

2023年机加工自我总结(实用8篇)

总结是对某种工作实施结果的总鉴定和总结论，是对以往工作实践的一种理性认识。那么，我们该怎么写总结呢？以下是小编精心整理的总结范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

机加工自我总结篇一

保险是风险管理的一种方法，那去保险行业实习就是去学习风险管理的办法，做好工作的鉴定，不断提高自己的工作能力。下面由本小编精心整理的保险行业实习自我鉴定，希望可以帮到你哦！

时间单位：江苏华邦保险代理有限公司盐城大丰分公司

实践时间□20xx年7月24日~20xx年8月26日，共计33天

有时候，我会想象自己不是人，而是神。但是不知天高地厚的我绝对想不到世界上其实还真有被这样比喻的角色，那就是可以坚持十年甚至二十年做保险业务的人。一个说话支支吾吾含糊不清的我，根本不能和他们相提并论的。而暑假，我就决定去保险超市学习并培训，其一是想让自己可以站在大家的面前说话可以滔滔不绝，内心毫无畏惧的感觉。其二就是多多看到这个社会，多多学到一些社会的潜规则，促进自己的成长吧。这只是初始的目的，然而在时间的过程当中，我发现保险这个角色在社会上的影响力真的不是很高，许多人对保险根本不了解，甚至有人是憎恨，认为要取缔保险这一项内容。所以我便想要让更多的人了解保险，让更多的人知道保险是这个世界上最科学的发明。

我是每两天到临近的一个兴化市合陈镇去参加早会的，第一天去的时候我根本连招呼都不打，这是有原因的啊。很多人

的年纪我不知道喊什么，阿姨不像阿姨，奶奶又不像奶奶的。加上我生性怕生，只是笑一下。我过去的第一天，刚开始就是做广播体操，其实我的实习到尾声的时候他们的早会多了一项跳舞，据说这是最初的热身，每次早会都有的。之后，每一位开早会的演讲者都会说：“华邦的家人早上，好！”然后下面一起喊：“好！我爱华邦。”然后全体的华邦家人都会齐声朗诵公司训导，这时才可以正式进入早会。

我的第一次演讲是在第二次的早会，早会上经理让我和各位讲一下有关胆商的概念。和以前一样，我全身都在发抖，在上面不一会儿就脑子空白了，什么都讲不出来了。不过我坚持没有退下来，一直到我把所有的内容都讲完为止。不过下面的人睡觉的睡觉，开小会的开小会，我很是无语。我知道自己第一次的尝试失败了。之后，经理决定从小处开始，让我就只是和他们讲一些小故事，在台上不过是一两分钟。为了不再让自己紧张，在家里我会用一点点的时间站在镜子前说话。就这样一直开早会，一直讲故事。经过了5、6次吧，这样就可以很随便地在上面对话了，不会再颤抖什么的。但是这些只是热身，真正的演讲不是单纯的背诵一个又一个小故事。我记得经理对我讲：“你的说话，一定要注意语音语调和语速，还有用词不需要华丽，但是要吸引人。在讲的时候多使用一些类比或其他修辞。”这让我想到了我做理科的时候特别喜欢类比。原来天下学问，殊途同归，都是一个道理。

大概在8月的中旬，我终于被要求和下面的人谈一谈我对保险意义和公用的看法，那个晚上，我把一些从网上找来的保险公司的老总的博客进行了一个汇总，把演讲分为了投资的介绍、保险的起源、保险的意义、保险的误区分析这四个部分。最后讲了一下怎样和富人做保险。我试着在二十分钟之内把这个讲结束，但是我的演讲依然很次，这不是讲故事，我不能全篇阅读，我要在适当的地方自己发挥，用形象的语言去描绘。然而就是在这些所谓的发挥点，我的头脑一下子就卡住了，完全不知道该怎么说下去。虽然不再紧张，虽然不再

颤抖，可是头脑依然会空白，最后的效果依然是大学教授的讲课效果。呜~~当时我挺伤心的。剩下的几天，我都试着去和别人交流，用流利的语言去说，并且学习了保险的几个险种，还和公司新人一起参加了培训。公司的几位前辈细心地讲解了跑保险所具备的能力和办法，他们的语言是那么循循善诱。那么有吸引力。我极其羡慕。

后来我又进行了几次演讲，我发现自己真的在某个人的影响下说话快的像刀子，而其实我们为了让别人能够听懂，很多时候不需要那么快的。我试着去改正，注意自己的语音语调，用不是很快却很清楚的话去和别人交谈。

最后我依照公司的要求，我去和我的几个亲戚宣传保险。我很耐心的给他们讲解险种和保险的重要性，作了很多比喻。不过他们的态度都不好，根本不认真听我讲。我知道，他们只是把我当成一个小孩子，然后当成大人说话小孩子说话不可以交叉的观念来想的。还有就是有人对保险怀有憎恨的态度，居然劝我退出保险公司，不要和保险沾上一点关系。原因是他们受过挫折，需要赔付的时候因为不符合赔付要求，最后极度厌恶保险，连养老保险都不交了。

我没有跑到一个保险，我这样的初学者也不可能像老手一样一个月跑十个八个。但是我提高了口才，在社交中知道了在别人面前应当是怎样的姿态，最重要的是我知道了企业的一些战略。

在社会的实践中，我的收获大致是这三大项：

第一是说话的方式。我一定要知道自己应当成为一面镜子，对什么样的人，应当用什么样的讲话方式对待他们。说话一定要注意语音语速和语调，关键是要让别人听懂你在讲什么而不是和别人比速度，要适当使用幽默比喻举例等方式来吸引别人。说话的时候要看着别人，因为那样可以让你及时了解别人的想法，从而随机应变。其实我发现自己还是读了太

少的书，经历了太少的东西，其实滔滔不绝与一个人的阅历和知识是分不开的，所以我一定要继续读书和实践，增加可以交流的内容，这才是最重要的！

第二是一个企业的凝聚力。俗话说，人心齐泰山移。我的企业有很强大的凝聚力，各个人的职位都是他们通过努力得来的，绝不是靠送礼什么的。而且收入的差距其实是能力的差距。另外，我的企业每一个人都充满着饱满的热情，从我说过的开早会的情况就可以看出来。我们的企业经常有励志性的讲座，让每一个人都有激情对待我们的工作，一个企业的凝聚力真的很重要。我们经理说的真的很好，人与人之间不存在管人，只存在协助。上司不是在管我们，是在协助我们，如果以这样的思想去工作，我们的心不会存在不平衡，当然会更加有激情。

第三是如何对待客户。借用一句话，给我一个客户，我可以撬动地球。在拜访客户的时候，你可以将客户按照要求分类，然后根据情况采取相应的对策。其次是要养成良好的习惯，我的经理的习惯就是每天七点到九点拜访两个客户，最后一个月能成功的就至少有5、6个。所以良好的拜访习惯也是很重要的。最后就是服务承诺，并且解决每一个客户的问题，消除他们的疑虑，这就是我们应当的态度。

经过近一个多月在保险公司银行业务部的实习，在领导和同事们的关照和指导下，及自身的不懈努力，让我在各方面都取得了长足的进步。在公司我学到的不仅是理论知识，更多的是自我综合素质方面的认识。最主要的是不仅让我学会了做事，还教会了我如何做人。对培养我的工作意识和提高我的综合素质有着特殊的意义。在此我由衷的感谢**人寿保险公司，给了我这么好的一次机会。

针对这次实习我主要从这几个方面来说说我的感受及所取得的进步。

一、系统培训使我对工作有了更好的认识 and 了解，对树立信心起到很大的作用。

进入公司前我就听闻：“保险不是人做的”，“一人做保险，全家不要脸”等话。给了我一点压力，进入公司的前两周，公司对我们这些新人进行了一次封闭式的系统培训，首先从认识自我到认识一个公司再到认识整个行业，这是我由生来接受过最系统的培训，我觉得“培训”这是公司给我的最大福利。无论做任何一个行业，担任任何一角色。首先树立自我对公司，对产品、对行业的自信心这是很重要的。一个人最大的敌人就是自我，如果自己对公司、对产品没信心，底气不足，自己都说服不了自己，我们又如何去说服客户呢？其次再到对产品、业务流程、销售技能等基础知识的培训。这次培训虽说很短暂，但它刺激着我的神经，冲击着我的心灵，让我知道保险是可从事终身的事业。

二、银行网点实践让我的业务技能及沟通技巧不断增长，公共关系和工作能力不断提高。

单单培训和演练还是不够的，某些认识都还是肤浅的，还需要我在实践当中去不断深入地理解。特训完后我跟师父到网点前线现场实践，一边是团队长继续培训及同事们的相互模拟演练、相互探讨，一边是自己对资料的反复琢磨。一周多下来，觉得自我已经能比较熟练地掌握基本的工作方法和一些简单的销售技巧，已经能够独立完成销售任务时。团队长给我分配了一个农行网点，通过实践几周，我的销售技能上了一个台阶，我解决实际问题的能力得到了很好的锻炼。在工作中我还需要处理团队合作中的人际关系和沟通问题，要搞好人际关系并不仅仅限于本部门、本公司，还要跟别的机构例如银行等机构的职员做好沟通，只有这样工作效率才高，工作起来才会顺心应手，相信这也是现今不少大学生刚踏出社会遇到的一大难题。

三、不断的自我总结提高了我的自我学习能力，会议主持提

高了我的胆识及演讲水平。

每天去网点工作，遇到任何问题解决不了的，公司都要求我们把问题记下来，小组解决不了，会议上各小组再一起解决。我们集思广益，发挥群体作用，如果自己进行分析，往往是一种定向思维，所考虑到的只是一个面，甚至只是一点而已，很难考虑周全，然而展开小组讨论，就可弥补这个不足，大家从多角度地看问题，结论也就更加全面、合理、准确。通过讨论，能使我们立对纠错，提高个体认识，在这个过程中，倾听、思考、分析、评价、表决这一系列的活动使小组里的每一个成员都受到了锻炼，同时，这也是一个取长补短的过程，弥补自身认识上的不足，从而不断提高自身认识水平。业绩分享的时，再把成功者的经验记下来，互相交流学习。公司的这种要求让我体会到了员工团队的专业、高效、凝聚力。轮流的会议主持提高了我的胆识及演讲水平，正因如此我发觉我成长的很快。

虽说我取得了不少进步但我还存在着以下几点不足：一是工作中有时自信心不足，有放弃的念头。时而出现低级错误；二是在处理一些事情时有时显得较为急躁，没有及时找出失败的原因。三是对一些业务知识特别是银行、金融、证券知识不够熟悉。四是社会阅历相对来说较少，跟客户聊不起来。在今后的工作中，我将发扬成绩，克服不足，坚持不懈地努力学习各种理论知识，并用于指导实践，以更好的适应行业发展的需要；熟练的掌握各种业务技能才能更好的投入工作，我将通过多看、多学、多问、多练来不断的提高自己的各项业务技能；通过实践不断的总结经验，提高自己解决实际问题的能力，并在实践的过程中慢慢克服急躁情绪，积极、热情的对待每一件工作。最后由衷的感谢我的母校对我的培养，感谢**人寿保险公司，给了我这么好的一次机会。

第一段：时间、地点、人物、事件、实习意义

*年*月*日经来到保险公司进行实习，主要实习内容为，短短

时间很快就过去了，我的实习时间眼看就要到了，我在方面有了更深刻的认识，体会了理论与实践的差距，为今后踏上社会开了一个好头。

第二段：实习过程及认知

我在学校是学习专业的，在保险公司让我真正体会了书本上的知识在实践中得到了升华，保险公司作为高速发展的行业，管理人才最为重要，现在对于营业部的管理是：

我认为好的方面是，方面还有待提高；

保险公司的生命线是业务，而业务员是生命线中的关键，目前业务人员素质参差不齐，个别业务人员为了短期利益而误导客户，给公司和保险行业带来了不良影响。合格的业务人员首先要有较强的学习能力，熟练掌握保险知识的基础，特别是条款及运营流程，其次要有良好的沟通能力，能准确把握客户的需求，提供客户满意的保险计划，当然完善的服务也是必不可少的，它会不断地带给我们新客户，使保险的生命线日益强壮。

第三段：目标和计划

机加工自我总结篇二

200*年本人主要承担xxx工作。一年来，坚持做到尊敬领导，团结同事，虚心向主管领导及部门同事学习专业知识及努力提高业务实操能力。认真完成公司领导分配给我的工作。现自我鉴定如下：

思想政治方面：思想积极进步，政治觉悟较高，能积极参加政治学习，关心国家大事，拥护以党中央的正确领导，坚持四项基本原则，拥护党的各项方针政策；积极响应党的号召，

对党的事业充满信心。

学习方面：坚持把自学作为提高自身技能的捷径。当代社会竞争激烈，知识的更新换代日新月异，一个人必须不断开放思维，接受新思想，自学新理论，以此提高自己的专业技能和人文素养，才能立足于社会，为社会和单位创造更多的价值。一个企业也必须不断更新观念与技术，才能增加竞争的实力。所以，在过去一年中我既积极参加所在单位组织的各种学习，自己也自学些自己喜欢的学科。

工作方面：绝对服从组织作出的任何安排，凡事积极主动参与与完成，遇到问题总能迎难而上，对自己的工作认真负责。创新是一个民族的'灵魂，也是一个企业保持生命力的竞争力的重要因素，在工作的过程中我也注意改进工作方法，求质量的同时更求效率。

上述是我工作中取得的一点成绩，我会努力完善自己,提高自己,始终坚信一句话“一根火柴再亮，也只有豆大的光。但倘若用一根火柴去点燃一堆火柴，则会熊熊燃烧”。我希望用我亮丽的青春，去点燃周围每个人的激情，感召激励着同事们一起为我们的事业奉献、进取、立功、建业。

文档为doc格式

机加工自我总结篇三

阅读网页设计相关书籍，经常上网看网页设计教程及论坛，勤动手设计，网页页面钻研新教材，新课标，研究教法，体会新课程的性质、价值、理念，提高自己的业务能力。

2、专业素质的.提高，在吸纳中充实自我。

在各级领导的关心下，在骨干教师这个群体的帮助下，坚持教学相长，获得自我发展。勤听课，通过课堂听课，与其它

教师进行交流与沟通,吸取精髓;勤质疑,勇于提出自己的问题或不同观点,在共同探索中达到共同进步;从中得到真切的感受,不断完善自我,促进个人专业知识的提升,让自己与新课程同成长。

3、专业能力的提高,在常规中提升自我

精心备课;细心批改每一次作业,探索趣味性作业,创新性作业。要求批改作业后,认真、仔细、及时得讲解作业、分析作业。

4. 专业精神的提高,在反思中完善自我。

学会思考教育问题,积极把先进的教育理念转化为教师的行为,从反思中提升教学研究水平。每节课后,把自己在教学实践中发现的问题和有价值的东西摘记下来,享受成功,弥补不足。在总结经验中完善自我。

5. 教学基本功的提高,在练习中重塑自我。

学习教育教学方面的新思想,掌握新方式,运用新理论,提高教学效果,也是现代教师的必备素质,利用课余时间多多学习,提高自己的专业水平。

总之,在今后的工作中我会严格要求自己,争做一名学生喜欢的电脑教师。

机加工自我总结篇四

一年来,本人认真遵守项目部的管理制度,按时出勤,有效利用工作时间;坚守岗位,工作积极,需要加班完成工作按时加班加点,保证工作能按时完成。认真学习知识;具有强烈的责任感。积极主动学习专业知识,工作态度端正,认真负责地对待每一项工作。

本工程是项目部首个房建项目，项目部的目标是稳拿“芙蓉杯”力争“天府杯”，工程质量至关重要，我作为一名质量员、一个把握工程质量的重要岗位。工作态度决定一切，工作时一定要一丝不苟，仔细认真。不能出错，要时常回顾一下自己的工作结果，以确定自己的工作万无一失。工作之余还要经常总结工作教训，不断提高工作效率，并从中总结工作经验。虽然工作中我会犯一些错误，受到领导的批评，但是我并不认为这是一件可耻的事，因为我认为这些错误和批评可以让我在以后的工作中避免类似错误，而且可以让我在工作中更快的成长起来。

我也深知我的工作的重要性，一个人要在自己的职位上有所作为，就必须要对职位的专业知识熟知，并在不断的学习中拓宽自己的知识面。所以我本着“把工作做的更好”的目标，扎扎实实干好本职工作，并且在工作之余我努力的学习专业知识充实自己，虽然在工作上会遇到很多挫折，但是我相信我自己。有句话说得好“从哪里跌倒、就从哪里爬起来”我还很年轻秉着笨鸟先飞的思想，我想信只要我付出的比别人多肯定能弥补我在专业知识上的不足。

作为质检员，质检工作的重点，是在质检检查之前，做好事前控制工作至关重要，防患于未然才是根本，所以把一切隐患消灭在萌芽状态。作为质检人员，在工程开工前，一定要全面熟悉情况，包括施工图纸的了解，方案的编制、图纸会审工作，都是全程参与，只有采取这样严肃、认真态度，我们的质检工作才能做实做好。严格按照规定做好各项检验。首先由个劳务公司自检，自检合格后报请项目部专项工长、质检员检查，然后报请监理部、业主进行检查验收。上道工序不合格，下道工序不得施工，做到“三不施工，三不交接”。“三不施工”即：未进行技术交底不施工；图纸和技术要求不清楚不施工；材料不合格不施工。“三不交接”即：无自检记录不交接；不经专业工长验收合格不交接；施工验收记录不全不交接。还有做好各道工序的“三检”工作。

在质检过程中，要保持一种动态的监督。发现及纠正施工中存在的问题。配合专业工长对工程质量作全面的检查，对施工过程中出现的问题及时提出、纠正。对特殊工序的施工工艺的施工进行全过程跟踪检查，确保每道工序合格。检验工作是一项精细的检验过程。“细节决定成败”，在主体施工过程中，曾多次检查发现梁的钢筋加密区错误、柱钢筋连接和梁柱节点不符合规范要求劳务公司改正；严格要求下杜绝了钢筋丝接头打磨不充分现象；配合项目部钢筋工长解决了梁底露筋问题；通过要求拆除梯梁冲洗梁底解决梯梁梁底夹渣问题；对梁拆模前进行回弹，并对混凝土强度提升过程进行监控，确保混凝土构件强度等级达到设计要求。为保证工程保质保量的完成，在项目经理部的指导下建立了一整套三检制度表格，调动大家参与到质量管理过程中来，在工程质量管理过程中有着重要作用。

对事后结果进行总结分析，以便于工作的持续改进。每天施工结束后对施工过程找出往后容易出现的问题及施工过程中可取之处，写入日记；参加项目部生产例会和早晚例会，对如何工作才能确保取得实质性成果进行总结，不断地提高个人的专业水平；将现场存在的质量问题急需项目经理部协调解决的问题认真反映出来。

我的另一个工作岗位是一名测量员，测量工作必须高度集中精力，力求精准，只有反复校才能保证建筑物的位置与设计相符。由于本工程采取分段施工法，对测量工作造成了很大难度。于是我采取了多转控制点，常复核坐标点的方法，对地下室工程的7个区域以及3#楼区域进行独立坐标控制。从基础开挖到主体即将封顶从未出现过轴线放线错误，并且也顺利通过了规划设计的验收。事实证明这样的方法取得了很好的效果。

本工程属于综合性建筑群，基础以上的测量放线均采用内控法，即用全站仪将控制轴线投测到首层平面上，首层平面在可通视的位置上预埋钢板，可透视位置的预留放线洞。用全

站仪在钢板上找出交点，刻痕，做为竖向投测轴线的基点，然后用铅垂仪以此点向上引测轴线n层。这样能保证每一层的轴线都以第一层的轴线为基准，避免了累计误差的产生。测量工作繁琐而重要，在测量过程中我也遇上了不少麻烦，由于没有亲自检查放线洞的留置，导致个别防线空留置偏位，对测量放线工作带来了一些阻碍。

总结了1年来的工作，虽然取得了一点的成绩，自身也有了很大的进步，但是还存在着不足，工作中偶有因为马虎而造成工作失误，给工作带来不必要的麻烦。以后我会以严谨的工作态度仔细完成本职工作。

20--年的结束，20--年的到来，是结束也是开端，展现在自己面前的是一片任自己驰骋的沃土，我也感受到了沉甸甸的责任，我将进一步发扬优点，改进不足，全力做好本职工作。要保持良好的精神状态，发扬吃苦耐劳、知难而进、精益求精、严谨细致、积极进取、“敢打敢上”的拼搏精神。理清工作思路，提高办事效率。在今后的工作和生活中我将继续学习，深入实践，不断提升自我，不辜负项目部给我的这个机会和领导以及同事对我的栽培与信任，我会随项目部一起成长。

机加工自我总结篇五

转眼间，我来xx店已经半年。这半年间，从一个汽车菜鸟蜕变成熟知汽车性能的业务员。一切从零开始，一边学习专业知识，一边摸索市场，遇到销售和专业方面的难点和问题，我都及时请教有经验的同事，一起寻求解决问题的方案，在此，我非常感谢部门同事对我的帮助！也很感谢领导能给我展示自我的平台。

这半年间，我不仅仅学会了基础的汽车知识，同时也对自己的品牌有了更深入的了解，使我深深的爱上了自己所从事的工作，自己所销售的汽车。在我心里只有热爱自己的岗位才

能做好本职工作。

短短的半年时间，我明白了做汽车销售单凭自己的热爱是不够的，要学会如何进行客户谈判、分析客户情况。这些是我一个刚入职的销售员从前所没经历过的，而我们老销售员在谈判的过程他们常常会带着我这个新人，学习谈判经验，这点我非常感谢我的同事们。所以，到现在我很难有谈不下来的客户，我会吸取老销售员的谈判技巧，来进行谈判。

现在汽车销售市场竞争日益激烈，摆在所有销售人员面前的是平稳与磨砺的并存，希望与机遇的并存，成功与失败并存的局面，所以拥有一个积极向上的心态是非常重要的。而我以精力充沛、快乐的心态迎接每一天的工作。如果没有别人单子多，那么我和别人比服务。这些一直是我的工作态度。我相信只有这样才能把工作完成的更好。现存的缺点，对于市场的了解还是不够深入，对专业知识掌握的还是不够充分，在与客户的沟通过程中，缺乏经验。

在销售工作中也有急于成交的表现，不但影响了自己销售业务的开展，也打击了自己的自信心。我想在以后的工作中会摒弃这些不良的做法，并积极学习、请教老销售员业务知识，尽快提高自己的销售技能。

机加工自我总结篇六

我于20xx年xx月xx日进入公司技术部，担任技术部java程序员。在过去的两个月里，我一直对自己要求严格，遵守公司的规章制度，努力完成和完善分配给我的任务，并参与了拘留中心项目的需求，并向当前的代码编写解释。由于我缺乏经验，我认为我更适合从最基本的开始开始。

总的来说，我仍然有以下缺点：

1. 没有项目经验，没有系统和完整的系统开发。我希望我也

相信我能在这个拘留中心项目中学到很多经验。

2. 缺乏沟通能力，没有及时有效地与领导沟通。这可能和我的性格有关，我也希望改变。

3. 发现问题的能力不够，在以往的学习方法中缺乏主动发现问题的能力。今后，我将更加关注这方面的培训。

在公司工作期间，我得到了很多同事的帮助，尤其是xx在生活中照顾我，两位经理经常和我交流。如果你不明白，你可以咨询你的同事。同事们也很高兴为我回答。这使我在技术上取得了很大的进步，同事们的热情和帮助使我很快适应了公司的生活。

我是xx在此之前，我是年毕业于的学生xx作为一名程序员，科技有限公司。虽然这是我进入的第二家公司，但我进入社会的时间相对较少，我也知道它仍然需要很多训练来独立。还没有完全熟悉从学生到员工的角色。因此，在工作或生活中，难免会犯一些错误，但前事之鉴，后事之师。这些错误会让我更成熟，更全面地考虑问题。

在公司的规章制度中，如果试用人员在试用期3个月内表现良好，可以提前申请成为正式员工。因此，我特别向公司申请成为正式员工。我希望公司能根据我的表现、工作态度和工作能力给予合格的评估，这样我就可以提前成为正式员工。

在公司期间，我也考虑了很多，考虑了我的未来和现在，从而对我的人生观有了新的启发，对世界和社会有了新的认识。在未来的一年里，我希望通过自己的努力为公司和社会创造财富。同时，提高自己的技术水平，实现自己的个人价值。我相信心有多大，梦想有多大。

机加工自我总结篇七

我热爱xx行，工作积极，认真学习总省分行下发的各种文件，认真学习姜建清、黄明祥、李涛行长的讲话，认真贯彻执行xx行的政策、方针、决议，认真学习贯彻“三分一统”的思想，积极参与xx行的发展改革。

我努力学习，认真学习《中国工商银行稽核处罚暂行规定》
《xx行员工手册》等相关的法规和规章制度，树立强烈的风险防范意识。

我先后参加了一个星期的支行业务培训、省行组织在西湖培训中心的一个星期业务培训、反假钞培训、个人网上银行培训等，并在相关的考试和考核中取得了优异的成绩。

我刻苦锻炼基本技能，虚心学习，勤学好问，认真做好笔记，下班后苦练基本功，努力学习业务知识，在个人储蓄、网上银行、外汇买卖、基金、保险、银行卡、理财金、国债等方面我都已有了比较深入的学习。

我先后在小榄支行梅花洞分理处、潮南分理处、储蓄专柜实习，无论在那个网点我都虚心学习，勤劳肯干，得到了领导同事的好评。

我遵守纪律，团结同事，尊敬领导，乐于助人，有强烈的集体主义荣誉感，积极参加行里的各项文娱活动。

我积极参与我行网讯“信息报道”工作，曾在我行网讯上发表

机加工自我总结篇八

通过大学几年的校园生涯和社会实践，我不断的挑战自我、充实自己，为实现今后人生的价值时刻准备着。在校期间，

在学校的指导、老师的教诲、同学的帮助下，通过不断地学习理论知识和参与社会实践，自觉自己的综合素质在很大程度上得到了提升，努力将自己塑造成为一个专业功底扎实、知识结构完善、适应能力强、具有团体协作精神的青年。

一、学习方面，我认真端正学习目的、学习态度，系统全面地学习了土木工程的基础理论知识，主要课程有土木工程施工，土木工程测量，工程cad，土木工程原理，理论力学，材料力学，结构力学等。我努力认真地学好每一门功课，同时把所学的理论应用于实践活动中，把所学知识转化为动手能力、应用能力和创造能力，力求理论和实践的统一。在学习和掌握本专业理论知识和应用技能的同时，还努力拓宽自己的知识面，培养自己其他方面的能力，比如我会经常的去图书馆看下其它方面的书等。

二、工作方面，我注重自己能力的培养，积极参加学院组织的各项活动和实践活动，如学校的运动会，社团活动，志愿者活动等等。在参加活动的过程中使我增强了团队精神和集体荣誉感。在大学放暑假期间，参加社会实践活动，比如在大二暑假我去一家设计院画建筑图等。为今后的工作积累了一定的经验，最大程度上提升自己各方面素质。

三、思想方面，通过大学里系统全面地学习了马列主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想，学会用正确先进的理论武装自己的头脑，树立了正确的世界观、人生观、价值观。

在日常的学习生活中，热爱祖国，遵纪守法，尊敬师长，团结同学；关注时政，通过了解和学习党的有关动态和精神，使自己在思想上和行动上与党中央保持一致，积极向党组织靠拢，我们在党校的学习培训班的学习后，顺利通过党校考核，获得了党校结业证书，在思想上和行动上与党中央保持一致，积极主动地向党组织靠拢。

但是，由于种种主客观条件的限制，我的思想理论学习和实践还有待提高，如何正确地运用马列主义的世界观和人生观去指导现实生活将是我将来努力的方向。

四、身体和心理方面，我掌握了科学锻炼身体的基本技能，养成了良好的卫生习惯，积极参加学院、系组织的各项体育活动，身体健康，体育合格标准达标。在心理方面，锻炼自己坚强的意志品质，塑造健康人格，克服心理障碍，以适应社会发展要求。

现在我拥有年轻和知识，我可以用热情和活力，自信和学识来克服毕业后生活和工作中的各种困难，用自己的学习能力和分析处理问题的协调，管理能力去完成今后的美丽人生！

四年的大学学习生活即将走向尾声，此时此刻，我内心感想很多。总结一下大学四年的得失，从中改进不足的地方坚持做得好的方面。使自己回顾走过的路，也更是为了看清将来要走的路。四年之中学习成绩比较不好，也曾犯过许多错误，但同时也学习到很多东西。