

最新毕业生自我鉴定集锦篇 毕业生自我鉴定集锦(精选8篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

毕业生自我鉴定集锦篇篇一

我叫，就读于**大学，工商管理学院市场营销专业，即将于xx年7月份毕业。我怀着一颗热忱的心和对事业的执着追求，真诚地向您推荐自己。

在思想上，我力求上进，积极参加政治学习，关心国家大事，拥护党和国家的方针政策，不断加强自己的理论修养，提高自己的思想觉悟和政治素质，积极向党组织靠拢。

在学习中，我本着对知识的热切追求，认真、努力地学好各门学科，各科成绩良好。我对市场营销专业的基础理论知识有了比较全面的认识，具备了一定的专业问题分析及判断能力。我在努力学好课内营销理论知识的同时，利用课余时间，积极拓展阅读其他领域的知识，不断充实自身，积累了作为一名市场营销专业人士所必需的广泛知识。

我的英语水平优秀，顺利通过大学英语四六级，在xx年暑假中自学并获得上海市中级口译资格证书。在计算机方面，我从小学开始就学习操作电脑，拥有比较专业的电脑维修知识，经常帮助同学处理在操作电脑中出现的问题，熟练运用计算机基础知识和常用操作软件，精通ms office、photoshop等专业软件。

在实习实践中，我也积极进取，努力提高自身素质。在校期间，曾担任营销0802班主任。我充分利用空余时间，在不同

行业的公司实习实践，学习到各种风格的营销方式和方法，同时，也锻炼了自己的沟通能力和团队协作能力，培养了脚踏实地、认真负责的工作作风。

作为一名即将毕业的学生，我的经验不足或许让您犹豫不决，但请您相信我的努力将弥补这暂时的不足。也许我不是最好的，但绝对是最努力的，我真诚地希望贵公司能给我一个投身事业的机会，我一定会以极大的热情与责任心投入到贵公司的发展建设中去。最后，再次感谢您阅读此信，愿贵公司事业欣欣向荣！

此致

敬礼！在大学四年的学习过程中，我不断挑战自我，充实着自己，与时俱进，全面发展自己各方面应具有的能力。

在学习中，我认真学习专业课，刻苦钻研，学习成绩优异，曾荣获两次一等奖学金，一次二等奖学金，一次三等奖学金，亦荣获“优秀学生”荣誉称号。勤奋学习结合着社会实践，使我具有较强的学习能力和分析处理问题的能力，此外，还具备计算机的基础知识，兼修经济学，企业管理等相关的专业知识。

在思想上，我积极进取，有较高的思想觉悟，与时俱进，关心国家大事。

在生活中，我活泼开朗，做事耐心，乐观向上，时常与老师沟通交流，与同学相处融洽，乐于助人，善于听取他人意见，集思广益，有较强的责任心及良好的人际关系，交友面广，有较好的沟通能力。

我兴趣广泛，特长是短跑，长跑，曾获得市运会短跑200米第二名的佳绩等，在校加入跆拳道协会，多次参加各高校联赛，并具备裁判员的相关知识与技术，同时还积极参加学校的一

系列活动，如校运会健美操表演，迎新表演以及一些公益募捐活动等等，这不仅使我增强体质，也使我更加坚强与自信。学习之余的实习与兼职，使我学会了一些处人处事的方法，有较好的组织协调能力，同时也积累了一定的经验，为将来的工作打下了基础。

我认识到自身还有许多要学习的地方，所以今后我仍会以乐观向上的态度对待工作与学习，使自己更加全面发展。

具有一定职业发展前景，有助于本人提升相关专业技巧，与核心竞争力的职业岗位。

毕业生自我鉴定集锦篇篇二

本人在本科函授学习阶段，思想进步，认真学习，努力钻研专业知识，毕业之际，回顾三年来的学习、工作以及生活，自我鉴定如下：

(一)政治思想上：

在政治思想方面。本人有坚定的政治方向，热爱祖国，热爱人民，拥护中国共产党的领导，热爱神圣的教育事业。函授期间，能认真执行学校、学院的决议。尊敬老师、团结同学、乐于助人、勇于奉献，具有良好的道德品质和思想修养。

(二)学习目的及态度

我已圆满的完成了学院规定的课程。函授虽三年，但真正参加面授的时间只有几个月，所以我非常珍惜面授的时间。上课期间，我保持以往学习时代的风格，不迟到、不早退。有要事则向班主任请假。上课认真听老师的讲解，作好学习笔记，并把自己的困惑拿出来和老师共同探讨。对老师布置的作业，我从来都是不折不扣的高质量的完成。因为我深深明白：这是我提高自己水平和能力的机会。

(三)收获和体会

平时不常读书，函授学习使我感受到自身文学修养的欠缺，并促使我研读各种文学书籍，并把它与平时的教学工作相结合。教学上取得了良好的效果，个人素质也得到了很大提高。

(四)工作与学习的处理上

在工作期间，我一边尽力做好自己的本职工作，一边不忘老师的嘱咐。充分利用自己的闲暇时间，把函授期间不能作具体解说的书本知识理解消化。一份耕耘，一份收获。学习上的毫不懈怠使我能从容面对每一次考试，并取得不错的成绩。

(五)存在问题及努力方向

虽说是三年的函授学习，实际上面授只有三个月左右。虽说函授教师备课认真负责，学员真正能从老师那学到的东西并不多。大部分的知识还得靠自己的积累和教学实践中的领悟。在以后的学习工作中，我将以此为基础，不断的研究学习，提升自己。

三年的函授学习生活即将过去，但学无止境，本人一定以此次学习为经验，以工大的优良教学理念为指导，加强理论学习，踏实工作作风。

函授毕业生自我鉴定 三

珍贵的四年大学生活已接近尾声，感觉非常有必要总结一下大学四年的得失，从中继承做得好的方面改进不足的地方，使自己回顾走过的路，也更是为了看清将来要走的路。

学习成绩不是非常好，但我却在学习的过程中收获了很多。首先是我端正了学习态度。在我考进大学时，脑子里想的是好好放松从重压下解放出来的自己，然而很快我就明白了，

大学仍需努力认真的学习。看到周围的同学们拼命的学习，我也打消了初衷，开始大学的学习旅程。其次是极大程度的提高了自己的自学能力。由于大学的授课已不再像高中时填鸭式那样，而是一节课讲述很多知识，只靠课堂上听讲是完全不够的。这就要求在课下练习巩固课堂上所学的知识，须自己钻研并时常去图书馆查一些相关资料。日积月累，自学能力得到了提高。再有就是懂得了运用学习方法同时注重独立思考。要想学好只埋头苦学是不行的，要学会“方法”，做事情的方法。古话说的好，授人以鱼不如授人以渔，我来这里的目的就是要学会“渔”，但说起来容易做起来难，我换了好多种方法，做什么都勤于思考，遇有不懂的地方能勤于请教。在学习时，以“独立思考”作为自己的座右铭，时刻不忘警戒。随着学习的进步，我不止是学到了公共基础学科知识和很多专业知识，我的心智也有了一个质的飞跃，能较快速的掌握一种新的技术知识，我认为这对于将来很重要。在学习知识这段时间里，我更与老师建立了浓厚的师生情谊。老师们的谆谆教导，使我体会了学习的乐趣。我与身边许多同学，也建立了良好的学习关系，互帮互助，克服难关。现在我已经大四，正在做毕业设计，更锻炼了自我的动手和分析问题能力，受益匪浅。

一直在追求品格的升华，注重自己的品行。我崇拜有巨大品格魅力的人，并一直希望自己也能做到。在大学生活中，我坚持着自我反省且努力的完善自己的品格。四年中，我读了一些名著和几本完善品格的书，对自己有所帮助，越来越认识到品行对一个人来说是多么的重要，关系到是否能形成正确的人生观世界观。所以无论在什么情况下，我都以品德至上要求自己。无论何时何地我都奉行严于律己的信条，并切实的遵行它。平时友爱同学，尊师重道，乐于助人。以前只是觉得帮助别人感到很开心，是一种传统美德。现在我理解道理，乐于助人不仅能铸造高尚的品德，而且自身也会得到很多利益，帮助别人的同时也是在帮助自己。回顾四年，我很高兴能在同学有困难的时候曾经帮助过他们，相对的，在我有困难时我的同学们也无私的伸出了援助之手。对于老

师，我一向是十分敬重的，因为他们在我彷徨的时候指导帮助我。如果没有老师的帮助，我可能将不知道何去何从。我现在领悟到，与其说品德是个人的人品操行，不如说是个人对整个社会的责任。一个人活在这个世界上，就得对社会负起一定的责任义务，有了高尚的品德，就能正确认识自己所负的责任，在贡献中实现自身的价值。

社会实操能力有了很大提高。大学四年中，我参加了不少的校内活动和做过一些社会实操。参加校内的活动可以认识到更多的同学，也就增加了与其他同学交流和向其学习的机会，锻炼了自己的交际能力，学到别人的长处，认清自己的短处。此外，还一直做班委和寝室长，对自己既是压力又是动力。我喜欢做一些社会活动，会让大学生活更丰富多彩，做过家教、志愿者、推销员和设计员等，有时会感到累些，但乐此不疲。

体育成绩一向很好。我的体质并非很出色，可是通过我的练习和对体育项目的理解，还是能很好的完成体育课的教授项目。我喜欢运动，基本对所有运动都感兴趣，尤其是足球。在四年之后的今天，我的球技有了质的提高，脚法和意识。我是从高一开始接触足球，起步比较迟，可进步很快，总能在同一水平的伙伴中踢一段时间后脱颖而出。我认为这可能是由于抱定了要踢好的决心，也许还有那么点运动天赋。踢足球不仅锻炼了身体，而且增强了团队精神和集体荣誉感。

个人认为这个世界上并不存在完美的人，每个人都有自己的优点缺点，但关键是能否正视并利用它们。四年来，我不断的自我反省，归纳了一些自己的优缺点。

我的优点是诚实、热情、性格坚毅。我认为诚信是立身之本，所以我一直是以言出必行来要求自己的，答应别人的事一定按时完成，记得有好几次，同学或老师约了我见面，我答应以后必定按时到达指定约会地点，即使有急事也从不失约，给他们留下了深刻的映像。由于待人热情诚恳，所以从小学

到大学一直与同学和老师相处得很好，而且也很受周围同学的欢迎，与许多同学建立起深厚的友谊。在学习知识的同时，我更懂得了，考虑问题应周到，这在我的毕业论文设计中充分展示了出来。我这个人有个特点，就是不喜欢虎头蛇尾，做事从来都是有始有终，就算再难的事也全力以赴，追求最好的结果，正因为如此，我把自己的意志视为主要因素，相信只要有恒心铁棒就能磨成针。一个人最大的敌人不是别的什么人，而是他本身。这么多年来，我一直都是在跟自己作战，准确地说，是和自己的意志战斗。现在回想起来，我确实比以前坚毅了许多，但我不会松懈下来的。以上这些优点，是我今后立身处世的根本，我应该继续保持，并不断以此鞭策自己奋发向上。

我个人认为自己最大的缺点就是喜欢一心两用甚至多用。急功近利，喜欢一口气学许多东西，但是贪多嚼不烂，即使最后都能学会，也已经搞得自己很疲劳。如今想想，这样其实并不好，正所谓贵在精而不在广。如果我一段时期内专注于一种学问，不求博但求精，相信一定能更深刻的理解并掌握这门知识。自从我发现自己有这个缺点和问题后，我常常警戒自己，步入社会后也不能一心两用。

通过四年的大学生活，学到了很多知识，更重要的是有了较快掌握一种新事物的能力。思想变成熟了许多，性格更坚毅了。认识了许多同学和老师，建立起友谊，并在与他们的交往中提升了自身素质，认清了自身的一些短处并尽力改正。社会实践能力也有很大提高，为将来走向社会奠定基础。

四年的大学生活是我人生这条线上的一小段，是闪闪发光的一段，它包含了汗水和收获，为我划平人生的线起着至关重要的作用。

毕业生自我鉴定集锦篇篇三

回顾大学三年，通过良师的教导和自身的刻苦学习，我已初

步掌握如何运用英语知识进行一般商务活动，也养成了认真对待学习和工作的好习惯！

在品德上

本人有良好道德修养，并有坚定的政治方向。我热爱祖国，热爱人民，坚决拥护共产党领导和社会主义制度，遵纪守法，爱护公共财产，团结同学，乐于助人。并以务实求真的精神热心参予学校的公益宣传和爱国主义活动。

在学习上

我圆满地完成本专业课程。并具备了较强的英语听读写能力。对office办公和其它流行能熟练操作，并在因特网上开辟了自己个人空间。平时我还涉猎了大量文学、心理、营销等课外知识。相信在以后理论与实际结合当中，能有更大提高！

在生活上

我崇尚质朴的生活，并养成良好的生活习惯和正派的作风。此外，对时间观念性十分重视。由于平易近人待人友好，所以一直以来与人相处甚是融洽。敢于拼搏刻苦耐劳将伴随我迎接未来新挑战。

在工作上

我通过加入院学通社与合唱团，不但锻炼自己的组织交际能力，还深刻地感受到团队合作的精神及凝聚力。更加认真负责对待团队的任务，并以此为荣！

作为积极乐观新时代青年，我不会因为自己的大专文凭而失去自信，反而我会更加迫切要求自己充实充实再充实。完善自我是我未来目标。且我相信：用心一定能赢得精彩！

毕业生自我鉴定集锦篇篇四

学习中，我认真刻苦、不甘落后，前三年平均绩点3.51，平均成绩86.46分，均名类前茅，还曾获校级三等奖学金等。我报考全国计算机等级考试，获得了二级c语言、三级网络技术、四级网络工程师等证书。

工作中，我加入了两个院级组织，一个校级组织，工作认真负责、尽职尽责。我小心协调工作和学习，在完成学习任务的同时，社团工作也一点没有落下，这培养了我严谨缜密的思维方式、善于创新的工作作风和很强的沟通组织能力。

生活中，我有着北方人真诚豪爽、不拘小节的特性，我乐观开朗，富于爱心，善于聆听，集思广义，有较强的责任心及良好的人际关系，和同学、朋友建立了深厚的友谊。

我积极参加学校运动会、水运会，增强体质，强健体魄。我还拥有丰富的实习、实践等社会工作经历，并积极响应学校一年一度的暑期三下乡支教活动，这都使我受益匪浅。丰富的阅历，为将来的道路打下了基础。

毕业生自我鉴定集锦篇篇五

作为一名成人教育的学生，我感到非常的荣幸，毕业参加了工作了还有这样的机会继续学习，这在以前是想都不敢想的，我有社会经验，有能力，思想稳重等，这些就是我最大的财富；我不放弃学习，因为我想看到更多知识的光芒。

在思想上，我持明礼诚信、爱国守法、坚持实事求是的思想和作风，勇于追求真理，具有强烈的爱国主义情感和高度 的社会责任感。我不但遵守学校的各项规章制度，具有良好的思想道德品质，而且各方面表现优秀。我时刻牢记自己是一名光荣的共产党员，怀着强烈的集体荣誉感和工作责任心，坚持实事求是的原则，注重个人道德修养，且乐于助人，关

心国家大事。

在学习和生活中，我一直在思想上、学习上和生活中严格要求自己。回望过去的日子：这一段时光不但让充实了自我，而且也让我结交了许多良师益友；这段岁月不仅仅只是难忘，而是让我刻骨铭心。年华虽逝，带不走的记忆却历历在目。

学习上，通过良师的教导和自身的刻苦学习，我已掌握如何运用英语知识进行一般商务活动，也养成了认真对待学习和工作的好习惯。我圆满地完成本专业课程，并具备了较强的英语听读写能力。而且乐于与同学分享学习经验，并能即使帮助同学解决疑难问题。学有余力，我还取得了建筑安全员证书和会计上岗资格证书，并通过努力取得了助理工程师的职称。平时我还阅读了大量文学、心理、营销等课外知识而且理论联系实际，使我的工作能力有了很大的提高。

在生活上，我崇尚质朴的生活，并养成良好的生活习惯和作风。此外，我平易近人，待人友好，所以一直以来与人相处甚是融洽。而且在阶段，我踏踏实实的工作，充分运用自己所学的专业理论知识与实践相结合，受到了领导和同事的一致好评。

今后，我将再接再厉，不断地完善自我，努力成为一名优秀的工作者，做一个全面发展的社会主义建设者，做一个对国家、对社会有用的人。相信这些经历和积累都将成为本人人生道路上的宝贵财富。在以后的工作和学习中，本人将继续保持并发扬严谨治学的作风，兢兢业业，争取取得更大的成绩。

函授毕业生自我鉴定 五

通过三年的本科函授学习，本人在思想认识，业务知识，专业技能等方面都有较大的提高。现作自我鉴定如下：

(一)思想认识：本人在函授期间，能认真学习学院开设的《马克思主义文艺理论》、《西方文论》、《中国古代文论》、《语言学概论》、《美学》等课程，对各种文学理论和语言学理论有较系统的了解和把握，对文学作品的认识有了一定的广度和深度，弥补了以往在宏观把握上的不足，拓展了在微观审视上的优势，提升了自身处理语文教材的能力。特别值得一提的是：通过对美学理论的学习，认识到语文教材和课文都蕴含审美因素，课堂教学过程更蕴含审美因素，语文教学是一门遗憾的艺术。作为一个教师，作为一个在新课程背景下的现代语文教师，应尽己所能，最大限度地挖掘教材、课文、教学过程的审美因素，对学生进行审美教育，提高学生的审美能力，把学生塑造成具有一定美学审判能力的现代合格公民。

(二)业务知识：三年的函授学习，虽然面授时间短，平时教学任务繁重，没有很多的时间作深入的思考，但觉得还是有较大的收获：特别是通过对《现代汉语》、《古代汉语》、《现代文学》、《古代文学》《儿童文学》等的学习，使本人在过去的基础上，有一个较完整的框架把握，对以前在专科阶段学习的知识有个反刍的机会，对知识有进一步的理解，自身素质有进一步的提高。实话实说，虽然很多知识在课堂上用不着，但作为一个教师，一个新课程背景下的教师，你要倒给学生一杯水，你自己必须有好几桶水，而且必须是活水。这些知识使本人高屋建瓴，提升了对教材的宏观把握和微观处理的整合能力。

(三)专业技能：教学是一门科学，更是一门艺术，语文教学更是一门科学和艺术结合的遗憾艺术，语文教师的专业技能涉及到林林总总，方方面面，有教材的处理技能，问题设计技能，授课技能等，不用说其他，单是课堂教学技能就令人目不暇接，疲于应付，什么导入技能，过渡技能，提问技能，结课技能，板书技能等。函授学习对我影响最深的是课文教学主问题的设计和问题的分解及坡度设计；如何有效地引导学生进行小组合作探究。较之过去有较大的提高。

(四)存在的问题：三年的函授，实质上面授只有三个月左右。虽然授课教师备课授课认真负责，但因为时间段，教学走过场，考试也走过场，学员真正学到的东西很少。大部分只能靠学员本人在教学实践中领悟、提升。另外一些新课程背景下教师急需解决的问题得不到解决：如现代教学媒体的知识应用，语文教学课件的制作和应用，新课程背景下教师角色的转换，教学策略的变化，师生间的交流沟通，小组合作探究的规范操作等无法得到学习和进修，这可能是现代高等教育与初等教育相脱钩的弊端。这是广大教师继续学习最盼望得到解决的，但总也得不到解决。也许这只是我的一个梦想。也是本人存在的问题。

有关函授毕业生自我鉴定

毕业生自我鉴定集锦篇篇六

三年的中专生活充实而紧凑，我努力把自己培养成为一名一专多能综合型的社会应用人才。

从踏入中专门槛的那天起，经过良师的精心指导以及自己的奋力拚搏、自强不息，我逐渐成为了一个能适应社会要求的新时代大学生，并为做一个知识型的社会主义建设者打下坚实的基础。

我最大的特点是：诚实守信，热心待人，勇于挑战自我。为人处世上，我坚持严于律己，宽以待人，“若要人敬己，先要己敬人”，良好的人际关系正是建立在理解与沟通基础之上的。

我的优点是诚实、热情、性格坚毅。我认为诚信是立身之本，所以我一直是以言出必行来要求自己的，答应别人的事一定按时完成，这给别人留下了深刻的印象。由于待人热情诚恳，所以从小学到大学一直与同学与老师相处得很好，而且也很受周围同学的欢迎，与许多同学建立起深厚的友谊。在学习

知识的同时，我更懂得了，考虑问题应周到，这在我处理人际关系时充分展示了出来。我这个人有个特点，就是不喜欢虎头蛇尾，做事从来都是有始有终，就算再难的事也全力以赴，追求最好的结果，正因为如此，我把自己的意志视为主要因素，相信只要有恒心铁棒就能磨成针。一个人最大的敌人不是别的什么人，而是他本身。

通过这三年的学习使我懂得了很多，从那天真幼稚的我，经过那人生的挫折与坎坷，到现在成熟、稳重的我。使我明白了一个道理，人生不可能存在一帆风顺的事，只有自己勇敢地面对人生中的每一个驿站。当然，三年中的我，曾也悲伤过、失落过、苦恼过，这缘由于我的不足与缺陷。但我反省了，这只是上天给予的一种考验，是不能跌倒的。中专生的我们应该善用于扬长避短的方法来促进自己，提高自己的综合水平能力。

毕业生自我鉴定集锦篇篇七

从xx年开始，我在西安石油大学进行了为期三年的.函授学习生活，从学习开始到今年的毕业，不管是比思想方面还是业务能力和专业技能方面都得到了进一步的提高，根据整理，我的函授毕业自我鉴定如下：

（一）政治思想上：

本人在函授期间，有坚定的政治方向，热爱祖国。热爱人民，热爱社会主义，拥护党的领导，遵纪守法。在函授期间，我努力遵守学校的规章制度，尊敬师长，团结同学，助人为乐。

（二）课程学习上

三年的函授学习，虽然面授时间短，平时工作任务繁重，没有很多的时间作深入的思考，但还是有较大的收获。

在这里，教师的博学，同学的真诚，虽说已经都是工作了的人，但那般情景，那份纯洁，真仿佛让我一下子回到了学生时代，一如那股学习的劲头。

为了提高自己，我特别珍惜这次学习的机会。我能处理好工作与学习的关系，把学（来源：）习当作完善自身的需求，把学习当成促进工作的动力。

根据自身研究方向的要求，有针对性的认真研读了有关核心课程，为自己下一步的工作打下坚实基础；我努力提高自身的业务水平，业务能力提高很快，已经能较好的完成各项工作任务，胜任本职工作。

（三）实践能力上：

在实践工作中，根据导师的指导，研读了大量书籍，逐步明确了自己下一步需要努力的方向，通过技能学习与实践相结合，取得了很好的效果。个人综合素质、业务能力也得到了相应地提高。

（四）努力方向上

毕业生自我鉴定集锦篇篇八

时光飞逝，光阴荏苒，转眼间我参加的历时三年的xx本科函授学习已近尾声，即将毕业的我回顾过往的足迹，点点滴滴依然清晰分明。

三年的函授学习的过程，是我在社会实践中不断的挑战自我的一个过程，也是我充实自我的一个过程。毕业之即，现对自己三年来的学习和生活作一个总结和鉴定：

一、思想认识方面

本人在参与函授学习的同时也注重政治理论学习，能自觉与党中央坚持高度一致；尊重领导，团结同学，认真遵守函校的相关制度。上课期间，坚决做到不迟到、不早退，有要事则向班主任请假。工作上，亦能正确处理好“工学”矛盾，以此保证工作与学习两不误。

二、学习方面

自参加xx本科函授学习以来，本人能按照学校的有关规定，利用业余时间自学各门课程，并坚持以往学生时代的历来风格，勤做笔记，做到不懂就问。进取参加集中面授，按时完成各科作业。经过学习，掌握了所学课程的部分知识，并经过了所学课程的考核。

三、业务知识方面

在函授学习的这段时间，从不忘学校的工作。我坚持一边认真备课，做好自我的教学本职工作，努力把学生教好；一边不忘任课教授的嘱咐，充分利用自我的闲暇时间，把函授时不能作具体解说的书本知识理解消化。一分耕耘，一分收获。学习上的毫不懈怠使我能从容应付每一次考试，并取得不错的成绩。虽然面授时间短，平时教学任务繁重，但我还是有较大的收获：异常是经过对《西方文论》、《中国古代文论》、《语言学概论》等课程的学习，使本人在过去的基础上，自我的教育教学水平得到了大幅度提高，并保证这些知识为我所用。

四、不足之处

三年的函授，实质上头授仅有三个月左右。虽然授课教师备课授课认真负责，但因为时间短，教学走过场，考试也走形式，学员真正学到的东西很少，大部分只能靠学员本人在教学实践中。