

# 认知自我鉴定(精选5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。相信许多人会觉得范文很难写？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 认知自我鉴定篇一

大学生毕业实习,是高校实践教学的重要环节,它关系到学生专业知识的系统理解和实践能力、专业水平的综合提高,也是关乎大学生就业质量的重要手段,对于自己的实习自我鉴定如何写,下面是本站小编为大家整理的大学生认知实习自我鉴定,希望对大家有所帮助。

在新的环境中,为做好本职工作我积极主动向同事学习,向领导请教,基本上很好地完成了领导和设计师交待的各项业务。在公司内时刻谨记公司的规章制度,按时出勤,不做违反规定及有违公司形象的事。清楚地认识到了自己目前所处的位置,就自己目前的情况而言,积极熟悉龙头材料、工艺和产品尺寸要求,争取早日对水龙头设计有一个深刻的认识,能早日的利用现有的产品材料、加工工艺等设计出满足市场需求、既实用又美观的产品。最重要的我是学会了怎样以一个平常心去对待任何事情,给自己重新定了位,树立了奋斗目标。在公司各位领导和同事们的爱与关怀中,我体会着成长的快乐和感动,用心收获着这份宝贵的人生财富。下面对我这三个月的工作内容作一下系统总结:

### 一、车间实习

刚进公司,按照公司的培养政策,我被安排在公司车间实习一个月。按照实习时间安排,我在公司三大事业部每个事业部进行了一周左右的实习,最后一周安排在研发中心4号车间

实习。

这一个月，虽然有点累，但是还是很充实的!每天都有很大的收获，不管是刚开始的车间画线、重装车间装龙头、还是机加车间的操作机器，都让我在繁忙的工作中体会到了劳动的艰辛与快乐。也使我对雅鼎这个大家庭有了更进一步的了解，也使自己对公司的产品设计有了初步的认识，为自己下面的设计工作打下了很好的基础!在实习期间，各事业部的同事对我关爱有加，在传授我知识的同时也让我深刻的体会到了这个大家庭的温暖。

## 二、摄影棚拍照

由于公司产品拍照的需要，我被临时安排在摄影棚，协助小猴子进行产品拍照!没想到一下子就在那呆了半月有余，在这期间!我学到了自己以前很少学到的摄影知识，也知道了一点的产品营销方法和手段!以前一直以为公司画册上的照片全是软件渲染出来的，到了摄影棚我才明白，为了公司的整体形象和产品营销的需要!产品画册还是需要拍照来完成的，毕竟软件渲染不能和实物拍照相比，即使渲染再好也没有拍出来的美观!

在摄影棚期间，我主要协助小猴子移动一下摄影设备、布置场景和装配产品。这使我对产品的装配有了进一步的体会，也深刻的了解了产品各部分的功能和作用。也学到了产品摄影方面的一些知识和拍照技巧，这对我今后的设计来说都是十分有益的!

## 三、产品组内部实习

回到办公室后我就开始或多或少、陆陆续续的接触水龙头设计方面的知识，在部门各位同事的帮助和指导下，使我对产品设计、对水龙头的设计有了更进一步的理解和认识，也从各位同事那学习到水龙头设计需要注意的一系列尺寸要求和

工艺要求。这是各位前辈的经验，使自己不必走那么长的弯路，在此由衷感谢各位同事日常在工作和生活上对我的帮助和关爱。

回到办公室后，在老大的组织下，我们产品组组织了多次的交流和培训活动，在此期间大家一起进行交流，既提高了专业技能又增强了团队的凝聚力。也使我这个新人能很快的融入这个团队中来。

在产品部的期间我一边绘制下年度的新品开发方案，一边协助同事绘制三维模型和尺寸图!渐渐磨练自己的工作能力，争取早日能成为一名合格的产品设计师。

20xx年3月4日，我开始了在广西新闻网的实习。主要是从事原创新闻的采访、以及网络新闻频道的更新等方面的工作。第一次正式与社会接轨，踏上工作岗位，开始与以往完全不同的生活。我每天在规定的时间内上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事，凡事得谨慎小心。

“天下英雄皆我辈，一入江湖立马催。”从学校到社会的大环境的转变，身边接触的人也完全换了角色，同学变成同事，相处之道完全不同。在这巨大的转变中，可能彷徨，迷茫，无法马上适应新的环境。也许看不惯同行之间残酷的竞争，无法忍受同事之间漠不关心的眼神和言语。很多时候觉得自己没有受到领导重用，所干的只是一些无关重要的杂活，自己的提议或工作不能得到领导的肯定。做不出成绩时，会有来自各方面的压力，领导的眼色同事的嘲讽。而在学校，有同学老师的关心和支持，每日只是上上课，很轻松。

但是，在这里，任何解释都是多余的，只有用实际行动证明给他看你能行，那才是最真实的!我还记得第一天来报导的时候，我的指导老师就对我说过，不管你在学校是如何的优秀，从今天开始，你就只有从头开始，用你的实际行动来证明你

是如何的优秀，否则一切都是空谈！

常言道：工作一两年胜过十多年的读。两个月的实习时间虽然不长，但是我从中学到了很多知识，关于做人，做事，做学问。

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。参加工作后才能深刻体会这句话的含义。课本上学的理论知识用到的很少很少。平时我的工作只是帮忙更新新闻、帮老师写写稿子，几乎没用上自己所学的专业知识。修改稿件时，我只能在自己以前的基础上努力自学尽快掌握有关新闻学的知识。平日里勤动脑、动手、好学多问。为了能够学到我想要的知识，于是一有时间我就找指导老师借相机出去采风，经过了一段时间的摸索，我开始进入状态。得到了很多不同岗位的实习锻炼机会，学到了很多实用的东西，也逐渐认识了我自己，明白眼前的我需要做的和必须做的事情，对学习和生活也有了新的认识和打算。应该说这整个过程就象海绵吸水一样，是个大量吸收的过程。但是短短的两个月的时间，不可能说学到所有的技术和能力。

老师说对，实习机会最重要的不是说要学怎样的写新闻，而是要看到在信息发达的社会，作为一个媒体人是怎样做的或者作为记者，是怎样做新闻的。我觉得很有道理。每一天，我都会记录下自己看到的学到的和自己的感触，因为我觉得记录是一种习惯，一种姿态，可以让自己在停留的时候回头看看自己做了什么，也因此会有更加明确的方向。于是我基本上懂得了，一开始，在刚走进社会这个大熔炉的时候，首先要做的是学会怎么做人——一个能够在社会上生存的人，以后才可慢慢地学会做事！

正好，实习给了我这样的一个学会做人的机会，它就像进了社会大熔炉一般，让在学校自我感觉良好的我，感觉到了在社会里自己就像是空气中一粒微小的尘埃，也意识到自己能力的欠缺和知识的匮乏。虽然实习这两个月并不是很长，但

却已经让我拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而更多的是希望自己在工作中积累各方面的经验，为将来自己就业之路做准备。千淘万漉虽辛苦，但也要摩拳擦掌，做好又一次投身熔炉的准备。

对于我来说，我并不想诠释两个月的实习生活带给我有多少翻天覆地的变化，我觉得它带给我最大的收获是心态的蜕变，是一个从茫然到理性，幼稚到成熟，虚幻到现实的变化过程。

就这样，时间飞快的流逝，实习过程中点点滴滴和滴滴点点的真实和刻骨铭心让自己经历了一个逐渐成熟的心路历程，在和同事们交流的点点滴滴中，我收获很多。从理性上认识到了自己的缺点与不足，开始重新认识自己，开始学会思考。虽然是实习，但是我能感受到一种压力，感觉到要学的东西太多了，要弥补的东西也不少。我要付出的远没有以前想的那么简单。我开始把我的理想具体化，现实化。我想要的生活也因此有了方向，也更加明确了我的下一步该做什么。我觉得这是我这次实习中获得的最有价值的东西。

我于20xx年7月14日——20xx年10月31日到广州市凤凰城酒店实习，这段时间我的收获很大。酒店服务是有形产品和无形服务的混合体，酒店服务质量评价的标准就是客人的“满意程度”。处于买方市场的酒店应把顾客需求作为营销工作的出发点，前厅代表酒店与宾客接触，满足客人对酒店服务的各种需求，接受客人的投诉，解决客人的疑难问题，是酒店的神经中枢。正是基于这些，前厅的地位和作用就尤显重要。前厅部虽然不是酒店主要的营业部门，但对酒店的市场形象、服务质量乃至管理水平和经营效益有着至关重要的影响。前厅部可谓是酒店管理的点睛之笔。通过这次在凤凰城酒店接近四个月的实习，本人获益非浅。酒店就等于是一个社会的缩影。这次实习无疑是为不久的将来踏入社会的我提供一次重要的机会。

1、沟通能力提高：作为一名前台接待员，作为酒店的一线员工，与客人的接触是面对面的，是最直接的。往往前台接待员一句话可以影响客人对酒店的整体印象，甚至影响客人整天的心情状态。如何让自己说出的语言让客人听得舒服，听得开心，是作为一名前台接待员所必须要学习的课程。当然，沟通不仅限于与客人之间，还存在于同事之间，甚至是对上级。人不免不会有情绪上的波动，然而这种情绪上的波动往往会影响他人的心情。如何调整好自身的心态，用最好的心态去面对客人，面对同事甚至上级，如何带给别人一个最好的笑容，是我每一天都要认真思考的问题。在这次实习中，我不但在沟通能力上得到了提高，还学会了如何调整自我的心态。

2、突发事件应变能力提高：在前台接待处工作，每天都必须作好作战的准备。因为作为一名前台接待员，每天都要接待不同的客人，面对不同的事件。入住的客人中不免会有些不大礼貌的客人，甚至会对接待员口出恶言。面对这样的情况，要如何安抚客人的情绪，同时也要保护酒店的利益与自身的安全，对于我来说又是另外一个考验。

3、工作独立处理能力提高：通过这次实习，我深切的了解到，必须学会自己有能力的事情必须自己做的这个道理。只有培养自身的独立能力，才能在工作上得到进步。在工作上，有问题，有不懂应该大胆请教同事，而不是不懂装懂。独立工作，积累经验，最后得到的才是最适合自己的东西。

4、服务意识提高：作为一名前台接待员，时刻都代表着酒店。无论是在工作岗位上，还是走在路上，只要穿着酒店的制服就应该时刻都有为客人提供最好的服务的意思。我们是微笑之城的使者，一切为了宾客，为了宾客的一切，为了一切宾客。

## (二) 实习体会

1、自身不足与缺点：通过这次实习，我重新看到了自身的不足以及缺点。在语言能力上依然是无法十分流利的与客人进行沟通。日常入住凤凰城酒店的客源主要是国内客人以及日本客人。但是在广交会期间，酒店主要的客源是外国客人。由于自身的英语口语能力并非十分好，所以造成了与客人沟通上障碍。并且由于自身的酒店工作经验不足，导致工作上出现不应该出现的错误，为同事带来了许多不便。另一方面，在工作上，我的某些缺点更是表露无疑。比如工作不够细心，不够虚心接受同事的批评等等。但通过这接近四个月的锻炼，我已经在不断的改正当中。

2、就业前景据不完全统计，目前全国有各类酒店旅馆9000多家，酒店人才缺口超过10万。而且现在大部分的酒店基层员工大部分都是以中专或大专的学历居多。我认为现在的酒店行业缺少的依然是高学历的专业人才。但是，就算拥有高学历，依然是无法成为一名管理人员的。作为一名管理人员还是必须有多年的工作经验。其中，一线工作经验是十分重要的。所以，作为即将毕业的大学生来说，绝对不可以眼高手低，必须作好接受挑战的心理准备。

### (三) 实习想法和建议

1、想法：本次实习给予了我们一个很好的机会了解这个社会。是我们真正踏入社会前的一个重要的台阶。弱肉强食是一直无法改变的生存原则。想要获得成功，就必须比别人更加努力。这次实习面对了很多以前从来没有遇到过的问题。如人际关系问题，宾客关系问题，心理状态不佳等问题。但通过这接近四个月的学习与改进，我无论是在心理还是思想上都得到了很大的进步。在凤凰城酒店感受最深的是它的员工管理制度问题。由于上一次酒店业务实习是在花园酒店，虽然当时的实习时间只有一个月，但是却受到了很大的影响。花园酒店是一间由酒店管理集团公司管理的五星级酒店，而且花园酒店拥有较长的经营历史，已经形成了一套较完善以及严格的员工管理制度。相对与花园酒店来说，凤凰城酒店是

一间非常年轻的酒店。凤凰城酒店由开业到现在只是三年的时间，无论是管理制度以及经营体制依然不是十分完善。再加上凤凰城酒店是属于“家族生意”，并非由酒店管理公司进行管理，大部分的高层管理人员缺乏酒店管理经验。所以，凤凰城酒店在员工的职业素质上是与老牌五星级酒店比不上的。过于松散的员工管理制度导致员工的工作心态松散，这无疑会降低员工的服务质量。如果一个五星级酒店只有拥有五星级的外表，而缺少五星级的内在，是不足以称作为一间五星级酒店。

2、建议：对于这次实习，由于各种原因与实习单位的沟通存在某种程度上的问题，由一开始的以实习生的方式的进入实习单位，到最后以签约员工的方式进入实习单位。凤凰城酒店的人事部以“你们答应了以后都在这里工作才你们进来的”的理由要求我们签下了一年的合同，如果工作不够一年离职则要收取毁约金。凤凰城酒店人事部的这种办事方法，实在是让我感觉到不合理。望今后系里领导能协助我们与实习单位进行沟通，避免这种情况再次出现。

共2页，当前第1页12

## 认知自我鉴定篇二

不知不觉中，一个半月的时间转眼即逝，回顾这段实习时间的种种收获、所得，有欣慰也有不足。通过实习，让我懂得了很多，也成熟了很多。其中最大的收获就是对自我有了更深层次的了解，提前认识到进入社会所需面临的种种复杂问题与处事方式以及目前理论知识的薄弱之处。

感悟：首先，学会沟通 学会沟通。在这段时间的实习中，给我最大的 学会沟通 感触就是要怎么样才能让自己学到更多的东西，这是很重要的，而沟通是拉近距离、融入团队的捷径。很好的沟通能让自己得到 更多的指导，得到更多问题的



解答及锻炼的机会。其次，勤学善 勤学善 勤学 思。勤学是在工作中多多向身边的同时学习，然后发现问题，善 思是努力寻找自己的不足之处及解决问题的方法、思路，并加以 改善。这些能很好的锻炼自我发现、分析、解决问题的能力。

然后是理论知识与实践结合 理论知识与实践结合。实习是把理论知识与实践结合的过程，把自己的所学应用到实践中，并不断总结检讨，认识到自己理论知识扎实程度。第四，注重细节 注重细节。细节决定成败，这句话不 注重细节 是空穴来风，做一件事情的时候，往往因为一个小小的细节没注意到而导致最后的结果会很不理想。因此，做事的时候要做到事 中、事后思考——做事时想想该怎么做好这件事、如何去做好、需要注意哪些事项(细节)等，做完后总结一下自己的不足及优秀之处。最后，团队合作 “人心齐，泰山移。团队合作。”发挥团队精神，团队合作 学会与他人合作能够达到事半功倍的效果，可以使我们的工作更 好的向前发展。

自我表现不足之处：第一、做事不够细心，心态尚显浮躁，做事只求速度而忽略质量；往往会造成做一件事的时候不能把每个细节都考虑周全，造成一次次的尴尬局面，这在以后也多多警醒自己注意改进。第二、专业知识不够熟练。需要将来多多弥补， 坚固基础知识。总结：总的来说，这次实习还是让我得到了很多的社会经验 以及为人处事的技巧，为未来工作积累足够的功底。在此对在实 习中帮助我及指导过我的各位领导主管、同仁表示深深的感谢！

在这段时间里，不管是思想上、学习上还是工作上都在实践中得到了锻炼和提高，取得了长足的发展和巨大的收获。有具备良好的业务素质，才可以很好的胜任本职工作。作为一名××工作上的新兵，面对各种不同特点的××，我在局领导的正确领导、科室领导的悉心指导及同事们的帮助下，刻苦钻研、认真学习，虚心向老同志请教，较好的完成了各项工作任务。××年x月底至x月底，学习了对于××的管理及领



求是拓新。我的工作规划更加清晰，对自己今后的发展充满自信，在见习期获得的点点滴滴，这些经验对我来说是弥足珍贵的。

首先，感谢所有为我一个月的实习提供帮助和指导的南汇区人民法院的工作人员，谢谢你们！一个月的南汇法院实习，很愉快，受益匪浅！

理论是灰色的，生活之树常青！将理论付诸实践，让他在自己该在的地方，他才能发光，更好的得到检验！抱着这样的认识，我来到了南汇区人民法院。

## 一、初到法院满腔激情

20xx年7月15日，我们来到南汇区人民法院，法院政治部的领导接待了我们，对我们表示了热烈的欢迎，并提出了一些希望和要求，实习生们认真听取了领导们的讲话，个个充满热情。

我被分配到了“速裁组”。“速裁组？第一次听到这个名字哎！”这是我当时的第一反应。不过没关系，我敢于挑战新鲜事物，就这样，我满怀激情，正式开始了在南汇法院的实习生活……会议结束后，同学们都跟着各自庭的庭长去熟悉了工作环境。我被带到了速裁组办公室，与我的指导老师审判员张老师，书记员童老师见了面。

第一天的工作由此拉开了……午间休息时，还在想着“速裁组”这三字，突然脑子里闪过“民事速裁”，这不就是吗！民事速裁程序是将当事人之间的诉讼契约予以法律保护，并赋予该契约以国家强制力。民事速裁程序自始至终均反映着当事人的意思自治，而法院在速裁程序中仅仅扮演一个引导者、询问者角色。在引导过程中，尽量通过协调，达成双方当事人在实体权利以及诉讼权利方面的各种合意，从而突破民事诉讼法普通程序、简易程序规定的答辩期间等诉讼期

间的硬性规定，灵活有效地解决当事人之间的诉讼纠纷，缩短了诉讼周期，提高了诉讼效率，降低了诉讼成本，有效地保护了当事人的合法权益，将案件各方当事人的损失降到了最低程度。

想通了，感觉人也舒畅了，接下去的日子，不再茫然！

## 二、结案日的来临 . . . . .

实习的这一个月正好赶上南汇法院的结案日，加之下个月是南汇法院并入浦东法院，所以好多的交接工作，案件特别多。

排序、敲章、敲页码、打目录、电脑结案、打印卷宗封面、装订卷宗、涂浆糊、贴封条 . . . . . 到最后的归档，一份看似薄薄的简单的卷宗，却经过了那么多的程序，足见其严谨性，却也是一件机械化的工作，在机械中寻找快乐，在装定了几份卷宗后，根据其每个步骤的特点，想了个好听的名字给它们，如，我把敲章、敲页码称之为“内装修”，把涂浆糊、贴封条称之为“烤鸡翅”等等。

## 三、离开时的不舍

即使很短暂，但是已经相处的有感情了！

一个月，很快！实习就这样结束了，离开的时候很不舍！这一个月，通过实习，我了解了大量庭审案件从立案到结案的全过程，进一步学习了相关法律知识，对立案的程序有了更深的理解，同时注意在此过程中将自己所学理论与实习实践有机结合起来。实习结束时，我的工作得到了实习单位充分的肯定和较高的评价。

一个月的实习，其中，有困惑，有感动，有迷茫也有反思。对一些现实中的案件与所学东西有较大的出入时，会困惑；面对平易近人的法院的同事，面对每一个质朴渴望得到帮助的

群众，会感动；遇到社会上的一些不好的风气，实实在在的去面对一些暴力案件，离婚案件时，心里有一种说不出的难受和迷茫；而对于在实习期间关于纯粹的法学理论及法律事务方面的问题，我又会积极的反思和总结。

作为一个将来的法律人，看着现实中的境况似乎也看到了自己将来的路，一方面，看着人们越来越强烈的法律意识甚至用法律来替代道德层面的问题，我很开心，而另一方面，我更痛苦。法律只是法律，在现实中很多问题还是要通过道德来约束，这样可以使当事人少受伤害，也可避免资源浪费。

共2页，当前第2页12

## 认知自我鉴定篇三

这次实习是我们毕业前的一次综合性实习。

本次实习为了拓展我们的知识面,扩大与社会的接触面,增加我们在社会竞争中的经验,锻炼和提高我们的能力,以便在以后毕业后能真真正正走入社会,能够适应国内外的经济形势的变化,并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题,学校允许我们根据自己所学的知识及兴趣爱好寻找单位实习,进一步运用所学知识分析和解决实际专业问题,提高我们的实际工作能力。

1、了解当前我国交通运输行业与环境保护的现状 2、通过实习的机会亲身体会城市交通运输的重要性以及在这个过程中所衍生出来的各种各样的问题与我们最为息息相关的便是环境保护的问题。

通过实践?窥探出问题的症结所在?提出自己的见解为以后的工作打下良好的基础。

3、通过实践增强自己的观察、分析、动手以及协调能力提高

自己各方面的素质。

三、实习内容郑州宇通客车股份有限公司是1993年在郑州客车厂的基础上成立的一家股份制公司，1997年在上海证券交易所上市，是国内客车行业第一家上市公司。参观国内客车的龙头企业，心情颇有些激动。

宇通客车的接待人员通过企业的宣传视频给我们介绍了宇通客车的历史、现状和发展前景。然后在指导老师的带领下乘坐宇通客车依次参观了模具车间、塑料件厂、车桥厂及承装车间。指导老师带领我们重点参观了承装车间，他为我们详细介绍了该车间的各个工位。

整个车间采用先进的流水线工艺进行生产，整洁的车间，高效的效率让我们体会到了宇通的企业文化。最后，我们又来到车辆展区，看到了宇通公司生产的各式各样的客车，包括公交、豪华大巴、校车等产品。

第二站我们参观的是焦作市八运集团。在工作人员的带领下，我们重点参观了该公司东风重型汽车的中途检测及维修过程。

了解了不同种类的重型汽车，包括装载车、拖车、罐车。对重型汽车的汽车构造有了进一步的认识。

对运输车辆的检修保养维护的重要性有了更深的认识。有了实践作为指导，使我们对课本上的知识有了更为深刻的理解。

下一站我们来到了位于市郊的夏工机械重工。

该公司主营重型机械，如挖掘机、推土机、压路机等产品。我们在接待员的带领下参观了该公司的生产线。该公司的自动焊接机器人等给我们留下深深刻意向，使我们对现代化的生产技术有了更深层次的了解，对现代化的重工企业有了更深层面的认识。在越来越智能化的社会中，先进的生产技术

与管理理念才是一个企业高速发展的保障。

最后一站：焦作市客运总站。接待人员带领我们先后参观了客运站的各个机构，依次为进站口、售票大厅、三品检查、候车厅到检票口，以及客车的进站、检测维修到出站等。最后我们重点参观了客运站运用于客车上的先进的3g监控系统。它能够实时的监控每一辆客车在任意时刻的情况，以保障对旅客负责，对社会负责。如果发生意外情况，这里就能够收到报告，以制定紧急应急方案，将损失降到最低。

四、心得体会“千里之行，始于足下”，这一个月短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助，可以避免我毕业后的眼高手低现象。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这一段时间所学到的经验和知识大多来自老板和同事们的教导，这是我一生中一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。

对于自己这样一个即将走向社会的大学生来说，需要学习的东西很多、很多？对于个人来说，这次实习使我开阔了眼界，对于即将参加工作岗位的我们来说，是一次历练的机会，也是我们即将步入社会的开端。

通过了解这些工作，让我们学有所用，把以前课本上学到的知识和实际工作结合起来，使我们对所学的专业技术有了更大的兴趣，也学到了一个工作人员应该有的态度：严谨，一丝不苟，脚踏实地，吃苦耐劳。在以后的学习生活中我们要主动学习他人的优点、长处来弥补自己的不足。它使我受益匪浅，这是我走上社会的最后一堂很有意义的实践课。

对企业来说，我学到了企业管理的重要性。无论是从事设计工作还是车间管理工作，都要注重企业管理效率。他们先进的管理理念和高效的工作效率都值得我们学习。通过实习，使我们对交通运输这个专业的专业前景和涉及内容进行深入了解，认识了本专业所需的新事物，以及城市交通、运输物流工作有一个感性认识，是理论与实际相结合的形式。根据本专业教学计划的安排，交通运输专业进行了认知实习，其目的是理论联系实际，一方面可使我们加深理解、牢固掌握在课堂上已学的课程，另一方面也为专业课教学打下一个良好的实践基础。

了解了我国公路运输的发展水平和城市道路建设，在实习过程中，通过老一辈从业人员了解了我们专业的工作去向，让我不再对自己专业感到迷茫，知道该如何在学校学好专业知识，以后才能在社会上有自己发展的一席之地。

总而言之，在这短暂的实习里，这对于我对专业认识有很大帮助，让我的课本知识再度升华，从感性认识上升为理性认识，同时也对我们这些未来的交通从业人员要面对的问题有了更深刻的认识，对于肩上所负的责任：为中国交通行业付出自己的一份心有了更明确的理解。为我今后走入社会参加工作积累了宝贵的经验，奠定了坚实的基础。

## 认知自我鉴定篇四

20\_\_\_\_年3月4日，我开始了在广西新闻网的实习。主要是从事原创新闻的采访、以及网络新闻频道的更新等方面的工作。第一次正式与社会接轨，踏上工作岗位，开始与以往完全不同的生活。我每天在规定的时间内上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事，凡事得谨慎小心。

“天下英雄皆我辈，一入江湖立马催。”从学校到社会的大环境的转变，身边接触的人也完全换了角色，同学变成同事，



相处之道完全不同。在这巨大的转变中，可能彷徨，迷茫，无法马上适应新的环境。也许看不惯同行之间残酷的竞争，无法忍受同事之间漠不关心的眼神和言语。很多时候觉得自己没有受到领导重用，所干的只是一些无关重要的杂活，自己的提议或工作不能得到领导的肯定。做不出成绩时，会有来自各方面的压力，领导的眼色同事的嘲讽。而在学校，有同学老师的关心和支持，每日只是上上课，很轻松。

但是，在这里，任何解释都是多余的，只有用实际行动证明给他看你能行，那才是最真实的！我还记得第一天来报导的时候，我的指导老师就对我说过，不管你在学校是如何的优秀，从今天开始，你就只有从头开始，用你的实际行动来证明你是如何的优秀，否则一切都是空谈！

常言道：工作一两年胜过十多年的读。两个月的实习时间虽然不长，但是我从中学到了很多知识，关于做人，做事，做学问。

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。参加工作后才能深刻体会这句话的含义。课本上学的理论知识用到的很少很少。平时我的工作只是帮忙更新新闻、帮老师写写稿子，几乎没用上自己所学的专业知识。修改稿件时，我只能在自己以前的基础上努力自学尽快掌握有关新闻学的知识。平日里勤动脑、动手、好学多问。为了能够学到我想要的知识，于是一有时间我就找指导老师借相机出去采风，经过了一段时间的摸索，我开始进入状态。得到了很多不同岗位的实习锻炼机会，学到了很多实用的东西，也逐渐认识了我自己，明白眼前的我需要做的和必须做的事情，对学习和生活也有了新的认识和打算。应该说这整个过程就象海绵吸水一样，是个大量吸收的过程。但是短短的两个月的时间，不可能说学到所有的技术和能力。

老师说对，实习机会最重要的不是说要学怎样的写新闻，而是要看到在信息发达的社会，作为一个媒体人是怎样做的

或者作为记者，是怎样做新闻的。我觉得很有道理。每一天，我都会记录下自己看到的学到的和自己的感触，因为我觉得记录是一种习惯，一种姿态，可以让自己在停留的时候回头看看自己做了什么，也因此会有更加明确的方向。于是我基本上懂得了，一开始，在刚走进社会这个大熔炉的时候，首先要做的是学会怎么做人——一个能够在社会上生存的人，以后才可慢慢地学会做事！

正好，实习给了我这样的一个学会做人的机会，它就像进了社会大熔炉一般，让在学校自我感觉良好的我，感觉到了在社会里自己就像是空气中一粒微小的尘埃，也意识到自己能力的欠缺和知识的匮乏。虽然实习这两个月并不是很长，但却已经让我拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而更多的是希望自己在工作中积累各方面的经验，为将来自己就业之路做准备。千淘万漉虽辛苦，但也要摩拳擦掌，做好又一次投身熔炉的准备。

对于我来说，我并不想诠释两个月的实习生活带给我有多少翻天覆地的变化，我觉得它带给我最大的收获是心态的蜕变，是一个从茫然到理性，幼稚到成熟，虚幻到现实的变化过程。

就这样，时间飞快的流逝，实习过程中点点滴滴和滴滴点点的真实和刻骨铭心让自己经历了一个逐渐成熟的心路历程，在和同事们交流的点点滴滴中，我收获很多。从理性上认识到了自己的缺点与不足，开始重新认识自己，开始学会思考。虽然是实习，但是我能感受到一种压力，感觉到要学的东西太多了，要弥补的东西也不少。我要付出的远没有以前想的那么简单。我开始把我的理想具体化，现实化。我想要的生活也因此有了方向，也更加明确了我的下一步该做什么。我觉得这是我这次实习中获得的最有价值的东西。

## 认知自我鉴定篇五

在新的环境中，为做好本职工作我积极主动向同事学习，向领导请教，基本上很好地完成了领导和设计师交待的各项业务。在公司内时刻谨记公司的规章制度，按时出勤，不做违反规定及有违公司形象的事。清楚地认识到了自己目前所处的位置，就自己目前的情况而言，积极熟悉龙头材料、工艺和产品尺寸要求，争取早日对水龙头设计有一个深刻的认识，能早日的利用现有的产品材料、加工工艺等设计出满足市场需求、既实用又美观的产品。最重要的我是学会了怎样以一个平常心去对待任何事情，给自己重新定了位，树立了奋斗目标。在公司各位领导和同事们的爱与关怀中，我体会着成长的快乐和感动，用心收获着这份宝贵的人生财富。下面对我这三个月的工作内容作一下系统总结：

### 一、车间实习

刚进公司，按照公司的培养政策，我被安排在公司车间实习一个月。按照实习时间安排，我在公司三大事业部每个事业部进行了一周左右的实习，最后一周安排在研发中心4号车间实习。

这一个月，虽然有点累，但是还是很充实的！每天都有很大的收获，不管是刚开始的车间画线、重装车间装龙头、还是机加车间的操作机器，都让我在繁忙的工作中体会到了劳动的艰辛与快乐。也使我对雅鼎这个大家庭有了更进一步的了解，也使自己对公司的产品设计有了初步的认识，为自己下面的设计工作打下了很好的基础！在实习期间，各事业部的同事对我关爱有加，在传授我知识的同时也让我深刻的体会到了这个大家庭的温暖。

### 二、摄影棚拍照

由于公司产品拍照的需要，我被临时安排在摄影棚，协助小

猴子进行产品拍照!没想到一下子就在那呆了半月有余，在这期间!我学到了自己以前很少学到的摄影知识，也知道了一点的产品营销方法和手段!以前一直以为公司画册上的照片全是软件渲染出来的，到了摄影棚我才明白，为了公司的整体形象和产品营销的需要!产品画册还是需要拍照来完成的，毕竟软件渲染不能和实物拍照相比，即使渲染再好也没有拍出来的美观!

在摄影棚期间，我主要协助小猴子移动一下摄影设备、布置场景和装配产品。这使我对产品的装配有了进一步的体会，也深刻的了解了产品各部分的功能和作用。也学到了产品摄影方面的一些知识和拍照技巧，这对我今后的设计来说都是十分有益的!

### 三、产品组内部实习

回到办公室后我就开始或多或少、陆陆续续的接触水龙头设计方面的知识，在部门各位同事的帮助和指导下，使我对产品设计、对水龙头的设计有了更进一步的理解和认识，也从各位同事那学习到水龙头设计需要注意的一系列尺寸要求和工艺要求。这是各位前辈的经验，使自己不必走那么长的弯路，在此由衷感谢各位同事日常在工作和生活上对我的帮助和关爱。

回到办公室后，在老大的组织下，我们产品组组织了多次的交流和培训活动，在此期间大家一起进行交流，既提高了专业技能又增强了团队的凝聚力。也使我这个新人能很快的融入这个团队中来。

在产品部的期间我一边绘制下年度的新品开发方案，一边协助同事绘制三维模型和尺寸图!渐渐磨练自己的工作能力，争取早日能成为一名合格的产品设计师。