

最新英文自我评价精简(优秀7篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

英文自我评价精简篇一

作为医学生的第一个寒假学校便布置了社会实践，由于我学的是临床医学，所以就准备到医院去实习，寒假社会实践自我总结。虽然学什么不一定非要实践于那一行，即使少了些丰富多彩的经历，可这样可以学以致用也值了。

固然我只是大一，离真正参加工作还有几年时间，但从我进大学以后，觉得时间过得真快，恐怕自己还趁早学就再也没有机会了，我深感到，我进入大学并不是人生的终点，只有多吃苦，才知道糊口的艰辛，不易。固然只是两个礼拜的短短的时间，我却觉得像经历数年，自己长大了很多。

对于我这个只有半年学医经历的来说，应该从医院中最基础的工作开始。在医院里我首先学会了血压的测量，工作总结《寒假社会实践自我评价》。了解到测血压前被测者应充分休息，勿吸烟喝酒喝咖啡，不可憋尿。被测者应采取坐位或卧位，气囊应缚在上臂中1/3，不可过松，也勿过紧，否则血压值会降低。充气速度要慢，水银柱在听诊声音消失后再升高20mmhg即可。放气速度以每一心跳下降2mmhg为宜。听诊器应放在肘动脉处，再放气后出现第一音时为收缩压(高压)，继续放气至声音消失(或变调)时为舒张压(低压)。

在医院里我还见识了不少我从来没见过的医疗设备，正是现代科技的飞速发展，对医学诊断和治疗起到很大的帮助。

虽然在医院实习很辛苦，但是我还是非常喜欢那些实习的日子。

通过这次实习，我充分体会到了医务工作者承担着的“救死扶伤、解除病痛、防病治并康复保奖的使命。唐代“医圣”孙思邈在所著《千金方》论大医精诚有这样的论述：“凡大医治病，必当安神定志，无欲无求，先发大慈恻隐之心，誓愿普救寒灵之苦。”因此，医学生掌握先进医疗技术的同时，还要具有爱岗敬业，廉洁奉献，全心全意为人民服务的品格，发扬救死扶伤的人道主义精神，才能更好的为国家的医疗卫生事业作贡献。

英文自我评价精简篇二

寒假的社会实践活动已经结束了，但社会实践给我们带来的巨大影响却远没有结束。它使我们走出学校，走出课堂，向社会，走上了与实践相结合的道路，到社会的大课堂上去见识世面、施展才华、增长才干、磨练意志，在实践中检验自我。半个月的社会实践虽然比较辛苦。是庆幸?还是依恋?回想起来，才发觉，原先乏味中充满着期望，苦涩中流露出甘甜。

经过本次社会实践活动，一方面，我们锻炼了自我的本事，在实践中成长;另一方面，我们为社会做出了自我的贡献;但在实践过程中，我们也表现出了经验不足，处理问题不够成熟、书本知识与实际结合不够紧密等问题。我们回到学校后会更加要珍惜在校学习的时光，努力掌握更多的知识，并不断深入到实践中，检验自我的知识，锻炼自我的本事，为今后更好地服务于社会打下坚实的基础。

“机遇只偏爱有准备的头脑”，我们仅有经过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，不断提高自我的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才

能扬起梦想的风帆，驶向成功的彼岸。

业余的宝贵有很多人理解为什么学生要进行假期社会实践活动。在这之前也是不怎样懂得的。可是，经过这次的寒假实践活动，我竟然领悟到了一些我以前所不明白的东西。

首先，假期里，我们的时间相对的充裕了许多。我们被允许做更多的事情。所以这种假期的实践活动就成了我们最好的选择。因为它既能够帮忙我们看到更大的一个世界，又能够让我们度过一段完美的时光。

最重要的是，当我们投入地去做一件事的时候，我们会发现一种难以用语言表达的欢乐。当我们用自我的本事去实践，去帮忙别人时，这种欢乐别人是没有办法体会的。

人生中，有许多事情需要我们去。可是我相信，这种实践是不可缺少的一环。我想起了一句话，人的成就是决定于他怎样利用课余时间。所以，一段有意义的人生。实践必须是最最值得我们来体会的。

英文自我评价精简篇三

这两年多的时间里，享受了很多，也失去了很多，在得与失之间，我更加深刻地触摸到自己的灵魂深处，更加透彻地清楚我本身的优缺点，一些是要延续的，另一些却要改善，刻不容缓。

本人工作态度严谨，责任心强，诚实团结，性格坚毅。在大学期间积极参加校园活动和参加社会实践，经常到电脑城，了解电脑行情。增强自己的社会经验，加强了对工作的责任感，学到别人的长处，认清自己的短处。注重自我的品行修养。大学的生活塑造了一个健康，充满自信的我。自信来自实力，但同时也认识到，自身还存在很多的缺点和不足，要不断适应社会的发展，提高专业知识和自身修养，完善

自我。

人不可能什么都会，什么都懂，但至少精通一门，最重要的是具有如何快速地学会的能力。能与人融洽相处，协作共为，懂得礼尚往来，这才是为人道。前路漫漫，不管风雨与否，我都坚守自己的信念与原则，积极向上，锐意进取。

英文自我评价精简篇四

本着回报社会，奉献社会的原则，我们部开始了我们有意义的寒假生活。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。人际交流与沟通，是每一个护理专业学生的必修课，可将其真正灵活的应用到实践中真的很不容易，也让我们领悟到了，讲话这真是一门艺术啊~毋庸置疑，我们的实践活动在各所在地市医院展开。

经过社会实践，我们从中能学到很多，从我们接触的每个人身上学到了很多社会经验，自我的本事得到了提高，而这些在学校里是学不到的。在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前没有工作的机会，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地理解。每一个大学生好高骛远的缺点在此也得到了很好的教育。在实践中，我们不仅仅能将课堂知识有意义的运用，还能亲近社会，提前了解医护，护患之间的一系列日常问题。

寒假期间，那些坚守岗位的工作者，是我们学习的榜样。爱岗敬业，我们每一个人都应当践行的价值观念，在实践中让我们受到了熏陶和感染。也纵观了社会各界的百态。在学校封闭的环境中，我们无法接触形形色色的人，可如今我们有机会了。在他们的身上，都有着这样或那样的闪光点……

社会真的是一本百科全书，让我们了解实时新闻，增长经验，奉献自我，服务大众。在实践中不断成长，在成长中不断领悟。唯有这样，我们才能算是真正的大学生，真正的四有青年！

赠人玫瑰，手有余香。远处的余香飘近，我们的青春在燃烧~用热血挥洒舞出了活力青春，用汗水淋漓谱写了奉献赞歌。人生的意义不在于索取，而在于奉献。经过社会实践，我们找到了新的舞台，我们得到了新的收获，我们学到了新的知识。作为共青团员，我们要有先锋模范之带头作用，在广大青年学生中作出表率与榜样，并在社会实践中锻炼自我，为祖国完美的明天奋斗！

英文自我评价精简篇五

本人思想上，追求先进，求真务实，乐于进取，积极向上。在校担任学生干部期间严格要求自己，认真负责，乐于助人，积极开展学生活动，丰富同学课间生活，并自觉协助班干部，系干部策划，组织策划各类文体活动，有一定的工作能力与参与工作的热情。在多次活动中受到了老师的表扬和同学的肯定。

学习上，热爱专业，成绩良好，实践经验丰富。本人主动投入实践中去，积极参加社会实践活动，曾担任__实习编辑，主要协助主编校对、筛选稿件；派发报纸；现场采集新闻并拍照等。在工作中从陌生到熟悉，从不知所措到得心应手。在此基础上获得了大量实践经验，建立起较强的责任心，事业心，提高了自己的语言，交际，组织，办事能力以及各方面素质。为日后在真正岗位上的工作建立了坚实的基础，提供了强大的后盾。

生活上，性格开朗、大方，爱好广泛，喜欢与人交往，作风踏实，乐于助人，群众基础良好。经常参加院系中开展的各项活动，并在活动中积极，向上，严格要求自己，并多次在

院、系、班级的文体竞赛中与同学协作取得优异成绩。

英文自我评价精简篇六

在成熟和迷惘的交织中，悄然流逝了。在我眼里，设计室也是一个没有硝烟的战场，它能磨炼人的意志，淡泊人的心灵，业务素质能得到快速提高，人的心理也能快速成熟起来，这无不凝结着每位领导的英名决策和正确指导。

年终岁末的时候，人总是特别感叹生命的蹉跎，回首与展望会是两个亘古不变的主题。下面我将从业务素质，外界沟通与内部合作两个大的方面来分析自己一年来的得失。

作为一名建筑专业设计人员，业务能力的提高是重中之重。

20xx年的半年，通过大量的施工图绘制，我对建筑设计的流程，方法等有了较深的认识，对建筑规范也有了一定的了解。今年年初，我给自己制定的目标是大致具备能独立操作一个一般项目的的能力，包括它的总平规划，方案设计，效果图表现，以及后期施工图的设计。能力来源于实践，实践检验能力；一年来，我按照自己既定的目标一步一步地脚踏实地走过来，有些可能达到了，而有些可能离目标还有一定地差距，具体表现在以下几个方面。

一. 总平规划能力：

遇到难题时就虚心向领导和资深专家请教，取得了较好的效果，积累了不少宝贵的经验。

二. 效果图的表现：

效果图作为一种表现手段，是建筑设计作品最直观的表达方式，它决定着建筑的整体风格，也是决定开发商取舍整套方案的一个很重要的原因，所以我认为效果图的表现是建筑设

计前期相当重要的组成部分，也使我必须掌握的一项基本技能。一年来，通过对警备区招待所，某大厦附属天桥，忘忧谷宾馆和某双拼别墅的效果图制作，我能熟练的掌握3dmax、photoshop等设计软件，加以自己对建筑形体的理解，能作出一般的单体效果图，对于大型的商业建筑和小区的鸟瞰图制作还很欠缺，还需要不断的学习和实践。

三. 方案能力:

方案能力是一名建筑设计师应必备的重要能力。好的平面方案直接与建筑的适用，经济，美观三大基本要素挂钩。一年来，我参与了公司大部分项目平面方案的设计，在桂湖花园，怡然居，竹韵苑等平面方案的设计中，我跟随设计组的领导一起查阅资料，实地考察，埋头苦干，虚心请教，圆满完成了既定任务。与此同时，受领导重托，我还独立完成了警备区招待所，某双拼别墅和百货大楼，竹韵苑1，2#楼的平立面方案设计。在平面柱网的布置中，我先按自己的想法大致布置结构柱网，再请结构组同事帮忙检查是否合理，无形之中，我增强了结构概念，丰富了专业知识。在独立设计的过程中，我发现了自己的很多不足之处，特别是对立面方案的把握还缺乏基础理论性的认识，这都是在以后的工作中必须首要加强的。

四. 施工图设计

建筑，从民用建筑到工业建筑，从多层到高层，从刚开始的描图组图，到后来的跟图学图，接下来的独立操作，到竹韵苑的游刃有余，我亲眼目睹了自己从无到有，从迷惘到清晰的成长过程，我基本具备了独立操作的能力，可以解决施工中常见的一些问题。一年来，我几乎熟读了公司所有的建筑规范和相关资料，并做了较为详细的学习笔记，虽然很多知识一时间都用不上，但我了解了，到用的时候就不会有“书到用时方恨少”的感叹。建筑施工图设计的难点在屋面排水和节点大样，在这些方面，设计院的老师傅给了我们

许多帮助，屋面排水在于组织引导，屋面做法要优先考虑屋面的排水问题；节点大样不仅要做到轻巧美观，更要方便施工。古语有云：学无止境，在施工图设计方面我还存在许多误区，还有许多自己需要学习和加强的地方。诸如对地下车库，人防工程的设计；对《高层建筑防火规范》的深刻理解，对楼梯梯段净高的认识，厨房卫生间的布置必须满足人性化的需要等等。

除业务素质的锻炼外，与甲方的沟通，与同事间的配合，与施工方的交流也是工作中必不可少的一部分。

设计是一项贯穿工程始末的工作。设计前期，我们致力于与甲方的沟通，通过我们的职业嗅觉了解开发商的商业意图，不卑不亢，有礼有节是我们坚持的一贯立场。设计中期，我们需要与同专业的合作，与相关专业的配合完成，建筑专业作为其他专业的先导，必须对整个设计流程负全面的责任。在我看来，合作中的摩擦总是难以避免的，但必须具备良好的心态；无论工种的相同与否，职位高低，都必须抱学习的态度，虚心的精神，舒缓的语气，以理服人的姿态；任何的自以为是，适才自傲都会导致内部矛盾，影响整个团队的战斗力，继而拖缓工程进度。设计后期，我们要与施工方进行不断的交流，无论交流的结果如何，都对我们今后的设计是有百益而无一害；是我们的问题，就要敢于承认并迅速加以更正，不是我们的过错，也要做细致的解释工作。

为了提高自己的综合素质，我阅读了许多名人传记，从伟人的经历中获取养分，更进一步地充实自己。我阅读了大量的文学作品，提高了自己鉴赏水平。我又学习了为人处世伦理哲学，以提高自己的道德修养。所有这些，使我越来越深刻地感觉到人生追求的意义。

不知道自己要求太高，还是自己的进步太小，我总觉得离目标还是那么远。而且工作时间越长，学的东西越多，就越感到自己的不足。总之，成绩属于过去，过错已化为经验。

在以后的工作和生活中，伴随着公司的不断拓展和业务量增长，我们依旧会面临巨大的挑战和压力。就我个人而言，有几点尤其需要重视。

三是加强与公司内部各设计人员间的团结合作，保持平和的心态，多沟通，多配合，充分挖掘集体的潜力。

最后，我还想说一个词：责任。

无数次，我拿这个词来衡量自己，来要求自己。不论说过的话、做过的事，都要负起责任。肩上扛着工作上的责任，社会的责任，家庭的责任，不可逃避的。

x年才刚刚来临，我相信，有了公司领导层的英名决策和正确指导，加上公司全体员工的共同努力，同舟共济，继往开来，公司的发展一定会蒸蒸日上。我没有理由不憧憬以后的锦绣前程。

英文自我评价精简篇七

一个学期转眼就过去了，在幼儿园领导的指导下，在同事们得关心，支持和帮忙下，使我学会了很多，也使我干好了我的本质工作，同时也取得了必须的成绩，在那里，我也该整理一下我的思绪，评价过去的工作经验，以使我更好地提高自我的工作水平。

一、我热爱保育工作，

二、我是第一次接触保育工作，我选择这项工作是因为我喜欢和热爱幼儿，

这学期我是小四班的保育教师，我们班的孩子都是第一次上幼儿园，应对陌生的幼儿园，难免会有些害怕和恐慌。这时候，我就把每个孩子当做自我的孩子，从内心去关心个爱护

他们，孩子们都是刚刚入园，开学初，早上有的的小朋友要哭要闹，这时我就用亲切的语调，温暖的拥抱，细致的照料，友善的笑容，像妈妈一样的去吸引幼儿，让幼儿很快的适应幼儿园的生活，刚开始，有的幼儿一到中午看到饭菜就想家，不是说“我不饿”，就是说“我不想吃”、还有个别幼儿说“我要回家”为了能让孩子们喜欢吃饭，我们也采取了多种方法。

首先，我们在户外活动时，让幼儿多活动，在吃饭的过程中介绍每样菜吃了对小朋友的好处，如：青菜有很多维生素，吃了皮肤白白的，头发黑黑的，肉吃了，小朋友长得高高的，身体棒棒的等各种方法。

其次，我们班有个早产儿，他比较挑食，刚开始来的时候，他根本不会自我吃饭，听他家长说，他在家里都不爱吃饭。吃点奶，零食之类的东西来补充，我们就及时和他家人交流。同时期望家长配合教师，在家里也对孩子进行自理本事的培养，放手让孩子自我吃饭，不挑食，在学校来我给他讲道理，鼓励他，渐渐的他有了提高，变得喜欢吃饭了，当然大多数幼儿适应本事比较强，很快就适应了，盛给他的饭，都能自我吃了。有的还主动要求教师添饭，养成先吃饭后喝汤的好习惯，孩子们得变化使我变得十分高兴。

三、在卫生保健方面，

我以培养幼儿各种生活习惯为主，帮忙幼儿认识自我的杯子，毛巾，培养幼儿饭前便后要洗手，饭后要擦嘴，漱口的好习惯。孩子们都很小，自理本事都很差，所以在大小便时都要教师给予帮忙。有的幼儿还尿裤子，这时我就把他弄脏的身子擦洗干净，换上干净的衣裤，并把弄脏的衣裤洗干净，晾干。在午睡时，王子林要上两次厕所，并且要按时提醒他，听他家长说，他在家睡觉时都要用尿不湿，可是他在幼儿园，经过教师的提醒和培养，他很少流尿了。

活动时，对出汗多的幼儿，我及时给幼儿们擦汗，隔背，以防感冒。随着天气的变化，要给幼儿增减衣服，对体弱多病的幼儿给予特殊照顾。我们班有一对龙凤胎，身体比较差，比较怕冷，我也要随时关注他们的冷热情景，给他们增减衣服。

我每一天认真的做好消毒工作，减少有害细菌的滋生，总之，保育教师是生活教师，对幼儿来说是十分重要的，他们来到园的每一天都是由我照顾，要想取得幼儿的喜欢，家长的信任，就要像妈妈一样，要用自我的热情，爱心，细心，耐心去照顾他们。

当然，我在工作中也有粗心，有做得不周的地方，在今后的工作中，我必须不断评价经验，配合教师，吸取教训，努力做好本质工作。