

职业教育

华东地区优秀期刊
职业类青春时尚杂志

GROWTH 成长

NO. 112
2016/02
RMB:6.00

番茄工作法，
你会用吗

写工作报告的
小诀窍

“国剧女王”
孙俪：

把自己活成奋斗史

拖延症，
怎么破

风动潮涌，
让梦想在这里起航

——宁波甬江职高涌动传媒教学团队建设实录

ISSN 2095-4530



邮发代号 32-216 定价 6.00 元

CONTENTS

2

月上

2016年第4期

总第112期

封面故事 COVER STORY

“国剧女王”孙俪： 把自己活成奋斗史

她在剧里演绎一个女人辛酸、坎坷的成长史，在现实生活中她经历了单亲家庭、情感受挫、与母亲相依为命、为赵薇伴舞、10年内身价暴涨……如今一切的光辉与成绩的背后，更像是孙俪把自己活成女王的奋斗史。

P12

学·成长技能

P6

小常识

咖啡来袭

P7

超级团队

风动潮涌，让梦想在这里起航

——宁波甬江职高涌动传媒教学团队建设实录

P36

心理课堂

乾坤大挪移“拖延症”

P38

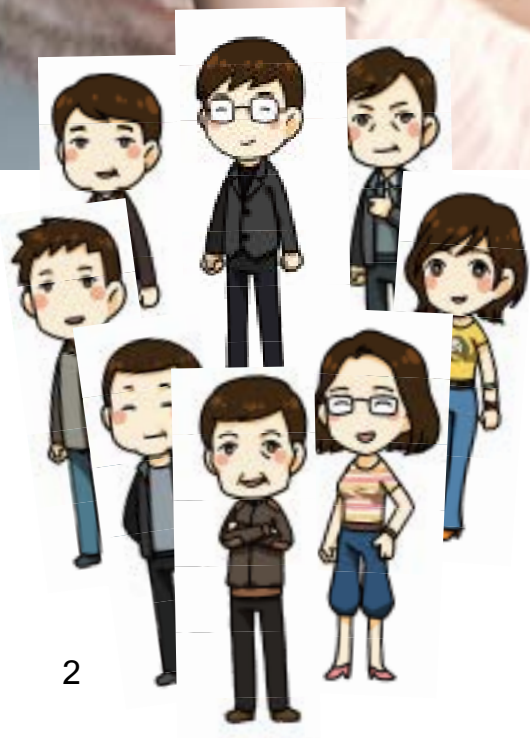
麻辣课堂

毛毛虫效应 等

P45

Freshman

拖延症，怎么破



知·职场百态

- P20** 玩转职场
番茄工作法，你会用吗
- P23** 写工作报告的小诀窍
- P41** 创业天地
帅小伙创立了“360 外语培训”品牌
- P44** 爆·新政
房客和房东的那些事儿
- P56** 点金石
点金秘籍，五大绝招修炼工作态度

树·天下视角

- P28** 不一样的国学
疯了的天王
——洪秀全
- P29** 原创空间
凤栖梧 六
- P40** 评·视点
“为掏鸟窝事件叫屈”
呼唤崇法尊法意识 等
- P48** 看世界
迷航记 关于拯救与回忆的终章
- P54** E·时代
智能，来源于生活
- P62** 资讯天地
影事 等



CONTENTS

2

月上

2016年第4期

总第112期

感·酸酸甜甜

P25

人生百味

爱的空心石
一片温暖的海洋

P33

恋恋不忘

爱情，请你等等我

P52

特别策划

职高学生诗词欣赏

P59

乐生活

海囧

——热带海岛“软野外”探险记（下）

P64

丢爷看电影

尊重

——评电影《触不可及》《深海长眠》



《职业教育》
杂志社官方微信