



## 安全大学校长在第一期培训班 结业典礼上的讲话

学员们：

### 刻意练习 清单 (摘选)

1：不论在什么行业或领域，提高技能与能力的最有效方法全都遵循一系列普遍原则，就是刻意练习。

2：心理学家把人的知识和技能分为层层嵌套的三个圆形区域：最内一层是“舒适区”，是我们已经熟练掌握的各种技能；最外一层是“恐慌区”，是我们暂时无法学会的技能；二者中间则是“学习区”。

3：在“舒适区”做事，叫生活；在“学习区”做事，才叫练习。有效的练习必须发生在“学习区”，一旦你学会了某个东西，就不该在上面继续花时间，要立即转入下一个难度。凡是达到“我闭着眼睛都能……”这个程度的人都废了，高手不会闭着眼睛做事。

### 021 孙双悦 / 安全大学

通过这段时间的培训更使我坚信要成为公司新时代的“安全人”，必须要完成“汗水型”转向“智慧型”员工，提高玻璃生产工艺理论素养，积极动脑思考。通过生产实践培训，使我对玻璃生产工艺基本理论的掌握更加系统了，领会和理解更加深刻了。我了解到每一个工段的安全事项、操作要点和主要设备的原理，岗位师傅们精细耐心的讲解，使我对玻璃生产过程中不同工段的作用有了更深的认识，为以后工作中发现问题处理问题有了基础保障。

此次培训学习对我收获很大，在今后的工作中，我将不断更新知识结构、积极开拓创新、注重培养能力，以一种崭新的姿态投入到各项工作中，不辜负组织的教育和培养，为我们安全实业的不断发展作出自己的贡献。

### 022 谢炳杰 / 安全大学

经过这些天的培训与实践我有了如下体会：

1、多种形式的学习，提高了理论水平。作为相对来说的年轻的基层干部，我有一定的理论知识和工作经验，但既不够系统也不够丰富。通过老师们深入浅出的教授，使我豁然开朗，许多问题也从理论上找到了依据，对原来在工作实践中觉得不好解决的棘手问题也找到了切入点，感觉收获非常大。

2、不同工作环境的学习，开阔了视野。  
3、与前辈的交谈，找准了差距。在与老师们的交谈过程中我们学到了如何把所学的理论知识应用于实际工作中，如何在日常的工作和生活中积累自己的工作经验和理论知识，如何处理工作中棘手的复杂问题等等。

### 023 姚攀攀 / 安全大学

在课堂上，学习思考；在实践中，学习体验。体验各个工段的工作任务，明白了每个岗位的不容易，每个岗位的重要性。有很多知识是这短短一个月学不完的，越学越觉得自己知道的越少，越学越感觉到知识的渊博。我们唯有回到岗位后做好自己工作的同时慢慢体会认真钻研，走向大众创新的时代，只有这样才不会辜负老师和公司对我们付出的心血与培养。

### 024 周卫科 / 安全大学

通过这段时间的学习，在老师们耐心的指导和自己的不断实践，深刻的体会到理论指导实践，而实践又反作用于理论的真正含义。每个岗位都不是独立存在的，必然会与其他岗位有着千丝万缕的关系，牵一发而动全身，所以工作要有大局观，不能只是片面的考虑本岗位的工作。

我个人认为收益最大的是：通过老师的培训使我学会如何对待工作、生活，要用什么样的心态去把工作做好，要把工作当成事业来做而不是为了工作而工作，只有真正的把工作放到心里，在工作中学习、进步，在工作中实现自我价值，才会把工作做精、做专、做好。

### 025 崔静勋 / 安全大学

培训是一种学习的方式，是提高员工专业知识和技能的最有效手段，我很荣幸成为安全大学 28 名学员中的一员。新的装修，新的设备，企业投入了大量的人力物力，有这么好的机会提高自己，我唯有认真的对待这次培训才能不辜负领导对我的厚望。学校还请了浙大的专家、教授为我们讲课，老师凭借工作中的经验来与大家分享，对指导我们今后的工作有较大帮助，也使我们对以后的工作有了新思路。

通过系统的学习，在以后的工作中：要以创新的思维去工作；以“降成本、防风险、增效益、打基础、补短板”为中心思想去工作；做董事长讲的“奋斗者”，学习中、工作中都要去做一个奋斗者。

### 026 翟乐凯 / 安全大学

在安全大学的学习让我受益匪浅，其中三位来自浙江大学的教授尤为深刻，为我的职业定位与职业生涯规划给予了很大的触发。此次培训我的收获主要有以下几点：

1、开阔视野，找到方向。根据我的特长与兴趣，对我自己进行定位，并下定决心一定要成为一个技术卓越、知识丰富的技术人才。  
2、提高素质，强化自身。培训使得我加深了对工作的理解与积极性，提高了对自己的要求，并有助于我在以后的工作中不断的提升自己。  
3、锻炼技能，扩展知识。我们系统的学习了玻璃生产的工艺流程以及相关知识，也通过实践活动增强了我们的本岗位实际操作技能和对其他工段的工艺原理的了解，这使得我们在以后的工作中可以和其他的部门更好的配合。  
4、团结协作，共同进步。此次参加培训的 28 位学员团结在一起克服一些个人难以攻克的难题，相互帮助，一起成长。我们会把这种团结协作、共同进步的精神带到以后的岗位中去。像火炬一样把这些优良的精神传播到我们身边的每一个人。

### 027 侯腾飞 / 安全大学

第一期意义重大，分量很重堪比“黄埔一期”，因为它还没有实际的运行过，还只是一套雏形，还需要不断地完善，而我们作为首期学员，在提高自己的同时，也要为后面的学员做好榜样，开个好头。

在学习方面大家都能够端正态度、专心致志，认真听讲和记录并及时完成作业，如饥似渴的接受着新鲜的理念、文化和技术。大家都觉得机会如此的难得，学习气氛十分浓厚，仿佛又回到了学生时代。

讲师们的授课，对我们来说就像是一顿饕餮盛宴，展现在面前，真是“听君一席话，胜读十年书”，讲师们的备课和课件准备的非常充分，毫无保留的把自己在学习和工作中的经验拿出来与大家分享。

军训、捡碎玻璃锻炼了我们的意志力和吃苦耐劳的精神，也让我们懂得平凡岗位的不平凡；李校长的课程让我们树立了正确的工作态度，了解了公司对我们的期望；企业文化和公司五年规划的学习让我们理解了企业的价值观和企业精神、公司未来的发展趋势和文化建设；安全培训和参加安全演练让我们深刻体会安全生产的重要性，真正理解了什么是“安全第一，预防为主，综合治理”；浙大教授讲的压力管理、职业规划和礼仪形象不单单是针对我们在工作中，在生活中也有很大的启发，对于我们来说也算是人生的一个指向灯，激励我们前行；生产实践使我们学习和了解到它的基本理论和流程。

在浓厚的学习气氛下，虽然我们来自不同的部门、不同的岗位，但我们有这一份团结的力量，学员们互帮互助、团结友爱，我深感体会。能够进入第一期的安全大学，是一个机会，也使一份荣誉，非常感谢集团领导、讲师们和同事们的帮助，今后我会学以致用，做好本职工作，积极与同事搞好关系，建立良好融洽的人际关系和工作环境，并在工作有余力的情况下，继续进行科学文化和工作岗位技能的学习，为工作能力的可持续增长积蓄能量。为了安全的明天更加美好，作出自己的贡献。

### 028 毛磊刚 / 安全大学

每一段经历都是一笔财富，安全大学无疑是我们人生中最殷实的一笔。由于此次学习机会难得，大家格外的珍惜，营造了浓厚的学习氛围。各位老师精心备课，理论联系实际，结合不同工段的特点，毫无保留的把自己在学习和工作中的经验拿出来与大家分享，深入浅出，内容丰富，信息量大，为我们提供了一套完备的理论资料，使我们对整个浮法玻璃生产工艺进行了系统地学习。

感叹与憧憬之余，我们必须依靠自身努力，勤奋学习，开拓创新。在实际工作中磨砺自己，不断成长，才能为我们安全集团更好的发展贡献自己微薄的力量。

#### 001 陈瑶 / 安全大学

开学第一天董事长进行了开班培训，以前感觉董事长总是高高在上，但是通过开班培训董事长的讲话。我觉得董事长是非常人性化的，不管是在公司管理上、创新上、员工的奖惩上都让我感觉到了，我们企业能做到这样的规模离不开领导的带领。

培训主要分为三大模块，一是公司内部讲师，二是浙江大学和外面的讲师，三是生产实践。由于我们是来自各个岗位，又是刚入职不久的，所以先让我们通过企业内部讲师的讲解熟悉各个岗位，再让我们亲身去实践，这样能更好的去理解各个岗位。在实践中也让我们学到了很多，也更深层次的了解了各个岗位是干什么的，主要职责是什么，作业中应该注意什么，真的是让我受益匪浅。

#### 002 魏东生 / 安全大学

老师们都很认真负责，在教室授课时为了能让我们明白、理解，经常会举一些通俗易懂的实例同时也会与实际设备相联系方便我们学习，而在车间讲解时也能耐心的为我们解答提出的疑点。

通过我们刻苦努力学习，一定会在最终取得优异的成绩，并把老师们身上的理论知识与实践经验都学到手。

我为能够有机会来到公司创建的安全大学来学习深表荣幸，在这次学习期间也是让我受益匪浅。感谢公司对人才的重视，我坚信只要在公司好好学习，学以致用，努力工作，成为对公司的有用之才，那么公司会为你提供更好的发展空间。

#### 003 李东宝 / 安全大学

这次培训，使我懂得了公司发展至今的艰辛与困难。一个组织的信念在企业成功发展中有着不可忽略的精神作用，没有信仰，企业就不会有如今规模，企业员工就不会成为一个心情舒畅、家庭和睦幸福的人。

要适应社会的发展，就要与时俱进，“认清形势、努力学习、加强贯注、坚定信念、适应市场”，不断学习，不断追求，才会有不断的进步。企业的管理与创新都要靠学习、靠培训来“灌输”。通过学习，能及时掌握公司先进的管理理念和方法，才能跟上社会的步伐，才能够不负众望，完成组织交给的各项任务，成为一名真正的优秀员工。

#### 004 苏瑞敏 / 安全大学

安全大学培训接近尾声，我们通过现场授课及六个工艺点实践相结合的形式，进行着我们对整个玻璃工艺各工段的学习。现场授课基本知识面的学习让我们了解到各工艺点的理论工艺流程知识，到工艺点的实践让我们更加加深了对知识的印象和对现场各工艺设备的比对认识，深刻体会到了每个工艺点的重要性。

理论与实践的相结合学习，我们提高的很快，相信我们不会让公司失望，我们会更好的结合自己工段和相应的工段配合，为以后工作打好基础、做好的衔接，更好的提高成品质质量，提高公司产品效应。

#### 005 陈广学 / 安全大学

“忐忑”——我第一天报道的心情，但是董事长语重心长的开班讲话让我忐忑的心平静了下来，“你们是安全大学的第一期，相当于黄埔军校的一期”，这是对我们安全大学一期的重视，也是对我们能在未来的工作中为公司做出突出贡献的期望。

在这里的学习不是片面的，是一种以具体事情具体分析的方式进行的，课程安排丰富紧凑，内容覆盖广泛全面。从各部门专业讲师深入浅出的讲解与分析玻璃生产的工艺流程，到实事求是的与当下经济发展情况和社会发展形式相结合，以及公司面对的社会环境；从以科学的态度认识和对工作到职业生涯的规划和发展；让我开阔了眼界，丰富了专业知识，打开了工作思路，得到了质的提升。同时，理论联系实际，书本知识与具体工作相结合，我们走进了各个生产部门，并亲自动手参与体验，进行实地参观学习。我相信，此次培训将是我人生旅途的一个加油站和新的起点，安全给予我发展的平台，我必须严格要求自己，不断加强提高自身水平，不断更新，不断超越，不断成长，在平凡的岗位上创造奇迹。

#### 006 高强 / 安全大学

在课堂上有一段让员工“跑起来”的视频资料使我从中获得受益匪浅，让我不得不重新审视一下我的人生态。一直觉得自己中庸很好，不紧不慢地生活和工作总有一天会获得成功，总觉得“跑步”工作的人太累了，他们不一定能长久地跑下去，慢慢地会被我超过，可是看完视频，我知道我错了，别人或许不会停下来，不会给我超过的机会。想想也是，如果没有正确的动力源泉就不会让自己跑起来，回想父母、亲朋、同事对自己的关爱，突然觉得自己的肩膀沉重起来……我要跑起来，不要辜负他们的爱；让自己跑起来，才能领先别人一步，才能比别人离成功更近。

#### 007 许栋波 / 安全大学

学习就像汲取能量，只有不断汲取才能步步通关。我们要珍惜公司组织的各种培训课程，虚心学习，活学活用，更好的将学到的知识融入到工作中去。要学会反思，对于工作中出现的问题，要多问几个为什么，为什么要这样做，这样有助于我们在工作中少走弯路，减少差错的产生。

作为企业的一份子，只有真正的融入企业，真诚对待每一个人，认真做好每一件事，才能成为一个有价值的人。因此，在工作中，我们要敢于承担，勇于吃苦，从大处着眼小处着手，不断总结经验教训，用正确的方法去做正确的事情。在生活中，要谦卑受教，乐于奉献，遇事多为别人着想，始终保持感恩的心态。

#### 008 石陆玺 / 安全大学

必须有一颗感恩的心：乌鸦尚知反哺乳，羊儿跪乳懂感恩。做人更是如此，企业花费大量的人力、物力、财力，为我们提供培训的机会，如若真有一天学有所成，必须懂得回报和感恩，用自己所学服务企业，为企业的变革图强尽我们每个学员的绵薄之力。

自我认为企业组建安全大学目的有二：一是通过理论知识和操作技能的培训，培养一大批适应企业后续发展和变革图强的人才后备军；二是通过思想教育和职业引导，让新生力量与企业很快形成同命运、共发展的意识共同体。我个人通过此次培训，深知自己在浮法生产工艺理论知识和各岗位操作技能的严重不足，自己压力还是蛮大的。但我将始终坚持“三种心态、三大精神”的学习理念，在今后的工作实践中不断自我学习和提升，将自己修炼成“钢筋铁骨”。在以后工作中能够委以重任，敢于担当。

#### 009 王任好 / 安全大学

这次培训不仅仅在理论和工艺方面使我得到很好的提升，我觉得更重要的是改变我的内心，让我从内心里感觉出来安全就是我的另外一个家，我要通过自己的努力把他建设好，建设强大。我感觉培训的质量是挺高的，也很有吸引力，大家都是来自各个工段生产线上的员工，而讲师则是各个工段的精英，他们不仅仅了解技术，而且培训方法也不错，使我们可以很快的理解和掌握所学知识。

人要懂得回报和感恩，公司这么大力培养我们，我们一定会全心全意的为公司奉献和付出。

#### 010 闫利超 / 安全大学

通过培训我们了解到公司面对着各种压力，只有加强管理，加速企业转型，才能使企业长久的更好的生存下去，企业要想办好是艰难的，每一位员工都必须全心全意为企业贡献自己的力量，我们才能迎来更加美好的明天。

此次培训公司还邀请了浙大的教授、讲师来给我们进行职业规划方面的培训，使我们对于如何成为高绩效员工有了一个清醒的认识，同时还了解了白金理论、如何塑造个人职业形象、领导力的培养等诸多内容。我们的收获颇丰，开阔了眼界，对于我们日后如何开展工作非常有利。

#### 011 贾春如 / 安全大学

我非常幸运能够进入集团组织的首批安全大学进行培训学习，同时也很感谢集团公司给我们这些入职不满半年的新员工一次难能可贵的学习机会，第一天集团董事长就对安全大学的成立做了重要的讲话，对我们每个学员都寄予了厚望，同时也对我们提出了要求。

教室里“奋斗创新、团结奉献”校训，让我内心的责任心和使命感油然而生。作为安全大学第一批学员班的第一任班长，我内心无限欢喜的同时也深感自己责任的重大，在自己学习的同时我要帮助教员组抓好全班的管理工作，尤其是在生产实践上要随时随地的提醒大家注意安全，小心工作。

本次培训的内容丰富，形式多样，采取理论与实际相结合。开展班内篮球比赛，让大家在快乐中学习，在实践中提升，每位授课的老师都是精心准备，以丰富的理论和在实践中的经验为依据，深入浅出的为我们进行讲解和指导。通过此次培训也让我认清了差距，找准了今后努力的方向，让我认识到自身的不足，专业技术和协调能力等方面还有许多有待提高的地方，在以后的工作中我一定要加强专业学习，练就过硬的技能，来回报公司的知遇之恩。

#### 012 周聪 / 安全大学

进入安全大学让我了解了很多集团的工艺流程、集团的历史文化、集团的未来发展战略，并得到了集团中层高层管理干部的知识传授，对集团有了更加深入的了解。

各个岗位的工友们互相学习、帮助，比超的氛围体现了学子对知识的渴望，对未来的憧憬。这将是我們最宝贵的财富，感谢领导给的平台，给予展现自我的机会和条件，我们定会为公司全力以赴，我们的口号“没有最好，只有更好”！

#### 013 周岩 / 安全大学

通过参加此次培训学习，我又一次感受到学习带来的快乐和遗憾。感到快乐，是因为学习让我们进一步开阔了视野，拓展了思路，使自己的理论基础，宣传教育等方面的知识有了一定程度的提高；感到遗憾，学习的时间有限，要学的东西太多，培训班让我触摸到更多未知的知识，但没有太多时间去深入的学习。

不过经过学习让我明确了今后工作重心和工作思路。我将不断加强政治理论和业务技能的学习，不断提高自身素质，努力工作，开拓创新，务求实效，尽心尽力做好本职工作，为公司的发展做出自己应有的贡献。

#### 014 元申申 / 安全大学

培训的方方面面挺全，使我对公司有了更多的认识并在生产知识方面也提高不少。车间实践让我们对工段有个基本的了解，知道每个工段都有不容易的地方，使我们更好的放平心态好好学习。一个企业的做大做强不是单纯的制度管理，还需要企业文化的管理，现在的一些制度的改革都是企业走向集团化、走向正规化的必经之路。

我们要把所学到的知识带到工作中去，学以致用，我们要干好工作，干细工作，干全工作。

#### 015 王赛航 / 安全大学

培训的范围广，基本包括了公司的各个岗位。不仅让我们对公司有了一个全面的了解，而且也学到了很多自己以前都没有接触过的东西。讲师们耐心的讲解每个细节，让我们体会到公司的培训是实干的不是做样子的，使我们更深刻的体会到公司对我们负责的态度和用心良苦，所以经过这次培训我相信我们会变得更好。

#### 016 王建坤 / 安全大学

我要把握住各种学习的机会，本着做一名小学生的态度，向书本学、向实践学、向身边的同事学，通过多种途径、采取多种方法丰富自己的知识，努力锻造自己，提高自己。

培训——不再是固定在教室里，上面讲的天花乱坠，下面听得云里雾里。这次培训是以理论与实践相结合的全面、综合的培训，老师兢兢业业，同学积极发言，互动非常好，反响非常不错。我对自己的要求：在以后的学习工作中，把每次的培训都能很好的吸收，使自己的学习能力和工作有质的飞越。

#### 017 吕曙明 / 安全大学

员工的进步是公司进步和发展的前提，要想成为一名优秀的员工，我们就应该拓展视野、改变观念，不断学习、不断改进工作方法，不断提高自身的业务素质、技能水平、管理能力，努力提高自己驾驭本岗位能力。我相信通过自己的不懈努力和的学习，会让自己能够尽快成为熟悉业务、精通业务的骨干，使自己的工作能够卓有成效地开展。

#### 018 赵丽学 / 安全大学

公司出大成本为安全大学打造了电教室、邀请浙江大学教授来传授职业规划以及职业素养礼仪等课程。我们能做到的就是在这一个月的时间里尽量多的了解掌握玻璃生产流程以及管理知识，可以在公司这艘大游轮未来的航行中更多的贡献自己的力量。

我也尽我所能，我会在我结业回到原岗位后，把自己一个月学到的有关知识统统传授给身边的同事，我深刻的记得浙江大学老师的一句话：最成功的员工不是自己成功，而是可以带领身边的所有员工一起进步。

#### 019 刘超琪 / 安全大学

对于我个人，我认为这次大学培训班举办的非常有意義，非常有必要，因为它不仅让我充实了更多的理论知识，更让我开阔了视野，解放了思想，打动了内心。

我们不仅学习了生产技术知识，而且亲自到岗位上进行实践，用理论与实际相结合的方法，对玻璃生产的几个重要工艺流程进行初步的了解认识，让大家清楚的认识公司发展的新局面，让我们对自己以后的发展方向有了明确的定位，将自己的能力应用到最需要的岗位上，只有这样才能实现公司发展与人才发展的双赢。

#### 020 李忠祥 / 安全大学

当我们走进教室后我们有点被惊着了，公司对电教室的装修彰显了对安全大学的重视。先进的电子设备、完善的教学体系、节能环保的塑美门窗，以及给学员们制定最全面的教学计划，都激发了我们内心的责任感和使命感。

理论上的课程安排，提高大家的思想觉悟；工艺点实践，提高大家的专业技能。最重要的是自己内心的一个升华，理解了优化人员的重要性，理解了基本法的重要性，理解了变革发展的重要性。

物竞天择、适者生存是自古以来永恒不变的铁律，只有领先市场才能立于不败之地。所以我们在以后的工作中一定要克服消极情绪、明确奋斗目标、坚定理想信念让自己更坚强一些，更成熟一些，更理性一些。

### 刻意练习清单

(摘选)

**4：** 考试是最好的反馈。熟悉并不等于理解，想要真正理解，唯一的办法是考试和测验。没有经过测验，你的知识只是幻觉。

**5：** 学习时间长不等于用功，不是学习时间，而是学习环境。刻意练习不好玩，如果你在打打闹闹中享受练习的过程，那就不是刻意练习。你必须在一个不受打扰的环境中单独学习，调动大量的身体和精神资源，全力投入。特别专注地干一件事才是最酷的。

**6：** 刻意练习最为关键的一点，是敢于迈出从舒适区往外走的那一步。你不但应该在“学习区”刻意练习，你的研究、工作和娱乐都应该在“学习区”。

刻意练习可以使几乎任何人在大多数领域成为高手，如果能更早知道这一点，你在奋斗路上也许可以节省更多时间和精力。