

最新信托课程体会(精选10篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看看吧。

信托课程体会篇一

参加工作的这段时间，感触最深的是公司领导对我们青年员工成长成才的重视，以及对我们青年员工队伍建设的重视，从我们刚刚参加工作时的入岗培训，到目前正式走上工作岗位前的轮岗实习，无不体现了公司领导对青年员工的关心和支持。

对于轮岗实习制度，我的感触颇深，我认为轮岗实习制度最有利于针对大型工程类从业人员的成长和青年员工的职业定位，通过轮岗实习不仅可以让我们对造船这个模糊的概念有了清醒的认知，对于船舶建造的过程有了整体感和立体感，而且更重要的是让我们每一个人对于自己的职业选择有了清晰的方向，我们可以根据自身的专业和兴趣并通过某个岗位的实践经历来实现自身的职业价值。

下面就按照时间顺序对我这一年的见习生活的点滴进行一个总结，也也算对这一年我的成长经历进行回顾！

甲装车间是我工作的起点，是我真正走入造船行业的开始，也是从这里开始让我真正的认识、了解这个行业以及我将来要从事的工作。

最初的实习阶段，让我清醒的认识到了安全的重要性，师傅常常挂在嘴边的一句话就是要注意安全！这些话也深深地印在我的脑子里，安全是生产的保障，生产要有安全作为前提，

每天跟着师傅工作，我也很快的对船舶甲装有了进一步的了解，甲装车间负责船舶甲板机械和一些管系的安装调试工作，真正的参与其中也让我对造船有了更加浓厚的兴趣。

四个月的时间，不但让我对造船有了初步的了解，同时对于三部的一些基本的生产情况也熟悉了，也使我自己真正的融入到了三部的生产生活当中。

甲装车间实习结束也就即将过年了，天气也变得冷了起来，上海的冬天真的很难熬，但是这个冬天对我来说还是非常有意义的，因为我开始觉得我的生活又变得丰富多彩起来了，这段见习期间，除了正常跟着师傅上船做一些日常工作，我们这届见习生一起办了一场迎春晚会，排练的日子很开心也认识了很多新朋友，最后的晚会还算成功，最主要的是这个过程让人难忘，就这样这一年就结束了。

我技术科得师傅是一个有着三十年现场工作经验的老师傅，很多现场遇到的难题都要他亲自去解决，跟着他也让我对造船又进一步认识和了解，尤其是一些技术上的问题。在技术质量科的实习中我跟着师父主要是负责0t船舶除了电气以外的所有技术指导与实施工作，师父每天会带着我到船台和码头正在施工的船上进行巡查，找出在技术上出现问题或者不符合技术要求的地方，然后叫下面的施工人员进行修改、整顿。

通过一段时间跟着师傅的巡查和师傅的讲解，我发现我们现在造船的主要力量都是来自外包队和协力工，他们大多数没有太高的学历，对于一些工艺只能是了解表面，而多数情况是本厂工人告诉他们所要去做的工作之后他们自己到现场施工，在遇到一些不负责任或者能力差不负责任的人，在船舶建造过程中就会出现很多明显的错误，比如我们看到在船舶通道两侧的墙体铁皮安装的不到位；会有一些明显的错位，一些零件的安装方向出现错误；还有就是施工人员对于一些工具如焊枪、管子等乱堆乱放，造成了极大的安全隐患。遇到这

些师傅都会上去跟负责人员指出来。

生产管理科的主要工作职能我认为主要是为生产服务，组织、协调、分配、计划各个车间、科室的生产任务，及时根据工作实际情况变更生产计划，并监督执行；保证报验的正常并且高质量的完成，协调船东、船检、公司质量保证部门对船舶修造进行的监督、检查。

可以说在生产管理科的一个月让我从另外一个角度认识了造船，这段时间更多的是和船东、船检，这与之前的生活完全不同，也真正了解了船舶建造的新的阶段，这段时间是我无论说是对于船舶机舱管理、报验流程、以及生产科的工作都很好的了解。

从科室回到车间其实内心多少会有一些不适应，对于工作环境，工作内容，接触的人都有着很大的改变，其实这也算是一种回归吧，回到最初，就像刚来时一样，车间能交给我们的其实真的很多，现场的经验对于一个造船人来说是十分重要的！

机装车间的师傅是负责主机安装的，从主机吊装，穿轴到对中报验，这个过程需要很多的耐心和经验的积累才能做好，跟下来两条船，让我也重新给自己定位，让自己的心态也回复到最初的状态，无论说在车间也好，科室也好，我们要做的就是把自己的工作做好。

车间的工作真的很苦很累，尤其是对于像我这样刚毕业的大学生，开始真的很难接受，不过现在已经把它当做一件平常的事情来看了，这在某种意义上来说也算是进步吧，不能说喜欢车间的工作环境，单起码我现在能够接受并且能够做好自己的工作。

整个实习过程中我也深感英语的重要性，有好几次跟着师傅和船东打交道都让我感到十分的惭愧，惭愧自己英语水平的

浅显，惭愧自己不能帮助师傅完成与船东的沟通，也就从那时候起我的工作服口袋里就多了一个记录专业英语单词的本子，电话里也多了一个查英语单词的软件，在船上，在与同事交谈中遇到不会的不懂的就马上记下来，马上查出来，上学时没有感觉，现在才知道英语却是这么的重要。

船舶行业是一个高危行业，我们要时刻注意保护自己，这样才能保证生产生活的正常进行，也是对自己负责任的表现，安全意识应该时刻放在首位，也要注意排除身边的不安全因素，来确保他人的安全生产，这也是作为一个船舶管理人员应有的义务和所要具备的素质。

一、见习生带教师傅的安排应该由人事科把关，根据往年见习生的反馈来适当进行调节。

二、适当安排往届大学生与见习生的互动，结对子等等，能更快更好的提高我们各方面的能力。

三、鉴于三部地理位置等的特殊情况，对于新进大学生应该有更多的情感疏导和关心，要增加大学生的对于工作的热情和信心。

信托课程体会篇二

时光如梭！我已经实习完了一月的时间，这期间，经历了十多天的夜班，半个月的白班，体验着劳动的'光荣与艰辛，在这里我学到了离开校园的第一笔知识，这些都是从书本上学不到的知识，从体验公司的文化到亲身接触公司的每个部门的人员，从公司的季刊杂志上，从其他员工的言谈中，有好的信息，也有不好的耳闻，总之，我的感觉中，我们的公司还是在不断前进发展。

注塑课是我实习的第一个部门，当我跨入注塑车间的时候，我突然感觉原来想象的工业化就是如此的接近，大型的注塑

机台不断吐出产品，机械手臂伸展自如，一个个或透明或带色的样板从传输带上缓缓流进叠产品的车间，这个过程，称为注塑，原理是通过加热使注塑原料熔融注入模具型腔然后冷却成型，最后脱出产品。

我们公司产品的不良在喷涂，实习的时候听说有的产品喷涂不良高达百分之五六十，所以我重点看了一下喷涂，我个人愚见总结了一下。

在我们平时看到的产品中，大部分都是通过这种简单的工艺实现的，它具有颜色多样化的特点，在不同系列的产品上，这种效果更加容易实现，通过调配喷涂的油墨，就能达到各种视觉效果，另外还有其他的优点，如喷涂效率高、受油墨品种和产品状况的限制很小。

在我们的工厂，有两种操作方式的喷涂机，分别用于大批量生产和小批量打样用，一个是自动喷涂通过机械传动来控制喷头的方向，移动速度均匀，喷出产品的油墨厚度相对比较一致，大批量产品的生产主要是靠它来完成喷涂；另一种就是人工喷涂，这个对操作员的要求就高了一点，只有控制好了速度与距离，才能出一个好的效果，不会使产品表面积油或者薄厚不均，产生不良。

实习结束了，感觉脑袋里又注入了新的知识，对公司也有了更深的了解，在以后的工作中，希望能用自己了解的东西去处理相关的问题，再探究新的问题，使自己和公司不断进步。

信托课程体会篇三

转眼间,我们土木专业进行的钳工实习就要结束了,因为是顺应性强,能完成某些加工所未便或难于进行的工作,是以,今朝某些机械加工和修理工作中,钳工仍是不成贫窳的主要工种。

钳工的实习说实话是很枯燥的，可能干一个上午却都是在反反复复着一个动作，还要有力气，还要做到位，那就是手握锉刀在工件上来来回回的锉，锉到中午时，整个人的手都酸疼酸疼的，腿也站的有一些僵直了，然而每每累时，却能看见老师在一旁指导，并且亲自示范，他也是满头的汗水，气喘呼呼的，看到这每每给我以动力。几天之后，看着自己的加工成果，我们最想说的就是感谢指导我们的老师了。

不停的转动横向和纵向的控制手柄，小心翼翼的加工，搞了整整一个下午，自以为差不多的时候，准备在加以最后一刀，却操之过急，把圆弧的直径车小了！我痛心不已，惨啊！最难受的是站了一整天，小腿都疼起来。但当把车好的零件交给老师时那种成功的喜悦使我忘记了站得发疼得小腿。这种成功的喜悦只有通过亲身参加实训才能感受得到。

身为大学生的我们经历了十几年的理论学习，不止一次的被告知理论知识与实践是有差距的，但我们一直没有把这句话当真，也没有机会来验证这句话的实际差距到底有多少。

会需要的是有能力的人才。我们新世纪的大学只有多参加实践，才能保证在未来的社会竞争中有自己的位置。虽然只有大约六个小时的实习，但它让我感受到了工作的氛围，工作环境是以前从未有过的感受。不管我们学的是不是很精，有没有真的全部掌握，至少让我们了解了什么是工人做的事情，对以后工作也会有很大帮助的。

信托课程体会篇四

回顾20xx全年的工作，我们车间以围绕安全生产、保质保量完成生产任务为前提主要做了以下几方面的工作：

在生产工作中根据生产管理部的生产计划安排，为了确保生产计划的顺利完成，不影响需方的生产安排，车间与生产管理部、仓储部、销售部，进行了密切的沟通。当生产计划需

要临时变更时，面对生产上临时调整的诸多难题，车间管理人员通过与各班组长一道积极努力的配合，充分调动生产技术骨干和员工的积极性，以及时保质保量的完成生产任务。车间完成了公司及生管理部下达的生产任务，及各项生产质量技术指标，保证了销售的供货需求。

1、车间在生产过程中各班组对自己的产品负有责任感

作为集团六家子公司中药饮片原材料的指定供应商，我们深知自己肩上担负的责任的重大，对产品工艺的稳定性和质量的均一性都提出了很高的要求。我们将书面培训方式和现场操作技能相结合，并实时的进行督促和思想教育，使员工对产品的质量和自身工作的重要性与整个集团及相关公司的利害关系有高度的认识。车间本着对消费者负责和对公司利益负责的精神，严格按生产工艺要求严格把好质量关，在批生产记录、物料标示签、中间产品流转证的基础上车间实施了物料、标签交接审核登记制度，做到人人监督、有据可查，不管是工段长、班组长都对自己所生产成品负责，配合质检员层层把关，有效的杜绝不合格的产品流入下道工序，保证了产品质量，降低了生产成本，提高了产品的市场竞争力。随着我公司对外市场的逐渐放大，车间也正在积极努力的提高自己的生产水平，以满足市场多元化的需求。

2、稳步提升的人员竞争力

我公司现处于操作员工新老交替的关键时期，明后两年将陆续有老员工退休，车间将新员工的培养作为重点项目来抓，以满足新设备、新技术、新产能、新需求对于人员素质的基本要求，人员是企业存在的根本，专业技术人员是企业成长、发展的核心竞争力，对于新一代90后青年员工的培养才用了循序渐进的教育方法，树立正确的人生观、价值观。引导并帮助他们度过人生迷茫的择业阶段，调整积极心态，培养良好的职业素养。针对不同岗位分别培训岗位sop□相设备sop□清洁sop□维修维护保养，并以考试的形式对学习效果进行考

核。

3、新设备、新技术提升生产能力

我公司所使用生产设备均为现代中药饮片加工技术最前沿的创新科技，今年较去年又新增了qg—37气流网带干燥机一台、最新型的自控温燃油炒药机二台、tdp—600大型破碎机一台、剁刀机二台，加工小包装的多功能切片机一台、加工川芎饮片的旋料式切片机一台、磨刀机一台，使车间的加工能力在去年的基础上又提高了40%以上。通过9月份的人参加工项目的初步摸索，总结为生产设备是限制生产能力主要瓶颈，因此公司在10—11月份对人参烘干房进行改造扩建、并建设了人参净制房、购买了大量的晾晒干燥工具、新增了人参蒸箱一台、现在筹划建设的楼顶阳光房项目将大大的降低干燥的劳动强度、节约生产时间。

突破设备的瓶颈后预计明年人参的瞬时加工能力、总能力将是现在的三倍以上。为了能够满足需方对炮制品种产量需求，公司于11月份新购入了5t蒸制箱一台、多功能提取罐一台，使炮制工序的生产能力增加了一倍。随着车间新技术、新原理的生产设备的增加，在增加了产能的同时对于设备管理方面也提出了新的要求，要求员工要会使用、会维修、会保养、而且要能创新。车间对现有设备的小改进如：转盘式切药机的电机护板、剁刀式切药机的底座等。合理的生产安排、熟练的操作技能、正确维护保养才能够完全的将设备的全部能力发挥出来，车间将通过不断地培训学习、加强现场管理、设备管理来保证生产设备安全、有序的正常运转。

4、物料管理

不同的需方对同一品种的使用方式、质量需求、需货日期不同的这样一个问题，最终会体现在生产上。为了能够满足不同的需求，车间加强了物料的管理并与不同的质量需求相结合，严格按照生产管理部下发的生产计划和需方信息，按照

药典要求并有针对性的进行生产加工，物料管理员与质检员、物料接受人员共同核对，减少误差的产生。加强了物料摆放、标示标签的管理，做到帐物相符、清晰明了。物料管理员、质检员严格监督物料平衡，出现偏差立即按照偏差处理规程执行。在严格按照gmp的物料管理执行的基础上，车间建立了物料收率统计、物料接受发放登记制度，凡是与物料管理员直接交接的物料均有签字审核。做到了接收发放有审核，出现差错有据可查、责任到人，从而增强了员工物料管理、质量管理的责任意识。

5、环境卫生

车间整体环境卫生有了很大的升，随着生产管理的日趋稳定，在完成生产任务的同时能够将环境卫生良好的保持。全年多次迎接大、小型参观数十次，面对中药饮片加工生产的特殊性，多次受到参观人员的好评。一个良好的生产环境，能够给予员工良好的工作状态，从而为完成生产任务打下基础。一个良好的生产环境，代表了一个企业的管理水平、员工素质和企业的整体形象。我们将不懈努力的`保持下去，并争取做得更好。

1、年生产过程中认真宣传贯彻公司的各项规章制度，严格执行安全生产条例，严格按操作规程进行操作。车间向员工进行安全教育、培训、答卷，使员工清楚的认识到安全工作的重要性，提高员工的安全工作防范意识。同时车间加大了自检自查和处罚力度，有效的避免了各类事故的发生。另外，今年对《消防安全紧急疏散预案》、《消防安全知识》、用火、用电、节约用水等多方面安全知识进行了培训，组织人员实物、实地的进行消防演练和紧急疏散。

2、车间对安全事故做到了齐抓共管。九月一名员工将烟火带入车间，车间配合人力资源部对当事人进行教育及严格按照人力资源管理规定执行。车间对此事高度重视，再一次对全体员工进行了安全教育培训，增强员工的安全意识。车间安

全员严格履行安全职责，做到平时多巡检巡查、有厂房、设备改造、动火的关键作业能抓住安全重点，一旦发现安全隐患的苗头，就一直采取跟踪、改进等相应的措施，杜绝安全事故的发生。车间力争做到人人讲安全，人人懂安全，人人做安全。

3、通过车间工段、班组、安全员的细致工作，车间在本年度的安全生产基本达到了公司对车间的指标和要求。

起初，刚进入车间的时候，车间里的一切对我来说都是陌生的。车间里的工作环境也不怎么好，呈现在眼前的一幕幕让人的心中不免有些茫然，即将在这较艰苦的环境中工作3个月。第一天进入车间开始工作时，所在小组的组长给我安排工作任务，分配给我的任务是简单的。只是装asv和打2个螺丝。我按照技术员教我的方法，运用操作工具开始慢慢学着，组装的注意操作流程及有关注意事项等，毕业实习的第一天，我就在这初次的工作岗位上加工产品，体验首次在社会上工作的感觉。在工作的同时慢慢熟悉车间的工作环境。

作为初次到社会上去工作的学生来说，对社会的了解以及对工作单位各方面情况的了解都是甚少陌生的。一开始我对车间里的各项规章制度，安全生产操作规程及工作中的相关注意事项等都不是了解，于是我便阅读实习单位下发给我们的员工手册，向小组里的员工同事请教了解工作的相关事项，通过他们的帮助，我对车间的情况及开机生产产品、加工产品等有了一定的了解。车间的工作实行两班制(1.2班)两班的工作时间段为：早上8：30至下午16：30；下午16：30至晚上00：40上、下班制度。

(2) 摸索过程

对车间里的环境有所了解熟悉后，开始有些紧张的心开始慢慢平静下来，工作期间每天按时到厂上班，上班工作之前先到指定地点等待小组组长集合员工开会强调工作中的有关事

项，同时给我们分配工作任务。明确工作任务后，则要做一下工作前的准备工作，于是我便到我们小组的工具存放区找来一些工作中需要用到的相关用具，在工作期间有些产品的组装难度较大。刚开始起来还真棘手的，效率不高，做出来的产品质量也不怎么的。让人苦恼的，于是我便向小组里的员工同事交流，向他们请教简单快速的加工方法与技巧。运用他们介绍的操作方法技巧慢慢学着组装这有难度的产品，从中体会组装产品的效果。也有利于提高工作的效率。在平时工作过程中也要不断摸索出生产。

(3) 实际操作

经过一段时间生产、组装产品的学习，我对车间产品的生产、一个组装的整个流程已有了一个较详细的了解与熟悉。对有些常组装的产品也比较熟悉了，对不良产品的识别力也有所提高了，生产产品的效率也在不断提高。上班期间，听从小组长的安排，接受小组长分配的工作任务，在自己的工作区认真地进行作业。当出现一些小的'问题和困难时，先自己尝试着去解决，而当问题较大自己独自难以解决时，则向小组长、技术员反映情况，请求他们帮助解决。在他们的帮助下，出现的问题很快就被解决了，我有时也学着运用他们的方法与技巧去处理些稍简单的问题，慢慢提高自己解决处理问题的能力。在解决处理问题的过程中也不断摸索出解决机器小故障的方法途径。这样从而让我在工作时的自信心不断增强，对工作的积极性也有所提高。在确保产品质量的基础上尽自己的努力提高工作的效率。尽量让生产出的产品数量达到班产要求的数量，以便完成生产任务。每次下班之前，将自己工作区域内的卫生打扫干净，垃圾放入垃圾袋中并放到相应的位置，把工作桌面和地面上的物品用具收拾摆放好。就这样一天的全部工作内容也就完成了，嘿!这工作任务也较艰巨的啊!

实习期间，我对实习工厂的生产部(组装科)生产、组装产品的整个操作流程有了一个较完整的了解和熟悉。虽然实习的

工作与所学专业没有很大的关系，但实习中，我拓宽了自己的知识面，学习了很多学校以外的知识，甚至在学校难以学到的东西。

在实习的那段时间，让我体会到从工作中再拾起书本的困难性。每天较早就要上班工作，晚上较晚才下班回宿舍，深感疲惫，很难有精力能再静下心来看书。这更让人珍惜在学校的时光。

此次毕业实习，我学会了运用所学知识解决处理简单问题的方法与技巧，学会了与员工同事相处沟通的有效方法途径。积累了处理有关人际关系问题的经验方法。同时我体验到了社会工作的艰苦性，通过实习，让我在社会中磨练了下自己，也锻炼了下意志力，训练了自己的动手操作能力，提升了自己的实践技能。积累了社会工作的简单经验，为以后工作也打下了一点基础。

信托课程体会篇五

我第一次和别人家的小朋友近距离接触，让我体会到一个老师他身上所背负的责任与义务，在这短短一周的时间里，小一班的老师让我观摩到了一个非常重要的信息，那就是对待小孩子的态度一定要和蔼可亲，一定要让小孩子感受到他是生活在温暖与爱的怀抱里，只有用这样的态度去在幼师这个光荣的岗位上工作，才有资格获得幼师这个称号。

见习是踏入工作的第几步，我不知道，但每当我每走一步时，生活赋予我一个矛盾的集合点，一边坚持左一边坚持右，分辨是是非非，靠的是自己的价值观，人生观，事情没有绝对的好与坏。所以每一次见习教给我新的东西，适合我的我接受，不赞同的，我舍弃。

1、环创布置：每一个班级的环创代表着每一个班的特色，代表每一个老师的教育思想。屋顶上飞着五彩，翱翔的风筝，

那是一颗颗孩子渴望飞翔的心;墙上的花花草草,是孩子回归大自然的放荡不羁的心情;楼梯上的美人鱼,白雪公主是童话的纯真;展览台上的毕业画是大班孩子盼望小学的激动的心;活泼,可爱的奥运福娃是孩子们对祖国的赤诚的爱。每一个班级环创的内容大概包括孩子作品区,家长交流区,工作计划区。

2、教室区域:幼儿园的教室与小学很大不一样,小学讲究简洁,大方,整齐。幼儿园着重创新,新颖,符合教育特色,一般是按照区域设置。有建筑区,早到的孩子可以进建筑区建造自己想象中的房子,培养想象力,创造力,数学空间思维能力;阅读区,安排在一个安静的角落,有各种适合本班儿童阅读的图书,培养孩子的阅读能力,集中注意的能力。绘画区,孩子可以在这里施展绘画才能,然后贴在绘画墙上展览,让孩子得到心灵上的满足感,增强其自信。娃娃家区,孩子可以在里面扮演各种角色,体验社会情感。

3、课堂管理:幼儿教师也会是一个优秀的管理着,在孩子面前保持威信,还要拥有爱心去关爱每一个儿童,时刻注意力在全班而不是某一个孩子身上。如组织一堂故事课,老师有节奏性拍掌,孩子们会跟随拍掌然后安静坐到自己的位置上,口令我喜欢。。跟随我们大家都喜欢。吸引孩子的注意力,融入课堂中来,等都安静下来,开始讲故事,然后请上孩子发挥自己的想象编故事,他们会很喜欢。幼儿园管理也是一门艺术,一门值得人们去研究的艺术。

信托课程体会篇六

铁路是国民经济的大动脉,安全是铁路运输企业的生命线,铁路列车安全的好坏,是衡量铁路运输管理水平和各部门工作质量的主要标志之一,认真贯彻“安全第一,预防为主”的方针,是国民经济长期稳定发展的需要,也是广大铁路职工的神圣职责,对于安全行车,以下是我在现场六个月实习

的一点心得体会。

一加强思想政治教育，是打牢安全行车的重要基础。

1. 加强职业道德教育，促进职工遵守铁路职业纪律的自觉性。铁路职业道德包含有服务行业活动的要求，又包含有工业企业所特有的要求。铁路是在流通领域进行生产，通过运输活动将货主的各种货物或是千千万万的旅客从出发点运送到目的地。因此，就要像服务部门一样，把“尊客爱货”优质服务等作为铁路职工道德中最起码的职业道德规范，铁路职业道德和铁路职业纪律密不可分。铁路的职业纪律往往是通过规章、守则、条列、制度等形式表现出来，具有强制性的特点。而铁路职业纪律的许多要求同时也是铁路职工道德的要求，而良好的职业道德又反过来促进铁路职工遵守职业纪律。

2. 加强法律法规和铁路规章制度的学习，增强铁路职工的法律意识和安全意识。

铁路法律法规和规章制度，是对铁路运输安全客观规律的总结，是铁路运输多年来生产实践经验和教训的总结，是铁路运输安全的重要保证。首先，要认真学习国家和铁道部颁布的有关铁路安全的法律法规，以贯彻落实《铁路运输安全保护条例》为重点，学习《安全生产法》、《铁路法》、《铁路交通事故应急救援和调查处理条例》等相关的法律法规。

其次，要认真学习铁道部、各铁路局及各单位制定的安全管理制度，熟悉、领会、掌握规章制度，具有必备的安全知识，能熟练运用法规规章方面的“应知应会”。

第三，要加强一系列新的技术标准、规章制度的学习。随着和谐铁路建设，铁路的管理体制和运输生产力布局发生了深刻的变化，铁路的技术装备现代化实现了重大跨越。铁路职工必须结合自身工作实际，及时掌握《技规》、《行规》等新规章对本工种、本岗位的要求，熟悉各工种的作业标准、

作业流程。对必知必会的内容培训过关，遵循新的操作规律，提高技能，强化应急处理能力，在工作中自觉遵守这些规章制度，保证铁路运输的安全。

二加强机车运行安全教育，增强乘务员的责任意识和使命意识。

机车是铁路运输的牵引动力，它担负着牵引旅客和货物列车以及站场上的调车工作，机车是完成铁路运输生产的重要基本设施。

机车运行安全直接关系到全路运输安全生产，具有决定性和关键性。机车运行安全是在复杂多变的人、机、环境系统中形成的，其中，人是核心，是主体，设备是基础，环境是条件，而管理是重点、是关键。

铁路运输生产不改变运输对象的'属性和形态，主要产品是旅客和货物的位移，一旦发生事故，不仅使人民的生命财产和社会劳动成果遭受损失，而且也使铁路运输各部门的劳动化为乌有。可以这样说，没有安全，就没有铁路企业的一切。一是铁路运输在国民经济中所处的地位决定了“安全第一”。随着国民经济的发展，铁路的运能和运量矛盾更加突出，目前，铁路主要干线运输能力严重不足，仅能满足社会需求的70%左右，以运定产量，以运限产严重制约着国民经济健康快速的发展。如果发生行车中断，就会使本来紧急的运能更加紧张。二是铁路运输的现状决定了“安全第一”。现阶段我国铁路要承担繁重的运输任务，而铁路的现状很不适应，许多设备陈旧老化，线桥病害较多，为了提高运能，许多区段超负荷运输，降低了安全系数，存在许多事故隐患。铁路运输要24小时、全天候、连续地运行，需要多部门多工种协调精确地按图作业。铁路是一部巨大的联动机，环环相扣，紧密衔接，若有一“点”不畅，就会影响全线，一“线”不通，就会打乱一片。三是铁路运输“安全第一”能增强市场竞争力。多种运输形式的竞争，是社会主义市场经济的重要

特点，适者生存，优胜劣汰，作为传统的铁路运输业面临航空、公路和航运的严重挑战，全路必须转变观念，牢固树立为人民服务的思想，全面提高服务质量，时刻把“安全第一”放在首位，落到实处，消灭事故，保证安全正点，取信于民，方能在激烈的竞争中立于不败之地，方能提高效益，增强凝聚力和市场竞争能力。

信托课程体会篇七

东流逝水，叶落纷纷，荏苒的时光就这样从身边悄无声息地溜走，翻过时光的大片叠影，推开岁月的那扇门□20xx年的春天已飘然而来□20xx年已戛然而止。伫立在时光门前眺望，那时光的脚步声或响亮欢快，或轻柔缠绵，亦或大道无音。转眼间我已踏入社会实习半年之久，自我感觉收获颇丰，感触颇多。在校园里学习到的理论知识到校外社会的实践，学以致用过程和许多的人和事的做法都让我醍醐灌顶，茅塞顿开，受益匪浅。回望20xx年的实习生涯，我做出以下实习报告。

20xx年对于我来说是一个记忆尤为深刻的一年。因为今年是我有史以来第一次参加工作实习的一年，初入社会，一切都是那么的陌生，那么的新颖。对于初出茅庐的我来讲，压力远远大于对社会新鲜事物的好奇，在学校里就听学姐们说社会的复杂性犹如多姿多彩的大染缸，社会的迷人色彩下充满各种诱惑，让我们渐渐远离自己当初的目标与理想，社会的人情世故之繁琐，生活的不易和工作的艰辛等。进入大学两年以来，对于会计的基础知识我已有了初步的认识和了解，但在不断的学习和探索中发现了许多问题，对会计工作流程还不是很了解。为了将自己所学到的理论知识真正地运用到实践中去，做到学以致用所以我开始踏上了找工作实习的征程，我希望通过我的实习来增进我的会计实际经验，以后在工作之后能更好，更快的融入到工作中去。

出来校门后，我在网上投下海量的简历和参加多次招聘会，看了无数份工作，参加了许多面试，结果大多都石沉大海，杳无音信，大多因为我是刚出校门没有资深的经历经验而拒之门外，处处碰壁的我才知道找工作的不易艰辛。星光不问赶路人，时光不负有心人，终于在我的不断坚持努力下，拨开云雾见天日，守得云开见月明。无意间我有幸得到我的故乡济源其济源容大物流有限公司在广招人贤，我怀着试一试的态度报名，结果出乎意料地马上得到他们面试的机会，让我受宠若惊，倍感欣慰。我的简历短短几行毫无出彩之处，有种囊中羞涩之感，但出乎我的意料，面试官竟留下了我，顺利通过面试进入容大物流，成为一名实习会计。我深感这次机会的不易，我当时就下定决心要好好努力学习工作，争取把我的第一次实习工作做到最好，不留下遗憾。

略懂些许会计知识的我被顺利地分到公司的财务部，由于刚开始公司的各方面财务知识、流程的不了解和不熟悉，负责财务的主管让部门的一个很有资历的同事带我，让我先跟着同事帮帮打打下手，学习日常所需做的事务，热心的同事让我多看，多学，多问，刚开始我负责接听客户的来电，订餐，购买办公用品，兑换零钱，收发快递，记录一些小额的开支，保管一些零钱等等。工作内容没有太大变化，我很快就学会了，带我的热心同事也教了我一些新的东西，比如去银行要填哪些单子，教我支票的填写规范，现金日记账，银行记账的登记方式，填错后如何更正等。虽然这些大学里的老师都有教过我们，但经过同事边讲解边操作给我看之后，我掌握的更好，理解得更加深刻了。随后我慢慢开始接触了一些真正意义上的会计知识，并将其转化到时间中去。我接触了现金日记账，银行日积账以及红字更正法的实际操作，还学习了一些出纳要做的一些工作。在随后的一段时间里我在同事的帮助下学习实际公司的账目流程和具体操作，了解公司账目的所有负债，整理统计账目上的应收应付款项，还有一些简单的验车工作流程，了解一些客户办理的所需资料整理，为客户准备办理贷款的合同资料，协助客户办理签字、办卡等业务。在日常工作的小事中，每天积极打扫办公室的卫生，

帮忙整理同事有时候桌面上凌乱的资料，整理档案室的档案，并对资料抽拿、打印、分顺序整理规整摆放，有时候客户到来之时，为客户倒杯水，引导客户办理手续，并帮忙提醒他们所需证件和复印他们所需办手续的资料，公司有时候同事繁忙之际帮忙接听电话传真，帮忙办理车辆入户、年审、购置证、营运证等一系列工作。

由于半个月的我的认真努力，得到了同事和主管的认可，我有幸开始管理公司的资金账目，我所负责的是把每日的银行账和现金账的汇入汇出整理并制作成记账凭证，并每天到下班前之际，把今天的工作详情和账户情况汇报给主管，让主管心里有大致的了解。虽然半个月的努力我的能力被主管和同事得到认可，但由于我刚开始单独负责这项任务，我还是非常的紧张，做每一项账目的时候我都认真认真再认真，不敢有些许的分心和差错，不敢疏忽每一点，每天都把当日的汇入汇出凭证整理归纳审查，不出一点差错。

随着我接触公司账目的时间积累，我的业务能力越来越熟练，对公司的账目流程也越来越了解，我的任务量也慢慢持续增加，持续不断的工作量增加让我的能力不断的得以加强，让我把在学所学的理论知识了解的更加透彻，融会贯通，学以致用。通过在实习的过程中我发现，单单是掌握理论知识对于我来说是远远不够的，从刚进大学开始我就在学习会计理论，可以说是非常熟悉了，有关会计的专业基础知识、基本理论、基本方法和结构体系，我都基本掌握透彻，但是在实践工作的过程中我发现很吃力，有种纸上谈兵的感觉，感觉自己好像从来没学过会计知识，这让我深刻的体会到实践对学习理论掌握的重要性，也深刻体会到这次实习对我的能力提升的重要性。

在短短的几个月的实习里，在工作上我遇到的许许多多的问题。比如在日常接触的验车流程中，对卡车一窍不通的我需要从卡车的基础知识学起熟悉卡车的综合知识，了解卡车的构造和价格以及承载量等。问题的一一出现，在同事和主管

的帮助下，我的不断思考努力，问题得到一一的解决，让初出茅庐的我深感自己能力的不断在提升，心理充满了满足感。

在短短的几个月实习期间里，我从工作中学到了许多技能。工作并不是主管给你下达什么样的任务，该什么时候完成，而是自己在自身的岗位上自觉自主地做，认为该做什么样的工作准备就要大胆毫不犹豫的做。在日常的工作小事中我学会了使用打印机、复印机、传真机；懂得礼仪礼节的重要性，日常接触客户时的礼貌用语；在每天接触的验车中，让我对卡车知识得到一定的了解，不仅仅知道了卡车的一般构造及大致价格区间范围，还学会了验车该验什么，如何去验车；日常的电脑使用，让我对金蝶财务软件运用的更加熟练；日常的人际交往中让我的内向性格得到大幅度改善，能和日常接触的客户，银行经理，同事之际相处融洽等等。这些技能的不断提升，让我的日常工作更加顺利，让我对这份工作的掌握更加得心应手，深感几个月的磨练对我的能力提升之大。

岁月如梭，从炎炎酷暑到萧瑟秋季再至甘冷冬日，短短实习几个月的生涯眨眼飞逝，在这里我看到了、经历了、学习了许多学校里学不到的东西，心得体会颇多。

一、凡事要从基础做起，做好基本功。我刚来公司的时候对卡车方面的知识知之甚少，对卡车的销售更加陌生。我就不断地翻阅资料查看，熟悉卡车的综合知识，熟记每款车的特点，价格，从基础学起，了解卡车的构造方方面面的知识，最后可以在给客户介绍的时候不假思索的讲出客户所想了解的。还有就是上大学的时候，我总觉得我的会计理论知识已经很扎实了。主观的认为所有工作都大同小异，只要掌握其中的规律就都能应付。但是在会计实习过程中，我才发现自己真的是井底之蛙。平时在学校所学的根本不够用，细节方面更是错漏百出，例如：书写的技能，如金额的大小写、日期书写的规范性等等。还有就是根据相关的实习数据资料，在填写原始凭证、记账、编制各种账表时屡屡受阻。想想原

因，多半是因为平时的理论知识不够扎实，经不起实践的考验。这也是我实习过程中得到的一个教训，所以学好会计扎实的理论基础是前提。因此在日常工作中我每接触一项新的任务时，我都从头开始学，了解透彻，从基础做起，做好基本功。工作就好像做房子一样，地基如果不牢固的话你房子建的越高就越危险。还有建房子它也需要很多器材。这些器材就好像是我们学校所学到的知识，你要把这些知识都要运用起来，把它一点点积累，这样他就会成为有用的东西。做事应从基层基础做起，不能好高骛远。

二、作为一名会计人员需要良好的沟通协调能力和超强的人际交往能力。会计部门是企业管理的核心部门，对下需要收集各个公司方面的会计信息，对上要汇报财务的收支状况及下一步安排计划，对内要整理分类综合各类的账目信息。在日常的工作中，对内我需要和各个部门同事打好关系，熟悉他们的职责，在工作时需要的他们的积极配合，沟通很重要，多注意和同事沟通，只要多问，发现同事其实很好沟通的，可以在他们口中学习到许多课本上学不到的东西，对我的工作帮助提升很大；对外我需要和银行人员以及政府单位等沟通，这就需要有一个良好的沟通方法，能让他们在短暂的时间内留下好印象，提升办事的效率。

三、作为一名会计人员工作中需要足够的耐心和细心，一定要有一个严谨的工作态度。会计工作是一门需要很精准的工作，不能出现一点差错，不然会对公司造成很大的损失，这就要求会计人员要准确的核算每一种账目，记住其指标，牢记每一条税法，正确的使用每一个公式，反复的核查账目。会计工作本来就很繁琐，实习过程中我更是深有体会。在开始实习的时候，整天对着枯燥无味的账目和一大堆密密麻麻的数字，让我很头痛，有时候看到这么多的数字账目工作需要整理顿时我心情就很心浮气躁，可就是越是烦躁工作起来越是难以前进，越容易出错，出错还得从新查找错在哪里，本来一个小时的工作可能需要更长的时间来完成，雪上加霜，工作效率大大降低。后来同事的悉心教导，加上我在网上查

找的一些小办法技巧，每次心浮气躁的时候深呼吸，不胡思乱想，全身心集中注意力，按部就班一个一个来，繁琐的工作就一一得以化解，大量的工作也一点点被完成。会计工作本来就不是一个需要不断创新的工作，它需要一个个严谨正确的数字来反映当前的状况，因此我需要加强对数字的敏感度，不再因看到繁琐的数字凭证而心浮气躁，静下心，及时发现问题解决问题，把每一项工作都做到精准。

四、在日常的工作中犯错误是难免不了的，我要做到从错误中吸取教训，不在犯类似的错误，做事前要深思熟虑，争取做到万无一失。在实习中随着接触公司时间增加，公司前段时间迎来了物流旺季，我们的工作量也随之增大，在月底算总账的时候我犯了错误，发现账目对不上，出现了错误我很急躁不安，但是就是越急越错，越错越急，我很长时间都找不到错误的原因在哪里，幸亏我的同事发现了我的不对，问我是不是出现了错误，我如实地告诉她账目说对不上，同事说不要急慢慢来，同事帮我一点一点的对照梳理，终于在我们的努力下找到了错误的原因所在，原来是我在忙的时候把一些小的票据的账目算错了。虽然钱的数目很小，但是最终的账目一直出现错误，当时我就告诫自己以后一定要严格要求自己，不能再犯同类的错误，一定要严格认真算好每一笔账目，要从错误中吸取教训并改正。

五、作为一名会计工作人员，要端正自己的心态，要勇于面对自己不喜欢的部分工作。在工作生活中，不能抱有自己刚出校门认为自己学历高的优越心态，因为企业公司需求的都是实用性人才，学历只代表过去，不能代表你的工作能力，公司是通过能力来判断一个人的价值所在，是否符合他们的要求。领导主管有时候安排的许多工作并不是你所喜欢的，能否做好这些不喜欢的工作是一个人是否成熟的标志，也是一个人能否取得事业成功的重要因素，毕竟出来工作都不容易，一定要端正自己的心态，积极努力的完成领导安排的每一项任务，这样才能在工作中快速提升自己各方面的能力，才能得到领导的关注和许可。

六、作为一名会计工作人员，在工作中一定要勤奋努力，刻苦学习每一项专业知识和技能，做到手勤。尽管自己现在只是实习阶段，但也不能有丝毫的懈怠放纵，不能还把自己看成一名大学生，而是应该像正式员工一样严格要求自己，熟悉学习公司的规章制度和文化。当然正因为是实习工作，我更应该加倍努力学习，因为刚刚来公司什么都不懂不明白，要多学多问多思考勤动手，掌握会计的各方面知识，这样才能快速胜任目前的岗位，才能得到领导主管的认可。

七、作为一名会计工作人员，要实时了解有关会计方面的各种动态，比如国家出台的新的相关税法政策新闻等，要时刻保持一颗不断学习的心，学习同事的相关经验，学习和同事相处融洽，学习与客户交流，这样才能与时俱进，对自己的会计知识方面有个更好的了解，更好的融会贯通，这样才能使自己在会计生涯更好的前行。

上面这些就是我的实习心得体会。实习完后我将面临着回到学校毕业，下面是我的短期人生规划。出来校门后我要继续找到一个符合自身专业的工作，在工作中继续扎实我的基本职业知识，丰富我的职场阅历，当基本职业素养养成以后，我要挑战成为公司会计部门的管理者，毕竟对于会计来说普通的会计岗位都不是终点，应该从普通会计向财务经理的转变。财务经理是专业性较强的工作，是许多会计事务所需要的人才，但现代企业公司对财务管理的要求越来越高，不仅需要丰富的专业知识，还需要懂得代理记账等业务，熟悉一些经营管理方面的工作，并积极的了解公司的各项政策，所以我要从小做起，了解各个方面，这样才能完成自己短期人生工作目标。

这为期几个月的实习工作生活，让我收获满满，感触颇多，学到了许许多多课本上学不到的东西，经历了许多从未经历的事。我特别佩服公司的经营管理模式，这里含盖的知识我一辈子我都学不完，学到的充其量只是其中的九牛一毛。刚踏入社会踌躇满志的我处处碰壁，感觉自己什么都不会，深

知自己能力的不足和欠缺，本来在学校能说会道的我在这里变得哑口无言，不知道该如何是好。终于体会到那句“天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能”的内涵所在。经过几个月时间的实习工作，通过自身的努力，无论在思想上、学习还是工作上我都学到了许多。我懂得了如何去适应从学校到社会的环境变化，由于身边的人不同以往，所以相处之道也应为之改变，与之相协调。其次首先我在就业心态上有了很大的改观，以前总想找到一个适合自己爱好的工作，现在已经知道找一份合适工作的不容易，很多事情只有走到社会上亲身经历才能感触到，所以我现在不再和以前那样等待机会机遇的到来，而是应该丢掉我曾经对学校的依赖性，学会在社会上独立自主，敢与社会竞争，敢于承担社会压力，然后在找到一份工作后要踏实努力学习工作，不畏困难，为之奋斗。还有就是我深深认识到了团队合作的重要性，每一个人对待同一件事的看法不会完全相同，但随着彼此之间的相互理解、包容合作，两者之间的分歧会随之减少，默契度得到大幅度提升，有效的提升工作效率，开展工作会为之顺利许多。在工作生活上，要学会善于和别人交流，正确处理各方面的关系，遇事要沉着冷静分析，遇到不会做的事情要虚心像他人求教，改观自己的态度，工作中不能一味的想着自己能得到多少，能偷懒与否，要时刻扪心自问自己付出了多少，因为你做的事情别人都会看在眼里，相信付出和回报是成正比的。还有就是对于自己的理想必须敢于坚持，在实习工作的同时，我一定会遇到很多挫折很多困难，我一定要敢于纠正自身的错误，解决自身存在的矛盾与问题。只有这样，我才能使生活和工作相互结合，才能使我的人生更加完善和充实，才能使我的职业生涯越来越顺利。

信托课程体会篇八

不知不觉，我们已经到了我们各自的实习学校，又在不知不觉中，我们都已经实习一周左右了，在这个期间我们增长了经验，体验了生活，懂得了感恩。

在夏季的尾声，我和其他四位战友踏上了我们的征程。x月xx号早上六点准时出发，和战友们一起坐着大巴车，一路上宁静而祥和，可是等待我们的却是充满着无形的硝烟，7个多小时之后，玉田窝洛沽中学——我们的目的地，我们迎接挑战和为之奋斗的地方。

x月x日，他们开学了，人山人海，人声鼎沸，所有的声音汇集在一起好像在说：“你们的挑战来了，你们做好准备了吗？”看着家长们对学生的那种爱的眼神，突然就觉得我的肩上多了一份责任，作为一名老师我就有责任教好每一个人，那责任的重量就像我们学校一进门就看得到的那块石头的重量，那块石头大大的刻着两个字，那就是“责任”。

x月x日，我的第一节课，好紧张好紧张，还经常出错，下来之后我的脸红彤彤的，其中的含义就是紧张加羞愧，我觉得没有教好我的学生，辜负了他们还有他们的父母，突然压力好大，调整好情绪和思路，迎来了我的第二节课，很成功很理想，学生们很活跃，积极回答我的问题，我的自信增加了不少。以后的日子里我抽出时间来听老老师的课，学习他们的`教课方法和课堂管理，不断地学习，总的来说，一周的时间，我学到的东西不少，无论从讲课还是管理方面，我想我的进步空间还有很大，所以继续努力继续学习是我的近期的计划，没有人可以随随便便成功，学无止境，谦虚使人进步。

x月x日，教师节，我们已经实习一周了，只有自己亲身体会了才知道，老师的辛苦和不易，才理解我的老师当时那样做为什么，现在才知道感恩，真的很羞愧，在这里想对我的老师说一声：“亲爱的老师，您辛苦了，我爱您！”

这只是我的第一周而已，未来的日子还很长，面对以后的问题和困难，我们总会找到办法来解决，因为办法总比困难多！我们五个战士一起努力，一起进步，一起迎接挑战。面对挑战冷静面对，冷静思考，什么困难在我们面前就都不是挑战！

信托课程体会篇九

本来是昨天要写的，但是因为某种原因把事情给耽搁拉。总结大会从四点开始一直持续到了6点多在结束。而本该是上周开的总结大会，系里也推迟到昨天才开。实习前的种种危言耸听，以及他们实习回来后的豪言壮语，我到现在还历历在目。系里总是这样，虎头蛇尾。不过也已经习惯了。我没有跟着大部队去北京去中软国，也没有去长沙，以及教育实习。而是随便找咯一个公司盖章完事。

听了他们的总结报告，多少还是有点收获的，去北京，还有弄教育实习还是有一部分同学学到了东西，明确了以后的学习方向，更明白以后的就业方法，明白以后的路应该怎么走。而还有很大一部分还是我和我原先想的一样还是在混，去北京旅游了一趟，或许是我没有深入了解吧。应该来说去中软实习的同学接触了很多新的技术，更加明白软件开发的整个过程，接触了很多新的技术和开发工具。明白团队的合作精神.....

这次没有如愿参加教育实习心理感觉有点遗憾，不知道下学期还有机会不。但是不去的原因不完全是我个人造成的，不得不说，自己做事情有事情欠缺考虑，很多事情，没有彻底的考虑清楚。听了他们的总结感慨很多，他们发了整整一个月去实习而我呢？只发咯不到半个月不到时间准备我的网络工程师考试，而大部分的时间都是在糊涂中度过，真的心理感觉好惭愧。

“机会只有一次。”可能他们说的时候是无心的，但是在我看来，确实说的很对，很多时候机会是只有一次，如何把握这仅有的一次呢？是我很值得思考的问题。即将毕业，很多事情真的“机会只有一次。”我应该如何安排我剩下不多还在学校的时间呢？我应该如何坚持？真的现在心理一点底气都没有。

信托课程体会篇十

经过几周的.的工厂实习，我真的是学到了很多很多课本以外的东西，真的是受益匪浅啊！

在这个过程中呢，我从无知到认知，再到深入了解，学会了很多很多东西，同时开始渐渐喜欢上了这个全新的专业，我感受到学习的过程才是最完美的。在实习生活中，每一天都会有新的体会、新的感触，感觉自己的各个方面每一天都在不同程度的提高，但最主要的就是工作潜力的提高。

下面就是我自己的一些小结和收获。我一共总结出以下几点：

1、要学会坚持

无论到哪家工厂或者公司实习，开始的时候都不会让我们做任何工作，而是观看学习，时间短的是几天，时间长的就是几周。所以这段时间，一般会感觉到无聊，无所事事，可能会萌生出离开的想法。但是这个时间是最重要的阶段，这个阶段我们会学到课本以外很多有用的东西，所以我们必须要学会坚持，坚持就是胜利！

2、要勤做事

我们到工厂或者公司实习，一般不会给我们安排重要的事情去做。所以，此时我们会很闲，但是我们要主动找一些小事去做，无非是一些无关紧要的打杂，但就是透过勤快做事可能会引起领导的注意，不断获得领导的欣赏和信任，渐渐被安排做一些重要的事情，渐渐获得领导的重用！

3、多听、多看、多想、多做、多说

由于我们课本学到的只是一些理论知识，缺乏具体的时间操作，所以我们得虚心学习。多听别人的指导，多看别人的操

作工序，多想自己如何下手，然后亲自动手多做，有不懂的地方向别人请教多说。只有这样，才会渐渐熟悉自己的工作，学会一身真正的本领！

4、要调整好心态

由于刚到一个新的环境，可能既不熟悉，又不适应，同时又可能因为环境的艰苦抱怨。这不但会影响自己的工作情绪，可能会做不好工作，同时也会增加自己的压力，甚至会影响到与同事的相处。所以，我们要调整好心态，处处看好的方面，摒弃坏的一面，这样才会对工作充满激情！

5、要虚心学习

由于对全新的工作，我们既不熟悉又不了解，所以刚刚开始从事起来有点困难。因此我们要虚心学习，不会的多多向领导和同事请教学习，当别人向我们请教的时候，我们也要虚心理解，共同探讨！

6、要尽量少犯错误

第一次工作的时候，难免会犯一些错误，但是我们要透过这次错误积累经验，吸取教训。第一次犯错误能够，如果再一次犯同样的错误就是不可取的了。所以，我们要谨慎、留意，尽量少犯错误！

接下来，就是我的一些收获了：

1、实习生活，学到了很多实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论知识和实践知识同时得到提高。

2、提高了自己的工作潜力，为就业和将来的工作带给了宝贵的实际经验！