# 毕业实习内容自我鉴定

来源：网络 作者：空山新雨 更新时间：2024-01-04

*毕业实习内容自我鉴定（精选16篇）毕业实习内容自我鉴定 篇1 自从我在20--年3月进入进入实习公司实习已经过去了三个月，在这三个月的工作和学习中，我有很多的感受和收获，深深体会到了社会实践经验与课本理论知识的巨大差异，所谓“从实践中来，到...*

毕业实习内容自我鉴定（精选16篇）

毕业实习内容自我鉴定 篇1

自从我在20--年3月进入进入实习公司实习已经过去了三个月，在这三个月的工作和学习中，我有很多的感受和收获，深深体会到了社会实践经验与课本理论知识的巨大差异，所谓“从实践中来，到实践中去”。当我开始实际的工作的时候，我更加明白了自己的斤两，知道自己只有付出更多的汗水与辛劳，才能做好本职工作，不辜负实习公司领导的期望。感谢，公司领导们给我足够的宽容和耐心，加上同事们毫无保留的“授业解惑”，无论是思想上还是工作上我都得到了很大的锻炼和提高，取得了长足的发展和巨大的收获。

工作近三个月，接触了不少人和事，在为自己的成长欢欣鼓舞的同时，我也明白自己尚有许多缺点需要改正。我认识到做任何工作都要有足够的耐心与细致，首先需要改正的就是尚显浮躁的心态，有时候做事只求速度而忽略了质量;有时在做一件事的时候忽略了其他事情与此事的关系，造成前后矛盾，更需要时刻警醒自己。如果不是同事们及时为我指正，恐怕到现在我也不自知而无法提高自己，因此我经常是带着一种感恩的心态在工作;其次就是专业知识不够熟练。就这些情况，我将来更需要多多学习的，希望以后能够少犯错误，做出成绩。

作为实习公司中的一分子，我惟有踏踏实实做事，谦虚低调做人，努力学习行业新知识，向同事们学习经验技巧，在领导和同事们的帮助下，尽力与其一起努力保证日常工作的更新，保证工作任务的顺利进行。这是我职责之所在，价值之所在。

在实际工作中，更重要的是牢固树立了强烈的事业心、高度的责任感和团队精神。我想毕业以后我会继续以朝气蓬勃、奋发有为的精神状态，努力发挥聪明才智，相信在自我的奋斗下，我一定能够实现人生的理想。

毕业实习内容自我鉴定 篇2

在实习过程中，我优秀表现自然也让我们手术小组李正维教授看在眼里，所以他对我也特别放心，有些活也放心让我去做。最让我兴奋是一次股骨干手术，他主刀，一共上台了5个人，他，他手下住院医生，进修医生，还有一个他研究生，还有我，论资排辈我最小，但就在这台手术上，我完成了自己首次表演。当时情况是，骨折部位已切开，骨折对位良好，李教授将钢板架好，当他打完第一个骨钉之后，对我说，小杨，来，你来打。我当时很兴奋。在那三个大夫羡慕目光注视下，我手持电钻，稳稳将钻头打进股骨内，随后用钢钉固定，手法很好，教授很满意点了点头。这对我是极大鼓励。手术后在更衣室里，李正维教授表示，希望我做一名骨科医生。得到这位全国知名骨科专家期望与鼓励，我感觉自己目标更加明确了，动力更足了。我相信，我不会辜负他期望!

在骨科的实习即将结束，在这一个多月的实习期间，我遵纪守法，遵守医院及医院各科室的各项规章制度，尊敬师长，团结同学，严格要求自己，努力做到不迟到、不早退、不无故旷工及擅自离开工作岗位。对待病人和蔼可亲，态度良好，努力将所学理论知识和基本技能应用于实践。在此过程中我不断总结学习方法和临床经验，尽力提高独立思考、独立解决问题、独立工作的能力，不断培养自己全心全意为人民服务的崇高思想和良好的职业道德。

我在本科室实习期间，遵守劳动纪律，工作认真，勤学好问，能将自己在书本中所学知识用于实际。在老师的指导下，我基本掌握了骨科一些常见病的护理以及一些基本操作，是我从一个实习生逐步向护士过度，从而让我认识到临床工作的特殊性与必要性。以前在学校所学都是理论上的，现在接触临床才发现实际工作所见并非想象那么简单，并非如书上说写那么典型，好多时候都是要靠自己平时在工作中的经验积累，所以只有扎实投入实习，好好体会才能慢慢积累经验。

毕业实习内容自我鉴定 篇3

我叫，男，20岁，XX职业技术学院电气自动化系电力系统继电保护与自动化专业XX届毕业生。今天很荣幸能来到贵单位参加应聘，同时也希望自己能在贵单位找到一份满意的工作。下面根据自己的情况，特向贵单位作一番自我推荐。

人生天地之间，若白驹过隙，忽然而已，而则天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。生于农村长于农村的我，深刻的明白了其中的道理，再得于父母的教导与期望，从小我就有一种能吃苦耐劳，坚持不懈的精神。

业精于勤，荒于嬉;行成于思;毁于随。基于此，自进入大学以来，我努力学习，并从各个方面锻炼和提高自己。首先，我一直将自己的专业学习放在首要位置，通过学习，掌握了许多关于自己专业方面的理论知识和实践技能，并且考取了电工操作证和继电保护员证两个专业资格证书。在校尊敬师长，团结同学，在班级积极为同学服务。此外，我还积极地参加各种社会活动，抓住每一个机会，锻炼自己。大学期间，我深深地感受到，与优秀学生共事，使我在竞争中获益;向实际困难挑战，让我在挫折中成长。祖辈们教我勤奋、尽责、善良、正直;中国人民大学培养了我实事求是、开拓进取的作风。我热爱贵单位所从事的事业，殷切地期望能够在您的领导下，为这一光荣的事业添砖加瓦;并且在实践中不断学习、进步。

机遇偏爱有准备的人，幸运垂青执着追求的人。在激烈的人才竞争中，我不一定是最好的，但我会继续努力、不断进取、日致完善。请接受我诚恳的应聘信，诚挚的希望领导能给我这次机会，企盼佳音。谢谢!

祝愿贵单位事业蒸蒸日上!

此致

敬礼!

毕业实习内容自我鉴定 篇4

实习周记二

传说中令人向往的人性化管理和残酷的现实之间的差距可见一斑。本周，我感受最深的是“服从”二字。从我的身份来说，我是一名实习生，是酒店里面等级最低的一名员工，“服从”是我起码并必须要做到的；“服从”不仅仅是员工自身必备的素质，更是员工接受酒店通过“自上而下地按照标准化”进行的培训中的一个重要步骤之一。团队精神是我们整个酒店所欠缺的。我发现自己从来没有这么认真、好学过。说真的，我也有我很自卑的一面，我总是觉得我不会比人家厉害多少，而是去比较我和同事之间的差距有多少，我存在着什么不足的地方。或许，我的学历比他们高，但是我的工作经验比他们少的可怜，环境不熟悉；或许，我的理论知识过了关，但酒店知识的延伸还有很广阔的空间，我的实操能力还不强，我的经验还不足，或许 很多在别人眼中堪称是优点的，我都会认为我还有很大的提升空间。我承认我是一个完美主义者，所以，我不会认为现在的我已经是的。我还是时刻警惕自己，一定要虚心，鞭策自己，要不断进步。

毕业实习内容自我鉴定 篇5

努力总会得到果实，在这几个月的工作里，使我在此岗位上操作的内容有了不小的成就。每一次的设计中，他们都会在此教会我新的东西。耐心细致的为我讲解设计的流程，特别是在每一次的设计时，他们会按一步步细致严格的为我讲述每一个步骤及其需要注意的一些问题。总之，教到我学会，听懂，熟练为止。这一切的工作内容与工作氛围，促使我更加的不怕脏不怕累，吃苦耐劳，勤奋好学。 然而实现自我的人生目标。是一项长期而艰巨的使命，需要我们持之以恒，不断努力，不断探索，不断进取。善于总结经验，抓住自己的特长做到最好，那么人生的目标，也只不过是离我们一步之遥。

虽然我目前还缺乏经验，缺乏在艰难局面中独立开展工作的能力，但我相信年轻就是本钱，我正处于人生中精力充沛的时期，我渴望在更广阔的天地里展现自己的才能，我不会满足现有的知识水平，期望在实践中得到锻炼和提高。因此我一定会把所有的时间和精力放在我的工作上，积极投入到工作中，为实现自己的人生价值拼拼!

通过这段时间的实习，我从无知到认知到深入了解了单位和社会，从开始的磕磕碰碰到后来的工作起来还算顺利。在整个实习过程中，我每天都有很多的新的体会，想说的很多，我总结下来主要有以下几点：

1、心态的转变

学校的生活相对而言较为单纯，无需我们担忧很多的问题，学校三点一线的生活，学习跟得上就可以，而在实际的运作中当中则不然，实际中，我们要考虑的则更多，及时的转变心态会让我们工作更加顺利。

2、不以事小而不为

做大事小事有不同的阶段，要想做大事，小事情必须做好。我们正是实习的阶段，做一些繁琐的小事情，很有必要。这些小事情值得我去做。事情虽小，可过程至关重要。

毕业实习内容自我鉴定 篇6

20xx年9月14日 天气:晴

留一刻不泯的童心给自己! 祝我们这些表面风光，内心彷徨;容颜未老，心已沧桑;似乎有才，实为江郎;成就难有，郁闷经常;比鸡起的早，比狗睡的晚;比驴干的多，比猪吃的差;比岳飞忠良，比赖昌星紧张的小青年。

20xx年9月15日 天气:晴

感觉去蜈支洲岛到现在有好长一段日子了。

今天主要是整理人事档案。新入职的，变动的以及离职的归档。也许是以前做资料做多了，对于整理资料来说还是特别的得心应手。刚刚开始工作或许还感觉不到它带来的压力，但是一天下来还是感觉很累。倒不是因为工作有多繁重，而是工作时长。早上五点多就得起床去赶班车，到晚上七点多才能到三亚，回到家吃完饭洗个澡居然已经九点钟了，才发现什么都做不了。与自己的参加语言培训班的计划难免有些不适宜。虽说真正规定的工作时间是八点到五点，而从出门到回家中间竟然达到了十四个小时之多，真是有些无语。

20xx年9月16日 天气:多云

很早就到公司了，但人事部要到八点钟才上班，无聊的我转了一遍。看到挥汗如雨的工人，才意识到自己是那么的幸运，一名还未走出校门的大学生，可以和那些资历深厚的前辈们坐在同一个办公室，真的是莫大的幸运。所以，我一定要好好工作，努力学好知识。

20xx年9月17日 天气:晴

我的同事，我觉得他们都很好，经理也很好，很愉快的一个工作环境。不好的是我自己，也不知道怎么了，每每到一个新的环境我总需要一个很漫长的时间来让自己学会说 地方话 。在学会方言之前我总是保持沉默，这种沉默让别人会感觉很压抑，我自己也是。亲爱的，慢慢来，别紧张!你会适应新生活的

20xx年9月18日 天气:晴

今天是9月18日，看着自己写的日记，记载着半个月来的心情，和几个同事去溜冰场疯狂了一下，在那种光怪陆离的灯光下，突然发觉自己的心境就像被扫来扫去的一件衬衫，很多人匆匆而过，但不知道自己属于谁，以后会在哪里。 跟一直带我的同事聊天，他建议我还是找一个比较轻松的工作，说女孩还是要有自己的生活的，事业上的成就感的分量对于女孩来说不是那么重要。我想着他的话，对于明天，忽然有些害怕了。

20xx年9月19日 天气:晴

我基本了解了公司的工作程序和工作要领，也通过了公司的一些考核，并且我于今天开始承接培训任务。又找到了以前的相关文章进行了细致研究。由于是第一次接受任务，我不敢掉以轻心，所以拿出公司提供给我们的资料仔细的看，边看边做。我所能做的就是怎么样把公司提供给我们的这些资料合理的去综合，并提出具体措施。

20xx年9月20日 天气:晴

今天主任把我昨天完成的加强秋季安全的通知修改后交给我，我看到大部分地方都做了改动，尤其删除了很多抒发感情的语言，让我感到很不好意思。上司语重心长地和我谈了很多，他说公文写作不是文学作品，语言要精炼，表达意思要准确，并且劝我不要着急，说一切事情都有个循序渐进的过程，多用心了解情况。通过这件事使我认识到虽然我做为一名刚出来的大学生，但是走上工作岗位后还有一个进一步学习实践的过程，必须放下架子，潜入到实际工作中，在实践中增长本领。下班后我特地到了附近的书店，买了一些企业应用文写作的有关书籍，利用业余时间进行认真学习。

20xx年9月21日 天气:晴

开始的时候很不满足整天在这里朝六晚八的生活，在办公室一座就是一整天，觉得生活特别的没希望，特别是没有活的时候，就更加感到很无聊。我现在的座右铭是：好好学习，天天向上，希望每一天的我都能够学到一点新的东西。

20xx年9月22日 天气: 晴

今天，在同事张哥的帮助下，我学会了复印机、传真机的使用方法。到下班时，我已基本掌握了复印机、传真机的使用方法，觉得以前看起来很难的东西，真正掌握了就会觉得容易多了，通过今天的学习也进一步树立了我的信心。

20xx年9月23日 天气:阴

我们蜈支洲岛来国家领导人了，外面在接待，可热闹了，哈哈，这时候都刮台风了还有国家领导人来。

20xx年9月24日 天气:晴

今天早早来到公司上班，到办公室后主动打扫室内卫生，等其他同事们来到时我已经忙完了，看到大家高兴的神情，我的心情无比高兴。由于我学会了使用复印机和传真机，所以只要有复印和传真的活就主动去做，使我对这项工作越来越熟悉了，做起事来也不手忙脚乱了。对于复印机除了简单的复印又学会了扫描复印、双页复印、双面复印等，基本了解了A3、A4、B4、B5等纸张规格，并且学会了自己更换复印机纸盒和打印机粉墨等操作。

20xx年9月25日 天气:晴

公司这段时间在编写企业规章制度汇编，由于公司规章制度编写组人手不够，所以公司决定从各部门抽调人员做为编写人员，时间为三天，我就是其中的一员，这让我有机会接触到企业制度管理方面内容。这次编写的企业规章制度汇编有十余万字，内容涵盖了组织机构设置、职能部门职责范围、岗位职责、人力资源管理制度、财务资产管理制度、办公事务管理制度、质量管理制度、生产管理制度、销售管理制度、仓储管理制度、行政事务管理制度、安全保卫管理制度，今天我的工作很简单，负责校对，但是一天下来也感觉很累。

20xx年9月26日 天气:晴

起初我没有看好校对的工作，认为很简单，做起来也不是很认真，以至于经过我校对后的稿子还是可以发现错别字，让我觉得无论什么小事，都要认真做好，所以下午我的工作特别认真，每一句话、每一个字都认真推敲，不但没有再出现漏掉错字的事情发生，而且还挑出了两个语法方面的错误，得到了编写组领导的赞同，他们说：经过大学培养的学生素质就是不一样，能够高水平的发现问题。他们的话让我的心里感到无比高兴。

20xx年9月27日 天气:晴

今天从借调的工作岗位回到人事部，先是收发传真、复印，主动做一些杂务，也从中感受到了一种工作的快乐。下午经理叫我到他的办公室，和我谈了有半个多小时的话，对我这段时间的工作给予了较好的评价，并鼓励我多在文章写作上下功夫。在谈话中，他也讲到了他的经历，我才知道他原来就是办公室的一名小职员，能做到今天，是一步步做起来的，所以做好基础工作，练就扎实的功底十分重要。我很敬佩我们的经理，我决定以后把当做学习的榜样。

20xx年9月28日 天气:晴

上午办公室开会，首先由主任传达了昨天上午公司经理班子会议精神，会议重点总结工作情况，提出了工作安排意见，在会中，经理特别强调办公室工作要从严细管理入手，树立行政执法工作规划，及时为领导决策提供参考依据。对办公室前一段时间的工作，经理提出了表扬，特别对我们新来实习的大学生给予了较高评价，并鼓励我们尽快进入角色，适应工作需要。我对主任的每句话都认真地做了记录。

20xx年9月29日 天气:晴

月末把假期全部都休完了，一个月本有8天的假期拿了4天去加班。工作了一个月收益颇多。已经习惯了这工作。每天都要告诉自己要开开心心的工作。加油!

20xx年10月1日 天气:阴

正常来说，今天是十一黄金周的假期第一天。而对于在景区工作的我们来说，便是繁忙的开端。

20xx年10月9日 天气:晴

今天杨老师休假，本来以为要一个人上岛，没想到亲爱的杨老师回来了。所以，我们就一起上岛。真是很佩服杨老师，如果交际可以凭职称，杨老师一定是顶级的。呵呵，好好向杨老师学习。

餐厅的曾经理是个不好对付的人，老大说应该多找找她们部门的麻烦，使得她们也该尊敬尊敬我们人事部，可是我总感觉这样不好，明里和，暗里斗不是个事。今天在中餐厅过来实习的学生充满了不满情绪。不过，黄金周嘛，每个部门都很忙，能做的也只是劝说与安慰了。今天岛上的客人可真是多，多得已经没有语言去形容这座岛屿的魅力了。每一辆电瓶车都是满座，使得我们只能徒步对各部门进行质检。不过徒步也好，路边的野花很漂亮，还可以走观海长廊~

因为学生的事杨老师没能和我继续检查，于是，我便一个人去到潜水大厅做检查。发现自己一个人的时候倒变得像个小管理者似的，一改我平日的温顺，厉声起来，连我自己都觉得很好笑。好在岗员工都还算配合。

看来今天又要八九点才能到家了。一步一步往上爬。

毕业实习内容自我鉴定 篇7

1、实习目的

为了更好的学习社会知识提高自我学习的能力，我于20xx年2月参加了社会工作实习。实习的意义在于为自己提供一个更加好的学习平台，获得成长，适应社会并为自身和社会创造出价值与财富。

本人的实习单位是吉祥天健康产业集团，是一家专注于养生、美容的独具发展前景的集团化公司，所以对于我这样的应届毕业生来说是一个很好的学习平台。吉祥天对实习生的要求是需要大专文凭以上的学历，除此之外还要有很好的个人学习、复制能力以及有愿意出差的意愿。这也对应了我选择实习单位的目标，因此，我选择了吉祥天健康产业集团作为实习单位。

2、实习内容

在实习期间，我接受了公司系统化的培训，包括公司的发展历史及未来的发展趋势，公司的产品种类，产品的规格、价格、功能、效果，下市场销售交流技巧等。除此之外，公司还要在实习生熟知产品的前提下培训所有人上台讲课的能力，确保下到全国各地的市场能对市场人员进行公司产品及产品销售的能力。培训集上台讲课培训、与市场人员交流、向顾客铺垫销售产品并获得成交机会、能适应艰苦的出差旅途生活、布置店铺活动氛围、小或大型会议执行等能力于一身的全能型人才。

3、实习结果

在公司接受了1个多月的培训后，确定了本人通过了公司的考核，已于20xx年2月中旬得到了公司的认可，委派我到浙江杭州市场进行工作、学习。并且主持、销售、交流、培训等能力获得了提高与认可，于20xx年4月起转为正式员工。

从20xx年2月底正式来到吉祥天健康产业集团实习、接受培训。我收获最大的不仅仅是公司同事间的深刻友情，更多的是让我更加确定了自己走向社会的目标与方向。慢慢的，我也由一个什么都迷茫不懂的大学生成长为了一个成熟的社会工作者。特别是在工作能力方面，由最开始的什么都不懂，到最后获得公司认可并获得很多鼓励和表扬，这样一个过程是非常值得自己高兴和珍惜的。

在进入公司还不到一个月的时候通过自己的努力获得了领导的认可，委派我和另外一位新晋同事做公司20xx年年会的主持人，在这样的一个机会之下，我在年会上学到了很多东西，特别是胆量、魄力、控场等方面的锻炼，让我得到了很多的提升，也让我认识到了自己潜在的能力，让我收获了更多的自信。由于在年会上的表现，让更多从市场上回来的老同事认识了我，也让更多的同事认可了我，对于还是新人的我来说这是万分荣幸的事，也为我在未来的工作学习中奠定了更多的基础。所以紧接着20xx年公司极为重视的新年启动会上我再次与上任搭档站上了主持台，被公司委以重任，主持、控场、活跃气氛、把握流程等等，让我获得了很多学习成长的机会。

毕业实习内容自我鉴定 篇8

实习是大学教育一个十分重要的实践性环节。通过实习，使我们在社会实践中接触了与本专业相关的实际工作，培养和锻炼了我们综合运用所学的基础知识，专业知识去独立分析和解决实际问题的能力，把理论和实践结合起来，提高实际动手能力，积累社会经验，为我们毕业后走上工作岗位打下一定的基础。

8月30日至9月24日期间，我到Xx市高等专科学校进行了为期28天的教育实习。28天的实习生活是辛苦的，也是很有意义的。在高专老师的支持和指导下，在实习指导老师的帮助和辅导下，我们的实习工作取得了比较圆满的成功。现将我的实习实习心得总结如下：

1、听课实习期间，我担任的商务英语口语谈判实习老师。教学工作最基础的方面是听课，实习教学工作的第一件事也是听课。实习期间的听课不再是以前读书时那种专门听老师讲课的内容，而是听指导老师讲课的教学方法，讲课思路等等;学习指导老师的教学经验，和处理课堂的方法，与学生互动的技巧等等。在听课过程中，我深感，教学是一门艺术，课堂语言是这种艺术的传达方式。听课的过程，是积累经验的过程。在了解教学流程的同时，也应注意教学方式和组织教学能力的积累。

2、备课教学工作的第二个方面就是备课。一般在实习的第一周以听课为主，但听课的同时要准备好自己上课的内容，也就是备课。备课是教学的开始，备课不仅仅要联系书本上的内容，还要和学生的实际生活相联系，还要考虑学生原有的知识水平，学生的接受能力，学生对课堂的反应，教学实际情景等方面的情况。在备课的时候，我的教案教案一般是祥案，一字一句把上课的每一句话写出来。在备好课后，首先要把教案交给指导老师修改，郭老师会告诉我哪些地方需要更多的加重，提醒那些地方该更多的与学生互动，那些地方注意引导学生勾勒重点等等。在老师指导完初稿后，会再次整理，整理后交给老师郭检查，然后才可以上讲台讲课。这一系列的环节我都非常认真地对待，以争取在讲台上发挥出更加好的效果。

3、讲课教学工作最重要的环节就是上讲台讲课，这个步骤是把前面所有工作拿到实际环境中去的重要一步。在这个过程中，就可以看到每位教师的真正实力，每位教师是否在前面的过程中认真对待，是否把上讲台讲课当作一件重要的事，是否对实习学校、对学生负责。以前作为学生听课，目的是学习知识;现在作为教师上课，是为了学生学习。目的不一样，我们的注意点就不一样。刚看教材的时候，我觉得40分钟怎么就说一两页书;后来经过备课、上课，我发现要讲解的问题很多。

毕业实习内容自我鉴定 篇9

在实习期间，本实习律师积极参与诉讼、仲裁和非诉讼法律事务代理活动

案 件 一 机动车交通事故责任纠纷; 原告： ;被告 ;中国人民财产保险公司分公司。当事人的要求是在责任认定书的基础之上，尽量多的要求经济赔偿，所以做了伤残等级鉴定之后，接着多了一项精神损害鉴定，实习律师往返跑路，耗费了宝贵的年华空间。最后在定远县法院开庭审理之时，赵法官当庭一口否定我们的工作，说我们没做过交通事故案件，连营养费也没有主张，对此，当着当事人等在场的情况下，我们的律师被迫说明营养费已经计算，以及起诉书中已经主张的营养费数额。在多次跑案子之后，最终案子执行到位，我们为当事人争取到了最大的权利和最完善的解决过程。

案 件 二 离婚纠纷 原告 诉请解除婚姻关系，对方愿意认领小孩，但是要求两套房产的全部所有权。双方一审未能达成一致。主要分歧在于不肯协商达成财产分割份额问题。双方对于婚姻法有初步了解，所以第一次双方都采取拖延战术，婚姻关系继续维持。

案 件 三 机动车交通事故责任纠纷。原告 要求被告一 ，被告二合肥市 货运有限公司赔偿机动车侵权所致损害，包括医疗费、伙食补贴、交通费与车辆损失合计120xx余元，以及伤残赔偿、误工、护理、营养、精神抚慰金和鉴定费;同时请求被告三中国大地财产保险股份有限公司合肥中心支公司在保险合同限额内承担赔偿责任。在庭审过程，双方对于车辆损失的质疑较大。对方的法务不看事实和法理，硬顶硬装让我这个学法律的人感到忧国忧民，保险公司的法务如此办案，至少客观上成为我们律师的业务阻碍。

毕业实习内容自我鉴定 篇10

兹有\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_学校\_\_\_\_\_\_\_\_同学于\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_月\_\_日至年\_\_月\_\_日

在\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_大学生就业实习基地实习(/或者\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_公司\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_部门实习)。

工作期间表现良好，有效地帮助了\_\_\_\_\_\_\_\_\_作了\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_。(/可选)

特此证明。

\_\_\_\_\_\_\_\_\_大学生就业实习基地(/或者\_\_\_\_\_\_\_\_公司)(盖章)

日期

毕业实习内容自我鉴定 篇11

本周是我的第一个实习周，在接下来的日子里，我会在建行舟山分行会计结算部进行毕业实习。

本周最深的印象是第一天报到。那天如约来到建行的人力资源部报到，填好表格后，等待实习岗位的分配。原本好像说是要去网点实习的，但通电话后，办公室的同志告诉我要去“6楼”实习，并让一位刚从6楼下来办事的面目和善带点知识分子气息的女士带我一起上去。报到后，碰巧上次有过一面之缘的陈经理带我找师傅，缘分啊缘分，发现我的新师傅就是刚才领我上楼的女士，真是“师傅领进门”，看来我要好好开始自己的实习修行了。

在接下来的几天，我主要了解未来10周的工作环境及初步的内容。在师傅的帮助下，我主要学习了关于“同城交换”这一块的简单操作。

本周，慢慢融入陌生的工作环境是我最迫切的任务，对人的一个微笑、一个热情的招呼，做好认识新同事并让同事认识我的互动工作，是我迈向毕业实习的第一步。

毕业实习内容自我鉴定 篇12

实习目的：

通过在保险公司的实习了解金融保险理财知识以及其营销运作过程，在此基础上把所学的商务和营销理论知识与工作实践紧密结合起来，培养实际工作操作能力与分析思考能力，以达到学以致用，并积累一定的社会处事经验。

实习地点：

中意人寿保险有限公司北京分公司

实习要求：

1、培养从事保险理财业务人员的业务能力。了解并熟悉日常业务和工作流程，学会高效的进行工作。

2、理论联系实际，学会运用所学的基础理论、基本知识和基本技能去解决保险理财业务实践中的具体问题。

3、虚心学习，全面提高综合素质。在实习中拜广大工作人员为师，虚心学习他们的好品质、好作风和好的工作方式，提高自己的综合素质，把自己培养成为合格的理财人员。

4、培养艰苦创业精神和社会责任感，形成热爱专业、热爱劳动的良好品德。

5、预演和准备就业。找出自身状况与社会实际需要的差距，并在工作的同时及时补充相关知识，为正式工作做好充分的知识、能力准备。

实习工作总结报告：

一、公司简介

公司“人文、科技、创新、终生学习、可持续发展”的企业文化让我对自己将来的工作和发展前景充满了信心，同时更多的还是需要自身的努力。

二、实习内容及体会

时间一晃而过，到中意工作三个月过去了，在这段时间里领导同事都给予了我足够的宽容、支持和帮助，让我充分感受到了中意“诚信天下，稳健经营，追求卓越”的品质，也体会到了作为保险理财人的专业和辛勤。同时，也为我有机会成为中意的一份子而荣幸万分。

我们每天早上8：45之前打卡上班，必须穿职业装，接着开始家族早会。早会上经理会总结昨天的工作并部署今天的工作，一般还会有简短的业务培训。早会通常持续一个小时，不得不提到的是我们的晨操和晨曲，还有同事之间互相的握手问好，它们能让我们在早上的时候有一个愉快的心情和饱满的精神气儿，然后带着这种劲儿投入到一天的工作中去。

1、通过学习和日常工作积累使我对中意和保险理财有了较为深刻的认识。

记得初到中意时，在和领导的第一次谈话时就注意到，中意是一家非常重视员工感受的公司，公司的规章制度都非常的人性化，尽量为大家营造出轻松的工作氛围。但是，这并没有影响到公司运作的专业性和严谨性。我想，作为一个分公司的理财人员，对产品的了解的确只是基本技能，更重要的是对客户个人理财规划的总体把握，这也应该是自己工作学习的重心。

2、坚持保险理财理论学习让我的专业素养得到提高。

在中意工作的前俩个月，公司并没有安排给我们具体的工作任务，而是要求我们提高个人素质，学习公司的条款，学习保险法，学习相关的法律法规，学习金融理财知识，学习营销知识学习理财规划师课程，真实案例分享。或许有的理论我们暂时并不会用上，但是，不懂战术的士兵不会是一个好兵，没有这些理论知识作为基础，今后在遇到复杂一点客户案例时，我们可能就会束手无侧。在之后的一个月实际工作过程中自己也发现，之前的理论并没有空学，很多案件都需要理论的支撑，扎实的理论知识让自己在实践工作中受益匪浅。我想，理论知识的学习在任何时候都不会是浪费时间。感谢公司给我们新人提供这么好的学习机会和环境，在学习中我受益匪浅，同时我也相信我一定能把所学的东西运用到实践中去，为公司贡献我的微薄之力，同时也为个人价值的实现付出不懈的努力。

毕业实习内容自我鉴定 篇13

第三周

第三周已经过去了，我对公司的环境已经基本熟悉，同事的名字也基本能叫上来了。做了两周的电话营销，已经能得心应手了。下一周准备上门营销，可想而知难度肯定要比电话营销要难，但我已经做好准备了。

这一周的工作和前两周没什么太大的变化。我主要负债客户的开发，虽然工作内容没什么太大的变化，但工作效率却比以前提高不少，规定的电话量都能完成，客户的疑问基本都能帮他们解答。但感觉自己在学校学习的东西还远远不够，知识面还不够广，无法与实际相结合，无法做到学尽其用，以后还要学习的东西还很多很多。所以作为一个新人，要放低自己的姿态，多向同事虚心学习，才能让自己更好的适应社会。

毕业实习内容自我鉴定 篇14

时光如梭，转眼即逝。当毕业在即，回首三年学习生活历历在目。职高学习生活是我一生中最重要的阶段。三年不仅是我不断增长知识、开拓眼界的三年，更是我在思想、文化上不断认识，学会做人的三年。我也逐渐成为一名有理想、有道德、有文化、有纪律的合格职高生。

生活上，我拥有严谨认真的作风，为人朴实真诚，勤俭节约，生活独立性强。我热爱集体，尊敬师长，团结同学，对班级交给的任务都能认真及时完成。

学习上，我从刚跨入职高时的失落与迷茫，到现在即将毕业的从容、坦然。我知道，这是我人生中的一大挑战——角色的转换。这除了有较强的适应能力和乐观的生活态度外，更重要的是得益于职高三年的学习积累和技能的培养。我自认为无愧于职高三年，刚入学时：我曾为职高生而懊丧过。但很快，我选择了坦然面对。因为我深信：是金子在任何地方都会发光。所以，我确信，职高生的前途也会有光明、辉煌的一天。通过三年的学习，我懂得了很多。从刚步入立信分部那天真幼稚的我，经过三年那人生的挫折和坎坷，到现在成熟、稳重的我。使我明白了一个道理：人生中不可能存在一帆风顺的事，只有自己勇敢地面对人生中的每一个驿站。当然，三年中的我曾也悲伤过、失落过、苦恼过，这缘由我的不足和缺陷。但我及时反省了，这只是上天给予的一种考验，我是不能够被打倒的。作为职高生的我应该善用扬长避短的方法来促进自己，提高自己的综合水平能力。职高三年生活使我清醒地认识到自己的不足之处，如：有时学习时间抓不紧、各科学习时间安排不尽合理。因此，我将加倍努力，不断改正缺点，挖掘潜力，以开拓进取、热情务实的精神面貌来迎接未来的挑战!

学期末，我去单位进行了为期一个月的实习。这次实习经历让我获益匪浅。以下是我从个人实习意义及对会计工作的认识和总结：

1.作为一个会计人员，工作中一定需具备良好的专业素质，职业操守以及敬业态度。会计部门作为现代企业管理的核心机构，对其从业人员必须要有极高的素质要求。

2.作为一个会计人员要有严谨的工作态度。会计工作是一门精准的工作，要求会计要准确的核算每一项指标，牢记每条税法，正确使用每个公式。会计不是一项具有创新意识的工作，它是靠一个又一个精准的数字来反映问题的。所以，从事会计工作的人员必须要加强对数字的敏感度，及时发现问题、解决问题、及时弥补漏洞。

3.作为会计人员要具备良好的人际交往能力。会计部门是企业管理的核心部门。对下要收集会计信息，对上要汇报会计信息，对内要相互配合整理会计信息，对外要与社会公众、政府部门搞好关系。在各个部门、各种人员打交道时一定要注意沟通方法，协调好相互之间的工作关系。工作最重要具备：正确的心态和良好的心理素质。

这次的实习时间虽然很短暂，接触到的虽然只是整个会计部门的工作流程，工作很浅。但是依然让我学到了许多知识和经验，这些都是无法从书本上得来的。通过实习，我能够更好地了解自己的不足，了解会计工作的本质，了解这个社会的层面，能够让我更早地为自己做好职业规划，设定人生目标。处在这个与时俱进的经济大潮时代，作为一名财会专业的学员，在大浪淘沙中能够找到自己的屹立之地，让自己所学为社会经济做出自己应有的贡献!

在学校的时候，总是觉得学习的压力以及有点厌学的心态，终于还是选择了一所职高，并不知道那是“万恶之源”，不知听谁说了，现在的大学生都找不到工作，读“职高”并不是代表“低人一等”，恰恰相反可以学一门技能，将来也可以有个好工作，可是，现在才明白，那些都是道听途说的，事实上走上社会的第一块“敲门砖“就是文凭，一个“高中文凭”根本远远不够，学的知识也好，个人的素质也好。

可是，世界上总是没有“后悔药”吃，读职高的最后一年就是实习，希望表现的好一点，可以有个公司留我下来，好吧，通过了层层的选拔，终于有个公司收留了我，真是万幸，本以为可以好好地学，好好地做,可是，后来才发现，在学校里学的根本就不够，甚至可以说学校里学的，在工作上根本没有用武之地，一切都要从头开始学，从头开始做。

第一天去实习的时候，师傅就教我把数据输入进电脑，看看简单的工作，但是就这样很多个数据在眼前难免一些出入，何况又是第一天去，所以，师傅就说：“这么简单的几个数据就错了那么多，你到底有没有用心!”而且我以为，数据错了只要在本机上改一下就可以了，其实，并没有这么简单，公司统计的数据都是直接输入电脑，然后之间传送给公司领导的电脑的 ，如果出现一个错误就很难改正了。听到别人这样说的时候心里真的不是什么滋味，心里想着明天，明天我一定不再出错了。

第二天，我进步了很多，师傅看到我进步，稍稍表扬了我一下，我想我还是可以坚持地做去的。但是，我还有很多学的，还有很多不足之处，职高生出去实习，单位里的人难免会有些用鄙视的眼光看我们，像是用很高傲的口气说，有一个职高生来实习呢，你们要吗?

我渐渐明白，事实上，没有学历就会被嘲笑，会被鄙视的道理，所以现在，我要用比之前更努力地态度再去学习。

后来，师傅开始教我比较难的东西了，我也开始认真的学，但是，我进的公司还是不是很好，实习的时候不但没有工资之外，还没有中饭供应，每天除了输数据之外，还要做报表，偶尔也会被老板当成文秘用给他打文件。每天大概都要工作9到10小时，虽然我可以承受每天睡不饱就出门，每天工作到7、8点钟，但是，时间一长根本就无法承受，每天忍受眼皮打架的日子，终于是觉得有些吃不消的了。

这便是“低人一等”的待遇?我心里有些委屈呢.下班之后，领导又美其名曰要“培训”，他在讲台上讲根本就不能体会我们感受，一些基本的知识还要讲得很复杂，有时也觉得，我们是在浪费时间，学一些没有用的东西.

后来，我们几个同学也说那个公司不太正规，按法律规定，实习生每天至多只能工作8小时，而我们呢，好像是我们的整个人生都拿来给他们卖命。于是，便想走。可是，我好像是比较倒霉的一个，离开之前还要与他们产生纠葛~

离开之前，老板霍霍地找我谈话，我想并不是什么好事，他的态度很差，带着恨鄙视的口气，“不就是职高生么~”其实我已经忍了很久了，他平时那样说就算了，还特意挑个下班时间说，看着天一点点黑下去，他还在慢条斯理的讲着大道理，突然觉得，有些不削，我也是有尊严的，职高生怎么了，职高生也是人生父母养的，评什么出来的就要被老板无理由的“骂”呢?看到老板用更高的声音说“实习生本来就不是人”的时候，突然有些懊恼，懊恼我之前的不努力，懊恼浪费了之前很多的时光，但是，我没有哭，心里在说，这个不把员工当人看的公司我还不待了呢~我倔强地说，我会努力地，我会用之后的时光付出更多的努力换回成功。

于是，我离开了，我不知道那个老板是用怎样的眼光在看我，我不知道，这样的我，是不是也是很卑微的，那些都是我，微不足道的倔强。

现在，我终于也通过了考试，读了大专，考了会计从业资格，之后，我想我会有一个好工作，但是短短的实习生的日子还是让我印象深刻，让我改变，让我成长，读书的时候，真的最快乐的时候，为什么人都要在失去的时候才懂得珍惜呢?

毕业实习内容自我鉴定 篇15

兹有\_\_\_\_\_\_\_\_\_学校\_\_\_\_\_\_\_\_\_专业\_\_\_\_\_\_\_\_\_同学于\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_\_\_\_日至\_\_\_\_\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_\_\_\_\_日在\_\_\_\_\_\_\_\_\_实习该同学的实习职位是\_\_\_\_\_\_\_\_\_该学生实习期间工作认真，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，并能够举一反三.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，加班加点完成任务.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.实习时间，服从实习安排，完成实习任务.尊敬实习单位人员.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.

特此证明.

毕业实习内容自我鉴定 篇16

一、实习目旳

生产实习是我们电气专业知识结构中不可缺少的组成部分，并作为一个独立的项目列入专业教学计划中的。其目的在于通过实习使学生获得基本生产的感性知识，理论联系实际，扩大知识面。

生产实习也是教学与生产实际相结合的重要实践性教学环节。在生产实习过程中，学校也以培养学生观察问题、解决问题和向生产实际学习的能力和方法为目标。培养我们的团结合作精神，牢固树立我们的群体意识，即个人智慧只有在融入集体之中才能最大限度地发挥作用。

同时专业实习又是锻炼和培养学生业务能力及素质的重要渠道，培养当代大学生具有吃苦耐劳的精神，也是学生接触社会、了解产业状况、了解国情的一个重要途径，逐步实现由学生到社会的转变，培养我们初步担任技术工作的能力、初步了解企业管理的基本方法和技能;体验企业工作的内容和方法。这些实际知识，对我们学习后面的课程乃至以后的工作，都是十分必要的基础。

通过生产实习，对我们巩固和加深所学理论知识，培养我们的独立工作能力和加强劳动观点起了重要作用。

二、实习时间

xx年7月2日-xx年8月2日

三、实习地点

山西戴德测控技术有限公司

四、实习单位介绍

山西戴德测控技术有限公司是太原市高新技术开发区的入区企业，集研发、生产、制造、销售为一体的高新技术企业，是国内”输送带在线检测”领域的技术领导者。

公司先后被认定为国家级高新技术企业、太原市市级企业技术中心、山西省专精特新中小企业等荣誉资质。公司现拥有1项软件著作专利权，10项国家专利技术证书。所有产品均为自主研发，拥有多项自主知识产权，技术水平始终保持行业领先的地位，国内市场占有率稳居第一。

公司的主要产品——“钢绳芯输送带防横断在线检测系统”已通过国家科学技术成果鉴定，鉴定结果为国际先进，并获得中国煤炭工业科学技术三等奖。产品先后入选国家安监局“安全生产千项新型实用产品名录”、山西省煤监局“安全生产先进适用技术新型实用产品指导目录”，20xx年成功获得国家创新基金项目立项。

“输送带防纵撕识别装置”成功入选xx年度山西省科技计划项目，并入选国家安监总局《xx年安全生产重大事故防治关键技术科技项目》

五、实习安排

(一)入场教育实习单位指派人员向我们介绍单位情况与实习注意事项，进行安全保密教育等。

(二)组织参观组织我们对单位进行参观，以便了解其概况。在实习期间，我们还到其它有关车间去进行专业性的参观，获得了更加广泛的生产实践知识，和更加准确理解了工厂的运作模式。

(三)车间实习我们在车间实习是生产实习的主要方式。我们按照实习计划在指定的车间进行实习，通过观察、分析计算以及向车间工人和技术人员请教，圆满完成了规定的实习内容。

六、实习过程及内容

(一)入场教育xx年7月2日我们开始了在山西戴德测控技术有限公司为期一个月的实习。首先由公司的领导给我们简介了公司并进行了安全教育：要保持秩序;注意不能扔纸屑，保持好卫生;在车间要注意安全，不要随意拨动机器或者开关按钮等等。然后由公司的专业人员给我们简单介绍公司的主要产品以及各个产品的生产流程等。

(二)进厂参观在听完专业人员的讲解之后，我们对公司有了一个大致的认识，带着好奇我们由公司指定负责人带领进入了工厂参观。

(三)车间实习参观完公司先进工艺方法、先进工装、先进设备之后，工作人员安排我们穿上工作服开始真正的动手操作，我被分配到安装组。我的任务是在前面一位员工把焊接引线剥线以后，我将焊接引线绕在一起，然后把它焊在一起。虽然是很简单的工作，但仍然要求我们仔细认真，本着戴德“产品体现人品、人品决定产品”的宗旨，认真完成我们的工作!装配过程中很多东西我们没有接触过，都会积极地向工作人员询问，我的工作还比较得心应手，因为在这之前我们参加了金工实习，对于焊接有过一定的练习。

七、实习感悟

通过生产实习，使我们了解和掌握了输送带检测系统的工作流程已经PLC可编程控制器在工业中的应用。为进一步学好专业课，从事这方面的研制、设计等打下良好的基础。

在这次生产实习过程中，不但对所学习的知识加深了了解，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。

通过这次生产实习，使我在生产实际中学习到了自动控制仪表制造过程知识及在学校无法学到的实践知识。在向工人学习时，培养了我们艰苦朴素的优良作风。在生产实践中体会到了严格地遵守纪律、统一组织及协调一致是现代化大生产的需要，也是我们当代大学生所必须的。

生产实习让我更贴近技术工人的生活,增长了更多的专业知识,认识到了自己的长处与不足。通过这次的生产实习，让我明白了我们需要实际学习掌握的技能还很多很多。我们很快就要毕业了，步入工作岗位后就业单位不会像老师一样点点滴滴细致入微的把要做的工作告诉我们，更多的是需要我们自己去观察、学习。不具备这项能力就难以胜任未来的挑战。随着科学的迅猛发展，新技术的广泛应用，会有很多领域是我们未曾接触过的，只有敢于去尝试才能有所突破，有所创新。也不仅仅是通过几项工种所要求我们锻炼的几种能力，更多的则需要我们每个人在实习结束后根据自己的情况去感悟，去反思。只有勤奋自勉，才有所收获，才是这次实习的真正目的。

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！