低年级学生和高年级学生座谈，让低年级学生从高年级学生那里吸取好的学习方法，同时也树立好的班风。

3. 实习教育。实习是学生们接触铸造工厂实际的主要途径。特别是第一次

实习，由于学生第一次接触工厂，而我们从教学角度考虑，第一次实习选择的又是现代化程度不高的工厂，如果思想工作跟不上，容易加重学生的消极专业思想，对以后的教学和学生的培养都是不利的。所以在实习中我们很注重把专业思想教育溶入教学内容中，具体做法是：

(1) 注意发挥校友在学生中的影响力。

(2) 如实介绍实习厂及我国铸造生产现状和与世界先进水平的差距，正确引导学生树立为改变祖国铸造工业落后面貌而学习的思想。

4. 专业课教育。我们的教师都十分重视在课堂上对学生言传身教，在传授专业知识的同时引导学生热爱专业。为帮助学生更好地了解铸造专业各个领域的现状和发展趋势，我们还专门以系列讲座形式开设了选修课《现代铸造技术》。

5. 结业教育。结业是大学教育的最后一站，也是教师对学生影响最大的环节。为了巩固专业思想教育的成果，培养学生良好的学风和个人修养，我们注意教导学生正确认识自己、正确认识社会，以适应大学毕业后的工作。每年学生进实验室前，教研室都要开一个全体会议，讨论和布置结业工作，而这其中除了业务上的要求外，思想品德的培养、组织纪律要求也是这个会议必不可少的内容。

在校党委的正确领导、冶金系积极支持下，经过铸造教研室及全体教师的共同努力，我们在教书育人方面取得了一点成绩，其中：

铸92班英语四级考试全校第二，冶金系第一名；高等数学结业考试全校第一名；这个班级连续三年获北京市优秀班集体和优秀团支部称号；他们代表我校参加北郊片高校达标比赛，为我校夺回了失去三年之久的冠军。

铸93班高等数学考试全校第一，英语四级考试全系第一，在以系为单位上课的课程中绝大多数课程考试全系第一。这个班连续两年被评为校优秀班集体和优秀团支部。

铸94班在冶金系获得五项第一：高等数学考试全系第一；平均成绩全系第一；获得奖学金人数全系第一；推优入党人数全系第一；提出入党申请的人数全系第一。此外，在我校组织的高等数学竞赛中，这个班有俩人分别获得二等奖和三等奖。

本版责任编辑 陈捷

加强德育工作 为学生健康成长服务

自动化信息工程学院

高等学校是培养社会主义事业建设者和接班人的摇篮。实现“两个根本转变”需要大批的优秀人才。德育作为人才培养的基础工作，有着极其重要的地位，我们自动化信息工程学院在实际工作中始终坚持“德育为首，学习为中心，三好为目标”的工作指导思想，取得了良好的成绩。

一、高度重视，积极投入，形成全方位的德育工作格局。

在学生基数大，思想层次差异大，日常工作量大情况下，要抓好德育工作，必须有一个清醒的认识，一套完善的措施。我们把培养学生坚定的政治信仰、正确的世界观、人生观，良好的道德品质，严谨求实的学习态度作为德育目标并切实地落实到具体工作中去。

稳定学生工作队伍是抓好德育建设的一项重要措施。我们坚持为各年级配备德才兼备，能吃苦耐劳、勇于奉献的学生辅导员。从学习、工作、生活上积极关心他们，为他们解决实际困难，使他们能全身心地投入到工作中去。

二、加强理论教育，开展社会实践，丰富课余生活，形成“三位一体”的综合德育教育体系。

在实际工作中，我们看到政治思想教育，人生观教育、道德品质教育对青年学生健康成长有着举足轻重的作用。经过这几年的反复实践，探索总结，我院建立了一个理论教育——社会实践——课余生活“三位一体”的综合德育教育体系。

课堂理论教育是对学生进行马列主义教育、人生观教育、品德教育的重要阵地，我们紧紧抓住不放。一方面引导学生认真上好“两课”，另一方面围绕业余党校和马列学习小组开展工作，学生业余党校不但要对入党积极分子进行教育，而且也要求学生党员参加，在学好理论的同时，要求学生结合理论学习进行讨论，提高，并在实际学习、工作中切实起到带头作用，促进班风学风建设，对于表现突出的学生，积极作好推优入党的工作，鼓励更多的同学向党组织靠拢。

三、抓班风、促学风、形成刻苦、勤奋的学习风气。

培养学生刻苦、严谨的学习态度，是对学生进行德育教育的一项重要内容，德育教育也应当落实到学风建设

上。学风建设必须严格要求，严格管理，我院经常就学风问题召开会议，制定措施，检查落实。

此外，为了进一步抓好学风建设，我们制订了“关于加强学风建设，开展五早活动”的决定，各年级辅导员以身作则，督促检查，对表现差的学生及时批评教育，这些措施收到了良好的效果，有力地促进了学风建设。

四、开展科技体育文化活动，促进学生全面发展。

多年来，我院十分重视学生科技活动的开展，并多方面给予大力支撑，在学院建立之初，孙一康，余达太两位教授为学生科技活动提供了一万元的经费。为更好地发挥学生科技活动组织——奥拓中心的作用，我们加强了组织建设，明确了工作目标，规范了工作内容，从而形成了良好的科技活动组织形式。各教研室还组织高年级学生参加科研工作。通过参与科技活动，使同学们锻炼了能力，增长了才干，拓宽了知识面，提高了专业知识学习的积极性。

文体活动是渗透德育工作的良好载体。开展文体活动不仅能缓解学生学习上的压力，而且能起到寓教于乐的效果，有利于提高学生的身心健康。学院成立了学生艺术团，并坚持开展“五早”活动，使得学院文体活动开展得有声有色。我院连年被评为“校体育先进集体”。95年，自动化学院分团委被评为北京市红旗团委。

五、深入学生、了解关心学生，从实过细开展德育工作。

德育工作不仅体现在理论教育、教学和文体活动上，还应体现在对学生的理解关心上。学生工作干部经常深入学生当中，了解学生情况，掌握学生思想脉搏，主动找学生谈心。关心他们的学习、生活，做学生的良师益友，使他们放下思想包袱，搞好学习。此外，各年级辅导员还建立了特困生档案，到目前为止，先后为10多名同学安排了勤工助学岗位，全院500多名本科学生，没有一名学生因生活困难而影响正常的学习。

总之，由于我们自动化学院重视和加强德育工作，取得了一定的成绩，但还存在着不足。今后，我们将继续努力，争上新台阶，争创新局面，努力把我院的德育工作和学生工作做得更好。

科技动态

科研处邢丽红报道：1996年国家自然科学基金等各项基金申请工作已全部结束，我校共申报国家自然科学基金项目117项，其中包括面上项目101项，青年基金项目13项，高技术探索项目2项，重点项目1项。同时还申报了北京市自然科学基金项目2项，中关村测试基金19项，后者已审批结束。

成教院赵世平报道：3月18日下午，我校首次与机械部东风汽车（集团）公司合办的“工业炉设计与制造高层次班”开学典礼在湖北十堰市东风公司举行。东风公司人事部和动力厂的有关领导在讲话中指出“东风公司靠人才起家，有20年的辉煌历史，但现在缺少人才，办班的目的是为了培养人才，这样，公司就会有新的希望”。成教院代表介绍了我校开展继续教育的情况和这个“高层次班”的教学计划要求。此次联合办班是我校首次跨系统、跨行业开展继续教育，标志着我校在拓宽办学领域方面又迈出了新的第一步。

跨系统、跨行业 开展继续教育， 我校成教院“不拘一格”

4月18日，值此万物复苏季节，我校第35届学生田径运动会拉开帷幕。

我校杨天钧校长及刘建平、赵续生、徐金梧、李宝林等校领导在这天的运动会主席台前就座，包头钢院副院长顾忠林及我国冶金体协副秘书长曾祥伊受邀同排就座。

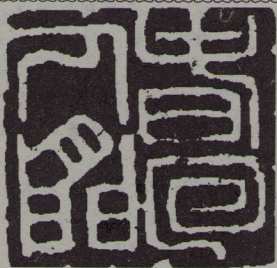
校第35届学生田径运动会上，我校学生运动员精神饱满，以昂扬气概组成方队走过主席台前，并以有18个院系参加的广播体操作为向大会的献礼。

据悉，各系在运动会上展示的广播操在受到裁判裁定后，其成绩将汇同95级班达标比赛成绩一并计入本次校运动会团体总分。

校35届田运会，法学院以265分总分获甲组男女团体总分第一名。同时产生18名先进个人。

春天的盛会

——记我校第三十五届学生田运会



春回人间

事实上，失眠引起的对心理健康的伤害，比起生理方面可能要严重的多。失眠所引起的消极心理：如情绪不稳、脾气烦躁、反应迟钝、麻木不仁等，其根本原因不是失眠本身而恰恰是不良的心理因素——对失眠的“自我暗示”。本身并不严重的失眠在心理自我暗示下显得非常焦虑和不安，失眠会越发严重，如此交替复始形成恶性循环，结果只会酿成严重的心理创伤。因此，失眠应该首先被看作是一种心理障碍而不是生理疾病。

有许多失眠者，常通过服用安眠药物来控制，甚至滥用安眠药，损害了健康，严重者甚至危及生命，可谓之“安眠药慢性自杀”。因为服用安眠药物治疗失眠，会严重影响睡眠质量，增加醒来的次数，服用越多，这一后果越严重。一般来说，安眠药物只应用于减缓因情绪、外伤和某些危险病引起的失眠，并根据医生指导加以服用，决不可滥用。

失眠作为一种心理障碍，其防治的办法应是科学地认识睡眠的功能，解除不必要的思想包袱和情绪抑郁，消除不良的自我暗示，树立入睡的充分信心，这可能

心理咨询之六

今年的国家自然科学基金

基金将落谁家

但是，建设一个文明的校园，仅靠一个支部的努力是不够的，电041团支部很清醒地意识到这一点，他们不仅自己率先倡导文明，建设文明，在《请加入我们的行列——致全校同学的一封信》中他们还致全望有更多的支部，更多的同学能够加入到这一行列中来，携手共建文明校园。

通讯员赵利晶报道：为推动后勤改革，面对改革形势，加强后勤管理，经校党委研究决定，成立“总务长办公室”，代表学校为甲方；成立“总务服务部”为乙方。日前学校召开总务处副科以上干部、党支部书记会议，党委副书记赵续生同志宣读了党委决定，同时宣布了“总务服务部”新领导班子的任命。总务长办

学分制 工作台

通讯员裴晶莹报道：95级是我校实行学分制的第一届学生，为配合学分制的顺利实施，学校有关部门决定改革学生公益劳动管理办法。新办法根据学分制下选课的差异性，把以往以班为单位统一安排劳动时间的形式改为在规定的时段内由学生自己选择劳动时间、地点及内容。新办法的实施避免了劳动时间与授课时间之间的冲突，也将为学分制下教学实践环节组织形式的改革积累经验。详细办法如下：

- 1.公益劳动主要以劳动观念教育和建校劳动为内容，由教务处、总务处、学生处、各院系等单位共同负责。
- 2.学生在入学后第一学年内必须完成35小时的公益劳动，否则将按学籍管理办法中关于课程不及格的规定处理。
- 3.公益劳动的接收和成绩评定归口由总务处负责。劳动的时间、地点、内容、小时数及所需人数须在劳动前二周公布，并办理劳动预约，由学生填写“公益劳动预约单”一式二份（接收单位、学生各一份）。

新学生公益劳动办法开始试行

比任何安眠药更加可靠和有效。这里为您提供一些建议和克服失眠的几种指导方法，供您参考。

放松情绪，消除对失眠的恐惧感。失眠本来就是由于过度紧张或兴奋所致，如果再紧张焦虑，心理包袱沉重，岂不火上加油，越发严重吗？尤其是由于特殊事件引起的失眠或偶尔失眠者，更不必有所顾虑，否则会加重或持久。既使得了失眠症，也必须正视现实，积极调整，不要过分担忧和恐惧，因为这比失眠本身的危害更大。

改善睡眠，养成良好习惯。我国宋代蔡季通在《睡诀》中说“睡侧而屈，觉正而伸，早晚以时，先睡心，后睡眼。”这里强调先睡心就是说入睡前精神放松，情绪安宁，很自然的就能闭眼入睡。要选择一种适合自己的睡眠姿势，使全身肌肉放松，做到“面带笑意，全身放松”这种舒适感会让您尽早进入梦乡。同时，要注意建立有规律的作息和良好的习惯。如坚持早起跑步、打太极拳，晚饭后的散步等锻炼；上床后不要想第二天的事或回忆不愉快的事，睡前不要与人争论或讨论学习、工作、生活中难解之题，否则导致兴奋而不宜入睡。

校重新部署后勤机构 「总务长办公室」 开始挂牌

办公室主任由刘凯兼任，吉广平、刘锡邦、李德荣任副主任；涂纪明任总务服务部副主任，张文平和张永生任副主任。会上，杨天钧校长、李宝林副校长分别对总务处的前一段工作给予了充分肯定，并指出了后勤面临的艰巨任务。因此，他们希望新班子能够团结一致，使总务工作再上一个新的台阶。

4.各接收单位要对学生进行劳动教育和安全教育。要确保有足够的劳动量，准备好劳动工具，做好技术指导和验收工作，填写“公益劳动成绩登记表”。

5.对不按预约时间劳动的学生，除对其进行教育外，接收单位负责人有权增加该学生的劳动时间（每次可增加2小时，累计不超过35小时）。

6.每学年结束时，接收单位应向学生工作处提供在劳动中表现突出的学生的名单，作为学生“评定评选”和评审奖学金的依据之一。

7.完成公益劳动的学生，应及时做好“公益劳动总结”，并交到总务处。总务处进行劳动成绩评定后，将《学生公益劳动手册》分送学生所在院系，各院系教务人员将合格的存入学生学习成绩档案，作为毕业分配、颁发学位证书的依据之一；通知不合格的学生取回手册继续参加公益劳动。

8.本办法从颁布之日起实施，原《学生公益劳动管理办法》同时废止。

9.本办法由教务处、学生工作处及总务处负责解释。

连续六年获先进 我校环保工作

本报讯 我校的环保工作，在校党委校行政的领导下，在全校师生员工的支持下，基本完成了“校《八五污染治理规划》的各项任务，并在环保宣传教育，环境管理等方面都取得一定成绩，连续6年获海淀区政府和区环委会的先进单位。

我们充分利用各种宣传媒介开展了多层次别开生面的活动，组织全校校报评比，5次出板报近200块；组织答题和知识赛5次，万余人（次）参加；组织小学生漫画、作文评选活动2次；还在全国冶金系统学术会及全国公开发表了近10篇论文。

在管理工作中，大胆立法，为加大执法的力度，对校内污染源严格执行“校环保条例”，实行经济处罚和教育管理相结合的办法，为控制污染源排放浓度，我们一直坚持现场观测达2000余次，对违章和重犯者进行通报和罚款数十次。对群众生活的污染源调查处理了200多件（次），令其迁、治、停等10多项（件），还完成了市有关部门要求的报告、调查报表数十次，调查了近2000余参数。

严格执行“三同时”制度，控制新污染源产生，5年来调查审批了10项申报及若干项补报手续。

环境监测是环境管理和污染源治理的科学依据，5年来一直坚持了小型的监测，如对噪声、放射强度、电磁辐射、大气中有害物质进行了监测获4000个数据，为管理和治理提供科学依据。

“八五”期间完成规划中规定的大小项目21项，其中修缮用的电刨噪声治理是海淀区1990年为全区办好十件实事之一。在有关部门的努力下，使用了万余元材料费，使环境噪声中原来的74~54分贝降到54~45分贝，受到了人大代表和区环保局和周围群众的好评。

“九五”期间我们仍将继续贯彻八项制度，以防为主、防治结合。坚持谁污染谁治理的原则，重点抓大气污染，并与日常管理结合，严格控制污染排放浓度，加大执法的力度，使人治逐步走向法治，为“九五”的环保目标而努力！

（沈朴）

记者吕立民报道：4月22日，正值北京科技大学建校44周年之际，历经4年的酝酿与筹划，耗资逾10万元的北京科技大学学生艺术团正式成立。

学生艺术团由铁流剧社、舞蹈队、辩论队、合唱团、军乐团、民乐团、轻音乐团组成，以促进人才成长，丰富、活跃大学生业余生活，培养、提高学生的文化素养和艺术修养为宗旨，将根据广大学生的特点，开展健康有益、丰富多彩的文体活动，努力为广大同学服务。

在我国实际‘两个根本转变’的时期，教育面临着提高人才培养质量的任务，要培养出能够适应21世纪社会发展的高层次人才，在今天的大校园里，就要全面贯彻党在新时期的教育方针，既要引导广大学生掌握精深专业知识，又要努力创造条件，不断提高大学生鉴赏美、创造美的能力，从而有力地配合人文教育，提高大学生的综合素质，从这个意义上讲，学生艺术团的成立是时代的需要，是丰富大学生精神世界的可行之路。

灿烂蓝图 终有望 重塑文明 再当先

（刘瑞明报道）4月23日上午，电041团支部在校十字路口举行了别开生面的校园文明宣传足，并赢得了广大师生的好评。

实施素质教育 丰富精神世界 北京科技大学学生艺术团正式成立

杂谈「必有重谢」

机九三吕立民

但凡对生活稍作留意的人都不难发现，无论是上电视、登报刊，还是街头路边，几乎所有的“寻人启事”、“寻物启事”都不可缺少地以“必有重谢”结尾，或语气诚恳，或干脆明码实价，形式不一而足。

与之相对，近日在9高接道口发现这样一则“认领启事”，内容如下：今拾到黑边金丝眼镜一副，望失主带广告费2元，保管费3元前来认领。9高—X室。”笔者日后向该宿舍同学询问眼镜是否有人认领，是否真的收了钱？同学却笑曰：“闹着玩呢，不会要那钱的！”我听罢长吁了一口气，心情却并未轻松下来，毕竟在校园已出现了这样的“认领启事”，毕竟现实中不乏假戏真唱或直接拾为己有的事例呀！

亲人失散，财物遗落，失主自然是心急如焚，作此许诺，无非是期盼亲人尽早团聚，失物尽早寻回，那么对助人者表达一点谢意也无可厚非。然而这种形式对人们却有着一种潜在的、不好的影响。本来，同情是道德的基础，面对他人的不幸，同情产生于对这一事实的体

随感篇

悟，是这种体悟与人的天性中非功利冲动相结合的产物，它意味着自我与他人的命运共鸣，能够由人及我，推己及人，但近年盛行以经济简化生活，一些人把一切推向市场的鼓吹加上许多人追风逐潮的浅薄习性，致使市场交易关系遮蔽了人作为人所发生的一切关系，于是便有了面对濒临绝境者先讲价钱，钱少不救，无钱更不救的道德尴尬。为此，那助人者是“有私”还是“无私”则另当别论。勿庸讳言，有些人见到如此的启事，首先想到的不是失主的焦虑与期盼，而是那撩人心弦的“重谢”，设想自己能帮失主一把，不是因“我要真心帮你”，却是为那令人垂涎的“重谢”。造成这种不好的事实，那些随意许诺“必有重谢”的失主难道不该承担部分责任吗？

我们的社会需要建立健康的人际关系，需要确立高尚的道德原则。让我们把物质上的“重谢”融为心底的一份感激，一份浓情，其实大家都是亲人，陷入困境，你完全可以欣然接受他人的帮助，他人求援，只要你能主动地奉献爱心，那么在社会这个大家庭中，每个人在困境中就不致孤立无援，在情感上就不致无家可归，而这也正是生活馈赠给我们的最为珍贵的“重谢”！

花 落 花 开

●文竹

走过的人生
如春光 如夏景
剪裁成稀索的枝丫
在秋风的清寒中
品味枝繁叶茂的记忆
十六岁的花季
早已在朦胧中零落
被恋的故事
也在莫名的烦恼中
飘向无语的结局
梦儿一个接一个地醒来了
心儿也在现实的无奈中
试着品味孤独
学着安慰自己
冬总是要来的或许飘雪的日子
有着另一番美的深意
当风儿刮起时
你是否也嗅到一丝春的气息
从遥远的远方飘来
从古老的记忆飘来
是啊 常开的花儿
固然少了葬花的悲凄
可不变的风景

是否也少了崭新的魅力
花季零落了
果子会飘逸清香
种子会成熟梦想
故事飘远了
有更美的结局呼唤岁月
只要心儿不老
花开是景
对白云 对蓝天
只要血液不冷
花落是情
对河流 对大地
人生四季
无论阴晴雨雪
都是美的景
都有真的情
热爱生活吧
永远年轻 不再是梦

春 意

●金物95 王胜

撑一把绿伞
漫步雨中
让春意飘进
我的灵魂深入
思绪拂过
南国的温热

地平线

●物流九五 周宁利

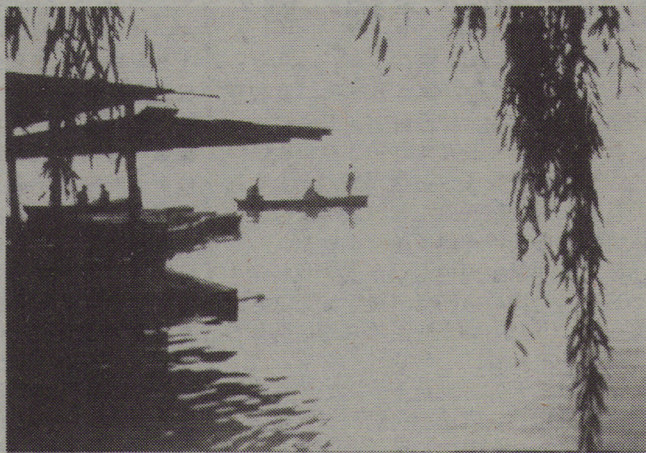
清晨，推开窗户，那染红的地平线一下引起我的惊喜——一条穹庐的始发线，像被涂上了金灿灿的色彩，像一团火，要燃尽整个大海。像一只鹿，要横越整个天空。那耀眼的金光燃起我的热情。

浪淘沙近

宋·宋祁

少年不管流光如箭，因循不觉韶光换。花满酒满。扁舟欲解垂杨岸。尚同欢宴，日斜歌阁将分散。倚兰桡，望水远，天远，人远。

●计95.2 孙冬煦



人生畅想

漫谈个人与社会

●自动化94 刘瑞明

“移民间的慈爱，彼此间的友谊，和互相帮助，犹如人的身体，人的一个器官患病，则会全身不安和发烧。”这是埃及穆斯塔法在《布哈里圣训实录精华》中记录的圣人的话，它道出了人与人、人与社会之间应保持的一种正确的关系。

人是社会的人，个人实无独立的存在。人所赖以生存的衣食居室，乃至所受的教育，都取之于社会，可以设想，如果将个人受于社会者尽皆剥落，个人将变成几乎一无所有。个人其实是依赖了社会才能生存、才能成长的。个人同时又是构成社会的基本因子，社会是无数个体的有机组合，没有个人，也就无所谓社会。个人与社会，应该是统一的、和谐的。

社会一切的幸福文明，都是由个人创造的，个人有权享受，也应当享受。从这一点上来说，个人的意志与追求是值得尊敬的。个人的生命是短暂的，唯有社会才是永恒的，它是个人生命的总寿命，它在个人死后仍延续着、拓展着他的影响和价值，社会是个人与他人、已然和未然之间忠实的媒介，它是为了回报个人而存在而发展的，社会的组织和秩序，同样是值得尊敬的。个人在执行意志满足欲望的过

程中，必然会与他人的意志和需求发生抵触，这就涉及到一个取舍进退问题。唯一正确的判断标准，在于众多利益之间的关系，在于是否合义，利于群者即谓义，利己而害于群者谓之不义。义与利皆存于人的本性之中，上者谓义，下者为利。

个人与社会之间关系正确与否，关键在于看两者之间能否相互促进达到一种和谐境界。从这一点上来说，本义上的个人主义是非常可贵的，它使人不断使自己完善，竭力发挥全部潜能，以实现个人价值，进而为他人、为社会创造出更多的价值。个人主义是人的本性的一种反映，它调谐着个人与社会的关系。个人主义不同于利己主义，个人主义是有益的，在某种程度上它相类于他人主义，而利己主义是以个人利益为出发点，不尊重他人和社会，是极其有害应当坚决摒弃的。

怎样才能找到个人与社会的最佳结合点呢？加入集体、走进社会吧，它们任何时候都会提高你，并且使你站得更稳。其根本的途径，正如马克思所说，“不断追求人类的幸福和我们自身的完美”。只有个人和社会真正完美地结合，个人才能创造出沉甸甸的人生价值，社会的画卷也才会有生动的图景。



沙漏上留下深深浅浅，歪歪扭扭的脚印，潮湿的空气和着汗珠，鞋子已被扑上岸的海水浸透，脚丫在沙粒中窜动着……而所有的一切又似乎都不曾发生，心中只装满了那一幅圣人的杰作——水天相接的地平线，充盈着燃烧的炽热，那火球依靠着地平线的牵引奋力逃脱海水的淹没，它竭力爬上那条分明的地平线，去描绘自己的轨迹……噢！地平线——太阳的起跑线！

我汗流满面，头发被海风吹得蓬乱，我轻快的脚步沉重起来，我进一步，它退一步，离我依旧那么似近犹远。怀着怒气，我开始沮丧。我抛弃了那份狂热。我不再喜欢那燃烧的色彩，走进平淡无奇的生活。跌倒了，我默默地爬起来，不去想是谁给了我一份痛楚，不去想今后的路又如何去走，我只是觉得，不值得。难耐的空寂开始充斥我的生活，有时死一般的沉静让我窒息，压抑的心几乎要破裂。我已感到只剩下了一颗空空的躯体，我已感到一个木偶，别人让我哭我便泣不成声，他们让我笑，我就乐不可支。难

能再缺少了你！我要和太阳一起靠近你，站在新的起跑线上，去点燃自己的热情！我终于，在那朝霞四散的時刻，我登上了山巅。啊！我被眼前的一切惊呆了：那不就被自己寻寻觅觅的地平线吗？噢！久违了，地平线！我真懂得你的价值，你的热情时刻召唤着那些曾失落流浪者，你的期待时刻激起将要昏睡的弱者。我再也不想离开你了。

你就是我的希望，点燃了我的心灯，是你告诉我跌倒后的奋进会有更丰的收获，轻易地放弃，将会付出更惨痛的代价！我深深体会到，生活中不能缺少了你！我要和太阳一起靠近你，站在新的起跑线上，去点燃自己的热情！

百兽选举

●寅虎

百兽之王是虎，但那是过去的事，如今讲民主，每种兽都有选举权与被选举权，当然，是年满若干岁的才行。

于是，百兽进行“全民大选”活动，选举百兽之王。老虎想，反正自己必选上无疑，为了体现自己大度，就不投自己的票。那野驴优势最少，狮啊、豹啊有一定竞争实力，就不投它们的票而投野驴一票吧，这样，既不增加狮、豹的得票率，又能安慰（其实是嘲弄）一下野驴。

狮子想，决不能投虎的票，也不能投豹的票，否则于己不利，那就投最不起眼的动物的票吧，对，投野驴一票。

野驴想，所有的兽，就自己最愚蠢、最无能，一定没有谁投一票，自己未免太可怜了。这样吧，投自己一票，反正无记名形式投票，谁也不知道。

百兽各有各的算盘，最后投票结果是：野驴以满票被选举为百兽之王。

说“才能”

●万向勇

一提起“才能”这个词，就不由想起鲁迅笔下的孔乙己向酒店伙计显示“回”字的四种写法时的情景。以稀奇古怪且没有什么用的东西来标榜自己的才能，以别人不懂而自己懂来显示自己的伟大。孰不知，你在这方面钻的越深就离真理越远。

毛主席在《反对党八股》中曾批判过这一点，说它用在宣传上，则完全是糊弄人民群众，完全不让人民群众看，是哗众取宠。我们就更没必要钻研它，甚至以其为荣了。我这儿说的不单包括这文字与文学上，还有生活上的各方各面。

不过还要就事论事，也许现在再有人钻研“回”字的四种写法就不可笑了。如一些文字研究者，这恰恰又是他们的事业。

那么什么是真正的才能呢？有这么一种解释，说才能是有创造性活动的的能力。我想用通俗一点的话说，才能就是那些对你的事业有所帮助，或能使你越来越接近你的目标的东西。除此之外，知道也可，不知也罢，可千万别吹牛。



本版编辑 黄新原