

2023年毕业生备案表查 毕业生自我鉴定(实用10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。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

毕业生备案表查篇一

作为一名大学生，更作为一名人民军人，四年大学虽然生活非常的辛苦，但是也是这份辛苦使我有了常人没有的坚强的心态，健康的体魄，深厚的专业基础和敏锐的思维。毕业了，有渴望、有追求、有成功也有失败。以下就是我的个人自我鉴定：

我积极地向组织靠拢，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。

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。同时作为一名即将毕业的文秘专业大学生，我所拥有的是年轻和知识，使我不畏困难，善于思考，但年轻也意味着阅历浅，更需要虚心向学。

我觉得大学生的首要任务还是学好文化知识，所以在学习上我踏踏实实，一点也不放松。在大学期间取得了国家英语等级考试四级证书，计算机一级证书，公共关系资格证书等。在当今这个快速发展的信息时代，我们只有不断汲取新知识，才不会落伍。

我崇尚质朴的生活，并养成良好的生活习惯和正派的作风。我努力充实自己使自己成为一名优秀的大学毕业生。我最大

的特点是：诚实守信，热心待人，勇于挑战自我。

四年，我孜孜不倦，执着探求，百般锻炼，使我的知识水平、思想境界、工作能力等方面都迈上了一个新的台阶。我将勇于挑战，敢于迎接社会的考验，把自己的青春热血奉献给祖国。

毕业生备案表查篇二

本人是一名空调制冷专业的毕业生，具有较强的学习能力和适应能力，对工作有极大的热情，能承受工作压力，勇于挑战工作难度，能吃苦耐劳，实事求是。

在思想上，我积极上进，勇于创新，不断地加强自身素养，做好自己的工作，关心时事，思想要求上进，团结同学，能热心为同学服务。

在学习上，勤奋刻苦，个人注重综合能力的发展，争取在全面发展的基础上促进专业进步，广泛学习来自各方面的知识，提高自身文化修养，严格要求自己，遵守纪律，并能在同学中起到一定的表率作用。有较强的自学能力，动手能力强，并能熟练运用autocad软件和office办公软件等，为学习本专业及相关专业打下了坚实的基础。

在学习本专业的专业知识中，我掌握了冰箱、空调的基本故障分析和排除，中央空调、冷库的日常保养和维护，汽车空调的安装和检修，电力托动的接线，钳工和焊工的基本技能和操作。在校期间，我还拿到了计算机中级证、制冷中级证、制冷上岗证和电工上岗证等证件。并还曾获得“优秀学生”的荣誉证书。

人际交往方面，有很强的亲和力与人沟通能力，对专业知识掌握良好，能独立完成方案、标书的制作并能从事施工，及工程监理。能熟练操作电脑及办公软件，运用autocad天

正暖通等软件进行工程绘图及暖通空调设计，用造价软件进行工程预算。

在工作上，守时守信，认真负责，踏实肯干、吃苦耐劳、严谨细致、勤恳工作，有效完成上级布置的各项工作，敢于不断地尝试，注重执行力，认真负责好工作的每一步。注重团队精神，积极参与各种有益的活动，团队至上，并积极地跟老师及同学沟通交流，不断开阔自己的视野和增加自己的知识，提升自身的能力。

回顾这四年的生活学习，同学之间的和睦相处，老师的谆谆教诲，我学会了如何在学习中得到乐趣。通过四年的学习，使我从一个纯真幼稚的孩子成为了一个成熟的、有志向、有目标的人。今后我会努力规划我的人生目标，勇敢地面对人生中的每一个驿站。

毕业生备案表查篇三

我叫黄龙飞，是十堰职业技术学校中专的应届毕业生。时光流转，转眼间，已经到达了毕业的尾声，刚进校时的场景还历历在目，在目睹了二次毕业生离校的场景后，现在终于也轮到我们自己了。两年以来经历了无数的事情，虽然也有很多不如意的地方，但是我也有了很多的长进，以下总结中专两年的生活和学习等方面做一个自我鉴定。

学习方面，中专年唯一挂了一门体育，其他文化课一些科目也都算勉强通过。中专主要学的是计算机专业，在专业课上也学了繁多的科目，如《数据结构》、《操作系统》、《数据库基捶》、《软件工程》等各类科目，其中不乏艰涩难懂的知识，有些到现在也没有搞得很明白，现在回忆起高一刚开始学习c语言基础时的情景，还是如此的生动鲜明。

除了一些文化课，体育也是薄弱的地方，现在想起去练习排球垫球，投篮，打乒乓球的情景，还是很有回味，直到后来

身体些许不适，也坚持锻炼了一段时间，现在想来篮球课还是很有趣，把我以前没学会的很多基本动作都学会了，虽然现在水平很一般，能自娱自乐足矣。

在思想政治方面，在中专里顺利的成为了一名预备党员，期间学习了很多的党的知识，而自己的思想觉悟也比以前得到了很大的进步，端正了入党的动机，坚定了成为一名合格的共产党员的信念。

整个中专期间去图书馆阅读较少，我也不想把图书馆离得远作为理由，可能是由于个人性格所致，不能平下心来阅读，大一时对摄影技术也有所涉猎，也算是懂得了很多摄影方面的知识，而网上传阅的中专必做的几件事也有很多尚未涉及，说不上遗憾，应该只是个人对中专的理解不同。

时光飞逝，中专给我留下了太多美好的回忆，结识了很多各地的同学，很多事情不能一一道来，四年的时间总觉得转瞬即逝，中专即将结束，而我的学习生涯却还要继续下去。社会这个大课堂永远不会下课，毕业标志着我进入了人生的一个新阶段，谨以此文，总结我的中专生活，勉励以后的工作生活。

步入社会，将是我人生的一个新的启程，我将会更加努力，开创一片属于我自己的天空。

毕业生备案表查篇四

每当初三毕业，我要总结时，才感到三年的时光，如白驹过隙，回首这三年的点点滴滴，朝朝暮暮，我们初三全体老师的心中都有许多感触，这三年来经历的每一天，在我们心中都留下了永久的印记，这些印记，见证了我们学年的成长。

三年来，忙碌的身影，疲惫的神情，巨大的压力没有阻挡住我们勇攀高峰的决心与热情。因为我们学年的老师都有一颗

年轻的心，涌动着青春的激情。我们深知“成功靠自己，完美靠合作”，多年来我们学年就是一个工作中团结协作，敢于拼搏，把团队精神做为我们这个学年不可缺少的精髓，正所谓“同心山成玉，协力土变金”。

因为有了合作的默契，工作中产生的幸福感便是一种由内而外流淌出来的甘霖，有丰富的人生内涵而又有无尽的生命回味。所以我今天汇报的题目是：“做最幸福的人”。

我记得安南说过一句话“与其诅咒黑暗，不如点燃光明”。能在日常教育生活的琐碎与平庸中找到幸福，是我们五中人的强项，因为我们生命的力量来自我们内心的幸福。

1、细心辅导

记得初一时，面对学生能力水平参差不齐的现状，我们学年20位班主任，在学校没要求的情况下，都在早6：30—6：40到校，晚上放学还不走，为个别成绩低的同学辅导，三年来这种精神一直在我们学年延续着，张弋、王雪涵，陈玉树、刘桂杰，赵艳荣、徐龙强、刘万红等老师克服父母身体不好的困难，徐德文，苏玉良，李晶，初志慧，周红磊，霍金凤，陈丽华，杨慧杰，杨秀梅，葛欣，刘佳等一大批优秀教师带病坚持工作。

学校以教学工作为中心，追求有效教学为根本。初二时，为了保证让每名同学在学习过程中获得自我发展学习的能力，我们将一个班级分成两部分，学优生一个团队，潜能生一个团队，进行团队辅导。尤其是数、语、外、物理学科，在团体辅导中，这些老师非常重视成员的主动学习，我们将要做的题印成卷子，学生自己先做，然后到黑板上讲解、教师指导，学生们通过这种方式学会了自我评估，自我改善，达到了整体提高的目的。葛欣、白淑云、刘凤英、田秀平、王淑红、孙俊娣、尤淑英等老师，她们不顾自己身体不适，每次上课都受到学生称赞。霍金凤、初志会、刘士明、李限英、

李静、郑妍、王丹、陈文钊、吕永华、李欣这些朝气蓬勃的年轻教师，她们精心设计每节课的过程，下课后也很久、很久不离开教室，班主任：田秀平、徐龙强、刘万红、马新、王淑娟、杨秀梅、王雪涵、增刚、王春雨、荆艳平、白淑云、赵艳荣、陈丽华、王丽英、牛昱、徐德文、苏玉良、张弋、陈玉树、雷晓红更是以校为家，和学生们一起学习，他们这朴实，感人的场面，在我们学年到处都可见到。

2、耐心备考

还记得初二生物、地理结业考试的情景。毛德民、陈坤、王悦、谢亚芹、刘乐志等老师，在备课组内有明确的分工，形成工作合力。就连陈光道校长也在一起精心研究，备课时，先由组内成员集体研究分析教材内容特点，确定教学目标、重难点、及教学方案，再指定一名设计者进一步系统地钻研教材，收集材料，精心设计出共性教案，然后，组内教师结合学生情况、自身需求等再作进一步补充设计，做到共性与个性的完美融合。在此基础上分头上课，课后针对教学实际情况认真反思得失。

政治、历史这两门学科的老师，面临初三学生重视主科轻视副科的现状，把提高课堂教学效率作为突破口和切入点，积极探索，努力构建科学、实用、高效的课堂教学模式。赵海晶、孙丽、刘志云、姜青州、李雪婷、邓庆梅、刘佳等老师，定期召开课堂教学经验交流会，切实提高课堂教学水平。他们注意培养学生的思维技能，老师在课堂上给予学生充足的机会来锻炼他们的思维，创设有效教学情境，使学生获得了一定的能力。中考复习期间李雪婷老师忍受着失去亲人的巨大痛苦辅导着学生培养着儿子，今年中考她的儿子孙玮辰以692.5名列我校第二的好成绩考入第一中学。学生在备考期间，班主任和科任教师相互协调，不分早、午、晚、节假日，共同检查，指导学生的学习掌握情况。

“一分耕耘，一分收获”，在班主任老师和科任老师的全力

配合下，我校中考政史地生成成绩稳居全市榜首。

3、踏实教学

我们学校特别重视做好认真、务实、有效地毕业学年工作。学期初刘校长代表学校就向我们提出了明确的工作目标，组织全体教师多次分析现状，期中考试后，采取各项有效措施，如整顿学生考试作风，表彰先进，组织教师精编模拟试题，带领学生练习等。在授课方面，主要进行两方面管理。

(1) 有效备课。以备课组为单位，发挥每位教师智慧，提倡个人备课，与集体研究结合，由备课组长牵头，实行个人备课，集体研究，形成精品课，切实提高课堂效率，备课组长陈玉树、刘万红、王淑红、牛昱、刘继伟、赵海晶、李雪婷、郑伟在工作的各方面都起到模范带头作用，与同事和谐相处，营造良好的团队合作精神，实现共同学习的有效性。

(2) 课堂管理。课堂是教学工作的主阵地，我们充分发挥课堂教学的主渠道作用，切实提高课堂教学质量，刘校长组织全体任课教师共同研究出，“以学为本”的新目标，推行“当堂复习，当堂训练”的教学模式，针对复习内容、目标、重点、难点、研究课堂教法与学法，化学组刘继伟、王越、高原晶、刘晓凤、杨慧杰、周红磊，着力调动学生主动学习能力做到课堂训练落实，提高单位时间内教学目标，实现了“课上高效益，课后轻负担”的目标。

语文教师李静，凭借严谨的教学研究、生动活泼的教学风格，在青年教师中脱颖而出，她所执教的三年三班、三年四班的语文成绩，在中考中名列前茅。英语教师任卫红、臧海燕，立足课堂、敬业爱生，她们所执教的班级，英语成绩在中考中高居榜首。尤其值得一提的是刘校长每天和我们一起摸爬滚打，她总是最早到校，最晚离校。有这样身先士卒的好领导、好大姐，我们是幸福的。

教育需要精神和文化的渲染，我们学校特别重视德育教育。多年来，我校的德育工作在师延平校长直接主抓下，形成了以文化为载体，以礼仪教育统领学生行为习惯的养成教育，坚持知、情、意、行的统一。我们学年的老师在德育教育中感受到育人的快乐与幸福。

1、为了展示学生们的才华，丰富学生的业余生活，陶冶爱国主义情操，我校在祖国的60岁生日时，开展了丰富多彩的“迎国庆大合唱比赛”，我们学年班班重视，同事合作，音乐组老师，胡晶、宁晓波每天利用中午休息时间、晚上放学后时间为各班指导，刘主任、耿主任为各班准备好电源，随时用，随时准备好，王淑娟老师亲自上场指导，任卫红、王春雨、荆艳萍、徐德文、苏玉良、马欣、陈丽华、牛昱等班级的表演更是让我们回味无穷。

2、我们学年一直遵循着孙校长的大教育观的指导思想，我们不仅要培养出学生成绩显著的学优尖子，还要使我们的学生个个有一个强健的体魄，三年来我们学年一直进行着大课间活动，无论是在炎热的夏天，还是在寒冷的冬天，无论是在学习比较轻松的初一，还是在紧张拼搏的初三，各班都保证活动时间、保证人数、保证效果，学校体育组教师郑伟、彭云芬，孙荣吉，耿竹青，张冰、修玉江和政教处作为这项活动的组织者，始终坚持组织训练，总结推进，孙校长、师校长，陈校长，包主任，刘主任，耿主任经常到操场亲自检查指导，使得我们学年的这项活动形成了制度化、规范化，有效促进体育活动健康发展，为中考的体育考试奠定了扎实的基础，我们全体同学在这次长期的马拉松式的活动中，培养了毅力，同时帮助了我们的学生学会了在正常环境条件下，怎样建立起高质量的备考生活和备考冲刺，初三运动会即使将二模考试夹在当中，学生们也没有搞起“自由主义”，坚持至始至终。

3、素质教育，一直在校党总支，团总支的领导下开展着，我们学年将每一次活动做为提高学生的契机，国旗下的发言，

艺术节的才艺表演，杏花节、三江旅游节的爱家乡活动，初二各班的演讲比赛，初三元旦联欢会，孙校长带领着领导班子挨班慰问，他睿智博学、振奋人心的演讲，鼓舞着我们在场的每一个人。尤其是中考期间，在孙校长的倡导下，20位班主任，手捧鲜花和卡片，为每一位五中学子送去真挚而美好的祝福，得到社会的一致好评。

4、母校情怀系列活动，将学生初中生活，推向高潮，正像学生所说“做五中人真棒”，学期初的开学典礼，震撼人心的百日动员大会，签字仪式上班主任们的谆谆嘱托，是一种文明，是一种品德，更是一种责任，让学生在活动中有所认识、有所感悟、有所启迪，培养学生，懂得感恩、懂得合作，懂得做生活的素质人才，面对生活，让人文的光彩照亮前进的道路。

幸福是一种心的享受，发现它，拥有它，它让我们每日生活在幸福之中。

毕业生备案表查篇五

蓦然回首，已临近毕业了，倍感唏嘘，以前那个无知莽撞的我现在已变得成熟稳重多了，做事都多了一份思考。因为自己清楚地知道将要面临的无限挑战与机遇。

读大学前，我完全不知道数控是什么，现在已经热爱上了这个专业，并决心毕生投入到这专业当中，这是个极大的转变。勤奋好学的我，不负众望，学有所成。在大学的学习、生活和工作中都能给自己一个满意的鉴定。

本人在大学三年中对本专业的知识学得比较扎实，而且还多方涉猎，在数控车铣床进行过培训，懂得一般的零件编程、加工及数控加工工艺。把握autocad、ug等绘图软件及自动编程，可以进行fanuc系统的手工编程，懂得机械制图和识图。能熟练操作tuocad、solidworks、caxa制造工程师等专业软件，

拥有数控工艺员职业培训证书、数控车床证书、数控中级证书，并熟悉c语言程序设计。专业之外还学会基本的焊工、钳工操作等。

身为体育委员的我，在完成本职工作的同时，也能很好地协助老师和其他班干部完成班级的大小事务，为管理好班级尽我力所能及。生活上，我乐观向上，俭朴，责任心强，办事沉稳，适应性强，具有良好的心理素质。我兴趣十分广泛，能与同学融成一片，能积极参加各种有益的社交活动，踊跃参加学校和班集体活动。

“人生满希望，前路由我创!”如今毕业在即，我相信，经过自己的勤奋和努力，一定能使我在将来的工作中实现自己的人生价值，找到属于自己的一方天地。

在校内实习厂搞过数控铣，数控车，课程设计实习实习期间，通过虚心向车间技术人员和工人师傅请教和亲手操作，掌握了所在工段的工艺流程，对工段的主要生产设备和操作有了全面的了解，另外自己为人、处事的能力也得到了提高。

毕业生备案表查篇六

弹指一挥间，在技校三年的学习生活都将要结束了。我们即将面临社会的考验，我信心百倍。

我于20xx年xx月进入xx省轻工高级技工学校学习，我自身的综合素质、修养、为人处事能力以及交际能力等都有了质的飞跃；让我懂得了除学习以外的个人处事能力的重要性和交际能力的必要性。技校生活与社会生活是相互映射，所以技校阶段的个人综合素质与能力的培养、提高；才是我们作为当代技校生的主题。

学习期间，我虚心求学、刻苦认真、吃苦耐劳，工作兢兢业业，及时总结；注重理论联系实际，培养自己的自学能力以

及分析、解决问题的能力。通过学校的实践操作课，老师的专业指导，自身的努力。使自己的专业技能达到了合格毕业的要求。

深知三年的技校生涯是我人生路上的一小段，并且通过系统化、理论化的学习；学到了很多知识，更重要的是如何以较快速度掌握一种新事物的能力，思想成熟了很多，性格更坚毅了。对今后的社会道路我已做好充分的准备，以十万分的信心迎接新的挑战，百尺竿头更进一步。

毕业生备案表查篇七

为了提高自己的个人价值和技术水平，我于20xx年以优异的成绩考取了深圳大学成人教育学院，得以重温上学的感觉，然而春去秋来，寒暑交替，不知不觉三年的成人大学已经走到了终点，回首这三年的经历，虽然坎坷，但收获也是可观的，在这将要再次离开学校的时刻作个自我鉴定，给自己这三年的成长作个总结。

能够再次进入大学接受成人教育，对于我们这个群体有着更深刻的意义，都抱着一定的目的和期望的，我也不例外，所以自从入学以来，我就以极其积极的心态和端正的态度来对待每一节课，我也知道这种边工作边学习的过程是一个自我挑战的过程，同时也是自我提高、自我突破的过程。所以才有我现在的在学习能力、专业技能、政治思想和自我认识上都有了极大的提高。

学习，相对来说是个枯燥的过程，但我在参加成人高考前就已经重拾了学习的乐趣，那种挑灯夜战的学习已经不是一种煎熬，取而代之的是种莫大的成就感，所以在这三年的学习中，每次下班后来上课的路上，我是以一种期盼的心情来到学校，学习效率自然而然很高，所以这三年的成绩也是相当优秀的。

在这三年的学习中我并没死板地去接受所有知识，而是针对我当前的工作而有选择的学习，毕竟已经进入社会，并对自己的人生方向和职业规划有了一定的认识，这种有方向的学习往往可以给自己带来前所未有的见识和理解，所以我的专业技能也有了相当大的提高。

在学习和工作之余，我并没有忘记我现在的一切得益于谁，所以我有更坚定的政治方向，更加热爱我的祖国，热爱人民。

在这段学习过程在，学习技能知识只是一个方面，重要的让我认识了我现在这班同学，同学们来自自己各个行业，自我的价值观和人生观，还有对事物的认识都有相对的差别，他们的观点给了我很大的启发，让我对自己有了新认识，也全面开启我新的思维方式和处世态度，谢谢你们！

三年学校生活虽然结束了，但进入社会学习空间却更加广阔了，我们学习的任务反而更加艰巨了，在以后的生活和学习当中，我们只有把我们当前所学的知识应用于社会，再从社会学习更新知识，如此循环往复，我们才能不断充实自己，升华自己。

毕业生备案表查篇八

四年来，本人在校热爱祖国，尊敬师长，团结同学，乐于助人，是老师的好帮手，同学的好朋友。本人品德兼优、性格开朗、热爱生活，有较强的实践能力和组织能力。我学习勤奋，积极向上，喜欢和同学讨论并解决问题，经常积极参加班级及学校组织的各种活动。

大学四年我学到了很多书本上学不到的知识，思想比以前有了很大的提高，希望以后能做一个有理想，有抱负，有文化的人，为建设社会主义中国做出自己的努力。

当然我也深刻认识到自己的不足，字写的不是很好，有时候做事情会只有三分钟热情，我相信只要克服这些问题，我就能做的更好。

积极参加各项活动，关心热爱集体，乐于帮助别人，劳动积极肯干，自觉锻炼身体，经常参加并组织班级学校组织的各种课内外活动。

本人品德兼优、性格开朗、热爱生活，有较强的实践能力和组织能力

学习之余，我利用假期时间走出校门，到外贸公司进行实习，本人珍惜每次锻炼的机会，与不同的人相处，让自己近距离地接触社会，感受人生，品味生活的酸甜苦辣。

四年过去，在未来到外贸公司工作的学习与生活中，我将一如既往地保持好的生活作风，好的精神状态，给世界展示一个东方人的面孔。

毕业生备案表查篇九

三年高中生活，每个人收获不一，但都是人生一个最美丽的片段。

高中生活是人生中一个重要的阶段，从踏入校门的那一刻起，我就决心，决不辜负这三年的时光，严格要求自己，要在学习上，在思想上有一个大的跨越。

在思想上，我热爱祖国，拥护中国共产党。力求上进，参加了青年党校的学习，使自己的思想觉悟逐步提高。生活简朴，是非分明，谦虚诚实。在校遵守纪律，尊敬师长，团结同学。任物理科代表时工作认真负责，能替同学排忧解难。有较强的集体荣誉感，能努力完成集体交给的任务。为此，我在高二、高三年两度被评为校级三好学生。

学习态度端正，勤奋、刻苦、好问，有较强的钻研精神。学习成绩优异，勤学好问，刻苦钻研，在学习过程中不断总结，能融会贯通，发挥思维敏捷，理解能力强的优势，力求做到精益求精。能不断总结和探索适合自己实际情况的学习方法。重视理论联系实际，学以致用，常与老师和同学探讨问题。学习成绩优秀，理科成绩较突出，多次在理科竞赛中获得名次。

课余时间，我积极参加体育锻炼，体育成绩达标。体育成绩优秀，体锻达标。我兴趣广泛，热爱生活，尤其喜欢唱歌和绘画，曾在年段书法比赛和手抄报比赛中获奖。兴趣广泛，爱好问题活动。

经过三年学习，我在学习和思想方面有了长足的进步，但也还有不足之处，要以后的生活和学中还应更细心，防止因审题粗心而失分，争取在高考中发挥自己的最好水平，向祖国汇报。

毕业生备案表查篇十

5年的学习让我收获了很多。我在提高自己科学文化素养的同时，也努力提高自己的思想道德素质，使自己成为德、智、体诸方面全面发展，适应21世纪发展的要求的复合型人才，做一个有理想、有文化、有纪律的社会主义建设者和接班人。

在读书其间，我尊敬老师，热爱母校，无论是对老师还是对学校我都有很浓厚的感情，我遵纪守法，遵守学校里的规章制度，从没有违纪行为。

刚踏进大学校门的我，音乐素养可以说是一穷二白，因为我是在高二时才有学音乐的意识，以前只是非常喜欢，从没受过专业训练，经过四年的超过常人几倍的努力，我在声乐、钢琴及其他各门基本理论和基本技能课方面有了惊人的进步，丑小鸭已经变成了白天鹅。

作为一个师范生，做一个老师是我的梦想，因此，我会通过自己的努力以及对音乐教育事业的热爱做一位优秀教师。

在即将走向工作岗位前夕，我心情十分激动、兴奋，因为我知道教师是人类灵魂的工程师，教师所从事的工作是天底下最光辉的事业，而且我知道作为党培养出来的人民教师，必须忠诚于党的教育事业，忠诚于人民的教育事业。工作上，我会努力做好自己的本职工作，反复钻研、认真学习，多与学生沟通，为学生考虑，为学生服务，争取每一天，也都是学生快快乐乐、高高兴兴成长的一天。

在校这几年，塑造了一个健康，充满自信的我，自信来自实力，但同时也要认识到，眼下社会变革迅速，对人才的要求也越来越高，社会是在不断变化发展的，要用发展的眼光看问题，自身还有很多的缺点和不足，要适应社会的发展，得不断提高思想认识，完善自己，改正缺点。要学会学习、学会创新，学会适应社会的发展要求。