

大三医学生自我总结 大学生医院个人实习总结(模板5篇)

总结是在一段时间内对学习和工作生活等表现加以总结和概括的一种书面材料，它可以促使我们思考，我想我们需要写一份总结了吧。什么样的总结才是有效的呢？下面是小编整理的个人今后的总结范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

大三医学生自我总结篇一

生产实习是教学与生产实际相结合的重要实践性教学环节。在生产实习过程中，学校也以培养学生观察问题、解决问题和向生产实际学习的能力和为目标。培养我们的团结合作精神，牢固树立我们的群体意识，即个人智慧只有在融入集体之中才能最大限度地发挥作用。因此我来到了化工厂进行实习。

在向工人师傅学习时，培养了我们艰苦朴素的优良作风。在生产实践中体会到了严格地遵守纪律、统一组织及协调一致是现代化大生产的需要，也是我们当代大学生所必须的，从而近一步的提高了我们的组织观念。我们在实习中了解到了生产装置的仪器、仪表及自动控制原理、调节方法，为以后毕业投入实际生产生活奠定一定基矗通过到茂名石化公司实习，使我开阔了眼界、拓宽了知识面，为学好专业课积累必要的感性知识，为我们以后在质的变化上奠定了有力的基础。通过生产实习，对我们巩固和加深所学理论知识，培养我们的独立工作能力和加强劳动观点起了重要作用。

在实习开始前，老师组织我们到公司由专业人士对我们进行安全教育，讲解了安全问题的重要性和在实习中所要遇到的种种危险和潜在的危險等。

实习开始时，老师组织我们对实习单位的参观，以便了解其概况。在实习期间，我们到了仪表车间去进行专业性的参观，获得了广泛的生产实践知识，对工厂的运作模式有了感性的认识。参观中我们着重了解了先进的设计思想和方法、先进工艺方法、先进工装、先进设备的特点以及先进的组织管理形式等。

我们在车间实习是生产实习的主要方式。我们按照实习计划在仪表车间的加裂班进行实习，通过观察、分析计算以及向车间工人和技术人员请教，圆满完成了规定的实习内容。

在实习期间，我学习和了解两套主要装置的基本工业流程等技术信息

加氢裂化装置由反应、分馏、脱硫、溶剂再生系统组成，主要设备有反应器、塔、加热炉、锅炉、机泵和压缩机，主要产品包括液化气、轻/重石油、航煤、柴油、尾油等。加氢裂化按操作压力可分为：高压加氢裂化和中压加氢裂化，高压加氢裂化分离器的操作压力一般为16mpa左右，中压加氢裂化分离器的操作压力一般为9.0mpa左右。

加氢裂化按工艺流程可分为：一段加氢裂化流程、二段加氢裂化流程、串联加氢裂化流程。一段加氢裂化流程是指只有一个加氢反应器，原料的加氢精制和加氢裂化在一个反应器内进行。该流程的特点是：工艺流程简单，但对原料的适应性及产品的分布有一定限制。二段加氢裂化流程是指有两个加氢反应器，第一个加氢反应器装加氢精制催化剂，第二个加氢反应器装加氢裂化催化剂，两段加氢形成两个独立的加氢体系，该流程的特点是：对原料的适应性强，操作灵活性较大，产品分布可调节性较大，但是，该工艺的流程复杂，投资及操作费用较高。

蜡油加氢装置装置主要由：反应部分(包括新氢、循环氢压缩机、循环氢脱硫、循环氢提浓)、分馏部分、富氢气体脱硫部

分、热回收和产汽系统以及公用工程部分等组成。工艺原理：化学反应是在氢气和加氢催化剂存在的条件下进行的，其主要反应包括加氢脱硫反应、加氢脱氮反应、加氢脱氧反应、加氢脱金属反应及烯烃和芳烃的加氢饱和反应，以去除原料油中的硫、氮、金属等杂质，改善其质量和裂化性能。

主要工艺设备：反应器1台，塔类5台，容器36台，冷换装置21台，空冷20台，加热炉2台，压缩机8台，液力透平2台，泵36台，过滤器1套。

实习是一个学生从学生的身份向一个职业者转变的一个过渡过程，是一个人迈向社会的很重要一步。我在茂名石化公司实习的这段期间，在学校老师、工厂师傅的指导和帮助下，顺利地完成了这次十分有意义的生产实习并且收获很大。通过这段时间的生产实习，我从无知到认知，到深入了解了公司和社会，从开始的懵懂到后来的感性认识。在整个实习过程中，我每天都有很多的新的体会，想说的很多，我总结下来主要有以下几点：

1、严格遵守公司章制度在学校里学习生活

虽然有一些校园纪律在约束自己的行为，但相对于在公司里工作，还是非常懒散和不受控制的。因为这校园纪律大都是警告性质的，不会对自己的发展有多大的影响。在公司里工作，在方方面面都有详细的规章制度，这些制度就像高压电线一样，如果触犯它们，就会受到惩罚，这些影响可能会对你以后的发展带来很坏的影响。同时，要成为一个非常职业、非常有素质的职业者，必须积极地去面对自己的工作，认真刻苦的来把工作做好，想尽一切办法把自己的工作做的完美。而作为一个职业者，认真负责、积极进取的态度会是自己发奋工作的原动力。所以，要成功地进行实习，必须首先树立去认真负责、刻苦、积极进取的职业操守，像一个真正的职业者一样要求自己。

2、多听、多看、多想、多做、少说

我们到公司工作以后，要知道自己能否胜任这份工作，关键是看你自己对待工作的态度。态度对了，即使自己以前没学过的知识也可以在工作中逐渐的掌握。态度不好，就算自己有知识基础也不会把工作做好，我刚到这个岗位工作，根本不清楚该做些什么，并且这和我在学校读的专业没有必然的联系，刚开始我觉得很头痛，可经过工作过程中多看别人怎样做，多听别人怎样说，多想自己应该怎样做，然后自己亲自动手去多做，终于在短短几天里对工作有了一个较系统的认识，慢慢的自己也可以完成相关的工作了，光用嘴巴去说是不行的，所以，我们今后不管干什么都要端正自己的态度，这样才能把事情做好。

3、少埋怨

有的人会觉得公司这里不好那里不好，同事也不好相处工作也不如愿，经常埋怨，这样只会影响自己的工作情绪，不但做不好工作，还增加了自己的压力，所以，我们应该少埋怨，要看到公司好的一面，对存在的问题应该想办法去解决而不是去埋怨，这样才能保持工作的激情。

4、虚心学习

在这次实习过程中，我们碰到很多问题，有的是我们懂得的，也有很多是我们不懂的，不懂的东西我们要虚心向同事或领导请教，当别人教我们知识的时候，我们也应该虚心的接受，不要认为自己懂得一点鸡毛蒜皮就飘飘然。而且我们更应该注重的是要抱着一种学习的心态去实习，去工作，这样你就比别人主动，你所能学到的东西也比别人更多。

5、善于总结

每一个人在有所经历之后就需要总结，大家经历的事情其实

都差不多，可最终的差距出在哪里，那就是总结，在经历过后迅速总结、提炼、升华，把学到的东西真真切切变成自己的东西，这将是我們一生所需具备的一种能力。

经过这次实习，我从中学到了很多课本没有的东西，在就业心态上我也有很大改变，以前我总想找一份适合自己爱好，专业对口的工作，可现在我知道找工作很难，要专业对口更难，很多东西我们初到社会才接触。所以我现在不能再像以前那样等待更好机会的到来，要建立起先就业再择业的就业观。

应尽快丢掉对学校的依赖心理，学会在社会上独立，敢于参加与社会竞争，敢于承受社会压力，使自己能够在社会上快速成长。再就是时常要保持一颗学习、思考的心。作为一位大学生，最重要的就是自己学习和思考的能力。在企业这样一个新环境中，由我们很多值得学习、值得思考的地方，这就需要自己保持一颗学习、思考的心。

大三医学生自我总结篇二

20xx年月至今，我非常地幸运拥有在_职业技术学院附属学校跟岗实习的机会，并且很感谢一路走为我辛勤付出的导师和其他老师，他们不吝自己的才识，倾己所能地一心一意教导我，使得我相比于之前有了不少的进步。我不仅从中得到了鼓励，也从中拥有了更多的自信。这里，就是一个舞台，可以吸取别人的优点，施展自己的才华，实现自己的理想。

在这段时间里，我积极主动地去参与学校组织的各种活动，认真负责地完成领导和各位老师安排的任务，虽然如此，但就我而言，其中还是有一些美中不足可再改进提高的地方，这也说明我的进步空间还很大。所以，虽然跟岗实习快结束了，但是我的学习应该继续，在每个时间段还需通过各种方法和手段使自己变得更加优秀，更加适应于教师这个职业。

一个学期即将过去，转眼到了要挥手暂别校园的时刻，回顾这一段历程，心中难免有些许的感触。在这个学校里，留下了我的身影；在老师的身上，留下了我敬佩的目光；在孩子的身上，留下了我爱的种子。一切事物的最初都是于爱，一切事物最好的归结也是爱，作为教师，我们更应如此，用一颗爱的心，去播撒言行，打动人心，使人乐观向上。

那么，具体从哪些方面使我得到了收获，取得了进步呢？学校为我们用心创建的各种环境起到了至关重要的作用。

首先，学校的行政和领导为我们考虑得十分周详，给我们每一个跟岗老师安排了学科指导老师和班主任工作指导老师。这一举措，为我们的跟岗实习作了一个成功的铺垫。一方面，使我们在教学工作上得到详尽的指导，比如我们去听、试教、评等都可以得到导师们耐心细致的指导。另一方面，使我们充分地了解班主任工作，近距离感受到班主任是如何与学生、家长和科任老师交流，如何落实学校下达的任务，还有怎样组织家长会等。我们想到的或是没想到的，学校都替我们想到了，目的是让我们在教学技能和班级管理工作中有所提升，从而在下个学期能胜任一个班级的教学工作。因此，我们是十分幸运，非常幸福的。

其次，学校为我们组织了每位跟岗老师上两次汇报和进行一次读书交流会的活动。第一次的汇报是在期中考试之前，第二次是在第十六、十七周，我的感觉是：相比于第一次汇报，大家都是有所进步的，甚至有一些老师的汇报上得非常棒，令人十分的欣慰，但在这一点上我还是需不断地反思和总结的。虽然准备汇报的过程中很辛苦，但是结果告诉我，一切都是值得的，有付出就会有汇报，做任何事情都是一样的。读书交流会的时间虽然并不多，但还是从中学到了不少的东西。同事们诚恳真挚的态度和心声总是能给人信心和感动，大家志同道合地一起工作，一起学习的气氛流淌着一股暖流，温暖和见证这美好的时刻。陈主任嘱咐我们：“一定要多读书！”是啊，“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。”这句

话是一点都不错的，我希望从书中得到快乐，从书中汲取新鲜的血液，从而使我的学生快乐，变得有活力，学有所得，健康成长！

再次，还是回归到一项教学的基本功，即是粉笔字和钢笔字的练习。“亲其师，信其道”，教师写得一手漂亮的粉笔字，自然而然地会吸引到学生以师为榜样，把字写得也美美的。这样就足以看出我们写得一手好字的重要意义了。功夫不负有心人，在一个学期的练习中，我自己写的字也有了一些进步，心中不免窃喜，但也告诫自己再接再厉。

最后，令我感到意外的是，在我们的工作之余，还常常组织一些活动，例如外出学习，一起去吃饭、唱歌等，不仅有科组的、也有级组的，还有全校的。它们给我们的生活增添了一抹靓丽的色彩，既丰富了我们的生活，也融洽了我们之间的情谊。

时光荏苒，瞬间四个多月就过去了，跟岗实习进入了尾声，但它并不影响我们对教学的热爱，对学生的眷恋，待到暑假归的九月份，迎接我们的依然会是一张张灿烂的笑脸，而我，只想在心中对自己说：“继续努力吧！”

大三医学生自我总结篇三

光阴似箭，转眼间我们的实习生活结束了，回顾这段时间的经历，真是感想颇多。短暂的工作时日不仅磨练了我的意志，也使我对今后的人生道路有了真确的方向。

教育实习对一个师范生来说是相当重要的，在校师范生平时所学的无非是一些理论性知识，大部分知识都无法直接与教育实际相关联，久而久之，我们就养成了一种眼高手低的坏习惯，看待事情往往过于简单，缺乏深刻见解，思考大于行动。因此，要想把所学的东西切实的、合理的运用起来，就必须付诸于实践，因为实践是检验真理的唯一标准。实习就

是一个很好的机会，它使理论体系已基本完备的我们得到了真实的尝试，在这个过程中，我们也能够找出自己的不足之处，从而努力完善自己。

经过这段时间的实习，我觉得我更加成熟了，认识到了理论与实践相结合的重要性。教师是一个很特别的职业，肩负着传承人类文明的重任，是人类的文化桥梁。对于即将走出大学校门，成为这支光荣队伍一员的我来说，责任更是重大，只有拥有过硬的本领，才能更好地接过这副重担，否则只会误人子弟。随着思想境界的提升，我也切实体会到了实习的重大意义。作为语文老师，我更要加倍努力，不断扩充自己的专业知识，广泛阅读，多思考，多钻研，革新观念，使自己成为一名经得起大风大浪考验的饱学之士，实实在在地为传播人类文明贡献出一份绵薄之力。

实习期间，我积极主动向指导老师请教有关教育方面的问题，听课与讲课相结合，每天兢兢业业，丝毫不敢怠慢。良好的敬业态度赢得了老师们的一致好评，始终坚持在自己工作岗位上的坚韧毅力也深深打动着组里的每个成员，他们也乐于将自己多年的教学经验拿出来与我分享，因而，我学到了许多实用的技能，认识到了能够把自己既有的知识轻松的传授给学生，而学生又乐于接受，这才是一名优秀的教师。传授一种切合实际的知识技能，对学生来说是相当有用的，所以课堂的授课方式也是不容忽视的，它直接影响着一个老师的教学成果。教学的目的是让学生掌握老师传授的知识，学生是教学的对象，所以，我们不能只为了讲而讲，应该更注重学的结果，应以学生为中心。

大三医学生自我总结篇四

为期一个月的教育实习已经结束，回顾这一个月的实习生活，感慨颇多，而让我感受最深的是：教育实习对每一个准教师来说，都是一步非常重要的棋，是我们师范类学生将理论付诸于实践的必需环节。我们可以通过实习，接触与专业相关

的实际工作，综合运用所学的理论知识，基本技能和专业知识，把理论与实践相统一，用理论指导实践，提高自己在教育工作中的实际操作能力，而不仅仅是局限于书本的知识，理论的思维。这一个半月的实习，我收获了很多学校里学不到的知识，综合素质得到了很大的提高，体会了作为一名教师的光荣与责任，以及明白了成为一名优秀的教师所要付出的艰辛和劳累。

在这短暂的日子里，作为实习班主任兼__实习老师，不仅积累了初步的班级管理和__教学经验，还深刻地体会到强烈的班级凝聚力和素质教育在具体实施过程中的困难性。

教育无处不在，在讲台上要为人师表，以身作则；在讲台下更要注意保持教师的良好形象。我坚持早读、晚自习上班提前十分钟到达班级，把课桌上的椅子拿下来摆好，让学生一进教室就能坐上摆好了的椅子并让整个班级保持良好的纪律。在教学与日常管理中严格要求自己，同时也要求学生学会严谨治学与做人，真正履行了一名实习教师的职责。在学院领导及教务处、学生处等有关部门的关心下，在实习学校的大力支持和帮助下，在全体实习师生的共同努力下，本次实习取得了圆满成功。这次实习，实习生用自己的辛勤汗水品尝了教师这一职业的甘苦，懂得了为人师的责任，积累了宝贵的经验教训，为今后走上教育岗位、献身教育事业打下了坚实的基础。这次实习令我感受颇多。

试教工作开始以后，我每天的工作就是听优秀化学教师的课——写教案——试教——修改——试教，这样反复练习，完善。直到把一节课要讲的内容练到烂熟于心为止。即使这样，在我第一次深入课堂时，我还是遇到了许多师范学校里没学过、事先也没有料到过的难题。毕竟试教的时候和正式去教室上课的时候的心态是很不一样的通过这次的经验，我深感不能以自己的'思维来揣度学生的思维，自己认为很简单的问题，对于刚刚涉及这一知识的学生来说很可能就会是一个无法理解的地方，这时候，我们以何种方式将此知识点向

他们表达清楚就显得尤为重要了。于是，在以后的备课过程中，我就不在像以前一样只要自己弄清楚了就了事，而是更加侧重于如何将知识的来龙去脉向学生表达清楚。我的这一举措果然收到了良好的效果，学生听完课后普遍都说我讲得较清楚。这让我感到很欣慰。

在当实习班主任的过程中，我从他们原班主任那里学到了很多关于班级管理方面的经验，确实让我受益不少。比如如何与学生谈心，如何帮助后进生转化成为先进生等等。虽然这些经验都是非常宝贵的，但是我也没有完全照搬，第一是我觉得我的身份毕竟与他们原班主任不同。第二是我觉得我与学生年纪相仿，不象原班主任一样与他们或多或少地存在一些代沟，这是我的优势所在，应当加以利用。不管怎么样，这次实习都为我将来的从业生涯提供了非常宝贵的经验，我相信这一定是我最珍贵的记忆。

大三医学生自我总结篇五

从7月13日开始，截至8月30日，我在南方日报东莞站实习了45天。我的专业是小学英语教育，但来到报社实习做文字记者，我并不觉得矛盾，反而发现两者有许多共性。比如，教育是一种传播，新闻也是一种传播。搞教育要因材施教，考虑受教育者的身心发展特点；做新闻也要“因材施教”，搞党报的时刻记着自己在对党和领导说话，办都市报的总想着老百姓关注什么。

45天，洗去了我的书生意气。新闻对我而言已不再是纯粹的文字功夫，而是对社会现实的记录和反映。新闻有地域之分；新闻人有国界之分；新闻机构不可能不考虑公共利益、民族利益和社会影响。从新闻线索的获取，到根据报纸的定位和风格判断新闻价值，再到采写编评，每个环节都要考虑周全。

但是，作为一名实习记者，我考虑更多的是如何写好新闻。

令我感受更深的是，如果没有博尔特般的行动速度，就赶不上日报的出版进度；如果新闻敏感性不强，就会因错失新闻而捶胸顿足；如果没有驾轻就熟的采访技巧，就算找到了知情人，也可能无功而返；如果社会经验和阅读经验不足，就会影响记者的创造力。

截至8月24日，我发表了28篇文章，近4万字，涉猎了许多题材，如现象、会议、报料等。会议现场我跑了许多次，如东莞拟增加出租车听证会、特约研究员会议等，慢慢跳出对会议的肤浅认识，即某某单位召集某某人在某某地就某某事开某某会，然后打个腹稿，在会议消息主体部分写上某某领导说，或某某与会人说。

除了会议新闻，这些日子还接触了现象报道，如《公路绿化树过高竟引来车祸?》、《买本杂志真的好难》、《暑期学生打工频遇陷阱》等。

现象报道曾一度令我倍感头疼，因为我不单无法像报道会议一样轻易获知何时何地何人做了何事，还时常怀疑它的真实性。如在采写《酒店影楼不抢“七夕”蛋糕》一文时，我拨打了几个酒店和影楼的电话了解“七夕”和“九九”婚宴和婚纱摄影预订的情况。最后发现，这些酒店影楼并不重视这两个传统节日。当段老师打上“酒店影楼不抢‘七夕’蛋糕”的标题时，我立马困惑了。因为我觉得它的真实性是模糊而不严谨的。东莞可能有上百家酒店影楼，而我只采访了不到十家，这可能只是局部事实，而非整体事实。没有任何一个权威的调查告诉我，酒店影楼真不抢。随后，在与段老师的交谈中，我第一次认识了微观真实和宏观真实，也更坚信新闻真实性是做一切新闻的出发点。

当然，在实习中，我发现自己读的书太少了，社会经验太浅了，采写编过程留下了一些遗憾。比如，跑报料新闻时，一次遇到珠宝店盗窃事件，我像一艘航行的船迷失在茫茫的雾海中，四周围找知情人，最后得到的是残缺的事实。

这次实习让我增长了业务知识，体会到了新闻采编的艰辛，自己的新闻敏感性和社会责任感都有了很大的提高。我真心的感谢报社的每一位前辈，尤其是带我的郭老师，曾指导和帮助过我的马老师、谭老师、欧老师、段老师、刘老师等。这段难得的经历，让我看到了今后的奋斗目标，必将充实我今后的人生。