

2023年提升能力转变作风 能力提升总结(优质10篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

提升能力转变作风篇一

治水大业，人才为本。感谢局党委高度重视青年人才培养，让我有幸参加了此次由吴岭水库□xx水库和省水利水电职业技术学院三方联合举办的职工业务技能提升培训班。此次培训班为期7天，分为4天的理论知识培训与3天的实地实操培训，在这7天的培训时间里我们系统的学习了水文及水文勘测基本知识、机械制图及起重设备基本知识、电工学基本知识、自动化控制及远程监控基本知识、闸门及启闭机设备运行维护及常见故障排查处理等操作技能专业知识。通过xx省水利水电技术学院专业老师对机电以及水利专业基础知识的详细讲授，以及现场的实操讲解，让我们豁然开朗、受益匪浅，在理论和实际上都有了一个很大提升，具体有以下几点感受：

通过此次系统的培训学习，不仅开阔了我们的视野，还拓宽了我们的思维，为我们今后的工作顺利开展打下了坚实基础，我们在今后的工作中要使新的知识能够为我所用，明确“学历代表过去、能力代表现在、学习代表未来”。要通过不断的学习来取得进步，把学习到的理论知识科学、合理地运用到未来的工作之中。

安全生产重于泰山，培训老师多次跟我们强调安全生产的重要性，安全工作对于我们闸门操作人员来说责任重大，关系着水利经济效益和人民的生命财产安全。所以在日常的生产

工作中一定要把牢安全生产这根红线，我会在今后的工作中结合自身的岗位实际，做好汛前、汛后、农业灌溉工作的安全生产检查工作，在平时多注意渠道安全巡查，把此次学习的闸门及启闭机运行管理内容好好消化，运用到我的实际工作之中。

对于能给我们带来进步的人或者事我们都要常怀感恩之心，单位给了我们一份工作，不仅能够让我们衣食无忧，而且还给了我们一个可以实现自我人生价值的平台，同时单位给予我们这次学习的机会来丰富我们的知识阅历，我们更应该常怀感恩之心，珍惜这次学习机会，用自己的实际行动来回报单位领导的信任，我们要抱着一个感恩的心态来面对我们将来的工作，要用积极的心态来为灌区人民做好服务，这样我们在服务的过程中将会多一份宽容和理解，少一份抱怨和推诿。

总之这次培训机会来之不易，感谢局领导给我们创造了这次学习进步的机会，我们要珍惜机会、努力学习，做到学以致用，在平时的工作中要主动学习、积极思考、善于总结，不断提高自己的业务技能和综合素质，同时还要加强与身边领导、同事的交流学习，多借鉴身边兄弟单位的优秀工作经验，努力提高我们渠道管理工作水平，为单位创建国家级水利工程管理单位贡献一份力量。

提升能力转变作风篇二

忙碌而充实、疲惫却喜悦。是啊，我们的学习和生活又将在这忙碌、疲惫中充实、喜悦、收获着。我将吸取遗憾的教训、收获的经验，脚踏实地，不断学习。现根据个人的实际情况，制定如下计划：

一、自身现状分析

（一）优势分析

- 1、熟练精通电源行业品质管理和项目管理，精通iso质量管理体系。
- 2、有较强的团队组织能力和部门间沟通能力，大局观强（凡事依公司的利益为第一原则，依维护公司形象和公司制度为基础）。
- 3、遇事积极主动，凡找自身不足，不推诿，有担当。
- 4、有较强的处理客诉能力，有丰富处理海外客户事务经验。

（二）不足剖析

- 1、品质宣传不够，品质培训不够，公司体系制度推行不够。
- 2、忍性不够，有时计划实施不能自始至终，造成结果不算完美。
- 3、表达能力有待加强。
- 4、制程监督不彻底，标准化推行不够。
- 5、问题追踪不彻底，品质纠正预防措施实施有待进一步提升，执行力还须加强提升。
- 6、部门工作品质有待进一步提升，人员素质提高、工作技能提升还需进一步加强。

二、思想道德素质

在本职工作上，注重个人道德修养，严于律己，关心同学的学习、生活，在与同学的相处中，注意加强团结，与同学相处融洽，合作愉快，心往一处想，劲往一处使，组成一个团结协作的大家庭。

三、个人学习素质

作为一名学生，除了要具备良好的思想品德，高尚的道德情操；还需要具备较高水平的知识水平和技能。本学年我将注重开拓视野，仔细研读各科知识，搜集最新的知识信息，争取在较短的时间内提高学习成绩。经常上网浏览教育教学相关网页，随时记下可借鉴的优秀案例等材料，以备参考。不断为自己充电，每天安排一定的时间扎实提高基本功，努力使自己成为能随时供给别人帮助的人。

四、课堂学习素质

1、注重日常教学常规的扎实与提升。

精心准备每一堂课，遵守各项规章制度和教学常规，做到课前有预习、不迟到、不提早下课、不挖苦讽刺同学等。

2、勤于反思，完善自我。

每堂课都应该有新收获新启发，课后及时反馈。记下学习中的成功点和失败点，及其改进方法。

3、练就自己扎实的基本功。

4、利用信息技术手段辅助学习。

五、心理素质

心理素质指表现在每个人身上的那些经常的、稳定的、本质的心理特征。我要努力将自己的心理素质调整好，力争达到以下表现：（1）广泛的兴趣。（2）高尚的道德情感。（3）坚强的意志。表现为明确的目的性；一贯的坚持性；处理问题的果断性；克服困难的勇气性。（4）良好的性格特征。要热情开朗，耐心细致，沉着冷静，诚实正直，与人为善，温

和宽厚。（5）发达的认知能力。包括观察力、注意力、记忆力、想象力、思维力等。

六、身体素质

健康标志可分为：（1）精力充沛，能应付日常生活和工作的压力；（2）身体各部分发育良好，功能正常；（3）随机应变的能力强，能适应外界环境的各种变化等。为了能更好的工作，我会努力提升自身的身体素质。

七、工作能力

1、提高应变能力。应变能力是当代人应当具有的基本能力之一。在当今社会中，我们每个人每天都要面对比过去成倍增长的信息，如何迅速地分析这些信息，是人们把握时代脉搏、跟上时代潮流的关键。它需要我們具有良好的应变能力。另一方面，随着社会竞争的加剧，人们所面临的变化和压力与日俱增，每个人都可能面临择业，下岗等方面的困扰。努力提高自己的应变能力，对保持健康的心理状况是很有帮助的。

2、沟通协调能力。沟通协调是通过情感、态度、思想、观点等各种信息的交流，来控制、激励和协调他人的活动，使之相互配合，从而建立良好协作关系。沟通协调贯穿于工作的各个环节，无论制定计划、做出决策，还是进行监督、控制和处理各种人际关系，都离不开沟通协调。沟通有利于我们在工作中获取信息，发挥出自身的最大潜能，而协调是一种黏合剂，也是一种组织力，有利于提高我们的工作效率，发挥出单位的整体效能。要提高沟通协调能力，一是要构建和谐的人际关系，只有在轻松和谐的氛围下，才能充分发挥职工的积极性，为各项工作开展提供强大的动力和支持。二是要提高语言表达能力，确保沟通协调的顺利进行。借助语言这一工具传递信息、表达情感，进行良好的沟通与协调。三是提高非语言表达能力，增强沟通协调能力。非语言表达能力也就是体态语言表达能力，通过自身的体态语言达到沟通

协调的效果。四是提高行政沟通能力，就是提高理解别人的能力和增加别人理解自己的可能性。

3、改善表达能力。要想提高自己的表达能力，首先，要敢说话。就是说在讨论问题中，无论你的回答的正确与否，都应该敢于说话；其次，要学知识。能不能善于表达，敢于表达，主要还取决于你的文化知识程度；第三，加强锻炼。平时应该多学习各种问题的表达方式，包括语气高低灵活运用。

随着经济的发展和社会的不断进步，对我们的要求也越来越高。所以，我压力很大，但我将变压力为动力，无论工作还是学习中都保持一种脚踏实地的作风，胜不娇、败不馁的健康心态，锐意进取、追求卓越的精神，我也坚信我的'付出会有收获。在以后的工作当中争取做一个各方面全面发展新时代人才。

拓展：沟通能力提升方法

（1）开列沟通情境和沟通对象清单

这一步非常简单。闭上眼睛想一想，你都在哪些情境中与人沟通，比如学校、家庭、工作单位、聚会以及日常的各种与人打交道的情境。再想一想，你都需要与哪些人沟通，比如朋友、父母、同学、配偶、亲戚、领导、邻居、陌生人等等。开列清单的目的是使自己清楚自己的沟通范围和对象，以便全面地提高自己的沟通能力。

（2）评价自己的沟通状况

在这一步里，问自己如下问题：对哪些情境的沟通感到愉快？对哪些情境的沟通感到有心理压力？最愿意与谁保持沟通？最不喜欢与谁沟通？是否经常与多数人保持愉快的沟通？是否常感到自己的意思没有说清楚？是否常误解别人，事后才发觉自己错了？是否与朋友保持经常性联系？是否经常懒得

给人写信或打电话？客观、认真地回答上述问题，有助于了解自己在哪些情境中、与哪些人的沟通状况较为理想，在哪些情境中、与哪些人的沟通需要着力改善。

（3）评价自己的沟通方式

在这一步中，主要问自己如下三个问题：通常情况下，自己是主动与别人沟通还是被动沟通？在与别人沟通时，自己的注意力是否集中？在表达自己的意图时，信息是否充分？主动沟通者与被动沟通者的沟通状况往往有明显差异。研究表明，主动沟通者更容易与别人建立并维持广泛的人际关系，更可能在人际交往中获得成功。沟通时保持高度的注意力，有助于了解对方的心理状态，并能够较好地根据反馈来调节自己的沟通过程。没有人喜欢自己的谈话对象总是左顾右盼、心不在焉。在表达自己的意图时，一定要注意使自己被人充分理解。沟通时的言语、动作等信息如果不充分，则不能明确地表达自己的意思；如果信息过多，出现冗余，也会引起信息接受方的不舒服。最常见的例子就是，你一不小心踩了别人的脚，那么一“对不起”就足以表达你的歉意，如果你还继续说：“我实在不是有意的，别人挤了我一下，我又不知怎的就站不稳了……”这样罗嗦反倒令人反感。因此，信息充分而又无冗余是最佳的沟通方式。

（4）制订、执行沟通计划

通过前几个步骤，你一定能够发现自己在哪些方面存在不足，从而确定在哪些方面重点改进。比如，沟通范围狭窄，则需要扩大沟通范围；忽略了与友人的联系，则需写信、打电话；沟通主动性不够，则需要积极主动地与人沟通等等。把这些制成一个循序渐进的沟通计划，然后把自己的计划付诸行动，体现在具体的生活小事中。比如，觉得自己的沟通范围狭窄，主动性不够，你可以规定自己每周与两个素不相识的人打招呼，具体如问路，说说天气等。不必害羞，没有人会取笑你的主动，相反，对方可能还会在欣赏你的勇气呢！在制订和

执行计划时，要注意小步子的原则，即不要对自己提出太高的要求，以免实现不了，反而挫伤自己的积极性。小要求实现并巩固之后，再对自己提出更高的要求。

(5) 对计划进行监督

这一步至关重要。一旦监督不力，可能就会功亏一篑。最好是自己对自己进行监督，比如用日记、图表记载自己的发展状况，并评价与分析自己的感受。当你完成了某一个计划，如跟一直不敢说话的异性打了招呼，你可以奖励自己一顿美餐，或是看场电影轻松轻松。这样有助于巩固阶段性成果。如果没有完成计划，就要采取一些惩罚措施，比如做俯卧撑或是做一些懒得做的体力活。

总之，计划的执行需要信心，要坚信自己能够成功。记住：一个人能够做的，比他已经做的和相信自己能够做的要多得多。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

提升能力转变作风篇三

第一段：引言-介绍培训的背景

培训是一种提升个人能力的重要方式。在现代社会，知识和技能的更新换代迅速，培训成为了每个人追求成功的必经之路。我最近参加了一次关于能力提升的培训课程，并从中受益匪浅。在这篇文章中，我将分享我个人的培训心得体会，并总结出了一些能力提升的关键要素。

第二段：有效沟通——关键能力

在培训课程中，我们学习了许多关于有效沟通的知识和技巧。我意识到，良好的沟通能力是个人和职业发展的关键所在。通过具体的训练和实践，我逐渐学会了倾听他人的观点、表达自己的想法，并能够以恰当的方式表达自己的观点。这不仅仅提高了我的人际交往能力，还使我在工作中能够更好地与同事、客户和上级合作。

第三段：团队合作——集体力量

在培训课程中我们进行了一系列的团队合作活动，这让我深刻地意识到团队合作的重要性。通过与团队成员互相支持、协作和分享，我们能够更好地完成任务，并取得更好的成果。同时，团队合作还培养了我的领导力、决策能力和解决问题的能力。我学会了与不同背景和经验丰富的人合作，灵活地应对各种挑战，这对我日后的个人和职业发展都将有着深远的影响。

第四段：创新思维——推动变革

培训课程中的一项主题是创新思维。通过了解和运用不同的创新方法和工具，我开始思考如何从传统的思维模式中解放出来。这让我能够更好地发现问题、提出解决方案，并推动

变革。培训过程中的实践和案例研究让我逐渐形成了开放、大胆和独立思考的习惯，这对我个人和职业发展都起到了积极的推动作用。

第五段：结语-能力提升的重要性和未来计划

综上所述，这次培训让我深刻认识到能力提升的重要性。通过提高沟通能力、团队合作和创新思维，我能够在个人和职业生涯中取得更好的成果。在未来，我将继续努力学习和实践所学，不断完善自己的能力。同时，我还计划参加更多的培训课程，不断提升自己的专业知识和技能，以适应快速变化的社会需求。我相信，通过不断学习和提升，我能够在个人和职业生涯中取得更大的成功。

提升能力转变作风篇四

为全面提升公司全面质量管理和公司iso体系维护，结合目前的工作特点，从以下几方面来谈我的个人提升计划：

一、自身现状分析

(一)优势分析

- 1、熟练精通电源行业品质管理和项目管理，精通iso质量管理体系。
- 2、有较强的团队组织本事和部门间沟通本事，大局观强(凡事依公司的利益为第一原则，依维护公司形象和公司制度为基础)。
- 3、遇事进取主动，凡找自身不足，不推诿，有担当。
- 4、有较强的处理客诉本事，有丰富处理海外客户事务经验。

(二)不足剖析

- 1、品质宣传不够，品质培训不够，公司体系制度推行不够，。
- 2、忍性不够，有时计划实施不能自始至终，造成结果不算完美。
- 3、表达本事有待加强。
- 4、制程监督不彻底，标准化推行不够。
- 5、问题追踪不彻底，品质纠正预防措施实施有待进一步提升，执行力还须加强提升。
- 6、部门工作品质有待进一步提升，人员素质提高、工作技能提升还需进一步加强。

二、个人本事提升具体方案实施

(一)、加强产线各级品质意识培训、加强品管部门品质技能培训、加强公司品质体系全面推广。

自20__年春节后，待公司人员稳定，将计划安排2次月的品质意识培训(含品质技能培训和品质体系推广实施)。

(二)提升公司品质提升计划实施力度。

按管理循环pdca(计划-实施-检查-改善)体系推行公司品质提升计划实施，确保所有活动推行做到有始有终，和循序改善。

(三)表达本事的提升

在工作中，自信、大胆、进取、主动地多与他人沟通交流，勤学好问，谦虚求教;熟练掌握思维的程序化策略，在工作生活中，把自我置身于问题之中，善于发现问题，多思考、多

总结，多运用。

(四) 产品制程监督提升，配合技术部推行标准化

根据公司发展计划，在品管部设置专职制程巡检人员，并对巡检人员定期培训，使所有产品生产中制程问题得到彻底改善；督导和协助工程技术部门全面推行标准化作业，确保产品遵照精益生产流程得到全面提升(包括生产效率和生产品质)。

(五) 品质改善活动纠正预防措施执行力提升

依据iso质量管理体系要求，遵照8d处理原则，对所有品质改善活动的纠正预防措施做全面跟踪，并做彻底执行，确保所有改善活动完善解决。

(六) 品质工作品质提升

强化部门员工对公司的忠诚度，加强部门凝聚力，进取推动部门各成员与其他部门在工作协作中得到有效沟通，培训部门人员工作素养和工作技能。

三，个人成绩：

1，主导并协助技术部门推行产品评审作业程序

2，强化各产线作业指导书执行力(推行规范作业指导书，摒弃之前所有手写作业指导书)

4，全面优化和修订进料检验规范(针对之前检验缺失项做增补，不合理项做优化)

5，制订pcbasmt首件确认管理流程，制订pcbasmt检验标准、制订pcba三防漆工艺检验标准。

6, 对公司重要产品制程问题做了全面分析和提出改善提议, 并提交产线主管和组长进行改善;产线老化流程执行力有较大提升。

7, 售后维修工作做了重新部署和优化, 维修品产量较之前有10%提升。

总而言之, 在以后的工作中, 严格要求自我, 发挥自我特长, 定期检讨自身不足, 不断提升个人本事!为公司的业绩成长和品牌提升发挥我的一份光和热。

提升能力转变作风篇五

对大多数人而言, 学习是一项重要的任务。无论是在学校还是在工作中, 学习都是持续不断的过程。然而, 不同的人拥有不同的学习能力。有些人天生聪明, 学习起来轻松自如, 而有些人则需要付出更多的努力。那么, 如何提升自己的学习能力呢? 经过我多年的学习经历, 我总结出以下五点心得体会, 与各位分享。

首先, 建立良好的学习习惯是提升学习能力的关键。坚持每天定期复习, 合理安排时间, 有效分配精力, 是培养学习习惯的基础。我曾经在学习上有过很多波折, 直到有一天, 我发现只有通过坚持做计划、按时完成任务, 才能更好地提高学习效率。例如, 我会在每天的学习计划中设定具体的目标, 并根据目标制定合理的时间表。我会把学习分为固定时间段, 且利用这段时间专注地进行学习, 不受任何干扰。通过坚持养成这样的学习习惯, 我的学习能力得到了大幅度的提高。

其次, 培养自主学习的能力。自主学习是指独立思考、自主解决问题的过程。对于学习能力的提升, 自主学习起着至关重要的作用。在过去的学习中, 我发现只有通过自主学习, 才能更好地理解知识, 并运用到实际中。为了培养自主学习的能力, 我会主动寻找和挑战新的学习机会, 例如参加一些

学术讲座，接触一些新的领域。在学习过程中，我会主动思考问题，与他人进行交流讨论，这样能够帮助我更好地理解 and 掌握知识。通过不断的自主学习，我发现我的学习能力得到了进一步的提升。

第三，加强学习方法的学习。学习方法的使用对于学习的效率有着重要的影响。在我的学习中，我发现一种好的学习方法能够让我用较短的时间掌握更多的知识，而且能够提高记忆和理解的效果。为了加强学习方法的学习，我会定期阅读相关的学习方法书籍，了解各种学习方法的特点和适用性。然后我会根据自己的学习特点，选择适合自己的学习方法，并进行实践。通过不断地尝试和调整，我找到了适合自己的学习方法，进一步提高了我的学习能力。

第四，注重多元思维的培养。拥有多元思维能力是提升学习能力的重要因素。在学习中，我们需要不断思考问题的不同角度，以便更全面地理解和解决问题。在过去的学习经历中，我发现通过培养多元思维的能力，我能够更深入地思考和分析问题，从而得到更好的解决方案。为了培养多元思维的能力，我会多读一些跨学科的书籍，参加一些跨领域的学术讨论，与不同背景的人交流。这样不仅能够拓宽我的思维，也能够为我带来更多的学习机会。通过多元思维的培养，我发现我的学习能力得到了显著的提升。

最后，不断挑战自我是提升学习能力的关键。在学习中，我们需要时刻不忘挑战自己，不断寻找并超越自己的学习极限。我曾经在学习的道路上遇到过很多困难，但是我从不退缩。我会时刻告诫自己，只有不断挑战自己，才能不断提高自己的学习能力。为了不断挑战自我，我会报名参加一些较高难度的课程，参加一些较为困难的考试。通过这些挑战，我不仅能够不断提高自己的学习能力，也能够更好地了解自己的潜力和能力。通过不断挑战自我，我发现我的学习能力得到了显著的提升。

综上所述，提升学习能力是一个持续不断的过程。学习习惯、自主学习能力、学习方法、多元思维和不断挑战自我是提升学习能力的关键。只有通过不断努力和实践，我们才能在学习中不断提高，取得更好的成果。希望我的心得体会能够对大家有所启发，帮助大家更好地提升自己的学习能力。

提升能力转变作风篇六

专业知识是知识结构的核心部分，只有对自己所从事专业的知识跟技术精益求精，对工作涉及学科的历史、现状跟发展趋势有较深的认识跟系统的了解，并善于将其所学的专业跟其他相关知识领域紧密联系起来，才能真正建立自己的核心竞争力。基础知识、基本理论是知识结构的根基，拥有宽厚扎实的基础知识，才能有持续学习跟发展的基础跟动力。

采取对策：首先是要明确自己的发展方向，制定相应的目标，有目标才有信仰，有信仰才能做到坚持不懈，动力产生于现实与目标差距的张力。虽然我的专业是工科类，但从进入大学以后我的人生目标是做一名优秀的管理者，管理学本身就是一个庞大的学科，必须不断地学习跟实践。

(1) 每半年学习一门与产品相关的学科书籍，结合深圳考试院的考试科目进行。

(2) 每个月学习1到2两本管理方面的书籍。

(3) 每周学习两节著名高校的公开课。

(4) 随时随地在有机会的情况下年长者、管理者学习交流。

(5) 5年内考取mba□

二、能力的自我培养

(1) 自学能力

自学的能力一方面是自我学习的坚持，另一方面是学习方法的探索跟学习意识的培养。而一个良好的习惯是实现以上目标的保证，科学的方法也能更加促进自己的学习的规划跟增强自我学习的动力。

采取对策：聆听自己内心的声音，忠于自己的承诺跟规划。

(1) 每个月的最后一个星期天对自己的学习成果跟生活进行总结跟反省。

(2) 与团队一起学习，成长会更为迅速，由于居住地的限制，仍未找到学习的社团。

(2) 勤于实践

善于学习是培养能力的基础，实践是培养跟提高能力的重要途径，是检验学习成果的标准。而把工作做到最好是对所学知识的最好检验，全心全意的投入工作，投入生活，自己就能领悟的更多。采取对策：实践的本质就是对生活的体验，工作也只属于生活的一部分，参照外国人选择工作的标准：第一是自己的喜爱程度；第二是是否在行业内做到了领先；第三是这份工作是否能保证你的生活开支；第四是薪水。与其说是选择一份工作，不如说是选择一种生活。真正做到从心里热爱工作的人，最终都会得到丰厚的回报。

(3) 人际交往能力跟团队合作精神

就是与人相处的能力。随着社会分工的日益精细以及个人能力的限制，单打独斗已经很难完成工作任务，人际间的合作与沟通已必不可少。我对自己的人际交往能力评价为差。

采取对策：基于自己的评价认知，我对自己的人际交往能力

差做出了分析，结合自己的成长经历，挖掘意识层面之下的真正影响交际能力的思维模式，主要原因是不够自信跟缺乏勇气，学习了相关书籍(戴尔卡耐基的《语言的突破》)，并时常温故。人际交往能力是一种实践性学习，各种交际技巧也只能在实践中学习跟熟悉，在生活中注意培养跟别人进行有意义的交谈，真正影响人际交往能力的核心因素是个人能力的加强，就是人格魅力。一个人的未来怎么样，很大程度上取决于你跟什么样的人呆在一起，选择自己的一位导师就显得很重要。

三、身心素质培养

身体素质跟心理素质合称为身心素质。身心素质事业的成败有着重大影响，不断提升身心素质显得尤为重要。现代社会生活节奏快，工作压力大，没有健康的体魄很难适应。

1、健康的体魄：参加锻炼，多参加自己喜爱的体育项目：篮球，每周至少一次。

2、健康的心理

健康的心理是一个人事业能否取得成功的关键，它是指自我意识的健全，情绪控制的适度，人际关系的跟谐跟对挫折的承受能力。心理素质好的人能以旺盛的精力、积极乐观的心态处理好各种关系，主动适应环境的变化；心理素质差的人则经常处于忧愁困苦中，不能很好地适应环境，最终影响了工作甚至带来身体上的疾病。

采取对策：

(1)健康的心理源于对真善美的不懈追求，经常的自我激励，书籍也可以净化人的心灵。

(2)利用工作之余参加跑步、登山、骑自行车可以锤炼自己的

坚强的意志，也能让自己更积极乐观。

(3)经常与自己的心灵对话，不断的追问自己想要的是什么，时常的反思跟总结，有了目标跟方向，更坚定自己的步伐，就能用更大的胸怀去包容无常世事。

3、创新精神

现代社会日新月异，我们不能墨守成规。在市场经济条件下，企业要参与激烈的市场竞争。迫切运用创新精神跟专业知识来改造技术，加强企业管理，使产品不断更新跟发展，给企业带来新的活力。人才，尤其是信息时代的人才，更需要创新精神。

采取对策：

(1) 踏实的学习跟掌握基础知识，只有打下坚实的基础才会有创新；

(2) 跨领域的学习能激发创新的灵感。

(3) 对同行佼佼者的持续关注。

提升能力转变作风篇七

小学教师能够说是一个特殊的职业，它承担着学生的启蒙教育工作，能够说是学生的第二个父母。虽然它没有初中、高中教师肩上背负的升学压力，可是它的主角是至关重要的。因为教育问题归根到底是教师问题，教师是优质教育最主要、最直接的创造者。同时更觉得自我应当在知识、本事以及个性品质等方面有更好得提高，因为这直接关系到孩子身心的健康成长。

首先，小学教师要做一个新时代的慧眼识“千里马”的“伯

乐”。这个“伯乐”应当是善于挖掘学生的潜能，根据学生的特长、兴趣、爱好，培养出不一样的“千里马”。小学生都或多或少存在一种待于被挖掘的潜能，而这个工作就需要每一个小学教师去完成。每个学生的特长、兴趣、爱好也是不一样的，这就需要教师的细心观察，耐心辅导，激发他们的学习兴趣，挖掘学生的潜能，并为学生营造出适应于学生身心发展的教学环境，让“千里马”能够“食饱力足、才美外现”。

其次，小学教师要善于与学生建立良好的师生关系，努力培养学生的学习兴趣。兴趣是最好的教师，兴趣更是学习的动力，是发展某种本事的契机，它促使人们去探索、实践，从而发展智力；而学生学习兴趣又是建立在良好的师生关系之上的。异常是小学生，怎样激发培养他们的学习兴趣，能够算是小学教师的首要任务之一。或许小学里，我们不用教育学生十分多的课本知识，可是我们必须努力使学生对学习产生兴趣。与此同时，还要培养学生各方面的兴趣爱好。最终，要与时俱进，并且要不断进行教学创新。教师要不断学习，不断更新，获得新的信息和技能，获得新的意识，新的观点和新的价值，以便更好地服务于教育事业。教师在教学过程中要根据不一样环境和对象进行创新性活动。在教学观念、教学资料、教学方法、教学管理等方面，在前人已有的经验和结论基础上，要有所探索、有所总结、有所超越。

总之，作为一个新世纪的小学教师，站在教育行列的起点，肩负着培养人才之重任。不仅仅要具备各种教学才能，精通各门教学艺术，还要善于挖掘学生的潜能，与学生建立良好的师生关系；既要修身养德，敬业爱岗，让耐心、爱心、恒心、上进心融为一体；又要加强学习，不断提高自身的业务素质，才能适应社会发展的需要，才能更好地为社会主义教事业作出更大的贡献。

针对以上几点，我认为我以后应当从以下几个方面努力：

一、学好专业知识技能

预习和复习能够提高听课的效果，抓好重点、难点，进取运用思维，深入理解教材，构成有系统的观点和科学知识体系，培养自学本事的重要环节。习题课要改变中学习习惯了的死套公式的解题方法，加强了理论推导的课题，解题的难度也适当加深，注意用文字、图表、数理计算等方法的表达本事。实验是培养动手的技能和分析与解决实验过程提出问题的本事，大学的实验要从教师指导下的演示方法逐步过渡到独立地提出实验方案和完成实验，从以验证某必须律或原理的实验过渡到构成科学的实验。掌握大学的学习规律，是提高我们学习本事的一个关键问题。

二、培养广泛的兴趣爱好，始终坚持强烈的求知欲

工作做铺垫。还有我要加强对数学的重视程度，虽然小学教师不需要很高的数学水平，可是我绝不能松懈，我要完成自我的数学目标。

三、执着、沉着与自制

首先，教师要有完成教育任务的坚定意向，这是他们完成教育任务的保证。这种意志品质是与他们强烈的社会职责感相联系的。其次，教师的沉着、自制，会有有效的影响孩子的意志品质。低年级儿童年幼无知，自控本事差，常会出现各种行为问题，如，任性、不遵守规则、不听从规劝、违背教师提出的要求，同伴之间不能友好相处，攻击性行为较多等，教师要善于调整、控制自我的情绪，处事冷静，以平和的态度对待孩子，同时耐心地对他们进行教育。如果教师缺乏自制力，用粗暴地方式对待孩子，例如讽刺挖苦，甚至体罚或变相体罚，这不仅仅伤害孩子地情感，并且会影响儿童地身心健康。教师地喜怒无常对儿童是极为有害地，容易使一些孩子去窥测教师情绪地“晴雨表”，构成两面派行为方式，从而影响儿童个性地健康发展。

四、具备多方面的本事

- 1、敏锐细致的观察力
- 2、创造性思维本事
- 3、生动、流畅的口语表达本事
- 4、较强的组织管理本事

经过以上这些的学习能够让我更加清楚的明白在大学的四年里，我们应当为之奋斗的梦想与目标，用心学习，不断提升自我，为将来更好的服务于教师行业打下坚实的基础。

提升能力转变作风篇八

在当今竞争激烈的社会中，不断提升自己的能力显得尤为重要。通过参加培训活动，我们能够学习到新的知识和技能，提高自己的专业能力，并且培养出更多的潜力，为个人的发展和职业提升打下坚实基础。

第二段：提高专业能力

培训活动可以帮助我们提高专业能力，使自己具备更多的竞争力。在培训中，我们能够学习到最新的行业知识和技能，了解到最前沿的发展趋势。通过系统、全面地学习，我们可以把握住行业的脉搏，并且在工作中能够更好地应用所学，提高工作效率和质量。

第三段：拓展个人潜力

培训活动不仅能够提高专业能力，还能够拓展个人潜力。通过培训，我们可以接触到不同领域的知识，拓宽我们的视野，跳出狭隘的圈子。在与其他培训参与者的交流中，我们能够

学习到他们的经验和观点，从而激发出我们更多的创新思维和灵感。此外，培训还可以培养我们的团队合作能力和自主学习能力，增强我们的适应能力和抗压能力。

第四段：实践和总结

培训活动的价值并不仅仅在于学习新的知识和技能，更在于能够将其应用到实际工作中。在培训结束后的实践中，我们可以将所学所思与实际工作相结合，体验到知识的力量和应用的效果。同时，在实践中我们也会遇到各种问题和挑战，这些都将成为我们成长的机会和财富。而通过总结和反思，我们可以发现自己在实践中的不足和问题，进一步提高自己的能力。

第五段：持续学习和成长

通过参加培训活动，我们不仅能够提高专业能力和培养潜力，更能够形成持续学习的习惯。培训只是人生中的一个阶段，但学习是一生的事业。通过培训，我们能够认识到学习的重要性，并且建立起学习的动力和信心。只有不断地学习和成长，我们才能在竞争中立于不败之地，并且在改变的时代中保持自己的竞争力。

总结

通过参加培训活动，我们能够提高自己的专业能力，拓展个人潜力，实践和总结，从而使自己能够在激烈的竞争中脱颖而出，并且实现个人的发展和职业的提升。更重要的是，通过培训，我们能够形成持续学习的习惯，不断地学习和成长，为自己的未来打下坚实的基础。因此，我们应该积极参加培训活动，不断提升自己的能力，成为行业中的佼佼者。

提升能力转变作风篇九

为更好地胜任素质教育形势下的教学工作，适应实施素质教育的需要，不断完善自己，全面提高自身素质，转变教育教学思想，把握现代教育理念，提高教育教学能力。

二、时间安排及学习形式

- (1) 按时参加学校及上级部门组织的学习、培训、验收。
- (2) 积极参加教研组不定期的学习。
- (3) 主动利用业余时间自修。
- (4) 计划利用假期时间自修。

三、继续教育学习

教育大计，教师为本。21世纪的教育应该是开放的、创新的教育，中小学教师必须树立适应新时代要求的教育观、人才观和质量观；必须掌握必要的现代教育技术；必须能够积极参与教育科研，在教育教学中勇于创新，否则将无法适应21世纪教育改革和发展的需要。因此，巩固专业思想，热爱教育工作，提高职业道德修养水平和掌握行为规范，提高所教学科教学方法，进一步掌握教育教学常规，提高课堂教学技能，才能适应新课改的需要。在新的一年里，我必须加强教师基本功训练，具体做到：

- 1、加强三笔字、简笔画、普通话的训练。
- 2、加强教师现代教育教学信息技术训练。
- 3、加强计算机运用的训练。

- 4、积极参加学校的各类教研教改活动，如各类观摩课、研讨课、优质课、公开课、示范课活动。
- 5、加强备课组教研组教师间的相互听课活动。
- 6、积极参加每周一次的教研组业务学习。
- 7、自订3本以上继续教育书籍，做好读书笔记，做到有计划、有内容、有心得，年终对照计划进行检查。
- 8、提高试题设计能力。至少完成两分试卷编制及考试情况自我分析。
- 9、充分利用学校网络资源，观摩教学实录，学习课件制作。
- 10、每周进学校图书室2小时以上。

提升能力转变作风篇十

想要做一个优秀的班组长知道怎样进行班组管理，这不是那么简单的事情。不想被淘汰那只有学习提升自己。班组长的综合能力有怎样提升呢，在这里我有两点小小的建议仅供大家参考：

首先班组长必须要具备的就是一个职业化的心态，心态决定观念，观念导致行为，行为决定结果，结果导致性格，性格养成习惯，习惯决定命运。所以说一个人的命运是由你有什么样的心态决定的，企业的经营者更需要的是这类干部，一个团队如果没有很好的向心力、没有一颗良好的心态，即使每个人的能力都顶尖，那也是一般散沙，不能凝聚成一股劲，更不能很好的服务于企业。

其次就是能力的提升了，有了一个良好的工作心态，能力就不愁提不上去了，能力是通过培训来实现的，如果说有了职

业化的工作心态，肯定就有一颗虚心接受学习的心，肯定就有一颗敬业的心，有了这种心态能力就可以通过对班组长不断的培养，不断的让其在工作实践中去发现问题、思考问题、解决问题来实现能力的跨越。

有德有才破格使用，有德无才培养使用，有才无德限制使用，无才无德坚决不用。

第一、让上司作选择题，自己作思考题。这一点我认为是很重要。对于一个上级主管来说，他每天要面对许多的`问题，根本没有太多的精力来逐一思考处理来自基层班组的所有问题。这时候作为一名好的班组长，我们就要把班组中遇到的问题先自己仔细思考并提出一系列行之有效的解决方案，然后再向领导汇报，让领导来决定哪个方案更合理，可行性更强。这样，你本人的能力也在思考解决问题的过程中得到了不断提高，上司也能在“做选择题”的过程中逐步认可你的能力，从而使你成为一个受到上级欢迎和赏识的下属。

第二、比别人多做一步，多想一点。我们都知道，管理就是管理者应该做的事情，一个合格的管理者往往是上下不讨好，左右不是人的。企业（组织）的根本问题，是发展的问题。而管理就是去解决这个问题的，即解决组织的目标减去现状而存在的问题。这，往往是有许多有待解决的事情的。在现状和目标之间，存在诸多流程，诸多环节。流程和环节中就会存在这样那样的问题，需要我们作为管理者去规范，去标准化。从这个意义上来说，我们作为班组长，就应该比别人多想，多做一点，多走一步。

第三，执行力要强。在平时的工作中，我深切体会到执行力的重要性。通过这次的培训，我了解到执行力的提高，有两个方面的影响。一是标化和量化的影响。没有量化就没有执行。我们的制度（规程）要尽可能的量化，并形成体系。二是态度的影响。这方面，就只有我们作为班组长的带头，起到示范效应。同时，要加强行政功能，加强监督力度。通过

这次的培训我深刻的体会到，班组长是生产的组织领导者和指挥者，也是直接生产者，他综合素质的高低，将影响班组管理的成败。所以，班组长不仅要具备善于沟通、执行力要强、具有影响力、关注细节、带领团队等管理能力，还要掌握足够的技术技能、与人共事的人事技能和思想技能。同时，班组长要明确自己在班组中的角色，对自己的定位要清楚，明白工作的主要职责，了解上级对自己的期望和班组员工对自己的期望。要能带领班组成员，设定一个共同明确的目标，朝着这个目标制定行动方向，有计划、有步骤的实施。