# 学生个人素养

来源：网友投稿 作者：小六 更新时间：2025-05-14

*学生个人素养（通用12篇）学生个人素养 篇1　　在教室总能看到你默默无闻学习的身影，在课堂上总能看到你渴望求知的眼睛，遗憾的是搜索不到你自信响亮的声音。送你一句话吧：勤奋是一把金钥匙，它会帮你打开知识殿堂的大门;勤奋是艘巨舰，它会载你搏击知*

学生个人素养（通用12篇）

**学生个人素养 篇1**

　　在教室总能看到你默默无闻学习的身影，在课堂上总能看到你渴望求知的眼睛，遗憾的是搜索不到你自信响亮的声音。送你一句话吧：勤奋是一把金钥匙，它会帮你打开知识殿堂的大门;勤奋是艘巨舰，它会载你搏击知识海洋的风浪!你拿到了这把钥匙，希望你能牢牢握住它，持之一恒，不懈追求，希望的大门一定会向你敞开。

**学生个人素养 篇2**

　　大学生职业素养提升计划

　　为了使大学学习与职业发展更好地衔接，大学生在大学学习期间应该以职业发展为目标制订合理的专业学习计划，注重能力的自我培养和身心素养的提升，大学生职业综合素质的培养十分重要。我将从以下几个方面提升自己的职业综合素质。

　　一、制订合理的计划打下扎实的基础

　　有明确的专业学习目标,通过专业学习达到预期的结果。在专业基本理论、基本知识和基本技能方面达到较高的水平，在专业能力方面和实际应用方面达到较高的目标。随着科学技术的迅速发展，社会化大生产不断壮大，现代职业对从业人员的专业基础的要求越来越高，专业化的倾向越来越明显。大学毕业生应该拥有宽厚扎实的基础知识和广博精深的专业知识。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，才能有持续学习和发展的基础和动力。专业知识是知识结构的核心部分，大学生要对自己所从事专业的知识和技术精益求精，对学科的历史、现状和发展趋势有较深的认识和系统的了解，并善于将其所学的专业和其他相关知识领域紧密联系起来。

　　二、能力的自我培养

　　大学生在大学应基本上具备工作岗位所要求的能力，大学生在大学期间就应注重能力的自我培养。大学生自我培养能力的途径主要有：

　　⑴积累知识

　　知识是能力的基础，勤奋是成功的钥匙。知识的积累要靠勤奋的学习来实现。在校期间，我要掌握已学书本上的知识和技能，而且要掌握学习的方法，学会学习，养成自学的习惯，树立终身学习的意识。

　　⑵勤于实践

　　实践是培养和提高能力的重要途径，是检验学生是否学到知识以及能否灵活运用知识的标准。因此在校期间，我会主动积极参加各种校园文化活动，认真参加社会调查活动，热心各种公益活动，积极参与校内外相结合的科学研究、科技协作、科技服务活动，参加学校举办的各种类型的学习班、讲学班;利用寒暑假期，到工地现场跟随工程师实习。

　　⑶发展兴趣

　　兴趣包括直接兴趣和间接兴趣。直接兴趣是事物本身引起的兴趣。间接兴趣是对能给个体带来愉快或益处的活动结果发生的兴趣，人的意志在其中起着积极的促进作用。我会重点培养对学习的间接兴趣，以提高自身能力为目标鼓励自己学习。不仅要对本专业的学习产生兴趣，还要对其他可以提升自我技能的专业知识的学习产生兴趣。

　　⑷超越自我

　　作为一名大学生，我会注意发展自己的优势能力，但任何优势能力是不够的，所以我会对已经具备的能力有所拓展，不管其发展程度如何，这是我今后生存的需要，也是发展的需要。现代社会需求的是全能型人才，我会在学好本专业知识的基础上，对其他的技能进行系统的学习。

　　(5)学习能力

　　现代社会科学技术飞速发展，一日千里。只有基础牢，会学习，善于汲取新知识、新经验，不断在各方面完善自己，才能跟上时代的步伐。因此在学习生活当中，我会总结学习方法，并将课堂学习方法与实际学习方法紧密结合起来，让学习不只是局限于专业知识，还要拓展到人际交往等各方面去。

　　(6)人际交往能力和团队合作精神

　　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。我会学习积极主动地参与人际交往，做到诚实守信、以诚待人，尊重他人的权利，用心与人交流，同时努力培养团队协作精神，逐步提高自己的人际交往能力。

　　三、身心素质培养

　　身体素质和心理素质合称为身心素质。身心素质对大学生成才有着重大影响，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。身体有疾病的员工不但会耽误自己的工作，还有可能对单位的其他同事造成影响。如果身体不健康，即使其他方面非常优秀，也会被拒之门外。因此，我计划从以下四个方面提升自己的身心素质。

　　(1)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，人际关系的和谐和对挫折的承受能力。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。在大学期间，我会借阅与心理学相关的书籍，健全自己的人格。如若在心理上有任何疑惑，我会向学校的心理辅导中心求助，解决困惑。并主动为其他有心理障碍的同学解决问题，疏导他们。

　　(2)正确认识并悦纳自己

　　良好的自我意识要求做到自知、自爱，其具体内涵是自尊、自信、自强、自制。自信、自强的人对自己的动机、目的行明确的了解，对自己的能力能做出比较客观的估价。无论是在心情低潮时期还是亢奋时期，我都要学习正确认识自己的处境以及分析具体情况，做出自我调整以适应接下来的生活学习和工作。

　　(3)自觉控制和调节情绪

　　疾病都与情绪有关，长期的思虑忧郁，过度的气愤、苫闷，都可能导致疾病的发生。所以我会经常保持乐观的情绪，如果因为在学习、生活或者工作遇到问题而产生不良情绪，我会用正确的方式及时化解，不让消极的情绪控制自己。

　　(4)提高克服挫折的能力

　　面对挫折，我们只能选择战胜或适应它。所以当我遇到挫折.会冷静分析原因，找出问题的症结，充分发挥主观能动性，想办法战胜它。如果主客观差距太大，虽然经过努力，也无法战胜，就接受它，适应它，或者另辟路径，以便再战。同时在此过程中不断提升自己的抗挫能力，增强心理抗压能力。

　　四、思想道德素质的培养

　　思想是行动的先导，而道德是立身之本，很难想象一个思想道德素质差的人能够在工作中赢得别人充分的信任和良好的合作。人毕竟是在社会中活动，一个人的思想道德素质会影响他人对自己的看法，从某些层面上讲它决定一个人的成败。

　　所以在大学期间，我会多多阅读优秀的文学作品，提高自我修养，向品德优秀有口碑的同学学习，让自己在思想上有质的飞跃。

　　五、事业心和责任感的培养

　　事业心是指干一番事业的决心。有事业心的人目光远大、心胸开阔，能克服常人难以克服的困难，因而成为社会上的佼佼者。责任感就是要求把个人利益同国家和社会的发展紧密联系起来，树立强烈的历史使命感和社会责任感。拥有较强的事业心和责任感的大学生才能与单位同甘共苦、共患难，才能将自己的知识和才能充分发挥出来，从而创造出效益。

　　因此，我会通过大学期间学生组织的工作不断加强自己的责任感以及树立正确的职业观价值观，做到让朋友让同学让老师信得过，敢嘱托的人。

　　六、职业道德的培养

　　具体来说，就是热爱本职工作，恪尽职守，讲究职业信誉，刻苦钻研本职业务，对技术和专业精益求精。不计较个人得失、全心全意为人民服务、勤奋开拓、求实创新等，都是新时代对大学毕业生职业道德的要求。缺乏职业道德的大学生不可能在工作中尽心尽力，更谈不上有所作为。

　　首先，我会明确自己将来从事职业的要求，并以此为准完成自己日常的工作;其次，将自己在生活中正确的人际处理方式运用到工作中，形成属于自己的一套做人准则。

　　七、吃苦精神的培养

　　现在的大学生最大的弱点是怕吃苦，缺乏实干的奋斗精神。大凡有所成就的人，无一不是通过艰苦创业而成才的。作为当代大学生，我要从平时小事做起，努力培养吃苦耐劳的创业精神。

**学生个人素养 篇3**

　　人的天赋就象火花，它既可以熄灭，也可以燃烧起来，而迫使它燃成熊熊火火的方法只有一个，就是劳动，再劳动。你就是一个极有天赋的孩子，脑子灵，反应快，只是有点儿偏科，希望你能早日清醒头脑，振作起来，让智慧的火花早日闪烁起来，发挥优势，补上差科。相信成功一定属于你!

**学生个人素养 篇4**

　　你很秀气，心灵同你的外表一样也很美。你是位很乖巧，很努力的好女孩，如果在学习上有什么困难，老师很愿意帮助你的。这学期你各方面的表现都很不错，学习成绩稳步提高，在班上始终并列前茅，我一直对你有信心，相信你能靠实力做一个出类拔萃的人。老师想送你一句话：再长的路都有尽头，千万不要回头;再快乐的人都有烦恼，千万不要在意。野草遮不住太阳的光芒，困难挡不住勇敢者的脚步。努力学!

**学生个人素养 篇5**

　　你总是默默无语地认真学习，即使遇到了挫折也毫不气馁，沉静之中带着几分倔犟，淳朴之中透着坚韧刚强。每次打开作业都能欣赏到你清秀的字体，令人爽心悦目;每次批改作文都能感受到你的执着，让人为之赞叹。如果能在奋斗目标的指引下，勤奋、执著地去追索成功，你的生命之树一定会开出灿烂的花朵。你一定会成功的，我始终对你充满信心，努力吧!

**学生个人素养 篇6**

　　大学期间职业素养提升计划

　　对于我们大学生来说，来到大学的校园里，学习专业知识固然是重要，但是除了专业知识的学习，培养自身的敬业和道德品质也是必备的，而这些品德修养体现到职场上的就是职业素养;体现在个人生活中的就是个人素质或者道德修养。在大学期间，我们应该规划好自己的职业素质提升培养，以应对以后进入社会工作的需要。

　　以下，是我对自身的一个职业素养提升计划。

　　一.明确专业学习目标，专业化自身知识随着科学技术的迅速发展，社会化大生产不断壮大，现代职业对从业人员的专业基础的要求越来越高，专业化的倾向越来越明显。社会要求我们大学毕业生应该拥有宽厚扎实的基础知识和广博精深的专业知识。

　　1.明确自己的学习目标我们现在专业课分了两种类型的专业课，有专业必修和专业选修之分。我们要明确好自己日后想要发展的专业方向，然后根据自己想发展的方向再好好选定自己发展方向的专业选修，对选修的内容进行筛选。如果有些知识是对自己有用的而学校却没有相关的课程的话，就要自己查找相关知识来丰富自己的知识。要把自己想要发展的方向的专业自己都弄通，这样我们日后出到社会，做事才会更顺心。

　　2.专业知识的积累专业知识积累的最好方式莫过于专心听课，下课后积极思考课堂老师所提及的知识点，并且遇到问题时查看相关书籍并努力思考。只有认真上好每堂专业课，我们才有可能更好地理解我们的专业知识的核心所在，才能更好地理解知识的使用点，才能更好德把知识运用起来。另外，我们大学生在校期间，除了要掌握已学书本上的知识和技能，也要掌握学习的方法，学会学习，养成自学的习惯，树立终身学习的意识。

　　3.知识的专业化我们从书本上，老师课堂上学习到的专业知识只是一些基础，很大程度上来说，这些基础知识只是纸上谈兵，因此，我们需要对我们学习到的专业知识进行加工，也就是要我们的专业知识更专业化。但是，我们该如何做到知识的更加专业化呢?

　　①多上网查阅意向职业的最新动态，看看意向职业都需要那些具体技能。并多想老师请教如何掌握该技能。

　　②勤于实践：实践是培养和提高能力的重要途径。我们可以多去实验室自己动手操作，自己做各种实验来巩固自己的理论基础知识。我们还可以积极参与一些社会实践活动以及校内外相结合的科学研究、科技协作、科技服务活动。

　　4.自修专业上下游知识，丰富自己见识要学好一门学科，除了掌握好该学科的专业知识外，我们还需要多去了解相关专业的上下游专业知识。只有这样，我们的见解才不会一知半解，我们对专业知识的理解才能更全面，我们运用起我们的知识起来才会更得心应手。

　　5.发展兴趣人们常说，兴趣可以改变很多事情。包括我们的学习热情。而兴趣包括直接兴趣和间接兴趣。直接兴趣是事物本身引起的兴趣。间接兴趣是对能给个体带来愉快或益处的活动结果发生的兴趣，人的意志在其中起着积极的促进作用。我们大学生应该重点培养对学习的间接兴趣，以提高自身能力为目标鼓励自己学习。我们要经常去发掘自身兴趣并不断以一种新的方式去看待我们的兴趣。

　　二.个人能力的提升一个人的能力不会是天生的，任何人都需要经过一定的锻炼或得到一定的经验其能力才可能得到提升。1.交际能力的提升无论是出来社会工作，还是我们现在只是在校内学习，与人交往总是小不了的。但是，我们还是需要不断提高我们与人交往的能力。因为只有你学会与人很好地交往，你才会得到众人的帮助，而不是在需要的时候，变得孤立无援。那我们该如何提升交际能力呢?

　　我觉得就是要多跟人交往。①多参加社团活动社团里有来自不同学院的人，自然各式各样的人都会有，在这个平台上，我们可以和更多不同的人交往。②多做兼职。在兼职里与你相处的人才是最贴近与你日后工作的人。所以，多做兼职，更能接触到不同的人，让你学习如何与同事相处，如何与上司相处。③从思想上与人为善我们大学毕业生除了应该积极主动地参与人际交往，我们还要做到诚实守信、以诚待人，所以，我们得从思想上有所觉悟，从思想上就要时刻提醒自己诚信待人，只有这样我们才能逐步提高自己的人际交往能力。

　　2.团队协作能力的提升无论是去哪里工作，都不会是一个人工作的，我们会有我们的同事一起来为着同一个目标而奋斗，我们会再在一个团队里面。所以，提升我们的团队协作能力尤其重要。其实，我们现在生活在大学校园里，也是生活在很多不同的团队里。首先，我们的班级是我们身处的一个团队，我们想要提高我们定的团队协作能力，首先就是要和我们班里的同学合作愉快。我们可以尝试多组织班级活动，那样，不仅可以锻炼到我们的组织能力，还可以锻炼我们与班里其他人的团队协作能力。其次，我们参与社团或其他组织活动，也可以在这些社团和组织工作中得到与其他人的协作能力的提升。

　　3.办事能力的提升出来工作，办事是必然的。所以，我们在校期间就要努力提升自己的办事能力。但是，办事能力不像我们学习的理论知识那样，这些能力是我们从书本上学不来的。因此，如果想要提升我们的办事能力，就必须多实践，多做事。①想要办成事，首先就是不能怕麻烦。要勇于去面对麻烦。有的人很怕麻烦，如果一件事程序多，耗时长，那他就很怕去接触这样得事情。这样的心理，是做不好事情的。一件事情，不管有多麻烦，我们都要努力完成它。②多做事，多积累经验。经验是靠积累的。那么经验积累的来源就是多做事。而且可以的话，应该多接触不同的事，多做不同的工作，多担任不同的职位。③多做策划。策划一件事，往往比按照别人的吩咐做一件事更能积累学习到办事组织能力。因为当你策划一件事的时候，你就要把整件事都想清楚，而且要想仔细来。而且，还要注意很多细节问题。所以，多做策划更能显著的提升我们的办事能力。

　　4.创新能力的提升现代社会日新月异，我们不能墨守成规。在市场经济条件下，各企业都要参与激烈的市场竞争。用人单位迫切需要大学生运用创新精神和专业知识来帮助他们改造技术，加强企业管理，使产品不断更新和发展，给企业带来新的活力。因此，在我们的日常生活中，我们就要多点发散我们的思维，这样，我们才能拥有更多的创新能力。

　　三.个人素质的提升

　　有位名人说过：人的思想是可塑的。一个人如果每天观同一幅好画，阅读某部佳作中的一页，聆听一支妙曲，就会变成一个有文化修养的人。所以，想要提升我们的个人素质，我们就要每天一点点的去改变自己。

　　1.责任心的提升一个没有责任心的人是不会得到大家的人认同的，更不会得到社会的认同。现在的社会很讲究责任，所以，提升我们得责任心对我们日后进入社会有着很大的必要。责任心的提升需要依靠你多去承担责任，也就是说，你要多为集体负责一个事情，就像平时的活动，多去充当负责人的角色，这样，你的责任心就会慢慢培养起来了。除了多负责事情外，还要把负责下来的事情当成是自己的事情去办，只有这样，你才体会得到负责的感觉，也才提升得到责任心。

　　2.学会吃苦耐劳现在的社会，经常要求人们从低做起，那样，很多时候就免不了要吃点苦。而现在的大学生最大的弱点是怕吃苦，缺乏实干的奋斗精神。正所谓吃得苦中苦，方位人上人，大凡有所成就的人，无一不是通过艰苦创业而成才的。作为当代大学生，我们应从平时小事做起，努力培养吃苦耐劳的精神。

　　3.自控能力的提升现在的社会，有很多让我们觉得不公平或者不忿的事情，但是，当我们遇到这些事情的时候，我们很多时候都不能大吵大闹来宣泄自己的情感，这个时候，我们就很需要控制好我们的情绪。一个有好的指控能力的人通常都是成功的人。

　　4.掌握更多礼貌知识正所谓礼多人不怪。我们应该在日常的生活中积累更多的与人交往的礼节与礼仪。这样，我们时常以礼待人，别人也不好意思对我们置之不理了。5.提高克服挫折的能力现在很多大学生都养尊处优地生活着，很少遇到挫折，一旦遇到挫折，就会一蹶不振，因此，我们要提升我们客服挫折的能力。正视挫折。战胜或适应挫折。遇到挫折.要冷静分析原因，找出问题的症结，充分发挥主观能动件，想办法战胜它。如果主客观差距太大，虽然经过努力，也无法战胜，就接受它，适应它，或者另辟路径，以便再战。要多经受挫折的磨练。四.个人气质的培养很多时候，人们往往会根据第一印象去判断一个人。所以，我们要培养好我们的个人气质，让别人在第一次见面中就对我们留下一个美好的印象。但是，个人气质是很难培养的，而且会需要很多时间。因此我们要每天多看看有品位的杂志等从思想上改变我们的气质。这个需要长期的持之以恒。

　　总的来说，职业素质的培养需要从多方面去培养，而且需要长时间去坚持。因此，期待我更努力提升自我吧。

**学生个人素养 篇7**

　　你是一个文静的女孩，默默地吮吸着知识的甘露，学习成绩十分出色。在老师的眼里，你也是一位很乖巧可爱的女孩，你的嗓音细嫩甜美，你的字迹潇洒漂亮。看你平时不多言多语，课堂上你却专心听讲，认真完成作业，常常受到同学和老师的赞赏。老师喜欢你在知识的海洋里畅游的学习劲头，更希望课堂上你也能把手举得高高的，让同学听听你那独到的见解!老师期待着你成为一名最出色的学生。我知道你不会让我失望的，对吗?

**学生个人素养 篇8**

　　1、“通识”——指的是教师对教育、教学的共同认知，包括教育思想、教学理念等。

　　2、“通质”——指的是教师最基本的，不分专业，共同需要具备的素质，包括教学基本功和新时期教育下的新素质。

　　在这种素质下我应努力做到如下几项：

　　1、 理论学习——在专家讲座中加深认识。多参加新课标下的理论需求的讲座。

　　2、 集体教研——在思维激荡中深度思考。通过各种集体教研活动让自身立于学科立场或大学科立场多方交流，多角度观察，进入深度思考。

　　3、 个人展示——在活动比赛中提升能力。参加学校举办的各种形式的教学赛事，论坛沙龙等活动等，使自己情趣爱好更广泛，使自己在整个过程中不断提升教学的战斗力。

　　4、 叙事研究——在自我剖析中不断超越。通过个人博客，作好自我的叙事研究。

　　5、 专题研究——在课题引领中凸显特色。展开核心研究课题，课题不求大、深，强调理论弱化，重视行动研究。

　　6、 阅读考察——在交流访问中拓宽视野。一个教师的视野，决定自己的课堂视野如何。“教师走得有多远，学生才能走得有多远。”教师的视野开阔途径，一种是身临其境，一种是从阅读中走出去。因此，努力创造机会，让自己“走”出去。

　　多看、多听、多学，才会使自己能更上一个新的台阶，我要加大自身的学习量，研读新课标争取再短时间内使自己成为一个优秀的新教师!

**学生个人素养 篇9**

　　素质是什么呢?——素质是人的语言，行为和举止的表现。好素质体现在对人彬彬有礼，待人和气，举止规范以及谈吐规范等，好素质都是高尚行为。相反，出口成“脏”，惹事生非，无中生有，这都是素质问低下的表现。

　　有人曾经说过：“三岁看大，七岁看老。”要养成一个好素质，是和家长的学历，他们的教育方法以及家庭环境有关。一个高学历的家长有高素质，他们的素质直接影响了自己的儿女，让他们养成一个良好习惯。而有些素质低下的人平时不管自己的儿女，只知道赌博，也会影响到我们。同时学习环境好与坏也有密不可切的关系。

　　重视本人素质，自我认识，对今后人生有举足轻重之作用。所以，我们就从自身做起，从点点滴滴中做起。我们要注意自己的言行，素质低的人如果去应聘，出口成“脏“，随地吐痰，这种人公司是不会要的。但如果是素质高，品德高尚，讲卫生，对人有礼貌的人，会受老板的喜爱。

　　我认为，要提高自己的素质，是和日常中的行为举止息息相关。我们理应做到：上课认真听讲，不走神，不分心，下课不追追打打，放学后认真做老师布置的作业，然后复习今天上课的内容，预习明天要上的内容。在学习的过程中，不懂就要问，我们不能不懂装懂，在班上与同学和谐相处，只有这样才能提高自己的素质。

　　我们现在应该从本人做起，从现在做起，以人为本，全面提高素质，养成良好的习惯，树立正确的读书观，抵住不良习气。

**学生个人素养 篇10**

　　要提升自己的素质修养，就要不断地学习，学习包括向书本学习，向别人学习，向自己学习。

　　向书本学习就是要看书，哈哈，现在上面上流行的书很多。不要去看那些消极颓废的东西，要多看积极向上的书，不要去看那些纯粹说教的书，要看那些从人的本性分析问题的书。比如说，有些书，包括我们小时候的一些道德教育书，只会简单粗暴的告诉你，你应该这样，因为这是道德的需要。你不应该那样，因为违犯了道德标准。这样的书是没有说服力的。道德标准是一个很模糊的东西，标准由谁来制定?很难说清楚。所以要看一些从人本身需要出发去分析问题的书。这些书看问题很客观，很中性化，不会逼你去接受某些观点，而是一切从你自己的需要出发。很有说服力。哈哈。

　　向别人学习，这个也比较简单，就是时刻留意你周围你认为成功快乐的人的一些行为，思维方式，模仿他们，不要去模仿那些消极的，不求上进的人。

　　向自己学习，经常反省自己的思想行为。内省是一个人修练最重要的方面。修练并不是要你刻意的去压抑自己，而是要你清醒的认识自己，自己得到想要什么，想干什么，想成为什么样的人，经常和自己的内心深处说说话，了解自己的需要。修练和自律并不是粗暴地禁止自己的一些行为，而是自己从内心知道，什么是该做的，什么是不能做的，只有自己弄清楚了，自己说服了自己，那么修练和自律就来得自然而简单。

　　一个人的迷茫和不知所措就是因为对自己的需要不了解，不知道自己到底要干什么，经常以别人的行为作为依据，被别人牵着鼻子走，活在别人的世界里。哈哈。

**学生个人素养 篇11**

　　一、 提高对待工作的责任心

　　1 守时

　　信守时间是职业人的基本常识，如果经常迟到而不以为意，会给领导和同事造成此人办事不靠谱的第一印象，而严重的，会因为不守时而耽误大事。

　　负责。

　　一旦进入职场，你就得承担对工作的责任。公司不比家庭和学校，在你随心所欲后能为你担风险和处理后续问题，在这里，你只能自己对自己负责，自己对自己该做的工作负责。责任乃一个人做人的根本，而一个成熟的职业人要有强烈的责任感做支撑，对自己的决策和行为负责。既然选择了这个职业，就要具备强烈的责任心。一份工作刚做几天就觉得不是自己理想中的，或是嫌待遇不好，然后跳槽，这是很不负责任的行为。

　　2 忠诚。

　　忠诚是指对企业的忠诚以及对自己职业的忠诚。当你选择了一个公司作为事业的起点那在这个组织一天，就要努力工作，为其创造价值。虽然忠诚不能从一而终，但在企业里一天，要对企业保持忠诚一天。

　　3 遵守规章制度。

　　任何企业都有它的一套切实可行的管理制度，不管你喜不喜欢，作为新人，遵守制度是起码的职业道德。入职后，应该首先学习员工守则，熟悉企业文化，以便在制度规定的范围内行使自己的职责，发挥所能，千万不可认为处处顶撞和违反公司制度是一种英雄行为。

　　4 做好职业规划和定位。

　　职业的规划和定位不仅在找工作前就要考虑清楚，进入企业以后，也要根据实际情况来调整。新人入职，切记眼高手低，踏踏实实从基层做起，再做长远规划，是最有利于菜鸟成长的。

　　5 虚心学习，尊重别人。

　　很多大学生刚毕业去企业，总觉得自己什么都懂，看公司这里不顺眼，那里挑毛病，更有甚者会看不起自己的领导。这种心态，千万要杜绝。就算领导和同事有什么工作方法和自己不同，也需要虚心请教，了解差别的根本。领导和同事大多都经验丰富，如何工作自有一定的道理，就算有一些错误，你也得尊重领导和同事的做法，从而再提出疑问。当然，尊重不代表一味奉承。

　　6 要有积极的心态。

　　新人初入职场，总是会遇到很多问题。问题一多，难免会很沮丧，但是，千万不可气馁。要坚信自己能克服困难，勇往直前，工作会越做越好，越做越顺手。

　　二、能力的自我培养

　　大学生在大学应基本上具备工作岗位所要求的能力，大学生在大学期间就应注重能力的自我培养。大学生自我培养能力的途径主要有:

　　⑴积累知识

　　知识是能力的基础，勤奋是成功的钥匙。知识的积累要靠勤奋的学习来实现。在校期间，我要掌握已学书本上的知识和技能，而且要掌握学习的方法，学会学习，养成自学的习惯，树立终身学习的意识。

　　⑵勤于实践

　　实践是培养和提高能力的重要途径，是检验学生是否学到知识以及能否灵活运用知识的标准。因此在校期间，我会主动积极参加各种校园文化活动，认真参加社会调查活动，热心各种公益活动，积极参与校内外相结合的科学研究、科技协作、科技服务活动，参加学校举办的各种类型的学习班、讲学班?利用寒暑假期，到工地现场跟随工程师实习。

　　⑶发展兴趣

　　兴趣包括直接兴趣和间接兴趣。直接兴趣是事物本身引起的兴趣。间接兴趣是对能给个体带来愉快或益处的活动结果发生的兴趣，人的意志在其中起着积极的促进作用。我会重点培养对学习的间接兴趣，以提高自身能力为目标鼓励自己学习。不仅要对本专业的学习产生兴趣，还要对其他可以提升自我技能的专业知识的学习产生兴趣。

　　⑷超越自我

　　作为一名大学生，我会注意发展自己的优势能力，但任何优势能力是不够的，所以我会对已经具备的能力有所拓展，不管其发展程度如何，这是我今后生存的需要，也是发展的需要。现代社会需求的是全能型人才，我会在学好本专业知识的基础上，对其他的技能进行系统的学习。

　　(5)学习能力

　　现代社会科学技术飞速发展，一日千里。只有基础牢，会学习，善于汲取新知识、新经验?不断在各方面完善自己，才能跟上时代的步伐。因此在学习生活当中，我会总结学习方法，并将课堂学习方法与实际学习方法紧密结合起来，让学习不只是局限于专业知识，还要拓展到人际交往等各方面去。

　　(6)人际交往能力和团队合作精神

　　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。我会学习积极主动地参与人际交往，做到诚实守信、以诚待人，尊重他人的权利，用心与人交流，同时努力培养团队协作精神，逐步提高自己的人际交往能力。

　　三、身心素质培养

　　身体素质和心理素质合称为身心素质。身心素质对大学生成才有着重大影响，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。身体有疾病的员工不但会耽误自己的工作，还有可能对单位的其他同事造成影响。如果身体不健康，即使其他方面非常优秀，也会被拒之门外。因此，我计划从以下四个方面提升自己的身心素质。

　　1 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，人际关系的和谐和对挫折的承受能力。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。在大学期间，我会借阅与心理学相关的书籍，健全自己的人格。如若在心理上有任何疑惑，我会向学校的心理辅导中心求助，解决困惑。并主动为其他有心理障碍的同学解决问题，疏导他们。

　　2正确认识并悦纳自己

　　良好的自我意识要求做到自知、自爱，其具体内涵是自尊、自信、自强、自制。自信、自强的人对自己的动机、目的行明确的了解，对自己的能力能做出比较客观的估价。无论是在心情低潮时期还是亢奋时期，我都要学习正确认识自己的处境以及分析具体情况，做出自我调整以适应接下来的生活学习和工作。

　　3自觉控制和调节情绪

　　疾病都与情绪有关，长期的思虑忧郁，过度的气愤、苫闷，都可能导致疾病的发生。所以我会经常保持乐观的情绪，如果因为在学习、生活或者工作遇到问题而产生不良情绪，我会用正确的方式及时化解，不让消极的情绪控制自己。

　　4提高克服挫折的能力

　　面对挫折，我们只能选择战胜或适应它。所以当我遇到挫折?会冷静分析原因，找出问题的症结，充分发挥主观能动性，想办法战胜它。如果主客观差距太大，虽然经过努力，也无法战胜，就接受它，适应它，或者另辟路径，以便再战。同时在此过程中不断提升自己的抗挫能力，增强心理抗压能力。

　　四、思想道德素质的培养

　　思想是行动的先导，而道德是立身之本，很难想象一个思想道德素质差的人能够在工作中赢得别人充分的信任和良好的合作。人毕竟是在社会中活动，一个人的思想道德素质会影响他人对自己的看法，从某些层面上讲它决定一个人的成败。 所以在大学期间，我会多多阅读优秀的文学作品，提高自我修养，向品德优秀有口碑的同学学习，让自己在思想上有质的飞跃。

　　五、事业心和责任感的培养

　　事业心是指干一番事业的决心。有事业心的人目光远大、心胸开阔，能克服常人难以克服的困难，因而成为社会上的佼佼者。责任感就是要求把个人利益同国家和社会的发展紧密联系起来，树立强烈的历史使命感和社会责任感。拥有较强的事业心和责任感的大学生才能与单位同甘共苦、共患难，才能将自己的知识和才能充分发挥出来，从而创造出效益。 因此，我会通过大学期间学生组织的工作不断加强自己的责任感以及树立正确的职业观价值观，做到让朋友让同学让老师信得过，敢嘱托的人。

　　六、职业道德的培养

　　具体来说，就是热爱本职工作，恪尽职守，讲究职业信誉，刻苦钻研本职业务，对技术和专业精益求精。不计较个人得失、全心全意为人民服务、勤奋开拓、求实创新等，都是新时代对大学毕业生职业道德的要求。缺乏职业道德的大学生不可能在工作中尽心尽力，更谈不上有所作为。 首先，我会明确自己将来从事职业的要求，并以此为准完成自己日常的工作，其次，将自己在生活中正确的人际处理方式运用到工作中，形成属于自己的一套做人准则。

　　七、吃苦精神的培养

　　现在的大学生最大的弱点是怕吃苦，缺乏实干的奋斗精神。大凡有所成就的人，无一不是通过艰苦创业而成才的。作为当代大学生，我要从平时小事做起，努力培养吃苦耐劳的创业精神。

**学生个人素养 篇12**

　　提高个人修养，并非一日之功，只有勤奋学习，汲取知识，才能厚积薄发、有所收获。而大量阅读则是使人保持平和心态、积累丰富知识、获取前人智慧、提高个人品位的最佳途径。阅读什么书籍对修身养性最有帮助呢?

　　1.文学巨著。如果你在此之前，没有认真读过任何一本世界文著级别的书籍，建议你先从中国四大名著入手。细细地读，多读名著，既能开阔视野，又有赏析乐趣，何乐而不为呢?

　　2.唐诗宋词元曲。阅读诗词曲，能让你体会语言的巧用、妙用。如何凝练而精确地表达、韵律齐整地如同吟唱般地描述、多种修辞在简短的诗词曲中的点睛作用......简单说来，诗词曲能让你在领略词语的丰富用途之余，提升个人在表达、书写时的水平。

　　3.励志类书籍。拜读杰出人士的书籍，就是想“站在巨人的肩膀上”看世间事务及常态。成功的人总有值得你认真学习的方面。当你对此类书籍的阅读积累到一定阶段，就会下意识地模仿成功、豁达人士的处事态度，培养自己积极进取、崇尚科学、尊重规律的处事方式。就会渐渐拥有宽阔的心胸、远大的志向。就能为实现目标而孜孜不倦地努力。认真奋斗的人，

　　浑身散发着令人欣赏的魅力。推荐书目有：李开复先生的《做最好的自己》、俞敏洪老师的《永不言败》。

　　4.科幻、科普、常识等书籍。科幻书籍能打开你丰富想象力的大门。博学的人，往往思维活跃，触类旁通。由于他的知识面广，看待事物就能比寡学的人更为科学、全面、客观，久而久之，会成为令人信服的人。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找