

# 项目实践总结(汇总10篇)

总结是对前段社会实践活动进行全面回顾、检查的文种，这决定了总结有很强的客观性特征。什么样的总结才是有效的呢？以下我给大家整理了一些优质的总结范文，希望对大家能够有所帮助。

## 项目实践总结篇一

在高一年级班主任和高一年级物理科任教师的实习中，我深深地体会到我们的学生如此的渴求有一位知识比较丰富、能力'方案范文。库。整理~比较全面的、能倾听自己心声的朋友。作为他们的朋友，我惟有仔细倾听、耐心询问、认真思考，终极协助他们增强认知正确看待和科学处理他们所面临的困难；作为实习班主任，带领学生参加锻炼，带领学生参加学校跳绳活动、羽毛球活动，开主题班会、课间操时维持秩序，筹办了“从小故事中感受做事，学会做人”主题班会，搞了一次学生情况调查，认真撰写了很有参考价值的调查报告，在整个实习期间，我本着对学生负责的态度尽全力做好每一件事情。

作为物理老师，我备了5节课的教案，每个教案均在4个班进行教学，共上了20个课时，其中一个重点是重点班；很多时候，一天接连上四节同样内容的课，我逐一扛住了这辛劳的任务！面对几十双渴求知识的眼睛，我精心备课、认真组织，用真诚的心对待每一个同学，用比较清楚的话讲解好一个个题目。课后不厌其烦地回答学生的疑问；我知道了要做到让学生在快乐中学习，不能孤立地营造活跃的课堂气氛，搞花架子，而应该从教学内容中找到学生的兴奋点。课前预备一定要充分。有课时，我往往是提前几天就备课，查资料，写教案，试讲好几次，直到上课前还在考虑各种细节题目。尽管如此，我还是觉得假如预备时间充裕的话，讲课时会发挥得更好。老师讲课时声音要洪亮，要有一股气势，要有较好的气质。

我希望自己会有清刚之气：直率、真挚、刚强而不失温顺。我认老师一定要有一点硬气，这样言传身教，有利于学生的性格发展。提问后应给学生充分的思考时间，这一点我做得不够，往往题目一说，就要学生举手回答；我的语速很稳、教学的进程把握很好，但经常反应不够快，不能很好处理学生忽然的提问。

在物理科组主办的物理游园活动中，我和其他实习组员积极帮忙，从活动策划，前期预备到活动举行，我们花了大量的时间和精力做了大量工作，由于没经验，我们很大压力，起早摸黑，这个词用得一点不过分！一有空就到实验室做饮水鸟、共振摆、牛顿摆、混沌摆……等小制作、和学生会沟通；非常。本文。由方案。范文库；为您搜；集’整理^累，但学到很多……下次开游园活动，我相信我很有把握、有经验开得更好。

这一个月来，我受到了老师和同学们的热切关注。他们以真诚而友善的眼神看着这么一个高大威猛却是“新手上任”的老师。同学们在我的课上积极提问、仔细听讲，在我讲得好时以热烈的掌声鼓励，鞭策着我在学习和工作中创新开拓，不断进步！

在此，我衷心的向他们表示感谢，特别感谢我的指导老师江老师、徐老师、分管领导；同时还要感谢我的大学老师、关心和帮助过我的同学。

实习到今天完毕了，实习是我生命中最难忘的日子，一开始的时候很担心，现在想来，日子还是过往了，而且自己的表现也还可以，所以，得到一个启示：不论碰到什么困难，不要对自己失往信心。不清楚没关系，好好学着做，肯定能做好！

在45天的实习生活里，我学会了很多也懂得了很多从生活中没发获得到的知识和道理，回顾这段时间，我明白了一个道

理，这里给我仅是初步的经验积累，对于迈向社会远远不够的，所以在学习生活除外，在假日我会积极参加社会各种实践活动，获取更多学习的经验和实践能力’方案范文。库。整理~，我相信在以后的社会道路上，我会得心应手，用自己的强项来拼搏。我的未来不是梦，只要自己努力过，成功是不会拒尽你的。

## 项目实践总结篇二

实习期间，我在某某幼儿园单位领导和老师的指导下，不仅掌握了幼儿园保教工作的基本内容和特点，进一步对保教工作的重要性有了新的认识，而且，比较成功的将自己所学理论知识和技能运用到了实践中，顺利的完成了教育实习任务。下面，就此期间自己在见习和教学实习等方面的工作做一个简单的自我鉴定：

熟悉实习园所、班级的基本情况，接受指导老师的点拨，在做好保育员工作的同时，了解班级基本情况，跟幼儿接触、沟通，建立良好关系的同时，对各个幼儿特点有了初步了解。另外，在指导教师的帮助下，熟悉班级授课方式、教学计划后，写出自己详细而完整的教案，跟指导老师沟通并确认后，正式授课。在此期间，我不仅了解并做好保育员的工作，还自己独立完成了对班级环境的创设，并得到了老师和领导的一致好评！

这段期间的实习让我学到了许多知识和技能，有机会将理论与实践有机结合，受益匪浅。今后定必认真总结，及时反思，多向别人学习，使自己不断进步，日渐完善，同时紧记“不论遇到什么困难，不要对自己失去信心”这个道理，逐渐走向成熟。

时间飞快，我在某某幼儿园实习已过了半年。在这短暂的实习期间让我学到了很多的东西，有些是以前在学校的时候所学习不到。

在我熟悉幼儿园的环境、班级的大概情况，接受指导老师的点拨，在做好实习前期工作的同时，了解班级基本情况，跟幼儿接触、沟通，建立良好关系的同时，对各个幼儿习性特点有了初步了解。

在这短暂的实习中，我得到了一个全方面的学习。对自己在这实习期间的表现还算满意。但满意不表示，还有些方面需要加强的，比如说：上课的声音太小，上课方向不是很确定，小孩不怎么叫得听等。这些地方都是美中不足的。在日后必定多做反思，对向别人学习，把自己所学的和实践能够完美的结合在一起，力求最到更好。

### 项目实践总结篇三

时间过得飞快，短短几周的手术室实习生活已接近尾声，回顾这段时间的`实习生活，我感受很深。

在手术室实习期间，通过各位老师的帮助指导及自己的实践，我熟练把握了手术室各项规章制度，严格遵守手术室要求的无菌操纵原则，熟记各项常用手术操纵流程标准。通过自己的亲手实践，我学到了很多教科书上没有的实际手术配合经验。

进一步把握了无菌概念及无菌技术，学习了各种消毒方法，无菌物品的分类原则及原理。多次练习了洗手，穿无菌衣，戴无菌手套，手术台上传递无菌物品。

知道了手术前所做的预备，手术过程中手术xxx及巡回xxx的配合，手术记录单的填写。术后器械、敷料、手术间的消毒处理。以及麻醉病人清醒前的陪护观察，病程记录。了解了夜班xxx对急症手术的处理方法。学习并练习了气管插管的技巧。

通过在手术室这段时间的实习，我特别感谢各位老师前辈的

悉心指教，我会牢记她们以身作则的优良作风，谨慎严谨的工作态度。并将不断鞭策自己，不断提醒自己，努力改善自己的不足之处，保持自己的优点，争取在今后的工作中，取得更大的进步。

在手术室一个月的实习生活中熟悉到以下重要几点：

在此谢谢各位老师对我的关爱及悉心教导。我将在以后的工作学习中继续努力，奋发图强，争取做一名合格的医务工作者。

## 项目实践总结篇四

通过这次的实习，除了让我对农业银行的基本业务有了一定了解，能进行基本操作外，我觉得自己在其他方面的收获也是挺大的。作为一名一直生活在单纯的`大学校园的我，这次的毕业实习无疑成为了我踏入社会前的一个平台，为我今后踏入社会奠定了基础。

首先，我觉得学校和单位很大的一个不同点就是进入社会以后必须要有很强的责任心。在工作岗位上，我们必须要有强烈的责任感，必须要对自己的岗位负责，要对自己办理的业务负责。如果没有完成当天应该完成的工作，那职员就必须得加班；如果是不小心弄错了钱款，而又无法追回的话，那就必须由经办人自己负责赔偿。

其次，我觉得工作后每个人都必须要坚守自己的职业道德和努力提高自己的职业素养，正所谓做一行就要懂一行的行规。在这一点上我从实习单位同事那里深有体会。比如，有的业务办理需要身份证件，虽然客户可能是自己认识的人，他们也会要求对方出示证件，而当对方有所微词时，他们也总是耐心的去解释为什么必须得这么做。

在银行职员的工作态度问题尤为重要，比如：在对待客户的

态度，首先是要用敬语，如“您好，请签字，请慢走”。其次与客户传递资料时必须起立并且双手接送，最后对于客户的一些问题和咨询必须要耐心的解答。这使我认识到在真正的工作当中要求的是我们严谨和细致的工作态度，这样才能在自己的岗位上有所发展。

最后，我觉得到了实际工作中以后，学历虽然很重要，但个人的业务能力和交际能力更为重要。任何工作，做得时间久了是谁都会做的，在实际工作中动手能力更重要。

实习过程里使我深深体会到，如果将我们在大学里所学的知识与更多的实践结合在一起，使我们具备较强的处理基本实务的能力与比较系统的专业知识，这才是我们实习的真正目的。

## 项目实践总结篇五

回首这半年的点点滴滴，心中顿生了许多感触。这些年中经历的每一天，都已在我心中留下了永久的印记，因为这些印记见证我这样一个新生的成长。在过去实习的这几个月的内，我收获了很多很多。

在日常生活上，以前我是一个衣来伸手饭来张口的半大孩子，而通这次实习在工作上同事们的帮助，使我养成了独立性，不再娇生惯养，现在我已经能做一些力所能及的家务了。

踏上社会，我们与形形色色的人打交道。在电视上不止一次的看到职场的险恶，公司里同事之间的是非，我想我能做的就是多工作，少闲话。

实习这几个月期间，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，为将来自己走创业之路做准备。

在校期间学习认真刻苦、吃苦耐劳，有上进心。为人诚恳、虚心好学、能够正确对待、处理生活及工作中遇到的各种困难，思想积极上进，接受能力和独立能力强，有很强的团队精神和集体荣誉感。做事认真负责，有很强的责任心。秉承山大扎实、厚重的学风。为人正直、诚信、稳重。有强烈的上进心、事业心。有很强的对环境的适应能力，可以很快融入集体。工作学习认真踏实，能够吃苦耐劳，责任心强。

## 项目实践总结篇六

转眼之间，三个月的实习就要过去，回首展望，虽没有轰轰烈烈的战果，但也算经历了一段不平凡的考验和磨砺。一下是我对三个月来的工作总结：

实习期的工作可以分以下三个方面：

作为基层管理者，我充分认识到自己既是一个管理者，更是一个执行者，是集团财务管理部对外的一个窗口。要想做好财务工作，除了熟悉业务外，还需要负责具体的工作及业务，首先要以身作则，这样才能保证在目前的情况下，大家都能够主动承担工作。

新的工作岗位意味着新的起点、新的机遇、新的挑战，本人决心再接再厉，更上一层楼。在今后的日子里我们将向财务精细化管理进军，精细化财务管理需要“确保营运资金流转顺畅”、“确保投资效益”、“优化财务管理手段”等，这样，就足以对公司的财务管理做精做细。

要以“细”为起点，做到细致入微，对每一岗位、部门的每一项具体的业务，都建立起一套相应的成本归集。并将财务管理的触角延伸到公司的各个经营领域，通过行使财务监督职能，拓展财务管理与服务职能，实现财务管理“零”死角，挖掘财务活动的潜在价值。

以上是自己实习期的自我鉴定，望阅。

## 项目实践总结篇七

从xx年x月x日xx年x月x日，我利用课余时间和学校安排的正式实习时间，在鹤壁市心理咨询研究中心圆满完成了各项实习任务，得到实习单位的充分肯定，得到了指导老师祁乐平主任等人的大力帮助和有效指导。在心理咨询技能和职业素养等方面，本人获得了前所未有的提高和成长。在实习结束之际，特从以下方面做总结。

鹤壁市心理咨询研究中心成立于xx年x月x日，致力于整合与推动鹤壁市心理咨询事业的发展，由河南省的民政厅备案。

中心的心理咨询理念是“真正的爱应该超越生命的长度，心灵的宽度，灵魂的深度”，服务于心理咨询师培训与督导、企业人力资源开发、心理咨询(婚姻家庭、亲子关系、家庭教育、学生心理、职业生涯规划)、心理危机干预、心理公益关爱行动。

多年来，已先后为偏远山区的留守儿童、孤儿及残障人士、孤寡老人等社会弱势群体提供了多次心理援助服务。尤其是在汶川5.12大地震和玉树4.14大地震的系列心理援助中，做出了杰出的贡献，得到了市政府的高度赞扬。

在实习的两个多月的时间里，经中心老师的耐心指导，和个人潜心钻研，先后完成了如下实习任务：

(一)协助鹤壁市劳动路小学、前进小学、大同街小学三处心理辅导站建立师生心理健康档案，并负责学校心理健康教育工作。

(二)参加中心组织开展的各类社会公益服务活动，包括对留守学生进行的心理问题干预工作，并做好新闻宣传和报道工

作。

(三)学习个案处理和团体心理咨询技能。

(四)及时补充心理咨询应用知识，通过心理沙龙和心理学书籍及影片的学习，提高心理咨询实务技能。

(五)办公室常规文案的写作与处理及其他。

在认真完成实习任务后，取得了如下的实习成果：

(一)建立了三处心理辅导站的师生心理健康档案，成功组织了一次心理健康教育专题讲座，赢得了校方和师生的一直好评。在鹤壁市教育局等部门开展的年度心理健康工作检查中取得了可喜的成绩。

(三)参加了四次社会公益服务活动。在鹤壁市敬老院开展三次老人心理疏导。

(四)参加了心理沙龙，自学了三部华夏心理培训教材《心理咨询师基本功训练》、《叙事心理疗法》、《焦点法解决短期心理咨询》，观看了四部心理学电影《盗梦空间》、《心灵捕手》、《肖申克的救赎》、《贫民窟的百万富翁》，并撰写了观后感。

(七)初步熟练了个案处理的技巧。

我深刻地觉得，作为一名心理工作者不仅需要熟练各种心理学的原理和方法，更需要我们保持耐心 and 与人交心，保持对天下人一视同仁的优秀品质。

在学校做心理健康档案的日子里。当走进班级里，孩子们很好奇地看着我们。并较有热情地做着心理健康测试。带队的老师是位要求有点苛刻的人，实际上我们明白她是很认真负

责的。她要求我们在做档案的每一细则都要确保准确和完善。

在随后进行的测试分析时，老师向我们分享很多的经验。我体会到心理咨询需要全身心的投入。对于心理档案中涉及到的每一个细节，都必须要做到严谨再严谨，这样做既是对职业的忠诚，也是对心理求助者的负责。

对于未来心理工作者的自己，必须要保持住对生活的细心，也要力求对生活的高度负责。

每一个月中心都在每个周六的时间定期举行“心理咨询师沙龙”，在心理沙龙活动中，彼此交流在心理学学习方面的困惑，和分享心理咨询工作方面的所感所获。在关于留守儿童的教育上，大家认为要做到以关爱和支持为主，启发他们对学习的兴趣和对生活的希望。在学校心理健康教育工作中应有区别地对待留守儿童，采取不同的教育方法进行心理疏导。这类学生心理教育工作的难度较大，心理疏导的时间较长，心理教育工作者务必保持耐心，在教育中不断通过测评以检验心理工作的实效。

每次的心理沙龙大家都互相勉励，永远做一个忠于职业的人，不断学习与更新知识，在心理咨询的实践中要随时归纳与总结，定期参加心理督导，以促进个人心灵的成长，不断提高心理咨询的技能。但愿自己可以也长期长期如此。

在实习单位工作和学习的日子很快就结束了，忘不了各位老师对职业的崇高信仰，忘不了各位老师关于人生的谆谆教诲，忘不了各位老师的对工作的严格要求忘不了的人还有很多。

这段在离开大学之前的美好日子，一定会令我难忘和铭记，这势必会成为我人生经历的重要财富。

最后，向实习单位表示最衷心的感谢，向实习单位的所有人致敬！

## 项目实践总结篇八

20xx年xx月9日至xx月30日，我在安顺市第六中学七班进行了为期近两个月的实习。实习的基本内容包括两部分：课堂教学、班主任工作。在原任指导老师武老师和班主任孙老师的耐心指导、帮助下，我较好地完成了教育实习任务。

实习期间，在武老师的指导和支持下，我总计听了8节课，上了32节课。教学实习中，总的来说，我能认真备课，所设计的教案规范准确。课堂教学中，教学效果良好，教学内容能当堂消化、巩固，教学重点突出，明确，能够顺利地完成任务。同时，课外辅导耐心细致，批改作业仔细认真，还经常请武老师指出缺点和不足，以不断地提升自己。在实习过程中，我深刻的感受到：上一堂课容易，但要想上一堂精彩的课很难！需要下很大的工夫。在教学之前，我都认真听了指导老师的课。从中我也学到了很多教学方法和技巧！同时我都准备好每次课的详细教案和课件资料，并全部交给指导老师修改。

实习期间，作为实习班主任，每天课间操时维持秩序，监督到位，耐心地做学生的思想工作。教师节期间，我在班主任孙老师的指导支持以及学生的积极配合下，筹办了以“尊师重教”为主题的班刊展览活动，得到了老师和学生的极大肯定。

在整个实习生涯中，我本着对学生负责的态度尽心尽力做好每一件事情。自己在实践活动中得到了极大的提升，学到了许多书本上根本学不到的东西，受益匪浅，为以后做一名光荣的人民教师积累了宝贵的教学经验。

但是，在教学过程中，时间把握不当，不能在有限的45分钟内完成教学目标任务，教学过程和教学环节常常出现疏漏的地方，给学生造成一定的理解困难。所以，我想，作为一名师范生，要真正走向了工作岗位，还需要自己以后两个月的实习不断地努力实践，追求进步。

实习尽管辛苦忙碌，但却是对我人生的一大有益的尝试和磨练。最后，我要特别感谢辛勤指导我的武老师，是他让我学到了很多的教学知识，使我从稚嫩的教学走向了成熟的教学。同时，我也要向指导和勉励我的孙老师以及六中的老师们表示衷心的感谢和崇高的敬意！

## 项目实践总结篇九

为了更好地巩固已有知识，学习技能，我到桂中纸业有限我们公司进行实习，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，了解了我们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。正好最近我们公司在扩建，传真很多。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。虽然在短短的3个月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。

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，无论大小认真踏实地完成每一件事，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！

时光匆匆，为期3个多月的实习已经圆满的落下帷幕。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。

面对新的环境，新的顾客，内心有点紧张。在看似忙碌而又紧张有绪的工作中，我开始记住了“客户”这个词，因为我深知客户是我们的服务对象，我开始体味“微笑服务”诠释的真谛。

这一次实习主要是行政。同时，学习联行往来业务。前几周主要是以看为主。开始安排我在财务部学习。我从整理发票开始。虽然看似一句话就能讲清的流程，但实际操作起来却并不是行云流水般流畅的，这其中所抱露的细节问题也决不是可以草草了之的。我从编码开始，慢慢熟悉整个操作过程。但渐渐的随着熟练程度的增加，错误减少了，从中也得出了自己的心得。正如我们主管说的：“财务部工作需要的不是超凡的智力，而是一份细心和耐心。”确实如此，财务工作是一项看似简单但精密度很高的工作，它需要的是更多的耐心和细心。所以我一直都在培养自己这方面的能力。刚开始时，几乎每一天每做一件事都要犯错，但是渐渐的在各位同事的帮助和指导下，我已经慢慢从常犯错，减轻到少犯错，犯小错，并争取不犯错。我把每次犯错都做为对自己的一次警示，更是做为自己迈向成功的一道道关卡，人生不拒绝犯错，重要的是看待错误的正确态度和之后的自省。

由于老板和同事的信任，不到一个月，我就有了自己固定的办公桌，虽然对公业务不是很多，但是在一些简单的业务中

我渐渐培养自己专注和细心的能力。因为我觉得业务可以学，但性格是需要慢慢培养和塑造的。它需要一个过程，更需要一份恒心。

3个多月的时间转瞬即逝，但是它留给我的决不仅仅是业务技能的提高，更多是一种精神的同化和感召。实习的结束同时又是一个新的开始，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。

## 项目实践总结篇十

实习时间虽然不长，但本人却在学习的过程中收获了很多。首先是本人端正了学习态度。在本人刚刚实习时，脑子里想的是好好放松从重压下解放出来的自己，然而很快本人就明白了，工作仍需努力认真的学习。看到周围的同事拼命的工作，本人也打消了开始的想想法，开始了努力工作的旅程。其次是极大程度的提高了自己的自学能力。只靠工作努力是完全不够的。这就要求在课余练习巩固课堂上所学的知识，须自己钻研并时常去图书馆查一些相关资料。日积月累，自学能力得到了提高。再有就是懂得了运用学习方法同时注重独立思考与工作的结合。做什么都勤于思考，遇到不懂的地方能勤于请教。时刻不忘警戒。随着学习的进步，本人的心也有了一个质的飞跃，能较快速的掌握一种新的技术知识，本人认为这对于将来很重要。在实习知识这段时间里，本人更与领导建立了浓厚的师生情谊。领导们的谆谆教导，使本人体会了工作的乐趣。本人与身边许多同事，也建立了良好的学习关系，互帮互助，克服难关。锻炼了自本人的动手和分析问题能力，受益匪浅。

在工作中本人接触到了erp系统的使用，因为在本人实习中，公司正要建立erp系统管理，本人有幸学习到了一个erp系统是如何建立的，虽然原来在学校中也学习过erp系统但是在实

际工作中，在学校学习到的东西是远远不够的，这也使得本人在工作之余，更努力的进行学习erp系统的相关知识，已达到工作需要。在工作中本人学习到了很多在课堂中接触不到的知识，也许只有真正实践才能知道自己与社会的差距。本人一直在追求人格的升华，注重自己的品行。本人崇拜拥有巨大人格魅力的人，并一直希望自己也能做到。在实习生活中，本人坚持着自本人反省且努力的完善自己的人格。越来越认识到品行对一个人来说是多么的重要，关系到是否能形成正确的人生观世界观。所以无论在什么情况下，本人都以品德至上来要求自己。无论何时何地本人都奉行严于律己的信条，并切实的遵行它。平时友爱同事，尊师重道，乐于助人。以前只是觉得帮助别人感到很开心，是一种传统美德。本人现在理解到，乐于助人不仅能铸造高尚的品德，而且自身也会得到很多利益，帮助别人的同时也是在帮助自己。本人很高兴能在同事有困难的时候曾经帮助过他们，相对的，在本人有困难时本人的同事们也无私的伸出了援助之手。对于领导和老师，本人一向是十分敬重的，因为他们在本人彷徨的时候指导帮助本人。如果没有领到与老师的帮助，本人可能将不知道何去何从。本人现在领悟到，与其说品德是个人的人品操行，不如说是个人对整个社会的责任。一个人活在这个世界上，就要对社会负起一定的责任，义务，有了高尚的品德，就能正确认识自己所负的责任，在贡献中实现自身的价值。

社会实践能力有了很大提高。本人参加了不少的活动和一些社会实践。例如东城区运动会为公司争得了荣誉，锻炼了自己的交际能力，学到别人的长处，认清自己的短处。本人喜欢做一些社会活动，会让本人的生活更丰富多彩，虽然有时会感到累些，但是本人乐此不彼。积极参加！

个人认为这个世界上并不存在完美的人，每个人都有自己的优点缺点，但关键是能否正视并利用它们。这段时间本人不断的自本人反省，归纳了一些自己的优缺点。本人的优点是诚实，热情，性格坚毅。本人认为诚信是立身之本，所以本

人一直是以言出必行来要求自己的，答应别人的事一定按时完成，本人这个人有个特点，就是不喜欢虎头蛇尾，做事从来都是有始有终，就算再难的事也全力以赴，追求最好的结果，然而本人自己认为最主要的一个优点就是，能够认识到自己的错误，并及时改正，本人相信这一点可以让本人终生受益。以上这些优点，是本人今后立身处世的根本，本人应该继续保持，并不断以此鞭策自己奋发向上。

本人个人认为自己最大的缺点就是喜欢一心两用甚至多用。急功近利，喜欢一口气做许多东西，但是贪多嚼不烂，即使最后都能干完，也已经搞得自己很疲劳。如今想想，这样其实并不好，正所谓，贵在精而不在广。如果本人一段时期内专注于一项工作，不求博但求精，相信一定能更好更精的完成。自从本人发现自己有这个缺点和问题后，本人常常警戒自己，步入社会后也不能一心两用。

通过一个月的.实习生活，本人学到了很多知识，更重要的是有了较快掌握一种新事物的能力。思想变成熟了许多，性格更坚毅了。认识了许多新同事和朋友，建立起友谊，并在与他们的交往中提升了自身素质，认清了自身的一些短处并尽力改正。社会实践能力也有很大提高，为将来走向社会奠定基础。

一个月的实习生活是本人人生这条线上的一小段，是闪闪发光的一小段，它包含了汗水和收获，为本人划平人生的线起着至关重要的作用。