# 实习生自我鉴定(模板13篇)

来源：网络 作者：静水流深 更新时间：2024-08-23

*无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。实习生自我鉴定篇一我于7月1...*

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**实习生自我鉴定篇一**

我于7月14日——10月31日到广州市凤凰城酒店实习，这段时间我的收获很大。酒店服务是有形产品和无形服务的混合体，酒店服务质量评价的标准就是客人的“满意程度”。处于买方市场的酒店应把顾客需求作为营销工作的出发点，前厅代表酒店与宾客接触，满足客人对酒店服务的各种需求，接受客人的投诉，解决客人的疑难问题，是酒店的神经中枢。正是基于这些，前厅的地位和作用就尤显重要。前厅部虽然不是酒店主要的营业部门，但对酒店的市场形象、服务质量乃至管理水平和经营效益有着至关重要的影响。前厅部可谓是酒店管理的点睛之笔。通过这次在凤凰城酒店接近四个月的实习，本人获益非浅。酒店就等于是一个社会的缩影。这次实习无疑是为不久的将来踏入社会的我提供一次重要的机会。

1、沟通能力提高：

波动往往会影响他人的心情。如何调整好自身的心态，用最好的心态去面对客人，面对同事甚至上级，如何带给别人一个最好的笑容，是我每一天都要认真思考的问题。在这次实习中，我不但在沟通能力上得到了提高，还学会了如何调整自我的心态。

2、突发事件应变能力提高：

在前台接待处工作，每天都必须作好作战的准备。因为作为一名前台接待员，每天都要接待不同的客人，面对不同的事件。入住的客人中不免会有些不大礼貌的客人，甚至会对接待员口出恶言。面对这样的清况，要如何安抚客人的情绪，同时也要保护酒店的利益与自身的安全，对于我来说又是另外一个考验。

3、工作独立处理能力提高：

通过这次实习，我深切的了解到，必须学会自己有能力的事情必须自己做的这个道理。只有培养自身的独立能力，才能在工作上得到进步。在工作上，有问题，有不懂应该大胆请教同事，而不是不懂装懂。独立工作，积累经验，最后得到的才是最适合自己的东西。

4、服务意识提高：

作为一名前台接待员，时刻都代表着酒店。无论是在工作岗位上，还是走在路上，只要穿着酒店的制服就应该时刻都有为客人提供最好的服务的意思。我们是微笑之城的使者，一切为了宾客，为了宾客的一切，为了一切宾客。

实习体会

1、自身不足与缺点：

通过这次实习，我重新看到了自身的不足以及缺点。在语言能力上依然是无法十分流利的与客人进行沟通。日常入住凤凰城酒店的客源主要是国内客人以及日本客人。但是在广交会期间，酒店主要的客源是外国客人。由于自身的英语口语能力能力并非十分好，所以造成了与客人沟通上障碍。并且由于自身的酒店工作经验不足，导致工作上出现不应该出现的错误，为同事带来了许多不便。另一方面，在工作上，我的某些缺点更是表露无疑。比如工作不够细心，不够虚心接受同事的批评等等。但通过这接近四个月的锻炼，我已经在不断的改正当中。

2、就业前景据不完全统计，目前全国有各类酒店旅馆9000多家，酒店人才缺口超过10万。而且现在大部分的酒店基层员工大部分都是以中专或大专的学历居多。我认为现在的酒店行业缺少的依然是高学历的专业人才。但是，就算拥有高学历，依然是无法成为一名管理人员的。作为一名管理人员还是必须有多年的工作经验。其中，一线工作经验是十分重要的。所以，作为即将毕业的大学生来说，绝对不可以眼高手低，必须作好接受挑战的心理准备。

实习想法和建议

1、想法：

本次实习给予了我们一个很好的机会了解这个社会。是我们真正踏入社会前的一个重要的台阶。弱肉强食是一直无法改变的生存原则。想要获得成功，就必须比别人更加努力。这次实习面对了很多以前从来没有遇到过的问题。如人际关系问题，宾客关系问题，心理状态不佳等问题。但通过这接近四个月的学习与改进，我无论是在心理还是思想上都得到了很大的进步。在凤凰城酒店感受最深的是它的员工管理制度问题。由于上一次酒店业务实习是在花园酒店，虽然当时的实习时间只有一个月，但是却受到了很大的影响。花园酒店是一间由酒店管理集团公司管理的五星级酒店，而且花园酒店拥有较长的经营历史，已经形成了一套较完善以及严格的员工管理制度。相对与花园酒店来说，凤凰城酒店是一间非常年轻的酒店。凤凰城酒店由开业到现在只是三年的时间，无论是管理制度以及经营体制依然不是十分完善。再加上凤凰城酒店是属于“家族生意”，并非由酒店管理公司进行管理，大部分的高层管理人员缺乏酒店管理经验。所以，凤凰城酒店在员工的职业素质上是与老牌五星级酒店比不上的。过于松散的员工管理制度导致员工的工作心态松散，这无疑是会降低员工的服务质量。如果一个五星级酒店只有拥有五星级的外表，而缺少五星级的内在，是不足以称作为一间五星级酒店。

2、建议：

对于这次实习，由于各种原因与实习单位的沟通存在某种程度上的问题，由一开始的以实习生的方式的进入实习单位，到最后以签约员工的方式进入实习单位。凤凰城酒店的人事部以“你们答应了以后都在这里工作才你们进来的”的理由要求我们签下了一年的合同，如果工作不够一年离职则要收取毁约金。凤凰城酒店人事部的这种办事方法，实在是让我感觉到不合理。望今后系里领导能协助我们与实习单位进行沟通，避免这种情况再次出现。

**实习生自我鉴定篇二**

自我鉴定，对人的自我发展、自我完善、自我实现有着特殊的意义。自我鉴定也具有重要的社会功能，它极大地影响人与人之间的交往方式，也决定着一个人对待他人的态度，还影响对他人的评价。下面本站小编为大家带来实习生自我鉴定300字，欢迎阅读。

**实习生自我鉴定篇三**

实习结束了，我学到了很多东西，也觉得自己成长了很多。丰富了自己的知识面，也开阔视野，实习是一个过程，需要我们不断的积累和更新，也需要我们的坚持。本站为大家带来了“实习生自我鉴定表”，感谢大家支持。

篇一：实习生自我鉴定表

从开始实习生活以来我一直以严谨的态度，积极的热情投身于自己的学习和工作中，有失败的辛酸，也有成功的喜悦，然而日益激烈的社会竟争也使我充分地认识到：自己成为一名德智体全面发展的优秀学生的重要性，实习当中不能说我有怎样的成绩，但我觉得收获不少，我想这些对于我今后的学习和工作会有很大的帮助的。

我体会深刻的一点是：理论要与实践相结合。其实很多东西在学校的时候我都学习过，但知道的都是理论，知道操作步骤，却没有多少实践，甚至都没有考虑到按照这些步骤去做的时候，也会出现很多的问题以及要如何去解决这些问题。在遇到问题的时候我全面的思考，不让自己的思想有局限性。

我谦虚谨慎，勤奋好学。注重理论和实践相结合，将所学的课堂知识能有效地运用于实际工作中，认真听取老员工的指导，对于别人提出的工作建议，可以虚心听取。表现出较强的求知欲，并能够仔细观察、切身体验、独立思考、综合分析，灵活运用自己的知识解决工作中遇到的实际困难。

工作中踏实肯干，吃苦耐劳。有创造性、建设性地独立开展工作的思维;具有一定的.开拓和创新精神，接受新事物较快，涉猎面较宽，有自己的思路和设想。能够做到服从指挥，认真敬业，工作责任心强，工作效率高。

在生活上，养成了良好的生活习惯，生活充实而有条理，有严谨的生活态度和良好的生活作风，为人热情大方，诚实守信，乐于助人，拥有自己的良好出事原则，能与同事们和睦相处;积极参加各项课外活动，从而不断的丰富自己的阅历。

实习结束了，我学到了很多东西，也觉得自己成长了很多。丰富了自己的知识面，也开阔视野，实习是一个过程，需要我们不断的积累和更新，也需要我们的坚持。

篇二：实习生自我鉴定表

在xxx实习的一个多月里，我确实学习到了很多东西，通过实习，学到了很多知识，更重要的是有了较快掌握一种新事物的能力。思想变成熟了许多，最重要的一点就是课本知识与实践相结合，在学校学的东西只有到社会上应用才能理解的更深、更透。

(1)实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自已，才能在竞争中突出自已，表现自已。很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书;而已在社会的人都宁愿回校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，在今后我要参加更多的社会实践，磨练自己的同时让自己认识得更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面，不要以单纯的想法去理解和认识社会。而是要深入地探索，为自己的未来打好基础，在学校学会更多的书面专业知识，在实践中好好利用知识进行运作。

(2)课本知识、理论知识的基础一定要打牢。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?经过这次实习，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，还要跟别的部门的同事相处好，那工作起来的效率才高。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，也算是此次实习的目的了。

(3) 在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力 。这次实习后才能深刻体会这句话的含义。除了计算机操作外，课本上学的理论知识用到的很少很少。在这次政府部门实习中我掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被社会所淘汰。

实习对我的成长有着很大的帮助，作为马上要走出大学校园的大学生，更多需要的不是书本的知识，而是社会的磨练。这一个月作为我们这些大学生走出大学的第一课，不管是考研的、还是找工作的，都有长足的影响。了解了社会到底是怎么样的;知道了该怎么样与社会上的人交往;更主要的，作为行政管理专业的我们，知道了政府部门是怎样运转的，这些都为我们将来踏入社会打下了坚实的基础。

**实习生自我鉴定篇四**

我是一名学习市场营销专业的xx年的毕业生，在今年2月25日很有幸被金星啤酒团体录用，成为一名实习业务员，经过培训合格后，我进入了河南金星啤酒销售总公司;于是我被派往豫东的太康销售分公司，我从基层的访销员，实习业务员做起，时至本日已有三个月了。

在这段时间里，我不仅学到了很多在书本中学不到的营销知识，也让我个人更加的成熟和坚强;在实习工作中，当我碰到工作中的困难时，曾夜不能寐的思考解决方法，由于我始终相信方法总比困难多;在具体的市场上，曾受到无数次的拒尽和嘲讽，有多少次在深夜里独自一个人哭泣，有多少次已经决定卷展盖离开;可是第二天又早早的投进到了新的工作当中，由于我始终相信：生命在于坚持，我可以接受失败，但我却拒尽放弃!

就这样，一个月，两个月过往了，我坚持了下来;如今的我已经变的老练和成熟了，在工作中积极向上，善于发现题目，并及时的解决，曾多次受到主管经理和副总的表扬;在具体的市场上，能很好的处理同客户的关系，同时维护好同终真个客情关系，从而让我感受到了营销给我带来的乐趣!首先，我先容一下所在市场的基本情况，我所在的太康市场是豫东深度分销的楷模，实行的是大客户与小客户相结合的乡镇代理体制，除了县城的几位大客户外，在每一个乡镇设一个一级经销商，是完全的市场精耕。

其次，我很有幸能够参加xx年啤酒大战，感受啤酒营销，在我们区域市场的主要竞争对手是流通领域的维雪啤酒，餐饮渠道的雪花啤酒，当然了还有其他品牌的啤酒，如青岛啤酒，燕京啤酒等等。在3月和4月份是啤酒竞争最为激烈的时间，由于都在抢占市场;我们金星也组织了大规模的展货活动，比如把金星旗下的新一代，小麦啤酒等进行大的促销，并迅速的占领了上风市场，赢得了主动!

在抢占市场的时刻，在流通领域里展货时，作为总公司的主打产品金星新一代的促销政策是1带2加1.8升的大豆油，展示两个月，27元/箱;维雪2带3，28元/箱;雪花1带2，28元/箱;竞争是相当的激烈。在县城的每一个终端店都是必争之地，各个厂家都在抢，真是一场没有硝烟的战争!在餐饮领域的竞争，更是在比拼实力，都在买店，你出3，我出5，经过较量我们金星买断了大部分饭店，但也付出了沉重的代价，花费了将近2万买店费!时止今天，我的实习期已经结束了，在这三个月当中，我付出了很多的辛劳，同时也收获了硕果;由于我在这段时间里表现出色，已成为团体公司的一名正式销售职员，享受国家统筹及优厚的薪酬待遇。

最后，感谢我的母校——广州科技职业技术学院，一直以来对我的培养，感谢市场营销系全体老师传授给我的营销知识，感谢三年以来教育过我的所有老师!学生在此向你们敬礼了，你们辛劳了!

感谢当初录用我的团体人力资源总部的段部长和唐部长，同时再次感谢营销部长唐文广先生对我营销知识的指导和教诲!感谢销售总公司张占波副总对我的关心，感谢主管孙经理对我的培养，感谢太康销售分公司我的同事们一直以来对我的关照，再次向你们致谢!是你们给了我很大的帮助，我工作才得以那么顺利。

**实习生自我鉴定篇五**

在湖北省人才中心一个月的实习已经结束，自然有些依依不舍，恋恋难忘。一个月的实习生活似弹指一挥间，从刚踏出学校大门的兴奋与好奇，到现在实习后的从容与坦然，我们都迎来了一个自身角色的转换。在这实习期间，在院系老师和单位领导的精心培育和教导下，我认真学习马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想;关心时事政治，拥护党的路线、方针和政策，自觉遵守各项法律法规。从专业理论知识到实践的升华，我们收获的更是一份更加平和的心态和一种更加自信的心情。懂得了学习的意义，时间的宝贵，人生的真谛，归纳种种，我觉得所有的收获可以分为两种：学会做人，学会做事。

一、学会做人

人的生命不是一种孤立的现象，他必须融入到社会这个大环境中去。大学生要学会做人，最重要的就是要学会淡泊，学会自律，学会执着。淡泊是一种境界，自律是一种底线，执着是一种自信。学会淡泊，不为名利所累，不为物欲所惑，不为人情所困，能任劳更能任怨，遇事拿得起放的下，以一颗平和心看待人生的酸甜苦辣。学会自律，明白哪些事情该做，哪些不该做。学会执着，选定目标就要坚定不移，不被困难所击倒，不为失败所沮丧。要想做到人人都尊重，举止得体，将人际关系处理的游刃有余，这就要求我们不断的求知，不断的充实自己，提高自身的专业知识和文化素养，专业知识让我们在实际工作中精通，文化素养让我们在人际交往中有修养有内涵。

二、学会做事

现在的就业条件都是有相关工作经验者优先，由此造成了毕业生就业的压力。在实习期间我有一个深深的感受，不是社会对我们大学生要求太苛刻，而是我们要学的实在还有很多。

我们不应抱着天子骄子的心态，认为实习的一些工作太简单，做这样的工作实在太屈才。事实上，正如海尔总裁张瑞敏所说，坚持把简单的事情做好就是不简单，坚持把平凡的事情做好就是不平凡。所谓成功，就是在平凡中做出不平凡的坚持。因此，我们都应该抱着良好的积极心态去生活去工作，做任何一件事，即使是做那些表面上看是小事的事情，也应该用做大事的心态去处理。档案的整理工作看似平凡而枯燥，实则锻炼我们的毅力，磨练我们的意志。也许我们以后走向社会后面临的也是几十年如一日的工作，但最重要的是，我们要在平凡中做出不平凡的支持。

总之实习结束了，一个月虽短，它留给我们的思考却是长远的。实习期间我能按时上下班，从不无故缺勤，努力将理论与实践相结合，始终以“细心、恒心”为原则，认真履行工作职责，整理档案让我学会脱离浮躁，心理上更加成熟鉴定。通过此次实习，丰富了阅历，锻炼了自我，对自己今后就业，有着较好的启发。在今后的学习生活中，我将永葆激情，继续焕发出一个党员的朝气，不减前进的步伐。

感谢院领导在炎炎酷暑下来到我们实习单位给我们的关怀，感谢带队老师对我们的悉心指导。相信这次实习给我们带来的收获将是我们人生的一笔巨大精神财富。

点击查看更多实习自我鉴定内容

**实习生自我鉴定篇六**

时间过得很快，11个月的实习很快就要过去了。在这11个月中，我收获颇多，有成功的喜悦，也有失败的泪水。

现在要离开带领我们踏入医生行列的老师们，心中的确有万分的不舍，但天下无不散之筵席，此次的分别是为了下次更好的相聚。第一次作为医生的经历会让我们铭记一生。在此，我就我们小组的六位组员对这一年来的工作和学习做一个小小的总结，希望从中发现一些优点和缺点，为我们以后的学习和工作增加经验，自我鉴定《医学实习生自我鉴定》。

临床的实习是对理论学习阶段的巩固与加强，也是对临床技能操作的培养和锻炼，同时也是我们就业岗前的最佳训练。尽管这段时间很短，但对我们每个人都很重要。我们倍偿珍惜这段时间，珍惜每一天的锻炼和自我提高的机会，珍惜与老师们这段难得的师徒之情。

刚进入病房，总有一种茫然的感觉，对于临床的工作处于比较陌生的状态，也对于自己在这样的新环境中能够做的事还是没有一种成型的概念。庆幸的是，我们有老师为我们介绍各科室的情况，介绍一些规章制度、各级医师的职责等，带教老师们的丰富经验，让我们可以较快地适应医院各科临床工作。能够尽快地适应医院环境，为在医院实习和工作打下了良好的基础，这应该算的上是实习阶段的一个收获：学会适应，学会在新的环境中成长和生存。

到病房实习，接触最多的是病人，了解甚深的是各种疾病，掌握透彻的是各项基础技能操作。实习的最大及最终目的是培养良好的各项操作技能及提高各种诊疗技能。所以在带教老师“放手不放眼，放眼不放心”的带教原则下，我们积极努力的争取每一次的锻炼机会，同时还不断丰富临床理论知识，积极主动地思考各类问题，对于不懂的问题虚心的向带教老师或其它老师请教，做好知识笔记。遇到老师没空解答时，我们会在工作之余查找书籍，或向老师及更多的人请教，以更好的加强理论知识与临床的结合。按照学校和医院的要求我们积极主动地完成了病历的书写，教学查房，病例讨论，这些培养了我们书写、组织、表达等各方面的能力。

在医院实习期间，我们所做的一切都以病人的身体健康，疾病转归为目的，我们严格遵守医院的各项规章制度，所有操作都严格遵循无菌原则。我们在内、外、妇、儿各个科室里，都是认真细心的做好各项工作，在带教老师的指导下，对各种常见病，多发病能较正确地进行预防、诊断和处理。比较熟练的掌握了临床常用诊疗技能。本着三基、三严的精神，培养和提高了我们独立思考和独立工作的能力。

在这段短暂的实习时间里，我们的收获很多很多，如果用简单的词汇来概括就显得言语的苍白无力，至少不能很准确和清晰的表达我们受益匪浅。实习期间的收获将为我们今后工作和学习打下良好的基础。总之在感谢医院培养我们点点滴滴收获时，我们将以更积极主动的工作态度，更扎实牢固的操作技能，更丰富深厚的理论知识，走上各自的工作岗位，提高临床工作能力，对卫生事业尽心尽责！

在今后的时间里，我会在学习上刻苦学习，在工作中努力，把工作做的更好。

**实习生自我鉴定篇七**

经历了实习，对社会也有了基本的实践，让我学到了书本以外的知识，实习期间，财会实习生努力尽量做到理论与实践相结合，在实习期间能够遵守工作纪律，不迟到、早退，认真完成领导交办的工作。在财务实习中，我参与了整个会计工作，从审核原始凭证、编制记账凭证、登账到编制会计报表都有亲自动手。

工作中认真作好学习笔记，不断的提高财会知识和政策水平，能认真贯彻执行执行财务政策，方针、制度，使xx的财会工作能按照国家的政策、法令进行，从而保证财会工作顺利完成下达的各项工作。

积极工作，我努力完成xx公司的后勤工作，后勤工作将影响到xx公司的一切工作，公司制定了财务制度和上报审批程序，财会实习生要做到账目清楚，对公司血口做到细致明了，为公司节约每一分钱，积极配合公司完成了年度收支计划，为公司做好强有力的保障。

我还认真学习了各类学校经济业务的会计处理，并掌握了三门财务软件的使用实习期间，我利用此次难得的机会，努力工作，严格要求自己，虚心向财务人员请教，认真学习会计理论，学习会计法律、法规等知识，利用空余时间认真学习一些课本内容以外的相关知识。在整个实习自我鉴定过程中，我还掌握了几个工作要点：

1、原始凭证的审核方法及要点；财会实习生自我鉴定

2、记账凭证的填写及审核要点；

3、明细账、总账的登记及对账；

4、财务报表及纳税申报表的编制与申报；

5、会计档案的装订及保管常识。

学习与联系当中，我发现会计是一门实务与理论结合性很强的学科，尽管我学过这门课，但是当我第一次和公司的同事操作具体业务时，觉得又和书上有些不同，实际工作中的事务是细而杂的，只有多加练习才能牢牢掌握。

我想每一次的经历都是一种积累，而这种积累正是日后的财富。在工作上，在学习上，我要让这些宝贵的财富发挥它的作用，从而达到事半功倍的效果。

**实习生自我鉴定篇八**

进入我们公司的三个月期间，在各位领导和同事们的热心指导协助下，使我在规定试用期时间内适应了我们公司的工作环境，也熟悉了我们公司的工作操作流程，现在完全可以完成各项工作啦!这段时间是我人生中弥足珍贵的经历，也给我留下了精彩而美好的回忆。

虽然只有短短的三个月，但学到了很多，感悟了很多，以及对自身一些不足的地方得到了改进与提升，增进了对我们公司文化的更深了解，看到我们公司的发展，我深深地感到骄傲和自豪，也更加迫切的希望以一名正式员工的身份在这里工作。

因为之前我从事的是客户服务工作，现在从事行政工作有很多做得并不完善，在此，我要特地感谢我们公司领导和同事对我的入职指引和帮助，感谢他们对我工作中出现的失误的提醒和指正。在今后的工作中，我将扬长避短，发奋工作，克难攻坚，力求把工作做得更好，不断提高充实自己，希望能尽早独当一面，为我们公司做出更大的贡献不辜负我们公司领导对我的期望与栽培;实现自己的奋斗目标，体现自己的人生价值，我会用谦虚的态度和饱满的热情做好我的本职工作，为我们公司创造价值，同我们公司一起展望美好的未来!

这段时间里，我也发现了我的不足之处，比如在思路上还是不够开阔，有时候过于追求任务，而忽略了其他几个方面，我相信在以后的工作中我会努力，活跃思路，把今后的工作完成的更加完美。

我相信，在我们公司的每一天，我都在进步，并且每天都将是我充满激情与奋斗的一天。

在毕业后第一个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。经过几天的学习，我现在能够独立，全面负责高速客船的\'调度工作。在处理日常工作中都严格按照公司的相关要求：认真，及时，准确地登记每个航班的开抵时间，旅客人数，行李件数，船员人数等资料;并在第二天早上进行再次复核所登记的相关数据，力求做到登记的数据可以100%准确。另外将变更的航班计划通知和海事处转发的海事通告及时转达给船舶;如实反映和做好船舶意外事故记录。

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已，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努力学习和严格遵循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。

**实习生自我鉴定篇九**

在短短的实习期内，我深入到各地去采访，真正的锻炼自己的采访能力，提高了自己的提问水平，锻炼了心理素质。真正做到了不怯场，运用自如，现场处理灵活。

在采访后写了很多的新闻稿件，熟练地掌握了各种新闻文体的写法，尤其是消息和通讯的写法，包括各种新闻文体，如动态消息、综合消息、人物消息、评述性消息、特写性消息、人物通讯、事件通讯、工作通讯、风貌通讯、人物专访等。还有电视新闻的写作，广播新闻的写作，涉及到了经济、社会等各个领域。深刻地认识到了作为一名记者应该具备哪些素质？体会到了记者的角色，怎样才能做到记者的识、才、学，认识到了记者和编辑的关系。

通过这次实习，自己的社会实习能力大大地提高了，适应社会的能力强了，语言运用能力增强了，写作能力提升了，真正跨出了，走好了新闻道路上的第一步。实习中存在的主要问题通过实习发现，自己还存在着不少问题，包括文化知识的欠缺，真是书到用时方恨少。

学习涉及的面太窄，学到的知识太单一，没有形成一个很好的体系。联系实际的能力太差，将学到的知识不能运用到实习中去，没有一个知识储备体系，用到哪学到哪。在采访中，还容易犯一些低级的错误，一些先进的现代设备的熟练运用能力还不够，普通话水平不高。

在今后的学习中还需要在各方面去提高自己的各方面的能力，尽可能完善自己。

对实习工作的建设性意见实习主要是面向社会的过程，映尽量做到以下几个方面：

1、尽可能多的让每一个实习者走出去，到第一线上。只有走出去，才能看得远，只有走出去，才能采集到更多的有价值的新闻信息，到现场采访是记者的本职工作。

2、尽可能扩大社会的接触面，深入到广大群众中去。新闻所反映的是广大人民的生活问题，所报道的是老百姓犯罪关心的问题，只有深入到每一个层面中去，才能写出更加有特色的作品，才能扩大记者的知识面，开阔眼界，使报道更有特色。

3、在采访，写作，编辑等一系列过程中应当教会实习者使用先进的仪器，教会记者如何把握事件的闪光点。记者是一个杂家，应该懂得各种工具的使用，才能提高新闻制作的效率，提高高科技手段的运用能力，新闻单位映尽可能多的为每一位采访者提供锻炼平台。

4、记者应当在采访写作中打破陈旧的模式，要富于创新思维。新闻单位要鼓励记者开拓创新，不要被一些陈旧的模式所束缚，要创新思维，更新观点。

5、新闻单位要尽可能多的给每一位记者提供一个自己动手操作的机会。初学记者的经验不足，应当更多地接触一些新闻的制作过程，运用到实习中去，应该多动手操作。

总之，新闻是一种客观的报道事实的学科，它具有真实性和新鲜性，时效性特强的学科，新闻更是注重实习的学科，所以应抓好实习中的每一个环节，深刻体会，认真学习。

实习，是非常重要的一步，在实习中提升能力，在实习中学习都是非常关键的，抓好实习，是关键的，迈好这一步，是步步高的前提。好的开头是成功的.一半。

**实习生自我鉴定篇十**

刚到xx时，作为客户部的实习生，一个小小的助理ae，最复杂的工作就是到各大卖场偷拍了。身处客户部的我根本没有机会跟总监一起去见客户。该怎么办呢?一个多星期后，机会来了，公司要开一个新人介绍会，每个部门都有新同时要做自我介绍，及时展示自己的机会，也是各个部门之间对比自己成员能力的时候。我决定抓住这个机会好好的商场表现一下我自己。

介绍会开始了，因为我是实习生而被安排到最后一个商场，想着要在这些很优秀的广告人面前介绍自己，真的非常心虚和紧张。要知道广告人的表达能力都是非常超凡的，而没有经验的我到底能不能吸引大家呢?可令我惊讶的是，每个人的发言都惊人的相似：“大家好，我是新来的，叫xxx，请多多关照”，这个时候，我心里有了底，我相信我精心准备过的1分钟介绍一定会吸引大家。终于轮到我了。

我迫不及待的蹦上台，老总给我递话筒，我大声地告诉他：“谢谢，我不需要话筒，我绝对自信我声音的穿透力，可以让所有同时都听见”，果然一句话让底下的同事都大笑起来并都非常认真的看着我。接下来的1分钟大家数次为我的发言而鼓掌，看得出来，同事们都对我得发言是非常肯定得。散会了，总监过来拍着我的肩膀手：“今天你表现最好!”从那以后，总监每次出去见客户都不会忘记带我这个小跟班，并且跟客户开会时从不介绍我是实习生，而是他的同事。我也因此雪到了很多知识，认识了很多优秀的人。

在客户部是要和各种不同的人打交道，说话的声音和语调都是要有讲究的。但我刚去时却并不制度其中的奥秘，总监第一天就告诉我接客户电话时声音要温柔，要微笑，要让对方感受到你的真，我觉得是件很容易的事，不就是像1860的接线小姐一样的要求嘛。当第一次接客户电话，我带着微笑并尽量按要求温柔的和客户交谈，自我感觉良好的挂了电话。谁知事情搞定以后，那个客户又给我打过来，在得知我是新来的之后，他很耐心的告诉我，以后接电话要慢慢的一个字一个字的说，因为我的语速很快，在对方听起来很凶，像打机关枪一样。一直到现在，我都很感谢这个客户，教会了我重要的一课。

其实实习时你会发现有时你会忽略到很多细节的东西，而这些细节有可能会影响你的形象，甚至影响整个case的进行。

在此，我也想谈一点心得，一些在实习中应该注意的问题：

一、态度积极，不要等着活儿来找你，你要主动去找活儿。刚去公司的两个星期时，你会坐冷板凳，老板不会把重要的事情交给你，此时，就要你主动去找工作做，主动谈谈自己对这个case的想法，主动去找机会表现自己，让老板重视你。总而言之，不要放弃任何一个表现自己的机会。否则，你可能会永远坐冷板凳。

二、人际关系的重要性。不是广告公司的每个人都乐意当老师，乐意身边多一个什么都不懂的实习生的。此时人际关系的重要性就体现出来了，你需要努力和带力的老师搞好关系。比如我刚去奥美时，带我的老师就是一个“独行侠”，她经常会忘记她身边还有我这个人的存在。于是我打探清楚她喜欢猫和飞机，就上网查大量的资料，并打电话向外婆请教养猫的技巧，向表弟请教飞机的知识。每天的茶余饭后，我就和我的老师讨论这些她喜欢的东西，渐渐的，我们成了朋友，她不仅时在工作上教额我很多，在生活上她也教会了我很多并给了我很大的帮助。去实习时同学之间的关系也是很重要的，在外地，你们就是亲人，你们会一起租房子，一起做饭，甚至实习单位都有可能互相介绍。

三、认真学好理论知识。有些同学可能以为专业课没什么用，其实不是，在实践中是要用到这些理论的。并且武大广告的专业课设置比其他学校好很多的。等你实习或工作时，武大广告的理论优势就体现出来了。比如我们在实习时，一个spss很多学校的实习是从未接触过甚至没有听说过的，而我们在广告调查课上是使用它独立完成一份调查报告的。同事，我想提醒一下，如果大家是想去客户部的化，现在要熟练掌握word、excell和ppt，它们是客户部的基本工具。

四、x大广告真的是块金子招牌，很多广告公司都很喜欢武大的学生，这也是我们前面那么多届师兄师姐和广告系老师打出的天下，所以我们大家一定要有信心，相信我们自己是最棒的。

**实习生自我鉴定篇十一**

从20xx年6月21日起至今，从手外康复室，到理疗科，到体疗科，推拿科，神经内科，最后到综合性的康复医学科，轮转的科室固然没有学习临床专业的多，但是，轮转每一个科室，都能让我学到不少东西，体会到很多做人做事的道理。

就先说说轮转了两回的手外康复室吧。刚开始接触手外伤的病人时，看到他们肿的像“馒头”似的手，就有点胆小，更别说是帮他们做功能锻炼了，后来慢慢的习惯，再加上带教老师鼓励，我渐渐的放开胆子，通过和病人的谈话，聊天转移他们的留意力，来减少他们的痛苦。在第二次轮转过往时，我有了第一次的经验，通过老师的介绍，我就可以直接版他们做练习了，同时，我懂得不一样的病人，需要用不一样的方法往对他。手康复是需要因人而异的。在两次的轮转中，我也看到康复的快的病人，看到他们的进步，我会觉得很开心，很有成就感。

神经内科，固然在大家心里觉得，这个科室与康复没有什么关联，但是事实上有着密切的联系。由于神经内科主要是脑血管疾病的患者居多，所以，他们的肢体功能，生活自理能力会有所下降，就需要我们康复职员，帮助他们改善这方面的能力。

在这里，我曾经做过一位偏瘫，大约七、八十岁的老人，固然只能给他做一些被动活动，但是在经过一段时间的练习之后，通过刺激肌肉，手能够微微动一动了，虽不是很明显，但是让我看到了效果，同时也让家属看到了希看。

现在当轮转到康复医学科时，又见到了那位老人，他一直坚持锻炼，从一个不能坐，不能站到现在的可以坐起甚至站起来，这让我们看到了希看。

在这个综合性的科室里，有着之前所轮转的理疗科，体疗科的一切设备，也有这它们没有的新进仪器，如：motomed、机器人，头颅超声，磁疗，氦氖激光等。实在这个科室就像那两个科室的综合体。在这个大科室里，见到的病人多了，有工伤的，有截瘫的，有中风的，有脑瘫的等，锻炼项目也多了不少，实在大科室与小科室可以说是各有特色。

通过这段时间的实习，我也积累了不少与病人沟通交流的经验，同时也懂得，在治疗过程中，不仅需要站在病人的角度为病人做好每一次的锻炼，同时也需要站在病人的角度往体会他们的痛苦与感受。固然医师开的项目不能改变，但是我们可以通过了解病人的情况来选择不同的方式和时间，让他们在锻炼的过程中不会感到无趣，乏味。

实在，这也是在不知不觉中锻炼了我处事的能力，为今后的工作打下基础。

我不会忘记现在所学到的，所领悟到的东西，我会更加努力的往完善这些所学，所看，所想，所悟，把它们更加公道的运用到工作中往。

**实习生自我鉴定篇十二**

从xx年x月x日xx年x月x日，我利用课余时间和学校安排的正式实习时间，在鹤壁市心理咨询研究中心圆满完成了各项实习任务，得到实习单位的充分肯定，得到了指导老师祁乐平主任等人的大力帮助和有效指导。在心理咨询技能和职业素养等方面，本人获得了前所未有的提高和成长。在实习结束之际，特从以下方面做总结。

鹤壁市心理咨询研究中心成立于xx年x月x日，致力于整合与推动鹤壁市心理咨询事业的发展，由河南省的民政厅备案。

中心的心理咨询理念是“真正的爱应该超越生命的长度，心灵的宽度，灵魂的深度”，服务于心理咨询师培训与督导、企业人力资源开发、心理咨询(婚姻家庭、亲子关系、家庭教育、学生心理、职业生涯规划)、心理危机干预、心理公益关爱行动。

多年来，已先后为偏远山区的留守儿童、孤儿及残障人士、孤寡老人等社会弱势群体提供了多次心理援助服务。尤其是在汶川5.12大地震和玉树4.14大地震的系列心理援助中，做出了杰出的贡献，得到了市政府的高度赞扬。

在实习的两个多月的时间里，经中心老师的耐心指导，和个人潜心钻研，先后完成了如下实习任务：

(一)协助鹤壁市劳动路小学、前进小学、大同街小学三处心理辅导站建立师生心理健康档案，并负责学校心理健康教育工作。

(二)参加中心组织开展的各类社会公益服务活动，包括对留守学生进行的心理问题干预工作，并做好新闻宣传和报道工作。

(三)学习个案处理和团体心理咨询技能。

(四)及时补充心理咨询应用知识，通过心理沙龙和心理学书籍及影片的学习，提高心理咨询实务技能。

(五)办公室常规文案的写作与处理及其他。

在认真完成实习任务后，取得了如下的实习成果：

(一)建立了三处心理辅导站的师生心理健康档案，成功组织了一次心理健康教育专题讲座，赢得了校方和师生的一直好评。在鹤壁市教育局等部门开展的年度心理健康工作检查中取得了可喜的成绩。

(三)参加了四次社会公益服务活动。在鹤壁市敬老院开展三次老人心理疏导。

(四)参加了心理沙龙，自学了三部华夏心理培训教材《心理咨询师基本功训练》、《叙事心理疗法》、《焦点法解决短期心理咨询》，观看了四部心理学电影《盗梦空间》、《心灵捕手》、《肖申克的救赎》、《贫民窟的百万富翁》，并撰写了观后感。

(七)初步熟练了个案处理的技巧。

我深刻地觉得，作为一名心理工作者不仅需要熟练各种心理学的原理和方法，更需要我们保持耐心和与人交心，保持对天下人一视同仁的优秀品质。

在学校做心理健康档案的日子里。当走进班级里，孩子们很好奇地看着我们。并较有热情地做着心理健康测试。带队的老师是位要求有点苛刻的人，实际上我们明白她是很认真负责的。她要求我们在做档案的每一细则都要确保准确和完善。

在随后进行的测试分析时，老师向我们分享很多的经验。我体会到心理咨询需要全身心的投入。对于心理档案中涉及到的每一个细节，都必须要做到严谨再严谨，这样做既是对职业的忠诚，也是对心理求助者的负责。

对于未来心理工作者的自己，必须要保持住对生活的细心，也要力求对生活的高度负责。

每一个月中心都在每个周六的时间定期举行“心理咨询师沙龙”，在心理沙龙活动中，彼此交流在心理学学习方面的困惑，和分享心理咨询工作方面的所感所获。在关于留守儿童的教育上，大家认为要做到以关爱和支持为主，启发他们对学习的兴趣和对生活的希望。在学校心理健康教育工作中应有区别地对待留守儿童，采取不同的教育方法进行心理疏导。这类学生心理教育工作的难度较大，心理疏导的时间较长，心理教育工作者务必保持耐心，在教育中不断通过测评以检验心理工作的实效。

每次的心理沙龙大家都互相勉励，永远做一个忠于职业的人，不断学习与更新知识，在心理咨询的实践中要随时归纳与总结，定期参加心理督导，以促进个人心灵的成长，不断提高心理咨询的技能。但愿自己可以也长期长期如此。

在实习单位工作和学习的日子很快就结束了，忘不了各位老师对职业的崇高信仰，忘不了各位老师关于人生的谆谆教诲，忘不了各位老师的对工作的严格要求忘不了的人还有很多。

这段在离开大学之前的美好日子，一定会令我难忘和铭记，这势必会成为我人生经历的重要财富。

最后，向实习单位表示最衷心的感谢，向实习单位的所有人致敬!

**实习生自我鉴定篇十三**

20xx年3月18日，我正式加入xx快捷这个集体，成为了一名快捷人，也开始将接受公司实习期的考核。如今，四个多月过去了，转眼间就到了自己转正的时期了。回首这段时间，觉得自己一直在坚持，因为这种坚持，看着许许多多的毕业生离职了，而自己还坚定的留了下来!也因为这种坚持，这个过程中慢慢学习，渐渐的成长了起来。

培训的日子是最枯燥无味的，每天和在学校的生活一样，这让我们这群厌倦了校园生活的学生觉得是种煎熬，不过现在回想起来没有最初的培训，后期的工作和学习会更加困难。例如进入培训的第一堂课是是由黄总主讲的“企业发展史与企业文化”，在1993年公司由邱总带领几十号人创立，经过磨砺和艰辛，历经风风雨雨才打拼出公司如今这种大规模。秉持着“顾客优先，快速高效，持续创新，共同成长”的核心价值观，快捷以务实的态度经过10年苦心经营成为国内最大的pcb小批量样板公司，力争进入全球领先行列。这堂课不仅让我们了解了公司的发展历程和企业文化，同时给我们树立了一个理念，在日后的工作中，作为一个快捷人，我们应该时刻以公司的发展为自身的义务，以务实的态度对待每天的工作和学习，秉持着时刻将顾客放在第一位的信念，不断的提高和改善自身的能力和技能，与快捷共同成长。

如果让我说出在公司这么久来最累的一段日子，我想非在工厂实习的那段日子莫属了，但是，现在所知道关于pcb的知识大部分是那两个月的学习成果，记得刚刚进入工厂的时候，充满了好奇，心里有许多疑问。最开始我是分在阻焊进行实习，觉得很神奇，一块光溜溜的板经过内围出来后出现各种颜色图形。我开始发挥出自己问问题的本领，对领班主管开始“轰炸”。就从那开始，我养成了每到一个工序就问问题的习惯，然后把一些自己认为没有明白和重要的问题记录下来，回宿舍后自己再琢磨。这种方法虽然会让自己觉得很乱，不过也让我学习到了许多工艺上的知识。在线上久了也就不再局限于自己实习的工序，我会经常窜到别的同事实习的工序向他们请教该工序的问题，就这样日积月累的发现自己学习到了不少。其实在工厂实习时最能锻炼自己能力的是案例分析了，锻炼了我们团队合作能力，认识到了提出问题、分析问题、解决问题这一思路的重要性，还有让我们懂得了具体问题具体分析，方法不能脱离实际。如果说入职培训室纠正了我们日后的工作理念，那这段工厂实习的日子是让我们实实在在的实践了一把，让我们明白了抗在我们工程师肩上的责任是多么的重要!无形中减少了以后工作中可能出现改进措施和生产不符的现象。

以上是我在人力资源部实习的经历，在近三个月来，人力资源部对我的培训让我在对公司有了一个较全面的了解，熟悉了公司的历史、生产、重点研发方向，这给我后面的工作和学习打下了夯实的基础。

随着最后一周全流程实习的结束，徐工开始宣布我们这几个月来的考核结果和最后的部门分配，而我分到了封装基板事业部，但是还要在技术中心实习一个月。虽然我很想马上进入部门学习，早点掌握熟悉自己岗位职责和技能，但是能在公司核心机构—技术中心进行学习也是一个不错的机会。进入技术中心为我们分配指导工程师，我们封装基板的三位成员是由谢工指导的，记得谢工与我们第一次接触的时候跟我们说过，我们要在技术中心学会的是一种如何学习的方法和养成一种主动去学习的能力，这为我指明了学习的方向。在技术中心学习的第一件事情就是做计划，我们要学会做好一个月度工作计划，然后再分为每一个周计划，最后再细到每一天的计划，让自己的工作随着计划展开，这样才能使自己的工作井然有序的进行而不紊乱。于是，我开始让自己养成坚持每天做计划的习惯，不管自己第二天有没有按照计划进行都要坚持做下去。俗话说，计划赶不上变化，当变化不能按照计划工作的时候，要学会适当的进行调整，适当的调整时间或者改变计划内容，可以让工作依然有秩序的开展。

在技术中心的日子虽然体力活减少了不过脑力活却大大的增多了，以前在工厂实习的时候虽然累但是晚上还可以在宿舍看书或者娱乐，进入技术中心后，突然发现自己要学习的东西很多，而且被老员工的那种工作热情所感染，不止下班晚了，每天晚上还会去加班学习。在这一个月里，我的工作内容主要是四件事：切片考核、制程测试、缺陷分析和工艺规范知识测试，这让我们忙的焦头烂额，以前的工作是一件件的分配，做完一件再接下一件。而现在却让我们一个月内四件事情，刚刚做了计划的我们每天却做事毫无目的，所以在一个星期下来，工作效率十分低。通过和技术中心的工程师进行交流和请教，注意到了自己的工作思路出现了问题，做出的计划也就是个没用的计划，要有一条清晰的工作思路，拿到自己的任务不着急立马下手，将课题再细分到每一个小步骤，然后再按照这些步骤做工作计划，这样的\'才是有效的工作计划。

在技术中心的一个月里确实让自己的工作思路和方法有了较大的改变，最为显著的是有了做工作计划的习惯，而在10月份后我就要上岗实习了，这又是一个新的起点，不过也是一个严峻的挑战，那时候刘总向我们提醒过，在封装基板的学习全靠自己学习，而且要保持自己在技术中心学到的好习惯，否则在过了一段时间后我们会发现与技术中心的同事们之间的差距会越来越大，带着忐忑的心情我正式进入了封装基板。

我很荣幸来到了封装基板这个国际化集体，身边有严格要求我们的领导，技术精湛的外国顾问，还有一群将载板作为事业而努力奋斗的同事们，同时我也很庆幸在10月份就来到了封装基板，并且分到了电镀小组，因为刚好这时候pkg工厂的电镀线刚刚开始安装验收，在验收、调试中有许多的机会让我去学习。

由于对验收工作并不熟悉，并没有给我分配任务，谢工只是让我们自己学习，最后写一个关于pkg vcp 和 p2 vcp 设备对比报告，自己觉得很轻松，在过了一个星期左右就将报告提交了，后来谢工用两个字评价了我们的这份报告—肤浅。于是我懂了为什么刘总会要我们保持着良好的习惯，什么叫做靠自己学习，由于在封装基板这里没有人时时刻刻的督促，所以容易养成得过且过的心态，会慢慢的思想堕落，最后就开始退步落后了。意识到这点的我开始察觉到主动学习的重要性，调整自己的心态开始了再封装基板的学习。每天都要去pkg工厂学习设备，因为对于设备的不熟悉而且与供应商交流困难，所以学习起来非常吃力，主要靠自己琢磨然后提出问题大家一起讨论，我将每天学习到的东西，还有当天发现的一些疑问记录在本子上，虽然学习到很少，但慢慢的也积累了很多，随着学习的深入疑问也慢慢的可以自己回答了。除了学习设备外，为了以后调试设备做准备，期间我还练习了磨盲孔切片，学习了一些关于封装基板的知识。

以上是我在封装基板的工作，非常荣幸可以加入这里，加入这么优秀的队伍，目前在国内做封装基板的公司屈指可数，公司从02年开始策划建造封装基板厂，到09年正式把建造封装基板厂作为一个项目来做，并成立项目小组，也就是现在的这个封装基板组。在这里我慢慢的开始成长了起来，通过这么久的试用期，拥有了自己的工作思路，办事方法和职业习惯，在这里我的生活也已经融入公司。作为一名新人，未来的路很长，需要学习的东西很多，我会更加努力的去工作，秉持快捷的企业精神，努力完善自己，与公司共同成长，将自己的工作作为奋斗的事业。pkg工厂是新建的厂，万事开头难，但不经历风雨，怎能见彩虹，我会和同事们共同努力，为了载板的明天，为了快捷的明天!

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn