

最新社区工作者卫健工作个人年度总结(实用5篇)

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

化验员心得体会篇一

煤，作为一种常见的能源，被广泛应用于各个行业领域。煤化验是评价煤质量的重要手段之一，它可以帮助我们了解煤的组成和性质，为煤的合理利用提供依据。在进行煤化验实验过程中，我积累了一些心得和体会。以下将从实验准备、实验过程和实验结果三个方面来谈谈我对煤化验的心得体会。

首先，实验准备是煤化验工作的基础。在进行煤化验实验前，我们需要详细了解实验的目的和要求，并根据要求准备所需要的材料和设备。在实验中，精确的称量和正确的操作是关键。对于每一步的操作，我都要仔细阅读实验步骤，根据标准操作规程进行操作。特别是在煤质分析实验中，由于煤的化学性质复杂，我们需要严格控制实验条件，确保实验的准确性和可靠性。实验准备是保证实验顺利进行的前提，只有做到谨慎准备，才能事半功倍地进行实验。

其次，实验过程中的耐心和细致也十分重要。煤化验实验中有些步骤可能重复且繁琐，很容易引发疲劳和马虎的心态。然而，对于每一个实验细节，我们都必须保持耐心和细致。在进行实验时，我会全程高度关注，注意每一个操作步骤，确保无误。尤其是在取样和样品处理中，我会采用多次取样、多次试验的方法，以减小误差。通过这种认真和细致的实验态度，我们可以更好地了解煤的实际情况和性质，为进一步

的数据分析提供准确的实验依据。

最后，实验结果是煤化验工作的重要产出。在实验结果分析和处理时，我们要做好数据记录和整理工作。在记录数据时，我会尽可能详细地记下每一个实验结果，包括实验条件、待测参数和实验值。在数据整理时，我会使用数据处理软件进行计算和统计分析，以得出准确的结果。在实验结果的解读和评估中，我会留意异常值和数据的可靠性，做出真实有效的结果。实验结果的准确性和可靠性对于煤的质量评价和煤的利用有着重要影响。

总之，煤化验是研究煤质量的有力手段，通过实验可以获得煤的组成和性质信息。在进行煤化验实验时，我们需要认真准备，严格操作，保持耐心和细致，同时注意数据的准确性和可靠性。通过对煤化验实验的认真学习和实践，我深刻体会到了实验的重要性和方法的正确性，对煤质的判断水平也得到了提高。相信通过不断的学习和实践，我会在煤化验工作上有更大的突破和进步。煤化验实践的心得体会不仅适用于煤质评价，也对其他化验实验有巨大的借鉴意义。

化验员心得体会篇二

煤作为一种重要的能源资源，对于煤的质量和性能的准确评价显得尤为重要。煤化验作为评价煤质量和性能的重要手段之一，是煤炭工业中不可或缺的环节。在进行煤化验的实践过程中，我深刻地体会到了煤化验的重要性以及其中的关键步骤和要点。下面，我将结合自身的实践经验和感悟，分享我对煤化验的心得体会。

首先，煤化验的前期准备工作至关重要。在进行煤化验之前，我们需要对实验室的环境进行调查和评估，确保仪器设备的正常运行，并且根据实验的要求准备好所有需要用到的试剂和耗材。同时，我们还要对需要测定的煤样进行认真选择和标识，并进行一系列的前处理工作，例如研磨、筛分和干燥

等。只有进行了严谨的前期准备工作，才能保证后续的煤化验结果的准确性和可靠性。

其次，煤化验中的操作要规范、仪器要精准。在进行煤化验的操作过程中，我们需要始终遵循操作规程，按照煤化验的标准方法进行。特别是对一些需要用到稀溶液的操作，要进行严格的计量和配制，不能出现差错。此外，在使用仪器设备时，我们需要保证仪器的精度、精确度和可靠性，并及时进行校正和维护。只有通过规范的操作和精准的仪器，才能获取到准确的煤化验数据。

第三，煤化验中的样品处理和分析要科学。在进行煤化验的样品处理和分析时，我们需要根据不同的实验目的和要求，选择合适的方法和技术。例如，在测定煤的灰分时，我们可以选用干燥燃烧法或化学分析法等不同的方法。另外，在分析过程中，我们还需要注意样品的保存和珍惜，以免样品的质量受到损害。通过进行科学的样品处理和分析，可以更加全面地了解煤的性质和质量。

第四，煤化验结果的解读和评价要全面客观。在获得煤化验结果之后，我们需要对结果进行全面客观的解读和评价。首先，要对煤化验结果进行准确的计算和分析，比较不同样品之间的差异，以及与标准值的接近程度。其次，还需要考虑到煤化验结果的适用范围和有效性，评估结果的可靠程度和实用性。最后，根据煤化验结果的分析 and 评价，可以对煤的质量和性能进行准确的评估，为后续的煤炭选择和利用提供科学的依据。

最后，煤化验过程中的质量控制和质量保证至关重要。在进行煤化验的整个过程中，我们需要严格把控实验操作的每一个环节，确保操作的准确性和可重复性。特别是在进行一些需要严格控制试剂用量和温度等条件的实验时，要采取合理的控制措施，例如使用体积试管、计时器等来控制试剂的加入时间和温度的恒定等。只有通过质量控制和质量保证，才

能获得可靠的煤化验结果，并且保证煤化验的准确和稳定。

综上所述，煤化验作为评价煤质量和性能的重要手段，具有重要的意义和价值。在进行煤化验的实践过程中，我们需要重视前期准备工作，规范操作和精准仪器，科学样品处理和分析，全面客观解读结果，以及质量控制和质量保证。只有在这些方面做好工作，才能保证煤化验结果的准确性和可靠性，为煤炭工业的发展提供正确的指导。通过不断的实践和学习，我们会不断提高煤化验技术水平，为煤炭工业的发展做出更大的贡献。

化验员心得体会篇三

今年是公司的“调整年”和“管理年”，4份公司全面启动了6s管理，并将其作为各项工作的基础工作。起初的我对于公司开展“6s”管理充满了怀疑的态度，不确定推行6s是否必要，更难以想象它会为公司的发展带来什么作用，因为两年来，联创留给我的印象最多的就是干净、整洁、有序，可是直到接触了6s直到走进了生产一线，才恍然发现自己只看到了表面，只将思维定格在了表面，其实公司的许多角落是触手可及的脏、乱、差，其实许多工作场所作业场面混乱，其实我们的管理亟需脚踏实地的从最基础的6s做起。

6s如同许多新鲜事物一样，都有一个被认识、承认和接受的过程，在推行6s过程之初，我单纯觉得“无他为扫除而”，不过随着对6s管理知识的学习，随着各样板区建设的逐步推进，我对6s的认识在一步步的发生着转变，并为它带来的变化感到欣喜与自豪。

一路走来，各样板区的推进成员建立了深厚的友谊，大家平时一起讨论、一起参加活动、一起动手改进、一起品尝失败的苦涩，一起分享成功的喜悦。五金库全体人员为了共同的承诺“成为样板我们责无旁贷”辛苦着、努力着；水电气分

厂李军厂长身先士卒，深入煤场，亲自指挥，与员工一起克服疑难障碍；机修工段全体员工创新工作思路，制定了多技能工培育发展计划.....6s强化了每个人的责任感□6s凝聚了团队的向心力□6s给我们带来了无限的感动。

一路走来，各样板区的工作场面在悄然发生着变化，干净、整洁、有序取代了脏、乱、差。机修工段随意摆放的工具现在都有了各自的归属，中心化验室对各种检测分析项目范围、频次有了明确规定，过去难以下脚的渣场道路也已变得通畅、整洁.....6s为我们创造了舒适的工作场所□6s让我们的工作变得快乐与轻松□6s给我们带来了无限的喜悦。

一路走来□6s也让我们明白了“把简单的事情做好，才能收获成功”这个道理□6s的推行便是从最基本的地方着手，是要将最基本的工作落实，将最简单的事情做好。“两整”“两清”不是“大扫除”，而是实施标准化、规范化、精细化管理的重要环节，它做了平时看似细小该做而又未做的事，解决了以前该发现而又未发现的问题。一块吸尘垫有效地防止了包装机漏粉带来的污染，一个储物柜实现了工具的整齐摆放，一堵防撞墙妥善解决了煤炭外溢的问题.....6s让我们在简单工作中收获了不简单。

“忽如一夜春风来，千树万树梨花开”，随着6s管理的推进□6s管理在公司已“萌芽”。这是一个良好的开端，不能不令人感到欣喜。但欣喜之余，我们也应清醒地认识到：离真正意义上的6s管理还存在方方面面的差距。首先，仍有不少员工对6s有抵触情绪，把它当作一个任务来消极被动地完成；其次，不少人仍然认为6s管理只是搞搞卫生，清扫、整理一下场地，没有把它提高到促进公司发展的高度来认识。再次，目前我们的6s管理在行动上仍处于初始阶段。行动的步子还迈得比较小，频率不够高，也谈不上日常化，远没有形成全员联动的氛围。

但俗话说：“好事多磨”，“没有人能一口吃个胖子”6s管理需要我们进一步提高认识，需要我们继续一步一个脚印，需要我们扎扎实实的将每件简单的事情切实做好做到位，相信在公司广大干部员工的共同努力下，在6s顾问老师的指导下，我们的6s管理一定能迈上新的台阶，我们也一定会收获更大的成功！

化验员心得体会篇四

6s管理起源于日本，已经有50年的历史了，它主要是对生产中的人员、机器、材料、方法等生产要素进行管理的方法。下面是本站带来的化验室6s管理学习心得体会，希望对大家有帮助。

今年是公司的“调整年”和“管理年”，4份公司全面启动了6s管理，并将其作为各项工作的基础工作。起初的我对于公司开展“6s”管理充满了怀疑的态度，不确定推行6s是否必要，更难以想象它会为公司的发展带来什么作用，因为两年来，联创留给我的印象最多的就是干净、整洁、有序，可是直到接触了6s直到走进了生产一线，才恍然发现自己只看到了表面，只将思维定格在了表面，其实公司的许多角落是触手可及的脏、乱、差，其实许多工作场所作业场面混乱，其实我们的管理亟需脚踏实地的从最基础的6s做起。

6s如同许多新鲜事物一样，都有一个被认识、承认和接受的过程，在推行6s过程之初，我单纯觉得“无他为扫除而”，不过随着对6s管理知识的学习，随着各样板区建设的逐步推进，我对6s的认识在一步步的发生着转变，并为它带来的变化感到欣喜与自豪。

一路走来，各样板区的推进成员建立了深厚的友谊，大家平时一起讨论、一起参加活动、一起动手改进、一起品尝失败

的苦澀，一起分享成功的喜悅。五金庫全體人員為了共同的承諾“成為樣板我們責無旁貸”辛勞着、努力着；水電氣分廠李軍廠長身先士卒，深入煤場，親自指揮，與員工一起克服疑難障礙；機修工段全體員工創新工作思路，制定了多技能工培育發展計劃.....6s強化了每個人的責任感□6s凝聚了團隊的向心力□6s給我們帶來了無限的感動。

一路走來，各樣板區的工作場面在悄然發生着變化，乾淨、整潔、有序取代了臟、亂、差。機修工段隨意擺放的工具現在都有了各自的歸屬，中心化實驗室對各種檢測分析項目範圍、頻次有了明確規定，過去難以下腳的渣場道路也已變得通暢、整潔.....6s為我們創造了舒適的工作場所□6s讓我們的工作變得快樂與輕鬆□6s給我們帶來了無限的喜悅。

一路走來□6s也讓我們明白了“把簡單的事情做好，才能收穫成功”這個道理□6s的推行便是從最基本的地方着手，是要將最基本的工作落實，將最簡單的事情做好。“兩整”“兩清”不是“大掃除”，而是實施標準化、規範化、精细化管理的重要環節，它做了平時看似細小該做而又未做的事，解決了以前該發現而又未發現的問題。一塊吸塵墊有效地防止了包裝機漏粉帶來的污染，一個儲物櫃實現了工具的整齊擺放，一堵防撞牆妥善解決了煤炭外溢的問題.....6s讓我們在簡單工作中收穫了不簡單。

“忽如一夜春風來，千樹萬樹梨花开”，隨着6s管理的推進□6s管理在公司已“萌芽”。這是一個良好的開端，不能不令人感到欣喜。但欣喜之餘，我們也應清醒地認識到：離真正意義上的6s管理還存在方方面面的差距。首先，仍有不少員工對6s有抵觸情緒，把它當作一個任務來消極被動地完成；其次，不少人仍然認為6s管理只是搞搞衛生，清掃、整理一下場地，沒有把它提高到促進公司發展的高度來認識。再次，目前我們的6s管理在行動上仍處於初始階段。行動的步子還邁得比較小，頻率不夠高，也談不上日常化，遠沒有形

成全员联动的氛围。

但俗话说：“好事多磨”，“没有人能一口吃个胖子”6s管理需要我们进一步提高认识，需要 we 们继续一步一个脚印，需要我们扎扎实实的将每件简单的事情切实做好做到位，相信在公司广大干部员工的共同努力下，在6s顾问老师的指导下，我们的6s管理一定能迈上新的台阶，我们也一定会收获更大的成功！

因此，我们经过多轮的讨论后也决定推行6s管理工作，我们因为考虑我们在人力方面投入未设置专人负责，因此，我们首先是从6s要点方面进行推行，通过反复实践后逐步推行整个6s管理体系，总的来说我们这个企业群体还是非常务实的。

今年是集团的“绩效管理提升年”，在集团公司绩效考核部的有效组织和安排下，我有幸参加了赴平顶山、上海的参观6s培训学习活动，虽是短短的几天，但让我看到了一种全新的管理理念，不一样的管理模式，确实受益匪浅。

在这以前我对于“6s”的理解还很肤浅，很模糊，也很抽象，在整个培训过程中，参观推行“6s”活动管理模式后取得明显效果的企业——平顶矿机械厂，给我震撼是最大的，日式管理的细，在企业6s中体现得淋漓尽致，自此真正认识了“6s”感受“6s”带给企业的变化。

通过耳闻目睹了机械厂推行6s管理模式带来的企业效益后，我心底感触颇深，从思想意识上对6s管理有了一个全新的认识定义，也深深理解了为什么集团的领导要把今年定为“绩效管理提升年”的良苦用心，因为集团公司即将面临上市，就如同一个“新生儿”，它需要全体员工对它的精心呵护才能健康成长，所以引进6s管理模式就显得势在必行了，用整理、整顿、清扫、清洁、安全、素养去规范我们行为，让全体员工从思想上转变观念，进行一场思想观念的革新，去掉

旧陋习与坏毛病，而不是光喊几句口号而已，服从企业管理。因为即使拥有世界上最先进的生产工艺或设备，如不对其进行有效地管理，工作场所一片混乱，其结果只能是生产效率低下，员工越干越没劲。干活如果没有远景就会枯燥无味，有远景没有实干就是空想，有远景再加上实干就是世界的希望。

另外“6s”也体现了“规范化”或“文件化”的因素，我认为“6s”带来的不仅仅是创新，更多的是变化，一个企业形象的好坏关系着企业的声誉，一流的人才和设备也要有一流的环境才能真正成为一流企业才能真正生产出一流的产品。企业形象的提高有利于减少“公关成本”，同时有利于树立长期稳定的“品牌效应”，有利于企业的长远发展。推行6s管理模式，使各公司各部门对各种物品都要摆放整齐，地面干净，标识清楚明朗，现场一目了然，卫生不留死角，从而激发员工高昂的士气和责任感，对员工来说无疑又会增强他们的自豪感，荣誉感以及随之而来的对企业的忠诚度，塑造企业良好形象，形成一种优良的企业文化。

这就是我眼中的“6s”□

首先感谢公司给我们提供了这么好的学习机会。通过对6s管理的学习，使我深刻认识到6s管理是一种实用性极强的现场管理模式，将6s理念渗入进员工工作的每一个环节后，能够明显提高一个企业的整体形象和员工的整体工作效率，推进企业进入一个良性循环，在为企业创造更大利润的同时，也为员工提供了一个整洁、舒适的工作环境。

6s管理内容包括整理、整顿、清扫、清洁、素养和安全六个方面的内容，通过对6s现场管理的学习，在这里谈谈我个人对6s管理的认识和感受。

我所在的部门为质技部化验室，平时的工作中，做试验用的

瓶瓶罐罐较多，使用的化学药品品种也繁多，那么在日常的工作中怎样去保证试验用的药瓶和药品不会混乱，不会出错呢？这就需要我们在日常的工作中及时进行有效的整理和整顿。员工在工作时，将不常用的药品放入药品柜中，这样就腾出了尽可能多的化验室工作台面的空间，使员工工作面整体保持清爽。同时合理有序的将台面上的试验药品进行固定摆放，例如将烧杯全部挂在墙体挂钩上，药品在药品架上摆放时按照日常工作中岗位员工使用化学药品的频次按规定进行由近到远的摆放，同时对各种化学药品进行有效的标识，这样既方便了员工的工作，提高了工作效率，同时也避免员工在日常工作中出现药品使用错误的局面。

化验室在日常的工作中应该时刻保持工作场所的清洁，这不只是因为化验室是一个公司的窗口形象，而是一个工作场所的环境严重影响着人员工作的心情和效率。在日常工作中，员工在一项工作结束后必须对工作环境进行清扫，这样就能保证作业场所的干净。如何将工作化境的清洁保持下去呢？这就需要将日常的清扫、清洁进行规范化与制度化，将干净整洁的工作环境场所保持下去。

化验室是一个团队，在这个团队里每个人有着自己的工作，但是这些工作又存在着一定的关联，这些工作相互的关联又影响了工作效率。要保证这个团队良性有效的运行，这就需要员工养成良好的职业习惯，遵守工作要求。在日常的工作中，基层管理人员应该去调动员工的工作积极性，员工的积极性被调动后，工作效率明显就会提高，团队的协作能力与运作能力也会有效提高。

通过对6s现场管理的学习，使我深刻认识到将6s管理运用到日常工作中的每一个环节中后，能有效推动日常工作良好有序的进行，同时能够调动员工的工作积极性，提高员工的工作效率，帮助员工养成良好的职业习惯，进一步为员工创造出个人发展空间，无形中就会为公司创造出更多利润。

化验员心得体会篇五

不同行业的化验室建造不同，化验室应建立在远离粉尘、噪声、散发异味气体等地点，电源电压应当相对稳定的地点。根据企业规模和产品种类，应建设不同要求的化验室。下面给大家分享一些关于药厂化验室实习心得体会，供大家参考。

在21世纪的今天，随着科技的进步，国民经济迅猛发展，国民的生活水平等各方面也均有很大提高。然而，对一名当代大学生而言，则面临着来自社会各方面的挑战：高校扩招，经济危机造成的大批量下岗人员，等等。这就是所谓的“人才过盛”吧！

现实情况的严峻，则对大学生自身素质要求就更高：如文化修养和人文修养，以及适应社会的能力等多方面。而这，就要求我们遇强更强，敢于面对强者，无所畏惧，敢于拼搏，夺取最后的制胜法宝！

对于个人而言，最重要的不仅仅是学业，更是素质的提高，这其中包括人际关系，适应能力，危机处理能力，服从领导而又不盲从的意识等。

暑假是从7月3日开始的，我于7月7日正式到天津药业集团新郑股份有限公司实习。因为我在之前的两个较长假期中分别在其溶液剂车间和成品检验处实习，因此可以再次进入“中心化验室”的微生物检测处学习实践。

在今年去药厂的第一天，我去见了该药厂的总负责人周总，他只告诉我了一句话：作为一个实习生，最重要的就是多学多问少说话。是的！多学多问少说话！因为你还没有足够的专业知识和身份权利去指挥别人，所以即使他们做错了，也不可以在公开场合去指责他们，这是对前辈老师的起码尊重！！

虽然上面的那些话未免有些“俗”和“势”，但这也是不可否认的真理名言：首先，多做事少说话，我相信，这也将是以后的生存之道。

因为没有那个企业老总喜欢只会多话的员工，他们需要的是一个可以让他们付出最少代价，而换取最大利益的员工，这应该就是“利益最大化原理”吧！其次，在现实工作中，我毕竟还是一个未涉社会的本科生，一没有权利，没人会信服你；二没有实质学历，也就不会让人凭空相信你的实力。所以，我也只有本本分分的学习和实践。

在7月7日至8月20日的实习期间，我除了学习微生物限度检测外，还去看隔壁的药物抗生素检测。而在这段时间内，我首先感到的就是“团结，合作”这几个字。这是一个老话题了，但是依然经久不衰。例如培养基的制作需要有人摆放大试管，需要有人去灌注培养基(每支40ml)[]还需要有人去塞上塞子；再如，在进行针剂药品的细菌和真菌的检测时，两个人的配合就更是要“天衣无缝”了；另外还有就是割针剂药品瓶的过程了，若是一个人独自去干可能需要很长时间，因为这个过程包括了登记当天所需检查的和所需复测的药品名称，规格和生产日期，写编号袋子，割药，用灭菌注射用水洗药，等等。

在工作之余，我还自学了《微生物限度检查》这本书中的部分相关内容，再利用空闲时间打出了一些检测结果标准的表格(下附其中一张表格)；当然，正式的工作是少不了大量的记录这一项工作，而且我还担任了打印记录，一个多月的“lrh-250型”培养箱使用记录的填写，得到了小组长的好评：认真负责！

在这个工作历程中，不仅使我学到了工作经验及实践知识，也得到了许多在书本上学不到的东西：当不善于和陌生人谈话时，怎样熟悉并向之学习其优秀之处；怎样利用有限的时间做更多工作；怎样处世为人；如遇到朋友临时出状况是，怎样

给与适当正确的帮助;还有就是信任，充分相信身边的那些质朴的人。

生活是一本无止境的书，学到老也未必可以学全面，因此时刻以求和之心去对待这个社会，你就会有意想不到的收获!

相信自己，一切可以更加美好!!

伏女士说，“其实人才固然重要，文化才是要害”。的确，顶尖的人才，可以通过合作生产出世界上最好的产品，但也可以上演最惨烈的斗争。假如组织缺乏富于凝聚力和团结合作精神的文化，这个组织也只是一盘散沙，这个时候人才的增多，不过是增大内耗而已。

所以，__需要她特有的企业文化，不但如此，任何企业都需要其独特的企业文化。因为，企业文化总是标志着该企业的视野和品位，一个企业假如没有文化，尤其是没有自身特色的企业文化，那它就好比是建造房子时，只有砖、瓦、沙子，而没有水泥(凝聚剂)一样。总之，当企业的发展达到了一定的高度时，为了能再上一层楼，再创新的辉煌，这个企业就必然要提高它的文化素质，只有这样，这个企业才可能会具有一种长久的生命力。

二、大学生从学校到企业的转变

通过这次实践，我们发现，毕业的大学生与合格的企业员工相差甚远。且不谈技术上从理论到现实的差别，或者是与人的交往能力的差距，光是大学生需要进行的角色转变就已经相当大了。

从学校走向社会，从教室走向工作岗位，由学生变成员工，无论生活方式，还是生活环境;无论是思维方式，还是思考方法，都要发生很大的变化才能更好的适应企业。在实践过程中，我们通过和员工的交谈，再加上伏女士的点拨，以及各

自的观察，总结出了下面几条。要想成功的从学生变为员工，至少要做到以下几点：

第一，由“是什么”转变为“做什么”

校园里的学生更喜欢探究了解事物的本质，非要弄出一番道理才知足；但企业里更注重的是以实践为前提，可行性与成本效益一旦作出合理评估，即可采取行动。换句话说，校园型思考喜欢冠以抽象的概念，而企业工作者更侧重做什么，从何时做，何处做，并如何达到最佳效果。一句话：学生喜欢抽象具体，但员工需要具体抽象。

第二，由“别人提出问题”转变为“自己发现问题”

作为一个学生，等待老师出题目是再正常不过的了，被动的应付考试导致学生产生一种制约式的处世观。然而，来到职场之后，我们必须以主动积极地态度，不断地寻找自我突破，不断寻找问题，思考问题，解决问题，才能自我成长、脱颖而出。一句话：学生习惯被动应付，但员工需要主动探求。

第三，由“一个人独立解决”转变为“大家共同解决”

在学生时代，大家都被教育要独立完成作业、要独立参加考试。但是在企业里则不是这样，员工们碰到的问题都是错综复杂，涉及多方面的，单凭个人的主张见解，恐怕是找不到问题所在的，更拟定不出合理的对策。所以，需要集思广益，结合各个专业的特色，共同合作。一句话：学生善于独立奋战，但员工需要协同作战。

第四，由“为自己”转变为“为大家”

校园里的学生都深信，只要自己努力学习，就可以换来好成绩从而换来身边老师同学的尊重。所以学生的学习都是以自我为中心。但企业的工作是一个整体，是需要各个环节共同

努力才能做好的。团队中每一个人都要扮演一定角色，必须互相协作支持，才能产生成效。也就是说，我们要追求的不是个人利益最大化，而是集体利益最大化。一句话：学生总是自私自利，但员工需要无私为工。

第五，由“注重智商开发”转变为“注重情商开发”

校园里智商高的学生，不论他的情商如何，似乎总是可以拥有好成绩从而进入好大学。但是在企业中，智商固然重要，但情商高的人才能够控制好自己的情绪、能够自我激励、能够正确对待自己，能够客观看待同事，能够适应各种环境，能够正确处理各种关系。所以这类人才能够更好的完成工作。一句话：学生习惯纯脑劳动，但员工需要全面发展。

所以，总的来说，学生从学校到工作岗位真的需要很大程度上的改变。而这次社会实践，才让我们熟悉到了这一点：大学生在思想上、心理上、学业上往往不够成熟，但由于多方面原因，大学生们经常以我为中心，自我感觉良好，常有“天生我才必有用”的豪气。可实际上，很大一部分大学生的素质与真正意义上的成才有着极大的差距。

曾经，我认为一个毕业生(尤其是硕士研究生)走完了从小到大的二十余年的学校生涯，学了很多的知识，懂了很多的道理，应该可以成为一个较为全面的工作人员。尤其像是清华这样的名牌学校培养出的学生，更应该能够胜任各种岗位的需求。但是，经过了解，我发现清华毕业生的口碑并不像我们想象的那么好：

每年人才招聘会上还有一些单位也反映，名牌大学的毕业生与一般院校的毕业生相比，往往更加注重个人待遇和工作条件，却又不愿意为单位为集体尽更多的责任。一旦碰到未满足个人心意的情况，他们往往选择马上走人。

这些事例都证实了，大学毕业生，哪怕是名牌大学毕业生，

都存在着距离合格员工的或大或小的差距。而对于这些欠缺处的关注，在校园里往往是微乎其微的。于是，这次实践告诉我们，作为大学生，我们不但要注重知识和技能教育，更要大力加强心理素质和道德品质教育，使我们既具有高度的事业心和责任心，又具备坚韧不拔、百折不挠的意志和精神，这样才能真正成为个人有所作为、又对社会有所贡献的人。

同时，作为名牌院校出身的我们，更要尤其注重：要正确看待自己、正确看待社会，正确处理个人理想、个人利益和社会需要的关系，这样才能既可充分施展个人才华，又为社会所接受并欢迎。

三、总结

总之，我们在本次对__省__药业的社会实践活动过程中，检验了自身的能力，并在与企业中的员工甚至治理阶层的比较中，明显的发现了自身经验严重不足，观察问题、分析问题、解决问题的能力严重不够等等问题。我们也通过这次社会实践开阔了视野，接触了社会现实，在社会这个大舞台上感受和体验了许多书本上学不到的东西。

社会实践中大学生熟悉自我、完善自我与熟悉社会、服务社会之间的关系是密不可分的，也是相辅相成的。树木要成材，不是在温室，而是在肥沃的土壤上吸收天地日月精华，经受风霜雨雪考验。

大学生要成才，不应只是在大学这座象牙塔里“风声，雨声，读书声，声声入耳”，而应在社会这个广阔天地里自我历练，作到“家事，国事，天下事，事事关心”，真正在熟悉自我、完善自我、熟悉社会、服务社会的社会实践中成长为社会英才。只有熟悉了自我，完善了自我，才能更好地熟悉社会，服务社会；只有在熟悉社会、服务社会的过程里才能更好地熟悉自我、完善自我。

十月二十七日，我在民泰药业开始了实习生涯，在生产车间，化验室的岗位学习了各种实践知识，八个月的实习生涯转瞬即逝，在实习期间，我认真刻苦，积极向上的工作，并严格要求自己，做好每一项工作。并将理论与实践相结合，虚心向领导和同事前辈学习，认真努力的提高自己的技能，下面我来总结一下，首先介绍企业概况。

在此实习期间，我充分的运用了学校中所学习的知识，提高了自身的技能，刚刚毕业的学生与在岗就业许多年的老职员相比，无论是在技能上，还是在经验上都远远逊色于他们，我认为，书本上的知识固然重要，但学校应该让学生多接触一些实践，这样，在实习时才能给公司留下很好的印象，这样，我们长白山职业技术学院才能更好的发展起来。

但此次实习也是有许多不足之处，例如，学生在学校时的生活环境，生活方式及理念，都与社会大大的不同，而这仅仅八个月的实习不能彻底的将我们改造成一个正真的工作人员，所以今后，无论在何地工作，都要将身心都融入到这个社会，与之完全融合，成为社会中的一员。

对于学校的师弟师妹要实习时，学校应和公司领导谈谈换岗就业实习，这样我相信，学生会学到更多的知识，会更好的融入这个社会。

刚刚进入实习单位，建议各位一定要挑选适合自己的岗位，例如，有的同学在学校，中药材验证的好，或者化验学的不错，那就应该选择去化验室，有的喜欢显微鉴别，就应该学理化，口才比较不错的，就应该尝试一下营销专业，想要历练的同学，自然要去车间走一遭，真的让人受益匪浅。此次实习，在此便圆满结束了，感谢学校然我们有了这次实习的平台，感谢学校让我们懂得了工作的艰辛，让我们从学生过渡到了职员。

今后，我们会再接再厉，为我们长白山职业技术学院争光，

最后，祝学弟学妹即将的实习能够顺利。

3月3号我进入江西省金药钥药业有限公司，在质检中心担任化验员的职位，三个月的实习期转眼间就过去了，在实习过程中我以积极的心态迎接每一天的工作，在刚刚结束的实习期里，我严格遵守质检中心的劳动纪律和一切工作管理制度，以质检者的身份严格要求约束自己，认真工作，尽量做到无差错事故，并且理论联系实际，不怕出错、虚心请教共事的阿姨，切实体会到了实习的真正意义；不仅如此，我更是认真规范操作技术、熟练应用在平常实验课中学到的操作方法和流程，积极同共事阿姨相配合，尽量完善日常实习工作。实习内容如下：

1、使用电子天平称量药品：例如称定维d2磷酸氢钙片的片重，并计算出平均片重和重量差异。（开启电源，调整天平零点，并把称量纸垫在称量盘上。从样品中取20片，精密称定。依次取出1片，分别精密称定。称量完毕所称物品从天平框内取出，关好天平门，恢复到零点。关闭电源，清理垃圾并计算）。

2、使用紫外分光光度计测定药物吸收度：例如，测定小儿氨酶黄那敏颗粒对乙酰氨基酚的吸收度。（取装量差异项下的内容物、混匀、撵成粉末、精密称取1.9g左右置250ml容量瓶中溶解·····照分光光度法在257nm的波长处测定吸收度）。

3、测定药品的干燥失重：称取1g药置于称量瓶中在105干燥至恒重，减失重量不得超过10%。

4、使用溶出度测试仪测定药品的溶出度：例如测定定利福平胶囊的溶出度（取样品，照溶出度测定法《附录xc第一法》以盐酸溶液（9—1000）为溶剂，转速为每分钟50转，依法操作。45分钟时取溶液适量，滤过，精密量取续滤液适量，用磷酸盐缓冲液稀释成每1ml中约含20mg的溶液，照分光光度

法在474nm2nm的液长处测定吸收度)。

5、包材检验瓶签、说明书、小盒子、铝膜…检验包装材料时，首先核对包装上面的字样、图案是否正确、清晰、端正，其次看包装大小尺寸是否符合标准。对直接接触药品的包装材料和容器还要进行菌检。

6、菌检(1)、要对所用器材进行灭菌(在高温灭菌箱中160℃六小时或在灭菌锅中121℃15分钟)。(2)、准备供试样(磷酸氢二钾、磷酸氢二钠、氯化钠、蛋白胨，液体样需90毫升固体样需100毫升)和培养基(营养琼脂培养基和玫瑰红钠琼脂培养基，每个培养皿放约15毫升)，配置完成后进行湿热灭菌(121℃15分钟)，供试样应低于30℃，培养基应保持在45℃左右。(3)、对菌检室地面与操作台用苏尔消毒液进行消毒，然后用紫外杀菌(半小时)并且通风。(4)、用消毒洗手液洗手后把所检样品、供试样、培养基和所用器材通过传递箱放入菌检室，进行接种操作!接种完毕后把接种的培养皿放入培养箱进行培养(细菌培养48小时，霉菌培养72小时，大肠杆菌培养24小时)。培养完毕后进行观察是否有菌!

(5)、用湿热灭菌法处理有菌培养物。通过这次实践，我发现，毕业的大学生与合格的企业员工相差甚远。从学校走向社会，从教室走向工作岗位，由学生变成员工，无论生活方式，还是生活环境;无论是思维方式，还是思考方法，都要发生很大的变化才能更好的适应企业。我坚信在以后学习的日子里我会再接再厉，以更加饱满的热情和更加踏实的态度对待每天工作，决不辜负公司各领导前辈对我的教导和期望。