

2023年研究生科研素养提升讲座心得 文学素养提升心得体会(优质8篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

研究生科研素养提升讲座心得篇一

文学素养是指一个人在文学方面的修养和素质。近年来，随着社会的发展和人们生活水平的提高，文学素养对于个人的修养和思想境界的提升变得越来越重要。通过阅读和研究文学作品，可以使人拓宽视野、提高个人修养，乃至潜移默化地改变一个人的思维方式。本文将以我的亲身经历为例，分享我在提升文学素养方面的心得体会。

第二段：阅读经典文学作品的重要性

阅读经典文学作品是提升文学素养的一种重要途径。在大学期间，我有幸读了一些具有代表性的文学经典，如《红楼梦》《水浒传》《西游记》等。通过阅读这些经典之作，我感受到了伟大作家们的智慧和情感表达的深度。不仅如此，这些作品还通过描述社会现象和人性的复杂性使我对社会问题和人类内心有了更深入的认识。经典作品之所以经久不衰，恰恰是因为它们揭示了人类共同的情感和命运，激发了读者的共鸣。

第三段：多元化阅读的推荐

在提升文学素养的过程中，多元化的阅读必不可少。不仅要阅读经典文学作品，还应该关注当代的文学创作。当代文学

作品可以更好地反映当下社会的变革和人们的思想观念。此外，广泛阅读不同类型的作品，如小说、诗歌、散文等，可以帮助我们理解不同文体的特点和优势。丰富的阅读经历不仅可以启迪我们的思维，还可以提高我们的文学欣赏能力和创作能力。

第四段：参加文学活动的体验

除了阅读，积极参与文学活动也是提升文学素养的有效途径。通过参加文学沙龙、读书会等活动，可以提高自己的交流能力，与其他热爱文学的朋友们进行深入的探讨和交流。此外，参加文学比赛和写作班可以锻炼自己的写作技巧，并得到专业人士的指导和反馈，从而提升自己的文学创作能力。在这个过程中，我不仅结识了一群志同道合的朋友，还从中学到了很多与文学创作相关的知识和技巧。

第五段：文学素养与个人成长的关联

在提升文学素养的过程中，我逐渐意识到文学与个人成长之间的紧密关联。文学的深度思考和情感表达可以帮助我们理解人类的智慧和情感，进而帮助我们更好地理解自己和他人。文学作品中的人物形象和情节可以引发我们对人生和世界的思考，帮助我们认识自己的优点和不足，从而不断地成长和进化。提升文学素养不仅可以增加个人的审美情趣，还可以培养一个人的情感世界和生活态度。

结尾：

总之，在提升文学素养的过程中，我们需要不断地阅读经典文学作品、多元化阅读、参与文学活动，并与人进行深入的交流和讨论。通过这样的努力，我们可以提高自己的文学修养和素质，拓宽自己的思维视野，增进对人生和世界的理解，不断成长和进化。而这种成长，将为我们的人生带来更广阔的可能性。

研究生科研素养提升讲座心得篇二

加强理论方面的学习。

大学生首先要重视理论方面的学习，因为，只有用理论的武器武装头脑，才能够形成科学的方法，指导实践，让我们的事业更加顺利，工作更加得心应手，也更加接地气。

积极参加社会实践活动。

对于大学生来说，如果想要更多的了解社会，必须要积极参与社会实践，通过到具体的工作岗位上，我们应该多吃一些具体的事情，不要总是感觉高高在上，从基层做起，了解群众呼声。

向身边先进典型学习。

无论在学校还是在单位，都有一些先进人物，这些典型人物是我们学习的榜样，而这些先进典型的事迹，必定有其闪光点，所以，要认真学习他们的长处，让自己品行更加完善。

做到理论联系实际。

我们在具体工作中，一定要做好既要学习理论，又要有实际操作能力，而理论联系实际的能力，是非常重要的，要做到工作扎实务实，勤奋创新，将理论和实践完美结合。

研究生科研素养提升讲座心得篇三

树立职业理想是大学生职业素质教育的切入点职业理想是人生对未来职业的向往和追求，帮助大学生树立坚定正确的职业理想是高校对大学生职业教育的切入点和核心内容。大学生的职业理想是他们人生职业实现的精神支柱，它对促进大

学生在学业上奋发进取，顽强拼搏，弃而不舍地按照自己的职业需要充实完善自我，实现未来人生的职业目标有积极的促进作用。

正确的职业理想还有助于大学生在求职过程中正确处理国家、社会和个人之间的关系和合理地确立求职的期望值，自觉将国家需要与个人利益相结合。大部分大学生孩提时代就有最初的职业理想，有的相当科学家，有的想当医生，有的想当演员。这种萌动的职业理想随着人的成长而变得成熟，特别是受过高等教育的大学生，树立正确的职业理想，将是他们人生启航的坐标点和职业归宿。

目前，部分大学生受市场经济的负面作用的影响和西方腐朽思想的侵蚀，受“金钱第一”，为我奋斗等腐朽思想的毒害，标榜“潇洒人生，梦幻人生”，使职业理想变得模糊和扭曲。要使大学生的职业理想向正确的方向发展，必须用现代的科学理论来指导就业、择业和创业，使他们的人生观、价值观、世界观与职业观辩证统一起来，让正确的职业理想成为大学生成人、成才、成业人生风范的不竭动力。

研究生科研素养提升讲座心得篇四

随着社会的发展，人们对文学的关注也越来越多。文学素养作为综合素质教育的一部分，受到了越来越多人的重视。亲自提高文学素养的过程中，我深刻地体会到了文学的独特魅力并受益匪浅。通过阅读，写作和欣赏文学作品，我不仅对文学有了更深刻的理解，也发现了一种独特的内心力量。

首先，在提升文学素养的过程中，最重要的一点就是阅读。阅读是获取文学知识的重要途径，也是培养文学素养的基础。我发现，通过阅读，我能够更好地理解文学作品中蕴含的内涵，感受到作者通过文字所传达的思想和情感。例如，在读《红楼梦》时，我体会到作者对人生苦难与命运的思考，对

家族式微和封建道德的质疑。这些思想让我有了更深入的思考，让我更加独立地思考问题，而不是盲从于社会舆论。阅读不仅为我提供了丰富的知识和思考的能力，而且也拓宽了我的视野，让我能够更好地理解这个世界。

其次，写作是提升文学素养的另外一个重要方式。通过写作，我锻炼了自己的表达能力和思考问题的能力。写作是对阅读的反思和总结，是将自己的理解重新表达出来的过程。在写作的过程中，我能够更好地组织自己的思维，提炼出重要的观点和思想。例如，在写一篇读后感时，我需要思考自己在阅读中所获得的感悟和思考，并进行整理和概括，这就需要我具备一定的逻辑思维和表达能力。通过不断地写作，我不仅提升了自己的写作技巧，也提高了自己的文学素养。写作的过程不仅能够让我更好地理解文学作品，也能够更好地理解自己的内心世界。

另外，文学素养的提升还需要通过欣赏文学作品来获得。欣赏是对文学作品的审美和享受，是对作者的赞赏和尊重。在欣赏文学作品的过程中，我能够感受到文学作品所传递的情感和意义。这种感受不仅仅是审美上的享受，更是一种情感上的共鸣。例如，在欣赏一幅画时，我能够感受到画家对自然的热爱和对生活的思考，这些情感让我感到由衷的敬佩和感动。通过欣赏，我不仅能够提高对文学作品的理解和欣赏能力，也能够提升自己的文学素养和审美能力。

最后，通过参加文学社团和文学活动，我进一步提升了自己的文学素养。文学社团和活动为我提供了与其他文学爱好者交流和互动的平台，并且通过集体的学习和分享，我能够更好地了解文学作品和文学知识。在这个过程中，不仅可以学习到其他人的观点和见解，也能够交流自己的思考和感悟，这样能够让自我的文学素养得到更深入的提升。而且文学社团和活动也能够激发我的创作灵感，使我更加积极地投身于文学创作中。

总之，提升文学素养是一个综合性的过程，需要通过阅读，写作，欣赏和交流等多种方式。通过这些方式，我深刻地理解到了文学的独特魅力，并且增强了自己的思考能力和表达能力。文学素养不仅让我更好地理解这个世界，更让我发现了一种独特的内心力量，使我成为一个更加全面和有思想的人。因此，我将继续不断提高自己的文学素养，深入感受文学的魅力，并将其运用于自己的生活中。

研究生科研素养提升讲座心得篇五

今天上午，是我们新乡市教研室的王红奎老师为我们授课。他是正高级教师，特级教师，中原名师，河南省名师，全国优质课特等奖第一名获得者，河南省教育厅学术技术带头人，他为我们带来《核心素养背景下站在课程的高度教学》的精彩讲座。

他从党史资料入手，告诉我们教师要有政治素养、政策素养、专业素养和操作素养。他用具体的资料让我们明白作为教师肩负着学生的未来、国家的未来，要培养有理想、有本领、有担当的时代新人。

而这些立德树人的目标如何落实呢？就要落实到课程之中，起点要高，落点要小，落点要实，像沙子一样一粒一粒积累起来，深化在学生心中。有些课程我们认为不容易落实德育目标，王老师就以数学、英语、物理等学科为例子，具体指导落实的方法。比如英语上的《红绿蓝黄》，红可以从我们的国旗引出，这是烈士革命献血所染，自然就能激发爱国情感；黄从国旗上的五星，从家乡金色的麦浪引入，学生会为自己家乡是祖国的粮库而骄傲；蓝则从蓝天引入，蓝天保卫战的环保理念深入学生心中，而蓝色长空中我国自主研发的民航飞机、战斗机则给孩子注入了强国强军的理想；绿从“绿水青山就是金山银山”引入，进而拓展到我们新乡的南太行，我们也要保护家乡的青山绿水，则激发起学生热爱家乡、保护环境的感情。

所以，我们可以看到，在所有的课程中，我们都可以做到紧抓核心素养，实现立德树人的目标。

而我作为一名语文教师，以后更应该注重素养，珍惜课程，敬畏工作，真正担负起自己的责任来！

研究生科研素养提升讲座心得篇六

科研提升班是为了提高学生的科研能力，培养创新思维而设立的课程。在开班仪式上，老师详细介绍了班级的目标和学习计划，并强调了科研的重要性。作为学生，我们深深地感到了科研的力量和可贵之处。开班仪式上，老师还提醒我们要珍惜这次机会，全力以赴，因为这次课程对我们的学术发展十分关键。我深受启发，在未来的学习中将更加努力，为自己的科研之路奠定坚实基础。

二、专家讲座

在科研提升班上，我们还邀请到了一位著名专家进行讲座。专家讲座上，他向我们讲解了科研的方法和技巧。他强调了深入调研和良好的实验设计的重要性。此外，他还分享了他多年科研的心得和经验，让我们受益匪浅。通过专家的讲座，我更加明确了自己科研的方向，并且学到了许多实用的技巧。我深感科研之路并非孤单的旅程，专家的指导和经验可以为我们提供有力支持。

三、科研实践

科研提升班的一大亮点是科研实践。在课程中，我们分成小组进行科研项目。每个小组有一个导师指导，并且有机会参观实验室和采集数据。通过实践，我们真正领悟到科研的艰辛和耐心。每天都要进行大量的文献阅读和数据处理，这对于我们来说是一个挑战，但也是一个机会。通过实践，我逐渐掌握了科研的方法和技巧，并且培养了耐心和坚持的品质。

科研实践不仅提升了我们的科研能力，也锻炼了我们的团队合作意识和解决问题的能力。

四、科研成果展示

科研提升班的最后一项任务是科研成果展示。每个小组都需要给出一份详细的报告，并进行口头答辩。在报告中，我们详细介绍了科研的背景、目的、方法和结果。同时，我们也分享了科研过程中的心得和感悟。通过科研成果展示，我们不仅加深了对自己科研项目的理解，也学到了其他小组的优秀研究。同时，答辩环节还让我们有机会展示自己的表达能力和思维逻辑。通过成果展示，我更加坚定了自己投身科研的决心。

五、结业典礼

在科研提升班的结业典礼上，老师对我们的表现给予了高度评价，并且希望我们能够继续保持科研的热情，为科学研究作出贡献。同时，老师还提醒我们科研道路上会遇到各种困难和挑战，但只要保持努力和坚持，就一定能够取得成功。在结业典礼上，我深深地感悟到科研提升班的重要性和价值。我决心将所学到的知识和经验运用到今后的科研工作中，为科学事业作出自己的贡献。

总之，科研提升班是一个宝贵的机会，让我更加深入地了解科研的世界。通过开班仪式、专家讲座、科研实践、科研成果展示以及结业典礼，我切实感受到了科研的重要性和挑战。未来，我将继续努力，坚持科研的道路，并为科学事业贡献自己的力量。

研究生科研素养提升讲座心得篇七

相遇总是美好的，在相遇中学习，在学习中反省，在反省中有所行动……今年暑假我有幸跟着工作室参加了由商丘师范

学院承办的“20xx年新乡市班主任核心素养培训”，这趟培训之旅，我遇见了殷商之源、华商之都的商丘，遇见了具有真知灼见的大师们，遇见了一群志同道合的老班们。培训时间虽短，但我们却收获满满。

还记得张建涛老师在《做一个成长型的教师》讲座中所主张的教师“七力”——信仰力、专注力、表达力、学习力、转化力、思想力、驱动力。圆规为什么可以画圆？那是因为脚在走，心不变。回想当年高考后填报志愿时的“一意孤行”——所选院校、所报志愿皆为师范类，那就是我的教育初心，近十年的教学工作，心中对教育的热爱丝毫不减，心中对这份工作的执著没有任何倦怠。我想，这就是张老师所指的信仰力吧。是呀，只要心中有信仰，肩上才会有力量，脚下才会有方向。张老师在讲座中分享了一张“清华大学教职工粉笔板书比赛”时的照片，心中不由暗想：清华大学教授还有基本功比赛呀。由此可见：作为一名小学教师也需要有扎实的基本。工工整整的板书，全心全意地备课，认认真真地批改，一心一意的钻研。这就是教师应有的专注力吧。最让我折服的就是张老师的表达力了，作为一名语文老师，超强的表达力也是一种人格魅力，但自己在这一方面还是比较欠缺的。我想，阅读会是表达力的沃土，看来阅读必须要跟上。

还记得张胜利老师“志远号”和“嵌名诗”。原来优秀的老师都有着深厚的知识储备和惊人的表达力。那一篇篇嵌名诗，那一首首劝勉词，那一本本管班经，都让我望尘莫及。正如张老师说的“或许会有人阻碍我们成功，但没有人阻止我们成长。所谓的困难与挫折，都不是阻碍我们成长的理由，懒惰才是造成我们平庸的罪魁祸首。”克服懒惰，端正态度，向下扎根，向上成长。

还记得马慧园老师那别出心裁的活动——“我的优秀品质”、“冥想”。小小的活动，却给会场带来了大大的能量，小小的活动，也带动了我对自己、对工作的一会儿思索：生命的

五朵金花很是可贵，我们要用心理营养来浇灌生命之花。不管是面对自己的孩子，亦或是班里的孩子，在必要的时候我们要无条件地接纳他（她），在某种情况下，我们要给予孩子一定的肯定、赞美或认同，随时随地我们要以身作则，努力做孩子的重要他人，做孩子生命中的贵人。

还记得杨卫平老师人文班级中的种种人文故事。杨老师是一个有故事的老师，也是一个会讲故事的老师。从杨老师一个个温暖的人文故事中，我知道了一个人文班级体要有的模样：人文班级要爱惜每个人的身心健康，人文班级要发现每个人的价值和尊严，人文班级要帮助每个人成为自己，人文班级要有更广阔的人文空间，人文班级要珍视人的理想与追求，人文班级要有源源不断的人格建设，人文班级要温暖明亮的美好未来。

还记得王红奎主任的讲座，他让我知道了新时代教师应该具备的几种素养：政治素养、政策素养、专业素养、操作素养。王主任分享的几个教学案例让我明白了作为新时代的教师，应该在核心素养的背景下，在立德树人旗帜的指引下，以教学情境为抓手，落实课堂思政与学科素养的有机融合。

还记得闫付庆老师倾情分享的家校沟通的“宜”和“忌”。闫老师的课讲得很实在，很接地气。我也是一名农村小学的班主任，和闫老师有着太多太多的相似经历……听着闫老师，就能想到自己平日工作中的点点滴滴……以后就跟着闫老师学做农村班主任了，努力做好家校合作，时刻谨记家校合作的“八忌”和“八宜”。

与君共勉：我们每一个人也都已经、将要或正在成为家长，你希望自己孩子的老师怎么样，自己就努力成为什么样子的老师。

还记得资深的都娟校长那有温度的教育和那有温度的讲座。最让我动容的就是“小边儿同学”，那节很重要的优质课

被“小边儿同学”搞成这样，但都老师最后那“热泪盈眶”和“认真赞美”打动了在场的很多人。我不知道这节优质课最后的结果是什么，但我确定，这节优质课是一节真正的优质课，它的“优质”超越了知识的本身，它的“优质”在于教师对学的仁爱和温和，它的“优质”在于它诠释了教育的真谛……这个故事之所以让我动容，一方面是因为都老师那有温度的教育智慧，另一方面是因为我也有一个与之极其相似的教育故事。很可惜，我没有都老师做得那样有温度。世界上最大的遗憾莫过于：我本可以，却未能全力以赴。以后的教育之路，我也要努力地做得有温度。

与君共勉：做有温度的教育，时刻不忘他（她）还是个孩子，时刻不忘自己曾经是个孩子。

同样的教育舞台，却演绎着不一样的教育精彩。同样的班主任工作，却有着不一样的教育诗意。听报告的最高境界是影响和改变，相遇总是美好的，感谢相遇，那就让我们跟着名师去成长吧。

研究生科研素养提升讲座心得篇八

职业素养是对职业人的内在要求，是一个人在职业过程中表现出来的综合品质。下面是爱汇小编给大家整理的提升职业素养的心得体会，供大家阅读！

前段时间，我参加了公司组织的由××师范大学××教授主讲的职工职业素养的培训学习，×教授的讲课非常轻松活泼，让我在笑声中了解到职工素养的重要性，也让我从×教授列举的实例中对职工的职业素养有了更多方面的认识。

先做人，后做事，一个企业的成长，离不开员工的努力；一个员工要有个人发展，也离不开企业这块平台，良好的品质和人格是做人的根本，也是做事的基础。所以，职业素养是每

个员工所必须具备的素养，员工好的职业素养，将是我公司整体风貌的展现。简单而言，职业素养是员工对自身工作了解与适应能力的体现，一个优秀员工应该具备十点基本的职业素养，下面我将从这十个方面谈谈关于职业素养的一些心得。

一、诚实守信；

诚实守信，是做人的基本准则。诚实，就是忠诚老实，为人处事以诚相待；守信，则是信守诺言，讲求信用。诚实与守信是相互联系又相互统一的优良品德，是思想和行为高度一致的具体表现。

二、善于学习，勤于学习；

我们应该像海绵一样，通过各种方式学习，向书本学习、向同事同行学习、向有经验的人学习、向行业专家学习；同时应该养成计划与总结的习惯，做完一件事，要善于发现执行过程中的问题，并进行很好的总结归纳，将其提升到理论与流程的高度，避免犯二次错误。

三、不断创新，力量的源泉；

一个企业要想在激励的市场竞争中获得竞争优势与市场份额，产品的差异化与低成本等竞争策略的实施，需要通过员工们的持续创新来实现。一个员工要想实现价值增值，最关键的一点就是要拥有与众不同的创新能力。

四、高度的责任心；

什么是责任？责任就是做好份内应做的事；责任就是没有做好份内应做的事，因而应当承担的过失；责任是一个人对自己的所作所为负责，是对他人、对集体、社会、国家及至整个人类承担责任和履行义务的自觉态度。当我们坚守责任时，我

们就是在坚守最根本的人生义务。放弃了自己对社会的责任，就意味着放弃了自身在这个社会中更好生存的机会。我们不能推卸责任，推卸责任就意味着我们失去了实现自己价值的机会。当一个人能够意识到自己的责任时，他又在完善自己的路上迈出了一大步。一个有责任感的人会给别人一种信任感，会吸引更多的人与自己合作。“责任保证一切”，责任保证了信誉，保证了服务、保证了敬业、保证了创造……正是这一切，保证了企业的竞争力。

五、高度执行力；

所谓执行力，简单地说，就是保质保量的完成自己的工作和任务的能力。企业管理专家指出，一家企业的成功，30%靠的是战略，30%靠的是运气，另40%靠的是执行力。可见，执行力是何等重要，仅有战略和运气是不行的，必须有强的执行力。

六、优雅文明的举止礼仪；

举止礼仪就是人们在各种社会的各种具体交往中，为了互相尊重，在身体姿态方面约定俗成的共同认可的规范。用优美的体姿表达礼仪，比用语言更让受礼者感到真实、美好和生动。

七、态度决定一切；

态度决定一切，什么样的态度是受欢迎的？积极的，建设性的，欣赏他人的，包容的，自信的，乐于助人的等等，这些构成了一个有感染力的环境，每个人都愿意工作在这样的环境中，这样的环境使人的压力减轻，也使事情朝着好的方向发展。积极的态度就是乐观豁达，要有乐观平和的职业心理，做好自己该做的事情，工作要主动、必须做到位，尽自己最大努力做自己份外的事情也是一种收获。天长日久提高的'是自己，快乐的也是自己，用好的心态面对一切！

八、忠诚度；

忠诚是员工的立身之本，是一个人必须拥有的良好品质，是生存和发展的重要能力。忠诚是一种气节，是一种能力。有忠诚之心，才会有独特的人格魅力，才会拥有更好的职业声誉和品牌形象。忠诚不是一种纯粹的付出，忠诚也会有回报，企业并不仅仅是老板的，同时也属于员工的。忠诚是企业的需要，是老板的需要，但更是员工自己的需要。作为一名员工，你必须忠诚才能立足于职场，你自己才是忠诚的最大受益者。

九、注重细节；

细节决定成败，小事不能小看，细节方显魅力。以认真的态度做好工作岗位上的每一件小事，以责任心对待每个细节。只有把小事做好了，才能在平凡的岗位上创造出最大价值。我们在工作中需要改变心浮气躁、浅尝辄止的毛病，注重细节，从小事做起。在今天这个社会，几乎所有的员工都胸怀大志，满腔抱负，但是成功往往都是从点滴小事开始的，甚至是从细小至微的地方开始。如果不遵守从小事做起的原则，必将一事无成。

十、敬业

什么是敬业？敬业，就是尊敬、尊崇自己的职业。如果一个人以一种尊敬、虔诚的心灵对待职业，甚至对职业有一种敬畏的态度，他就已经具有敬业精神了。一个人，如果没有基本的敬业精神，就无法成为一个优秀的人，更难以担当大任。只有把工作当成事业来干，才能长久，才能卓越，对待工作不是一般努力就可以，而是虔诚，不是尽力而为，而应全力以赴。我们每个人都有责任、有义务，责无旁贷地去做好每一项工作，我们都应该为工作尽一份心、出一份力。

通过此次关于员工职业素养的培训，让我更深层次的认识到了

提高职业素养的重要性。每个人的职业生涯的发展，大的方向有两个：一是不断提高专业水准，二是培养职业素养。前者比较容易被大家关注，后者可能没有被很好的重视，但是它对人的要求很高，它无时无刻不在，最能显示出一个人的道德层次和精神境界。

一般人都把自己的职业只看作是一种谋生的手段，仅仅当作是一项工作而已，很少有人把它作为一种神圣的职业去看待。这就是普通人和职业者的最大区别。做为一个职业者，就要做到爱岗、敬业。从基本目标来说，是为挣一份工资而谋生。从高标准来说，是一种自我价值的实现。所以一个职业者，要清楚自己不同于一般的社会闲散人员和普通的家庭妇女。职业者要从各方面严格要求自己，要通过自己的职业工作塑造自我，要清楚“你非你、我非我”的道理，即每一个人做为社会的一分子，不是孤立的一个人，每个人都在自己的工作岗位上，承担着一份公司赋予你的职责。

我们每一个人都渴望成功，而成功的过程不是甘来苦尽却是苦尽甘来，正因如此，却非人人所能及。天下是没有免费的午餐，每个人都在改变，“适者生存”这个道理我想大家都懂，所以我们必须改变自己。通过此次培训课，我明白一个人的思想决定了一个人的所为，所以我们必须突破自己的思想从态度上去改变自己。一个人的态度决定了一个人的人生出发点是否正确，这也就好比为一座高楼筑基，所以思想态度的改变在提高自身职业素养上边显得尤为重要——态度决定一切。

首先，我们在工作时一定要一丝不苟，认真仔细，一个员工在公司的大部分时间都是在工作的，这就要求他在这段时间内一定要小心谨慎，一丝不苟，不能总是出错，有必要时时检验自己的工作结果，以确保自己做的工作万无一失。工作的时候应该一直保持极大的工作热情，不仅要顺利完成工作任务，工作之余还应经常总结经验教训，不断提高工作效率。

其次，虽然在工作中我们也许会犯一些错误，受到领导的批评，但是这些错误和批评能让我们在以后的工作中更加小心谨慎，获得一份经验，提高工作效率。在公司工作的这几年时间里，领导和一些老员工的严谨、认真的工作作风给我留下了很深的印象，我也从他们身上学到了很多自己缺少的东西。这次培训虽然时间不是很长，但是却让我更深一步的了解了公司的企业文化、公司的管理模式和高层次的职业素养，这对我来说是很宝贵的。

在态度之外更重要的一点是找准自己的目标和方向，有了一颗进取之心却没有正确的人生导向，那无疑是人生的悲剧。有人忙碌了一辈子，辛辛苦苦，直到两鬓斑白，仍然一无所成。这就要求我们在梦想之路上立下志向，确定目标，不能老是停留在迷茫当中。这就好比你去打出租车，上了车司机问你去哪里你却告诉他不知道去哪一样的道理。一旦决定了目标，你就要学会承担。《职业素养》的培训告诉我们：要梦想，就得承担；既选择，就得承担；一旦决定，就得承担，包括学会承担委屈，公司的任何人都不是你的父母亲人，没有人愿意为你的过错或者非过错买单，任何时候，学会承受委屈是区别一个人是否足够成熟的标志。

通过此次培训使我懂得，在公司工作要怀着感恩的心，努力回馈，忠实于自己的选择，勇于承担自己的责任，学会尊重与理解，没有什么事情是办不到的。未来的结果，取决于今天的行为；今天的行为，取决于我们的思想；我们的思想，取决于我们的信念；我们的信念，来自于我们的眼光；我们的眼光，来自于我们的态度！

2015年前，我参加了集团公司组织的职工职业职业素养培训大会，培训的课程常轻松活泼，让我在笑声中了解到职工素养的重要性，也让我从老师列举的实例中对职工的职业素养有了更多方面的认识。

一个企业的成长，离不开员工的努力；一个员工要有个人发展，

也离不开企业这块平台，良好的品质和人格是做人的根本，也是做事的基础。所以，职业素养是每个员工所必须具备的素养，员工好的职业素养，将是我公司整体风貌的展现。所以，我们只有做到以下七个方面的职业素养，方能成为一个合格的“天力人”。

一、具有高度执行力；

所谓执行力，简单地说，就是保质保量的完成自己的工作和任务的能力。企业管理专家指出，一家企业的成功，30%靠的是战略，30%靠的是运气，另40%靠的是执行力。可见，执行力是何等重要，仅有战略和运气是不行的，必须具备强有力的执行力。做到：信守承诺，没有借口；绝对服从，永不言败。

二、做人做事要诚实守信；

诚实守信，是做人的基本准则。诚实，就是忠诚老实，为人处事以诚相待；守信，则是信守诺言，讲求信用。诚实与守信是相互联系又相互统一的优良品德，是思想和行为高度一致的具体表现。

三、面对任务要明确成果与期限；

我们在面对上级布置的任务时，适时的布置时间计划，明确任务的成果和期限，我们最终要做成果，而不是结果。同时，还要通过各种方式学习，向书本学习、向同事同行学习、向有经验的人学习、向行业专家学习；应该养成计划与总结的习惯，做完一件事，要善于发现执行过程中的问题，并进行很好的总结归纳，将其提升到理论与流程的高度，避免犯二次错误。

四、具备高度的责任心；

什么是责任？责任就是做好份内应做的事；责任就是没有做好

份内应做的事，因而应当承担的过失；责任是一个人对自己的所作所为负责，是对他人、对集体、社会、国家及至整个人类承担责任和履行义务的自觉态度。当我们坚守责任时，我们就是在坚守最根本的人生义务。放弃了自己对社会的责任，就意味着放弃了自身在这个社会中更好生存的机会。我们不能推卸责任，推卸责任就意味着我们失去了实现自己价值的机会。当一个人能够意识到自己的责任时，他又在完善自己的路上迈出了一大步。一个有责任感的人会给别人一种信任感，会吸引更多的人与自己合作。“责任保证一切”，责任保证了信誉，保证了服务、保证了敬业、保证了创造正是这一切，保证了企业的竞争力。

五、始终要明白态度决定一切；

态度决定一切，什么样的态度是受欢迎的？积极的，建设性的，欣赏他人的，包容的，自信的，乐于助人的等等，这些构成了一个有感染力的环境，每个人都愿意工作在这样的环境中，这样的环境使人的压力减轻，也使事情朝着好的方向发展。积极的态度就是乐观豁达，要有乐观平和的职业心理，做好自己该做的事情，工作要主动、必须做到位，尽自己最大努力做自己份外的事情也是一种收获。天长日久提高的是自己，快乐的也是自己，用好的心态面对一切！

六、忠诚度；

忠诚是员工的立身之本，是一个人必须拥有的良好品质，是生存和发展的重要能力。忠诚是一种气节，是一种能力。有忠诚之心，才会有独特的人格魅力，才会拥有更好的职业声誉和品牌形象。忠诚不是一种纯粹的付出，忠诚也会有回报，企业并不仅仅是老板的，同时也属于员工的。忠诚是企业的需要，是老板的需要，但更是员工自己的需要。作为一名员工，你必须忠诚才能立足于职场，你自己才是忠诚的最大受益者。

七、注重细节；

细节决定成败，小事不能小看，细节方显魅力。方可知，千里之堤毁于蚁穴，所以我们要以认真的态度做好工作岗位上的每一件小事，以责任心对待每个细节。只有把小事做好了，才能在平凡的岗位上创造出最大价值。我们在工作中需要改变心浮气躁、浅尝辄止的毛病，注重细节，从小事做起。在今天这个社会，几乎所有的员工都胸怀大志，满腔抱负，但是成功往往都是从点滴小事开始的，甚至是从细小至微的地方开始。如果不遵守从小事做起的原则，必将一事无成。