

# 汽车底盘实训心得体会(优秀8篇)

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

## 汽车底盘实训心得体会篇一

通过为期一个月的生产实习，虽然对胜利油田的生产情况和理论知识有了一定的了解和认识，但也深感时间仓促，对生产单位的情况了解不够全面，对基层工作的情况了解不够具体，对外部环境和内部工作机制的分析不够透彻。

这些都是做企业科研的大忌，因为对实际“有形”的生产现状了解不足不全面，便更难理解和达到“无形”的企业科研结论和经济管理决策需要的高度和深度。

另外，通过实习我也深深感觉到，不懂得一线工作的艰苦，没有基层实践的经验，就不能称为合格的胜利油田工作者。

因此，希望如有机会，可以真正深入基层，全面了解基层建设和职工生活工作情况、掌握石油技术，成为一名真正合格的胜利油田人。

在今后的学习和工作中，我要通过以下几个方面对自己进行重新定位和改进：

首先，提高思想政治素养，从思想上转变对工作的认识，树立不断学习意识、注意观察和思考，注重对资料的积累，多多听取他人的见解，拓宽自己的视野，为做好当前工作做足充分的准备，做到“召之即来，来之能战，战之能胜”。

其次，要不断了解石油行业的现状，努力学习石油知识，

弥补自己对石油工业了解不足的问题，同时深入基层，抓住一切了解基层的机会，加深对一线人力资源工作的认识，将自己所学知识同胜利油田的生产实践相结合，增强自己科研工作同实际的结合程度，加大解决实际问题的能力，为胜利油田人才工作做出自己的贡献。

同时，还要多读理论著作，多写多练，尽快改进自己从学校带来的“学院派”的写作和思维方式，将自己进行企业科研的能力尽快提升。

通过这次实习，我深切地感受到胜利油田45年来的开发建设所取得的巨大的成绩，在短短的一个月里，但获得的收获是无可比拟的。

实习使我多了一份成熟，少了一些幻想，培养了自己的工作信心和吃苦耐劳的精神。

报告时间有限，这只是我个人体会中的一部分，但实习体验必将成为今后工作的巨大动力。

最后，再次感谢领导给我这次实习和发言的机会，感谢我们的领队杨总一路来的细心安排，感谢未能到场的兄弟单位的支持，使得这次实习能顺利圆满地完成。

我一定认真工作、勤奋学习，早日成为符合经济开发研究院要求的科研人员。

## **汽车底盘实训心得体会篇二**

“梅花香自苦寒来”转眼间我为期五个月的实习结束了。通过这段时间的实习，我对于值班员以及企业铁路运输工作有了更加深入的学习。我也相信这段宝贵的学习经历一定会对我以后的工作有很大的帮助。

在实习的这段时间里，安全都是反复强调的主题。进入本部学习的第一步就是进行了为期20天的三级安全教育学习。首先我们学习了《铁路车站行车作业人身安全标准》、《铁路运输职工通用安全规定》等安全方面的规章制度！通过学习一例例安全事故案例，“安全”两个字在深深的震撼这我。安全是铁路永恒的主题任何事故对企业都是一种不可挽回的损失，对家庭、个人更是造成无法弥补的伤痛。安全意识应始终牢牢扎根在每个人的心中，，正确认识到安全不是一个人的问题，而是你中有我，我中有你，是一个上下关联、人人互保、时刻关注安全，将“安全生产”铭记心中，现场的一切生产都是以安全当做重中之重的，铁路的各项安全规章制度也是通过一件件血的教训总结出来的，我们作为铁路运输职工要不折不扣地遵守操作规程之章。只有意识到这一点，那么我们的企业就能长盛不衰，我们个人就能高高兴兴上班来，平平安安下班去。

动手实做通过现场实践和师傅的教导，使得我们对于现场的工作有了更加透彻的理解，虽然是一位老调车员，但是对值班员专业知识了解不足，通过学习我对车站值班员这个岗位有了更加深入的了解，车站值班员是铁路运输接发列车工作的统一组织者，直接担负着铁路运输行车指挥协调、组织管理的重要职责。

车站值班员在办理接发列车的时候，一定要严格遵守《行规》、《行规》和《站细》中的相关规定，而且还要严格按照《接发列车作业标准》中的标准用语进行办理，接发列车时，车站值班员应亲自办理闭塞、布置进路(包括听取进路准备妥当的报告)、开闭信号、交接凭证、接送列车、指示发车或发车。车站值班员是一个需要十分细致和耐心的工作，而且车站值班员还要对车站的站线、长度、容车数、信号、位道岔置、货位都要熟记于心。通过实习单位的领导和师傅们热情耐心的指导以及自己结合理论知识和规章上的各种制度，使我学到了不少东西，同时也产生了诸多感触。

通过五个月的学习我认为运输部各站都是精细管理、高效有序、人员分工明确、制度规范、机制创新，在铁路运输职工身上体现着积极进取、努力向上、精益求精、艰苦创业的精神。这些精神也正是值得我们这些年轻人去学习。也是在以后的工作岗位上发扬这样的作风以带动更多的职工。这几个的实习也是我人生新的起点我要以饱满的热情投身榆钢建设和发展，展现自我，实现自我价值。

## 汽车底盘实训心得体会篇三

昨天上午第三节上了一节公开课，下午我们实习生组织了评课，根据自己上课的感觉以及结合丁老师的指导和各位实习生的评课意见，特将本节课总结如下：

每一节课都会有它的不足之处，正所谓有不足才会有改进，有改进才会有进步，所以我们要正视自己每一堂课的不足之处，那首先就谈一下本节课的不足之处吧：

第一，课堂控制过多过死。

根据新课标的要求，学生是上课的主体，要充分发挥学生的主观能动性和积极性，而本堂课最大的不足就是忽视了这一点，使得整一堂课都被我控制，没有什么激情和活力，最突出的表现就是，叫两位同学出来展示技术动作的时候，还要被我的哨声所“控制”，让学生觉得老师管得太严太死。

第二，练习内容过于单调。

本节课的内容是双手胸前传接球，而练习的方式主要是两个，一个就是原地的无球徒手练习，另外一个就是原地传接球练习，这样无疑使本节课显得相对比较枯燥，不能够充分调动学生的积极性。

第三，备教案不够充分。

备教案不充分主要体现在两个方面，第一，在熟悉球性的过程中，将某两个练习内容的练习顺序给颠倒了。第二，在游戏的环节中，本来用时最长的那一组，是男生女生都“奖励”15个深蹲的，但是在课堂上，却让男生做了俯卧撑，女生做深蹲。这样就使得教学内容跟教案不一样，所以给人感觉不是很好。毕竟白纸黑字，还是按“规矩”来比较好。

第四，口令、哨音存在一定缺陷。

口令方面，口令虽说较为洪亮，但是口令与口令之间的间隔时间过于短暂，以至于部分学生第一个口令的动作还没有做好，就要开始做第二个口令的动作了。

哨音方面，哨音不够短促有力，给人一种“半死不活”的感觉，没有给人一种庄重、严肃的感觉，缺乏威严性。

第五，运动量较小。

本节课的练习的内容强度不是太大，运动量较小，没有达到上一节体育课的真正锻炼标准。

当然，一节课不可能只存在不足，也必定有它的亮点之处：

亮点一，教案编写较规范到位。

在丁老师的帮助下，教案经过再三修改，最后呈现给大家。不论在格式还是内容上都做的比较到位。当然，每一个人做事的风格和看事情的角度是不同的，所以不能说我们的教案就完美无缺，一点问题都没有。不同的读者肯定会有不同的看法和见解，但我只能说这份教案算是比较规范完整，当然，缺陷肯定也会存在，因为毕竟人无完人嘛。

亮点二，练习的队伍、队形调动简单清晰。

在练习的过程中，熟悉球性和传接球的练习队形顺利衔接起来，避免了因队形过多调动而浪费不必要的时间，使各环节连接紧凑。同时，因为没有做过多过大的队形调动，也使得队伍整齐有素，不会显得过于混乱。

亮点三，传接球练习方式比较新颖。

本堂课的传接球方式比较新颖，充分弥补了球的数量不够的问题。一方面，在练习的过程中，学生不用等的太久（如果两人一组的话，要等第一组的两人做完之后，才可以轮到第二组）；另一方面，学生在没球练习的过程中也可以观察其他三位同学的技术动作，以便于对自己的技术动作做出相应的修改或者帮助其他同学纠正其错误动作。

亮点四，上课时间控制较为理想。

上课时间控制的较为理想，每一个环节的时间把握都比较准确，不会出现大的偏差。在游戏环节，可能对大家的实力估计不够，使游戏时间比预期的要稍微短一点点，但总体上控制的还是比较到位的。

根据以上的不足和亮点，对以后上课提出以下建议：

一、提高课堂“自由度”。

上课的主体是学生，老师只是起一个引导作用，要充分调动学生的能动性和积极性，而不要进行过多的控制，虽说这样使得整一节课都比较规范，但是却显得“死气沉沉”，活力不足，所以，要适当的增加课堂的“自由度”，使学生真正的成为课堂的主体。

二、内容不要过于单调，可进行分层次教学。

本节课的双手胸前传接球，可以采用分层次教学。因为学生

的基础是不同的，大部分的女生以及部分男生的基础较差，则可以多做原地的技术动作，以便于更好地掌握，而对于部分基础较好的男同学（课下经常打篮球）则可以练习行进间的技术动作，这样可以更好地调动他们的积极性，而不会让他们感到枯燥无味。所以在以后的上课过程中，要注意分层次教学。比如，男女生分开练习等等。

### 三、规范自己的口令和哨音。

在喊口令的时候，要多多注意观察学生的具体情况，等到学生将第一个口令的动作完成后，在喊第二个口令，而不要喊的过快过急，以至于某些同学第一个动作还没有做好就要做第二个动作了。哨音方面，平时要注意多多练习，加强吹哨子的技术水平。

### 四、适当合理的增加运动量。

要学会根据课的内容来调整每一节课的运动量，不能说运动量是由课的内容来决定的，要多思考，合理的安排每节课的运动量，让一节体育课真正达到锻炼身体的效果。还有一点要提的就是，这节课表现最好的就是11班的学生们了，他们非常配合我的工作，或许是因为很多老师在那里听课，但是不管怎么说还是要感谢他们的配合。

最后，也感谢丁老师对我的教案、教学技能等各方面的指导。

## 汽车底盘实训心得体会篇四

自学校安排的专业实习之后，我得到了较强的实践能力。接下去就是毕业实习了，我有幸留在了专业实习所在的这所公司□xx公司。非常感谢公司领导对我的关注，还有给了我这次机会，我会尽的努力做好每件事，为公司做一份贡献。

在线上工作两个月后，我被调职进入xx部。对于实习的我们

来说，知识的渴望是非常强烈的，进入社会后更是知道只有真本事才不怕没饭吃，没工作干。所以经过我的努力，也顺利的进入xx部，希望能学更多更有用的知识。进入工程的前几天，我什么也不懂，只是默默的跟在师傅后面学校，不懂就问，希望他能多教我一些技术。能让自己更加自信！这周都在看sop熟悉测试的环境，感觉和学校读书差不多，要用心学才能学到东西。

这已经是第xx个月了，我本以为自己掌握的还算可以了，可是当我看到前辈们能一眼就看出设备出现的问题所在并着手解决设备所在的问题时，我才意识到自己的不足。要学的东西还很多。我总是要看好几遍，相互的验证才能得出哪里出现了问题。有时候知道了问题的所在却也解决不了。效率极慢，有效工作时间少的可怜，浪费了产线人员生产很多时间。这使我更加有动力去学习，去做好这方面的知识，积累经验。有难度才有挑战，我不会气馁，要一往无前，相信自己能行的。

## 汽车底盘实训心得体会篇五

当我上完第一堂课后，对同学们的意见作了反馈，教室后几排的同学说，声音比较小，偶尔可能会听不清楚。这就导致整个教室分成了两部分，前半部分活跃，后半部分沉默，进而让后半部分的同学不能很好地融入课堂，从而降低了他们的学习积极性，也影响了他们对知识的接受和吸收。所以，上课的时候，声音一定要洪亮，具有穿透力，让所有的同学都能融入课堂。

高中生的注意力还不能长时间的集中，因此老师在讲课的时候，要注意调动学生的积极性，让他们自己思考问题、讨论问题、解决问题，不能只顾自己讲，要根据不同的课文营造不同的课堂氛围，只有这样，才能提高课堂效率，让同学们学到更多的东西。

老师自己知道一堂课的教学目标还不够，还应让每个同学都知道本节课的学习目标，这样，他们的学习才能更有针对性，明确自己在这节课应该知道什么，学会什么。同时，老师在每节课的最后，还要对本课做出总结，让同学们能够做到一课一得，这样日积月累，同学们也就自然而然地学到了很多知识。

课堂上，老师抛出的问题，一定要经过深思熟虑，最好具有一定的趣味性，不能太简单，也不能太难，让他们自己主动思考，乐意思考。同时，还要鼓励他们发言，无论对错，一定要对他们的发言做出积极的评价，即使他们说错了，也要先肯定，再委婉地提出异议，因为只要举手，就说明他进行了思考，就要肯定，决不能打击他的积极性。

高中生的逻辑思维还没有发展完全，归纳总结的能力还比较一般，因此老师上课的思路一定要清晰，要让每堂课的知识形成一条线，同时还要把重点突出出来。只有这样，同学们的思路才能更加清晰，对知识的掌握才能更加牢固。

现在的网络十分发达，网络资源更是铺天盖地，教学资源也不例外，打开电脑，“教案”“课件”“教学实录”扑面而来，这就要求老师一定要抵住“诱惑”，不要被网络资源淹没自己的想法。我们可以借鉴一些好的教学资源，但课堂上一定要有自己的东西，有自己的独特见解和设计，只有这样，化学课才会更有意思，更有价值。

任何学科都不能离开现实生活，化学教学更是如此，因此，老师在教学过程中，要注意联系实际，适当融入当下的热点问题，把生活融入课堂。把化学学习与生活联系在一起，不但能够增强化学学科的趣味性和现实感，同时，还能够提高同学们的积极性，引发他们对现实问题的思考，进而拓展他们的视野，提高他们解决实际问题的能力。

上课过程中，老师对同学们的错误要及时更正，对他们容易

混淆的知识点要重点强调，同时，还要让同学们将本课的重点内容做好笔记，以便于课后复习。

教室一定要空气新鲜、光线明亮，只有这样，同学们才能心情舒畅，只有心情舒畅了，同学们才能更好地提高学习效率。一个光线昏暗、气味难闻的教室可能就会显得死气沉沉，有的同学也可能因此而走神、打瞌睡。同时，昏暗的教室更有损孩子们的视力，成为他们近视眼的温床。因此，上课的时候，一定要保持教室的空气新鲜，光线明亮。

## 汽车底盘实训心得体会篇六

第一次去到车间，其实还蛮期待的，到处都让我觉得新鲜，因为都从来没接触过那些东西啊。所以心里一开始就酝酿着：“我一定要干得漂漂亮亮，女孩子也可以的！”

第一节课主要讲的是理论，因为安全第一嘛！老师在上面认真地讲着关于焊工的知识 and 操作规程跟注意事项。我认真做好笔记。知道了焊接的种类，焊接前要防触电，防弧光的灼伤和烫伤，知道了引弧，运条这些专业术语…之前都一直认为只要注意一下就应该没什么问题，结果居然还有那么多的知识跟要领！仿佛是简单的，但我却越听越觉得危险，越听越觉得害怕了。但我怎么能退缩啊？就算怕死了还是得硬着头皮上啊，坚决不当缩头乌龟！给自己鼓劲，加油！

在听过老师认真的讲解跟实际操作后，终于有了机会穿好围腰，戴上皮手套，拿好面罩。一切就绪，准备动工咯!!!

理论听起来还蛮简单，看老师操作起来貌似也不怎么难。但自己做起来呢？实在让我很抓狂。开始的时候就站旁边拿面罩看同学先操作，心里不断捉摸那些细节，回想老师刚才说过的要领。看着看着好像也不那么怕了，于是就很勇敢地开动。恩恩，当我真正做到引弧，运条的时候，真的不觉得怕了。虽然第一节课下来，那个焊的水平实在是不敢恭维，但是我相信熟能生巧。

大家都很努力,我也要很努力,大家都没有放弃,我当然也不会放弃.我有目标.我相信坚持就是胜利!

第二节课,第三节课,我都有认真地练习,虽然自己还是觉得不满意,但是有一点点的进步也是好的,说明我的努力没有白费!说明我还是可以做好的.

要谢谢两位老师的耐心指导,谢谢同学们的帮助.

这是一次锻炼耐心和毅力的实习,它不仅让我学到关于焊工的一些知识,同时还让我明白了道理:做任何事都不能畏惧,要有信心和勇气.一定要做好充分的准备!不能盲目去做,要坚持,还要学会反思跟总结.只有这样才能不断进步.才能把事情做好.我们不是为了完成任务而完成,这还是一个学习跟提高的过程.

## 汽车底盘实训心得体会篇七

今年寒假,我在xx广告公司里实习了两个星期,09年金融风暴波及全世界,对我们的生活产生了巨大影响,日益严峻的就业形势,对我们面临毕业的大学生是一个巨大的挑战,也是一个很大的压力。

这次寒假实习,我把精力主要集中于与广告有关的工具软件上,因为在学校,老师不止一次对我们强调实践的重要性、强调技能的重要性。在当今社会形势下,学历并不能作为评价一个人的唯一标准,而当今社会更加注重人们的技能与能力。所以,我对photoshop、3dmax、adobe等系列软件有了一个初探,熟悉这些与广告制作有关的软件,亲自动手参与到公司的广告制作上,给了我很大的锻炼。同时,不光是学习制作,我还承担起了帮助公司给客户交送广告作品的任务,主要是一些平面广告作品,例如海报、横幅、大型背景、灯箱等等,与工人们一起组装大型的灯箱和广告牌。学到了学校不能给予的知识的的同时,又增添了我的社会实践经验,这

些都给予了我很大的帮助，为我今后步入社会增加了许多经验。

先从软件的学习上说起吧，我学习的重点软件是photoshop，因为广告公司里。许多广告平面设计和制作都是由photoshop来完成的，因此我首先熟悉了一下基本的操作，公司还派了韦师傅来教我，师傅一开始并没有带着我工作，而是叫我先在photoshop上制作一件作品，仗着以前学过一点专业知识，我按着师傅的要求，兴致勃勃的操作起来，一个小时过去了，我却发现连第一个要求都没达标，以前的知识在实践中却不那么好使，连连碰壁的我只好求教师傅，他对我说我：“很多大专甚至中专的学生都对photoshop了如指掌，比你们这些大学生强多了”，我很是惭愧，原来韦师傅就是大专毕业，这让我对大专的职业教育有了新的看法，也让我更加意识到现今社会竞争的激烈。后来，师傅手把手教我操作photoshop的技巧，不仅帮我复习了以往的知识，也让我学会了很多操作手法。

接下来的几天，我在师傅身旁跟着他学习制作广告作品，每天一大早，师傅就拿着工作单查看今天的工作任务，在制作的过程中还时不时的与客户保持电话联系，师傅和我说，制作一件广告平面作品，自己的创意和兴趣固然很重要，但是一定要在客户的指定范围内，切不可随心所欲的按自己的喜好来制作，一切要以客户的利益为准，“客户要我们怎么做，我们就怎么做”。不过在制作过程中还要随机应变，根据具体情况与客户协商作品的风格、样式、表现手法等，这是一整套看似简单，但操作起来复杂的工作流程。听了师傅的这番讲解，我初步了解了广告作品从设计到完成的一系列过程，也加深了对广告行业的认识，虽然只是一个小小的广告公司，却给我好好上了一课。

跟着师傅几天了，终于能让我自己独立练习了，先是模仿师傅以前的历史作品，然后是制作些简单的作品，例如铜牌、

横幅、简单的海报，不过别看这些东西简单，其实制作都是有严格规定的，长、宽、高、规格、比例、字体等，一样都不得有偏差，这项任务既考验耐心又锻炼技术。实习的时间过得真的很快，转眼一个星期过去了，第二个星期的星期一，我终于可以正式为客户制作广告作品了，这让我激动不已。任务是：制作一张婚宴座次排放表，样式没有特别的要求，喜庆吉祥就行。于是，我上网下了好几个婚庆模板，选择了一个最好的开始修改制作，利用photoshop做出花纹图案和桌子的简图，再将桌子按顺序一一排好，点缀上吉祥漂亮的花纹，再将背景修改一下，打上文字，最后就完工了。送交到师傅那，他看了看，对我说还有很多错误，我很惊讶，明明我很努力认真的制作，怎么还有瑕疵那？师傅对疑惑的我指出了几点错误。

首先，最大的错误就是婚宴桌子的排放，我对婚宴啊什么的，这些风俗和讲究不是很熟悉，桌子的排放应该按照主桌、家人、亲戚、朋友等依次排列，要有先后和尊卑，朝向和桌子的摆放组合也很有讲究，朝向就是要选个吉利的方向，桌子的摆放有很多组合，要根据主办方的要求和桌子的数目，进行精致的组合摆放。第二，就是我的海报做的还是不够精纯，有些地方不够仔细美观，而且没有标注桌子的序号，也没有加上酒店的标识，这些都是要注意的。经过师傅的指点，大改了一番后，终于完成了。这件事也让我知道，光是学好广告的专业知识是远远不够的，广告是涉及社会各个方面的社会科学，包括了很多专业以外的知识，例如经济、营销等，在学好专业知识的基础上，还要扩展自己的社会经验和各方面的知识，把知识学杂了，成为一个“杂家”，对今后的工作是很有帮助的。

我不光在实习单位学习photoshop还在回家后试着熟悉其他软件3dmax、adobe等系列软件我都亲手使用了一下。不过，要把这么多软件学好学精，不是件容易的事，只能选择其中对我专业最有用处的几款软件，努力的学习着操作技巧。我

不仅在实习单位跟着师傅学习制作广告，有时还给客户送货，使我对广告市场也有了初步的认识，结合书本知识亲身经历了广告公司与客户间的合作、接洽，真正让我在理论与实践获取中获取实习经验，为我积累了珍贵的实习经历和社会经验。

## 汽车底盘实训心得体会篇八

这个寒假，为了以后走上工作岗位做好准备，我到xx农业生产资料有限公司进行了为期一周的实习，任办公室文员一职。在工作的这段时间，我始终怀着一颗感恩的心，按照公司的要求，严格要求自己，在公司领导及各位同事的支持与帮助下，较好地完成了自己的本职工作。现将实习心得总结如下：

经过了一个月的工作，在工作中发现了很多自身的缺点和不足，就这些方面作此总结，请各位领导及同事们批评指正。

工作经验要不断积累：在这一个月的工作中，对公司内很多实际工作的流程不甚了解。缺少业务知识方面的实际经验，还处于等待领导分配工作再去做的阶段。没能完全主动地申请自己没接触过的但可以提高自身能力的任务，没有充分做好在一段时期内的工作规划，实际工作经验只是停留在了一定的水平之上且增长缓慢。在工作中总是怕麻烦别人，很多时候遇到问题时未能做到与领导及同事的有效沟通。本来一个懂得人一点就通的问题，自己总是费了很多时间与精力，才得出一个相同的结果。这样既减慢了工作的效率，在下一项工作下来时，又延误了工作的完成时间，以至于工作都堆在了一起。造成这样的原因主要是平时做事不专心，马虎大意，总犯自以为是的错误，不能虚心地听取他人的意见，这种浮躁的心态，错过了向别人学习和增长知识的机会。以后我会多去主动接触、尝试一些以前没接触过的任务，对自己不懂的问题做到及时地询问这方面经验多的领导及同事，多向领导及同事学习他们的经验。使自己多些锻炼的机会，让自己在工作中不断积累新的经验，这样在今后的的工作中才能快速成长起来。

**技术水平有待提高：**工作的闲暇时间未能充分用来学习或与同事探讨技术知识。技术知识面较陈旧，未能做到及时了解更新自身要理解的新的技术知识，以至于领导分派下任务后，只能在摸索中完成；技术知识面较窄，有很多在实际工作中用到的设备及技术都还不了解。对自己技术能力水平还要进一步提高，多去学习新的技术知识，掌握新的技能。

**沟通技巧有待增强：**在工作中遇到一些自己不明白的问题时，很少能做到与领导及时有效的沟通，没有完全意识到下级与上级沟通的重要性，自己在摸索中收效又不大，也没能做好与各方面进行及时果断有效的沟通，耽误了工作的完成时间。今后我会在这方面多加注意，逐步改变自身的在沟通上不敢去说的习惯，养成以工作完成度为重心的沟通技巧。

**培养竞争意识和创新观念：**竞争意识是推动个体努力学习，自觉提高职业素质的动力。创新就是要打破安于现状、听天由命、依赖别人的人生观。自己光有文化知识和职业技术是不够的，还必须具有创新观念与创业精神，才能更好地实现在企业中的就业。

**培养适应变化的能力：**职业内容的不断更新和新型职业的不断产生决定了现代职业对人的素质提出了更高的要求。新资源的开发、新技术的发明与应用、生产工具的革新、生产组织的改革和管理水平的提高，不仅要求人们具备更高的科学技术知识和操作技能，而且要求人们打破旧的传统观念，解放思想，开阔思路，树立时间观念、效率观念与合作观念。

**培养广泛的兴趣：**应时刻保持一种积极进取、主动热情的心境，自己应多去探索和参加各种活动。当自己一旦产生某种兴趣，便会聚精会神地投入其中，克服一切困难，直到最后取得成功。兴趣广泛，就会经常注意周围出现的新问题，从而大大地拓宽自己的知识面。广泛兴趣的培养要通过实践活动，广泛接触各种事物，在活动中逐渐体验到心理上的满足，从而激发出兴趣和爱好。

重视能力补偿：“勤能补拙”是性格与能力之间的补偿；“熟能生巧”是活动对能力的增进。“兴趣是的老师”说明了培养兴趣可以克服能力上的欠缺。

培养良好的职业品格：良好的职业道德是抵制各种不正之风，转变企业风气，建立良好的人际关系，建设高度的企业精神文明的重要保证。要具有忠于职守，献身事业的乐业和敬业精神，实事求是、严肃认真的劳动态度，刻苦钻研、精益求精的工作作风以及在工作中团结协作和全心全意为他人服务的精神。在工作中，无私、正直、勤奋、诚实、守信、坚定、勇敢等优秀职业品质是在工作上做出成绩的必要条件。一个对人热情友好、乐于助人的人能得到同事的好感；一个有强烈事业心和责任感的人能得到领导的赏识；一个谦虚好学、踏实肯干的人能得到师傅的赞扬。