# 公司培训总结500字以上

来源：网络 作者：心上花开 更新时间：2024-01-13

*公司培训总结500字以上(通用7篇)公司培训总结500字以上要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的公司培训总结500字以上样本能让你事半功倍，下面分享【公司培训总结500字以上(通用7篇)】，供你选择借鉴。>公司培训总结...*

公司培训总结500字以上(通用7篇)

公司培训总结500字以上要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的公司培训总结500字以上样本能让你事半功倍，下面分享【公司培训总结500字以上(通用7篇)】，供你选择借鉴。

>公司培训总结500字以上篇1

通过这段时间的认真学习，我感觉受益匪浅。在这里，首先感谢组织部和各位党校领导给我们一次更新观念、加深理论学校的机会;感谢各位专家教授的悉心教授辅导。通过学习，起到了更新观念、开阔思路，转变理念的作用，达到了思想上清醒，政治上坚定的目的。同时在学习中进一步夯实政治理论基础，马克思主义世界观、人生观、价值观得到进一步改造。归纳起来主要有以下几方面收获：

一、通过培训进一步明确了学习的目的和时代重任。

牢固树立终身学习的理念，是每一个党员干部成长的必备条件。作为党员干部要扣紧时代的脉搏，不断解放思想，不断充实自己，提高自己，完善自己，增强与时俱进的观念，要把不断学习作为首要任务，不仅要学习党的路线、方针、政策，学习时事政治，还要学习科技文化知识，提高科学的工作方法，把自己打造成为“政治上强、业务上精、综合素质好、管理水平高”的优秀基层领导干部。只有这样，我们才能担当起组织赋予我们的重大任务，只有这样，我们才能应对新的机遇和挑战，为国家的繁荣和人民事业发展建功立业。

二、通过培训进一步提高自身素质。

这次培训班学习，开设的内容十分丰富，不仅有理论层面的知识，更主要的是提高我们的能力课程，从的能力素质到构建社会主义和谐社会、社会主义荣辱观、经济与发展、新农村建设等等，使我体会到组织部、党校领导对我们这些基层干部的亲切关怀和殷切希望，使我倍受鼓舞，在今后的工作中，我准备从一下几方面着重学习和提高：

一是进一步坚定共产主义理想。我们基层领导干部只有不断加强政治理论学习，才能始终保持清醒的头脑，才能在大是大非面前保持坚定的政治立场。正所谓：共产党员要时刻保持思想上的清醒、政治上的坚定。坚定共产主义理想是党性修养的重要内容，我们党的性质决定了共产党员必须树立共产主义理想。因此，共产主义理想是共产党员的精神支柱，也是共产党员的本质特征;共产主义理想是符合社会发展规律的科学理想;建设有中国特色的社会主义是现阶段中国各族人民的共同理想。新时期共产党员更需要坚定共产主义理想和信念。在今后的工作学习中，我要把远大理想同现时任务结合起来，坚定不移地走有中国特色社会主义道路。

二是进一步树立正确的社会主义荣辱观。通过学习，我深刻地体会到社会主义荣辱观是构建社会主义和谐社会一个带有根本性的问题，体现了在的指导下，将依法治国与以德治国有机结合起来，将经济建设、政治建设、文化建设、社会建设融为一体的我国社会主义现代化建设总体布局。荣辱观是由世界观、人生观、价值观所决定的。不同的荣辱观，是不同的世界、人生观、价值观的反映。荣辱观渗透在整个社会的生活之中，不仅影响着社会的风气，体现着社会的价值导向，标志着社会的文明程度，而且对社会的经济发展由巨大的反作用。

三是要更加坚定的坚持全心全意为人民服务的宗旨。全心全意为人民服务是党性的集中体现，共产党员要努力实践党的宗旨，做好人民的公仆。全心全意为人民服务是党的根部宗旨，是共产党人一切行动的出发点和落脚点，在社会主义市场经济条件下更要坚持党的宗旨。要实践党的宗旨，就要坚持党的基本路线，坚持党的群众路线，坚持对党负责与对人民负责的一致性。只有树立马克思主义的权力观，正确运用手中的权力，自觉接受人民群众的监督，努力提高为人民服务的本领，才能真正成为人民的公仆。

四是进一步加强廉洁从政意识。党员干部廉洁自律特别是基层领导干部更要使用好人民群众赋予我们的权力。在今后的工作中，我一定要认真加强自身修养，自觉廉洁自律，树立良好的公务员形象，改制党的优良传统，始终坚持全心全意为人民服务的根本宗旨，始终做到“两个务必”，严以律己，率先垂范，立党为公，执政为民，真正做到权为民所用，情为民所系、利为民所谋。

三、把培训作为契机，为今后的工作奠定基础。

通过培训学习，为自己在今后做好本职工作不仅增加了信心，而且打下了牢固的基础，一名合格的党员干部、优秀的党员干部，就要适应时代的发展。在工作中，要具有踏实的工作作风灵活的头脑和一颗全心全意为人民服务的恒心，当好领导的参谋助手，要善于总结和积累工作经验。

拓展工作思路，要由创新精神，要把所学到的知识运用到工作实际中去，去处理好同事之间，人与人之间、领导之间的和谐，创造良好的工作氛围，提高工作效率。

这一段时间的学习对我来说是一个宝贵的财富，在今后的工作中，我一定不辜负党组织的培养，用所学知识武装头脑，指导实际工作，为我县的改革开放、经济发展、社会和谐稳定贡献走极端一份力量。

>公司培训总结500字以上篇2

毕业之后的我很顺利地得到自己的人生的第一份工作，而同时，我的很多同学还在东奔西跑地找工作，在严峻的就业形势下，公司为我提供了如此珍贵的一个工作机会，我倍感珍惜!

公司为了帮助我们这些新员工尽快适应公司环境与工作，特为我们提供了培训课程，通过这次培训和学习，我知道我们的公司是湖南广播影视集团指定的广告一级代理公司和节目发行公司，我们能够运用本身所拥有的优质媒体资源，无缝植入王牌节目，结合线下活动推广，凭借强劲的整合营销平台，帮助国内外企业更有针对性、更有效地进行大众传播和营销推广。我们公司改进了传统的广告投放模式，能为广告主提供全方位的整合服务。我们公司是一个充满活力、勇于创新的团队。这个团队就像奔腾向前的骏马，正勇往直前!

通过培训，我还知道如何做到从学生到职员的社会角色转变。我认为在学校，我们的主要任务是学习，是为获取知识，提升自己，是一个索取的过程。走出学校，我们应该主动承当起为服务社会的责任!所以当刘老师问大家：有谁认为自己是在打工的?请举手时，我反观自己，不是这种心态。不错，工作是我们获取生活来源的一种方式，但更应该是我们回报社会，感恩社会，并实现自身价值的一种方式。我们应该以一种敬业的态度去把工作做好，当我们专心于自己的工作时，我们会得到一种愉悦的享受，这个境界离我们事业有成的人生目标也就不远了。所以说是工作，还是事业，取决于我们的态度，工作是谋生，事业是人生，态度决定命运!

这次培训之后，我感到收获到了一颗丰盈的心，培训课程结合了一系列的哲理故事，让我记忆犹新，受益匪浅。在这里顺便说一声：真的很感谢公司及\_\_老师!希望公司及\_\_老师能为我们提供更多这样的共同学习成长的机会!

半年过去，在\_\_经历的传、帮、带及部门同事的热心帮助与支持下，我能协助郑总做一些客户中心的日常工作，也初步了解了广告业务的工作流程。作为客户代表，我们的一言一行都代表这公司的形象，只有足够专业，才能够给客户留下良好的，深刻的印象。为了尽快将工作做好，有时下班后我会选择留下来看点专业书籍，我坚信努力就有机会成功!

>公司培训总结500字以上篇3

月，是重庆一年中最热的时候，8月，也是收获的季节。来自6所中职学校的53名中职教师齐聚\_\_教育，参加“201\_第二届中职教师企业意识培训”，我们戏称为\_\_黄浦二期学员。本期学员有干部、教师和外聘教师，年龄最大的63岁，最小的21岁，虽然大家存在个体差异，但每个人都自觉、主动在\_\_充分体验、学习，并乐在其中。

正如杜总所说，“\_\_占据了你生命的10天，你用10天装饰了我的梦想。我们却把生命中最美好最性感的青春献给了你!”，这10天给我们留下了一生的纪念，用大家的一句话说，那就是痛并快乐着。

一、 体验团队的力量

有人说：“一个中国人是一条龙，一群中国人是一条虫”。由于中西方文化差异，中国人似乎更擅长于单兵作战。但在本次企业意识体验培训中，第一天的破冰活动，真实的让我们每一位老师体验到了团队的力量。相信通过这个活动，让我们每一个团队，都明确了解到接下来我们这个团队在各种活动中，自己都应该参与其中，离开任何一个人，团队都会失败。大家都明白了自己的作用。这也印证了在以后的活动中，发生那么多感人的故事并不意外。比如搏胜队的谭晶，在自己身体生病的情况下，为了团队的利益，不请假，仍然坚持。战神队的范老师，年纪大，生病后，住进了医院，也能及时的赶回团队。相信在平常的工作岗位上，他们做不到这一点，在此，我们真真切切的体会到了——团队的力量是巨大的。

二、 企业高效管理

高效，这是现代社会各行各业都追求的目标。如何才能做到高效，这次培训让我们每个人都体会深刻：

首先，考勤管理。这次的考勤，采用企业式指纹打卡的方式，让我们每个人都必须准时到达指定地点，培训课堂没有人迟到。因为大家都知道，如果迟到，将影响到团队的成绩，不管每个人出于什么原因，都按时到位，最后的效果是达到了，无人迟到。

其次，课堂纪律好。在这次培训中，大家做到了几乎无人接打电话、睡觉、讲话。这也是我参加多次培训中从未看到过的现象，这一体验使我们每个人都意识到，如果出现这些现象，都将影响到团队的成绩和形象。严格的管理体制，积极的团队意识，让每一个人都自觉遵守了这些纪律。

第三，办事高效率。我们这次亲自体验了企业调研、实战招聘。这两大任务从布置、方案制定、方案审查、实战、总结，总时间就两天，这要放到学校，至少要半个月才能完成，但在企业两天就完成了，而且要求效果好，并进行评比。说实在的，大家在最开始都很茫然，但没办法，大家得想尽各种办法去达成目标。这就要求组织者，发挥各自的力量，各自的能力特长，把每一个人的能力发挥到极至。在最后的成果展示中，各显神通，我作为战神组的组长，充分分析了我们队员的特长优势，充分利用他们的能力，为我们组任务的成功达成，起到了决定性的作用。我们在团队企业调研活动中荣获第一名，在招聘实战中，也获得了第二名的好成绩。

>公司培训总结500字以上篇4

为了进一步提高职工的业务技能水平，培养适应企业发展需要的专业型人才。根据公司年初安排，研究商议，现就我科于20\_\_年8月27日聘请专业技术人员，组织生产一线人员在公司会议室，进行了软水化验及服务礼仪等业务培训。培训内容软水处理及常见各类故障的分析处理、收费员服务礼仪培训等。现就培训工作总结如下：

一、精心组织，分工明确，合理按排。

我科为组织好此次业务培训工作，为确保此次业务培训工作顺利开展，取得实效，特成立了活动领导小组，组长为贺大权书记担任，副组长为工会主席罗玮同志担任，成员为公司各分管领导。下设办公室，由我生产科科长蔡小军同志担任。由于组织严密，分工明确，本次培训工作圆满完成，取得了好的成绩和效果。

二、各岗位职工学习气氛浓厚，学习热情高。

本次培训各岗位职工一改往年走过场的态度，本着认真学习，提高自己的态度。课堂上职工积极发言，向老师提问，认真记学习笔记。有新的知识点，都不断的主动向培训老师提问并提出自己的看法。有的同志由于记忆力、理解力的差距，甚至一次两次，不厌其烦的向老师提问，直到自己完全理解后，然后做好笔记。这充分表现了学员们积极认真的态度。

三、严格考核，确保培训成绩真实有效。

学习结束，组织统一考试，本次两项培训都采取笔试以及实际演练两项考核，在软水化验培训中，职工们亲自动手，积极学习的结果，使得在实际操作考核中个个都能熟练掌握，培训合格率达100%，在理论考试中，关于培训中的内容，基本都能达到要求，成绩均为优异。服务礼仪及服务规范培训，在学习课件中，培训老师带领大家模拟操作，模拟场景要求两个学员互相交换角色进行训练，每个职工都亲自参与，大大提高了职工积极主动的能力。通过严格考核，所有职工培训的合格率达96%以上。

通过学习，职工的业务水平有了一定的提高，同时大家深深感到自己专业知识的欠缺，与供热发展的形势不相符，认为了适应新形势发展，一定要更加努力学习专业知识，所有在明年的培训中，我们将继续按照今年的培训模式进行。(教师继续教育总结)

在今后的业务培训中，结合公司“供热十项标准”，通过岗位培训，强化业务素质，全面提高生产系统各岗位人员专业技术能力和岗位操作能力，实现创建一流职工队伍，一流行业形象、一流工作业绩的目标，不断寻求新的业务知识，不断创新工作模式，为了的不断提高自己的业务能力，我们每个职工都将以更加昂扬的斗志，更高的工作热情投入到工作中去。为保证供热工作顺利，高效开展而不断的充实自己，不断加强自己的业务能力，为企业的发展做出自己应有的贡献和力量。

>公司培训总结500字以上篇5

刚走出大学校门，我就很荣幸地成为南京岩土工程公司中的一员，怀着自己美好的希望和从零开始的心态，开始了自己人生的新征程。为了让我们更快地了解公司、适应工作，公司特地从7月14日开始对我们进行了为期一周的新员工入职岗前培训。这次培训的内容十分丰富，主要有公司历史沿革、公司组织机构与企业文化介绍、公司领导讲座、各部门负责人讲授相关专业知识和自身经验的传授、安全、管理体系以及档案管理等诸多方面的系统学习。经过七天的培训，使我在最短的时间里了解到本公司的基本运作流程，以及公司的发展历程与企业文化、企业现状和一些我以前从未接触过的专业知识等。通过这次培训，使我受益非浅、深有体会。

第一，了解公司历史沿革与公司机构、企业文化。

开始培训的第一天就是介绍单位的历史沿革，芮书记介绍得很详细，仿佛带领我们重走过这50多年的风雨，见证企业的进化，也了解到了其中的艰辛。这使我们更加珍惜现在来之不易的今天，激励我们更加努力去建设辉煌的明天。

在同一天，张书记为我们介绍了公司现在的组织机构，使我们从宏观上了解公司的各大部门及其主要职能，为以后联系工作，提高工作效率做好铺垫。张书记还为我们详细地介绍了本公司的企业文化。在我工作的3个月来，我感觉公司的工作氛围、人际交往甚至是走在公司的路上都是有激情而又放松的。有激情是因为在工作中能学习到很多的知识与技巧，放松则是心理上的，这正是“工作着并快乐着”的感觉，让我感到无比的满足。

第二，培训使我对公司主要业务有了基本的感知与认识。

我在公司的档案室工作，在学校学习的也是专业的档案知识，可以说，对于勘察测量这方面来说，我完全是个门外汉。这一次培训，是我第一次系统接触这方面的知识，真是受益不少，学到了很多新的知识。

经过几次专业知识的培训，我大致了解了公司的主要工作任务，大概分为勘察、测量、岩土试验、测试这几大方面，并分别有对应的部门负责。比如说工程师办公室主要负责岩土工程工作，主要有勘察、设计、治理、检验、监测;测试中心主要负责原位测试、桩基检测等等。并且我对其主要工作流程以及一些术语也有了大致的了解，总算不会像刚来的时候一样，连公司的主要业务都不清不楚了。

第三，学习了公司的安全管理与管理体系方面的知识。

用了一天的时间，我们系统学习了安全方面的知识与公司管理体系方面的知识。我想这对于我们应届毕业生来说，还是比较陌生的知识。我认为其目的就是为了：一、保证安全生产;二、提高工作效率、三、提升企业形象。最终的目的就是使利益化。在这基础上有很多理论的知识与制度，这还需要我们在平时的工作中就注意，比如安全，在任何一个细小的环节中我们都要注意安全的问题，比如人走断电、防火、防盗，还有特别是在施工现场的一些用电安全、人员安全等。这些在实际工作之后可能才能注意到更多问题，并写入制度，是安全管理更加规范。

公司是本行业第一批获得管理体系三标合一的公司，并有符合公司实际情况的管理方针。在学习中我们学习到了一个以不变应万变的管理模式，也就是pdca循环：从play(计划)到do(实施)到check(分析检查)到action(持续改进)。不管是qhsems、ems、ohsms，这一循环始终贯穿其中。仔细看，这一循环也适用于我们生活各方面，这其实也就是一个经验积累的过程，从不会到会，从不好到好，从好到更好的一个过程。我相信，这个简单而明确的循环会伴随我一生，成为我不断进步的标尺。

人的一生就像城市中的公交车，有许许许多多的驿站，每到一个驿站就意味着一个新的征程。怀着自己美好的希望和从零开始的心态，我加入了中建五局三公司这样一个充满生机活力的团队中，开始了我的一个新的征程，也是在这样的一个全新的开始中，迎来了维持四天的新员工培训。这次培训的内容主要有团队拓展训练、企业文化介绍、公司领导讲座、各部门负责人讲授有关规章制度和自身经验的传授等等，虽然整个培训的时间并不长，但在这短短的几天经历中，我的知识得到了更新、团队精神得到了提高、情操得到了陶冶，使我受益非浅、深有体会。

一是要加强同事之间的沟通，努力提高团队精神。在培训学习中，我深深地体会到人与人之间的沟通、同事之间的相互学习和团队精神是我们工作取胜的关键。在我们今后的实际工作中，无论自己从事哪个行业，哪个岗位，都离不开同事之间的配合，因为一滴水只有在大海中才能生存。既然需要配合，那么就必须沟通，只有不同部门之间、同时之间相互沟通、相互配合、团结一致，才能提高工作效率，进步更快。

二是从改造自己入手，适应企业生存环境。当我们进入公司的第一天，我们就应该清楚的认识到自己已经是公司的一名员工，我们最起码的一点就是要通过努力工作来改造自己，当然改造的不仅仅是知识结构，还有素质和道德等方面的改造，因为德才兼备才是人才。

三是从细微工作入手，积极调整个人心态。从学校到企业，环境变化非常大，所接触的人和事物一切都是新的，我们都需要时间来适应，公司聘用了我们，在某些方面已经得到了认可，但作为公司的新员工，我们要低调，要实干，要在荣耀面前退一步、在困难面前进一步，同时应该接受并保持这样一种心态：做事不贪大、做人不计小，因为细节决定成败。

>公司培训总结500字以上篇6

培训课受益匪浅，相信自己不断学习，不断努力，可以成为一名优秀的员工。20\_\_年是公司业务大发展的一年。在这一年里，公司现有业务不断扩大，新项目不断增加，公司对人才的需求，对人才的培养，对现有人员素质提高的要求不断加强。人力资源部作为公司人才引进、人才培养、后续梯队建设的主要负责部门对此承担着重要的责任。为保证各项工作任务的完成，人力资源部做了大量工作，对外积极开辟招聘渠道、宣传公司人才理念、参加各种大型招聘活动、储备人才资料;对内完善培训制度、积极开展培训活动、制订公司内部人才接续计划、选拔公司内部优秀员工、对新员工进行跟踪评估、积极开展公司文体活动。现将20\_\_年人力资源部在招聘培训方面所做工作总结如下：

一、招聘渠道的开辟。

因公司所处行业的特殊性，深圳现有从业人员比较少，为保障公司所需人员的及时到位，人力资源部在充分利用现有招聘资源情况下，积极与各招聘网站、各职业介绍所、异地职介机构联系，尝试开辟新的招聘渠道。人力资源部先后与\_\_网、\_\_网、\_\_网、\_\_网等专业招聘网站进行了接洽试用，了解了他们所能提供的服务情况。与武汉、长沙等地前程无忧人力资源公司联系，详细了解了当地化工环保类人才分布状况及报纸广告费用，为进一步开展异地人才招聘奠定了基础。

二、现场招聘及报纸招聘广告情况。

\_年参与两次外部大型招聘活动，深圳市人事局举办的应届毕业生双选招聘会及广州白领世界招聘会。人力资源部在参会前做了大量的、细致的准备工作，并且在招聘会上积极向求职者宣传公司良好的企业形象、公司的用人理念、公司为员工提供的广阔职业发展空间等，来为公司吸引更多的优秀人才，在现场招聘会中，既为公司收集到大量人才资料，也为公司做了良好的企业形象宣传。在年度招聘工作中，面对公司日益增加的人员需求，及时调整招聘工作重心，由网络招聘为主转向报纸广告招聘，通过报纸招聘广告，及时收集公司所急需的人才资料，保障公司所急需人才的及时到位。

三、建立公司内部外部人才资料库。

为保障公司后续梯队的建设，为公司储备培养人才，人力资源部对公司所有职位做了细致梳理，确定了公司关键岗位，把关键岗位上的员工作为人力资源部重点关注的对象，经常对关键岗位员工进行了解，防止关键岗位员工的意外流失。同时为减少关键岗位员工流失对工作造成的不良影响，人力资源部制订《关键岗位人员接续计划》，对每一个关键岗位制订人员接续计划，把关键岗位相关的职位列入替补行列，对列入替补行列名单的员工作为公司重点培养对象，作为关键岗位人员的第一选择对象，以便人员流失后的及时补充。同时建立公司外部人才库，搜集整理大量与公司业务相关的专业人才资料，主要以化工类、环保工程类为主，作为公司从外部补充员工的首选资料，以确保所需人员的及时到位。

四、新入职关键岗位员工跟踪。

新员工作为公司新的一份子，呈托着公司诸多的希望。为了让新员工尽快熟悉公司状况，了解公司实际工作情况，进入工作状态，同时为了解新员工在工作中的表现，为新员工转正提供考核依据，人力资源部对关键岗位的新员工进行了跟踪，从上级领导、同事、员工本身三个方面对员工进行了解。帮助新员工熟悉公司的情况，了解他们现行工作的开展状况，并对工作中出现的异常情况，及时向相关人员反馈，以确保工作的正常开展。

>公司培训总结500字以上篇7

说真的，培训之前。到分公司报到有15天了，根据公司安排在运发部学习了两周，通过两周的资料学习，我还处于迷茫之中，不知道怎样运用学习的知识去开展工作。通过五天的培训，我学到了很多新的知识。懂得了许多做人的道理，也改变了一些原来的观念。使我找到了新的起跑点。让我在从学生到职业人的转变中有了很好的目标与方向。

五天的课程，首先是对公司企业文化的讲解，让我们对公司有了更加深入的了解，能更好的融入到公司。其次是对员工薪酬福利的介绍，从中我们了解到了作为国企的铁塔公司优厚的员工待遇，让我们觉得铁塔公司是一个值得信任、很有前景的公司，对未来的工作充满了更多的期待。然后是对工作中需要用到的网络操作系统、基础技能以及专业知识进行了详细的学习，使我们对公司生产经营的全过程有了更深入的了解，以便将这些技能很好的运用到今后的工作中。

培训的后三天，基本属于素质拓展类，公司考虑到我们均是应届毕业生，缺乏工作经验和社会知识。聘请了知名的心理咨询师和企业人力资源管理专家为我们授课，通过《新员工职业化培训》这门课程，我们解放了自己的天性，尽情的投入到整个培训班的大家庭。

学到了许多初入职场的宝贵知识，诸如如何完成从学生到职业人的转身;树立卓越的工作理念和心态;实用、高效的工作方法;如何平衡工作与生活之间的关系;团队协作理念等。通过《有效沟通技巧与时间管理》这门课程，我学到了许多沟通的基本技巧，以及工作中如何从容的进行上下级之间、部门之间、与客户之间的沟通。认识到了很多我们平时不在意的时间管理问题，如何在工作中合理规划工作时间，协调好工作的重要性与紧迫性。高效的使用有限的时间创造出更高的价值。

最能激起我们活力的是培训课课间的小游戏，它把我带回了校园时代，我喜欢这种培训与游戏想结合的授课方式，它不仅仅是一次培训，更多的是一种分享，一种学习所带来的快乐。快乐而又短暂的三天让我们各地市分公司的小伙伴聚在了一起，也产生了许多年轻人的友谊、情感。无论以后走到哪里都不会忘记的愉快经历，我为自己能有这样的愉快经历而荣幸!

五天的培训时间所学到的知识，是我一生受用的，是我一生中一笔宝贵的财富!我再次感谢公司给予我这样的一次学习机会，让我能够在这个优秀的大家庭里不断成长，更加优秀!

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！