

师德师风心得体会幼儿园 幼儿园教师师德师风心得体会(大全8篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么你知道心得体会如何写吗？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

师德师风心得体会幼儿园篇一

彰显了教师职业对于社会发展的重要性，所以无数的教师博得了人们的敬仰。实际上，教师确实关系着国家的发展，具体而言就是教师的素质。它直接关系到我国科教兴国战略的实施，关系到21世纪我国教育事业的改革与发展。多年的教育实践表明，培养全面发展的合格人才，要靠教育者的教学行为和道德行为相结合才能达到目的，因为教师的理想信念、敬业态度、为人处世、道德情操、文化知识等都会对学生产生直接或潜移默化的影响。因此，教师不仅要把优秀的传统文化和当前世界的前沿科技知识传授给学生，更要用自身的德行感染学生、影响学生。所以，既然选择了教育事业，我们教师就要努力加强个人修养，不断完善自己，做到学高为师，身正为范。

首先，要努力使自己成为终身学习的楷模。知识社会的显著特征就是知识像滚雪球一样急剧膨胀并快速陈旧。面对“生有涯，而知无涯”的现实，教师必须不断地学习方能胜任教师工作。选择了教师职业就选择了艰辛和挑战。胸无点墨，混迹社会，腰缠万贯者大有人在，但我们无法想象，更不能容忍一个滥竽充数的教师堂而皇之立于那些求知若渴者目光聚集的神圣讲坛。教师要具备扎实而宽厚的基础知识和专业知识，要透彻地懂得所教学科。仅仅熟悉教学大纲和本学科内容是不够的，教师的知识应比这宽广得多。通常说：“教师要给学生一杯水，自己必须有一桶水。”就是这个道理。

所以，教师要终身不断学习，不断开拓，更新自己的知识。

其次，要把教书育人放在首位。教书育人是我们教师的天职。但是，教师不只是为了传授知识而存在的“教书匠”，而是教育者，是人类灵魂的工程师。教育是爱的共鸣，是心和心的呼应。教师只有热爱学生，才能教育好学生，才能使教育发挥最大限度的作用。所以说，热爱学生才是教师职业道德的根本。著名教育家陶行知先生奉行“爱满天下”的教育宗旨。他曾提醒教师说：“你的教鞭下有瓦特”，“教育者要像爱迪生的母亲那样宽容爱迪生”。陶行知自己无论是在学业上，还是生活上，都无微不至地关怀学生，许多陶门弟子至今仍念念不忘他的音容笑貌，从这一点就可以充分感受到他伟大的师德情操和强大的人格魅力。所以，教书只是手段，育人才是目的，而爱心则是做好“育人”工作的前提。

再次，注重自我塑造，遵循规律，为人师表。“遵循规律，为人师表”，是教师提高教育能力的原则和方法。教师要根据学生的身心发展规律和认知规律，有的放矢地进行教育工作，做到晓之以理、动之以情、导之以行，要通过自己的表率、模范作用去感染每一个学生，教育每一个学生。

明清之际的思想家孙奇逢曾说过，教人读书，首先要使受教育者“为端人，为正士，在家则家重，在国则国重，所谓添一个丧元气进士，不如添一个守本分平民”。这无疑也提示了我们：教师不仅要向学生传授知识，还要教会学生学会做人。所以在教学和生活中，要特别强调教师不仅要自重、自省、自警、自励、自强，还要做到以身作则，言行一致。只有这样才能“春风化雨，润物无声”。此外，教师既要善于汲取民族精华并赋予时代精神，还要善于吸收古今中外的先进经验和优秀文化，做到“古为今用”、“洋为中用”。教育学生敢于思考，勇于创新，既提高人文素养，又打好科技素质基础。

师德师风心得体会幼儿园篇二

说到师德师风，相信人们立刻会想到这样一些词儿：为人师表、爱岗敬业、无私奉献……的确，这说的就是我们人民教师，但是我们应当要对得起这一个个歌颂的词，不辜负人们对我们的期望。这是我们所需要努力的方向，也是必须要到达的目标。

师德师风对一个教师来说特别的重要，由于，教师是孩子行动的标杆，教师的一言一行、一举一动都在潜移默化地影响着孩子。因此，师德师风的好坏常常影响和决定了学校的校风和学风的好坏。

通过对师德师风的学习，我简单得谈谈以下几点体会：

第一，严以律己，重视言行。

为人师表，坚持严以律己，增强自身的自控能力，每天都带着一份好心情投入到工作中，带着微笑迎接孩子。幼儿园的工作繁琐、压力大，但我都安然的面对，不以个人的得失琐屑较量，不把个人情绪带到工作中。可以说每天我都是以平和的心态、饱满的情绪，真诚的对待每一位孩子。用平平常常的心态、高高兴兴的心情来干实实在在的事情。

第二，培养良好的内在素养。

天生丽质固然能给人以美感，使人愉悦，但是作为一位教师更重要的是塑造内在的修养，这样教师本人的学识和内在素养就显得分外重要。只有不断的更新自己的知识，提高自身素养，不断的完善自己，才能教好学生。在教学中我们要做到有效地备课，体现教师教学的智慧，常规教学做到扎实有效。

第三，刻苦研究业务。熟知教学业务是教师之所以成为教师

的关键。只有熟知业务，才能将科学文化知识准确地传授给学生。如果学生提出的问题教师总是不能准确地解答，教师在学生心中的威信就会逐渐丧失，学生对教师也没有信心可言，教师要提高教学业务水平，就必须自觉坚持学习和参加业务培训，并在教学实践中锤炼和提高。我们一定要与时俱进，孜孜不倦的学习，积极进取，首创新教法，并且要做到严谨治学，诲人不倦、精益求精。

第四，与学生相互尊重。

坚持“一切为了孩子，为了孩子的一切”，与每一个孩子建立同等、和谐、和谐、相互尊重的关系，关心每一个孩子，尊重每一个孩子的人格，努力发觉和开发每一个孩子的潜伏优秀品质，正确处理教师与孩子家长的关系。只有我们把学生看重了，学生得到老师的尊重了，他们才会尊重老师，愿意学习这个老师所传授的各种知识。用师爱铸就崇高的师魂，在教育中要做到严中有爱、爱中有严，如果我们把学生当成天使，那么我们就生活在天堂。

第五，重视团队合作。

幼儿园的工作需要多方人员的配合才能得以良好运作，这就需要教师具有良好的“团队精神”。团队精神，字只有四个，简单的说来就是沟通、信任、团结、协作、配合、相互帮助。幼儿园是一个大家庭，个人只有融入到这个大家庭才能得到提高，体会到工作的愉快，幼儿园也能得到良好的发展。因此，在工作中我们应当注意与老师的合作，不计较个人得失，以集体荣誉为条件，做好每一项工作。

因此，师德——不是简单的说教，而是一种精神体现，一种深厚的知识内涵和文化品位的体现！师德需要培养，需要教育，更需要的是——每位教师的自我修养！在我的人生中，不需要大张旗鼓，只要将作为教师的美德连续下去，让自己在不断自我剖析、自我发展、自我完善、自我超出中实现我的人生

价值！

师德师风心得体会幼儿园篇三

师德，即教师的职业道德；师风，即教师的行为作风。师德师风对一个教师特别的重要，因为，教师是孩子行动的标杆。教师作为人类灵魂的工程师，不仅要教好书，还要育好人，各方面都要为人师表。教师的一言一行、一举一动无时无刻不在潜移默化地影响着孩子。因此，师德师风的好坏往往影响和决定了学校的校风和学风的好坏。

一切师德要求都是基于教师人格，因为师德的魅力主要从人格特征中表现出来。我性格开朗、乐观向上。每天都带着一份好心情投入到工作中，带着微笑迎接孩子。看到家长放心的把孩子交给我，孩子在我的带着下玩的很开心，我觉的这就是我工作的价值和意义。幼儿园的工作繁琐、压力大，但我都坦然的面对，不以个人的得失斤斤计较，不把个人情绪带到工作中。可以说每天我都是以平和的心态、饱满的情绪，真诚的对待每一位孩子。排除追逐名利拈轻怕重心理，用平平常常的心态、高快乐兴的心情来干实实在在的事情。

教师对孩子的爱，简称为师爱，是师德的核心。幼儿园的孩子像刚出土的嫩苗，需要“园丁”的呵护和培养。

学高为师，德高为范。中华民族素有崇尚师德，弘扬师德的优良传统。师德是中华优秀传统文化精粹，也是优良革命传统的重要组成部分。教书育人，教书者必先学为人师，育人者必先行为世范。教师的职业特点决定了教师必须具备更高的素质，而师德是教师最重要的素质，是教师之灵魂。师德决定了教师对孩子的热爱和对事业的忠诚，决定了教师执着的追求和人格的高尚；另一方面，师德直接影响着孩子们的成长。教师的理想信念、道德情操、人格魅力直接影响到孩子的思想素质、道德品质和道德行为习惯的养成。高尚而富有魅力的师德就是一部活的教科书，就是一股强大的精神力量，

对孩子的影响是耳濡目染的，潜移默化的、受益终生的。人们回忆起自己的成长经历时，经常不约而同地想到的就是教师的启蒙和典范作用。当前我们深化教育改革，全面推进素质教育，全面提高教育质量，不仅需要教师转变教育思想和观念、更新知识结构、提高教育教学水平，更需要教师有良好的思想素质和高尚的师德，并在与时俱进的伟大实践中不断提高师德水平。

因此，师德不是简单的说教，而是一种精神表达，一种深厚的知识内涵和文化品位的表达！师德需要培养，需要教育，更需要的是每位教师的自我修养！我愿我的爱奉献在我这片挚爱的土地上，我愿我的爱能感化每一个我教过的孩子。在我的人生中，不需要轰轰烈烈，只要将作为教师的美德继续下去，让自己在不断自我剖析、自我开展、自我完善、自我超越中实现我的人生价值！

师德师风心得体会幼儿园篇四

尊重是一种爱。每一个孩子都是有思想、有感情、有无限开展潜力的人，他们每一个人作为独一无二的个体都有其存在的价值；每一个孩子都有一种对自尊、自重和来自他人的尊重的需要。老师不能因为某个孩子的表现不是很好，对于他热情的招呼却视而不见、充耳不闻；学习成绩优秀的孩子与成绩差的孩子都犯错误时，不能采取两种截然不同的态度对待；教师应尊重每一个孩子，尊重聪明守纪律的孩子，说明自己对好孩子的赞美和追求；尊重淘气失败的孩子，说明自己对失败的孩子的同情、抚慰和鼓励。教师只有尊重孩子的需求和保护孩子的自尊心，才能让学生在健康开展中发挥他们的潜能。一个善于尊重孩子的老师，会时时体验到教育过程的幸福和快乐。

宽容是一种爱。犯错误对每一个人来说是在所难免的，人非圣贤，孰能无过，对于孩子来说更是如此。毕竟孩子的区分是非的能力还不强，有时所犯的 error 并不是自己意识所支配

的，而是一种过激行为，是可以原谅的，可以接受的’，这就需要老师用一颗宽容、大度的心去接受、教育，不能因为一时的冲动而失态，给孩子的心灵造成伤害。班上有个孩子，平时非常好动，喜欢帮助小朋友做事，可做起事来往往比较毛躁，总是帮倒忙，有一次他要帮小朋友发画笔，我就允许了，结果把一盒画笔撒在地上，其他孩子都发出了惊讶的叫声和笑声，看到他满脸害怕的样子，故作惊讶地说：“哎呀，不好，我听见小画笔伤心得哭了，眼泪都流出来了，快来帮助它呀！”于是其他孩子过来和他一起，一会儿就收拾好了，从那以后，我仍然给他时机让他发画笔，他很小心，也没有再弄撒过。

赞赏、鼓励是一种爱。事实上，我们在对待那些比较淘气的孩子的问题时，往往过于注重他们的缺点，常常忽略了赞赏和鼓励，而一味地批评、指责、就会让孩子失去自我；其实在这些孩子的心目中，是多么渴望得到老师的赞扬和鼓励，一旦他们所做的努力没有得到老师的一点赞赏、肯定，那他们的内心是多么失望啊！他们刚刚燃起的希望就会破灭。因而我们在工作中要尽量发现孩子的优点，然后真诚地去赞赏他；孩子取得点滴进步时，能衷心地祝贺他、鼓励他，让他永远生活在希望中。

严格是一种爱。良好的行为习惯是孩子搞好学习的根本保障，而幼儿园大班更是形成良好行为习惯的重要时期。要想形成良好的行为习惯，必须在实践中长期、反复、严格的培养和训练。高尔基说过：“谁爱孩子，孩子就爱谁。只有爱孩子的人才会教育孩子。”做一个好老师，最根本的就是要拥有一颗爱孩子的心，一颗爱心滋润千万颗“爱心”，犹如鲜花在春天的大地上连绵不绝竞相开放。但愿我们的爱，能像缕缕阳光洒向颗颗嫩芽，能像滴滴雨露浇灌株株幼苗。感悟：教学多年，我深深地感受到师爱育人的重要。深刻地认识到教育的真谛是爱。爱是生命世界得以生存的根底。教师要以强烈的爱心责任心关心保护孩子，既要了解孩子的学习，又要关心他们的生活和身体健康。当孩子遇到困难时教师要主

动帮助出主意、想办法。当孩子犯了错误后能耐心引导，讲清道理，以赢得孩子的信任和依赖。幼儿教师更需要足够的修养和耐心；教育是爱的事业，来自老师的爱与尊重远比任何说教、批评都更有效、更持久，这种情感的暖流触及孩子的心灵，促进其高尚情操的形成和开展，释放其潜在的才能与热情。教育的真谛是爱，爱是教育过程中的灵魂。

师德师风心得体会幼儿园篇五

师德是教师素养的重要组成部分，它是教师 and 一切教育工作者在从事教育活动中务必遵照的道德规范和行动准则，以及与之相适应的道德观念、情操和品质。由于教师所从事的职业是教育人塑造人的事业，因此，教师道德素养比教师文化素养更为重要。

最近学习了《幼儿园教师职业道德规范细则》，学习后我觉得收益很大，《幼儿园教师职业道德规范细则》，让我对教师这一崇高的职业又有了新的认识和感悟。教师作为人类灵魂的工程师，不仅仅要教好书，还要育好人，各个方面都要为人师表。

师德不仅仅是对教师个人行动的规范要求，而且也是教育幼儿的重要手段，起着“以身立教”的作用。教师要做好幼儿的灵魂工程师，第一自己要有高尚的道德情操，才能以德治教，以德育人，才能成为一位合格的教育工作者。

我认为教师第一要酷爱幼儿，务必对每一个幼儿一视同仁，不能偏爱一部分幼儿，而冷漠或鄙视另一部分幼儿。其次要为人师表，重视身教重于言教。孔子说：“其身正，不令而行；其身不正，虽令不从。”幼儿总是把教师看作学习、仿照的对象。

因此，幼儿教师务必要时刻注意自己的一言一行，以高尚的人格去感染人，以整洁的外表去影响人，以和蔼的态度去对

待人，以丰富的学识去引导人，以博大的胸怀去爱惜人。只有这样，才能保证教书育人的实效。第二要有高涨的工作热情：许许多多成功人士的体会告知我们，成功取决于积极主动的`心态。而教师的用情绪绪、主动心态更是身心健康的一种内驱力，能促使我们积极向上，不断进取。不仅仅如此，教师的良好心态还能给幼儿带来很大的影响，增进他们健康快乐地成长，终究达成教育教学目标，并构成良性循环。

第三：我觉得教师要无私奉献，关心每一位幼儿的成长，一位教师就应对幼儿无私奉献，酷爱幼儿，尊重、知道幼儿以人为本，关心爱惜幼儿。

第四：要养成毕生学习的习惯，教师就应活到老学到老，才能胜任这一富有挑战性的职业。我们就就应不断地给自己充电，把读书当成一种习惯，把学习看作一种乐趣，从各种渠道汲取新的营养，使自己变得更为睿智。

师德师风心得体会幼儿园篇六

我们从一些事情上得到感悟后，有这样的时机，要好好记录下来，这样可以记录我们的思想活动。很多人都十分头疼怎么写一篇精彩的心得体会，以下是小编为大家收集的幼儿园教师师德师风心得体会，欢迎大家分享。

我，记得，从那一年走出校园时；记得，从那一年走向社会时；记得，从那一年以后成为一名幼儿教师时……。每一天都在脚步匆匆中结束，很少抬头望一望天空，更不知道还有一抹蓝色印在我的心中。自己真该成熟点，有谁会比较容易，只希望自己的付出能得来一丁点的回报就足够。加入迎胜小学幼儿园这个大家庭已经1年半的时间了，感谢有你们的陪伴。

今天我站到这里是我第4次参加师德演讲，我还是比较的紧张。开始前，还是要说到师德的意思，即教师的的职业道德。我

们是否可以做到教师职业道德中的优秀，不是靠说的，是靠实实在在的去做，去呈现，事必躬亲，去得到更多的认可。

从去年带班以来，在园长及各位老师的帮助下还有自己的摸索中成长、收获、进步了不少。从刚开始的不敢做、不敢说到现在的敢做、担当，同时也体会到了当中的不容易。我带的第一批中二班的孩子升入大班，很不舍得，因为每一个你遇见的孩子都是珍贵的，尽管之前有过这样那样的问题。翻开给孩子拍过的照片，每一幕都清晰的在脑海里回放，一起开心的玩耍，一起学习，一起加油！曾经的小不点现在成了大哥哥大姐姐，呵，孩子们都长大了。对于他们，我觉得我付出了我该付出的，我是问心无愧的！令我很感动的事，开学这几日，有好几个小朋友每天下午离园时都会回来中二班看看我们老师，很欣慰。同在大一班二楼层的他们，只要见到我们就喊道吴老师好，然后那场面已经控制不住，全都都过来给我们一个大大的拥抱，然后我很霸气的一招手说到孩子们好，乖乖听老师话哦。教师节还有孩子们送来的花。那一刻幸福感飙升，为孩子做的很值得。当然过去就让他留在回忆里吧，记得就好。现在首要任务是，我的新一批的中二班孩子，需要赋予他们更多的爱，更多的责任，让我们彼此快速地建立起信任感，然后共同成长。

在一日工作中，我做好自己，不让自己闲下来，事必躬亲！给班里老师做好榜样力量，我们团结在一起做好每一件事，好好的负责好中二班的每一个小天使。在有些时候，我们老师也会有情绪，也会有心情不好的时候，所以也不敢说我们每时每刻都做得那么好。尽量控制自己，我们毕竟是成年人，孩子毕竟是孩子，我们真的需要耐下心来，蹲下来聆听孩子们想要说的话，真诚的帮助他们解决问题。谁都会犯错误，更何况是孩子，孩子的任何一个错误都是可以理解的，只有犯错才会成长才会有机会去赢，对孩子是一种成长，对我们也是一样。所以，孩子是一个独立的个体，任何人都不要试图控制孩子，更不要把爱当做筹码。今年班里新加入了两名其他幼儿园来的孩子，他们各不相同，但这两个孩子这一星

期下来都没哭过，很棒，适应的不错，前天下午快离园时，我摘下眼镜擦擦，辛冠焯小朋友突然跟我说：“吴老师，你摘了眼镜，就像妈妈一样”一连还说了好几遍，那小眼神可温暖了，我说：“哦呦，那吴老师以后就不戴眼镜啦”宝贝可高兴了。李林泽小朋友呢，就属于有点调皮坐不住那种，一会儿也不停，仿佛浑身都是劲，那叫一个活泼，可是昨天下午突然间坐那老老实实的，上课时突然吐了，说老师我难受，看着他自己也是说不出的难受。我是如此的心疼他们，我该做的更好！我需要每天的反思自己对待不同孩子施于不同的方法，让他们真正的成长。如果当你的孩子在做一些事情时，注意多观察孩子的情绪，多一些肯定、鼓励，少一点批评。道理少讲，孩子是不会听的。

我可以做到比别人一点热情，我可以做到比别人多一点专注，我可以做到比别人多一点微笑。积极面对，不抱怨，因为抱怨可以抹杀所有的成果。成长路上不抱怨，带着我们对所有人的爱，对所有孩子的真诚与责任，事必躬亲，真正的弯下身子来贴近孩子，像妈妈一样帮助他们解决任何问题，因为我是老师，必须无偿的给孩子们想要的答案。

“人和人的相遇都不是凭空出现的，都一定会有它到来的理由。”所以我感激在座的每一个人，我们一起成长，感谢我带过的孩子们，感谢生命中经过的所有人，我很珍惜和你们一起的时光！大家一起加油！

师德师风心得体会幼儿园篇七

xx世纪的人才必须是集学习能力、创新精神、创造才能和实践能力与一身的发展性创新人才，传统的教育模式已不能适应新型人才培养的需要，培养创新精神和实践能力是当前我国教育的主要任务。作为幼儿教师我肩负着培养幼儿的创新能力、实施创新教育的重任。要对幼儿实施创新教育，首先就要求教师自身要有创新意识、创新能力，具备创新水平。

这是职业的要求，也是当代社会对年轻一代的要求。

通过这次暑假的师德培训，让我明白如何来做一名符合时代要求的、具有创新精神的幼儿教师。我觉得要努力提高自己的素质，必须具备各种综合能力。

首先要具有创造性的设计活动的的能力。教师能尊重幼儿，会根据幼儿的认知需要，选择幼儿所感兴趣的内容，把内容和任务设计到幼儿的实践活动之中，让幼儿通过自主的活动，创造性地进行学习。教师设计的活动和任务应该是可供幼儿探索的、有趣的、具有一定难度的活动。让幼儿在探索的过程中发现教师希望他们发现的某种现象、某种规律或某些问题等。同时，幼儿在完成有难度的活动和任务的过程中，学会了解决问题的方法，坚持性和受挫能力得到了锻炼。

其次要具有创造性的指导幼儿活动的的能力。幼儿在活动中会出现各种表现，教师要善于观察幼儿，认真的做好记录。在幼儿遇到困难时，要巧妙地进行引导，向幼儿提出一些互不相容的或缺少某些因素的问题，让他们自己发现问题，然后给予指导，使他们能创造性的解决问题。在幼儿的活动过程中，教师始终是旁观者，活动的任务要随时根据幼儿的反映，及时的进行调整，给幼儿提供自主发展的教育环境，放手让幼儿大胆地思考探索，让幼儿在实践中发展创造能力、思维能力，培养自信、自强等品质。

还应该具有较强的教育教研能力。要实现教育的现代化和科学化，教师就必须参与教育教学的科学研究。运用最新的教育教学理论和相关的科学理论指导自己的教育工作，探索新的教育规律和教育方法，努力积累有效的指导活动的理论和技术，积极撰写经验论文，从而不断提高自身的业务水平，科研能力。

现代创新教育的提出，是国家发展的需要、是时代发展的需要。幼儿教育是我国的基础教育，对人的发展和国民素质的

提高有着极其重要的作用。作为幼儿教师，我们担负着巨大的责任，为了培养出具有创新精神和实践能力的人才，我们必须成为一名创造型的幼儿教师。

师德师风心得体会幼儿园篇八

我们幼儿教师肩负着二十一世纪人才的'奠基任务，每一位幼儿教师对幼儿一生的发展都起着深远的影响。

选择了教育事业，就要对自己的选择无怨无悔，不计名利，积极进取，努力创新。在教育教学中，不断丰富自身学识，努力提高自身能力、业务水平，严格执行师德师规，有高度的事业心、责任心、爱岗敬业，坚持“一切为了孩子”。

每一位幼儿都渴望得到老师的尊重和爱护，我们不能直接体罚幼儿或变相体罚幼儿，重视对每个孩子的全面素质和良好习惯的培养，与每一个幼儿建立平等、和谐、融洽、相互尊重的关系，关心、呵护、尊重每一个幼儿。

以关怀、接纳、尊重的态度与幼儿交往。要善于发现幼儿感兴趣的事物、游戏。把握时机做幼儿的引导者。关注幼儿在游戏活动中的表现和反应。作为只有不断的更新自己的知识，不断提高自身素质，不断的完善自己，才能带好幼儿。要提高我们的自身素质，这要求我们年轻教师多听取老教师的各种意见。并且自身不断的学习，积极学习，不断开辟新教法。

教师的言行对幼儿的思想、行为和品质具有潜移默化的影响，教师的一言一行，幼儿喜欢模仿，这将给幼儿成长带来一生的影响。因此，教师一定要时时刻刻做出好的榜样，凡要求幼儿做到的，自己首先做到。坚持严于律己。同时，正确处理自己与家长的关系，在家园栏上相互探究幼儿发展的方法、措施。

这是我学习了师德师风的一些总结，我自己要从以上各方面

努力，坚持不断的学习，使自己能在不断更新的知识中汲取营养。