# 最新个人总结在思想上,在工作上,在生活中范文7篇

来源：网络 作者：星海浩瀚 更新时间：2020-01-22

*短暂而充满好处的一个月的实习以来，我的专业知识与实践操作真正进入了一成长的时期。怎样写总结才更能起到其作用呢?总结应该怎么写呢?以下是小编精心整理的，希望可以帮助到有需要的朋友。篇1学校为了加强我们对所学理论知识的理解和掌握，于大三第一学期...*

短暂而充满好处的一个月的实习以来，我的专业知识与实践操作真正进入了一成长的时期。怎样写总结才更能起到其作用呢?总结应该怎么写呢?以下是小编精心整理的，希望可以帮助到有需要的朋友。

**篇1**

学校为了加强我们对所学理论知识的理解和掌握，于大三第一学期末即20xx年1月1日至16日安排了一项分散实习，有关会计岗位的实地实习。

基于学校安排，在边丽洁老师的指导下顺利地完成实习。于20xx年元旦过后直接去唐山钢铁设计研究院有限公司实习。该公司办公地点在唐山市路北区建华西道1号，实习期间先了解公司的总体情况，然后跟着出纳学习，最后跟会计实习。

实习的目的：把所学两年半的理论知识与实际操作结合起来，找出差距，看应如何处理所发现的问题。总结一下所学专业知识的不足之处，不扎实的地方，找出需要重新巩固的知识，学会了和同事沟通，以及在社会工作中应该如何为人处事。 实习的内容：先了解公司的发展史以及各个机构的设置情况，公司的规模、经济类型、人员数量等，做一些力所能及的工作，帮忙清理卫生，做一些后勤工作;再了解公司的文化历史，认识了一些同事，公司给安排了一个特定的指导人;然后在财政部看财务人员工作，看会计人员如何做，看了一下公司的总帐以及各明细帐、记账凭证、原始凭证和上期的会计报表(主要是资产负债表和利润表)：之后安排我跟着公司的出纳学习;最后是跟着会计实习，看会计如何处理业务。

实习的心得体会：刚到单位时，感觉同事们都很随和，很好相处，感觉社会并不象别人所说的那么险恶，对社会又充满了信心。公司的指导人给我耐心讲解了有关公司的概况、规模、机构设置、人员配置等等，使我认识到对一个大公司也只能是从整体上认识了解一下，至于内部具体的细节是怎么也弄不清楚的。先对公司有个大概了解，再对自己的岗位工作有所认识，要知道公司设那个岗位的目的，要达到预期的效果，才能保证公司的正常运行。

在财务部跟随出纳实习时，先了解公司的财务制度，国家对库存现金的规定，以及收、付现金需要遵循的程序。看着出纳工作自己也很是高兴。出纳收到收到收款单据时审核手续是否齐全，然后收款，点两遍现金，然后向交款人说明金额，并分币种放好。若需要找零钱也需点两遍，然后在原始单据上盖现金收讫章，留下记账联，将其他的交给对方。然后编制现金收款凭证，登记现金日记账。这一程序和我们在学校学的理论一样，要分清责任，按规定处理业务。其实很简单，只是没有实际操作过，但是我们一样可以做好，要对自己有信心，相信自己能做好，给自己一个机会会比她们做的更熟练、更出色。

对于如何签发支票，作废的收据、填错的支票怎样处理又回顾了一下，有些细节上的东西以前学时没太注意，等到实际操作上就要犯错误了，签发支票、收据等都要特别信心，要有耐心，不能浮躁，会计其实是一项比较烦琐的工作，看我们如何对待了，我本人比较喜欢计算，喜欢数字，喜欢把一堆看似乱七八糟的东西整理的井井有条，所以我对会计越来越有兴趣，越来越喜欢做会计。

跟随会计实习时，会计告诉我公司遵循企业会计准则、矿产资源法、安全生产法等法规，该公司以冶金设计等为主，需要遵守好多国家的政策法规，该公司比较正规。刚跟随会计实习时，会计不是很高兴我去实习，可能是怕我添乱吧，帮不上她的忙，还要弄乱东西，后来由于我的耐心等待，合理的处理人际关系，会计态度缓和了，让我看她处理业务，还给我看了公司的凭证，原始单据，以及明细帐和总帐等，让我总结了出纳的理论与实际的不同处以及会计的理论与实际的不同处。理论知识不是很牢固，有好多地方都很模糊，不知具体该如何做，还需要翻看以前所学的，要把它深入扎根不是很容易啊，还得靠以后工作了在实际操作上去把它扎在心里。会计教给我如何和人们沟通，好多时候都要自己去判断，去决定该如何做，在社会上只能依赖一个人，那就是自己，不要指望别人帮你做点什么，要看看你能帮别人做什么。

有一点遗憾的就是实习期间没有涉及到有关报税的问题，如果涉及到了，应该能学到好多知识，毕竟以前的会计岗位角色模拟实验中没有涉及到太多的有关税的问题，而在公司中，对会计而言，税是一个比较关键的问题。

实习期间还是学了不少社会知识，要多感谢实习指导人、公司出纳、会计的关照和帮助以及实习指导老师的细心教导，耐心讲解。 发现的

问题和建议：在此次会计理论与实际相结合的实习工作中，确实让我们学到了不少书本以外的知识，让我们对这两年半的会计学习有个总结，当然也发现了不少问题。

出纳看似简单的工作若不细心还是不能胜任的。出纳的工作不难，但有些步骤是必须要遵守的，有时出纳为了省事就省略几步，在工作中这也是很常见的，看是否会影响责任分担以及业务处理是否顺利，若无影响的话，那样做还能提高效率的，若有影响，则需按部就班的一步步操作。跟随会计实习，需要提出一点，公司员工也代表公司的形象，以人为本，在做好自己的本职工作外还要处理好同事间的关系，营造一个紧张而温馨的工作环境，工作起来才会比较愉快，效率才会有所提高。还要给实习生以及外界人员留一个好印象，对公司的顺利发展应该会很有利的。

我们还未步入社会，好多事情尤其是工作上的事没有具体处理过，不知会不会做好，能不能圆满完成任务，这就要求我们对自己要足够了解，要有深层次的认识，有的工作可以直接说我可以做到、可以做好，但有的工作心里不是很有底时就要好好客观衡量自己，看能否完成，不可夸下海口也不可低估自己的能力，埋没自己。

综上所述，在这次实习期间达到了预定的目的，大量的会计专业知识与社会知识相结合，既巩固了专业知识，又学会了社会知识，对我们不久的就业很有帮助。通过这次实习，对出纳、会计等岗位有了一个深

层次的认识。我找到了自己专业知识的漏洞，对好多基础性的知识不是很肯定，需要重新回顾、学习。对会计岗位人员要求的耐心、细致有了切实的体会，对于自己浮躁的心里也需要调整，把心态整理好，对自己有正确的认识与评价才能清楚自己适合什么样的工作，明白自己需要努力的方向。学会了人与人沟通需要一定的技巧。这次实习为我们步入社会奠下了基础，为我们就业找工作指明了方向。

**篇2**

在北罗中学的生活是艰辛而又充满挑战的。这里的生活虽说不上很苦，我们却要克服各种方面的困难。食堂做的饭菜不可口，而且冬天特别冷等。但是经过一段时间的调整，天气慢慢暖和了，我们也决定自己开火做饭，我们现在最常说的一句话就是“呦呵，初一又见长啊”。慢慢的我们习惯了这里的生活，年轻人多吃点苦，多锻炼锻炼肯定对以后有好处，抱着这样平和的心态，我觉得这半年的顶岗实习生活过得快乐而充实。

在这里我还结识了一群好朋友。天天吃一锅饭，会做饭的同学也会一展身手，大家围在一起，其乐融融。在多次的团日活动中，我们更是加深了对彼此的认识，促进了感情的交流，这些让我感受到了，大家一起做事是件很美好的事情，一起付出，一起收获，组员之间时常互帮互助，共同进步，很愉快的度过了这难忘的半年实习生活。

我很庆幸我选择了顶岗实习，在顶岗实习的日子里，无论是在教学管理还是为人处事上，都让我受益匪浅，更重要的是，我收获了一种生活态度，假设一下，如果当时我没有选择顶岗实习，我想每天的我都在过着碌碌无为的生活，对比现在忙碌带给我的充实感和喜悦感，那将是对时间的一种浪费。与此同时，我感到非常幸运的来到了唐县北罗中学，遇上了我的指导老师和我可爱的学生们，我在与他们相处的同时，我感到非常充实有活力。

**篇3**

光阴似箭，岁月如梭。一晃2个月的实习生活已经过去了，在最近的2个月的实习过程中，我有着许多的收获和欢乐，但也有苦涩和教训，这些成功的经验将激励我在以后的人生之路上取得更大成绩，失败的经历将使努力去改变自己不完美的地方，让自己在以后的日子做的更好，这一切将成为我生命中最宝贵的财富之一。

我实习的公司是江苏国泰亿达实业有限公司，主要从事服装和纱线贸易，公司有着良好的工作环境与氛围，且对于个人的成长发展有很大的作用。

我实习的岗位是外贸业务助理，主要是完成师傅布置下来的一系列任务，通过完成师傅给的很多任务，我大体了解了这项工作的概况，主要是从订单到服装制作，再到确认通过，最后完成大货数量，这一流程看似简单，但其中需要有足够的耐心，足够的大局观等等全方位的能力，才能很好的完成任务，因此还有很多很多值得我慢慢学习与研究，最后成长为一个合格的业务员。

通过几周紧张而又忙碌的生活，我渐渐适应了这样的高压力，高动力。这一切让我深刻地体会到做任何事情都必须尽自己最大的努力，也只有尽了自己最大的努力才能将工作作好、做扎实，才能得到领导和同事的认可。刚刚踏入社会碰到挫折是正常的，现在主要是看我们的承受能力了，有时候有些事情是要靠自己去争取，可是又有些时候由于种种关系我们都胆怯了，因为我们无法了解社会的这些所谓的条条框框，因为我们还没有真正的融入这个社会。对于初出茅庐的我们来说，缺少的是阅历，缺少的可能也是那份交际，毕竟大学还算是纯洁的净土，没有任何利益关系可言，人与人之间也是毫无戒备的。经过这个几月的实习，真的改变了很多，也真的成熟了很多，需要学习的真的还有很多。实习对于我们刚踏入社会的大学生真的是一个历练的过程。

还好我觉的我是个幸运的人，遇到了几个非常好的师傅，师傅悉心教我各方面的事，对我寄予厚望，努力培养我，虽然刚开始日子有点苦，天天忙碌甚至加班，但我知道这都是为了我的发展所必须付出的东西，我只有努力刻苦地学习，才能在最短时间内成为一个合格得人才。在短短的2个月内，我接触了业务上的很多流程，方方面面都有亲身体验，也完成了很多任务:有服装打样、面料水洗测试、工厂催货、装箱数量表格制作。在大体了解工作内容同时，发现这些工作其实不难，但它需要我们有非常强的大局观，交际能力，还有细心。这些都需要我不断地磨练。虽然累了点，但我仍然坚持不懈，吃苦耐劳是我的品质，坚守岗位更是我的信仰，这一切让我做好充足的准备来面对未来的挑战。我相信，只要有付出，一定有回报，更何况这还好，想想那些在最底层的工人，我已近很幸运了。

经过2个月的实习生活我深深的认识到，通过此次实习，让我学到了很多课堂上更本学不到的东西，仿佛自己一下子成熟了，懂得了做人做事的道理，也懂得了学习的意义，时间的宝贵，人生的真谛。明白人世间一生不可能都是一帆风顺的，只要勇敢去面对人生中的每个驿站!这让我清楚地感到了自己肩上的重任，看清了自己的人生方向，也让我认识到了文秘工作应支持仔细认真的工作态度，要有一种平和的心态和不耻下问的精神，不管遇到什么事都要地去思考，多听别人的建议，不要太过急燥，要对自己所做事去负责。

我知道工作是一项热情的事业，并且要持之以恒的品质精神和吃苦耐劳的品质。我觉得重要的是在这段实习期间里，我第一次真正的融入了社会，在实践中了解社会掌握了一些毕业实习小结与人交往的技能，并且在次期间，我注意观察了前辈是怎样与上级交往，怎样处理之间的关系。利用这次难得的机会，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

**篇4**

短暂而充满好处的一个月的实习以来，我的专业知识与实践操作真正进入了一成长的时期。随着师傅与同班同志耐心的指导与提醒，我的操作潜力在所具有的专业知识的基础上很快的适应与熟练了各个岗位上的工作资料，步骤及要点。同时也提高了我对这份工作的认识和了解。激起了我对这份工作的兴趣和重大的职责感。我的每一步都务必从小事开始，从细节起。步，刻刻牢记操作规范，时时不离的坚守自己的岗位职责。从不敢有过半点的马虎和大意。每各项工作的操作中，我都虚心理解和听取领导与同志的指导。不懂就问，不会就学。从不掩饰与含糊。并在每一项操作过程中不断的刻苦钻研，总结经验，不断的吸取教训，以致使我在工作中学到了更多的东西，得到更大的进步。

努力总会得到果实，在这一个月的工作里，使我在此岗位上操作的资料有了不小的成就。在班里常受到班长与师傅的表扬。每一次的收发油中，他们都会在此教会我新的东西。耐心细致的为我讲解油品的流程和每个阀门所管辖的范围及透过油品流量的大小。个性是在每一次的储油时，他们会按一步步细致严格的为我讲述每一种牌号油的特点及怎样透过看，闻，摸，测等方法验证油品的质量，然后测出密度。总之，教到我学会，听懂，熟练为止。这一切的工作资料与工作氛围，促使我更加的不怕脏不怕累，吃苦耐劳，勤奋好学。

一、坚持专业知识指导实践，努力学习各项HSE管理规章制度，认真履行HSE岗位职责，提高HSE意识，严格执行本岗位的操作规程，遵守工艺操作纪律，用心参加各项HSE活动，岗位技术兵和事故预案演练。熟练正确的使用各种防护装备和消防器材，努力做到安全礼貌生产。

二、用心参加公司举办的各项活动，充分的锻炼自己，磨练自己，充实自己，使自己的特长得到展现和升华。

三、持续谦虚的工作心态和学习的态度，认真听取推荐，以的努力去工作，以热情去学习。把规章牢记心中，虚心理解与采纳每一位同志的提议，累积经验，以便更快的完善自己，充分的发挥一个员工的职责，为自己的前程打下一个牢固的基础，从而实现自己的人生价值。

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，那么人生的目标，也只但是是离我们一步之遥。

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潜力，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。因此我必须会把所有的时间和精力放在我的工作上，用心投入到工作中，为实现自己的人生价值拼拼!

**篇5**

刚刚进入实习的时候，我真的比现在幼稚多了，那时候我的穿着以及个人形象也比较学生，所以孩子们也很少去听我的话，很多孩子还老是叫我姐姐，后来我改变了自己的外表之后，威信就增强了很多了，开始能够管理到这一群小调皮鬼了。孩子们虽然调皮，但那是他们也非常的懂事，偶尔的调皮展露的他们的可爱，偶尔的懂事也让我非常心疼和疼爱他们。

在这次实习当中，我认识到，其实教育就是一次很远的远行，在这条路上，我们可能会遇到一些难走的崎岖的路，也可能遇到满地草原以及辽阔的风景。有痛苦，当然也会有享受;有折磨，当然也会有释然。这就像是我们每个人的人生一样，该遇到的一定会遇到，该成长的一定会成长，改进步的一定会进步，只要顽强的走下去，未来的光亮就一定不会熄灭。

和孩子们的相处过程中，其实我认识到教育和爱是无法分割的，很多这个阶段的孩子更需要的是爱而不是一本正经的说教。所以对于幼儿教育来说，我认为更多的就是要在爱中去教育，比如说当孩子做错了一件什么事情的时候，第一时间不是指责，而是去询问他为什么要这么做，这样做会不会伤害自己，会不会伤害别人，当孩子开始自我思考的时候，我们就可以进行劝解，让孩子了解这件事情的正确性，让他对任何事情有一个辩证观。

这是我在这次实习当中深深感受到的一点，孩子们还是太小了。虽然我的年纪也不大，但是我对于这份教育工作还是有一些理解和领悟的。未来的时光还是很漫长，我也会在这条路上一直坚持下去，直到成为一个真正的幼儿教师，能够肩负起全部的责任，给每一个孩子开创一个更好的未来。

**篇6**

大学四年过去了，我们已经进入临床实践阶段，向医生迈进了一步。虽然要成为一名合格的医生还有很长的路要走，但距离正在一步步缩小。

现在在南乐县中医院实习，虽然只有一年多，但是给了我很多感触，让我明白了很多道理!它给了我精神上的礼遇，让我想起了中学时读过的一本书《论语》。

1、时不时学学，不如说说?医学讲究理论和实践，理论以指南针为基础。只有具备过硬的理论知识，才能做出正确的判断。不断看书，弥补以前没有注意到的问题，在阅读中寻找乐趣，你会发现在知识的海洋中遨游是一件很有趣的事情!

经过四年的理论学习，我们已经掌握了一些理论知识，但是医学是一门实践科学，所以我们必须积极参与实践，在实践的过程中，进一步加强我们的理论水平，同时提高我们的实践能力，为将来成为一名合格的医生奠定坚实的基础。

2、有朋自远方来，不亦乐乎?来自四面八方的医学生聚集在这里。“相遇就是缘分”!认识这么多朋友不是人生一大乐事吗?虽然他们来自不同的地方，但是来这里的目的很简单，就是学习，不断提高自己的理论和实践水平。既然来了这里，聚在一起，融入了南乐县中医院，我们就是朋友，应该团结互助!希望我们能一起度过难忘的实习时光!

3、回顾过去，学习新的东西，可以帮助教师回顾过去所学的知识，从中可以获得新的收获，知识可以提高到一个更高的水平。在实践过程中，不仅可以抽出时间看教材，还可以将教材的知识与临床实践相结合，上升到一个新的高度。我不想当老师，但最重要的是能学到东西，能和你分享!

4、三人行，你一定要向我学习：挑好的，照着做，改坏的。本意是：“三个人走在一起，一定有值得学习的老师。通过选择自己的优点来学习，通过看到自己的缺点来改正自己。”我们很多人一起练习。虽然学校有差异，但我们学的都是一样的知识。每个人都有自己的独特之处，也有自己的不足。要善于发现别人的优点，虚心向别人学习，弥补自己的不足;看到别人有什么缺点，看看自己，自己有没有这样类似的问题，多反思自己，“一天三次自救”，就像孔子说的另一句话：“见善思齐，见恶自省。”

5、敏感好学，问问题不耻。我相信能考上医学院的同学都很聪明。他们经历了N年的学习，理论基础扎实。但临床上要求我们不仅要有理论标准，还要有实际操作能力。所以我觉得大家都是我们的老师，除了医生护士，很多人都是我们的老师，包括一些病人，他们在一些问题上可能比我们懂得多。我们应该虚心向他们要一些我们不懂的东西，不要觉得这是一种耻辱。其实这些都不算什么!人的一生是一个不断学习的一生，尤其是对医生来说。如果我们学习不多，跟不上时代潮流，迟早会成为社会的弃儿，所以要找比我们优秀的人请教。永远把自己放在学生的位置上，不断学习，弥补自己的不足，通过上一段楼梯来争取!

6、我们不仅要有远大的理想和抱负，还要有更高的境界，能够有一颗充满爱心的心，能够在此基础上提高自己的技术水平和熟练的技能，这样才能算是一个更合格的医生!

7、逝者如斯夫!时间就像流水一样。我们应该把握生活的每一分钟，努力实现自己的梦想。等我们老了，可以回顾过去，不会因为没有把握好自己的青春而后悔!

**篇7**

我实习的医院是一所优秀的医疗单位。实习期间，我在医院众多教授及全体带教老师的悉心培养和指导下积极参加医院开展和组织的全院医师疑难病历讨论、学术讲座、实习生临床病历讨论以及实习生教学查房等各种教学活动，学习和操作过各种穿刺、清创缝合术、换药拆线等临床技能操作，以及能在上级医师的指导下完成如阑尾切除、石膏外固定等简单手术，每一项操作程序都能严格按照无菌操作进行，熟悉并掌握各种常见疾病整体诊疗流程。此外，作为一名合格的实习生我们还需注意与病人的交流和沟通，及时了解他们的病情和需要，很好的协助带教老师做好诊治经过，从而赢得带教老师和患者的信任和赞赏。实习期间最重要的一点就是要培养临床思维，我们不应该仅仅是坐在教室里枯燥地看着课本，被动的听取知识，而是要认真详尽的翻阅资料课本，积极主动的提问，尽最大努力把理论知识与临床实际结合起来。

刚下临床时，实习生往往很难在短时间内就适应医院的节奏，并且迅速的转换心态，因此这就有个磨合阶段，此阶段时间的长短取决于个人的适应能力。就我个人而言，第一个科室是骨科，第一台手术是髋关节置换，抬着麻醉后肌肉松弛沉重的大腿，看着血花四溅、骨屑横飞的术野，由于体力不支和心态的不适应，我最终请求下台，从而结束了一次失败的手术参与过程。当时的我很沮丧与愧疚，但我的带教老师体谅我说：“你是第一次上手术台，一个女孩子抬着那么沉重的大腿能支持三十多分钟已经很不错了，并且在你支持不下去的时候能及时向上级反映，没有影响到手术的进行，如果逞强到晕倒的话，到时都不知道先顾哪边好了。”第一次上手术，失败的经验告诉了我，凡事要量力而行!为了尽快的适应新的环境和及时调整自己的心态，以后凡是有手术我都积极参与，渐渐的，每场手术我都能与术者很好的配合，并尽自己最大努力做好助手该做的工作。通过有问题适时向老师提问，获得更多课本上学不到的知识，提高自己的动手能力，掌握基本的清创缝合术、换药拆线等临床技能操作，获得了科室领导及带教老师的一致好评。

【最新个人总结在思想上,在工作上,在生活中范文7篇】相关推荐文章：

述职述廉报告2025最新完整版精选7篇

个人总结在思想上,在工作上,在生活中范文精选10篇

最新学校年度工作计划总结(七篇)

最新眼科医生年度总结(5篇)

最新会计主管个人总结范文(3篇)

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找