

大学自我整改概述 大学生个人自我成长报告(优质5篇)

大学自我整改概述篇一

岁月如流，诚如一切皆流逝于昨天。转眼间，我已经踏入了22个年头，回顾自己22年的人生历程里，充满了满酸甜苦辣。在这段人生成长的历程里，我不断学习、不断塑造和培养自身的人格和品质。在人生挫折中不断积累人生经验，分析自身缺点，正确认识自我，建立正确的人生价值观。

(一)主要人物对自己的影响 我是生长在一个普通的农村家庭里，从小就由在父母的教导下成长。我的父亲在我心里中一直都是个严厉的父亲，自幼我的父亲就对我要求很严格，特别是在学习上更加严厉。儿童时期，我非常贪玩，经常到村庄上的田野上玩耍，有时候还破坏了邻居的庄稼，为此，我的父亲也不少惩罚我，日而久之，就慢慢的形成不敢随便跟邻居的伙伴到处玩耍。同时在与父亲的交流上也逐渐减少。在学习上，我的父亲更是要求严厉，自从小学到大学，我父亲都关注着我的每一门学科的成绩。每次工作回家都会监督我的学习情况。还记得在一次小学期末考试中，我有一门语文考得非常不理想，为此，我的父亲还把我大骂一次，唠叨着这样的学习成绩以后怎么升学。经过这次，我从小就被父亲的严厉教导深深地影响，无论是在个人行为上还是在学习上，我都要严格要求自己，养成良好的个人习惯。所以，我的父亲在我幼年的时候就培养了我个人修养的良好习惯，也正是他的严格要求，我才能踏入理工大学这扇大门。

(二)兴趣爱好对自己的影响 我热爱于运动、学习，更独钟爱好篮球，或许是从小就受到朋友的影响，从篮球这个运动中，让我从中体会到许多乐趣，它不仅让我自身得到锻炼，同时也能借此机会认识更多的人，从这项运动中，既能体会在

球场上狂奔的豪爽也能锻炼一个团体的组织能力，因此，不断培养了在团体中的领导能力和组织能力，同时也塑造了一个性格开朗、外向的我。也正是在父亲的教导下，我热爱于学习，我喜爱体会在学习中带给我“山穷水复疑无路，柳暗花明又一村”无穷的乐趣，它仿佛就是我的知音，每次当我看到一些与我比较投意的知识的时候，我都会忍不住暗笑，这正是我想表达的意思。所以，在学习上，我注重培养自主学习力能。

责任感，或许这也是包含因为幼年父亲的严格要求让我塑造有责任感的性格。也因为这样让我在这22年的人生历程中结交很多良友。

(四)自身的优势和不足点 我从小就生长在农村里，自幼就培养了吃苦耐劳的精神，受父亲的教导，从小培养个人动手和自学能力，具备有一定的抗压能力，在实践工作中，善于锻炼处事能力，在学习期间，积极参加班级团队活动，培养团队精神和集体责任感。但是我自身也存在许多不足点，比较突出的是在心智是不够成熟，处事不够稳重，在交际能力一般，有时压力过大时产生过度紧张，甚至产生消极情绪。考虑问题时候缺乏大局观念。所以，我认为我需加强自身不足点的训练，加强日常中交际能力的训练，分析自身不足点，正确认识自我，在人生历程的路上注重处事能力的修养。

(五)能力与品德 在个人能力方面一般，能独立妥当处理日常中的事物，有一定的组织能力。思想道德观念很强，正确对待生活中的事情，顾及他人以及集体利益，有大局观念。

(六)自身奋斗目标 在充满酸甜苦辣的人生历程里，不断地品味人生中的各种味道，体验人生的真谛，把人生中的每一件简单的事情做好，把人生中的每一件平凡的事情做好，这样我的人生就不简单、不平凡。

在大学学习几年里面，我清楚地认识到我以后想要得到的是

什么，借着三年大学学习里和《就业指导》帮助，我认为毕业以后能在适应社会，我还是选择从事与自身所学的专业知识有关的相关岗位，首先在社会中独善其身、自主就业，从就业中不断积累丰富自身经验，同时注意自身的能力、道德的培养，做个合格的专业人员。在此基础上，在社会中不断学习探索，实现自己的企业目标，做一个优秀的专业人才。

大学自我整改概述篇二

初接触到中国共产党这个名词，并不是从父亲或者学校的老师和课本，而是从爷爷那里。我的爷爷是一名老党员，当我还是孩提时，他就教育我做事要踏实，要爱党敬党，作党的好儿女。年寿已高的他至今仍不忘参加各种组织活动，发挥余热。在爷爷和父亲的身上，我看到共产党员的优秀品质，也是从那时候起，对党员和党有了感情上的认同。

通过学习，我对党的性质、指导思想、纲领、路线都有了较深刻的了解；我们的党是工人阶级的先锋队，是具有铁的纪律的政党，它的宗旨是全心全意为人民服务，这样的政党，前途一定是光明的。只有中国共产党，才能救中国，才能发展中国，才能振兴中华。党的事业是全人类最伟大的事业，它要求有最优秀的人才加入并投身到社会主义建设中来。因此，我对党的前途更加充满信心，更加坚定了我加入中国共产党的信念和为之奋斗终身的决心，我的思想比以前更加成熟了，对党的认识也有了较大的飞跃。

，争取党组织对我的帮助；从行动上，做好自己的本职，好好学习，努力读书，刻苦钻研，掌握科学知识，使自己具备将来能为社会和人民服务的能力；生活中关心爱护周围的人，与大家和谐相处，共同进步；积极参与社会实践，从中积累经验、锻炼自己的能力。

在这两年中，我确实学到了许多东西，也取得了很大进步。同时，我发现自己还存在一些不足，需要继续努力。在理论

的学习中有些死板，不能灵活的运用于实际问题的分析，造成了有时候不能全面正确地看待实际问题；有时候会有惰性，不能及时地解决问题，需要更加约束自己；和同学的沟通不够，需要进一步改善。在今后的学习生活中，我会以党员的标准严格要求自己，努力克服自己的弱点和缺点，不断的提高自己。继续加强理论知识的学习，同时理论联系实际，关心国内外大事，关注党和政府的重大方针和政策，同时分清是非，正确认识各种社会现象。树立正确的人生观和价值观，积极乐观地对待生活；抱着谦虚谨慎的学习态度，不断完善自我。向身边优秀的同志、优秀的党员看齐，以高标准来要求自己的一言一行。坚持不以善小而不为，不以恶小而为之，从小事做起，从点滴中努力。除了严格要求自己、为他人服务以外，还要用自己的言行去影响他人，带动大家来关心国家、集体和他人的利益。同时，接受党员和群众的监督，先从思想上入党，进而从组织上入党。

此致

敬礼！

大学自我整改概述篇三

号是我的荣幸，不过在过去的一年里，我确实付出了努力。首先，在思想方面，积

己的信条，并切实的遵行它。在学习上，态度端正，认真对待每一门专业课程，严

习的乐趣。我与身边许多同学，也建立了良好的学习关系，互帮互助，克服难关。在

此不彼。在日常生活中，我与舍友、同学保持好的关系。为人和善，关心他人，乐

值。我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，即使有急事

迎，与许多同学建立起深厚的友谊。以上总结是过去的一年我所坚持努力的，付出

得到了回报，让我收获了“三好学生”这一称号，我会以此鞭策自己奋发向上，不断努力。

大学自我整改概述篇四

人生总是变幻无常，你永远也不知道下一分钟会遇到谁会发生什么；人生总是充满喜怒哀乐，那曾经的种种心情是否还深藏心底；人生总是伴着酸甜苦辣，在过去的岁月中那一桩桩一件件或大或小的回忆是否还不能忘怀。回顾自己的成长历程，蓦然发现已度过了22个春秋。我从何而来，又将往哪里而去？是什么造就了今天的我？在每一段成长历程和人生经验之中，每一步都是我学习积极面对，迎接人生挑战的契机。在自我分析中也学会认识自我，完善自我。

一)自我剖析

我从小学到现在，和大多数的学生一样，都是在父母的要求下，考重点高校，考重点大学。我那时的想法，就是按照父母的期望，好好考大学，好的大学就等于将要有好的工作。每天都是这样说，我就按父母说的，一步一步的走下来，这期间我都没有什么自己的想法，一切都努力往父母说的做，其他的也都是人云亦云，这样一直到了大学开学。我到了大学，离开了父母，我才到了我的低潮时期，这时的我不知道该怎么和人交流，这里我接触到的人，天南海北，各式各样，生活方式也不相同，我也不知道该怎么去处理生活方面的事。仿佛一切都变的很难，一切都要自己去想，去做。那时的我很迷茫，也想了不少。以前的我，无忧无虑，只要做好学习，一切由父母安排。现在一切都得自己拿注意了。一时不习惯

起来。在刚开始的时候，还和同学同寝发生过不愉快。那时的我，觉的和这的生活格格不入，总想回家，每天都过的很压抑。现在未免有些莞尔。到了现在，我也想了很多，也改变了很多。心里也觉的好了很多。我也想到了我的未来该怎么做。所以我现在觉的，大学的生活真是很锻炼人，真是塑造一个人的黄金时刻。这时候的心理是最容易受影响的，而这种影响是会影响到以后的生活的。直到了那个时刻，我才觉的，我的生活才刚开始呢。每个人的生活都有高潮和低谷，我知道以前无论如何，都已经过去了，未来才是我该认真考虑和为之奋斗的地方。

1，兴趣爱好对自己的影响我喜欢阅读、写作、音乐，我喜欢做手工艺品例如刺绣、编制，没有原因，从小就喜欢，做手工让我非常有耐心还能陶冶情操。我喜欢做饭，我喜欢学习各种各样的菜色，我甚至梦想过以后有机会出国学习各国的特色美食。我喜欢看到家人朋友吃到我的菜时开心享受的表情，也许是因为这样吧，我非常的恋家。专业兴趣上，我比较喜欢会计类的，也正是我现在所学的财管专业，我认为此专业可以让我接触到更多的人与事情。在《职业生涯规划》的课程中，我做过一次人格分析和职业分析，鉴于测评结果，我的优势职业类型为企业型，理财型。我认为这很符合我的专业需要。因为首先我是一个精力充沛、自信、善于交际、热情洋溢、富于冒险；为人务实，做事有较强的目的性。

我心目中的英雄，偶像是自己的朱镕基，海伦凯勒。我觉得他们的做事风格和对生活的忍受能力都是我需要学习的，并且对我自己的影响非常大。

2，性格及对自己的影响

类型：外向，开朗，但很感性。

我是一个热情开朗，很容易和他人交往，合作和适应的能力特别强。喜欢和别人共同工作，乐于参加或组织各种社团活

动。不会斤斤计较，对于别人的批评也能欣然接受。和陌生人初次见面时，也很能和对方聊得来。在集体中倾向于承担责任和担任领导。思维敏捷，头脑灵活。情绪比较稳定，对于生活中的变化和各种问题，一般都能比较沉着地应对，但遇到重大挫折时，或在紧急情况下，也可能会有些情绪波动。能较好地协调自己的想法和别人的想法，一方面，对事物有自己的判断和想法，不会人云亦云；另一方面，也听得进别人的意见，不会固执己见。通常活泼任性，轻松愉快，在集体中比较受人欢迎，对人对事非常热心。有时也可能过分冲动，自我约束力比较差。有自己的目标和理想，虽然不是特别远大，但会持续地去追求。客观理智，注重现实，独立坚强。遇事果断、自信。能坚持完成自己计划的事情，少数情况下，也可能情绪失控或有所懈怠，但一般都能保持心情平和，在遇到重大挑战或紧急情况时，也可能比较紧张。

3. 能力与品质

我的人际交往能力很强，而且自我约束力比较强，实事求是。有上进心，不甘落后。尊重他人，做事有原则，对待事情自己有客观的判断和选择，不会人云亦云。自己的不足就是有点小小的自负，遇到感情问题，会处理不好，过于任性。有时候压力很大时，会产生抵抗情绪，于是考虑太多，不敢果断处理，创造力不强。

二) 人生观

我一直在追求人格的升华，注重自己的品行。我崇拜有巨大人格魅力的人，并一直希望自己也能做到。无论是在高中，还是现在的大学生活中，我坚持着自我反省且努力的完善自己的人格。我读很多书，并积极参加活动，然后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，我都以品德至上来要求自己。无论何时何地我都奉行严于律己的信条，并切实的遵行它。平时友爱同学，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。现在我理解道理，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自己。对于老师，我一向是十分敬重的，因为他们在我彷徨的时候指导帮助我。如果没有老师的帮助，我可能将不知道何去何从。我现在领悟到，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，就得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。我还积极要求加入中国共产党组织，跟随党的脚步，严格要求自己，以自己的努力为社会，集体作出贡献，实现自己的人生价值。

三)自身的优势和不足

1. 自身的优势

有出色的观察力和对细节的关注能力。务实、实事求是，追求具体和明确的事情，喜欢做实际的考虑。善于单独思考、收集和考察丰富的外在信息。喜欢逻辑的思考和理论的应用。做事有很强的原则性，尊重约定，维护集体。工作时严谨而有条理，愿意承担责任，自己有客观的判断和敏锐的洞察力。

2. 自身的不足

压力很大时，会过度紧张，甚至产生消极情绪。现实，考虑的东西太多，往往把简单的事情考虑的太过复杂。创造性不强。

3. 我需要改进的方面

性格的冲动性，耐心

四)自我奋斗目标

完成学校里所有的学习任务，并正确认识自我，加强自我的领导能力，专业学习能力。最后实现自己的企业目标，成为一个专业人才。我相信在我的努力下，目标将不再是目标，而是新的起点。

五) 我的成熟标准

能够完成常规性的日常工作，并且进行复杂思维的工作；富于冒险、敢于竞争，经营、管理、劝服、监督和领导，并实现机构、政治、社会及经济目标的工作。在职业发展过程中，可以充分发挥自己在劝说、支配和言语方面的技能，以及自信、精力充沛、领导力强的优势；能克制自己冲动的想法和行为。感情明确，热爱家人，朋友，懂得谦让，不会随情绪办事情。

六) 同学评价

评价：是一个开朗的同学，有领导才能，做事认真，尊重约定，维护集体。

批评：做事太过急躁和死板，没有什么创造性。考虑太多，太有原则性。

七) 感想

通过这一学期的心理健康教育课，我觉的有些收获。我一直觉的，我的心理还是比较健康的，但是进入大学以后，各种问题都涌到了面前，心理是很容易出现问题的，我在这短短一学期的心理健康教育课中，发现了自己原来的心理障碍。发现问题总是比憋在心里不知道，不疏导好。我在这一学期的心理健康教育课中，知道了该如何来发现，疏导，防范这些心理障碍，快乐地度过这四年时光。不过我知道我还只是学了些皮毛。我还想知道些解决心理问题的实际方法和一些关于人际交流的实践性的技巧的知识。这些实践性的知识很

实用，也能和理论结合。最好多点理论和实践结合的示例来加强理解和应用。

返回目录

个人成长自我分析

回顾自己的成长历程，我感到自己幼年、童年时期的生活经历及情感体验对铸成今天的我起着决定性的作用。但最终能够成为怎样一个人，很大程度上是由个人的成长经历，社会环境，及某些重大生活事件所决定。

1. 学前期

我出生在上个世纪九十年代初，成长于一个农民家庭。姐姐比我大三岁。虽然出生地受儒家文化影响比较深，但爸爸并没有因为我是女孩就对我有轻视。学龄前时期，父母由于工作原因经常在外，无暇照顾我，幼年时期一直跟随爷爷奶奶。或许是自幼体弱多病的特点，我一直就比较安静，虽然不像其他同龄人能和父母朝夕相处，但并没有感到孤单，寂寞，反而增强了自立能力，独立性也很强。爸爸妈妈虽然文化水平不高，但拥有一颗对生活炽热的心，他们积极进取，正直豁达，认真负责，在他们的影响下我也成长为一个乐观、正直、独立的女孩。这个阶段爸爸对我的影响是比较大的了。所以一直到现在我和父亲的感情还是比较好的，性格方面受他的影响比较多。现在处事方面和他都比较像。

2. 上小学期间

由于家庭条件的原因，我没有上过幼儿园，直接上小学一年级刚开始的时候对上学并没有什么概念，不喜欢也不讨厌学习，学习成绩平平。平时很喜欢玩，父亲平时不太问自己的学习情况。在这期间给我影响最大的就是三年级的时候的数学老师，直到现在我非常感激他。那时候我的数学是比较差，

到了三年级开始学应用题。当时我们的数学老师就对我很失望，后来老师就让我每天做两道应用题，刚开始还坚持，后来就操习姐姐书上的例题，老师是何许人也，一眼就能看出我的水平根本就不可能做出那种程度的题，所以就打电话把我母亲叫到学校，当着家长的面把我训了一顿，记得当时妈妈一直向老师道歉说好话，回家后她并没有说什么，给我做了一顿好吃的，只是说以后要我好好学习，那时候我才对学习有了一定的概念，在学习方面也不再得过且过，马马虎虎。原来我操别人的作业后来发展到互换。所以我很感谢当时的数学老师。

3. 初中阶段

上初中之后，学校实行寄宿制，大多一人在外读书，很少回家，虽然父母对我的成绩一般不关注，但他们经常鼓励我好好学习，使我一直接受着良好的家庭教育和学校教育，可以说我成长的每一步都倾注了他们的心血。特别是我的父亲，在我看来他是一个真正意义上的大男人，初中的时候接触的东西多了，开始关注自己感兴趣的东西，爸爸的爱好是比较广泛的，但他交给我的是在不同事物上的选择。由于对理科比较感兴趣，当时我选择上的是高职。父亲听说后很生气，当时叛逆期的自己就开始顶撞他，说了一些过激的话，令他很伤心，现在想想自己是多么幼稚，但后来爸爸还是一如既往的支持我。生活中更是一位慈父，有时候对我的关心会比母亲更细心。如果一定要我说出一个我最崇拜的人，那就是我的父亲。他坚强、乐观、事无巨细的性格无时无刻不在影响和激励着我。就这样，一直到初中毕业我都是自由发展。

4. 高中阶段

刚入高中，一切都是陌生的。陌生的校园、陌生的同学、陌生的老师。不变是，天仍那样的蓝、树仍那样的绿、花儿仍是那样的鲜艳。随着时间的流逝，渐渐地一切都变得熟悉了，校园不再陌生，同学和老师也都成为了朋友。于是，走过了

陌生，一切都变得快乐起来了！因为当时学的机电的缘故，班级内的男生明显比女生多了将近一倍，由于正处在青春期的心理，对于爱情也开始有几分向往，当时的校规是禁止谈恋爱的，再加上自己的思想比较保守，所以始终是单纯的一个人，很轻松。当时我们的班主任老师经常给我们讲凡是要有平常心，所以当时对什么事都很淡定。虽然上的是对口高职，但是可以考本科的学校，当时在班级内自己的成绩一般都在前五名，所以老师对我有几分期望上本科，当时自己也很努力。在经历高考后，成绩并不是很理想，考试失误，很沮丧，感觉很对不起父母，当时报志愿的时候由于对各个学校了解的不多，所以就听老师的建议，来到青岛职业技术学院。现在感觉这里真的很好。

5. 大学阶段

来到青岛职业技术学院之后，接触的人和事大大的开阔了我的视野，在学习专业课知识的同时，我开始学着用相对客观的态度去评价自己和他人，开始用自己的眼睛去观察世界上的人和事，也许这就是所谓成长吧！此后，我渐渐拥有了成人的感觉——感到自己身上肩负着某种责任，自己理所当然地应该去承担生活中的某些东西。今天，当自己明白了一些人生道理，回过头来审视自己成长经历，发现过去所遭受的那些挫折、痛苦并非完全没有价值，相反它却隐含深远的意义。今天的我，对周围的人和事，有了更多的包容、更多的理解、更多的关怀，而不再执迷于个人的得失。所以有人说“挫折、痛苦的背后才是成长的空间。”大学期间，有更多的机会去发展自己的兴趣爱好，让我学到很多。自由的时间也比较多，接触社会的时间也多了，开始参加社会实践，有时候是学校组织的活动，有时候是自己出去打工，更让我体会到了家长的艰辛，社会竞争的激烈。进一步培养了我独立、坚强、冷静的性格。

6. 对于未来

曾听说过：在大学里先学做人，其次是做学问。我也在大学生活中体会和实践着这句话。逐渐的发现一个人对生活的价值，于是不断鞭策自己，完善和提高自己成为一个优秀的人。我觉得自己还有许多当面还需要加强，第一，坚持读书，读好书，多读书。与伟大的灵魂对话，从而使个人修养得到提高。终身学习确定自己的目标。第二，学会取舍，宽容他人，第三，完善人格，保持积极乐观的人生观。我要加油!!!

返回目录

大学自我整改概述篇五

工作总结很好写的，就是要让你的领导了解你，体现你的工作价值所在。所以写好几点：

方法/步骤

- 1、你都做了哪些事，简明扼要
- 3、通过的工作，你对岗位和工作的认识。。
- 4、今后的工作你还要提高哪些能力或者需要再补充哪方面的知识，并已开始着手去做，去学了。
- 5、上司喜欢自动自发的人，而不是推一推动一下的人。所以，没有分派到你的工作但是你分内的工作，你要先有做的准备。

这几点你写就差不多了。

注意事项

总结的基本要求

1. 总结必须有情况的概述和叙述，有的比较简单，有的比较

详细。这部分内容主要是对工作的主客观条件、有利和不利条件以及工作的环境和基础等进行分析。

2. 成绩和缺点。这是总结的中心。总结的目的就是要肯定成绩，找出缺点。成绩有哪些，有多大，表现在哪些方面，是怎样取得的；缺点有多少，表现在哪些方面，是什么性质的，怎样产生的，都应讲清楚。

3. 经验和教训。做过一件事，总会有经验和教训。为便于今后的工作，须对以往工作的经验和教训进行分析、研究、概括、集中，并上升到理论的高度来认识。

总结的注意事项

1. 一定要实事求是，成绩不夸大，缺点不缩小，更不能弄虚作假。这是分析、得出教训的基础。

2. 条理要清楚。总结是写给人看的，条理不清，人们就看不下去，即使看了也不知其所以然，这样就达不到总结的目的。

3. 要剪裁得体，详略适宜。材料有本质的，有现象的；有重要的，有次要的，写作时要去芜存精。总结中的问题要有主次、详略之分，该详的要详，该略的要略。

总结的基本格式

1、标题

2、正文

开头：概述情况，总体评价；提纲挈领，总括全文。

主体：分析成绩缺憾，总结经验教训。

结尾：分析问题，明确方向。

3、落款

署名，日期