

# 2023年实习自我鉴定100字(精选六篇)

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/meiwen/b643a26fabfd0f2c2a441058aad08006.html>

## 范文网，为你加油喝彩！

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

### 实习自我鉴定100字篇一

我是幸运的,因为有一个善良友善的主管带我,我主要负责证券板块一个手机客户端的内容编辑,通俗一点就是证券手机早晚报。我负责泛财经的内容。刚开始的时候主管给我讲解了各个板块的风格以及内容来源。之后就直接上手了,而指导工作采用qq联系。第一天很难进入状态,因为先忙了一阵入职,有了门禁卡的那一刻觉得自己很有感觉,仿佛真的长大了一样,想尽力表现的职业一点,干练一点。什么事都很努力,同时也很着急,因为自己编排的内容总是风格诡异,不是很准确,主管很耐心,总是细致的纠正我的错误并给我有用的建议。

新媒体的同事气氛还算和谐,大家都是完成自己的工作,没有太多的利益纠纷。我主动找到了其他几个实习生,和她们一起吃饭,交流,向她们咨询很多业务问题。她们都是很优秀的人,年轻人谈谈学校谈谈糗事让我很快就融入了她们的圈子,这也解决了我心头一大患。这让我知道,主动伸出你的手就会有好朋友,迈出一小步也许会让你健步如飞起来,因为在朝九晚五的生活中,有几个可以一起吐槽的好姐妹会让你的压力小很多,实习后我们也成为很要好的朋友,这是我最大的收获!

第一个星期的工作主要是负责找到合适的内容,既要符合网络安全的标准又要贴和栏目风格,同时还要吸引人们有点击的欲望。这样的三项指标看似简单,但对于我这样一个菜鸟却是很难。每天上班在地铁上会看一些证券基础知识,熟悉各种专业词汇,提早半个小时到公司,开始大量浏览新闻,观察和总结各栏目的内容风格,查看点击量,8点的时候主管会叫我面谈,总结一下前一天的工作和反馈。闲暇时间我也会积极询问其他实习生,听取建议。三天后我已经可以掌握负责的栏目风格,找到的新闻也基本符合主管的要求。而第二个星期则进行标题的精炼,必须掌握在13个字以内,这让我痛苦了很久,因为我常常是难以取舍,都是重点,哪个都想放在标题吸引眼球,于是主管常常因为我超字数而发来修改建议,qq的头像频频闪烁,这让我挫败感很强。但经过一个月的训练,终于可以安心的坐在椅子上,淡定的工作着。

在熟练之后,就会进入疲劳期,开始有大量的时间空闲,我也庸俗的进行了小范围的看视频活动,又一次被主管看到了,就委婉的批评了我,当时我意识到自己入职时的豪言壮志都被疲劳期磨没了,于是凡是遇到空闲时间就去看“一直特立独行的猫”的博客,她会讲一些职场的故事,很有借鉴意义。

疲劳期我向主管提出可以多分担一些工作,主管很友善的教授了我ps/ target=\_blank>photoshop,让我做一些很简单的图,虽然大多数都没用过,但是让我感觉自己是在进步的,在一个月后我撑起了负责项目的半边天,主管和另一位同事就有时间制作专题,这让我有了更多的成就感,至少有一种我是主力的感觉!持续的打鸡血是克服职场疲劳的好办法,我们不可能一直热爱一个行业或者一个工作,总是会厌烦,总是会疲倦,那么找到新的突破点,找到新的可学习的地方,找到新的成就感,就会持续的带来能量,度过疲劳期。

在短短两个月的时间里,我交到了三个好朋友,收获了珍贵的友情;完成了手机报二分之一的工作量,收获了工作经历;得到了上司的认可,收获了职业满足感。唯一的遗憾是离职时太匆忙,没有完成自己的责任,也没有来得及和主管吃一顿告别餐,在这里非常感谢他的照顾,感恩!

## 实习自我鉴定100字篇二

在这几个月的实习当中我深刻体会到了顶岗实习的目的,那就是:在于通过理论与实际的结合、学校与社会的沟通,进一步提高学生的思想觉悟、业务水平,尤其是观察、分析和解决问题的实际工作能力以及待人接物与外界沟通的能力,以便把学生培养成为具有较强实践能力、良好职业道德、高技能、高素质的,能够主动适应社会主义现代化建设需要的高素质的复合型人才,学生顶岗实习评价表自我鉴定。

“顶岗实习、工学结合”是现代职业教育的一种学习模式,是把生产劳动和社会实践相结合的一种人才培养模式。其基本形式是学校与企事业单位合作培养学生,学生通过工学交替完成学业。生产实习是学院为培养高素质工程技术人才安排的一个重要实践性教学环节,是将学校教学与生产实际相结合,从而为毕业后走向工作岗位尽快成为业务骨干打下良好基矗

通过顶岗生产实习,使我们了解和掌握了施工管理、生产技术和工艺过程;使用的主要施工工设备;产品生产用技术资料;生产组织管理等内容。在这次生产实习过程中,不但对所学习的知识加深了了,更加重要的是更正了我们的劳动观点和提高了我们的独立工作能力等。

我这次顶岗实习所从事的是施工员,稍微学了一些造价方面的知识。经过实习我谈一下自己对施工员的岗位职责和需要具备的专业技能这方面的认识!

施工员:是负责整个工地,整个项目的施工工艺,施工流程,施工技术,施工资料,施工进度,施工安全等等.在项目经理以下,施工员的权限最高(监理除外,监理的实际权限是没有的,但因为其管质量,所以,施工员也不得不"讨好"他.)这一点我深有体会,总之社会上的事就是要学会的!

我作为一名技术员:允许自己不懂,但是不允许自己不懂时不问,擅自做主,自我鉴定《学生顶岗实习评价表自我鉴定》。

说说放线吧,专职测量员把主轴线定好、标高控制点做好后,技术员要掌握吊线坠的基本功,不能老依靠经纬仪,不可能也不现实,在一个住宅和办公楼建筑定位放线简单的多,工业厂房就要复杂的多了。

放线量尺寸时一定要杜绝用小尺一尺一尺(工地上常用3米尺、5米尺)的量下去,免得误差累积。

记住学测量时老师讲的几个要点:先整体、后碎部;常复核,前一步工作没做复查下一步工作不能进行;测量步步要经过检核。

测量放线在施工时尤其重要，自己的一点疏忽可能造成非常大的经济损失。现在在施工现场的测量放线，并不象在学校测量实习时量距有前尺、有后尺、有读数、有记录那么正规，往往是工长和技术员两人就去放线，再就是现场随手喊个工人来帮忙，这实在是不合适，你不能要求项目经理配备足够的专业人员陪你定位，但你必须做到慎之又慎，尺前尺后回来跑。

工地上给出标高一般也是技术员的事，你看水准仪，扶尺可就不一定是谁了，要注意塔尺前后俯仰对观测结果影响很大，再一个就是塔尺下对点时非专业人也是不好掌握的，如果你不反复叮咛，差个3~5毫米一点也不奇怪。

师傅对我说的搞测量人自我保护的法宝：“三角要孝线要粗”，意思是给完标高描红三角时不要描的太大，弹墨线时墨线要粗一点。

作为工地技术员，水准仪、经纬仪、墨斗、线坠的使用操作是一定要熟练的。可惜我真的不熟悉，自己没有掌握精髓，还是要多下功夫啊！

再说材料计划，不管预算员是否提了，作为技术员必须自己动手再算一遍，算实际用量，不要看预算定额的含量，定额是综合各种工程类别编制的，有些定额子目中的含量实际施工用不了，有些反而不够，比如我遇到的问题：瓷砖大理石，设计已经给定尺寸规格，自己可以实际排一下包括需要切砖的半块砖的数量，只要用心了，就可以把数量提的很准确。这样施工时你到现场检查时就会胸有成竹，就可以一下发现问题。

不过，对于我来说最大的难题还是隐蔽资料的填写、包括施工日记写写划划的事，看看自己写的就是清楚了，简直还不如三岁小孩子。大多说日记都是一句话，而且根本抓不住重点，自己想要表达的就是不会写，自己很恼火啊！努力方向：多看写作书籍，是自己具备写科普文章，科技论文的能力，让更多的人能通过写作人员的表述，了解建筑，走进建筑。

看看别人是怎么安排的，想想某某事是如何处理的，少发表言论，多揣摩人家调配人员的技巧、跟监理周旋的结果。要树立是为自己独立干工程打基础的志向。牢骚于事无补，你的辛苦和付出会有人看到的，得到领导的认可和工人的尊重是你干好技术员工作的第一步。

要明白良好的人际关系是我们顺利工作的保障。

在工作之中不只是同技术、同设备打交道，更重要的是同人的交往。所以一定要掌握好同事之间的交往原则和社交礼仪。这也是我们平时要注意的。

通过这次实习，我发现了自己看问题的角度，思考问题的方式也逐渐开拓，这与实践密不可分，在实践过程中，我又一次感受充实，感受成长。

### 实习自我鉴定100字篇三

转眼间中专的学习生活就要结束了。我将迎来充满挑战的时候。我复习学习的文化指使，接触社会，我在书店进行了社会实践学习，以下是本人学习的一些心得和体会。

书店，相比一些商场来说，顾客不多但层次高；书海浩茫但又安静。我在这里，一方面实习，体验实践的经历；另一方面，我在书海中开始了新的学习。特别是注重我所学习的商务英语的运用和复习、再学习。负责指导我的师傅，千方百计地为我创造各种机会，遇到外国顾客，总把我叫

到前台；遇到新来的英语光盘，也要拿给我试看；遇到英语资料的推销商，也要我去参与业务洽谈。我知道师傅的良苦用心，积极地完成着师傅交办的任务。从中，我也的确学到不少东西。

是的，课本上学的知识都是最基本的知识，不管现实情况怎样变化，抓住了最基本的就可以以不变应万变。如今有不少学生实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，可我觉得，要是没有书本知识作铺垫，又哪应付瞬息万变的社会呢？经过这次实践，虽然时间很短。可我学到的却是我一个学期在学校难以了解的。

就比如如何与同事们相处，相信人际关系是现今不少大学生刚踏出社会遇到的一大难题，于是在实习时我便有意观察前辈们是如何和同事以及上级相处的，而自己也尽量虚心求教，不耻下问。要搞好人际关系并不仅仅限于本部门，还要跟别的部门例如市场部的同事相处好，那工作起来的效率才高，人们所说的“和气生财”在我们的日常工作中也是不无道理的。而且在工作中常与前辈们聊聊天不仅可以放松一下神经，而且可以学到不少工作以外的事情，尽管许多情况我们不一定遇到，可有所了解做到心中有底，也算是此次社会实践的目的了。经过半个学期的实习，充满神秘感的社会对我而言已不足道矣，接触社会的第一天便让我深深了解到，社会不同于学校，您的表现正是你的价值所在。做事不同写作业，做错了就要受到批评，而且还会留下后患。但在这种情况不能生存下来，那么以后的路又该怎样走呢？

对于前几学期的我对社会的所谓认识来说，可谓大巫见小巫，但我很快适应整个新环境，唯一没有变的学习态度让我在这新环境里占尽了优势，老师们对我的忠告也为我融入社会，定了一个良好的前提，这是我不得不感谢的！品质决定成败，已经成为一种“本能”，让我在人际交流中形成了一种别具一格的形象，也得到长辈领导乃至同事的拥戴，深知儒家思想带给我的不单单是学习，而且还是一种思想的领悟，也为我的人生做了一个明智的导向——责任心。

一个拥有责任心的人无论何时何地都能学习，这是成才的一种必备心理，其实在中专便已有了那种抱负，使我在学校理论乃至城北实习都能比别人更专心致志，不断地攀升。但加深这种看法的却是社会，社会真的黑暗吗？不，不一定。学校有校规，社会同样有它的规则，您在遵守规则的前提下，做每事都可以顺心，但切记，社会多了一种叫“潜规则”的游戏规则，总有人抱怨不公平，试想一下，校规都不能遵守，更何况适应社会呢！归咎到底，在社会上走，就要适应规则，俗话说便是“学做人”，总有不如意的事，你也不必太执着地去反抗，倒可想一下怎样可以把劣势转为优势，去利用它，使它成为自己的一种力量，不更好吗？

书到用时方恨少，在实习期间，我接触了不少新事物，对于新知识我不得不感慨社会产物的日新月异，但让我感到遗憾的是，一些固有的基础知识我也没能把握住，这些原本是课本知识，而且是简单工作原理，而我却早已忘记；我在不断检讨自己，学习还是工作，俗语“熟能生巧”固然有它的道理，但在人生来看，受教育的机会每个人都只有一次，错过了大脑的活跃时期，就再也不能回到从前。

#### 实习自我鉴定100字篇四

该生综合素质较好，爱岗敬业，工作能力强，有一定的工作组织能力，能和同事友好相处，短短实习工作期间，是个出色的教学能手，相信会在今后的工作中，取的出色的成绩。

该学生实习期间工作认真，勤奋好学，踏实肯干，在工作中遇到不懂的地方，能够虚心向富有经验的前辈请教，善于思考，能够举一反三。对于别人提出的工作建议，可以虚心听取。在时间紧迫的情况下，加时加班完成任务。能够将在学校所学的知识灵活应用到具体的工作中去，保质保

量完成工作任务。同时，该学生严格遵守我公司的各项规章制度，实习期间，未曾出现过无故缺勤，迟到早退现象，并能与公司同事和睦相处，与其一同工作的员工都对该学生的表现予以肯定。

热情、主动、积极。对事物保持高度的好奇与兴趣，虚心求教并勇于建言。随时调整自己，力求成长、尽善。积极争取已完成实习规定的任务，实习报告符合标准，达到实习目的。

勤奋好学，遵守厂规厂纪，带来先进管理理念。工作能力及专长在不断的社会实践中，自己以认真敬业，责任心强，工作效率高，执行公司指令坚决得到了各实习单位的认可。

鉴定评语(主要包括实习态度、遵守劳动纪律、业务能力强等方面情况)

在短短的实习期内，用他们的实际行动，给山庄全体工作人员留下了深刻的印象。

该生综合素质较好，爱岗敬业，工作能力强，有一定的工作组织能力，能和同事友好相处，短短实习工作期间，是个出色的教学能手，相信会在今后的工作中，取的出色的成绩。

该学生实习期间工作认真，勤奋好学，踏实肯干，虚心好学。善于思考，能够举一反三。能够将在学校所学的知识灵活应用到具体的工作中去，保质保量完成工作任务。同时，该学生严格遵守我公司的各项规章制度，实习期间，未曾出现过无故缺勤，迟到早退现象，并能与公司同事和睦相处，与其一同工作的员工都对该学生的表现予以肯定。

## 实习自我鉴定100字篇五

急诊医学科（室）或急诊医学中心是医院中重症病人最集中、病种最多、抢救和管理任务最重的科室，是所有急诊病人入院治疗的必经之路。

从前很喜欢看影视节目中关于急诊科的故事，觉得故事中的医生和护士是那么的果断和干练，具有魅力，让我羡慕不已。没想到多年后长大学成的我现在也有幸成为一名急诊科的护士，从开始的手忙脚乱到渐渐找到规律，这才真正体会到想做好一名急诊科的护士谈何容易！

急诊科是医院最重要的窗口之一，我所在的医院乡镇的职工医院，不仅接诊正常的急重病人，还要收治从地县上转的危重病人，有着急、忙、杂的特性。面对危重急症病人的首诊和抢救，急诊病人又往往诊断不明、病情不清、变化迅速，若处理不当，就容易发生医疗纠纷。而病人及家属容易产生急躁、忧虑、恐惧的情绪，急诊不同于病房，医护人员有充足的时间与患者及家属沟通，及时了解患者的需求，建立良好的护患关系。在急诊，患者及家属在与医护人员较短的接触时间内，还未建立良好的信任感，对医护人员的每一个细微环节都十分敏感，医护人员的言谈举止对病人心理都会产生很大影响。造成医护人员的救治行为不被理解，患者及家属留下“不被重视”、“急诊不急”的错觉。所以我越发觉得沟通在急诊是最容易忽略而最重要的东西。

南丁格尔说：护理工作不仅需要精湛的技术，更需要艺术。首先，要学会观察，才善于发现问题的存在，包括对病人病情、心理、需求及家属的观察。例如：有些患者家属对护士的行为百般挑剔，却对自己患者液体输完都浑然不知，像这样的家属我们就应该在每次更换液体时都耐心的提醒他液体输至什么地方时应该叫护士，与此同时我们也应该按时巡视病房，多观察液体的进展，这样就可以在很大程度上避免因为液体没有及时更换了与患者家属产生矛盾。其次，要学会沟通，人与人的相互尊重和信任是建立在沟通的基础上。对于来急诊就诊的病人，我们应该积极主动

地询问，热情的为其引导。例如：对于行动不便的患者我们可以予以搀扶或协助其用推车送至诊室，为其测量生命体征，交予诊室的护士；对于需要并可以去病房治疗的患者，我们可以为其细致的指明病房的位置，避免患者跑“冤枉路”。

而对于患病时间长而并不危重的病人我们可以建议他去门诊就医，耐心而细致的告知其门诊的位置和就医的时间，便于患者的安排。虽然，一个微笑的表情，一个搀扶的动作解决不了患者身体上的疼痛，但是，却能迅速缩短护患距离，有效满足病人需要被照顾的心理需求，从而便于我们开展下面的护理工作。最后，通过观察和沟通学会判断，对病人的病情和需求有一个准确地了解和判断，有利于医护人员救治工作的展开，也为病人争取了时间。例如：受外伤的患者可以通过观察和大致的询问了解其受伤的部位和严重程度，第一时间为其找到接诊医生为其救治，而挂号等手续可以稍候补齐。

以上只是我在急诊短暂工作的浅谈，要学的东西还很多很多。在急诊每个人都是我的老师，每件事都是我的经历，教会我很多东西，无论做人还是做事。当然，想做好一名急诊科的护士，只会沟通是远远不够的，还需要扎实理论基础、丰富的抢救经验、快速的反应、麻利的动作，这才是在遇到紧急情况时禁得起考验的保证。

### 实习自我鉴定100字篇六

实习是大学生步入工作岗位前的缓冲期、过渡期，也是大学生培养自身工作能力的磨刀石，作为一名刚刚从学校毕业的大学生，能否在实习过程中掌握好实习内容，培养好工作能力，显得尤为重要。半年里，我严格按照厂人事部下发的采油队实习大纲，认真研读，逐一学习，在思想行动上，努力做到。

首先是加强思想学习，主动与矿领导沟通，努力提高思想水平。思想是人的灵魂，是人的内在力，要想把实习任务完成好，首先要把思想调整好。

其次是热爱实习岗位，积极承担岗位职责，不断提升实习效率。

最后是注重联系实际，理论与实践相结合，努力提高实习质量。在实习过程中，我发现，大学里所学专业知识和现场实际生产是分离的，它们各有侧重点，一个偏重于理论，一个偏重于实际，但它们之间却又存在着联系，比如说抽油机：在课堂上我学过抽油机是如何运转的，以及抽油机运行的理论模型公式。

而现场上，我们看到的是抽油机的各个零部件，以及它们之间是怎样默契配合。表面上似乎二者无关，但仔细分析，我们会发现，抽油机的各个零部件正是按照理论模型原理在运行着，公式中的相应参数正对应着抽油机中各个部件实现的功能，他们之间存在着因与果的联系。

因此，实习中，我们在重温课本上知识同时，将书本中的理论与实际生产部件相对应，将课上公式与实际生产数据相对应，这样不仅可以使理论知识记得更为牢固，还可以在本质上理解生产上各设备、器件的作用、原理，为今后工作中的技术革新，改进发明打下了良好的基础，极大的提高了实习质量。

更多 范文 请访问 [https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/91\\_0.html](https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/91_0.html)

文章生成doc功能，由[范文网](https://www.wtabcd.cn/fanwen/)开发