

# 徒弟年终总结 师傅带徒弟心得体会师傅带徒弟工作总结(通用9篇)

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 徒弟年终总结 师傅带徒弟心得体会师傅带徒弟工作总结篇一

“师徒结对”是促进新教师少走弯路，尽快成长的一项有益的活动。我们中心学校组织的师徒结对活动，使我获益匪浅，教师们的“传、帮、带”加速了年轻教师的快速成长。

### 一、结合教师的原有水平，制订师徒计划

每个老师都有自己的特长、优势，也各有需要提高的地方，于是我认真分析三位老师的优缺点，对于她们好的地方，提出来一起学习，对于不足的地方，帮助其改正，使其在原有的基础上能够得到一定的发展、进步。最后根据这些，制订出了本学期的师徒结对计划，并根据计划开展一系列的活动。

### 二、虚心学习，努力提高自身素质

虽然我是师傅，但“三人行、必有我师焉”，很多地方还是需要虚心学习的。所以，本学期我把提高自身素质作为我本学期的工作目标之一。首先，我经常向其他教师请教，努力使自己在课堂教学等方面有进一步的提高。其次，在其他老师上公开课时，我总是尽量安排出一定的时间前去听课学习，并仔细记录、认真评课，使自己在评课方面有一定进步。再次，在平时的休息时间里，我经常寻找有关资料、多看相关书籍，使自己的专业理论也有一定的提高。

### 三、做好示范，做好指导，共同提高

在这个学期里，我把每一节课都当成示范课，充分准备，不管是教具、教学过程都会精心设计，尽量把最好的方面展示给徒弟们。在指导徒弟们时，我经常让她们阐述备课的构思，所以她们备课时会特别注意围绕授课目标安排教学活动。我一旦发现她们教学设计有问题就会帮助她及时改正，从而使她的备课水平有了提高。指导她们上汇报课或公开课时，我尽力帮她分析透教材，设计出科学合理的教学环节，精心设计有层次有弹性的作业，并指导她多次试教，尽量把优秀的教学活动汇报出来，以提高教育教学水平。另外，通过听课、评课帮助她发现一些自己难以注意到的问题，及时改正。我给她们评课时，会反馈很多她们自己没有意识到的优点和缺点。比如她们上课时和学生互动、小组讨论、关注全体学生等比较好等优点我都给予肯定；对她们的缺点如重点难点知识的不够突出、课堂上缺少激情，评价语言较少，整堂课时间分配得不够科学等，我都直言不讳地给她们指出来。每次她们都能乐意接受，并虚心改正。

通过一个学期的师徒结对活动，我感到这两位老师非常好学、比较有潜力，她们不但向我学习，还虚心向其他年级、其他学生的教师学习取经，并且利用业余时间和休息时间进行业务进修，她们教育教学水平有了明显的提高，我真为她们感到高兴。

青年教师都有充沛的精力，有好学的热情，有丰富的知识，有创新的能力。而我们作为师傅应该乐意把自己的一切毫无保留地传授给徒弟，带徒弟的过程中也能不断完善自己，取人之长，补己之短。今后我们还将共同经历学习、成长、成熟的专业化成长过程，相信我们在今后的活动中会获得双赢，让师徒结对走向共生。

## 徒弟年终总结 师傅带徒弟心得体会师傅带徒弟工作总结篇二

时光如梭，转眼间师徒结对快一年了。这一年我有幸与在教育教学方面非常优秀的语文教师——靳老师结为师徒。在此，感谢学校为我们提供“拜师结对”这样一个极好的学习机会，感谢靳老师一直以来给予我的引导和帮助。

学校组织了拜师结对的活动的，使我在教学上有了引路人，帮助我逐渐走出迷茫、困惑的境地。我的师傅工作热情很高，认真细致踏实，她及时地在思想认识予以我以引导，使我尽快地以较好的状态投入到教学活动中去；同时也晓我以理，帮助我顺利开展教学活动。作为徒弟，我成为了师徒结对活动的一名受益者。师徒结对的一种基本活动形式就是互相听课评课。

1、就我个人而言，常去听课是一种很大的收获，也是一种享受。靳老师的课最大的特点就是教学语言极富亲和力，教学节奏明快，教学活动有序，真正的做到了让学生在快乐的学习氛围中学习，将教学与情感教育结合在一起。刚步入工作岗位的我，对于教学环节的设计，教学重难点的把握，学生在学习时最常遇到的问题，应该选择哪些题目，课后应该有怎么样的补充等等，都有很多疑惑。在听课中，我及时记录靳老师的教学的闪光点和自己对于某个知识点教法的感想，不断反思自己的教学，包括教学语言、教学进度、知识重难点的突破、例题的精选精练、课堂容量以及节奏的轻重缓急等等。听同轨班级的课也能帮助我了解学生对知识的实际掌握情况，以便及时调整授课难度。总之，听课为我的备课与教学起到了导航的作用。

语、一句评价语，我可能觉得可以采用，但不知效果会怎样，但师傅可以从听讲人的角度体会到，评课时就会反馈给我，从而起到了肯定或否定的效果，让我以后可以有意识地进行调整。这学期在师傅的指导下我执教了教研课《小池塘》、

汇报课《大松树和小松鼠》、品德与生活《小手拉小手》，每一次和师傅一起磨课的过程都切身体会到“痛并快乐着”。

同时，我对教学中存在的疑难问题也经常向师傅请教，并得到了及时帮助。在师徒结对活动中，我接受她对上课、备课、作业批改等方面的检查和指导。同时，师傅还指导我随时记录下自己的零星感想，整理成教学随笔、教学反思，为今后撰写论文积累了好材料。

最后我再次感谢学校为我提供了这样一个机会，一个成长的平台。对于稚嫩的我来说，教师这个职业既是一种机遇又是一种挑战，要让学生有一碗水，老师自己一定要成为一条奔流不止的小溪，因而，只有虚心的向师傅学习、不断为自己充电，提高自身的素质，才能成为一名优秀的语文教师。向着优秀，不断前行！

## **徒弟年终总结 师傅带徒弟心得体会师傅带徒弟工作总结篇三**

- 1、指导教师应根据自己的专业特长，在学期初制定指导计划，期末做好指导总结，使被指导的教师在教育教学业务上每一学期都有所提高。
- 2、帮助被指导教师研究教材、教法，帮助他们解决教材的难点，突破教学难点，解决教学中遇到的困惑。
- 3、对被指导教师进行备课、上课、辅导、作业布置批改等教学“六认真”等常规予以精心指导、检查、督改；指导新教师抓好实践、实验等教学，帮助新教师尽快熟悉实验教学，提高动手能力。
- 4、每周听被指导教师1-2节课，每周指导、审查被指导教师教案1-2次，检查被指导教师作业处理情况1-2次。

5、帮助被指导教师上好每节课，对新教师的第一堂课要精心指导，第一周课要每堂指导，跟踪听课，对合格课、汇报课要精心指导，指导其做好课前准备和课后小结反思。

6、指导被指导教师撰写教育教学经验、教育科研论文，指导被指导教师进行教师基本功训练和教育科学研究。每月检查被指导教师基本功训练情况一次。

7、每期末对被指导教师进行常规鉴定，肯定成绩，指出不足，提出中肯建议或改进意见。其实，老教师和新教师更多时候是一个互相学习，取长补短，共同进步的一个过程，在新教师身上有青年的朝气与活力，有埋头苦干、踏实进取的精神。相信，只要大家一起努力，暨华中学的教水水平会迈上一个有一个的新台阶。

在这个学期里，鞠洪艳老师依然是我的师傅。回顾这一个学期，可谓是酸甜苦辣，我是师徒结对的受益者，因为在师傅和其他老师们的关爱下，我在渐渐成长、成熟、坚毅！

鞠老师在职业道德、教学方法、管理学生方面都毫不保留地给了我许多的指导和帮助，真正发挥了“传、帮、带”的作用，使我在各方面有了很大的提高。

的热情带动学生的积极性。鞠老师对待听写，作业等都一丝不苟，她都要求我们尽快批改，及时反馈，有这样严谨的师傅，我这个做徒弟的也不敢有丝毫的懈怠。师傅把自己购买的一些书或者觉得特别好的书籍推荐给我们，我们各自挑选自己需要的`一本书进行阅读，读完后相互交换，并写出自己的读书体会，以此营造一个良好的读书学习的氛围。

鞠老师经常听我的课，每次她总是先给我最大程度的肯定和鼓励，同时也坦诚的指出我的不足，并且帮助我找出弥补和解决的办法，让我少走了不少弯路。并且我在她的指导下各方面都有了一定的进步，对教育教学工作有了一定的信心。

学校组织的“师徒结对”活动，对我受益匪浅，我更深知自己的责任，现在又是一个起点，以后的教学过程中仍然会有陌生的事情发生，所以今后我要更加主动地、虚心地向师傅多学习，多请教，努力工作，积极创新，多听听师父的课，在师父的“传、帮、带”下，茁壮成长！

## 徒弟年终总结 师傅带徒弟心得体会师傅带徒弟工作总结篇四

于湖波 班主任师徒结对徒弟工作总结班主任工作是一门艺术，一门值得研究的学问，因为班主任工作是做人的思想工作。本学期我担任六（1）班的班主任，自从我接手这个班后，我就抱着这样一个信念：以六（1）班为家，尽我最大的努力带好这个班。但我深知，要管理好一个班级并非易事，特别是对我这样一个没有任何做班主任经验的教师来说。班主任工作是相当花时间的，但仅凭我个人花时间是不一定能很快奏效的。

所以，开学初，我只有多摸索，一方面我认真学习研究，另一方面我向其他班主任学习。班主任工作，千头万绪，怎样选拔班干部？学生犯错误了怎样教育他？学生遇挫折了，班主任怎样与他谈心？怎样加强与学生的沟通？班里事无巨细，样样都得让你操心，从课堂纪律到作业情况，从迟到早退到卫生工作……正在我求知若渴的时候，学校进行师徒结对的活动的，非常荣幸，我与赵娜娜老师结成师徒关系。赵老师是一位在教学及德育工作方面有着丰富经验的好老师。自从有了师傅，我的心里适乎有颗定心丸，对自己的工作信心增强了。

在日常工作中我虚心向赵老师请教。在指导我教育学生过程中，赵老师告诉我要注意这几个方面的工作：首先，做好接新班级的准备工作，尽量多熟悉、掌握学生情况，在与学生的第一次正面接触过程中，努力通过语言给学生留下既严肃又不乏亲和力的第一印象。其次，在班干部的任用上，为了

让更多的学生有机会，努力做到善于分析、听取学生的意见，我们采取了自荐加民主监督的方式；第三、处理突发事件决不偏袒，在处理班级事务中给学生留下民主、公正的印象。

在课下我们经常探讨学生管理的艺术，共同分析学生学习情况，紧抓学生学习习惯的培养。其间，赵老师的钻研精神与对待学生的耐心令我感动，并对我的教学工作也产生了一定的影响。让我懂得练就一双善于发现的眼睛，不吝啬给学生鼓励与赞赏；关注学生的学习与生活，给予朋友般的理解与母亲般的呵护。威信便会在我们的言行中悄悄树立，以此带动良好班风的形成。

在日常工作中我虚心向赵老师学习，赵老师有许多好的做法：

（1）、时间来换取良好的班风学风，以班级为家，一心扑在班级，以大量的时间来换取良好的班风、学风。做班主任工作要有极大的耐心，要花大量的时间跟学生一起“磨”。

（2）、处处以身作则，为人师表。赵老师很注重身教，上班不迟到，每天一大早就到教室，见到学生主动打招呼，跟学生一起参加劳动……。 （3）、注重培养一支得力的班干部队伍，在班级管理中发挥集体力量。

（3）、加强学生骨干队伍建设，培养一批责任感强，有能力，学生信任的得力助手；（4）、培养全班学生高度的责任感和集体荣誉感。

工作中我遇到学生犯了错误，若比较棘手，我总会向赵老师汇报，请教处理办法。学习赵老师表扬、批评学生的语言艺术，学习她处理突发事件的本领等等。在日常工作中，我也能以自己的一言一行去影响学生，做到身体力行，言传身教。我更注重培养学生良好的学习和生活习惯，我坚持做到“五个勤”——眼勤（善于深入同学之中，观察同学们的一言一行，及时发现苗头性问题），嘴勤（经常性强调学习的重要

性，强调纪律问题），心勤（有一片爱心，经常去关心学生的学习和生活，让学生感受到老师对他的尊重和重视），脚勤（经常到教室转转，及时发现问题），手勤（和学生一起参加劳动等等）。

当然，教育也不是万能的，在教育过程中，我也有过苦恼，有些学生他能认识到自己的错误，却控制不了自己的行为，处分可谓软硬兼施，但见效却并不明显，这也是我们在今后的工作中需要思考的。我深知，班主任工作忙碌而繁琐的，作为一个年轻的教师，我的职责不仅仅是教好书，还要育好人。总之，在这学期的教学及管理工作中，我觉得自身能力跟教学能力有一定的进步，当然，还有待进一步提高。希望今后自己再接再厉，更加完善自己作为教师的能力。

## **徒弟年终总结 师傅带徒弟心得体会师傅带徒弟工作总结篇五**

“师徒结对”是促进新教师少走弯路，尽快成长的一项有益的活动。我们中心学校组织的师徒结对活动，使我获益匪浅，教师们的“传、帮、带”加速了年轻教师的快速成长。

每个老师都有自己的特长、优势，也各有需要提高的地方，于是我认真分析三位老师的优缺点，对于她们好的地方，提出来一起学习，对于不足的地方，帮助其改正，使其在原有的基础上能够得到一定的发展、进步。最后根据这些，制订出了本学期的师徒结对计划，并根据计划开展一系列的活动。

虽然我是师傅，但“三人行、必有我师焉”，很多地方还是需要虚心学习的。所以，本学期我把提高自身素质作为我本学期的工作目标之一。首先，我经常向其他教师请教，努力使自己在课堂教学等方面有进一步的提高。其次，在其他老师上公开课时，我总是尽量安排出一定的时间前去听课学习，并仔细记录、认真评课，使自己在评课方面有一定进步。再次，在平时的休息时间里，我经常寻找有关资料、多看相关



书籍，使自己的专业理论也有一定的提高。

在这个学期里，我把每一节课都当成示范课，充分准备，不管是教具、教学过程都会精心设计，尽量把最好的方面展示给徒弟们。在指导徒弟们时，我经常让她们阐述备课的构思，所以她们备课时会特别注意围绕授课目标安排教学活动。我一旦发现她们教学设计有问题就会帮助她及时改正，从而使她的备课水平有了提高。指导她们上汇报课或公开课时，我尽力帮她分析透教材，设计出科学合理的教学环节，精心设计有层次有弹性的作业，并指导她多次试教，尽量把优秀的教学活动汇报出来，以提高教育教学水平。另外，通过听课、评课帮助她发现一些自己难以注意到的问题，及时改正。我给她们评课时，会反馈很多她们自己没有意识到的优点和缺点。比如她们上课时和学生互动、小组讨论、关注全体学生等比较好等优点我都给予肯定；对她们的缺点如重点难点知识的不够突出、课堂上缺少激情，评价语言较少，整堂课时间分配得不够科学等，我都直言不讳地给她们指出来。每次她们都能乐意接受，并虚心改正。

通过一个学期的师徒结对活动，我感到这两位老师非常好学、比较有潜力，她们不但向我学习，还虚心向其他年级、其他学生的教师学习取经，并且利用业余时间和休息时间进行业务进修，她们教育教学水平有了明显的提高，我真为她们感到高兴。

青年教师都有充沛的精力，有好学的热情，有丰富的知识，有创新的能力。而我们作为师傅应该乐意把自己的一切毫无保留地传授给徒弟，带徒弟的过程中也能不断完善自己，取人之长，补己之短。今后我们还将共同经历学习、成长、成熟的专业化成长过程，相信我们在今后的活动中会获得双赢，让师徒结对走向共生。

## 徒弟年终总结 师傅带徒弟心得体会师傅带徒弟工作总结篇六

本季度由于时间仓促，加上工作繁多，我们利用班前班后会、周五学习等时间加紧宣传、引导。让每位员工都明白此次活动的目的和意义，对工作上的提高，要充分宣传实施导师带徒活动的重大意义，用良好的舆论导向，教育引导广大青工进取踊跃参与到活动实施中来。经过大家报名，经组织机构和广大员工评议，认定以下人员成为担任师傅和徒弟资格，具有本单位代表性，最终评出4对。

在确定师傅徒弟关系后，是否按照文件精神制定相关的教学目标、计划；包括教学时间、资料等记录，原则上师徒每周有针对性的教学时间不低于3小时等。组织机构不定期、不定时进行抽查，发现绝大多数师徒都能够按照标准执行，仅有少数由于种种原因没有及时完成，我们立即帮忙其查找原因，分析问题，及时解决，确保不因及个别师徒导致整体的荣誉。

经过师傅“四带一保”，即带思想、带作风、带业务、带纪律、保安全。师傅结合实际，以身作则、言传身教，帮忙徒弟培养扎实、勤俭、严谨、好学、协作的良好作风，树立正确的人生观、世界观、价值观，坚持积极向上的精神状态，立足实际，不断积累实践经验，提高岗位操作技能，提升自身综合素质。徒弟经过师傅“传、帮、带”在自我的岗位上克尽职守，兢兢业业，时时处处以领导和老同志为榜样，不会的就学，不懂的就问，始终坚持了谦虚谨慎勤奋好学的进取态度，综合本事显著提高，确保安全生产。

经过近两个月的教与学，活动中青工技能逐渐提高，不断拓展导师带徒的覆盖面，将原先单一的操作岗位师傅带徒弟，延伸为操作、专业、管理岗位都要包括导师带徒的全员活动，并出现了一人既当师傅，又当徒弟的良好局面。为青年职工的成长创造良好的环境。

## 徒弟年终总结 师傅带徒弟心得体会师傅带徒弟工作总结篇七

时光飞逝，很快一年时间已经过去了。我和\*\*老师师徒结对已经一年了。回顾这一学年“师徒结对”活动，我获益匪浅，\*老师的“传、帮、带”加速了我的成长。我非常感\*\*老师为我搭建教学发展平台，在师傅的关爱下，我学到了很多教育教学方面的知识，使自己在教学方面一步步地走向成熟，业务水平不断提高。

首先，作为一名青年教师，只有不断学习，才能使自己跟上课改的步伐，才能以全新的理念指导自己的教育实践。因此，在\*老师的要求、指导下，我坚持平时及时充电，不断更新自己的教育观念。在平时的教学中，我能做到认真备课，钻研教材，遇到教学中的难点、重点、疑点，主动向师傅请教，与师傅共同钻研教材和备课，主动让师傅指导教案，虚心接受师傅的建议，修改不足，更好地吃透教材。

互相听课、评课是师徒结对的一种基本活动形式，这也成为了向师傅学习的过程中最为直接的一种方式。我感到师徒结对就像一条无形的纽带联结在我与师傅之间，使我们在有意无意之中增加了交流和相互学习的机会，从而得到提高。

更督促我的教学实践的还是\*老师不定期的随堂听课，课后他总能让我从不同的角度重新审视我的教学，从而督促我不断的改进，也就是在这样不断的磨练中，我变得课堂从容，应变能力强，顺利的完成了这个学年的教学任务。

在听\*老师的课的过程中我也有很大收获。他扎实的教学功底、先进的教学理念，多样的教学手段，使我受益匪浅。\*老师的课最大的特点就是条理性强，思路清晰。他的课给人感觉从容不迫，教学的各个环节都紧密相连，课后我们坐在一起交流上课后的体会，在多次听课学习的过程中，我对品德与社会学科的教学有了更清晰的认识。

此外，\*老师的为人处事，经验心得，他的热情、真诚、敬业，常常让我在感动之余，获得了更多的学习、工作动力，使自己能更好的投入到这份事业中去。

作为青年教师的我，更深知自己的责任重大，只有虚心的向师傅学习，才能不断地提高自身的素质。总之，这一年来，我向\*老师学到了很多的东西。我也将不断学习，不断提高，向更高的目标迈进，向专业型教师发展，这是我的又一目标。

## 徒弟年终总结 师傅带徒弟心得体会师傅带徒弟工作总结篇八

师傅： 岗位：

徒弟： 岗位：

### 一、协议期限

本协议自签订协议之日起至 年 月 日止。

### 二、双方职责

#### （一）师傅职责

- 1、传授理论知识和实际操作技能，指导和解答技术上的有关问题；
- 2、制定协议期内的培养目标和培养计划，并将计划落到实处；
- 4、加强安全教育，及时发现和纠正存在的隐患，提高徒弟的安全意识；
- 6、对徒弟的德、能、勤、绩做好考核记录，正确、全面评价徒弟学徒期的各项工作。

## （二）徒弟职责

- 2、在生活、工作中尊重、关心师傅，服从师傅的安排；
- 3、严格按有关岗位要求、技术规范和操作程序作业，虚心请教技术上的疑难问题，保证生产安全。
- 4、学徒期满，应写出书面的自我总结交区域经理、监理部总监、副总监及师傅。

三、其它如因师傅岗位调整或其它原因无法继续履行师傅职责，则由所在监理部自行安排相应人员履行师傅职责；如徒弟岗位调整或其它原因无法继续履行徒弟职责，则原师傅职责停止履行，由公司另行安排师傅带徒弟培训。

本协议一式三份，（所在监理部）师傅和徒弟各持一份。未尽事宜按照公司相关管理规定执行。

师 傅： 徒 弟：

协议签订日： 协议签订日：

山西精英藺润监理部

## **徒弟年终总结 师傅带徒弟心得体会师傅带徒弟工作总结篇九**

时间过得真快，转眼间，我已工作整整两年了。我在褚月萍老师的带领、帮助和指导下基本做到了“站稳讲台”。回顾这一年，可谓是酸甜苦辣，一应俱全。在校领导、师傅和其他老师们的关爱下，我逐渐适应了小学的各项工 作，熟悉了学生与课堂，进一步了解了教师的职责。在这一学年的工作中，我一共上了两节公开课，特别是5月份的一节市级公开课，获得了教研室老师的好评，这些成绩与褚老师的指导是密不

可分的。

褚老师具有许多优秀品质，在听课的过程中，我总能从她身上学到东西。这不仅因为她具有深厚的综合语言科目的理论知识与实践知识，还因为她具有促使每个学生达到最高学习水平的奉献精神和专业知识。

在每一次的听课过程中，褚老师都教给我这样一种努力的方向：扎扎实实的学语文；兴趣盎然的学语文；触类旁通的学语文。每次在走进褚老师的课堂前我都做好这样的心理准备：不要只记教学过程，更多的是关注齐老师如何引导、点拨的技巧；如何让学生展开学习的过程；更要关注学生的“学情”。也就是说，我要尽可能的从老师的教学安排、教学活动、教学机智中读出它背后的理论依据、思想观念，成功之处借鉴之，失败之处避免之。只有深入地反思，“他山之石”才“可攻玉”，他人的经验和教训才可能成为丰富自己专业素养的有效资源。以下是我从褚老师执教的《小鹰学飞》一课中得到的启发。

记得陈钟樑先生曾讲过，一堂课中有“我”也有“我们”的问题。“我”指课中体现教师个性化的教学风格、教学艺术，可观赏但不一定都能学；“我们”指课中所揭示的教学规律，它是教育科学性的体现。就《真想变成大大的荷叶》一课中，属于“我们”的，至少有两个方面值得细心揣摩和领会。

第一方面是引人入胜的教学设计，适时适度的精妙点拨，循循善诱的启发引导等。比如褚老师一开课仅用了一句简单的情境创设就把孩子们带进课堂。这样高效集中孩子们注意力的方法看似简单，其实是在吃透文本的基础上才能如此。

第二方面在指导学生理解动作时，褚老师没有繁杂的讲解，而是巧妙的运用学生互动的理解。听到这时，我心里想：难怪学生们喜欢褚老师，难怪做褚老师的学生不累，因为她总有让你心动的时刻，这种不期而遇的幸福感让人回味无穷。

我在教学此课时，只是简单的让学生想象着做做动作，心想：这么简单的动作学生们一定能理解。却不知，理解背后还应体会文本的感情呀！所以，褚老师请了3位学生读读这句话，每个学生都能很到位的读出感情，我又不知不觉的想起自己当时的教学，我虽然也有抓住一些词语，但没有像褚老师这样深挖透学。她把二年级学生该做的想象练习、说话训练、个性化的朗读等都照顾到了。这就是用语文的方法来学语文，我和学生们一起穿行在褚老师的课堂之中，享受着褚老师的引领。

一尊佛像背后有佛光，一堂成功的课背后有折射出来的东西，每次听褚老师的课总能给我找到努力的方向，在求真的道路上使我前进一步。