

广播电视概论心得(汇总7篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

广播电视概论心得篇一

最近，通过学习了《中国共产党廉洁自律准则》和《中国共产党纪律处分条例》，对此有深刻理解，更深刻地认识到廉政建设的意义，以及对今后工作具有重要的积极指导意见。

可以说，这两部党内法规，前一部重道德自律，后一部重制度他律，二者相互配合、相辅相成，既树立崇高的道德追求，又划定明确的行为底线，作为一名学校干部，要紧跟时代步伐，积极响应党的号召，时刻不忘廉洁自律、勤勉工作，将清正廉洁贯穿于日常思想和各项工作之中，努力做到廉政纪律不可忘，任何时候任何情况下都要严守政治纪律不放松，自觉在思想行为上明确底线，做到心有所畏、言有所戒、行有所止。

今后，我们更要约束自己的工作行为，坚守在岗位上，认真作好本职工作。

要时刻要做到自律，首先要加强自己的思想道德修养，增强廉政意识和自律意识，积极开展对《廉政准则》的学习，充分认识贯彻执行《廉政准则》的重要性，提高遵守的主动性和自觉性。而对于少数不能自觉遵守《廉政准则》的党员领导干部，还需要加强监督，约束大家自觉遵守《廉政准则》，形成一个良好的自律环境。

要做到“勤小物，治其微”，必须从最细小的工作做起。能

否正确对待小事，能否防微杜渐，是共产党员的基本修养问题。千里之堤，溃于蚁穴，一个细节能成就一个人，也能毁掉一个人。《廉政准则》的52条不准，从细微处，从小事情，对党员干部的日常执政行为进行了规范。这就要求我们的广大干部，要“勿以恶小而为之”，从小事做起，从细微处注意，约束好自己的言行，与大家相互提醒，共勉。

最后，要充分认识《中国共产党纪律处分条例》的必要性和重要性。只有这样我们才可以做一个合格的党员，为学校的发展贡献自己的力量。

广播电视概论心得篇二

刚刚上第一节《土木工程概论》的校园课时，我对土木了解的很片面。甚至有时候受到现代人的思想，以为土木跟房地产肯定一脉相承的。而学习了这门课以后，我从观念上的对“土木”有了进一步的认识。

土木工程的英文是civil engineering,直译是民用工程，它是建造各种工程的统称。它既指建设的对象，即建造在地上，地下，水中的工程设施，也指应用的材料设备和进行的勘测、设计施工、保养维修等专业技术。它是一种与人们饮食住行有着密切关系的工程。而就土木工程的发展来说，其有着悠久的历史。

土木工程是一个无论在时间上还是空间上都跨度很大的学科。远古人类利用树枝，岩石，泥土等材料构筑巢穴或者为掩埋死者而建造墓穴，这些都可以认为是土木工程的雏形。随着社会生产力的提高和第一次社会分工的完成，在氏族社会中，土木工程已经有了相当的发展水平了。

在以后的奴隶社会和封建社会中，土木工程发展得相当缓慢。工程技术的传承主要是以经验的形式进行，长期徘徊在一个较低的水平上。没有或者只有很少的专门的机械工具可以使

用，所使用的材料主要是来自天然的木材，石料。（特别的，古代希腊也使用过一种由火山灰构成的天然混凝土构建圣庙和引水渠。）大型的工程主要依靠的是数目巨大的劳动力投入。代表工程建设最高水平的一般也是国家组织修筑的公用设施和宫殿等大型建筑。据记载，秦始皇驱使了数十万的民工修筑长城和陵墓，而参与埃及金字塔修建的民工也多达20万。这些古代的宏伟土木建筑今天都成了文明的标志。

近代，土木工程有了李雪和结构理论作为指导，砖、瓦、木、石等建筑材料得到日益广泛的使用：混凝土、钢材、以及早期的预应力混凝土得到了良好的发展，再加上施工技术的显著进步，建造规模日益扩大，建造速度也大大的加快。

到现代，社会经济建设对土木工程提出日益复杂和高标准的要求。如土木工程同它的使用功能或生产工艺日益日益紧密结合。而整个社会的快速发展和资源的稀缺也使得土木工程向着立体化方向进发。

在老师给我们讲述的众多的土木分类和知识当中，我对其中的建筑工程的印象尤为深刻。

典型的建筑工程是房屋工程，它是兴建房屋的规划、勘察、设计、施工的总称。其目的是为了人类生产与生活提供场所。按照结构采用的材料分，建筑物的类别可以划分为生土结构、木结构、砌体结构、钢筋混凝土结构、钢结构和薄膜充气结构等。在老师的讲解和放映的电视片段中，我对混凝土结构的建筑物印象颇深，尤为感兴趣。

私下里，我翻阅了有关混凝土结构建筑物的相关资料。其中，混凝土是指用胶凝材料和一定比例的粗细骨料拌和而成的具有一定的胶结强度的混合物。其中最为常见的是水泥、砂、石子和水四种材料制成的人工石。它是一种原材料资源丰富，能消纳工业废渣，成本和能耗较低，可以与钢筋‘型钢粘结使用的材料。其具有可模型、整体性、刚性均好的优点，可

用于各种建筑构件，做成各种能个结构体系，建造各种建筑。其又可以做成预应力混凝土、高性能混凝土和轻骨料混凝土，因此大大加强了应用的范围，使得人们在建造超高层建筑、巨型大跨度建筑、海洋工程建筑、原子能工程建筑和高达1300℃、低至-160℃的高低温工程建筑时，都可以采用混凝土结构。因此，混凝土结构实质上已成为现代工程建设中的主要结构形式。

好了，介绍完什么是混凝土后，我跟大家说说什么是混凝土结构。

混凝土结构是在1824年发明了波特兰水泥后才逐步发展起来的，到19世纪80年代才初步奠定钢筋混凝土在建筑工程上应用的科学基础，所混凝土结构在建筑工程中的应用发展较为的缓慢。直至1903年在美国辛辛那提建成了世界上第一幢混凝土结构高层建筑——英格尔大楼。而在第一次世界大战前只是在多层高楼的基础和楼盖中得到应用。第二次世界大战后，由于刚才短缺，混凝土结构建筑材得到打鬼咯的发展。20世纪50年代早期，混凝土结构建筑的高度可达到20层，1958年上升到38层，1962年上升到50层，1968年又上升到70层，比如美国芝加哥的湖铗大厦。

因此，后来人们认为：凡是以混凝土为主制作的结构，都称为混凝土结构。它既包括素混凝土结构，也包括钢筋混凝土结构、劲性混凝土结构、预应力混凝土结构等多种结构。包括素混凝土结构、钢筋混凝土结构和预应力混凝土结构等。素混凝土结构是指由无筋或不配置受力钢筋的混凝土制成的结构；钢筋混凝土结构是指由配置受力钢筋的混凝土制成的结构；预应力混凝土结构是指由配置受力的预应力钢筋通过张拉或其他方法建立预加应力的混凝土制成的结构。其中，钢筋混凝土结构在工程中应用最为广泛。

混凝土结构工程在土木工程施工中占主导地位，它对工程的人力、物力消耗和对工期均有很大的影响。混凝土结构工程

包括现浇混凝土结构施工与采用装配式预制混凝土构件的工厂化施工两个方面。混凝土结构工程是由钢筋、模板、混凝土等多个工种组成的，由于施工过程多，因而要加强施工管理，统筹安排，合理组织，以达到保证质量、加速施工和降低造价的目的。

和其他材料的结构相比，混凝土结构的主要优点是：整体性好，可灌筑成为一个整体；可模性好，可灌筑成各种形状和尺寸的结构；耐久性和耐火性好；工程造价和维护费用低。主要缺点是：混凝土抗拉强度低，部分地采用了钢筋混凝土楼板。容易出现裂缝；结构自重比钢、木结构大；室外施工受气候和季节的限制；新旧混凝土不易连接，增加了补强修复的困难。

现在让我们来举几个例子来验证一下混凝土的广泛用途。

马来西亚吉隆坡的石油双塔大厦，曾经是世界最高的摩天大楼，直到2003年10月17日被台北101超越，但仍是目前世界最高的双塔楼，也是世界第四高的大楼。楼高452米，共地上88层，双塔的外檐为152英尺 \square 46 \square 36m \square 直径的混凝土外筒，中心部位是74.8英尺 \times 75.4英尺高强钢筋混凝土内筒，18英寸高轧制钢梁支托的金属板与混凝土复合楼板将内外筒连系在一起。4架钢筋混凝土空腹格梁在第38层内筒四角处与外筒结合。

塔楼由一个筏式基础和长达340英尺但达不到基岩层之4英尺 \times 9尺截面长方形摩擦桩，或称作发卡桩承托。位于圆形与正方形重迭交接点位置处的16根混凝土柱子支承上部结构荷载。

由这里我们可以看出，混凝土结构的结实和耐用性好，承压力大的优点。

再来看看我国广州的中信广场的例子来看看混凝土结构。

中信商业大厦是甲级智慧型商厦，大堂楼高17.7米，显得开阔气派，包括1幢80层办公楼、2幢38层附楼、4层商场裙楼及2层地下停车场。主楼高达391米，是广州市标志性建筑，也是华南地区第一高楼。混凝土结构标高333米，全省最高建筑物，是世界上最高的纯混凝土结构写字楼。2002年9月，附属中信广场的玻璃墙瀑布水景被命名为新世纪羊城八景之一，称“天河飘绢”，进一步确立了中信广场作为广州市标志性建筑的地位。

从这里，我们可以看出，混凝土结构对于建筑工程的巨大贡献和不可磨灭的作用。

当然，在混凝土结构有这么大作用的时候，在我国，建筑的豆腐渣一样工程也极为明显，对于混凝土结构中的材料也是偷工减料，导致了不良的恶果。

当前有关混凝土结构的研究和应用以及工程建设发展迅速，成绩巨大，这是主要的，但也无可否认，近年来在我国出现了一些“豆腐渣”工程，总的说来是很少数，但危害极大。重庆彩虹桥倒塌后的钢管混凝土。初步调查结果指出焊接质量差，钢管连接与钢板接头未错开，焊接处有裂缝，管内混凝土强度低于设计标准的 $1/3$ 等。在结构设计方面也应重视质量，个别工程有欠缺疏忽处，例如亚洲第一、世界第二的，较大跨长为258m的宁波独塔斜拉桥发生底板断裂事故。质检部门报告认为设计有欠合理处，如主梁结构单薄，尤其底板厚度过薄，有效截面较小，导致实际应力偏大，以及设计构造细部和预应力体系考虑欠周等原因引起断裂事故。在当前狠抓工程质量，加强设计施工管理的情况下，相信在下个世纪，我国工程建设必将出现崭新的气象。

学习完了这门课，我对土木工程有了全新的了解。而我唯一想说的就是，对于土木工程这个应用广泛的学科，土木专业的学生是幸福的。因为，这门学科实用性大，爆发力大。特别是由于建筑类而引发的房地产业，更是让很大为不能涉足

其中而扼腕叹息。但是，要学好它，灵活的运用土木工程中的某一个分支也是不容易的。因此，我们在看到它好的一面时，我们也要努力的提高自我，只有这样，我们才能有所成就。

广播电视概论心得篇三

通过这一学期对《管理学概论》的学习让我对管理学有了较为理性的认识。

通过学习，知道了管理者与领导者的区别。以及合格的领导者应具有的性格属性。而且领导的特点与所处环境的影响，如何达到最好的领导功效。

在这一门课的整个学习中，最让我影响深刻，给我无限启迪的应该是博弈论。老师当时说了一个流传广泛的博弈例子——囚徒困境。

话说有一天，一位富翁在家中被杀，财物被盗。警方在此案的侦破过程中，抓到两个犯罪嫌疑人a和b，并从他们的住处搜出被害人家中丢失的财物。但是，他们都矢口否认曾杀过人，辩称是先发现富翁被杀，然后只是顺手牵羊偷了点儿东西。于是警方将两人隔离审讯。这个时候，聪明的警官找他们谈话，分别告诉他们说：“你们的偷盗罪确凿，所以可以判你们2年刑期。但是，我可以和你做个交易。如果你招了，他不招，那么你会作为证人无罪释放，他将被判20xx年徒刑；如果你招了，他也招了，你们都将被判5年有期徒刑；如果他招了，你不招，他无罪释放，你被判无期徒刑，终身囚禁；如果你们都不招，各判2年。”当时我认为，既然两个囚犯最好的结果是都不招供，两人都只被判2年，那么，两个囚犯都选择不招供就是这个博弈的最终结果。然而，“囚徒困境”之所以称为“困境”正是因为这个博弈的最终结局恰恰是最坏的结果，即两个囚犯统统招供，结果都被判有期徒刑5年。囚徒困境和其它的博弈一样，都需要有2个前提假设：囚徒a和b两人

都是自利理性的个人，即只要给出两种可选的策略，每一方将总是选择其中对他更有利的那种策略；两人无法沟通，要在不知道对方所选结果的情况下，独自进行策略选择。囚犯“思想搏斗过程”大致如下，囚犯a的内心活动是这样：假如他招了，我不招，我就要将牢底坐穿，招了最坏坐20xx年，还是招了合算；假如他不招，我也不招，只坐2年的牢（因无法串供，风险太大）；如果我招，他不招，马上被释放，也是招了合算。因此，无论囚犯b是坦白还是沉默，囚犯a采取坦白的策略对自己更为有利。同样，以上推理也适用于囚犯b。结果两个囚徒都坦白了，都被判刑5年。囚徒困境之所为被称为“困境”，正是在于：如果a和b二人都保持沉默，则都只被判刑2年，显然比两人都坦白的结果要好。两名囚犯都作出招供的选择，这对他们个人来说都是最佳的，即最符合他们个体理性的选择。a与b的任何一人单方面改变选择，他只会得到更加不经济的结果。而在其它的结果中，比如两人都不坦白的情况下，都有一人可以通过单方面改变选择，来减少自己的刑期。可是两人经过一番理性计算后，却选择了一个使自己陷入不利的结局。

而后，老师再说了一个智猪博弈的例子则更让我讶异。通过矩阵分析可知，对小猪而言，无论大猪是否踩动踏板，不踩踏板总是好的选择；反观大猪，已明知小猪是不会去踩动踏板的，自己亲自去踩踏板总比不踩强吧，所以只好亲力亲为。“智猪博弈”的结论似乎是，在一个双方公平、公正、合理和共享竞争环境中，有时占优势的一方最终得到的结果却有悖于他的初始理性。这种现象在生活中比比皆是。谁先去踩这个踏板，就会造福全体，但多劳却并不一定多得。很多人都只想付出最小的代价，得到最大的回报，争着做那只坐享其成的小猪。而在日常的人际关系中，有一些人会成为不劳而获的“小猪”，而又另一些人充当了费力不讨好的“大猪”。为了避免在以后的生活工作中沦为“大猪”，懂得智猪博弈对于个人并非是件坏事。

虽然只有短短一个学期的学习，学习到的管理学知识只是冰山一隅，但是他使我对这门知识有了感性上和理性上的认识，丰富了知识面，更重要的是通过它培养了我对管理学的兴趣，学到的知识对以后的生活和工作对受益匪浅。

广播电视概论心得篇四

一个多月的电子商务实训，让我读懂的了生活中很多道理。

第一、做人要实事求是，切忌夸大

无论是在虚拟的网购当中，还是在我们真真实实的世界中。我们都是要实事求是，切忌勿要隐瞒自己的不足。网购与实体不一样，我们呈现给客人的仅仅是产品的图片、宝贝描述、或者是硬邦邦的文字，但是客人仍然可能无法更进一步获得更为全面的信息量和感观上的“认知”，我们要做就是，让客户相信我们，而让客户相信我们的最基本的就是，我们自己要实事求是，切忌夸大。生活也是一样，记住，我们要做真实的自己。

第二、永远保持着一颗热情的心和积极乐观向上的心态

无论自己做的是一客服还是其他工作，保持热情，积极乐观的心态，是最重要的。生活中总有不愉快的事情，我们要学会笑一笑，就让它过去。

第三、我们要时刻注意我们细节，细节决定成败，这一点讲得一点都不假。

我们应该要有意识的培养有条不紊、沉着稳当、明察秋毫的“细心”！关注细节、看重细节，一个优秀的网店客服应该具备以下四点“软件”方面的素质：驾驭语言的能力、敏锐的目光、洞察的能力以及细腻的心理。这也是我们生活中所必须的素质。

第四、我们要学会忍耐和总结

冷静、忍耐、平和的心态，努力把“大事化小、小事化了”，有促和谐的“耐心”！作为客服，我们面对的是全国各个不同地方的不同生活习惯的客人，所以更多的冷静、忍耐、平和的心态就显的尤为重要。我们要学会总结，总结遇到的问题，总结经验、总结技巧。因为只有总结，我们才会有进步。

第五、学会自我管理，量化自己的目标

在外工作的我们更多需要的是自我管理，管理自己的时间，管理自己目标，让自己能再自己控制的范围内活动，一步一步朝着自己的目标前进。

广播电视概论心得篇五

时光荏苒，如白驹过隙般匆匆而去，眼看的一年实习生活马上就要成为美好的回忆。在这短短一年的时间里我感觉自己成长了许多，从象牙塔迈出的第一步走的特别的稳重，感谢学校给我提供了一个努力拼搏的舞台，让我学会了如何面对这个真实的社会，实现了从在校学子向职场人士的转变。

实习是继中考后又一个人生的十字路口，它意味着人生一个新时期的到来——告别学校走入社会。社会是个大的集合，不管是以前的学校还是现在的实习单位都同属这个集合。这几个月来，给我感觉学校纯一点，单位复杂一点。不过我知道不论学校还是单位其实都是社会的缩影。实习的真正目的就是让我们这些在校的学生走入社会。社会是形形色色、方方面面的，你要学会的是适应这个社会而不是让这个社会适应你。

刚刚走进社会不适应是正常的。人有的时候很奇怪：心情或者更准确地说是热情往往会因时间、环境、所经历的事而起伏。就像我对境界一词的理解：人与他所受教育、所处环境、

所经历对事物的理解、判断、预知的程度就是这个人的境界。

作为一名中专生，专业需求的建筑认识实训开始了，我们全专业的同学在__的各大建筑工地认识实习，对于我当初选择土木工程这样的专业，说真的我并不知道什么是土木工程。现在我对土木工程有了基本的感性认识了，我想任何事的认识都是通过感性认识上升到理性认识的，这次认识实习应该是一个锻炼的好机会！

土木工程是建造各类工程设施的学科、技术和工程的总称。它既指与人类生活、生产活动有关的各种工程设施，如建筑工程、公路与城市道路工程、铁路工程、桥梁工程、隧道工程等，也指应用材料、设备在土地上进行勘测、设计、施工等工程技术活动。

我应该知道现在的我还不够成熟，如果说人生是一片海洋，那么我应该在这片海洋里劈波斩浪，扬帆远航而不是躲在避风港里。只要经历多了，我就会成熟；我就会变强。我相信。那时的成功是领导、师傅们给我鼓励，是实习的经历给我力量，所以我感谢领导师傅还有我的好朋友们，也感谢学校给我这次实习的机会。

一年的实习生活中，紧张过，努力过，醒悟过，开心过。这些从为有过的经历让我进步了，成长了。学会了一些在学校从未学过以后也学不到的东西，也有很多的感悟。

短短一年时间，我收获了诚挚的友情，结识了和我一同来的实习生；我收获了宝贵的经验，收获了真正的成熟！

土木工程概论认知实习心得体会（精选篇5）

广播电视概论心得篇六

通过学习中医学，我对它有了个初步的了解。中医学有着悠久的历史，是我国人民在生活、生产以及同疾病斗争实践的经验总结。有其独特的理论体系和丰富的内容。是我国宝贵的文化遗产的重要组成部分，为我国人民的健康和中华民族的繁衍昌盛做出了巨大贡献。

自古以来，行医者十分注重道德修养，将“大医精诚”封为圭臬，更以行动诠释着，他们以德养性，以德修身，德艺双馨，正因为他们毕生恪守着这样的信念，才真正成为历代医学家和百姓敬仰的伟大先师。“精”为先，“诚”为辅，只有具备“精诚”者，可承大医之名，“精”于高超的医术，“诚”于高尚之品德。纵观慢慢中华几千年医学历史，出现了一代又一代的名医：扁鹊济世救人，敢于直言；华佗施人道不分贵贱；叶天士谦逊好学承先启后重树医德。他们撰写的每一篇医案谨慎真实让我懂得实践真理的统一。医者中的智者应是众智者中的佼佼者，因为他们担负着挽救生命和发扬中医的双重责任，每一篇医案便是他们留给后人最好的纪念品，价值是不言而喻的。

学习这门课后有一些小小的建议，希望老师可以看看。

有时候，对我们这种初学者授以长篇大论的医学知识其实我们是吸收不了的，比如我相比之下更喜欢看一些图片啊，实时的医学视频等，可以提高大家的兴趣。所以建议老师可以在讲课中给我们加一些相关视频，或者相关图片及新闻以此来提高学生的兴趣。其实在很多时候，不论是我们的这个专业还是医学专业学生都会多少有些迷茫关于我们学习的这些知识可以用到哪儿，如何可以让他们运用得更好，希望老师在讲课时可以为我们指点一下。还有为了提高同学们的兴趣，加深对中医学的印象，老师可以在课程的初期给我们放一个有教育意义的影片引入到课程内，或者实践教学，其实我们

非医学类专业的学生也想过把医生瘾，老师可以实际教我们如何把脉，如何辨别疾病的发生之类的，而医学专业的学生可以提前实习。

以上是我对这门课感想及建议。

广播电视概论心得篇七

这次的马克思兴趣小组的开班仪式可以说是我们加入这个小组的第一堂课。得于几位老师的简单解说，我虽无法如同一位学者一样深入研究学习马克思主义哲学，甚至或许包括在对其稍稍更近一步的了解上都还有着很大的欠缺，我仍是从中窥得一二，有所收获。大约我对马克思主义哲学的理解并不比常人深刻多少，又或不足者甚多，而仅仅一个几个小时的讲座也不能使这种理解增长至一个令人满意的程度。但便是这不甚详细的解说，也足以起到它应有的作用，譬如引导。

我对马克思主义哲学的理解还是停留在表象，但这种引导的作用却使我对它产生了以往所不曾有过的兴趣，回到住处，我自然而然的开始寻找有关它的其他内容。所得繁复书籍文章不尽，远不是一时半会儿可以读完的。最终我所细看的，也只是最为简单的一词半句。

但这世上有些东西，有些思想是哪怕接触者仅是浅触便足以让他细品，陷于思考中，并在最终感到愉悦的。伏尔泰如此，叔本华如此，马克思亦是如此。我对马克思主义哲学的理解如此浅薄，所以我无意对此做什么解说，迫不及待地展现自己的无知与幼稚。我必然是要学习的，也相信自己必然是会有所成长的，那么便把那些更深层次的讨论延后吧。

有言马克思主义哲学在理论上的发展，马克思主义哲学的强大生命力，从根本上决定于它把握、理解和解决时代重大课题的程度和水平。而列宁又说：“正因为马克思主义不是死

的教条，不是什么一成不变的学说，而是活的行动指南，它就不能不反映出社会生活条件的异常剧烈的变化。”马克思主义哲学是不断发展着的理论，这并不是什么新观点，而是马克思主义的基本常识。

这就意味着，马克思主义哲学可能而且必然要求随着实际生活的发展而不断地发展。哲学要解释世界，但更根本的是改造世界。因此，马克思主义哲学坚持理论必须不断地被运用于实践，在指导实践的过程中接受实践的最终检验。马克思主义哲学理论不是必须背得烂熟并机械地加以重复的教条，在这之中无法找到“不变的、现成的、永远适用的定义”。

我们必须思考，而且是必需与实践相结合的思考。对于马克思主义哲学来说它在实践中发展的重要性几乎等同于它本身，至少它也是这么说的。思考带来问题，进而需要把握并解决问题。而那些与实际脱离，天马行空的臆想却是毫无意义的。一切有意义的思考都应当源生于现实，更进一步的要可以应用于现实，甚至改变现实。

我从中看到了马克思主义哲学的优越性，但我也并非毫不存疑。也许这字句中仍有什么深层含义是我所无法理解，也不论这其中有多少地方值得讨论。我想要提及的是：仅仅依靠哲学理论无法改变现实。

我们学习一个理论，更要通过思考举一反三，甚或将其应用到现实中去。关于自身的思考可以改变一个人的生活，而抓住并解决属于一个时代的问题也许可以改变整个世界。马克思主义哲学的诞生，本__哲学史上的一次变革，而后来者对它在实践上的应用，更是已经开始改变这个时代。