

2023年实习自我总结(大全7篇)

总结是对某种工作实施结果的总鉴定和总结论，是对以往工作实践的一种理性认识。那关于总结格式是怎样的呢？而个人总结又该怎么写呢？下面是我给大家整理的总结范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

实习自我总结篇一

本人一个月的实习过程，让我提高了自己，特别是像我这样刚离开学校实践能力差，更需要通过多做事情来积累经验。在工作中我能够完成组长布置的工作，在没有工作任务时能主动要求布置工作，做到主动学习，在工作中，我不允许自己丝毫的马虎，严谨认真我时刻牢记。

在信息时代，学习是不断地汲取新信息，获得事业进步的动力。我积极响应单位号召，结合工作实际，不断学习理论、技能知识和社会知识，用先进的理论武装头脑，用精良的业务知识提升能力，以广博的社会知识拓展视野。

实习期很快过去了，是开端也是结束。展现在自己面前的是一片任自己驰骋的沃土，在今后的工作和生活中，我将继续学习，深入实践，不断提升自我，努力创造业绩，继续为社会创造更多的价值。感谢单位领导和部门领导以及师傅们对我的支持和帮助。

理论是灰色的，生活之树常青，只有将理论付诸于实践才能实现理论自身的价值。也只有将理论付诸于实践才能使理论得以检验。同样，一个人的价值也是通过实践活动来实现的，也只有通过实践才能锻炼人的品质，展现人的意志。

实习使我学习的理论知识能够和动手能力很好的结合融化，是我大学历程非常宝贵的经验，我会好好总结，帮助我更好

的完成学业，为走出社会做更好的铺垫。

实习自我总结篇二

本人在校期间，热爱祖国，热爱医学事业。在“厚德博学，精益求精”八字校训的鞭策下，我努力学习，刻苦钻研、勇于进取、努力将自己培养成为具有较高综合素质的医学毕业生。尊敬老师，团结同学，积极完成院系交给的各项任务，在临床实习期间，积极向临床各科上级医师学习医学知识，为日后的学习、工作打下坚实的基础。我不断地完善自我、充实自我，进步自我。在师友的教育和鼓励下，我不断努力下，打下了扎实的专业基础知识，系统地把握了临床医学专业课程。深深地感受到，理论知识与临床相结合的重要；广西医科大学成教院给了我知识的源泉，是我步进了医学事业，在两年时间里丰富了我的医学理论，从无到有，从简单到深奥，我逐渐了解了人体的结构，生理、病理等特点。但从中也知道了还有很多疾病我们人类是无法克服的，对它还是不了解的，所以，我更加知道自己肩上责任，还要在以后的工作中刻苦努力，注重理论与实践的结合，为祖国的医学事业做出突出的贡献，为人类的医学事业做出更大的贡献。尽我微薄的气力，我将在以后的工作和学习中更加努力，不断充实自我、完善自我，做一名合格的好医生！

大学3年，塑造了一个健康、布满自信的我，自信来自实力，但同时也要熟悉到，眼下社会变革迅速，对人才的要求也越来越高，社会是在不断变化、发展的，要用发展的眼光看题目，自身还有很多的缺点和不足，要适应社会的发展，得不断进步思想熟悉，完善自己，改正缺点。作为一名医学专业的大学生，所受的社会压力将比其他行业更加沉重，要学会学习，学会创新，学会适应社会的发展要求。

实习期即将要结束了，时间过得真快，实习是我将理论转为能力，迈向临床的第一步，在实习期间我受益匪浅，并将我终生受用，我下面对本次实习期间的表现进行自我鉴定。

xx年6月份我到永煤集团总医院实习，按医院和学校的要求，我分别到了外（脑、普、骨）科、内（神经、心血管、消化）科、辅助（心电图□x线）科室。等科室学习，在实习期间，我严格遵守医院及医院各科室的各向规章制度，遵纪守法，尊敬师长，团结同学，严格要求自己做到了不迟到，不早退，不旷工等，对病人细心照顾，和蔼可亲，努力将理论知识结合实践经验。

在临床实习期间，我积极向临床医生学习，经过将近一年的实习实践，我熟练掌握了病程记录，出院记录，化验单等所有医疗文件的书写，还掌握了清创缝合，无菌术等操作方法，我对内科，外科。内科等专业课的学习更加努力，重点掌握了疾病的诊治和治疗，对一些常见病。多发病的特点，诊断。鉴别及治疗原则等更为重视，为以后的临床实践打下了坚实的基础，在实习过程中我还不断总结学习方法和临床经验，努力培养自己的独立思考，独立解决问题，独立工作的能力，实习生活也培养我全心全意为人民服务的崇高思想和医务工作者必须具备的职业道德。但从中也知道了还有许多疾病我们人类上无法克服的，对他还不了解，所以我更加知道自己肩责任，还要在以后的工作中刻苦努力，注重理论与实践的结合，为祖国的医学事业做出突出的贡献。

在实习期间我严格遵守医院及医院各科室的各项规章制度，遵纪守法，尊敬师长，团结同事，严格律己，做到了不迟到、不早退、不旷工及擅离工作岗位。对病人细心照顾，和蔼可亲。努力将理论知识结合实践经验，在实习过程中我还不断总结学方法和临床经验，努力培养自己独立思考、独立解决问题、独立工作的能力，实习生活也培养我全心全意为人民服务的崇高思想和医务工作者必须具备的职业素养，经过将近一年的实习实践我熟练掌握了病程记录、会诊记录、出院记录等所有医疗文件的书写；掌握了临床各科室的特点及各科室常见、多发病人的诊治；掌握了常见化验的正常值和临床意义及和各类危、重、急病人的紧急处理。较好地完成了各科室的学习任务，未发生任何医疗差错和医疗事故。

医学5年，塑造了一个健康，充满自信的我，自信来自实力，但同时也要认识到眼下社会变革迅速，对人才的要求也越来越高，社会是不断变化，发展的，要用发展的眼光看问题，自己还有很多的缺点和不足，要适应社会的发展得不断提高思想认识，完善自己，改正缺点。作为一名医学专业的学生，所受的社会压力将比其他行业更加沉重，要学会学习，学会创新，学会适应社会的发展要求。

时光飞逝，一转眼，我在xxx医院检验科一年的实习即将结束，回顾自己在实习阶段所经历的点点滴滴，心里面百感交集。原本迷茫与无知，现如今满载而归，第一次被人唤作医生时的欣喜，第一次学会操作仪器以及独立进行各种检验工作时的快乐，还有实习医院领导老师们无私关心及教导仍历历在目，至今仍让我为之感动。现在，我即将要离开这个第一次工作的地方，心里有许许多多的不舍，但是，离开是为了能够在更多的地方更好的发挥自己的社会价值，我相信这第一次的实习经历会让我铭记一生。

实习是一件很具意义的事情，在实习中能够学到书本上没有的知识，增加社会实践能力，我们必须在实践中来检验自己所学的知识，尽管有时候会认为，书本上的知识根本用不上，但是，具备了知识也就等于具备了学习的能力，所以，我想实习的目的不是为了毕业证，而是为了获取知识，获取工作技能，换句话说，在学校学习是为了能够适应社会的需要，通过学习保证能够完成将来的工作，为社会作出贡献，然而走出大学这个象牙塔步入社会，必然会有很大的落差，特别是医学这一相对而言特殊的行业，理论与实践的差距实在是太大。因此，能够以这一年的实习来作为缓冲，对我而言是一件幸事，通过实习工作了解到工作的实际需要，使得学习的目的性更明确，得到的效果也必然更好。

实习是对理论学习阶段的巩固与加强，也是对检验技能操作的培养和锻炼，同时也是就业岗前的训练。尽管这段时间不是很长，但对每个人都很重要。刚进入检验科，总有一种茫

然的感觉，对于检验工作处于比较陌生的状态，也对如何适应这样的新环境感到迷茫。庆幸的是，检验科的带教老师们耐心的讲解，让我很快地熟悉了工作流程，老师们传授的经验，也让我对于检验这一专业有了更加深入的认识，我了解到许许多多在学校无法学到的更加具体的检验知识。

检验是一门需要十分的认真和仔细的专业，尽管在未进入医院之前也有所了解，但是真正进入科室后，感触又更深了。相对于医院其它科室而言，检验科不是一个大科室，但它有着不可或缺的作用，检验科工作人员就像是临床医生的眼睛，责任重大，我们所得到的每一个结果都与病人能否得到及时的治疗息息相关。在实习的过程中，我谨记着“认真”、“仔细”四字，对于每一个经手的标本都做到了按照规定流程细致处理，不出差错。因为我知道，这不仅是为将来养成良好的工作习惯奠定基础，更是对病人的负责。因为有了这一年的检验科实习经验，我们才更全面而深刻的了解了认真仔细对于检验这份工作的重要性。

在这段短暂的实习时间里，我获益匪浅，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。无法用言语简单准确和清晰的地概括我此刻的感受，有感激，也有不舍，感谢xxx医院领导以及检验科的老师们对我的关心和教导，我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，走上将来的工作岗位！

实习自我总结篇三

我来到了这个叫做xx镇的小学里，由一名大四的学生，瞬间变成了一名实习老师，无论这个称呼我们能否承担的起，我们必须接受，陌生的环境，陌生的人际关系，却有了一个新的身份——老师。两个月，足以让我对一个职位有了改观。全面且客观的认识到个中不易。

生活在哪里都一样，关键是你如何生活。一路走来，这是我

的收获，语文老师，没有了最初想象中的容易，调皮的学生，繁重的工作，任何的时刻对我老说都是一个巨大的挑战，好在该校的领导和老师热心的帮助，贴心的教诲，让我少走不少的弯路。

感觉自己一个问题就是自己在讲课过程中不能很好地引导学生。比如在讲课过程中，本来设计好的问题，如何让学生按照自己设定的思路思考？当学生没有按照自己计划好的方案思考时自己该如何引导他？这些问题对我来说确实是老大难。听实习指导老师说这些需要教师掌握一定的教学技巧，否则很难应对课堂中学生偏离课堂主题的问题，甚至方法不对，引导不好很有可能会造成越引导，学生越偏离你设定的主题，结果浪费了时间也没能及时完成教学任务。对于这一点，我觉得若是能掌握善于引导学生思考的方法必将极大地提高自己的教学能力。指导老师也说这需要老师自己潜心钻研，形成自己的一套理论或方法。我想这是一个长期的过程，需要我长期的努力。不过就目前来说，自己还是要多听听指导老师的经验，借鉴一下，这样在接下来的讲课过程中会有一些帮助。

再次，在讲课的过程中自己不能真正融入到课文中去，自己像是一个局外人一样在那里似乎是有条不紊地讲课。可是语文课不仅仅是向学生传授知识，在这个过程中更重要的是老师要注意引导学生，培养学生的情感、态度及价值观。而情感、态度及价值观的培养则需要语文老师在课堂中真正融入其中，例如，当课文中体现主人公内心欣喜若狂的段落时，老师也应该全身心地投入其中，去体会主人公内心的情感，这样更能调动学生的积极性和注意力，学生也会很容易受到感染。小学生是十分容易受到老师的感染及启发的。另外，当讲到比较悲伤的段落时，教师的语气、音调、表情等应该符合这种悲伤情境下的氛围。

总之，语文教师应该在课堂中时时注意调整、改变自己的语气、音调、表情、姿势等从而来影响学生内心的情感体验。

如果一个语气讲下来，老师自己游离于课文之外，那么学生恐怕也难以体验其中的情感。可是我自己老是觉得自己不能很好地进入情境，讲课时总是以一种十分平和的口吻讲下来，几乎没有什么改变。我也意识到这种问题，可是老是觉得不是很好改。我想可能是我自己还没有真正放下大学生的架子，老是觉得自己是成年人了，这些小学生的文章没有必要太投入。我猜测其他实习学生可能也会有这样类似的想法吧。不过，自己还是尽量改正，尽量去影响学生的情感体验。

另外，还有课堂调控的技巧或方法问题，这对于一名老师来说也是极为重要的。小学生年龄还比较小，自制力还比较差，在课堂中难免会出现一些违反课堂纪律或影响教师正常讲课的现象。尤其是对于我们这些实习老师来说，他们感到很新鲜，很好奇，有时候不注意听讲或者有意干扰老师讲课，这其实也没什么。小时候我们也是这样过来的，可以理解。关键是如何在课堂中有效地处理、应对这些问题，我又一次觉得这绝对是一个体现老师教学手段高明的地方。对于我来说，这方面很欠缺。第一次讲课的时候，当我正说着呢，一个男生突然插话，虽然他是善意的，但是我立即摆手不让他说话。

事后老师专门指出这个地方不应该武断地禁止学生说话，而我当时想的是如何正常的执行我预定的教学计划，生怕有学生随意说话导致我无法正常讲课。这其实也是教学技巧的问题，既要在课堂中顺利的完成既定的教学任务，又能巧妙的应对学生的问题，这对我来说是一个极大的挑战。应该说，从学生的角度出发思考问题，为学生着想才能有效地解决这些问题，老是想着自己的教学计划而不知道变通，不是一个好老师。

我的指导老师是本校的高级教师，也是一位平易近人的教师，他经常鼓励我大胆尝试上课，给我很多锻炼自己的机会。我的每一节课指导老师都坚持听课，在课后细心帮我评课，针对我课堂上出现的缺点提出宝贵意见，并且肯定了我的一些可取之处，让我倍受鼓舞。我也会在课后反思课堂的各个环

节，努力改正，提高教学水平，以确保在下一次的教学不出现同样的错误。经过赖老师的悉心指导和我自己的努力，我在教态、语言、板书、提问技巧、与学生互动等各方面都有了明显的提高。我还向全校语文老师开了节公开课，在准备公开课期间，赖祥达老师也进行悉心指导，多次对我的教案提出修改意见，并对我在平行班上进行的试上的各个环节提出改进建议，肯定闪光点。当然，学校里的其他老师也会在生活上和教学上给予我帮助和指导，才让我在实习期间成长了许多。当然我还有很多地方仍需努力，比如调控课堂纪律的能力，需要在今后的教学工作中不断改进。

当然，自己在教学过程中还存在一些细节问题，比如讲话不够简洁等，都需要自己在接下来的时间里好好反思，多听取老师的意见和建议，针对自己的不足尽力予以改正，从而较好的完成实习任务，也为将来的教学打下一个坚实的基础！虽说我的实习生活即将结束，但我对教学的追求和努力将一如既往，我对学生的关爱也将永不消减，作为准老师的我有信心做好教育工作。争取做一名优秀的人民教师。

两个月，一生的情意，最不舍得还是那群孩子，虽然天天趴在宿舍门口，影响我休息，虽然每次犯错误都会打他们骂他们，虽然有时会很累很累，但是当一切要说结束的时候，是那么的舍不得。走的那天，全班的孩子都哭了，围着车不让汽车发动，送的小礼物塞得包满满的。这就是我的第一批学生，这是我最美好的记忆，现在我们仍会时常的通电话，聊天，亦师亦友。

人和人相遇，都是命中注定的事。很想对生活说感谢！

实习自我总结篇四

xx年3月，我在佳语幼儿园进行了为期半个月的实习，在这次实习中我第一次懂得了理解、喜欢孩子，要有很多很多的耐心、细心和爱心，这正是我们学习和努力的方向。我在实习

中增长了见识，我才知道，做老师难，做幼儿教师更难；也知道了自己的缺乏。我们要回到学校来充实知识，弥补缺口。

每个孩子都有自己的内心世界，他们好比一把把锁，老师就是开启那把锁的主人。真正走进孩子的世界，去发现他们，改变他们，教育他们，这个世界就是天才的世界。

跟孩子们在一起挺有意思的，还真想他们。咱也当了一回张老师呢！经过实习，我才发现，要想当一名真正合格的幼儿教师还真不容易，光靠如今学的知识是远远不够的。

和孩子们在一起的喜怒哀乐，如今回想起来就象一串串冰糖葫芦，紧紧的串在一起，甜甜的。

我愿用我的热心，换取孩子们的安心；我愿用我的真心，换取孩子们的开心；我愿用我的实心，换取所有人的认同。

初为人师，欣喜中有困惑，欢乐中有感悟。幼儿的教育和成长，都掌握在幼儿教师的手中，我真正感受到这份职业的神圣！

只有不好的老师，没有不好的孩子。幼教本来就是一门需要具有爱心的专业。面对一个个天真的孩子，我们更应该用母亲般的心去呵护他们。短暂的实习，我更加坚决了自己的选择。

实习自我总结篇五

每一个快大学毕业的学生都是会应对工作中见习，其目的地主要是使我们迈向社会发展的一个过多[]20xx年我就添加了见习的精兵，我所教的技术专业是设计装修，因此找了一家装饰公司学习培训。这一企业是即设计装饰与工程施工为一体的大中型装饰工程公司，是房地产开发商与顾客中间的公路桥梁，在这儿见习会使我获得更强的锻练，而这类不仅有科技

知识的认真细致，也是有音乐的魅力。

见习的五十天迅速就需要结束。在回首这秋收的一个月，我觉得十分的高兴，它使我在日常生活中掌握社会发展，我明白了到了许多在课堂上压根入学不上的专业知识，也打开了视线提高了眼界，为我将要迈向社会发展奠定扎实的基本。为了更好地表述自身获得的愉悦，我将分离好多个一部分讲一下自身的体会汇报见习的状况。

在企业这五十天我是慢慢的进入工作中人物角色的，由逐渐的了解简易的制图到变成朋友们的助手，再到参加到新项目中，干一些有效的事儿。这种逐渐的发展是朋友们给予我的毫无疑问，也就是我勤奋的结果。我得的不仅是专业知识，还获得了迈向社会发展的自信心，下边简易介绍一下我还在生成行所参加的`一些工作中：

一直跟工程项目经理做一期底越奢华欧式古典样板间的的工作中。刚开时我只有作一些琐事，给公司同事们打打杂，过去了几日就跟主管去早已做完的xx,耗费了三天时间，手绘画手稿，量尺寸，用以做xx的竣工资料，写竣工报告。见习期内有出门调查，出门调查的具体每日任务便是调查下一期的施工工地及其市场的需求，搞好纪录和照相工作中。

也有别的时间我的要点是学习培训怎样高效率，迅速地把握制图专业技能，也有一些实际的工程施工基本常识，以防之后的工作上设计方案出来的工程图纸适合，有效，且符合大家审美规范。我明白了怎样实际的工程施工和施工的流程，怎样设计方案的更有效和个性化，留意到了许多过去我非常容易忽略的关键点，便于在日后的作业和学习中出不来嘲笑，不敷衍了事，在制定的路面上应比他人早一步，做的更强更周全。

在我把握的一些基本上的制图专业技能和工程施工基本常识以后，主管便放开手让我干一些局部装修改动的制图工作中，

我起先去要修改的地区照相，做纪录，后量尺寸，手绘画手稿，后上机操作做改前大样图，随后遵从主管，装修工长和工程监理的建议做修改后的工程图纸，下面做该修改地区的技术性!沒有界线，如果你肯学就毫无疑问能进到到这一专业知识的行业中。这对于我之后的工作中生活是一个不错的启发，只需勤奋你也就可以获得你所想要的物品!

通过50天的实习工作，不但学得了专业技能，更获得了珍贵的工作经历和对日常生活的自信心。现如今自身早已喜爱上市场竞争的自然环境，根据此次取得成功的工作经历，在自身之后的市场竞争日常生活会走的更加稳定、更强。

实习自我总结篇六

两个月的实习已经画上句号，通过这段时间的实习，我得到了全面的锻炼，提高了自己的能力，实习的过程也使我完成了一个学生，在迈出社会时历经的过渡，为以后正式踏出社会奠定了扎实的基础。虽然实习的工作与自己的预期有落差，但是在对各个基本岗位的学习工程中自己还是学到了很多东西，也发现了一下自己的缺点和不足。

实习第一周由于刚入职，自己也是慢热的性格，所以和工作伙伴的交流很少，有问题也不敢提出来，这使我的工作效率大打折扣。尤其是高峰时段，更需要员工之间的相互配合。团队协作力不管你以后从事什么工作都必备的能力，这两个月的实习中，我的团队协作力有了很大的提升，我想这对我以后的工作会有很大帮助。

对于上级交给自己的任务或者自己的岗位职责都要认真负责的去完成。刚入职的时候我总在想应聘的是见习经理为什么要我从清洁大堂柜台这些服务员做的工作做起，店长说每个经理都是从基层干过来的，只有你自己掌握了每个岗位的操作要领之后才能更好的领导别人。所以对于即将要踏出校园的我们，在工作中一定不能好高骛远，要虚心学习，踏实认

真地走每一步。

在老娘舅这样的服务行业，基本礼仪礼貌显得尤为重要，比如在迎接欢送顾客、招待顾客过程中都要使用礼貌用语和身体语言，语言上多使用“您好、请、谢谢”，而行为上要主动协助顾客拉门，双手呈递，轻拿轻放等，在每一个细节上让顾客舒适满意。其实折射到生活中，这些品质也是我们必须具备的。所以老娘舅给我上了很深的一课，在平时生活中待人接物、礼貌礼仪自我感觉还不错的我也发现了自己还有很多要注意要学习的地方。不管是学习还是工作，做人是基本，步入社会，参加工作，我们更是要提高自己的修养，待人接物都要做到懂礼仪讲礼貌。

实习虽然短暂，收获却颇多，当中有成功的喜悦，有失败的辛酸，有欢乐的笑容，也有苦恼，在店长经理的指导下，在各位工作伙伴的支持帮助下，我在各方面都取得了很大的进步，实习工作顺利完成。这将对以后的工作有着非常重要的影响，我相信我会做的更好。

一个多月的暑假过了大半了，历时一个月的专业实习也结束的很匆忙。一个月很短也很长，让我还没在公司工作烦呢就结束了，同时也让我学到了很多的东西，受益匪浅，感觉这个暑假都变充实了，在XXXXXXXXX有限责任公司的实习既开阔了视野，又增长了见识。下面是我从这次实习中领悟到的很多书本上所不能学到的会计知识和道理：

会计在公司里占据着越来越重要的地位，会计是对会计单位的经济业务从数和量两个方面进行计量、记录、计算、分析、检查、预测、参与决策、实行监督，旨在提高经济效益的一种核算手段，它本身也是经济管理活动的重要组成部分。会计专业作为应用性很强的一门学科、一项重要的经济管理工作，是加强经济管理，提高经济效益的重要手段，经济管理离不开会计，经济越发展会计工作就显得越重要。

有关会计的专业基础知识、基本理论、基本方法和结构体系，我都基本掌握了，但这些似乎只是纸上谈兵，倘若将这些理论性极强的东西搬到实际上应用，那我想我肯定会是无从下手，一窍不通。自认为已经掌握了一定的会计理论知识在这里只能成为空谈。只有把从书本上学到的理论应用于实际的会计实务操作中去，才能真正掌握这门知识。

平常在学校学到的都只是课本上的知识，缺乏工作经验，还不能满足会计工作的需要。为了积累关于会计专业的工作经验，我在xx三友集团氯碱有限责任公司获得了一次十分难得的实习机会。实习期间努力将自己在学校所学的理论知识向实践方面转化，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，得到学习领导及全体工作人员的一致好评，同时也发现了自己的许多不足之处。

这里的同事对我非常和气，他们耐心地向我介绍了公司的基本业务、会计科目的设置以及各类科目的具体核算内容，又向我讲解了作为会计人员上岗所要具备的一些基本知识要领，对我所提出的疑难困惑也是有问必答，尤其是会计的一些基本操作，都给予了细心的指导，我很感激他们对我的教导。在刚刚接触社会的时候，能遇上这样的师傅真是我的幸运。虽然实习不像正式工作那样忙，那样累，但我真正把自己融入到工作中了，因而我觉得自己过得很充实，觉得收获也不小。在他们的帮助下，我迅速的适应了这里的工作环境，并开始尝试独立做一些事情。

在这里我的收获很大，我学会了录入业务、记账、登帐、填制记账凭证、使用打印机等好多的知识，掌握了会计工作的基本流程，也学到了不少为人处事之道，认识到不断学习的重要性，更多的了解了会计专业的特点，发现电算化在公司的使用日益普遍等等。以上就是我的实习收获和所得。

公司里凭证的填制已经基本上由电脑生成打印机完成，很现

代化，而且我发现这里所使用的用友软件很方便快捷，网络已经能很好的为公司服务了。

一个月的实习我基本掌握了登账的方法：首先要根据业务的发生，取得原始凭证，将其登记记帐凭证。然后，根据记帐凭证，登记其明细账。期末，填写科目汇总表以及试算平衡表，最后才把它登记入总账。结转其成本后，根据总账合计，填制资产负债表、利润表、损益表等等年度报表。这就是会计操作的一般顺序和基本流程。会计本来就是烦琐的工作。

在结账以前必须先对账，对账主要是为了发现和纠正记账过程中出现的差错。因为在会计核算过程中难免会出差错，而且差错可能出现在各个环节，如记账凭证填制中的错误、记账过程中的错误、实物保管过程中的疏忽等等。因此，在会计期末将账簿同会计凭证、其他账簿、实存物资相核对，可以保证账证相符、账账相符、账实相符，是会计信息真实可靠的保证，同时为报表的编制打下了良好的基础。

实习自我总结篇七

也经过这件事，我明白了一个道理，我们不能否认自己不是千里马，也不能否认我们不曾遇见过伯乐，只是，我们遇见了伯乐的同时，却没有在细微之处留意过自己的缺点，没有及时的改正，以至于我们错过了伯乐！下面是实习生自我总结，欢迎阅读参考。

短暂而充满意义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，我的操作能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内容，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责任感。我的每一步都必须从小事开始，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，我都虚心接受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内容有了不小的成就。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通过油品流量的大小。特别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通过看，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。这一切的工作内容与工作氛围，促使我更加的怕脏不怕累，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，积极参加各项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，努力做到安全文明生产。

二、积极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、保持谦虚的工作心态和学习的态度，认真听取建议，以最大的努力去工作，以最大热情去学习。把规章牢记心中，虚心接受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责任，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！

三年的大学生活，在5月15日结束了，开始了我们为期六周的实习生涯。生活在象牙塔的我们，感受到的是校园栏杆内的限制、自由和安全，然而却不懂得外边的世界是充满着无限的诱惑与罪恶。社会如果是大海，我们就是海中的鱼，遨游其中。如若，只顾风景，不懂危机，必然会被大浪起卷后拍死在海岸边上，等待烈日的烧烤，直到化为灰烬。社会是把双刃剑，充满危机、竞争的同时，又给我们带来了无限的生机，在有限的时间内，抓住时机，必然会促使我们自身的飞跃，但是这个飞跃又是有条件的，那就是我们的工作经验、能力以及我们自身的学历。

在节目《职来职往》中，评委申晨曾说过“学历代表你的过去，财力代表现在的努力，学习能力代表将来的成就。大多数人都想要改造这个世界，但却罕有人想改造自己。无论你在好单位还是一时不得志，都请你保持学习，这是你未来立足之本”。一如实习生的我，当我真正以一名实习生的身份着手工作时，我才发现，在以往的校园生活中，对办公软件操作熟练的自己，在单位却变得愚笨木讷，不知所措，领导问其所，我却变得哑口无言了。从此，我便晓得“学习”依旧要继续，而不是停滞！

在如今当浪淘沙的社会里，许多人认为自己就是一匹千里马，只是没有遇到真正的伯乐，所以才会暂时的碌碌无为。那么，真的是那样吗？对于我来说，其实不然，在本次的实习过程中，带领我们的徐主任年轻有为，他每每交给我们的工作都似乎

非常放心，不曾问过我们是否遇到过棘手的问题，是否需要他的帮助。同时，身为班干的我们，也自以为是的认为，有些工作都是平常的再熟悉不过的了，却不知我们的大意给工作带来的多大的不便。例如，我们负责的“纪念郭守敬诞辰780周年书画”收集工作——“收集”不就是把书法家、书画家的作品收好，集中起来吗？这，只是我们的想当然！一项看起来简单的工作，却蕴含着千丝万缕的问题。收集不简单的是收好、集中，更重要的是作为一名行政文秘人员在处理一些文件时应熟悉的去掌握工作流程，即：收集、整理、登记、收存、存档、封锁。那么，从此便很清晰的看到，我们的粗心、大意，如果不是徐主任的发觉，我们依旧浑噩度日，不知事态严重性。也经过这件事，我明白了这个道理，我们不能否认自己不是千里马，也不能否认我们不曾遇见过伯乐，只是，我们遇见了伯乐的同时，却没有在细微之处留意过自己的缺点，没有及时的改正，以至于我们错过了伯乐！

也许，在领导看来，一项任务的完成，只重于结果，不在于过程，然而，对于下属、实习生的我们，必须要重视每项工作过程，在多项过程的汇总中，发觉自身的不足，及时弥补改正，并时刻提醒自己，同时，在工作中，我们会遇到许多难题，我们不仅要沉着应对，更要坚持着自己的信念，步步为营，不抛弃、不放弃，为最终取得胜利的果实而努力拼搏！

实习生活不仅仅锻炼了我们的体魄，更锻炼了我们坚强的意志，每项工作的顺利完成都是我们坚持、努力的结果，一分耕耘一分收获！

20xx-9-5至20xx-11-11短短的两个多月的时间，同大学四年相比，一晃而过；同人的一生相比，如白驹过隙；如果把这段时间放到宇宙中来说，就如沧海一粟。但是对我来说，这区区二个月的时间，让我从一个学生顺利的转换成一名老师，让我从只会学知识的阶段一下越到传授知识的阶段，所以，我要感谢这两个月来带给我质的变化。

还记得第一次带课时的场景，跟汪老师的一节篮球课。简单的介绍之后，开始分组教学，我被分配带女生。我把队伍整理好，却不知道该如何开始，脑子里也不知道该怎么去做，说话还语无伦次的，我只记得说过这么一句：这节课教你们什么呢。呵呵，连老师都不知道教什么，学生们可怎么办呀。她们和我开玩笑的说：随便教什么吧，我们很好糊弄的。这就是我第一节课的开场白，一个本来应该在学校无拘无束的生活，突然间被拉到一个地方让当老师，难免会产生一些搞笑的事情。我承认，我是一个不负责任的老师，从来没有备过课。

实习的生活就在这尴尬的第一节课开始了，刚开始课少，周二和周四下午，我们也不需要住校，带完课就回学校了。感觉当老师也挺轻松的，和同学们玩一节课，自己玩好了，还能领上工资，世界上最好的事情也莫过于此了。真正开始体会到体育老师不好当是从十月份大一开学算起，大一军训完一开学，我们的课就被排的满满的，从周一到周四下午，天天满课，根本不给你喘息的机会。经过一个月的洗礼，上课也顺利多了，其实是因为教得内容太简单了，篮球课一学期就学个三步上篮，天天讲，每节课都讲，你想不会都难。最悲催的是带完课基本没事可做，我们六个人住的是“豪华”地下室，上下铺，没网，没电视，还老停水。唯一的娱乐生活是一副扑克，我还不会玩，老当观众。后来小屁孩把电脑拿过来，我们还能看上一会电影。这最值得炫耀的一项资本是灯光球场，从晚上七点开到十点，我一般没事就出去打球了。精神上的匮乏还不算什么，关键是物质上的单调。在山大，月亮圆的饭店你随便挑，早上各种小吃让你眼花缭乱，是在吃腻了咱去许西换个口味。可是在这呢，全校就一个食堂，外面的饭店屈指可数，最让人不能忍的是这的饭贵，还不好吃。我们被逼的没办法，只好披荆斩棘，爬山涉水，去离学校倍远的黑土巷就餐，也就是在这里，我们喜欢上了打卤面，大同刀削面，西安面皮。

吃饱了喝足了，任务也就来了，马上面临运动会。经过两天

运动会的洗礼，才让我明白过来，原来我们是如此免费的劳动力，让你干嘛你就的干嘛，让你往东，你不敢往西。我体会到我们如此悲催的命运，就从那天开始我盼望着实习早点结束，每天倒计时。

俗话说，坚持就是胜利，卧薪尝胆两个月后[20xx-11-11]最后一场篮球比赛的哨声终于吹响了，我盼望已久的日子来到了，至此神棍节来临之际，我们实习生活到此终于画上一个句号了。

最后校方为了感谢我们的辛勤付出，一个人发60块的工资，我们“俯首贴耳”，“感激不尽”。虽然官方对我们不冷不热，但我们在民间却能和学生们打成一片，一个年龄也差不了几岁，也能说到一块。对我印象最深的是两个班，因为这两个班是我一直坚持带下来的，从开始到结束，没有间断过，第一个班是成人班，总共13个人，就有七八个西藏的，暑假我去过西藏，藏民淳朴，自然的风情留给我很深刻的印象，和他们聊的也很高兴。一直说教他们跳健美操也没实现，留下一个遗憾。另外一个班是山大的，当我听说他们也是山大的时候，一下子感觉很亲切，就像在异地遇到老乡那种感觉。这个班很有意思，记得有节课有个女生，她穿的那种很长的上衣，做上篮的练习，做完之后说了一句话，刚开始我没听清楚，我还以为是不是有什么问题要问，最后我一问才恍然大悟，原来她刚才说“走光了”，呵呵，这下我就记住了这个女孩，只要她一上课，我就开玩笑的问，今天穿这个衣服不怕走光啊。这个班还有两个女孩打篮球很不错，女孩子能喜欢篮球很不容易，希望她们能一直坚持对篮球这份热爱。

[]