

个人自我总结范文（30 篇）

个人自我总结范文（通用 30 篇）

个人自我总结范文 篇 1

一路走来，步履匆匆，不觉间年已悄然向我们挥手作别。回首一年来的工作和生活，感悟良多。平时忙忙碌碌，没有太多时间和机会坐下来好好总结自我做过的工作，年底了，静下心来总结一年工作中的得失、查找自我的不足，为来年的工作做好安排和计划，是很有必要的。本人就这一年的工作小结如下：

一、思想方面

工作以来，在单位领导的精心培育和教导下，经过自身的不断努力，无论是思想上、学习上还是工作上，都取得了长足的发展和巨大的收获。思想上，坚持四项基本原则，拥护党的各项方针政策，自觉遵守各项法律法规及各项加油站规章制度，学习上认真学习管理规范、积极开展创新。

二、工作方面

能吃苦耐劳、认真、负责、在同事的热心指导下提高对加油站工作的重要性的理解；加油站运行的正常和加油站各位同志工作是紧密联系在一齐的。不管遇到什么问题，不管出现了什么问题，我都需要虚心诚恳的请教随时总结随时反省，绝对不允许出现自欺欺人，让别人以为你是一个很聪明的人，加油站是不需要这样的聪明，在这个工种对自我不认真就是对生命不负责、对国家财产不负责。工作在不不一样的时间段要有不一样的侧重点，这是必然的也是必需的；我不但要了解并且要进取的配合。我要抛弃个人的利益，把我的聪明运用到学习技术上，把我的本事以团队的形式发挥出来，不搞个人的表现主义，这样既损害公司，也伤害了自我。为了工作的顺利进行，我们的分工也明确了，不是意味着埋头苦干，恰是因为这样我们更加要互相帮忙互相检查；公司需要有干劲的人，但一个人的力气永久是不够的。只要有本事，大家是有目共睹的，不但要发挥自我的特长，还要明白别人的特长。用行动证明自我，用成绩征服大家。

俗话说：“活到老，学到老”，本人一向在各方面严格要求自我，奋力地提高自我，以便使自我更快地适应社会发展的形势。经过阅读很多的道德修养书籍，勇于解剖自我，分析自我，正视自我，提高自身素质为能保质保量地完成工作任务。

总之，一年来取得了必须的业绩，但与上级的要求相比，仍

存在必须的差距，我将在今后的工作中不断奋力克服和改善。

个人自我总结范文 篇 2

一年前，当我来到这个学校的时候，还是一个涉世未深的高中生，对大学的一切都感觉到新鲜好奇。如今大一生活很快就过去了，我也已经逐渐成熟，对自我的未来的生活也有了较为清晰的认识。此刻我就大一的学习生活做一个自我总结：

一、学习方面

作为学生，首要任务就是学习。习惯了高中那地狱般的学习方法，乍一来到大学，对那里的学习方式有太大的不习惯，跟高中比，大学就是天堂。每一天上课前起床，洗把脸就去上课，没有逼迫，没有约束，自由自在。经过了一段懵懂期，我又想起了学生的职责，于是我发挥自我主观能动性，发挥自我的自学本事，踏踏实实，奋力学好每一门课程。同时，我利用课余时间，进行社会实践，学到了许多在书本上没有的知识，对于自我各种本事也有了较为清楚的认识，让我的信心不断加大。

二、生活方面

大学的生活丰富多彩，只要把握住机会，就能在生活中彰显自我价值。经过参加学校各种活动，丰富了我的课余生活，让我真正体会到人际交往的重要性。利用周末外出打工，体会生活的真谛，在自力更生的同时，体会到了赚钱的不易，逐渐理解了父母的艰辛。

三、思想方面

经过这一年的大学生活，我的思想开始了一次前所未有的转变。对待各种事情，都要端正态度，不多给自己树立目标，奋力将自我打造成新世纪的人才。在现实生活中，要摆放好自我的位置，无论遇到怎样的挫折，都要想办法度过，决不气馁。遇到事情要进取思考，多想多问，切忌慌乱急躁。对待别人不要轻易的承诺，但只要承诺就要奋力去兑现。这都是在高中生活中所没有体会到的，相信大学生活带给我的长大。

总结起大一的学习生活，我深深体会到自我的不足，我会珍惜此刻所拥有的一切。利用剩下的三年时光，奋力完成自我的奋斗目标，不断适应社会的发展需要，好好适应大学与社会生活的转变。时光荏苒，仅有不断奋力才会看到曙光。

个人自我总结范文 篇3

进入联社参加工作以来，联社领导、同事在工作和生活中给予我无微不至的关怀，我也在工作中严格要求自我，勤学习、求提高积极向上，认真完成各项工作任务。现就在工作中“德、能、勤、绩、廉”五个方面作出以下自我总结：

一是“德”：认真学习、贯彻联社各项规章制度，深入落实科学发展观，严格要求、奋力提高思想道德素质，工作中服从领导安排、团结同事，进取完成各项工作任务。

二是“能”：怀着“空杯心态”，奋力向学习型、复合型员工转变。无论是在一线营业窗口还是在风险部、我都认真学习金融类相关业务知识。在科室领导和同事的帮忙下，加强同法院法官的交流，奋力学习如何运用法律手段清收不良，同时经过多种渠道，收集、学习先进经验和成功的做法，在工作中加以借鉴，解决工作中出现的实际困难。

三是“勤”：“态度决定一切”。在工作中，以联社各项规章制度严格要求自我，不迟到、不早退，在科室领导正确引导下，对已接手起诉案件的实际情景和工作进度做到心中有数，在单位“激励”措施的考核下，构成主动学习、主动工作的思维惯性。

四是“绩”：在营业部临柜工作中，做到无一笔差错；进入风险部后，配合领导工作，运用法律手段清收不良，重新梳理了案件诉讼时效问题，从各个环节严把起诉不良贷款质量关。

五是“廉”：深入学习行业作风和廉洁建设要求，积极参加联社组织的“警示教育”活动，全面落实科学发展观主线，以注重预防为方针，把廉洁工作贯穿于人生职业规划中，提高工作效率。

个人自我总结范文 篇4

本人主要负责万正铁西二期 A1-1 地块二标段土建工程；具体工作是督促施工总承包单位在不影响工程质量、安全的情况下，按进度完成住宅、商业楼的所有土建工程。每日了解当天的施工部位、工程进展情况等，发现工程进度有异常情况时，及时了解原因，并督促施工单位进行赶工，如施工单位不能及时赶工，进度延误较多时，及时向总指挥及公司汇报；每日及时巡查施工现场的安全、文明施工情况。其中文明施工工作为重点管理，每日检查施工道路、场地、施工材料的清理、清扫及码放情况。每日检查楼内及楼周边的施工材料、垃圾是否及时清理，施工材料是否按施工总平面布置图的指定位置堆放整齐，以上工作如果未及时完成，责令其限期整改，在限期内还不能完成，由指挥部派人整改；负责二标段的工程质量的检查、验收。工程的每道工序完成后，都要进行检查验收，检查验收合格后方可进行下一道工序施工。

尤其隐蔽工程，必须经监理公司、指挥部共同验收合格才能隐蔽；负责与审图办、设计院沟通、处理图纸问题及变更。本人能自觉遵守公司的各项规章制度，能将公司的利益放在首位来开展工作，工作热情高，严于律己，身体力行，本人工作认真、负责、勇于承担责任；在工作中能积极主动地协调、解决各种问题并做好与其他部门、公司的配合工作。通过万正铁西二期 A1-1

地块工程指挥部管理团队的互帮互助、沟通、进取和领导的`激励、培养及表率作用，使自己的管理水平、管理能力有了很大的提高和加强，使自己在今后的工作中会做的更好。

个人自我总结范文 篇 5

十二月份一过，这丰满的 20__就即将结束了，借着这个间隙，我想为自己 20__年的工作做一次整理和总结，期望自己可以在将来一年保持着一份同样的执着和恒心继续下去，也期望 20__年的到来可以继续为我带来好运和快乐，也希望我可以继续努力的发芽成长，在这一年继续创造新的成绩，为医院增添一份我的荣光。在此，我将 20__年的全部工作总结如下：

一、职业理想的前进

在我的职业观里，如果一份事业毫无理想的存在，那是不成功的。我选择成为一名白衣天使，便是我对理想事业的追求。我很热爱这一份工作，我喜欢这一件白衣，也喜欢看到患者们经过我的照顾内心安定且平和，更喜欢的是，我能够在这份事业上获得满满的成就感。在口腔科的这一年，我对自己的职业观有了一些改变，首先作为一名护士，为病人做护理是理所应当的，其次我们更应该关心的是他们个人的一些感受，在良好的专业素养之上，保持一颗善良且温柔的心，这才最符合“白衣天使”的称号。接下来的日子，我会继续带着我的理想和事业一同进步，创造新生！

二、职业态度的坚定

一路走来，无论遇到怎样的难关，我都坚持了下来。其实很多时候遇到一些比较难照料的病人，我也会受委屈，我也时常眼眶湿润。但我总是咬咬牙，坚持了下来。来到牙科的人有很多种类型，平时更多的是一些小孩子，更小一点的孩子便比较闹腾，有时候我的耐心也被磨的差不多了，但我仍然会保持自己一个良好的工作状态，尽量给孩子们，患者们一个良好的服务。我也一直相信，坚定自己的方向，就不会出错。

三、改正工作中的不足

平时在工作上我也偶尔出现一些小差错，比如有时候总会遗忘事情，导致患者上来抱怨。这是我个人的一个不良习惯，我也已经认识到了这个问题，今后更不会再出现在工作上。其次是自己有时候还是不够有耐心，很多时候我们需要更加的耐心一点，这个行业最需要的就是耐心和温暖。只有保持好了这二者，我才有可能将这份事业做得更好，实现其更多的价值。

四、敢于向前看，敢于向前走

未来很长，过去的也已经模糊不清了。而我能做的就是继续向前看，马不停蹄的往前赶路。也许前面等待我们的会是坎坷和难关，但我也相信着，更远的前方等待着我们的，会是胜利的欢呼。我会在新的一年保持自己的初衷和理想，在护士这份工作上继续发光发热，为我们口腔科赢得一个好的声誉和口碑，不负各

位领导的鼓励和期待！

个人自我总结范文 篇 6

在项目上我的主要工作是对---项目资料的收集整理及管理工作并及时地与公司、监理单位、城改办及各分包单位的沟通联系，认真处理好施工中的变更洽商、监理通知回复及其它相关资料的报验、对监理及其分包单位联系单的收发，及项目的图集、规范发放管理工作。尽可能的配合项目部、监理及各分包单位的工作，为他们提供所需的资料做好工作。现将我的个人年终总结做以下汇报，希望各位领导及同事提出宝贵的意见及建议。

工作情况总结

1、工作方面

(1)及时整理齐全工地资料，收集保存好公司及相关部门下发的文件及会议文件工作，并把原来没有具体整理的文件按类别整理好放入文件夹内，给大家查阅文件提供了方便；做好各类文件、图纸，下发、传阅及传递工作并将文件原件存档，及时作好资料的审查备案工作；对文件进行相关部门的`下发、传阅、传递，接收部门在文件原件上进行签字确认，并将文件原件存档，做好资料借阅登记表督促借用人归还资料。

(2) 在-经理的指导下，核实工程资料的完整情况，对折皱、破损、参差不齐的文件进行整补、裁切、折叠，使其尽量保持外观上的整齐划一，按资料内容特征对文件资料进行分类，将属于同一卷的资料用档案盒装订后入柜保存，并定期对文件资料进行核查，对遗缺文件进行追查，查明原因工程资料应认真填写，字迹工整装订整齐一看一目了然，以便以后检查及归档带来方便，登记保管好项目部各种书籍、资料表。

(3) 负责及时处理好项目部与城改办之间的关系协调、资料报审。

(4) 负责项目部内的会议记录，会议纪要的撰写，文件的录入，以及图纸、合同的归档整理等其它文书工作，以及办公室的电话接打。

2、思想方面

由于资料员的工作本身就比较繁琐，但进入公司以来我一直以积极工作态度去处理工作中遇到的事情，虽然偶尔会出现一些情绪问题，但我很快能够处理好自身问题，积极投入到工作中去，能够正确认真的对待每一项工作；认真学习公司的各项规章制度，认真遵守劳动纪律，保证按时出勤，确保工作能按时完成。

3、存在的不足及今后的工作方向

虽然我以前一直在房地产公司从事资料员的工作，由于我并不是土建专业毕业，因而所掌握东西都是不是很系统，有些东西还在逐步摸索和探索中，所以存在一些细节问题，比如会议纪要的撰写，文档整理归档，都需要进一步学习和改进，特别是图纸的识别，要不断学习。

今后，我会弥补自己在工作中的不足，改进提升自己的工作方法，提高工作效率，多学多问，切实提高自己的工作能力。并且在工作的提升中，加强理论学习，努力使思想觉悟和工作效率全面进入一个新水平，为--的明天贡献出一份力。

个人自我总结范文 篇7

转眼间，大一的学习生活结束了，从20__年进入我校以来，我一直以认真求实的态度来对待我的大学的生活，争取做一名优秀的大学生。

在思想上，要求积极上进，热爱祖国、热爱人民，拥护中国共产党的领导、拥护党的各项方针政策，遵守国家的法律法规及各项规章制度积极向党组织靠拢，于上学期向党递交入党申请书。有很强的上进心，勇于批评与自己批评，树立了正确的人生观和价值观。

在生活上，养成了良好的生活习惯，生活充实而有条理，有严谨的生活态度和良好的生活态度和生活作风，为人热情大方，诚实守信，乐于助人，拥有自己的良好出事原则，能与同学们和睦相处；积极参加各项课外活动，从而不断的丰富自己的阅历。

不足之处就是人际交往能力较差，我在今后的学习生活中一定会不断的锻炼完善自己，争取作一名优秀的大学生。

二年的专科校园生活是我人生的一大转折点。二年中我成长了很多，明白了很多东西。回顾自己的学习、工作、生活感受颇多。

学习上，系统的学习了工企专业的理论知识，在学习和掌握本专业知识的同时，努力的拓展自己的知识面，看了好多的书，使自己各方面的能力都有一个很大的提升。在课余时间常常去中关村图书大厦看书，去清华听讲座，丰富了自己的课余生活。

生活上，大一刚开始更多的是郁闷迷茫不知道自己的未来在哪里。变得爱睡觉，爱玩。总觉得学校学的东西没有用，但是后来我发现自己错了，像 ibm、英特尔这样的公司注重的是规范化管理。而我们工企专业学习的就是规范化管理。

我始终认为，每一天都很了不起，每一天的生命都很可贵，每一天都值得珍惜，用了不起的心态，来迎接即将到来的时代，即将发生的事情。

一个学期很快就过去了，但这次的心情与以前有很大不同，归心似箭的心情早被考试不理想的惆怅所掩盖。想想若是考的不好如何向父母交代尤其这次我为了应付英语四级着实花了很多时间，以致把其它功课都拉下了，所以说关于这次考试我的复习工作是做的很不充分的，可现在想想却是得不偿失啊。尤其我现版权所有在对于能不能过四级还是缺乏把握的，不管这次考试结果如何，下学期我都得加倍努力了，而且一定改掉以往偏科的_病，争取每门课都踏踏实实地学。

个人自我总结范文 篇8

通过本年度继续教育培训的学习，使我在教育思想，教育理论及业务能力等方面受益。我深切地认识到为了更好的胜任新世纪的教育教学工作，适应素质教育的需要，必须不断的全面提高自身素质，现将本年度个人继续教育总结如下：

一、基本功培训

1、积极参加各级各部门的培训与学习，并且取得了相应的成绩。

2、本年度参加了我校的教学技能培训，苦练基本功。树立了课改意识，贯彻到了教学实践中。

二、业务学习

1、学习了新的教学理念，并贯彻到了教学实践中。

2、学习了各种先进的教育教学经验。

3、顺利完成上级规定的各项继教任务。

4、通过创新教育，认识到自己原来教学方法的不足，促进自身教学方法的改进。

通过继续教育学习，我深切感觉到，做为一名教师，不仅要有崇高的奉献精神、高标准的师德，也需有先进完备的教学策略与方法。由于工作经验欠缺，在面向全体学生这一方面以及对教材的理解不够透彻。通过培训，使我在教学工作中能“因材施教”，对学生能给予学习上的指导，生活中的关心，认识的点拨，思想的疏导。并能公正、公平地对待每一个学生，满足他们求发展、求进步的需要，并且能悉

心研究每位学生的生理、心理特点、兴趣爱好和个性特长，不遗弃，不淘汰任何一个学生，为学生的健康成长和发展牢牢打好各方面的基础。

个人自我总结范文 篇9

俗话说：要致富先修路。只有运输搞好了，才能更好地与外界接轨。越来越多的公司专门成立物流专员一职，确保公司运输问题，从我接触这份工作开始，就意识到这份工作的重要性以及要做好这份工作，需要认真，踏实，细致，耐心做事，还要学会与人沟通，协调。一年下来，我认真做了以下工作总结。

一、合理整合公司内部出货计划，选择适合的运输方式

作为一个物流专员，不是只是寻找物流公司把货出出去就可以。而是要多方考虑，实现降低运输成本，提高企业运输效率。

每天公司都有货出往全国各地，不同客人货量不一样，选择的运输方式和物流公司不一样，运费也是不一样的。因此作为一个物流专员，首先应该整合公司内部出货计划，把握运输的大方向，制定运输发货计划，根据业务要求，确定好运输方式(比如空运，快递，整车运输，拼车，零担，船运等)再找专线或者有区域优势的物流公司报价。

目前，国内的物流公司还不是很成熟，许多价格都是没有一个具体规范的，所以货比三家是需要的，认真详细询问各家物流公司的价格，服务，处理问题等资料，并写进运输合同。

二、选择物流公司

首先还是应该看重物流公司的资质，避免运输上出现问题，反馈和投诉处理很慢，如果出现理赔没办法理赔等情况，然后才是考虑运输价格问题。通常说来，专线物流公司要比非专线的有优势，但是也不是很确定，要具体分析，有的虽然不常走的转线，但与他们配合的其他物流公司有走，其实可以帮到物流专员找到价格更好的物流公司。因为关系介绍，因为长期合作等原因，会使得这方面更有优势。

确定好物流公司和运输各事项，最好能签订合同，以便双方共同遵守。

三、督促车间按时交货

只有车间能按时交货，运输时间才能按约定的进行，因此作为物流专员，不管是与跟单人员还是车间负责人，都必须确认准确的发货时间。如生产有异常，及时与物流公司和客人做好协调工作。

四、跟踪到货信息

货物顺利装车，不代表能够顺利送到客户手中，因此需要物流专员及时跟踪到位。货在什么地方，预计什么时间能到，可提前告知客人和业务。如遇到天气或者自然灾害等原因导致延长时间送货，物流专员可提前跟客人说明，并告知预计到货时间，也上报公司相关人员，避免大家不必要的紧张和担心。

五、处理到货问题

货到了以后，请客人点清数量再签字。切不可不点数就签字，如果有出现少货丢货，及时与司机确认，并通知物流公司负责人处理，双方当场确认如何解决问题。如果合同有规定赔偿事宜则按合同办理，如没有，用行业规则来处理，再没有，双方共同协商。

以上几点是作为一个物流专员应该做的基本工作，也是本人一年来作为物流专员的总结，但实际操作中，物流专员是公司内部和客人的连接纽带，物流专员需要与公司财务，业务，生产，仓储等部门配合，也需要与客人沟通到位，才能实现按时按需运

输。

个人自我总结范文 篇 10

20__年__月，我开始见习，我是在图书馆进行工作的，本来认为此项工作很容易，其实做着挺难，平日里我们去图书馆借书，看着流程那么简单，想当然的认为这样的工作难度不值一提，但当我们亲身经历这一切的时候，才发现我们是那般幼稚，那般好笑，就拿图书馆整理图书的工作来说，是一个系统，也是一门科学，图书馆的一切工作构成了一个系统，这个系统非常复杂，却又非常简便实用，它涉及到图书的防盗，图书的检索，图书的在馆情况，归还情况，图书的序列等等，因此这是一个工作量非常繁重的工作，需要大量的人力，物力和财力，为了让同学们有个良好的学习环境，为同学们的学习提供更便捷的帮助，多少图书馆的工作人员为此而忙碌着。

我也懂得了图书馆从诞生的那天起就具有了开展社会教育的功能，在这次见习中，我更加了解到图书馆对于培养读书人的重要性，同时也认识到读书对于培养我们自身文化素养的重要意义。正如歌德所说：读一本好书，就是和许多高尚的人谈话。高尔基也曾说过：书籍鼓舞了我的智慧和心灵，它帮助我从腐臭的泥潭中脱身而出，如果没有它们，我就会溺死在那里面，会被愚笨和鄙陋的东西呛住。在见习工作之余我最开心的就是可以饱读藏书，了解到许多书籍，很高兴可以在这里学习实践，但要真正成为一名合格的图书馆人我要学的还有很多。

在这次见习中，我更加了解到图书馆对于培养读书人的重要性。同时也认识到读书对于培养我们自身文化素养的重要意义。在现代社会，图书馆无疑是最能提升我们大学生人文素质的地方。我们除了接受学校推广加强人文素质教育以外，也要学会与人相处，增强团队精神以及对自然的亲和力等，因此，我们更要充分利用图书馆资源来提高自身的人文素质。正如歌德所说：读一本好书，就是和许多高尚的人谈话。

我从这次的见习中，还学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的。可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定不会交到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做什么事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。

总之，在图书馆工作的短暂几周的时间里，我认识到了很多，也学到了很多，许多东西对我的启发的确很大，会让我终身受益。重视对工作方式的把握，会让我在今后的生活中更加注重效率的提高，统筹安排，合理分配，以求做到事半功倍。对劳动的更深一步认识，让我不再总是眼高手低，好高骛远，知道了无论什么事都只有自己做到了才有发言权。对劳动价值的更深一步认识，更让我懂得了去珍惜一切，才会更好地去享有一切。我也学会了如何在繁苦的劳动中去体会收获的乐趣。同时我也掌握了整理书籍的方法及注意事项。这次见习带来的这些收获，必将伴随我的一生，让我受益无穷。

个人自我总结范文 篇 11

尊敬的领导：

您好，我叫---，是直属中心工商管理专业----级的学生。由于工作性质的原因，我需要经常奔波在全国各地，忙的时候需要一、两个月才能回一次家。而在--年--月份的毕业论文答辩中，也正是因为我在外出差，才没能及时赶回学校进行答辩，因此，只能将撰写毕业论文及答辩的时间推迟了半年。--年--月，我迎来了第二次论文答辩的机会，但是因为这阶段正是--市场销售旺季，我又开始了全国各地的跑市场，也造成了我没有过多的精力去撰写论文，最终我的毕业论文只得了 70 分，没能达到拿

到学位证的标准。

我知道，知道根据学院的有关规定，这将是最后一次拿到学位证的机会。我也知道，因为我自己不够努力而造成论文分数不够，是没有资格向学校请求申请学位的。但是，就在前不久，单位公布了一个岗位应聘通知，工作性质是留在--负责对当地市场的销售管理工作，而部门领导也比较看重我的能力，决定以部门的名义推荐我去应聘。可是，当我看到应聘通知任职资格要求的时候，整个人却如遭雷击，因为上面赫然写着：要求具备本科及以上学历学士学位证书。我从小家里贫困，爸爸妈妈都只是普通的农民，辛苦劳动不说，还要省吃俭用供我上学读书，在一年，父亲出了车祸，虽然最后经抢救活了过来，但是一直到现在身体也比较虚弱，在我工作之前，家里一直都是母亲一个人在操持。后来经过我自己的努力，总算找了份薪资不错的工作，但是工作性质却是要全国各地的跑市场，不能经常回家。每次我打电话回家，妈妈总会说家里很好，不用我挂念，并嘱咐我一个人在外面照顾好自己。可是我知道，她真的很累，已经50多岁的她不仅要在外面做零工，还要照顾身体不是很好的父亲。我也跟她提起过想辞掉这份工作，找个离家近可以照顾他们的工作，可是妈妈总是厉声对我说：“你年纪轻轻，有份好工作不容易，我们岁数也还不大，不用你照顾什么，一切都要以事业为重，好好工作争取以后出人头地。”看到爸妈日益苍老的面孔，我的心好痛，真

的好怕“子欲养而亲不待”，古语有训：“百善孝为先”，我急切想得到这份工作，尽力去照顾为我操劳一生的父母。

我知道学校有学校的有关规定，也知道自己提出这样的申请会有些荒谬，可是我需要学位证书，需要这个能方便照顾父母的工作机会。我希望学校能够网开一面，破例给我颁发学位证书，我一定不忘母校对我的教育和恩惠。

个人自我总结范文 篇 12

我于 20__ 年 7 月毕业于医学专科学院临床医学专业，于 1 月至今在朱阳镇医院内儿科实习。在实习过程中，始终坚持以病人为中心，在院领导、科主任、多位上级医师的指导下，我努力工作、学习，将书本理论与临床实践相结合，努力钻研内儿科专业知识体系，在实践过程中我逐渐熟悉到临床工作的复杂性、多样性，了解到了一些内儿科疾病的诊疗过程。现将我近一年来的思想、工作、学习情况总结如下：

一、端正工作态度，热情为患者服务。

在实习过程中，我严格遵守医院规章制度，认真履行实习医生职责，严格要求自己，尊敬师长，关心病人，不迟到，不早退，踏实工作，努力做到工作规范化，技能服务优质化，基础灵活化，爱心活动经常化，将理论与实践相结合，并做到理论学习有计划，有重点，工作有措施，有记录，实习期间，始终以爱心，细心，耐心为基本，努力做到眼勤，手勤，脚勤，嘴勤，想病人之所想，急病人之所急，全心全意为患者提供优质服务，树立了良好的医德医风。

二、认真负责地做好工作，做好个人工作计划，进步专业技术水平。

参加工作后我仍然坚持天天学习，天天把握一种疾病；同时不忘学习本专业研究的新成果，不断汲取新的营养，锻炼科研思维；坚持“精益求精，一丝不苟”的原则，工作过程中严格按照事故及差错的发生；在工作中不断丰富自己的临床经验，时刻保持谦虚谨慎，碰到不懂的题目勇于向上级医师请教，努力进步自己综合分析题目和解决题目能力；严密观察病情，及时正确记录病情，对患者的处理得当；在内儿科的实习工作中，我严格遵守科室制度，按时参加查房，熟悉病人病情，能正确回答带教老师提问，规范熟练进行各项基础操纵，能规范书写各类文书，并能做好内儿科常见病的诊疗。在工作中，发现题目能认真分析，及时解决，同时，我积极参加各类专业学习，不断丰富自己的业务知识，通过学习，对整体技术与病房治理知识有了更全面的熟悉和了解。

三、严格要求自己。

在做好本职工作的基础上，积极为科室的发展出谋划策，希望明年的工作量能够再上新高。在医院领导和同事们的帮助下，我的各项工作完成地较为圆满，但是我不能有丝毫的松懈，由于以后的工作还会面临更大的挑战和机遇。同时与其它先进同事相比还有差距，在今后工作中，我要继续努力，克服不足，创造更加优异的工作成绩。

以上是我的工作总结，在过往的近一年里，要再次感谢院领导、护士长。带教老师周医生的教育、指导、批评和帮助，感谢同事们给予的关心和支持。过往的一年，是不断学习、不断充实的一年，是积极探索、逐步成长的一年，我也深知，在业务知识上，与自己本职工作要求还存在有一定的差距。在今后的工作和学习中，自己要更进一步严格要求自己，加强业务知识方面的学习，认真总结经验教训，克服不足，在各级领导和同事的帮助下，通过不懈地努力，加强我的自身能力。更好的为病人服务。

个人自我总结范文 篇 13

上大二的我们也早已走出那座象牙塔，开始尝试接触社会。记得大一的时候还时常会为自己作为一名计算机系的学生而有那么点优越感。现在却被那些从人才市场上反馈的一些消息给打击。现在我不得不为将来即将面临的就业危机而作好准备。本来嘛，众所周知我们学校的牌子不是很硬；二来我们计算机行业的就业形势也越来越紧张了；三来我是名女生，一名学计算机的女生。早就听说现在许多企业发话说“宁愿要最差的男生也不用的女生。”说起来真让人气愤。但面对这些偏激的社会现象，我们又能怎么办呢，唯今之计只有从改善自身条件作起。

来学校两年多也早已习惯大学生活紧张又轻松的气氛，课程虽然还是安排的很紧凑，但课余时间明显增多了，令我真正感受到大学生活是如此的丰富多彩，已经熟识的朋友早已没有大一刚入学时的拘束与隔阂。至今为止我与宿舍的人相处融洽，虽然偶尔会有点小过节，但也很快能冰释前嫌，所以有的时候，我很庆幸我能来淮工，不然也不会交到那么多知心的朋友了。大学不仅是一个交流知识的场所，亦是我们学习做人处世，接触社会的好场所。我感觉我现在所接受的教育也是各个层面的，所以我一定会好好利用这份难得的机会，珍惜这段宝贵的时间，严格要求自己，力求作一名合格的大学生。

总是怨恨时间，有时来的慌张，有时去的匆忙，转眼之间，又一年的大学生活就这样结束了。回顾大学这一年的生活，平淡而又充满乐趣，无奈而又带着希望。

在学习上：我深知学习的重要性。学习是学生的基本，所以，我至始至终都把学习摆在第一位。为了加强综合素质，还需要在完成学业后，不断地加强与自己的专业相关课程的学习，来完善自己。吸纳新的技能和知识充实自己，提高分析和处理工作的能力，注重总结经验，完善自己。

思想上：认真学习马列主义，毛泽东思想，中国特色的社会主义理论，积极改造自己的世界观，人生观，价值观。我会更加努力的严格要求自己，搞好师生关系，搞好同学关系，搞好朋友关系，进一步加强思想政治学习，深入领会，并坚持作到身体力行。以更加饱满的学习热情，以更加积极的精神面貌，开展工作学习；还需要进一步加大对思想政治理论的学习，不断提高个人的思想理论水平。不断加强对人生观、世界观、价值观的改造，争取成为一名优秀的共产党员。其次是交际能力还有待进一步的提高。这也是我的近期目标和努力方向。通过多参加各种活动，我想会有明显的改善，这也能增加自己的群众基础，更广泛地投身到社会中，坚定为人民服务的决心。

在工作上：作为班委的一员，好好的配合好班长的的工作，履行好自己的职责，为班级创造出积极向上，轻松愉快的学习氛围。同时配合好校、院的各项工作以及活动。争取做到学习工作两不误。

在生活上，我基本上都可以和舍友，同学们友好相处，还结识一些高年级的师哥师姐，向他们请教学习，工作，生活上的问题。广交朋友。宿舍是一个大集体，几个人生活在同一个空间里面，但是各自的生活习性都不相，这就需要大家互相理解和迁就，只有这样才能和平相处，为我们的学习创造一个良好的学

习和休息环境。

在上一学年里，我学到了太多的东西。这是我在以后生活、工作中所必需的。我感谢大学里相对这么宽松的自由学习环境，给了我这么多的自由伸展的空间。

以上是我对这一学年一些方面的个人总结，我将结合这个小结回顾过去，确定未来的发展目标，我对未来充满信心。自然，这需要辅导员的精心培养和同学们的真诚帮助。

转眼间，大一的学习生活结束了，从 20__ 年进入我校以来，我一直以认真求实的态度来对待我的大学的生活，争取做一名优秀的大学生。

在思想上，要求积极上进，热爱祖国、热爱人民，拥护中国共产党的领导、拥护党的各项方针政策，遵守国家的法律法规及各项规章制度，积极向党组织靠拢，于上学期向党递交入党申请书。有很强的上进心，勇于批评与自我批评，树立了正确的人生观和价值观。

在生活上，养成了良好的生活习惯，生活充实而有条理，有严谨的生活态度和良好的生活作风，为人热情大方，诚实守信，乐于助人，拥有自己的良好处事原则，能与同学们和睦相处；积极参加各项课外活动，从而不断的丰富自己的阅历。

不足之处就是人际交往能力较差，我在今后的学习生活中一定会不断的锻炼完善自己，争取作一名优秀的大学生。

个人自我总结范文 篇 14

20__年，是一个不平凡的年份，在这一年里，发生了许多事情，对自己有相当大的触动，对人生观、价值观的形成发展也产生重大影响，在这新年伊始之时，盘点这一年的大事记，忆往昔，知来者，聊以慰藉逝去的韶华，寄托未来的希望。

20__年，我进入了大三阶段，在这一年，我确定了考研的计划，明确了自己的方向，也为奋斗树立了目标。我希望通过求学充电，一方面丰富知识储备，增加阅历积淀，另一方面也为将来职场拼搏添加筹码。这一年，我看到表哥表姐都有了自己的事业，有在日本经营公司的，也有在合肥打理精品店的，唯有自己还在象牙塔，心中不禁有着小小的羡慕，但是回首想来，自己现在的处境也是优势，因为在人生道路上，唯有现在的求学阶段才能有如此大段的时间来充实自己，以后无论在工作还是在家，都不可能有这样的机会和高效率来学习了，所以我要趁着现在还年轻，还有精力，争取一步到位，为将来铺设康庄大道。

20__年，在学校，我已经连续两年获得了奖学金，成绩还算讲得过去，各方面也有所收获：暑期社会实践中，在小岗村看到了当下农村的现状，在这过程中结识了清华大学的一批同学，有感于他们的朝气和活力，也为我的奋斗历程树立了一个参照目标；假期中，获得了学校推荐进行挂职锻炼，目睹了基层公务员的日常工作，体会到了现实与理想的鸿沟，也彻底埋葬了自己考公务员的计划；调研报告写作方面，自己通过与同学们的合作，学会了基本的写作方法和调查方法，且撰写的调研报告能够推荐入省，在这期间，与梁燕老师以及一些08级同学也积累了深厚的友谊；在全校的说课大赛中，能够代表学院参加全校决赛，对我来说是一次机遇也是一次挑战，在第一次站在全校的舞台上，我看到其他选手的优秀表现，避免了故步自封和盲目尊大，也锻炼了自己的勇气与胆识，为将来平添一份能力；在模拟招聘会上，我和好朋友共同代表学院参加全校决赛，这是我第二次走上全校的大舞台，相比较第一次来说，又是一次进步，在招聘会上，我也看到了职场竞争的压力，让我学会了用现实的眼光看待自己，我并不是独一无二的，比我优秀的大有人在，天外有天人外有人，切忌骄傲自满；挑战杯的创业计划大赛，本来只是为帮同学一个忙，没想到无心插柳的汇报竟然也能杀入全省决赛，先如今我希望既然加入进团队，就全力以赴，做自己最好，背水一

战;新学期快到了,自己即将走上实习的道路,能够分配到师大附中,站在三尺讲台上是难得的荣幸,通过一学期的微格教室试讲,自己在从教技能方面又有了长足的长进,为实习的顺利进行也奠定了一定的基础。

20__年，在繁华的背后，一系列的阴影也显现出来，为我敲响了警世长钟：贴膜门的事件后，我发现自己在想问题办事情方面还不够成熟，有时候习惯钻牛角尖，这样就会在无意之中开罪于朋友，使得3年来的密友至今心怀芥蒂，朋友之间即使再小的摩擦也会产生隔阂，就仿佛一根铁钉扎进木头，虽然可以拔出来，但是还会留下痕迹，同样的道理，我在对人对事时，应该学会严于律己宽以待人，这样对人对己都是一件功德；在占座门中，我认识到做事不能太过分，一定要留后路，千万不能把事情做绝了，否则酿成的苦果只有自己去体味，在其中也看到，实话实说类的耿直或许并不涉及终极关怀，不能解决所有问题，这也启发我们要换个方法思考，不能千篇一律用最激进的方法处理事情，像杨丽同学那样成熟稳重才不失为大家风范；试卷门事情中，我应该为鲁莽行为深刻反省，为受到伤害的人们深表歉意，在这次事情中，我意识到自己想问题办事情的幼稚可笑，锋芒毕露的结果只能是自取其辱，于其想要一贯的鹤立鸡群，倒不如携手同进，赠人玫瑰手有余香，对人对己都是一件好事，斗转星移，世事难料说不定十年河东十年河西，身边的朋友就是潜在的资源。

20__年，我就要离开居住了十几年的社区，乔迁到新的社区了，告别老房子时，虽然看到的是泛旧的家具和发黄的墙壁，但

是那种难舍难分的心情，依旧充斥着胸口。这一年，家庭也发生了巨大变故，亲人的离去，让我看到了生命的可贵，自己更应该珍惜现有的美好生活，健康是福，拥抱健康才能拥抱明天。

个人自我总结范文 篇 15

一、不同时期要有不同的师德师风教育目标。

师德师风建设涉及到教育工作的方方面面，除了要让教职工知道师德师风总要求外，还要注意分阶段分步骤强化具体要求。如果我们不是分阶段、分步骤提出不同的目标要求，很容易犯“眉毛胡子一起抓”的错误；而且，标准固定死板如止水，没有新的更高的切合当前工作的奋斗目标，易产生“船到码头车到站”思想，到头来永远停止在一个水平上。因此，要抓好师德师风建设工作还要有长远的目光和足够的耐心，要善于根据不同时期，制订不同的师德师风工作目标、任务，比如当前的形势任务是什么、幼儿园教职工思想动态是什么、什么时期最适合抓爱岗敬业的教育、什么时期最适宜抓团结协作教育等。这就要求领导班子心中必须时刻掌握每个阶段存在哪些问题、最迫切解决什么问题，然后根据实际的情况及时充实调整师风师德建设目标，确定具体的要求，有的放矢地制定学习计划，然后把各个时期的目标任务以“安民告示”的形式公之于众，让全体教职工心中有数，紧紧围绕目标开展工作，使良好的师德师风建设与当前的形式任务和教育教学工作紧密结合起来，并在其中得到全面的贯彻和体现。与此同时，在工作过程中，要坚持进行阶段总结，对达到要求的给予表扬，不足之处加以正确引导，使之不断巩固提高，更好地促进下阶段工作的开展。

二、结合工作实际，把师德师风建设内容具体化。

师德师风建设的核心就是进行职业道德的教育。虽然有关的教育政策法规对各行业职业道德内容都有比较明确的规定，但如何在工作中体现，有不少教职工还不能做到心中有数。实际上，教职工的思想问题往往都是从工作当中反映出来的，归纳起来，不外乎以下几个方面：执行制度的问题、同事之间的团结协助问题、工作态度与责任心问题、勤俭办园问题等，因此，我们就很有必要把师德师风建设内容具体化，使师德师风建设工作渗透到教职工日常工作当中去，让两者交融，相互影响，相互促进，更好地发挥师德师风建设的功力。比如每学期初，结合幼儿刚离开父母和家庭，存在着怕生、不习惯幼儿园生活等情况，我们就制订了热爱学生、爱生如子的师德师风教育，在工作上，要求教职工做到热情接待幼儿、细心照顾幼儿的饮食起居、耐心对待哭闹幼儿、关心幼儿的进步等。这样使热爱学生的师德要求变成具体工作行动，真正使教师热爱学生落到了实处。

三、重视调查研究，有针对性地开展工作。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/046011001010010110>