

# 2023年护士本科毕业多久考护师 本科护士实习心得(优秀5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 护士本科毕业多久考护师篇一

几个月很快就过去了，科室的成立从最开始的雏形到一步步发展，最终到鹤立鸡群是主任和护士长带领我们努力的成果，其中我们取得了很多出色的成绩，在主任的指导监督下我们也攻克了不少以往没遇到过的疑难问题，大夫的医术也在不断精进，在护士长的带领下我们护士也在不断的完善，科室的总体发展朝着光明的方向前进。可是，我们的成长与发展也有很多不完善的地方，我们也在不断的探索与摸索中找寻规律从而到达更高的水平，下头我就从自身不完善的地方做出个人总结，以及未来发展做出规划。

### 一、提高个人素质，预防护理风险

我是从学校刚刚毕业进入护理行业的新人，工作的这几个月我发现知识技能的全能发展十分重要，这对于更好的护理病人治病救人十分重要，可是，作为新人我觉得自身有很多不完善的地方，有些操作还没有信心成功完成，我明白仅有完善的技术水平和积累的临床经验才能使自我护理游刃有余，所以首先给自我提出要求尽量去配合老护士们处理急救危重病人的工作流程和不经常运用的技术操作，这样才能使自我单独处理棘手问题时临危不乱，避免护理风险的发生。多学习，多实践，这样才能更好的解决问题。

### 二、明确职责，发挥个人在岗位的意义

我认为首先不管在护理的哪个岗位上都应当明确自我工作的职责，了解岗位的工作要点，我以前是理疗班，我觉得理疗岗位就是与运用中医特色的理疗来辅助治疗，使患者的治疗效果到达更好的水平，能尽快是病情转好，所以理疗的方法正确很重要，比如，热奄包要正确的放在肾俞穴的位置，这样才能经过脉冲刺激穴位的方法治疗糖尿病肾病，并且药包必须要热但不能过烫，所以温度要把握好，而此刻我从事的是办公班，职责很大，不但要及时的传达交接大夫医嘱使医嘱能快速顺利完成，并且还要监督大夫医嘱的正确，可是作为新人我也有很多不懂的地方，大夫问题医嘱有时不能及时发现，所以我觉得在我认真查找大夫医嘱正确性与否的同时大夫也应当认真看好医嘱再下，相互监督相互促进，这样才能及时有效的为病人治疗，所以在有不懂的地方我要及时询问护士长和各位老护士，这样才能发现问题解决问题。对于出院结账累积问题，我会尽最大努力去完成本职工作，仅有大夫和护士共同完成出院病历的完善才能及时使病历归档。

### 三、遵守医院和科室规章制度

正所谓“无规矩不成方圆”，遵守医院和主任、护士长规定的规章制度十分重要，个人的个性和小团体主义不能运用在自我的工作中，听从领导安排才能使整个团体有好的发展，所以也要更加规范自我的行为规范。

五个月的护理工作取得了必须成绩，可是也存在着不足之处，自身本事的提升和缺点自查这需要我们纠错改正完善，每个人都有自我的不足之处，这需要我们去“自省”，仅有从自身纠察才能完善自身和科室的提高与发展。

本科护士实习心得

## 护士本科毕业多久考护师篇二

随着医疗技术的不断发展，护理行业的需求也日益增长。作

为本科护生，实习是我们接触实际护理工作的重要机会。通过实习，我深刻体会到护士职业的重要性和责任感，同时也感受到了实践中的挑战与乐趣。在这次实习过程中，我积累了丰富的专业知识和实践经验，得到了许多宝贵的心得体会。

首先，实习使我认识到护士职业的重要性。在医疗团队中，护士是患者最亲近的人。我们不仅需要关注患者的身体状况，还要从心理和生活方面帮助他们。在实习中，我亲眼目睹了护士对患者的照顾和关怀。每当我看到患者因为护士的努力而恢复健康，或者康复进展顺利时，我就会对自己的选择感到自豪和满足。护理工作不仅仅是一份职业，更是一种对人类健康贡献的事业。

其次，实习让我意识到护士的责任感。作为护士，我们需要在保持患者安全和卫生的同时，提供专业的护理服务。在实习中，我深刻体会到护理工作的细节和疗效对患者的影响。每一项护理工作都要认真细致，不能马虎和粗心。患者的健康和生命都依赖我们的护理，这种责任感让我时刻保持高度的警惕性和专注度。虽然压力时常存在，但我始终相信只有尽力而为，才能心安理得。

此外，实习也让我明白护理工作的挑战与乐趣。作为护士，我们必须面对各种复杂的情况和困难的处境，同时要保持冷静和敏锐的反应能力。在实习过程中，我遇到了许多意外情况和突发状况，例如突发疾病、伤者的救治等等。这些挑战虽然令人感到压力，但也使我能够锻炼自己的应变能力和解决问题的能力。同时，在实习中，我也经历了很多患者康复的喜悦和成功的瞬间，这些瞬间都成为了我继续努力的动力和支持。

最后，实习让我充分认识到终身学习的重要性。医学和护理科学日新月异，只有不断学习和更新知识，我们才能提供更好的护理服务。在实习过程中，我遇到了许多并不了解或熟悉的疾病和照护技术。为了满足医疗新需求，我通过课程学

习和与老师、同学的交流，不断深入研究相关资料和文献。不仅如此，我还积极参加护士执业技术培训和学术研讨会，以不断提升自己的专业能力和素质。

通过本次本科护士实习，我更加坚定了我选择护理专业的信心。实习带给我不仅仅是知识和经验的积累，更是对护理工作的热爱和认同。我相信，在不久的将来，我将成为一名出色的护士，为患者的健康和康复做出更大的贡献。

## 护士本科毕业多久考护师篇三

今年的护理工作由于十分繁重的缘故让我为之付出了不少努力，但由于能够较好地服从护士长的管理从而在科室的表现也算是可圈可点，实际上为了患者能够得到更好的护理自然不能够放松对自己职责的警惕才行，为了在护士的职业道路中有着更好的发展应当对近期的个人护理工作进行总结才行。

能够较好地协助医生做好病人的护理以及治疗方面的工作，在护理的过程中能够细致地执行技术操作并根据患者的状况作出相应的调整，在不忙碌的时候能够做好各个病房的巡视工作并经过对患者病情的观察从而及时发现异常状况，对待医生的嘱咐也能够作出理性的确定以便更好地开展护理工作，在巡视期间做到和病人进行良好的沟通并从中对病情的信息有了详细的了解，研究到部分病人抵触治疗的问题给予对方心理上的支持并打消相应的疑虑，当患者想要对自身病情进行了解的时候也会向对方解释病症原因以及注意事项，另外对于病人的输液状况也进行了重点观察以免对方擅自进行测试。

对待各类患者的诊疗能够做好协助方面的工作以便医生更好地进行治疗，尤其是重症患者的外出检查要提前做好准备以便对方能够得到较好的护理，实际上由于自我在护理知识方面存在着些许不足导致花费了不少时间进行学习，主要还是针对自我所在科室的护理操作要求从而弥补知识面的不足，

无论是简单的预防护理还是患者的病症原因所在都应当经过病历的观察有所了解，对待病人的用药治疗也要进行严格把控从而在护理查对的时候能够提前发现问题所在。

其他工作方面主要是针对医疗物品以及部分文件的管理，在做好物品清点的同时能够做好交接班工作以便于加强同事间的交流，除此之外做好了所在科室各个病房的卫生状况的观察以便于向护士长进行反馈，毕竟工作环境的整洁也要做好维护才能够让患者在护理的过程中有着更好的体验，其中患者提出的意见以及各项要求也能够做好相应的记录并向护士长进行汇报，即便是经过努力完成当天的护理工作也会根据次日的任务做好提前的准备。

尽管在护理过程中并不能够确保每次都获得患者的理解却应当实现自身的价值所在，毕竟对于护理工作者的发展来说唯有帮忙科室的患者尽快获得康复才算是自我的职责所在，所以我会继续秉承以往的作风并全力做好护理工作中的每项任务。

## 护士本科毕业多久考护师篇四

光阴荏苒，转眼间，两年半的护理本科函授学习即将结束，我要感谢三峡大学医学院给我这次再学习和提高的机会，回首这两年，是我一生的重要阶段，因为通过再次系统全面的学习护理学专业知识，我的专业技能得到全面地提高，为实现人生的价值打下坚实的基础，本人主要从思想品德和学习情况专业技能方面总结如下：

在思想品德上，在两年多的学习过程中，我进一步端正学习态度，养成严谨的学风和自觉学习的良好习惯，这些无形的财富将对我以后的工作和生活产生重要影响，在这个学习过程中，我牢记医学生的誓词，努力为祖国卫生医药事业奉献自己的微薄之力。

在学习上，我不断地充实自己，挑战自我，圆满地完成《生理学》、《医学免疫学》、《组织胚胎学》、《基础护理学》等17门课程的学习，在系统地掌握护理学专业课程的同时，也充实相关医学知识，使本人在过去的基础上，对于护理专业知识有一个较完整的框架把握，对以前在学习的知识有个反刍的机会，对所之所学的专业知识有更深刻的理解，自身素质有进一步的提高。通过这两年多的专业学习，我的专业知识和专业技能有质的提升，让我对于护理工作更加得心应手，在以后的工作中，我要把把学到的新理论、新观念、新技术及时地运用到护理工作的具体实践中，真正做到“以病人为中心，以质量为核心”的服务宗旨，工作尽职尽责，踏踏实实，练就扎实的基本功，为患者提供更加优质的服务。

护理本科毕业自我鉴定5篇护理本科毕业自我鉴定5篇两年半的业余学习，时间虽短，但本人觉得受益很大，我将努力向更高的.医学知识高峰继续攀登，并以此作为回报社会的资本和依据，以扎实的专业技能为依托，用优质的服务回报社会，为祖国护理事业的发展和人类身心健康贡献自己的力量。

## 护士本科毕业多久考护师篇五

学习护理专业的我，在毕业后应聘到一家医院做护士。当我穿上神圣的白衣天使的医服时，身上感到一种喜悦和重大的责任。想在工作中体现自己的价值，毫无疑问只有努力去做，护理好每一个病人，让他们都能够带着健康回到自己的亲人身边。为期半年的实习工作，以下便是我的护士实习自我鉴定：

在做护士自我鉴定时，我还是可以给自己的实习成绩画上一个句号。因为通过半年多的护理工作实习，在带教老师的悉心指导与耐心带教下，认真学习《医疗事故处理条例》及其法律法规，并积极参加医院组织的医疗事故护理条例培训，多次参加护理人员学习，通过学习使我意识到，法律制度日益完善，人民群众法制观念不断增强，依法办事、依法维护

自身的合法权益已成为人们的共识，现代护理质量观念是全方位、全过程的让病人满意，这是人们对医疗护理服务提出更高、更新的需求，因而丰富法律知识，增强安全保护意识，并且可以使护理人员懂法、用法、依法减少医疗事故的发生。并且在自己所拟定的细致的护理人员工作计划下，理论水平与实践水平有了一定提高。

在实习过程中，本人严格遵守医院规章制度，认真履行实习护士职责，严格要求自己，尊敬师长，团结同学，关心病人，不迟到，不早退，踏实工作，努力做到护理工作规范化，技能服务优质化，基础护理灵活化，爱心活动经常化，将理论与实践相结合，并做到理论学习有计划，有重点，护理工作有措施，有记录，实习期间，始终以“爱心，细心，耐心”为基本，努力做到“眼勤，手勤，脚勤，嘴勤”，想病人之所想，急病人之所急，全心全意为患都提供优质服务，树立了良好的医德医风。在各科室的实习工作中，能规范书写各类护理文书，及时完成交接班记录，并做好病人出入院评估护理和健康宣教，能做好各科常见病，多发病的护理工作，认真执行无菌操作规程，能做好术前准备指导，并完成术中，术后护理及观察，在工作中，发现问题能认真分析，及时解决，能熟练进行内，外，妇儿及重症监护等各项护理操作，严格执行三查七对，同时，本人积极参加各类病例讨论和学术讲座，不断丰富自己的业务知识，通过学习，对整体护理技术与病房管理知识有了更全面的认识和了解。

在今后的的工作中，本人将继续努力，牢记护士职责，不断加强思想学习与业务学习，全面提高自身综合水平，为患者提供优质服务。

## 参考护士本科实习自我鉴定(二)

时光匆匆，转眼实习已结束，大学毕业在即。经过10个月的实习，想想自己也从一名懵懂的大学生，走上社会，走进医院，成为一名救死扶伤的护士。在校就读护理专业期间，我

深知理论知识的重要性，认真对待每门课程，也一直以严谨的态度和积极的热情投身于学习和工作中。在实习的过程中，虽然有成功的泪水，也有失败的辛酸，我为我辛勤的扶持写下在院自我鉴定。

在这日益激烈的社会竞争中，使我充分地认识到成为一名德智体全面发展的优秀大学生的重要性。

还记得我们一群人在老师的带领下踏进了医院。带着彷徨与紧张的心情，开始了为期10个月的临床护理实习。但当真正接触到病人后，我发现，临床护理和书本上还是存在着差距，自己不仅有扎实的理论，熟练的操作，还要有爱伤观点等等。在工作中，我不断将自己在操作的过程中学习到的知识做下了实习工作总结，让现在的实践弥补过去理论的缺憾。在学习上，严格要求自己，凭着对成为一名优秀白衣天使的目标和知识的强烈追求，刻苦钻研，勤奋好学，态度端正，目标明确，基本上牢固的掌握了一些专业知识和技能，作到了理论联系实际；除了专业知识的学习外，还注意各方面知识的扩展，广泛的涉猎其他学科的知识，从而提高了自身的思想文化素质。所以我深刻体会到临床实习是对理论学习阶段的巩固与加强，也是对护理技能操作的培养和锻炼，同时也是我们就业前的最佳锻炼。所以，我们加倍的珍惜这段时间，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。

刚进入病房的那段时间，总有一种茫然的感觉。看着提前进入临床实习的学生们端着操作盘忙前忙后，心里不由得羡慕，我什么时候才能这样啊！那时，对于护理工作还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没有一种成型的概念。

庆幸的是，老师为我们介绍病房环境，介绍班次及各班次的工作，介绍工作的自我保护，当然还有最重要的责任感与慎独精神。



回想当初医院实习的第一天，也是我实习的第一站，供应室。对我来说，在这里我们实习的时间是两周，但由于是我实习的第一个科室，对此充满了好奇与期待。第一次走进供应室，虽然表面可以理所当然理解为供应东西。但不只这么简单。看到那些新型机器，高压消毒锅，看起来还是那么新鲜。又不敢随便碰，怕一不小心按错开关就坏了，价值可都是上万的。不知从何入手，什么都不懂，心想，这份实习适合我吗？我可以做下去吗？在我犹豫不决的时候，心灵的某个角落传来一声慰藉“伟人也不过是从零开始，相信自己，坚强地走下去”。终于，在老师们的教导下，我熟悉了窗口的相关业务，也基本可以帮助病人解决相关的问题，无需再每件事都去请教老师，麻烦老师，因为我也知道，老师们有他们自己要做的事，有他们自己要完成的任务。渐渐地，我基本可以独立地解决窗口的很多问题，在每次帮助病人解决问题之后，内心真的很愉快，很舒服，那种感觉不知从何谈起，不过我知道，他们嘴角上微微地笑容就是对我工作的认可和肯定，希望这笑容一直笑下去，笑得更甜，更美。随着时间的累积，自然而然，我也在科室扮演着一个“重要的角色”，成为这个大家庭的一份子，真的很感谢老师们一直以来的教导和关心，真的很希望能和您们这样一直相处下去。

带教老师们都有丰富的临床带教经验，让我也很快的适应了护理工作，很快的适应了医院环境，为以后的实习奠定了良好的基础。

护士的工作室非常繁重与杂乱的，尽管在未入临床之前也有感悟，但是真正进入病房后，感触又深了。的确，护士的工作很零碎，还可以说是很低微，我们用自己的双脚一遍遍的丈量的病房的路程；但是，护士也有独特的魅力。医院不可能没有护士，医生离不开护士，病人离不开护士，整个环境都离不开护士。这琐碎的工作，有着完整的体系，可谓麻雀虽小，五脏俱全。

从我选择护理事业，我就有一句格言：用有限的生命投入到无

限的护理工作中。我会在今后的工作中更加不断地学习，以不断提高自身的业务能力。这就是我实习十个月来的心得体会，也可以算的上是实习阶段的第一个收获：学会适应，学会在心的环境中成长！

以后的工作中我将更加努力，使自己的理论知识及操作技能更上一个台阶，以便能更好的服务于患者。争取做一名优秀的护理人员。

### 经典的护士本科实习自我鉴定(三)

短短9个月的实习生涯已接近尾声，在这里我有必要对自己这9个月的实习生活来进行一次大总结！在学校学习了两年的理论知识，加上临床的9个月，在这段期间，我们哭过、笑过、抱怨过、放弃过…但最终我们释然！然后怀着一份感激的心情努力走过来了！20xx年7月1日我们进去黄披区人民医院，进行为期9个月的临床护理实习生活。在这里，我们对理论知识得到进一步巩固和加强，也对护理技能操作的培养和锻炼得到进一步提升！这将是我们将走上社会、踏上工作岗位的最佳锻炼阶段，是我们人生中的一笔巨额财富！在这里，我特此感谢各位老师在学校期间的辛勤栽培，感谢黄披去人民医院为我提供的各种优越的实习条件，感谢所有为我的带教老师时的关心照顾和辛勤指导！

在护理部主任的安排下我实习的第一站是外科，在这里所有的一切大意我来说都是陌生而又好奇的！在病房实习所接触最多的是病人及其家属，所以我们对自已的要求也不一样，做什么都要特别小心与仔细，回答病人的问题要求也更是甚严，但这更能体现我们所学东西的不足与薄弱环节，刚开始去的时候我的带教老师很好，什么都手把手的教我，那时老师最主要是在培养我配药的能力与速度，在外科经过两个月的实习，我基本都可以更上老师配药的节奏。并在此期间让自己对一般常见病有了进一步了解，学到了体位引流、吸氧、插鼻胃、管更换引流袋、倒尿术、静脉输液、心电监护等等护

理技术。由于是刚刚走出校门的学生，所以刚开始几天每天都在忙碌着，整个人都感觉好累好累，全身都是酸痛，下班后回到住处倒头就睡！身心疲惫！虽然很累，但感觉一切都觉得值得，让我离目标又近了一步！我很感谢在这带过我的老师，她让我比较快的适应了医院各科室的护理工作，能够尽快的适应医院环境，为以后的实习阶段打下了良好的基础！所学的东西也将成为我下一个科室的财富。我知道护理的工作是非常繁重与杂乱的，尽管在在没实习之前也有所感悟，但是真正进入病房后感触更是深刻了。的确，护士的活很零碎，很杂乱，还可以说很低微，可是透过多数人的饿不理解，护士有着独特的魅力。医院离不开护士，医生离不开护士，病人也离不开护士。这琐碎的工作，有着完整的体系，正因为如此，才发挥了其独特的作用。因为有了临床的实习，我们才更全面的理解了护理工作，更具体而详细的理解这个行业。

接着下一个科室在急诊实习，通过各位老师的热情指导，耐心言传身教，使我更深刻体会到了护理工作的艺术性和专业性。急诊是抢救病人生命，照顾危重病患的第一线。作为一名急诊护士，不仅要熟练掌握各项急诊操作，还要具备常人所没有的耐心和爱心；要在紧急情况下，动用自己的自己的聪明才智，以真心真诚的态度对待病人，认真做好与病人家属的沟通。这些工作看似简单，但绝非一朝一夕能完成的。通过在急诊实习的这段时间，使我对护理工作有了进一步认识，我将牢记急诊严谨求实，认真谨慎的工作作风，踏踏实实的做好每一项护理工作。争取早让成为一名优秀的临床护士。

然后实习的下一站在内科，印象最深的是在呼吸内科，一次对一位肺心病病人抢救的全过程。那位患者是因为自己下地上厕所而导致的暂时缺氧。听到报警，老师和值班医生还有我立刻跑向病房，老师快速让病人平躺，给他带上呼吸面罩，监护仪，并且关注他的血压和氧饱和度。与此同时，又有几个医生也赶到病房开始会诊。病情在不断变化发展，抢救计划也随着病情而灵活多变，所有人的神经都绷紧着。我一会儿盯着心电监护仪的表情，一会儿看看病人的表情，为病人

揪心。药物进入病人体内，所有人都在观察病情的进一步发展。无论是医生还是护士，此时注意力都高度集中。医生们缜密判断，护士们熟练操作，紧张而不慌张，病房里除了呼吸机的声音，安静极了。病人家属把病人的生命交到了医生和护士手中，把亲人生的希望寄托在他们身上，医生护士们的肩膀上此刻承载了多大的压力，恐怕只有他们自己知道经过一个多小时的抢救，呼吸，心跳，血氧饱和逐渐恢复正常，病人从死亡线被拉了回来，所有人都松了口气。由此，我深刻地体会到了作为一名护理人员，必须具备精湛的护理操作技能，同时还必须有敏捷的思维冷静的头脑，熟练的与医生默契配合。医护配合至关重要，医生和护士的职责是高度统一的，目标都是为了给病人缓解或解除生理上和心理上的痛苦，只有当医生和护士做到密切配合，才能给病人带来最大利益。内科系的疾病的发生与病人的心理状态和行为方式密切相关，所以平时在与病人接触的治疗与护理中，我运用自己掌握的知识，鼓励病人调解好心理，建立良好的生活方式，并针对不同病症给予相应的健康教育指导，赢得了病人及家属的认可。

在接下来大的科室就是儿科，在儿科的实习中，同样跟着老师上了中夜班，以至于在中夜班中应注意到的事项，在新生儿中，了解并掌握了早产儿在暖箱中的注意点，新生儿黄疸照蓝光时需要注意的几方面。虽然小孩子的针打的不是很多，但在其他方面我学的到了很多。如在从理论中，我学习到了新生儿黄疸的辨别，支气管肺炎的临床表现，护理诊断及护理措施，患儿轻、中、重度缺水的划分等。其实在儿科对护理工作真的是一个大挑战，对与学会与病人家属沟通尤为重要！

再接着就是妇科了，在这里我学到了很多，有了在外科和内科实习的精练，在这里很多事情做得也得心应手，在老师的带领下，我的静脉输液技术得到进一不提高，对与手术病人我直待如何为他进行术前准备，其他的基本操作技术我在这得到进一步加强与巩固！对与在妇科里常见疾病有了进一步认

识，也知道一些相关处理措施，在这里很多人因为躯体和身体都受了重创，所以在情绪上难免有些或大或小的波动，所以在这里我们应该给予患者理解并在心灵上给予帮助!在老师的指导下，我基本掌握了妇产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。

护理工作实习的大半年多的时间里!在带教老师的悉心指导与耐心带教下，认真学习《医疗事故处理条例》及其法律法规，并积极参加医院组织的医疗事故护理条例培训，多次参加护理人员学习，通过学习使我意识到，法律制度日益完善，人民群众法制观念不断增强，依法办事、依法维护自身的合法权益已成为人们的共识，现代护理质量观念是全方位、全过程的让病人满意，这是人们对医疗护理服务提出更高、更新的需求，因而丰富法律知识，增强安全保护意识，并且可以使护理人员懂法、用法、依法减少医疗事故的发生。理论水平与实践水平有了一定提高。这这里学习和了解一些法律知识都非常重要而且是必然的!对自己是一种保护!

实习期间，始终以”爱心，细心，耐心”为基本，努力做到”眼勤，手勤，脚勤，嘴勤”，想病人之所想，急病人之所急，全心全意为患都提供优质服务，树立了良好的医德医风。在各科室的实习工作中，能规范书写各类护理文书，及时完成交接班记录，护理操作过程中严格执行三查七对，同时，要积极参加各类病例讨论和学术讲座，不断丰富自己的业务知识。

以上是我实习以来对某些大科室的所感所悟所想所写!实习已经快结束，这一轮挑战已经慢慢接近落幕，但我们前面的路还很长，心的挑战也即将上演，我们必须做好充分的准备迎

难而上，树立良好的思想道德素质，要有信心与恒心!相信自己在接下来的工作中会越做越好。