# 2024年暑假实训个人小结(五篇)

来源：网络 作者：平静如水 更新时间：2024-06-29

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。暑假实训个人小结篇一实习是我们成为优秀教师的一个重要环节，是全方...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

**暑假实训个人小结篇一**

实习是我们成为优秀教师的一个重要环节，是全方位的实战训练。实习有利于提高我们的教学能力和综合素质，帮助我们理论联系实际，使我们在实践中接触与本专业相关的实际工作，增强感性认识，培养和锻炼我们的综合运用所学的基础理论、基本技能和专业知识，从而提高我们独立分析和解决问题的能力，为大四毕业后走上工作岗位打下良好的基础，为自己能顺利与社会环境接轨做准备。

8月31日，我踏上了前往威县\_\_中学的旅程，转眼间四个多月的实习工作快要结束了，在这段时间里我担任六年级(一)班的数学，还担任了一段时间的八年级(三)班的地理课，并且始终以饱满的激情对待每一堂课，积极备课，认认真真写教案，并且在以下几方面具体完成了顶刚实习的基本内容，情况如下：

一、教育教学工作方面

开学初期，来\_\_中学，学校就给予我们重任。\_\_中学六年级成绩在威县一直名列前茅，并且现任班主任是一名刚毕业的大学生，学校领导考虑到我们都是大学生，有朝气、有活力，就安排我们两个共同管理六年级。在了解了班级情况的基础上我和老师确定了教学进度以及教学计划，接下来我和指导老师就开始了两个人的听评课活动，指导老师讲课，我就认认真真听课，而指导老师听课时，我就认真备课，课下我们都开诚布公的谈及对方的缺点和错误，共同探讨教学。没过多长时间学校就大张旗鼓的组织了全校的听评课活动，我积极参加教研会议，我作为队长在小组内也火热开展了起来。经过那段时间的听评，我在课堂导入、课堂提问、课堂互动、板书设计、课堂组织等技能方面都有了很大的进步。

还记得第一次登上讲台时，紧张之余还带着些许激动，经过精心备课，完成了各项教学计划，课堂上的讲授得到了指导老师的好评，但同时也指出了我的不足，我就开始积累经验，研究课程，改进教学方法，使得我的教学课堂尽量饱满精炼，在自己努力和指导老师的帮助下，我的教学实习工作取得了圆满成功，我也得到了蜕变。

在实习期间，学校分配给我的指导老师，他还兼任科学课程，所以我就义不容辞的接下了批改作业和判卷子的重任，这项工作虽然看起来容易，工作量小，但真正做好、做精，那是需要花费大量时间的，每次我都会认认真真的坐在办公桌前好几个小时来批改作业、试卷，之后我会及时分析试卷，找出学生的不足，从而把握教学的重点。

在\_\_实习期间，我还担任了一段时间八年级(三)班的地理课。虽然我是一个理科生，对于地理研究不深，但是在教学工作中我没有丝毫懈怠，反而我会花费大量时间来备课，在紧紧把握教学目标的基础上，尽我努力把地理课上的活泼生动，在轻松愉快的课堂氛围当中完成教学任务。

二、班主任工作方面

\_\_中学六年级的学生是第一次开始住宿，是第一次离开父母的庇护，在生活和学习等各个方面都还不成熟，作为副班主任，我深入了解了班级情况，帮助指导老师开展各项工作：帮助学生树立正确的人生观、价值观，并对其进行作业指导，课下以大姐姐的身份来关心爱护他们，让他们尽量感受到家人的温暖。经过班主任实习，让我学到了许多课本上没有的知识，并且积累了宝贵的班级管理上的经验，这为我以后走上定岗打下了坚实的基础。

三、教育调查与研究报告方面

当上副班主任后，在掌握班级现状及个别学生特点的基础上，我们三个顶刚实习生做了深入了解，并进行了细致的分析，展开了教育调研，此次报告的主题是“我们班某小学生学习困难成因及主要对策研究”。在短时间内，该名学生由学困生转化为了中等生，我们很高兴看到这样的成果。

四、党团活动方面

来到\_\_后，我们三个实习生组织了临时团支部，在实习学校团支部的带领下我们开展了许多团日活动。这学期我们正好赶上威县实施推广普通话政策，为了积极响应政策，也为了我们几个大学生能够很快融入学生们当中去，我们开展了“普通话大赛”活动。活动主要以游戏的形式举行的，此活动深受学生们的欢迎。为了迎接威县金秋艺术节，我们组织学生表演了《祈祷》手语和《我的祖国》诗朗诵，而我则独自带领学生表演了手语，从这次活动中我的表演技能也得到了发挥与提高。

五、服务学校方面

我们来威县\_\_实习正好赶上省学校评估，为了丰富校园文化，学校精心设计，而这里自然也少不了我们顶岗实习生的功劳，我们翻阅了大量的图书资料，查看了不知多少篇网页，搜索了不知多少幅校园文化图片，我们为\_\_校园文化出谋划策。不仅如此，我们还担任了美术室管理员、音乐室管理员，而我则担任综合实践的管理任务。为了让领导看到一个干净整洁的校园，音乐室、美术室、生物室、理化实验室，不知道打扫了多少遍。还有学校有些电子档案不清楚，需要重新做，由于我们对电脑比较熟悉，我们理所当然的担起了这份沉重的工作，加班加点一直做到晚上两点多才做完，这所有的一切都不算什么，我们从中的收获也不小。

以上级方面内容是我在实习期间的总结。

这次实习体验使我受益颇多，相信顶岗会影响我的一生。我也明白了要想成为一名优秀的教师是想十分不容易的。作为一名老师，基础知识要扎实，知识面要宽广，平时要做有心人，多多细心观察生活，留意身边的事情，并将它们灵活的运用渗透于教学之中。并且经过这段时间的实习，觉得自己思想上成熟了，知识上实践了，经验上也丰富了。实习工作马上就要结束了，我还真有点舍不得。但我相信这不是终点，而是另一个新的起点。在实习中获得的经验和体会，对于我今后走上工作岗位，会有很大的帮助。经过这次实习，也提高了我的专业水平，教学水平。

大四我会准备考研，因为知识是永无止境的。对教案事业，我将带着满腔热情，不断前行。相信今后无论什么时候回想起这段经历，都会觉得是快乐的，而且永远铭记于心，永远记住我可爱的学生。

**暑假实训个人小结篇二**

我们经历了短暂的暑假实习，在这里，快乐和圆满，幻想与失落，飞扬的眼泪，不与人说的的痛苦，坚持的勇气和点点滴滴的小意思我们都有所感悟，大家在一起上班，对于我们这些一直在学校没出过校门的学生来说，这经历是让我们终身都会铭记的一段时间，这短短的时间给了我们太多太多，我们通过这工作仿佛长大了许多，大学生公司暑假实习总结。

今年暑期学校布置下来要进行实践,也就是到一家公司去实践一下,然后公司里的人员评价一下,再盖上个章就是了.正好这个暑假我也想去外面锻炼一下自己,毕竟大学里面锻炼的机会很少的,反正暑假在家里闲着也是闲着,还不如到外面去闯闯,长长见识,也是人生的一大收获.

到外面去是很累的,在这个科技发展的时代,竞争是非常强大的,那找个工作也是非常困难的,但我想只要努力就能成功的,\"毕竟只要功夫深,铁棒磨成针.\"我就带着这个理论出发了.

有句话说的好\"万事开头难\",我的暑期实践活动也不例外,开始我找了几个公司想进去参观和调查一下,可公司里的人二话没说说把我拒之门外,这是我人生的第一次,多少有些后悔,但也觉得没什么,毕竟是我的第一次嘛,我还人生地不熟的,也许每一个都是矛盾的,但在矛盾的同时,我们也在一点一滴的进步,毕竟要相信\"天生我材必有用\"嘛.

不久之后,我也找到了我实践的公司----恒源洁具有限公司,这个公司比较大,是我有生以来见到的最大的公司,一进去两边服务人员都整齐地打着招呼,从这一方面就\"十有\_\"知道这家公司的名项指标,一定是一家让我满意的公司,我也盼望着有一天能到这家公司开始我的职业生涯,毕竟工作好找,好工作就难找多了.我庆幸我能在这家公司实践,也相信了\"功夫不骗有心人\",只要只下苦功夫,每一种困难的事将在我们面前变得像泥沙一样,被风一吹就不知到什么地方去了.留下的只有空荡荡的一片自己的天空,让我一直在这个天空中生活下去.

过了一些日子,我就开始在这有公司实践了,老板,其实也不算老板吧,大概就是公司里的一个部门经理,他首先给我介绍了公司的各项业务以及名项工作指标,听到这些指标,我不由地大吃一惊,怎么会有这么的业绩的,又怎么会有这么严格的的工作指标,我猜大概就是严格的指标下出较好的业绩吧,较好的业绩打出响亮的品牌,这家公司真的不错,我是真的赚了,哈哈哈,我的上帝,我是多么幸运啊!

管理人员安排我的住宿情况,我就开始了我为期10天的实践活动,也许只有在工作中才成长,在工作中才能成熟,我会努力的,我相信我自己,哈哈,我会尽我最大的努力去把这份实践工作做好,以展示我自己的潜在能力.

我首先参观了公司的各个角落,其实也不参观,因为没有人带领我参观,我只是独自一人漫步在这个公司的土地上,眼睛四处随间地打量着公司的各种设备和高大楼房,以及那些辛辛苦苦工作的打工仔们,也许他们是最了解公司的各项指标的,四为小处见真招,也就是写作通常所说的以小见大,全面观察.我首先询问他们一个月的工资,他们说大概1200每月.也不错啊,毕竟他们是干苦力,虽然很苦,但也简单.毕竟现在是科技时代而不是远古时代,脑力的价值总比体力高.

也许光看职工们的月薪是看不出什么东西的,我应该从全局的角度去看世界,这就涉及到方法论,我要用全面的眼光看世界,所以我应该去询查一下公司各个部门的人的月薪以及奖金收入,也许这个结果会让人很惊呀,因为差距确的确是太大了,我在一天以后去寻求经理以及各个部门的部长的收入,一调查,我真的很奇怪,那个差异确实让人惊呀,他们各个部长一般是4200一个月.经理5450每一个月,为什么人的差异怎么会那么大呢?,但仔细想想也知道:这个世界就是这样的啊,我真感慨世界已不像原始那样的了,但\"适者生存,不适者淘汰\"这个道理是永远正确的啊!

随后几天,我准备到传销部打听一下公司的出口与进口的情况,但那些部门经理怎么也不肯说,所以我只能通过别的距道去完成这项实践任务,我首先询问厂里的员工,问他们每天的生产量以及出口的数量,从这些数据推断大概也就可推断出这个公司的业绩以及在市场中的地位,从这些人的口中,我知道很多让我疑惑的东西,这个公司的生产量和销售量实在是太大了,我了解了这个公司的实力,它的实力真是深不可测,让我叹为观止.

经过9天的调查实践,初步了解这个厂的各个方面,这个厂总体方面良好,只是在工资方面差距太大,让我难以想像,第10天也就是实践的最后一天,这天我没有什么事去做,只是自己去写这几天来的实践总结,以及实践报告,然后盖了个章,让经理写几句评价也就大事万吉了.经过这次实践活动,我了解许多形形色色的大道理,古人留下的东西还是有用的,毕竟在我看来是有用的.

我会永生难忘这一次实习活动,毕竟这是第一次,也是初次,就像初恋一样,是美好的,也是难忘的,虽然有点苦,有点涩,但也是有甜美的时候.只有体会过的人才觉得难忘.我会记住这次实践的经验,使它在今后的日子发挥最大的作用.我相信,我能!

这次实习，还给我提供了一个鉴定自己的机会，使自己发现了工作和生活中的不足，明确了自己较之别人的长处和优势，实习总结《大学生公司暑假实习总结》。首先，自己十分的讲求效率，无论工作多与少、无论工作轻与重，都要尽快的把事情做完，应该说这样的想法也是正确的，但与此可能会带来事情做得不够细心，可能出现一些纰漏，而我们的工作却是不允许的。因此，以后要改变自己的工作习惯，戒骄戒躁，做工作不能再马虎。

**暑假实训个人小结篇三**

很快的，暑假又过来了，面对最后一年的校园生活，想着刚刚过去的最后一个署假，紧张沉默之后更多的是感慨，印在脑海里的每一个足迹都是那么的深，真的说不出是什么感觉，伴着时间，就像是在和自己的影子赛跑，不可能从真实的两面去看清它，只是经意不经意的感受着有种东西在过去，也许更适合的只有那句话：时不待我，怎可驻足。

两个月，短短的两个月，说不上是每一份经过都会成为内存，但紧张沉默之后更多的确实是感慨，

暑假期间，我在广东东莞的一家电脑公司做教师，主要是教那些比较简单实用的办公软件，本来开初都没想到自己一个学英语专业的竟会去做电脑教师，于是真的觉得老师那句话的实在，在学校，学到的任何一种知识都是一种有用的贮备，虽然在平时看来学的很多东西总感觉与自己的想象很遥远，但说不不定就在某一刻显现出来。这也许就是有些师哥师姐说的在工作过程中总觉那些东西在学校见过，但却己经忘了，擦肩而过。想起这，真的得感谢在校期间学的那些本专业的那些另外的知识。

以前也想过，学我们英语专业的，也许以后最起码存在那种机会去走向讲台，所以，这短短的两个月的经历，对我来说，无疑是一个很好的煅练，而且，专门机构统计的现在的毕业生出来后只有极少的一部分会做与自己专业相符的工作。因而，在工作的过程中， 我都在不断的提醒自己，不断的对自己要求，把手上的活，当做是自己的本职工作，而老板常常强调的就是每个员工都必需要有认真负责的态度去做事，我也觉得这是以后无论做任何一份工作都会收到的要求。

因为公司的员工都是即训上岗，所以，一直没有又休，而且在工作期间最大的体会就是，作为一个教师，或者说是一名授课者，最大的考验就是耐心，有的时侯，一个问题还得重复很多遍，这个时侯，就不能只站在自己的角度去想它，而应该站在对方的角度去看，去感受，慢慢的但有了分冷静的习惯，这也是在这很短的工作中得到的很大的体会。

在工作之余，我还经常出到外面去看看，也算是一种见识，东莞是一个新起的城市，但它却己走在了中国城市建设的最前端，在这种地方，看得到更多的机会，更多的挑战，有时会把自己与那些出入写字楼的同样年轻的人比较，心里真的感受到那很明显的差距，当然，这种差距并不是一时一日而起，所以，出到外面，一个正确的心理定位但显得格外重要，不然，常常因为比较把自己看得很不平衡，而迷失自己的方向，那些在我们前头的人们，可以当作是榜样，但不可过多的去计较，自己能做到何种程度，应该有一个很明了很中性的认识，不能过于攀比，更不可自以为是。

因而结束工作的时侯，心里就有一种很渴望的感觉，明白了自己与社会所需的要求，因为现在毕业求职，特别是对于像自己一般的人，更多的时侯是社会，职业选择自己，面是不是更多的自己去选择职业，这应该就是所谓的先就业再择业吧。

以上就是我署假的实习报告，可能并不是一份很规范报告，但确确实实我这两个月工作中的感受。

虽然那份工作并不与自己的专业有很大的接口，但我认为，无论任何一种偿试，都是对自己以后很宝贵的充实。

**暑假实训个人小结篇四**

时间如脱弦之箭，大学的三年已经过去，这是我学生生涯中唯一的一次实习生活，也是对我三年来所学专业知识的大检验。想想自己的大学生活仿佛做梦一样，就那样的淡淡的逝去，自己不是没有珍惜，但是感觉自己没有好好的包握住那段时光。

通过实习我觉得要想成为一名合格地工程人员，首先要端正自己的态度，从学生步入到一名技术人员，在学校中的任务就是认真学习，而在工作中的任务就是要认真对待自己的本职工作，认真的完成好每天的任务。其次就是要认真的学习，在现场和学校有着很大的不同，学校所学的是一些基础理论，而在现场所学的是一些技术经验，要想自己的技术水平有所提高，只有勤而好学、虚心请教才行，而我在现场有着得天独厚的优势，工程的刚刚起建使我能学习到每一个施工阶段，让我对一栋楼的建设有了更深刻的了解。再次就是要努力工作，对于我现在就是要勤跑现场，学习每一个分项工程的施工技术和施工工艺，这样才能使我对知识的理解和运用有所提高。我报道的时候，工程还没有开工又是安置小区，所以说应该是赶上了一个好的时机，能够让我从头开始学习。一共有8栋楼还有车库的建设，我刚到工程还没有动工所以我的主要任务就是看图纸、学习图集、规范，从学校学习的这些知识也正好派上用场，虽然在学校学习的比较浅，但是对于我们的帮助是巨大的。

刚刚来的时候看图纸真的很肤浅，我只能看明白一些表面的东西，对于一些复杂的细部的结构自己很难看的透彻。不过在通过自己慢慢的努力自己已经从一个大概的框架慢慢的渗透进去。工程的动工是在三月十九号，分给了李工和我 23#、24#两栋楼，我首先经历了清理桩间土。虽然清理桩间土比较简单，但其中的注意事项也非常重要。通过现场的清理桩间土，我明白到表面要做到刮平，没有虚土。有回填土的地方要挖出来用灰土或者混凝土进行处理。有小局部的坑洼地方要做小的四方槽。清土要尽量避免碰桩、挖桩。如果桩发生了断裂要要把有问题的部分刨出来切割后扩大桩的直径用混凝土进行修补。而后就是禄石垫层的铺设。褥垫层是在承台下设置的粒径为 10～20mm 的碎石，是桩体复合地基形成的必要条件，没有褥垫层，桩间土不能充分发挥其承载能力，因而也就不能形成桩体复合地基;铺好褥垫层要进行夯实，夯填度(夯填后的褥垫层厚度与虚铺厚度的比值)不得大于0.9。铺完禄石垫层又做了10mm厚的混凝土垫层。垫层是设于基层以下的结构层。其主要作用是隔水、排水、防冻以改善基层和土基的工作条件。垫层上应该做找平层，但我们为了方便直接把垫层做平后直接做防水层，我们工程上用的是 k\_\_ 水泥基渗透结晶，它是由特种水泥、石英砂及多种化学物质合成的防水涂料，通过遇水渗透混凝土中形成不溶于水的结晶体，堵塞毛细孔道，从而使混凝土达到密实提高防水效果。施工前应充分打扫湿润混凝土基层，然后开始涂刷，每涂刷一遍进行养护，等固化上强度后可在涂刷

然不可能把所有图集背过，但也要把经常经常用到的数据要熟记于心。钢筋的下料和制作也是一个重要的环节，有许多细部构造要计算清楚，对一些变更要牢记，否则会使工程产生质量上的问题。模板支护和混凝土的浇筑也是整个工程的重点。只有保证模板的垂直、平整、支撑牢固才能使混凝土打的符合质量要求。混凝土的注意事项比较多，但最主要的就是要振捣密实，及时浇筑避免产生冷缝。而后就是混凝土的养护。在混凝土浇筑完毕后应及时养护，避免混凝土硬化时缺水产生的裂缝。工作的这三四个多月里使我最大的收获就是自己的成长，不在像以前那学生那样，虽然现在还是学生，但自己在对与人的相处和处理事情上已经有所改变。我不敢说自己的进步有多大，但我自己在一天天的锐变。时间增加的是人的年龄，而人的成长是依靠的人的阅历。在这工作的三四个多月中，自己从一个旁观者，慢慢的变成一个参与者，这和我的积极主动是离不开的。就像一棵小树，要想成才，不仅仅依靠的自己吸收的那点养分，而更多的是经受住了风雨的锤炼。我在项目部有各位老师的教导;在现场有处理一些小问题、检查他们工程质量的锻炼。使自己在独自面对问题上能够很好的处理掉。虽然自己的成长在各位的领导和老师们的眼中有点慢，但自己一步一个脚印的努力向着目标前进。

现场是一个大舞台，形形色色的人都有。作为一个施工方，工作上就要软硬兼施，做事要圆滑，处理事情就要对事不对人，只有这样才是做好工作的基础。这也是一个管理的方法。但对于我一个刚刚步入社会的青年，就应该虚心请教他人，态度诚恳，这样别人才会愿意给你讲解。就像负责23#、24#楼的钢筋扒料的李工、管质量的于工、技术负责人的刘工，通过和他们的交谈让我学到了许多知识，使我受益匪浅。两个楼基础更让我学到的了一些知识，大到混凝土的顺浇就能使整个楼偏移至少4公分，小到拉毛的注意事项、冷缝形成的原因。这些对我来说是一些宝贵的知识和经验。所以我想告诫我的学弟学妹们，在外不是那么的随心所欲，你只有低头做事，抬头做人才能对你的成长有所帮助。在现场我学的是施工工艺，而我的师父教导我的就是技术和经验。他就像我的行路灯和垫脚石，我的成长有多高和他给予我的教导是分不开的，他们一点点的让我认识到了图纸与现场相结合的重要性。面对着钢筋的错综复杂，我们只有不厌其烦的认真观摩，才能清楚地明白其构造。对于图集上的不解、图纸上的困惑，我们只有虚心地请教他人，才能使我们对于一些不懂的知识了解的不再那么的片面，最重要的是学会了方法使自己受益无穷。通过这次三四个月的工地实习，我不但掌握了一些不懂的施工技术问题，而且也巩固了我在学校期间所学习到的理论知识。在实习中我们发现理论与实际相差较大，但主体的还是按要求和规范进行。我们所学理论知识虽然不少，但在工作时还是力不从心。我觉得老师所传授的内容虽然多、广、博，但是我学习到的只是其一部分，或者是一些基础，要想真真正正的掌握所有理论知识，只有通过现场实践，才能跟好的去理解记忆。

在这工作的这些日子里使我改变最大的就是角色的转换，不在是一名学生，而是一名工程上的技术人员。从工作中不仅学到一些新的知识，也巩固了在校期间所学到的理论知识。以前对一些施工技术要点，只是粗略地知道，而其具体的施工环节，具体的施工步骤如何，却是知之甚少，但是通过工作，我已近基本掌握了这段时间所看到的施工技术和具体环节及详细步骤，这样不仅提高了自己的理论水平，也增强了自己的实际操作能力。通过工作使我认识到了沟通交际的重要性。建筑行业是一个涉及人非常多的行业，你将会接触到各种各样的人。

面对一个这样复杂的交际圈，你可以从他们身上学习到很多宝贵的经验，提高自己的能力，同时也可以通过不同的接触对象，增强自己的交际能力，让自己在以后的生活中更加自信，更加坚强!

**暑假实训个人小结篇五**

作为一名大学生，社会实践是我们在大学生活中的一个重要环节。尽管暑假基本上都是高温天气，但是我们都应该充分利用假期时间做一些对自己而言有意义的事情。用了半个月的时间，我去了当地的一所中医院开展个人形式的暑期社会实践，主要以实习为主。因为护理专业的实际操作很重要，实践性很强，所以实习能为大二的学习作一个实践认知上的铺垫。虽然半个月的时间很短暂，但是我学到了很多有用的东西和临床护理的小知识，积累了一些社会经验。实习，不仅是学习，更多的是体验护士的工作，我不仅是去学习实践，更重要的是去观察护理前辈们技术上的操作，服务病人的方式以及工作态度，不论是实习生、护士、护师、主管护师还是护士长。虽然她们的职称不一样，但我相信在她们每一个人的身上都有值得我学习的东西。

7月7日，带着介绍信，来到县中医院护理部希望能获得一个实习的机会，护理部主任很直接地就答应了，这算是人际沟通能力上的一个鼓励，提高了我对实践开展的自信心和积极性。第二天，主任把我安排在相对轻松一点的骨科进行实习。科室的护士长了解情况后为我安排了一位指导老师。第一天实习对工作环境、工作内容、服务程序以及这里的医生护士都很陌生，处于不知所措的状态。就看着一个前辈冲药。她先把药都取出，扔掉包装，那些废弃的包装装满了一篮子。然后逐一分类，逐一打开，动作娴熟迅速，装药粉的小瓶子和装药水的小瓶子都很快被她拧开了，在每个瓶口用碘酒消毒，然后用一次性注射器先取出小部分氯化钠或葡萄糖，注射到药瓶中，混匀成溶液后取出注射回盐水袋中。所有过程均为无菌操作，最后分类装车，并插好注射器。小推车上摆放着注射器和盐水袋，还有消毒液，消毒剂，止血带，胶布，创可贴，棉签，患者用药巡视单。

指导老师倒是比较负责，去输液的时候就把我叫上跟着去了。我发现她的操作还是很严谨的。操作前先询问病人姓名并进行核对，然后找静脉打针。打针的过程如下：为患者绑好止血带后，患者握拳找到静脉，难找的需要进行拍打，静脉细的要改用细针头。消毒过程，棉签先用碘酒后用酒精，扎针，见到有回血即可，然后在针头处贴好创可贴，再分别贴上纸胶布固定。完了以后再核对一遍患者姓名，做好三查七对。每次都是如此，有时候还会跟患者或者患者家属聊几句，增进护患关系。这些都是最基本但也是最实际的。我明白了不管做什么，基本功一定要很扎实。

实习虽然枯燥，闲暇的时候用看报纸打发时间，有些时候实在无事可做，就在过道上走来走去，转悠转悠。这样的时间总归是少数，半个月的实习过程中，我学到了很多临床的操作知识。比如说：头皮针，虽然是扎头部静脉，但是小孩子的静脉并不好打，而且爱动爱哭闹，要非常细心地打，固定的时候要用纸胶在头部缠上一圈。留置针也是实习中了解到的，以前从来没有接触过，主要是针对静脉不好打的老年患者，能减轻打针的痛苦，减少打针的恐惧感。膀胱冲洗也是第一次接触，我看着老师细致地操作，心生敬佩。对那些排尿困难的患者，膀胱引流应该做到使患者舒适、排尿通畅而不引起细菌病毒的感染。

此后几天依然收获颇多。从输液准备中学会了使用注射器抽取生理盐水，学会了怎样插注射管，哪些要把开关关掉。输液的时候虽然帮不上多少忙，但也学会了怎样核对巡视单，认识了输液时用的很多器具，在实习的同时发出疑问，然后及时向老师请教。我觉得提问很重要，当遇到不明白的地方时，一定要多问，在问的同时，就增添了和老师交流的机会，这样，不仅问题解决，也很快融入了集体。现在的社会是很现实的，一定要勤学好问，多与人交流，以诚待人。

护士的工作是繁琐而连续的，好多琐琐碎碎的工作，医院又时刻离不了护士，所以很深切地体会到一名一线护理人员的不容易。这些琐碎的工作，让我的实习增添了许多内容。给病人测体温、测血压、测脉搏和血氧饱和度都是很常规的工作。对医嘱的时候，了解了bid、qd、qn等字母的意思。排空气、铺床、测血糖、注射胰岛素、入院宣教、病历的制作、术前备皮、病人翻身换床单、拔针、接瓶、处理医疗废物、发中药等等都是实习时了解或学到的内容。首先排空气，我做的并不是很好。到病人床边挂上，把静滴关掉，然后捏出滴水的地方下边的管子朝上，排出上端空气，然后打开开关排出下端空气。我排了好多个没有几个是成功的，只有一个算满意，但是排了好久。铺床是下学期要学习的内容，可是已经练习过了，铺病床是有些不一样。测血糖的时候，老师说不可以用碘酒消毒，只能用酒精。胰岛素注射的位置也知道了。制作病历的时候发现一份住院病历由好多表格、记录单组成，医生护士每天都要用到，是很重要的资料。拔针这些工作做了很多，老师教了一次以后都放心地让我操作，但我还是很小心翼翼地为患者撕开胶布，然后拔出，拔的时候必须动作迅速，及时按压贴创可贴的部位，防止针头伤及他人或者自己。处理的时候要把两头的针头剪下，然后分类丢弃。发中药的时候必须喊患者姓名并且下达用药医嘱。这些都是锻炼胆量和细心的。

实践的另外一个方面是可以学到在学校里学不到的东西。人际沟通，社会经验就是很重要的内容。在同一个科室要处理好医护关系、护患关系，更重要的是要处理好同事之间的关系。在医院会遇到各种各样的病人和病人家属，各种情况都在考验一个护士的应变能力，我们要用耐心和责任心去对待每一个患者，要以理让患者家属信服。最有体会的就是有一位患者出现厌倦治疗的情绪，老师很幽默地劝他，晓之以理，动之以情，发动家属的力量，好说歹说给他打上针，按上心电监护。这就说明护士对待病人决不能情绪化，不能意气用事，要站在患者的心理来考虑问题。形形色色的人很多，怎样与人打交道也是很重要的。这些都是实习积累的一点社会经验。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找