

2023年贴岗实训自我鉴定财务管理 实训 自我鉴定(优质8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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

贴岗实训自我鉴定财务管理篇一

三年的卫校生活，回想过去的点点滴滴，无不让人怀念，校园的生活总是那么的美好，同学之间总是那么的单纯。现在就以在校三年的时间做一份自我鉴定：

虽然我的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。在我考进卫校时，本来想解放一下自己的，但是很快我就明白了，卫校的学习是更需要努力认真的看到周围的同学们拼命的学习，开始了卫校的学习旅程，觉得自己落后了。卫校的学习不象初中那样是填鸭式的，而是老师把课讲完，然后自己去看，去理解。这个时候自习能力和自制能力是很重要的。长期自习以来我知道了要想学好只埋头苦学是不行的，要学会“方法”，做事情的方法。古人云：“授之以鱼不如授之以渔”我来这里的目的就是学会“渔”，做什么都勤于思考，遇到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。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。

学习护理单有理论是不行的，还要有良好的护理技术。所以在上实践课的时候我都会争取机会多操作几次，加上卫校本

来就少学生可给学生用的空间可不少。所以我可以再趁放学时间多练习一下。在卫校的第三年是我到医院实习的时间，基本上一年都是呆在医院里学习。再这里我熟练我的护理操作技术，把理论和实践结合在一起，在带教老师的指导下用我全副的耐心和爱心护理病人，使病人得到良好的照顾，早日康复。到医院实习认识到许多也是学习护理的同学，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。所以我喜欢实习。虽然有时会感到累些，但乐此不彼。

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。

这时才真正领悟到“学无止境”的含义。认识到自己的不足，每天实习回家后，顾不上一身的疲惫，我就钻进房间，把自己所有的戏剧影视文学的专业书全都翻出来，重新温习和学习有关新闻编辑的知识。

与此同时，我还坚持每天阅读一定量的新闻及报刊杂志，拓宽自己的知识面。功夫不负有心人，凭着我对这份工作的热情和坚持，我学到了不少知识，同时也帮助新闻部的记者们修改了很多稿子。当我听到编辑部的主任对我的夸赞时，心里美滋滋的，因为我的努力和自信，换来了他们对我辛勤工作的肯定。我看到了自己的价值，使我更加努力地投身于这份工作中。

我遵守组织纪律和单位规章制度，做人处事的基本原则都在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也在实际生活中不断培养。这一段时间所学到的经验和知识，这是我一笔宝贵的财富。

在工作中和同事保持良好的关系。同时也明白到做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我们可以向他们学习很多知识、道理。

在工作中，我认真负责，努力刻苦，能有效率的完成上级安排的任务，从不迟到早退。踏踏实实的做好本分工作，工作始终以“热心、细心”为准则。

简短而又充实的实习，我觉得对我走向社会起到了一个桥梁的作用，是我的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。总的来说受益匪浅对以后的学习有很大的帮助，同时经过了这么一段时间的工作也明白了实践的重要性，要更好的在以后的工作中发挥自己的水平，那么只有不断的增加自己的理论知识，更有利于灵活应用到自己未来的工作中！

贴岗实训自我鉴定财务管理篇二

这次实习，除了让我对商业企业的基本业务有了必须了解，并且能进行基本操作外，我觉得自我在其他方面的收获也是挺的。作为一名一向生活在单纯的学学校的我，这次的实习无疑成为了我踏入社会前的一个平台，为我今后踏入社会奠定了基础。

首先，我觉得在学校和单位的很一个不一样就是进入社会以后务必要有很强的职责心。在工作岗位上，我们务必要有强烈的职责感，要对自我的岗位负责，要对自我办理的业务负责。如果没有完成当天就应完成的工作，那职员务必得加班；如果不留意出现了错误，也务必负责纠正。

其次，我觉得工作后每个人都务必要坚守自我的职业道德和

努力提高自我的职业素养，正所谓做一行就要懂一行的行规。在这一点上我从实习单位同事那里深有体会。比如，有的事务办理需要工作证件，虽然对方可能是自我认识的人，他们也会要求对方出示证件，而当对方有所微词时，他们也总是耐心的解释为什么务必得这么做。此刻商业企业已经纳入正规化管理，所以职员的工作态度问题尤为重要，这点我有亲身感受。

最终，我觉得到了实际工作中以后，学历并不显得最重要，主要看的是个人的业务潜力和交际潜力。任何工作，做得时光久了是谁都会做的，在实际工作中动手潜力更重要。

所以，我体会到，如果将我们在学里所学的知识与更多的实践结合在一齐，用实践来检验真理，使一个本科生具备较强的处理基本实务的潜力与比较系统的专业知识，这才是我们实习的真正目的。

很感激实习单位给我这个这么好的实习机会，让我学习很多、成长很多、收获很多。

贴岗实训自我鉴定财务管理篇三

转眼20xx年就要结束，参加实习工作有半年的时间了，半年里，在公司领导的培养指导下，在同事的支持、配合下，使我在自身技术积累、工作经验、问题的分析与解决潜力方面都有提高，但是还有很多地方需要继续积累和学习的。

(以内审员为例，简单介绍一下工作)前段时间参加公司安排的内审员培训，及上船参与实质内审，从中让我深深体会到内审工作对船舶管理，船员管理，公司的系统管理有着深远的影响，因为内审的目的就是要求严以律己，拾遗补漏，不断地发现问题，解决问题，总结原因，积累经验，从而完善和提升公司的管理机制。这样做不仅仅可以提升公司的公众形象，还能避免和减少船舶在航行过程中存在的意外风险，

同时也可以让船舶在处理意外事故时做到有案可依，有例可循，做到将风险成本降低到最少，同样也减少了公司的管理成本和经营成本。因此，我将在以后的工作中继续学习和严格遵循ism的管理体制，以提升自己的业务实操能力为最终目的。落实和贯彻ism体制的要求，让自己的工作能够做得更好。

在年轻的季节我甘愿吃苦受累，只愿通过自己富有激情、积极主动的努力实现自身价值并在工作中做出最大的贡献：

作为初学者，我具备出色的学习能力并且乐于学习、敢于创新，不断追求卓越；我相信能吃苦耐劳，积极上进，有良好的团队合作精神和人际协调沟通能力，敢于面对高压力的工作环境，善于学习，能不断进行充实与完善自我知识结构体系。

贴岗实训自我鉴定财务管理篇四

将近一个月的车工实训很快就过完了，过程中有苦也有乐；但总的`来说：付出越多，收货越多。

记得第一天实训，连机床也不会开。此刻对机床有相当的了解，能够加工几种简单的不一样工件。例如：螺纹、阶梯轴、蜗杆等工件。过程中，最怕的是刀具崩碎；最痛苦的就是磨刀具。可能一不细心，将要磨好的刀具又要重新磨；其实磨刀具也是挺有技术性的。但熟能生巧，磨多了，刀具自然也会磨得好些。

还有就是加工螺纹，进多少刀，都要做到心中有数，一点也不能马虎。我干也是，要细心，要一点点进刀；待进刀必须深度后，要分左右进刀，这样才会使刀具的搜里均衡。最终一个就是加工锥度角，要调试转盘；经过不断试切，不断雕饰转盘，逐步调好角度，开始加工锥度角。

一个月很快过去了，有所收获，但也存在不少问题。例如：

车蜗杆的熟练程度和技术掌握不够。车槽的时候会显得生硬，特别是深度槽。还有就是公差掌握不够。粗糙度对我来说也是一种考验，特别是蜗杆内槽两边的粗糙度。

贴岗实训自我鉴定财务管理篇五

作为一名应届毕业生，感触颇多。在x天的实习生活中，我上了节课，作为实习班主任，带领学生参加锻炼，带领该班学生参加运动会，读报、课间操时维持秩序，做了几名后进生的细致的思想工作，筹办了“学会关爱”主题班会。在整个实习期间，我本着对学生负责的态度尽全力做好每一件事情。做如下实习工作自我鉴定：

茫然无语。学生何以如此呢？在我看来主要是由于学生没有学习的兴趣。

要做到在快乐中学习，不能孤立地营造活跃的课堂气氛，搞花架子，而应该从教学内容中找到学生的兴奋点。课前准备一定要充分。有课时，我往往是凌晨三、四点就起床备课，查资料，写教案，直到上课前还在考虑各种细节问题。尽管如此，我还是觉得如果准备时间充裕的话，讲课时会发挥得更好。老师讲课时声音要洪亮，要有一股气势，要有较好的气质。我给自己定位为清刚之气：直率、真挚、刚强而不失温和。我认老师一定要有一点硬气，这样言传身教，有利于学生的性格发展。提问后应给学生充分的思考时间，这一点我做得不够，往往问题一说，就要学生举手回答，而且我的语速、教学的进程都比较快。我认为语速、教学进程应根据教学内容的性质、重要性和大多数学生的适应程度灵活掌握，该快则快，应慢则慢。

在班主任实习工作中，我在班上开展了“学会关爱”主题班会活动。起初，我遇到了许多困难：比如学生的不配合就常常令我痛心疾首。当时，有人建议我使用强制方法。比如说

罚站、罚蹲等。诚然，这种方法可以勉强维持班级秩序。然而，这也无疑加深了老师与学生之间的隔阂，甚至会使学生产生厌学的心理。作为教育工作者，就要想方设法创设民主和谐的教学气氛，在教学活动中建立平等的师生关系。而且，教师要把自己当成活动中的一员，是学生活动的组织者、参与者、引发者，是学生的学习伙伴、知心朋友。为了办好这次班会，我努力为每一个同学创造展示自我的机会，提供展现自我的平台，使每一个学生都能够体验到成功的愉悦，感觉到自我的价值，品尝到其中的乐趣。结果，在准备班会的过程中，同学们都很积极。

在这些天的实习中,我受益匪浅,让我有机会将理论与实践有机地结合起来。站在教育的最前线,面对一双双求知的眼睛,心中倍感任重而道远。我一定要不断努力学习,要为人师表,争创光辉。

此外我积极参加社会实践活动,锻炼自己的专业技能,增长自己的专业知识,并达到了一定的效果。通过一系列的校内外活动,我也逐渐把握了人交往和沟通的技巧,学会了如何使自己处于一个融洽的人际关系中。通过在校的学习我深深体会到理论指导实践的含义,并且确实以这个准则要求自己。在学习和活动之余我也积极充实自己,博览群书,丰富知识,而且掌握了一定的计算机应用技巧足以应付工作需要。

作为应届大学生,我还很稚嫩,但我明白:一个青年人,可以通过不断的学习来完善自己,在实践中证明自己。我相信,良好的自学能力和不懈的钻研精神一定能使我很快胜任我的工作。我性格开朗、大方,有较强的沟通组织能力和实际动手能力,善于人际交往。掌握良好的`礼仪知识和接待工作经验,头脑灵活、反应敏捷,能够灵活处理工作中的突发事件。

尊敬的考官,难与青松比碧翠,愿做梅花傲雪霜;给我一次机会,我会用实际效果来证明给你们看!

篇二：实训自我鉴定

三年的卫校生活，回想过去的点点滴滴，无不让人怀念，校园的生活总是那么的美好，同学之间总是那么的单纯。现在就以在校三年的时间做一份自我鉴定：

虽然我的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。在我考进卫校时，本来想解放一下自己的，但是很快我就明白了，卫校的学习是更需要努力认真的。看到周围的同学们拼命的学习，开始了卫校的学习旅程，觉得自己落后了。卫校的学习不象初中那样是填鸭式的，而是老师把课讲完，然后自己去看，去理解。这个时候自习能力和自制能力是很重要的。长期自习以来我知道了要想学好只埋头苦学是不行的，要学会“方法”，做事情的方法。古人云：“授之以鱼不如授之以渔”我来这里的目地就是要学会“渔”，做什么都勤于思考，遇到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。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。

学习护理单有理论是不行的，还要有良好的护理技术。所以在上实践课的时候我都会争取机会多操作几次，加上卫校本来就少学生可给学生用的空间可不少。所以我可以再趁放学时间多练习一下。在卫校的第三年是我到医院实习的时间，基本上一年都是呆在医院里学习。再这里我熟练我的护理操作技术，把理论和实践结合在一起，在带教老师的指导下用我全副的耐心和爱心护理病人，使病人得到良好的照顾，早日康复。到医院实习认识到许多也是学习护理的同学，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。所以我喜欢实习。虽然有时会感到累些，但乐此不彼。

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.

通过三年卫校生活,学到了很多知识,更重要的是掌握了护理操作技术.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。

贴岗实训自我鉴定财务管理篇六

在新的工作岗位工作期间,我学到了许多以前没有接触过,没学过的知识,这一切都是公司领导对我的支持和信任,同时也给了我学习新专业知识和提高业务水平的机会。

随着会计制度的日益完善,社会对会计人员的高度重视和严格要求,我们作为未来社会的会计专业人员,为了顺应社会的要求,加强社会竞争力,也应当严于自身的素质,培养较强的会计工作的操作本事。于是,本学期初,我们乐于参加了学校为我们供给的会计实习。

作为学习了差不多三年会计的我们,能够说对会计已经是耳目能熟了。所有的有关会计的专业基础知识,基本理论,基本方法和结构体系,我们都基本掌握。但这些似乎只是纸上谈兵。倘若将这些理论性极强的东西搬上实际上应用,那我们也会是无从下手,一窍不通。

下头是我经过这次会计实习中领悟到的很多书本上所不能学到的会计的特点和积累,以及题外很多道理。

以前，我总以为自我的会计理论知识扎实较强，正如所有工作一样，掌握了规律，照葫芦画瓢准没错，那么，当一名出色的会计人员，应当没问题了。此刻才发现，会计其实更讲究的是它的实际操作性和实践性。离开操作和实践，其它一切都为零！会计就是做账。

其次，就是会计的连通性，逻辑性和规范性。每一笔业务的发生，都要根据其原始凭证，一一登记入记账凭证，明细账，日记账，三栏式账，多栏式账，总账等等可能连通起来的账户。这为其一。会计的每一笔账务都有依有据，而且是逐一按时间顺序登记下来的，极具逻辑性，这为其二。在会计的实践中，漏账，错账的更正，都不允许随意添改，不容弄虚作假。每一个程序，步骤都得以会计制度为前提，为基础。体现了会计的规范性，这为其三。

登账的方法：首先要根据业务的发生，取得原始凭证，将其登记记账凭证。然后，根据记账凭证，登记其明细账。期末，填写科目汇总表以及试算平衡表，最终才把它登记入总账。结转其成本后，根据总账合计，填制资产负债表，利润表，损益表等等年度报表。这就是会计操作的一般顺序和基本流程。

会计本来就是烦琐的工作。在实习期间，我曾觉得整天要对着那枯燥无味的账目和数字而心生烦闷，厌倦，以致于登账登得错漏百出。愈错愈烦，愈烦愈错，这只会导致“雪上加霜”。反之，只要你用心地做，反而会左右逢源。越做越觉乐趣，越做越起劲。梁启超说过：凡职业都具趣味味的，只要你肯干下去，趣味自然会发生。所以，做账切忌：粗心大意，马虎了事，心浮气躁。做任何事都一样，需要有恒心，细心和毅力，那才会到达成功的彼岸！

在这次会计实习中，我可谓受益匪浅。仅仅的一个月实习，我将受益终生。

这一个月实习给我的感触太深了，仿佛一下子长大成人，懂得了更多地做人与做事的道理，真正懂得学习的意义，时间的宝贵，和人生的真谛。让我更清楚地感到了自我肩上的重任，看到了自我的位置，看清了自我的人生方向。这次的实习经历让我终生受益匪浅。在最终一天，实习单位为我的离开进行欢送聚餐时，大家都对我说了许多祝福与期望，并且每个人都给了我很多的提议，总经理表示由于我的出色表现，他期望我毕业后能继续回来工作。看得出大家对我的关心是那么真诚，没想到一个月的实习会让我们建立这么深厚的友谊。走向社会，人际关系有时真的比工作本事还要重要，良好的人际能给我们的工作带来顺利，带来成功，带来机遇。在工作中把每个人都当作良师益友，那么才有可能在工作中收获的更多。

贴岗实训自我鉴定财务管理篇七

当导游的，每天都要讲解，不停的招呼客人，不停的一心都已经习以为常了，但是我很欣慰，也很兴奋，在带团的过程中，学会了很多东西，尤其是那种将自己的身心回归自然的感觉。最主要的还是对这份工作的喜爱！每个人都有自己的人生，我们的人生充满了挑战，我们不停的鞭策自己，掌握更多的知识，为来自各个地方的客人献上我们最优质的讲解！结束时能让客人觉得在-导游的讲解介绍下，获得了很多知识，甚至还可以得到客人钦佩的目光，那是我们最有成就感的事情了。

但是做任何工作都会遇到坎坷，特别是导游这份职业，不同的客人都会带给我们不同的感受，有些人对我们的工作予以支持或是理解，但是有些人就会非常的不理解！遇到这些人我们就要学会调整好自己的心态，我们要善于在工作中寻找乐趣！因为再不喜欢的客人也要朝夕相处好几天，与其大家一起生闷气，不如高兴一点，平和一点，所以心态很重要！

其次，要与客人有很好的沟通，这样会对自己的工作有很大的帮助。我觉得这点非常重要，这点决定着你的工作任务能否

顺利的完成。客人出来玩就是出来开心的，想让他们配合你的工作就是要让他们开心，这样任务就不难完成了，当然也有些例外的，我建议还是不要和他们发生正面的冲突，可以让全陪去调节，或者让客人内部消化，如果实在不行，那也就只能放弃了！但是我相信绝大多数客人都还是比较通情达理的！

学问是极为严肃的东西，来不得半点马虎和粗心。特别是涉外工作，更应引起导游的重视，以免闹出笑话，出洋相。因此，我特别注重自身的学识修养，广泛阅读各类书籍，扩大自己的知识面；同时注重知识地更新，不断充实自我，跟上时代前进的步伐；我还时常把有价值的知识抄下来或剪下来，并积极地去写各类稿子，提高自己的文字表达能力。

有付出必有收获，当我们以自己的知识满怀热情地向游客介绍雁荡山的风景名胜博得游客的阵阵掌声时，当我们含着热泪依依不舍地送走游客得到游客的赞誉时，当游客热情地邀请我们到他们的家乡做客时，我们一次又一次地沉醉于激动之中。同时内心也又一次坚定了将实践工作圆满完成的决心。

导游是个杂家，什么都需要了解一些，所以导游这个职业很难做，难在每天与人打交道，难在要用知识让客人折服，难在要去协调司机，全陪，客人，组团社，地接社，餐厅，宾馆之间的所有事宜，如果没有一份责任心，没有对导游工作的热爱是绝对不能胜任这项工作的。在带团的过程中，我失望过，彷徨过，受到过一些冤枉的斥诉，不公平的指责，没道理的批评，但更多的却是在其中体会到的美妙和欢乐，从中得到的经验和启示。

这些不仅使我的思想境界得到升华，还让我懂得了许许多多不能从书本中学得的做人的真谛。于是我更加热爱自己的工作，心甘情愿地全身心投入到工作中去，去追求，去探索，去实现心中的理想！

我们热爱这项工作，我们也在工作中享受它带给我们的乐趣！

贴岗实训自我鉴定财务管理篇八

作为一名应届毕业生，感触颇多。在x天的实习生活中，我上了节课，作为实习班主任，带领学生参加锻炼，带领该班学生参加运动会，读报、课间操时维持秩序，做了几名后进生的细致的思想工作，筹办了“学会关爱”主题班会。在整个实习期间，我本着对学生负责的态度尽全力做好每一件事情。做如下实习工作自我鉴定：

茫然无语。学生何以如此呢？在我看来主要是由于学生没有学习的兴趣。

已定位为清刚之气：直率、真挚、刚强而不失温和。我认老师一定要有一点硬气，这样言传身教，有利于学生的性格发展。提问后应给学生充分的思考时间，这一点我做得不够，往往问题一说，就要学生举手回答，而且我的语速、教学的进程都比较快。我认为语速、教学进程应根据教学内容的性质、重要性和大多数学生的适应程度灵活掌握，该快则快，应慢则慢。

在班主任实习工作中，我在班上开展了“学会关爱”主题班会活动。起初，我遇到了许多困难：比如学生的不配合就常常令我痛心疾首。当时，有人建议我使用强制方法。比如说罚站、罚蹲等。诚然，这种方法可以勉强维持班级秩序。然而，这也无疑加深了老师与学生之间的隔阂，甚至会使学生产生厌学的心理。作为教育工作者，就要想方设法创设民主和谐的教学气氛，在教学活动中建立平等的师生关系。而且，教师要把自己当成活动中的一员，是学生活动的组织者、参与者、引发者，是学生的学习伙伴、知心朋友。为了办好这次班会，我努力为每一个同学创造展示自我的机会，提供展现自我的平台，使每一个学生都能够体验到成功的愉悦，感觉到自我的价值，品尝到其中的乐趣。结果，在准备班会的

过程中，同学们都很积极。

在这些天的实习中，我受

益匪浅，让我有机会将理论与实践有机地结合起来。站在教育的最前线，面对一双双求知的眼睛，心中倍感任重而道远。我一定要不断努力学习，要为人师表，争创光辉。

此外我积极参加社会实践活动，锻炼自己的专业技能，增长自己的专业知识，并达到了一定的效果。通过一系列的校内外活动，我也逐渐把握了人交往和沟通的技巧，学会了如何使自己处于一个融洽的人际关系中。通过在校的学习我深深体会到理论指导实践的含义，并且确实以这个准则要求自己。在学习和活动之余我也积极充实自己，博览群书，丰富知识，而且掌握了一定的计算机应用技巧足以应付工作需要。

作为应届大学生，我还很稚嫩，但我明白：一个青年人，可以通过不断的学习来完善自己，在实践中证明自己。我相信，良好的自学能力和不懈的钻研精神一定能使我很快胜任我的工作。我性格开朗、大方，有较强的沟通组织能力和实际动手能力，善于人际交往。掌握良好的礼仪知识和接待工作经验，头脑灵活、反应敏捷，能够灵活处理工作中的突发事件。

尊敬的考官，难与青松比碧翠，愿做梅花傲雪霜；给我一次机会，我会用实际效果来证明给你们看！