

# 暑假自我鉴定 学生暑假自我鉴定(优质10篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

## 暑假自我鉴定篇一

短暂的实习生活已经结束了，在这不到一个月的时间里，我第一次走上讲台，扮演了教师的角色。从实习第一天备课到深夜到实习最后一天与学生们离别时的依依不舍，这宝贵的实习生活让我经历了作为一名教师的种种第一次，正是从这些第一次中我深刻体会到了当一名教师的酸甜苦辣，也深切感受到了作为一名教师，尤其是一名优秀教师是要付出多么大的汗水与努力。

第一次讲课的经历相信对每一个实习生来说都意义非凡，因为这是我们第一次踏上讲台，面对学生，那紧张和兴奋劲儿是不言而喻的。对我来说，第一次讲课的经历更是难忘。因为刚到实习学校的第一天，在连住宿都没有安排好的情况下，指导老师就让我上第二天的英语课。虽然来之前，学校领导曾强调过实习生必须先听一周的课，但这个指导老师却异常固执，无奈我只好勉强答应。带着全身的疲惫，我不得不在实习的第一天挑灯夜战，准备第二天的课。

虽然在实习之前我曾经无数次想象过自己第一次踏上讲台的情景，但却没料到会是在这么匆忙的情况下准备这第一节课的。庆幸的是，讲课是比较成功的，得到了指导老师的肯定。上完第一节课，走在校园的路上，竟然有学生向我问好，此时所有的埋怨和不满都烟消云散。在这全校仅有八个班的农村中学里，学校条件也许是最差的，但看到学生们那纯真的

脸庞，求知的目光时，我感到自己有责任把他们教好。

在随后的教学中，我越来越感受到有责任心是一名教师的基本素质。因为当你看到晚自习时学生们在闷热的教室里，昏暗的灯光下学习的身影时；当你看到学生们眼睛里所流露出的求知的眼神时；当你看到办公室里老师们伏案备课，认真批改作业的情景时，你会不自觉地意识到自己肩上担子的分量，并暗下决心一定要尽自己最大的努力把学生教好。

作为一名教师同样要有扎实的专业知识。这一点我是深有体会的，因为第一次讲错知识的经历让我既羞愧又自责。记得那是在讲动词变现在分词的规则时，有一条规则是：在重读闭音节中，动词以一个元音字母加一个辅音字母结尾的，要双写这个辅音字母加ing。在举例子时，我随口说了listen这个词，看似符合这个规则，但实际不符。

由于我的一时疏忽，导致全班35名学生学到了错误的知识，那种自责惭愧的心情是难以形容的。可以说直到自己真正当上了老师，才发现自己当学生时对已有知识掌握得仍有不足。由此我更深刻体会到扎实的专业知识是一名合格教师的基本要求。

做到了知识讲解得准确无误，那么如何以简单明了的方式让学生快速地理解掌握知识也是一个不可忽视的问题。可刚开始我却忽视了这一点。有时一个简单的知识点我反复强调了多次，但仍有学生出错。一次在批改学生听写时，看到学生出错的地方正是我强调过的，我的心情一下子阴了起来，恨不得立马把学生叫到跟前质问批评。

于是在第二天上课时，我就当众严厉批评了那些犯错误的学生，连我自己都惊讶自己哪来的这么大的火气。因为平时在学校我给同学们的印象都是极其温柔的，是属于淑女类型的。事后细想起来，光批评他们是没有用的，重要的是如何以一种有效的方式让学生理解掌握知识。后来通过旁听其他老师

的课，我从中学到了很多经验。但教无定法，好的方法可以借鉴，但决不可以照搬。只有根据学生们的实际情况和不同特点出自己的经验才是切实可行的。

一名优秀的教师除了要有强烈的责任感，扎实的基本功，更应是一名很好的课堂组织者。对于英语初学者来说，老师如何组织课堂教学，调动课堂气氛，使学生对英语产生兴趣就显得尤为重要。记得有一次学生们朗读课文，个个都像蔫了的白菜，有气无力。这时我就问他们有没有听说过疯狂英语，见他们好奇的表情，我就讲了讲什么是疯狂英语，以及李阳的一些英语，比如三最口腔肌肉练习法。

最后我鼓励他们用疯狂英语的方法来朗读课文，没想到学生们一下子来了精神头儿，嘴也张开了，声音也大了。一堂课下来，觉得自己好有成就感，第一次体会到了作为一名老师的满足与快乐。在以后的教学中，我就不断运用多种灵活多变的教学方法，比如游戏，比赛，鼓励，幽默等都取得了不错的效果，从中我深深体会到老师的满足与自豪。

随着与学生的不断接触，我越来越发现每个学生都是那么地纯真可爱。与城里的孩子相比，他们没有优越的学习条件，但他们却有城里孩子所没有的朴实善良和不怕吃苦的品质。

他们就象一朵朵迎风招展的小花，虽然没有生长在沃土，但个个都散发出沁人心脾的芳香。转眼间，离别的日子就要到了，真是舍不得和他们说再见。记得最后一天，所有的学生都是含着泪上完了最后一节课，包括我自己。当学生们哭着问我什么时候再回来，我强打着笑容说毕业后，我会再回来。

## 暑假自我鉴定篇二

20xx年的暑假安排的.还是很充实的，整个7月份都在上辅导班，孩子最让妈妈欣慰的是我学会了坚强，学会了忍耐。天天上辅导班我也没有抱怨。假期一开始妈妈就给我报了学游

泳的辅导班，对于游泳我很抵触，我很怕水说什么都不肯去，是妈妈强拉硬拽把我带去的，在教练的百般劝导和循序善诱下，我终于下水了，在之后的几天练习中我也没有表现出抵触的心理，在最后的表演公开课中，我对妈妈和教练说“今天我自己下水，教练不用陪着我了”。

教练说我每次都要别人陪着才肯游，这次我真的很勇敢自己坚持游到了终点，看到我的勇敢妈妈也很高兴，答应我休班时带我去海边游泳。

进入8月份，辅导班都停了下来，我开始在家写作业，妈妈和我一起制定了“假期学习计划”。可我总是不按规定完成当天的学习计划，每天除了无节制的吃东西就是看电视，以至于体重在假期中飙升，妈妈和我爸爸很无奈，实在没办法了，妈妈只有申请休年假，把我爷爷奶奶送回了老家，由妈妈在家陪着我、监督我，没有老人给我撑腰，我也很听话，没几天就把作业写完了。

同时还帮妈妈做家务擦桌子、扫地、洗碗等干的有模有样，有一天我还在爸爸的指导下蒸了一次米饭，我把这次的经历写了一篇小作文。妈妈也兑现了妈妈的承诺，带我去了好几个地方游玩，回来后我也写了一篇游记，用我自己的视角来记录假期的生活。

假期中也有小遗憾，在完成图画作业时，我没有按照学校的要求去画，而是按照我自己理解的去画的，偏离了主题，但妈妈也没有强求，怕泯灭了我的想象力。在我画完后，妈妈让我在画上写了几个字，勉强贴近学校规定的主题。

假期结束了，妈妈希望我在今后的学习中能进步。并祝愿所有的孩子们健康成长，开心每一天！

## 暑假自我鉴定篇三

暑假实习自我鉴定怎么写呢?实习是我们踏入社会的重要一步,下面就是为大家整理的暑假实习自我鉴定范文哦!

今年的暑假,我没有再去暑期打工,经过学校的推荐,我被推送到xx科学馆当大学生实习挂职生。

从实习以来,这是第一次八点半上班。

可能是习惯吧,还是醒的比较早,在床上磨蹭了二十分钟左右才起来。

七点半从宿舍出发,跟往常去上班时校园人还比较少不同,今天去时校园里行人已经很多了,大部分应该是去上班的,自习的也有,也见到不少晨练的。

上班的途中感觉天气也比以前要热一些。

早上到了单位后,老师对我们说以后他们要轮休,而且明天一天都没时间,所以希望我们今天就把实习鉴定填好后让他们写评语。

我大概九点开始写小结,写了大概一个小时。

不得不说,我的速度很慢。

写完后又查看了两遍,稍微修改了一下,这样最终完成就差不多十点半了。

我是我们三个中完成的最慢的。

当我还在写时,他们俩已经开始工作了。

今早上的工作还是把中国共产党地方各级代表大会的材料整

理归档。

我做完后帮助写了一下编码。

然后休息了一会，午饭时间就到了。

下午继续做材料归档的工作，工作量不大，所以就以认真的态度，也把玩的心情来做。

做完后也是休息时间。

后来快到四点的时候，林老师来叫我们帮助做明天面试工作的相关准备，包括搬水到侯考室、候考区、考场和休息室；裁剪抽签的号码，休息室座位的号码；张贴各种提示语；布置考察等。

由于中间林老师有其他事，我们得按她的要求做，所以做到五点二十多才结束。

比现在的下班时间晚了约二十分钟。

今天就感到我们的实习基本上就结束了。

现在已经没多少事了，后天也没多少事了，周五甚至可以不去，就等着开周五下午的总结交流会了。

但是明天还是很忙的一天，因为那个面试，也许不会很累看，但是时间比较长，因为早上七点就得到。

而且要求很严格，手机得上交，所以没事时就不能想以前一样或者用电脑上网，或者有手机上网了。

但是从今天就开始做实习鉴定表来看，实习确实差不多就结束了。

在为期两周的实习过程中，书本知识与实际操作、理论与实践的碰撞，绽放出青春的火花，让我对未来踌躇满志的同时，也让我更清楚地了解到自身的不足。

本次实习将为我以后的定位提供积极的参考作用。

纸上得来终肤浅，若知其事终须行。

本次实习，让我得到了进一步认识社会、接触工作的机会，并在有关领导和同事的关心与指导下了解到大学生工作期间出现的各种问题，例如：刚毕业的大学生经常犯些粗心大意的错误，忽略细节问题，他们让我懂得认真的工作态度比能力重要；由于缺乏一定的社会阅历，大学生在处理人际关系方面手法有欠成熟，他们让我知道良好的人际关系有助于工作又快又好的完成；以天之骄子自居的大学生总以为自己知识比别人丰富，骄傲、浮躁，他们让我理解到勤奋好学是工作的好习惯领导与同事的关心与指导让我倍受鼓舞、受益匪浅。

肩膀上的责任让我感受压力，同时也让我在前进的路途中迈出踏实的脚步。

虽说是实习，然而我把它看作真正工作的开始。

在我负责跟踪的“科技短信”活动与“创新论坛”的工作中，得到了不少锻炼的机会，写作能力的加强、语言表达能力的提高、组织能力的培养、认真态度的熏陶等让我满怀激动，并指引着我以后发展的方向。

再一次感谢科技馆的领导与同事，是他们把我空白的桌面上堆满厚厚的文件，是他们给了我按时完成任务的限制，是他们谆谆教导的话语。

我相信领导与同事的指导将为我以后走进社会踏出坚实脚印。

本次实习，既是一个知识与实践衔接的过程，又是一个不断完善实践与知识理论差距的机会，日后我将继续改善自身的不足和缺点，塑造成双转型社会中的知识人才，为以后迈进竞争激烈的社会踏出铿锵的步伐。

20xx年8月x日，我到了\*\*\*\*\*有限公司实习。

虽然不是我的第一份工作，不过却是体验我自己的工作。

在这里我看到了我没有看到过的，学到了我不会的，这是在我以前的“打工生涯”中所没有的。

这是一个刚起步的公司，虽然所属集团已经发展很久，但作为一家商务车改装公司而言，这才是一个开始。

一个刚起步的公司，面临的问题，不仅是人员的缺乏，还有制度的不完善、工作任务的繁重、分工的不明确等等问题。

在xx有限公司实习的这段日子里，我体会到了生活的酸、甜、苦、辣。

## 一、酸篇

工作中免不了偶尔的心酸。

一开始进入公司的时候，领导觉得我是一个实习生，从来不交待我做事，虽然这看似很清闲，但每天从早上8点半开始到下午5点一天结束，都是对着电脑干坐着，看着同事们进进出出地忙活，心里怎么都觉得过意不去。

后来领导终于给了我正式的任务分配，即负责四家4s店的汽车零件精品的订单销售工作。

有了正式的任务之后，事儿就是开始多了起来。

要负责解决4s店前期订货中产品遇到的质量问题，要负责4s店所下订单货物的即时下单与跟踪问题。

众所周知□4s店的人是多么地能刁难。

这就是我体会到的酸。

## 二、甜篇

有苦哪能没有甜。

工作中获得成功不仅是一个人物质上的满足，更是一种精神上获得的喜悦与充实。

在这几个月的实习工作中，我接到并完成了上百万的订单，并且保证了每一笔订单的顺利进行，妥善地为4s店处理了他们提出的各种稀奇古怪的售后问题。

并且还为其一些汽车零件精品寻找了能够提供更加物美价廉的产品与优质服务的供应商。

这就是我体会到的甜。

## 三、苦篇

由于这是一个刚起步不久的新公司，所有部门之间的分工不十分明确，因此很多工作都需要我们自己去协调处理。

例如精品配件的发货，客观地说，这是财务部下属仓库应该做的事情，但由于仓库人员缺乏，许多生产物料到货需要办理入库检验等工作，所以为精品配件发货的事务就需要我们自己来办理。

汽车的精品配件，很多时候不是一个小件，基本上都是大件

大件的物品，需要我们自己搬、抬、扛。

毫不夸张地说，更多的时候我真的体会到了实习的苦。

那就是工资拿的少，活做的多。

分工不明确还体现在很多生产的物料也需要我们精品销售来协助采购。

对于我们这个特殊岗位来说，精品销售不仅负责汽车精品零部件的销售，还有这些精品的采购。

而我们公司作为一家改装公司，许多对外销售的精品都是与生产同步的，因此很多时候当生产采购忙不过来时，我们就需要协助他们为生产向供应商下单。

但就是我得到的苦。

#### 四、辣篇

所谓辣，是领导的辣、同事的辣、客户的辣。

领导的辣在于，当我们做错事情时，领导会毫不留情地批评我们，记得第一次被骂的时候，我哭了。

因为很震惊，也很难受，更觉得委屈。

但后来领导却来安慰我，这就是恩威并施。

同事的辣在于，有时候我们需要得到一些帮助，请求他们帮助的时候，有时候他们会没空。

还有，一起工作的情况下，总免不了遇到一些矛盾，这个时候平时很好相处的人也显现出了他/她“辣”的一面。

客户的辣在于，总有各种闻所未闻、见所未见的事情来找到你。

很多时候，其实某样东西根本不是自己造成，但是他们会来找到你让你给解决，解决不好还会跟领导去“打小报告”，说你办事不利。

这就是我体会到的辣。

工作虽然辛苦，但是幸好我在工作之前就给自己下了镇定剂，对于一些困难，能够解决的我都自己尽量解决好，不给领导、不给同事添麻烦。

遇到一些我所不能解决的问题，我会积极寻求领导的意见，争取在最快、最有效的时间内解决。

我想，我是喜欢这个公司的，伴随一个不成熟的公司走向成熟，就好像看着自己的孩子成长一般(虽然我还没孩子)，这是一种满足，我会继续努力。

## 暑假自我鉴定篇四

放假是每个学生都盼望的，特别是暑假，漫长而又有意义，当然这个暑假是最特别的。

暑假刚开始的几天，我在家很悠闲的玩了几天，后来由于我很闷，便来到了泰兴市现代光学眼镜来参加非常暑假活动，其实对于打工我也是只知其表不知其内，在家里，我准备了一本记事本，想写一下打工的体会，当时的幻想是那样的美丽，可是去了，才发现大不一样。

早上我8：00准时来到了现代光学眼镜店，工作人员给我分配了任务是给顾客开门关门，倒水给顾客喝，心想真轻松这么

简单的工作，真是小菜一碟，一开始我站在门口还不感到怎么样，后来站了才有三十几分钟，脚就感到非常吃力，都想放弃了，心想既然来了就要坚持到底，我再向周围一看，这里的工作人员都站着呢，这时我真佩服她们，可能是她们站习惯了，现代光学眼镜店的工作人员很热情，也很热爱工作，对每位顾客都很热情，看到她们这样我还是坚持到底了，圆满结束了一天的非常暑假打工。

一天的暑期实践很快就结束了，在这短短的日子里，让我学到了很多在学校课堂上和书本上所学不到的使用的技术知识，扩大了自己的知识面，对社会的认识也更加深刻，更培养了自己与人沟通的能力，与顾客交流的能力，掌握一些技巧，也锻炼了自己，提高了自我学习与适应陌生环境的能力，培养了自己的独立能力。

在这次现代光学眼镜店举行的非常暑假活动中，也让我体会到了工作的辛苦与劳累，生活的不易。打工的时候，酸甜苦辣的事情多得很。即使是为了打发时间，也该去体验一下。更何况，耕耘的是自己，收获的也是自己。在踏足社会之前，去体验一下，当你真正面临工作的时候，也不会手足无措，像无头苍蝇一样四处碰壁。

我们中学生正处在人生的黄金时代，对于复杂的社会关系，将来的工作和生活，都没有很好的预见性，再加上没有好的文凭，将来想找一份好的工作都会难上加难，所以我们现在应抓紧每一点时间努力学习将来才会有更好的出路，才会有更好的发展，人生之路才会平坦，才会有更高的追求和进步，我们才会有更高的突破和发展。

我们现在的中学生是衣食不愁，靠父母没有过那种穷苦的生活，拿着父母的血汗钱却不知道珍惜，也不明白挣钱的辛苦，只知道花钱时的顺手。然而只要你真正有了一份自己的工作，才会真正体会到父母的艰辛，才会有一种奋发向上的动力，才会知道珍惜我们现在拥有的一切。

以前在家中过惯了衣来伸手饭来张口的生活，这次现代光学眼镜店举行的非常暑假活动让我真正尝到了生活的原汁原味。

## 【中学生暑假自我鉴定四】

### 暑假自我鉴定篇五

在全球性的金融危机和大学生就业难（非大学生就业更难）的新社会背景下，作为新时期学生的我们，要全面提高自己的素质和能力，特别是适应社会的能力。只有这样我们才能应对着日益严峻的形式。

今年暑假，在补课进行不下去之后，我在家玩了几天。然后，我孤身一人，登上了开往临沂的车。

临沂虽然离我们很近，但我就只在我四五岁时在这呆过一段时间□20xx年来过一次而且第二天就走了。所以对临沂我是一无所知。它的这条路那条路，到哪坐哪路车，我一听就晕了。但我想这正是锻炼我的机会，因为假如那天我正式开始就业，全国我并不哪个城市都去过，找不着头绪我就不就业了吗？当然不是。所以我选择了自己去。

因为找工作不止找一天，我便选择在我大表哥家住，他家在临沂公交驾校那边，已经出了临沂。因为找不清是哪路，找工作那天我从站前商场向北走，遇到路口向东走，再遇到路口向北走。就这样，我走成梯子型路线，为的是不迷路。遇到大小餐馆，我就进去问问收不收服务员，回答只有一一的“不收”。

终于遇到一个在门口贴出招聘服务员的小餐馆，我便满怀期望的走进去，可结果却令我很失望，他们只收长工，不收短工。就这样找了大半天，依然是一无所获。于是我选择了回

去，等回到我表哥家的时候，我的双脚已经几乎不能走路了，疼得要命。我也不知走了多少路，总之就是很多。我感觉到，找工作可不是怎么好找的。特别是当处在一个陌生的环境，又没有人帮忙，只靠自己，那是难上加难！

休息了一天，我去我二表哥的店里给他帮忙。主要是帮他给小区送水。第一次是送给601号的人家，也就是说我需要爬到第七楼。当时我二话没说，扛水就上了七楼。一般的楼房都是七层的楼，就是说我扛到了最顶层。又有一次是去鲁南制药厂第29号楼一单元602号，天哪，又是在七楼。

我去时，第一次是到了人家公司，门前保安说是送到其家属院，又给我说了位置。当我到达家属院的时候，保安不让骑车进，必须下车。我问他29号楼在哪，他对我说不在这个小区，他有向南指了指说在另一个小区，我又去了那个小区。进门时还需要签字，写清自己的身份证号，来干什么的。唉！麻烦。我有扛上了七楼。又一次是把水送到鑫胜小区的501，到达后我把水扛到六楼后，怎么叫门都不开，我又下去问了别人这楼号单元号都对，但就是没人。无奈之下，我又把水扛下去，带了回去。后来要水的那户人家打来电话，说他在小区的北区，而我却去了南区。唉！我又给他送了去。这送的都是六楼七楼，就只有一次是送到五楼。累啊！很累！

干什么都不容易，都需要付出极大的努力和无数的汗水。这次暑假社会生活体验，我没有完成那100元的任务。而且一分钱也没挣到。但我却收获很大。我真实地体会到爸爸妈妈挣钱是多么的不容易，他们为此是付出了多少努力和汗水，为了我的学业他们不辞辛苦地没有怨言地劳动、付出。我还有什么理由让他们生气，还有什么理由与他们讨价还价，还有什么理由不好好学习。我没有任何理由。

我的爸妈是最伟大的爸妈，在此向我的爸妈致敬。

## 暑假自我鉴定篇六

为期近三周的专业实习已接近尾声，收获不少，感触颇深。

我的实习地点是珠江社区，前期在社区的劳动和社会保障服务站工作，协助滕主任开展日常工作。后期与杜悦旻轮岗调换，协助社区主任完善电子台帐。

在实习期中严格遵守社区的上下班时间（8：30—11：30；2：00—5：30）遵守社区的规章制度，获得了社区负责人的肯定与表扬。

在实习过程中，能积极融入自身的角色，完成社区领导交办的事务，并充分发挥所学的知识技能，较好地完成任务。同时与实习部门的负责人建立了良好的工作关系，保证了实习的顺利进行，也从他们身上学到了不少实用的工作技巧。

每日坚持写实习日志，记录当天的工作任务和心得体会，保证实习的充实和有意义。

不足的是实习时间比较短，未能充分的融入其工作体系中，真正了解社区的工作模式。同时原先设想的工作模式也未能如愿的实行，大展我的“宏图”。

虽然如此，但实习的效果还是不容置疑的，希望今后能有机会与社区继续保持联系，进一步开展我们的实习！

## 暑假自我鉴定篇七

大学真的是一个非常自由的阶段，在过去的每个学习阶段里，暑假对我们而言基本上只有休息、学习这两种选项。为此，也造成了我对暑假的这种刻板印象。但在升上大学后，通过了在学校中的种种体验，我也发现我可以从另外的角度来看待暑假——实践！

这是我第一次主动地希望自己能在假期里去努力，去工作的，但相比起在家中漫无目的的休息，也许在假期的工作会更有一番风味！

说到工作，往往都会第一时间想到自己的父母。确实，在决定要去工作的时候，我就想起妈妈曾经和我说过工作是多么的辛苦，赚钱是多么的不容易。但过去的我完全不能从她的话语中体会出这种辛苦。

如今，在这次的工作中，我切身的体会到了在工作中的难处，这其中不仅仅有工作的劳累，还要受到领导批评、受顾客的气。每每感受到的工作中的委屈，我都想过要逃避，要放弃。但想起父母的辛苦，我却又一次的前进了起来。如今的我，虽然现在体会到的仍然无法与父母相比，但我也能模糊的体会到他们的生活，真的很辛苦！

尽管工作很辛苦，但有了辛苦，自然也有了收获。作为一名促销员，我在这几个月的工作中大大的锻炼了自身的体力、交流能力，以及最重要的一点——自信！

起初的我，几乎不敢在人群中喊出促销的广告，害怕顾客的目光聚集到自己的身上。这导致我的工作一度陷入了麻烦。但因为一位前辈的鼓励，我第一次迈出了自己的脚步！并从此改变了自己的工作情况。我越是去尝试，就越发的感到作为一名促销，喊话其实是很正常的事情！而在这样的锻炼中，我也逐步练出了能给顾客推销的口才，并大大的锻炼了自己的自信心！

回顾这几个月，尽管很辛苦，但却也很有趣。相比起过去的暑假，在社会的实践让我看到了更加多彩的世界。我相信，未来还有很多的事情可以体验，我也会继续努力，让自己取得更大的收获！

## 暑假自我鉴定篇八

为期近三周的专业实习已接近尾声，收获不少，感触颇深。

我的实习地点是珠江社区，前期在社区的劳动和社会保障服务站工作，协助滕主任开展日常工作。

后期与杜悦旻轮岗调换，协助社区主任完善电子台帐。

在实习期中严格遵守社区的上下班时间(8:30—11:30;2:00—5:30)遵守社区的规章制度，获得了社区负责人的肯定与表扬。

在实习过程中，能积极融入自身的角色，完成社区领导交办的事务，并充分发挥所学的知识技能，较好地完成任务。

同时与实习部门的负责人建立了良好的工作关系，保证了实习的顺利进行，也从他们身上学到了不少实用的工作技巧。

每日坚持写实习日志，记录当天的工作任务和心得体会，保证实习的充实和有意义。

不足的是实习时间比较短，未能充分的融入其工作体系中，真正了解社区的工作模式。

同时原先设想的工作模式也未能如愿的实行，大展我的“宏图”。

虽然如此，但实习的效果还是不容置疑的，希望今后能有机会与社区继续保持联系，进一步开展我们的实习！

有人说，生活有时就像一场雨，看似美丽，然而更多的时候，你得忍受那些寒冷和潮湿，那些无奈与寂寞，但是没有阳光时你自己便是阳光……每个人在漫漫人生路上都不会一帆风

顺，都会有失意的时候，但只要乐观地面对，不轻言放弃，总会有云开见月明的一刻……我毕业于安徽省黄山卫生学校，学习护理专业。

在校时成绩优异，每学期均获“一等奖学金”，连年被评为“三好学生”，是老师眼中品学兼优的好学生。

实习期间我不怕脏、不怕累，熟练掌握各项护理操作技术，表现优秀，深得带教老师好评，是带教老师眼中勤快、听话的实习生；护理病人时，我用心去体贴病人，用熟练、轻柔的操作去减轻病人的痛苦，用真诚的微笑带给病人一丝温暖，用通俗易懂的语言，委婉、温和的音调为病人解决疑难，在病人眼中我是一名态度和蔼的好护士。

毕业之后，对工作充满着遐想的我，以为通过自己的努力就能成为一名真正的白衣天使，可是现实并非如此，那时的我只好脱下白大褂、燕尾帽，加入到待业的队伍。

之后我做过幼儿保健员、营业员，但不管干什么，总感觉缺了点什么，自己热爱的护理工作不能从事，心中有太多太多的感慨……之后的两年里，我曾一度消沉，曾经的天使梦被现实无情的击碎，曾经那么自信的我，被生活压得好累好累，夜深人静时，我也曾抱怨自己，抱怨生活，曾不止一次地问自己：属于我的路在何方？可是转念想想下岗工人的再就业，与他们相比我岂不是幸运的多，我只不过是一时的失意，怎能如此消沉、轻言放弃呢？我应该做好准备，等待机遇，抓住机遇。

最终生活还是善待了我，我迈进了县医院的大门，干起了自己心爱的护理工作。

重新医学教`育网搜集整理穿上白大褂、戴上燕尾帽的那一刻，心中激动万分。

每天穿梭在病房中，看到患者一天天好转，一个个病愈出院，心中真是快乐，感觉一切都是那么的美好！生活是美好的，但偶尔也会和你开开玩笑，也许是对你成长的一种考验吧？而只要经受住，才能真正从生活中找到属于自己的位置。

三个月的时光是这样的飞快，眨眼间就降临了，在这三个月实习里面，在引导和同事的领导下，向行业学习常识，向同事求教教训，传授工作技能，恰是在这个过程中，认识到自己的弱处。

当初总结自己表示，有快慰也有不足。

意识并融入这个团队，学习是拉近间隔、融入团队的最好措施，也深入领会到了团队的力气和魅力。

实习期间我真耐劳、刻苦刻苦，有上进心。

为人恳切、虚心好学、可能准确看待、处置生涯及工作中碰到的各种艰苦，思维踊跃长进，接收能力跟独破才能强，有很强的团队精力和群体声誉感。

做事认真负责，有很强的义务心。

有强烈的上进心、事业心，有很强的'对环境的适应能力，能很快融入集体。

在工作中遇到不懂的处所，能够虚心向富有经验的先辈讨教，擅长思考，能够触类旁通。

对别人提出的工作倡议，可以虚心听取。

在时间紧急的情况下，加时加班完成任务。

可以将在学校所学的知识机动利用到详细的工作中去，保质保量完成工作义务。

同时，我严厉遵照我公司的各项规章制度，实习期间，未曾涌现过无端缺勤，迟到迟到景象。

我兢兢业业的工作，努力做到最好，工作始终以“热心、仔细”为准则。

遇到不懂的问题，积极问同事，在同事的热情辅助下，问题很快就解决了，这简短的实习生活，固然缓和，播种也良多。

但给我的仅仅是初步的经验累积，对于往后迈出社会仍是不够的。

通过实习我清楚到：工作往往不是一个人的事件，是一个团队在实现一个名目，在工作的过程中，如何去坚持和团队中其余共事的交换和沟通也是相称主要的。

一位资深人力资源专家曾对团队精神的能力请求有这样的观点：要有与别人沟通、交流的能力以及与人协作的能力。

公道的分工能够使大家在工作中各尽所长，团结配合，配合默契，共赴成功。

个人要想成功及取得好的事迹，我牢记一个规矩：我永远不能将个人利益凌驾于团队好处之上，在团队工作中，会呈现在自己的帮助下同时也从中受益的情形，反过来看，自己自身受益其中，这是保障本人成功的最重要的因素之一。

我相信通过本身的不断尽力，拿出百尺竿头的干劲，襟怀会当凌绝顶的壮志，一直进步自身的综合素质，在与社会的接触进程中，减少磨合期的碰撞，加快融入社会的步调，才干在人才高地上站稳脚跟，能力扬起幻想的风帆，驶向胜利的此岸。

## 暑假自我鉴定篇九

自我鉴定是自我总结自我反省的过程，如何写好自我鉴定呢？本站为您提供以下文章作为参考，希望对您有所帮助。

忙碌而充实的实习工作结束了，我认识到了，作为一个大学生，在学好理论知识的同时应更重视培养自身的实践能力。暑期实习是学校教育向课堂外的一种延伸，也正符合我们学校培养高素质的应用型、复合型、外向型创新人才的目标。我认为我在实习中获得了很多的知识与技能，充实了自己，还学会了不少为人处事的道理和社会经验，锻炼了自己。

我的实习工作是在学校维修计算机，我发现这有时就是个熟能生巧的活，只要你操作熟练就可以很好的完成，有时又觉得这个工作好像总在不断的使你发现新的东西，了解新的知识，似乎总能让你不断的进步。我想这就是工作的快乐吧。

这次的实习我对于计算机的组装和维修知识学习上有了很大的进步，也能自己单独的组装和修理计算机了，这让我把学校的理论知识和工作中的实践结合起来。觉得自己的动手能力得到了很大的提高。

工作上也越来越默契，过了几天我已经基本融入了那个新的环境。

融入了新环境我就更可以安心更快速的学习与积累，我从周围老师的身上学到了很多知识，但更重要的我觉得我学会了为人处事的方法和工作的经验。通过那些天的磨合期，我知道了在工作中要勤学好问，不能偷懒，因为也许你的一次“追根究底”就能让你得到很大的收获。而且作为年轻人，我们不能急躁，要做事讲究条理，不要急功近利，我们要抱着踏实的态度来做事，虚心点才能得到别人的认同。我觉得在前辈、老师的工作中有一点很值得我学习的就是他们懂得

按条理一步一步的去解决问题，而不是慌乱决策。

俗语说，纸上得来终觉浅。没有把理论用于实践是学得不深刻的，当今大学教育是以理论为主，能有机会走入单位去实习，对我来说是受益不浅的。实习使我们在实践中了解社会，让我们学到很多课堂上学不到的知识，也打开了视野，长了见识，为我们以后进一步走向社会打下基础。我们大学生建立自身的计划已迫在眉睫，相信这次实习对我们以后参加工作有帮助。

生活总是果得飞快的，面临着大四的到来，为了了解本专业的的基本业务，把我们平时学习的理论知识在实践中进行检验。学校安排我们在大三的暑假就开始实习。进入到xx国际xx公司实践，国际贸易的中间环节多，涉及面广，除交易双方当事人外，还涉及商检、运输、保险、金融、车站、港口和海关等部门以及各种中间商和代理商。如果哪个环节出了问题，就会影响整笔交易的正常进行。

在此次实习中，在了解到实习的具体做法，能认认真真的做好以下几点：

### (1) 注意业务同法律的联系

国际贸易法律课的内容同国际贸易实务课程的内容关系密切，因为，国际货物买卖合同的成立，必须经过一定的法律步骤，国际货物买卖合同是对合同当事人双方有约束力的法律文件。履行合同是一种法律行为，处理履约当中的争议实际上是解决法律纠纷问题。而且，不同法系的国家，具体裁决的结果还不一样。这就要求我从实践和法律两个侧面来研究本课程的内容。

### (2) 同业务伙伴建立业务关系。

在各个出售服饰的供应商提供的信息中，我认真比较其品质

与价格，来源于 以及其商品在进口商市场中的需求度，我把目标缩小到我公司中的中国男式睡衣。而进口商方面我则开展广铺网，多联系的. 原则，给很多个进口公司都通过邮件传去本公司的产品介绍单及本公司的合作意向。这样做的结果使我迎来了很多生意伙伴，收到多份询盘以及发盘。

### (3) 加强英语的学习

对于外贸专业人员而言，不仅要掌握一定的专业知识，而且还必须会用英语与外商交流、谈判及写传真、书信。如果专业英语知识掌握不好，就很难胜任工作，甚至会影响业务的顺利进行。因此，在实习中我加强英语的学习，掌握外贸专业术语基础。

实习是一门实践性很强的应用学科。在学习过程中，我重视实例分析和平时的操作练习，加强基本技能的训练，注重能力培养。在培养规模上突出应用性，加强实践性，注意灵活性。经过了的贸易实务实习，让我了解到商务工作挺复杂的，而且在此工作中要有忍心、恒心、信心。

为了更好地巩固已有知识，学习技能，暑假期间我到永嘉制衣有限公司进行实习，在办公室担任行政文员的工作，在此我对我的实习工作做一个自我评价。

在实习期间，我接触了一些办公用品，如传真机、碎纸机、打印机、扫描仪等，掌握了这些机器的基本操作，了解了公司办公的基本情况。同时在此期间我也学到了许多更有用的东西。

开始实习时，刚进入陌生的环境难免会有些紧张，不知道该怎么办。是同事们友善的微笑缓解我的尴尬。大家都很有礼貌，不管大事小事都要说声谢谢。作为行政文员，任务比较琐碎繁杂，指导我的老师教我，做事情要分主次、有条理。说着容易，做着难。每天要发传真、收信件、整理废旧纸张

在利用等，手头有多件事情需要完成。当然这时候就要将重要的事情放在首位，把所有事情的主次顺序排好。这样就不会乱。要“分主次，有条理”是做好事情的关键，这次实习让我更加深了对这句话的理解。

实习是我步入社会前的第一课，教会我怎么待人接物，如何处理各种事情。虽然在这里看到的只能是工作的一个侧面，学习的只能是一些初步的方法，但这些对于我是非常重要的。

## 一、工作内容

- 2、开试工单通知复试通过者试工，并做好登记；
- 3、协助做好新员工入职培训、阶段性培训等培训工作；
- 4、送文件至各级领导，签收文件；
- 5、整理及保管补卡条、请假条；整理员工档案，以备随时出档和归档；
- 6、复印、速印办公文件，发传真，领办公表格等；
- 7、协助办理新进人员入职手续，员工调职、离职手续；
- 8、计算管理人员月考勤，并将考勤明细送至各部门核对签字
- 9、领导安排的其他工作。

这次实习告诉我，在社会这个大学堂里我还是一个小学生，还有很长的路要走。要抱着谦虚谨慎的态度，无论大小认真踏实的完成每一件事，走好每一步。通过实习，我有信心，未来的路我能更好地走下去！

回顾其中的点点滴滴，有成功后的欣喜和激动，也有挫败后

的失落和无奈。在师傅们的谆谆教导下，我在收获业务技能的同时，内心也经历着微妙的成长。在新的起点上，我将重新审视自己，不断的给自己充电，在提高业务能力的同时，加强技能训练，使自身在原有水平上再创新高。

## 暑假自我鉴定篇十

放假是每个学生都盼望的，特别是暑假，漫长而又有意义，当然这个暑假是最特别的。

暑假刚开始的几天，我在家很悠闲的玩了几天，后来由于我很闷，便来到了泰兴市现代光学眼镜来参加非常暑假活动，其实对于打工我也是只知其表不知其内，在家里，我准备了一本记事本，想写一下打工的体会，当时的幻想是那样的美丽，可是去了，才发现大不一样。

早上我8：00准时来到了现代光学眼镜店，工作人员给我分配了任务是给顾客开门关门，倒水给顾客喝，心想真轻松这么简单的工作，真是小菜一碟，一开始我站在门口还不感到怎么样，后来站了才有三十几分钟，脚就感到非常吃力，都想放弃了，心想既然来了就要坚持到底，我再向周围一看，这里的工作人员都站着呢，这时我真佩服她们，可能是她们站习惯了，现代光学眼镜店的工作人员很热情，也很热爱工作，对每位顾客都很热情，看到她们这样我还是坚持到底了，圆满结束了一天的非常暑假打工。

一天的暑期实践很快就结束了，在这短短的日子里，让我学到了很多在学校课堂上和书本上所学不到的使用的技术知识，扩大了自己的知识面，对社会的认识也更加深刻，更培养了自己与人沟通的能力，与顾客交流的能力，掌握一些技巧，也锻炼了自己，提高了自我学习与适应陌生环境的能力，培养了自己的独立能力。

在这次现代光学眼镜店举行的非常暑假活动中，也让我体会到了工作的辛苦与劳累，生活的不易。打工的时候，酸甜苦辣的事情多得很。即使是为了打发时间，也该去体验一下。更何况，耕耘的是自己，收获的也是自己。在踏足社会之前，去体验一下，当你真正面临工作的时候，也不会手足无措，像无头苍蝇一样四处碰壁。

我们中学生正处在人生的黄金时代，对于复杂的社会关系，将来的工作和生活，都没有很好的预见性，再加上没有好的文凭，将来想找一份好的工作都会难上加难，所以我们现在应抓紧每一点时间努力学习将来才会有更好的出路，才会有更好的发展，人生之路才会平坦，才会有更高的追求和进步，我们才会有更高的突破和发展。

我们现在的中学生是衣食不愁，靠父母没有过那种穷苦的生活，拿着父母的血汗钱却不知道珍惜，也不明白挣钱的辛苦，只知道花钱时的顺手。然而只要你真正有了一份自己的工作，才会真正体会到父母的艰辛，才会有一种奋发向上的动力，才会知道珍惜我们现在拥有的一切。

以前在家中过惯了衣来伸手饭来张口的生活，这次现代光学眼镜店举行的非常暑假活动让我真正尝到了生活的原汁原味。