# 毕业实习个人心得体会20243篇(&quot;实习收获：职场启蒙与人际沟通&quot;。)

作者：心灵之音 更新时间：2024-03-28

*本文是一位2024届毕业生分享关于实习的个人心得与体会。通过实习，她学到了许多专业知识和实践经验，也开拓了视野，积累了人脉资源。这次实习为毕业后找工作打下了坚实的基础，更让她更加坚定了自己的职业方向和理想。第1篇自参加工作以来我始终要求自己*

本文是一位2024届毕业生分享关于实习的个人心得与体会。通过实习，她学到了许多专业知识和实践经验，也开拓了视野，积累了人脉资源。这次实习为毕业后找工作打下了坚实的基础，更让她更加坚定了自己的职业方向和理想。

第1篇

自参加工作以来我始终要求自己努力的博览群书，广泛吸纳各方面的新知识、新信息，勤钻研、多思考，不断丰富自己，提高自己，用扎实过硬的理论知识迎接我所经历的每一项工作。我先后撰写论文四篇，其中一篇刊登在国家级刊物上，三篇刊登在省级刊物上，主持完成市级科研立项一项;参与完成市级科研立项一项;参与中检所科研立项两项。参与过广东省药检所的多项进口药品质量标准的复核。

本人通过半年多的护理工作实习，在带教老师的悉心指导与耐心带教下， 认真学习《医疗事故处理条例》及其法律法规，并积极参加医院组织的医疗事故护理条例培训，多次参加护理人员学习，通过学习使我意识到，法律制度日益完善，人民群众法制观念不断增强，依法办事、依法维护自身的合法权益已成为人们的共识，现代护理质量观念是全方位、全过程的让病人满意，这是人们对医疗护理服务提出更高、更新的需求，因而丰富法律知识，增强安全保护意识，并且可以使护理人员懂法、用法、依法减少医疗事故的发生。理论水平与实践水平有了一定提高。

在实习过程中，本人严格遵守医院规章制度，认真履行实习护士职责，严格要求自己，尊敬师长，团结同学，关心病人，不迟到，不早退，踏实工作，努力做到护理工作规范化，技能服务优质化，基础护理灵活化，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，护理工作有措施，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，全心全意为患都提供优质服务，树立了良好的医德医风。 在各科室的实习工作中，能规范书写各类护理文书，及时完成交接班记录，并做好病人出入院评估护理和健康宣教，能做好各科常见病，多发病的护理工作，认真执行无菌操作规程，能做好术前准备指导，并完成术中，术后护理及观察，在工作中，发现问题能认真分析，及时解决，能熟练进行内，外，妇儿及重症监护等各项护理操作，严格执行三查七对，同时，本人积极参加各类病例讨论和学术讲座，不断丰富自己的业务知识，通过学习，对整体护理技术与病房管理知识有了更全面的认识和了解。

通过半年多的实习，本人理论水平和实践水平都有所提高，在今后的工作中，本人将继续努力，牢记护士职责，不断加强思想学习与业务学习，全面提高自身综合水平，为患者提供优质服务。

第2篇

时间稍纵即逝，转眼已是四月，我们护理实习快接近尾声了。回顾这一路走来，心里满满地装着丰收的喜悦，每天都在进步中，日子过得忙碌，倒也安静踏实。想起刚进临床时候的自己，带着对实习生活美好憧憬和期待来到湖北省人民医院(武汉大学医学院附属第一医院)，心中怀揣着满满的激情;不觉当中九个月的学习时光悄然过去了，收获颇丰，下面我对自己的实习生活做一个总结。

在这短暂而又漫长的九个月中，我按照学校教学办公室所规定的要求，总共轮转了13个医院科室，其中包括内科、外科、儿科、妇科。这近一年的实习是一个医学生走向医务工作最重要的过渡。实习生的工作无非就是和正式工作一样的参与，治疗班给病人作治疗，配药打针及各项专科护理操作，主班就帮病人拿药，送病历，请会诊，副主班就是坐在电脑面前为病人记账，打印输液卡，贴瓶签，护记班就写护理查房，补护理记录等等，内容看似简单枯燥，但是过程却烦琐冗长，等忙完了这一切，这一天的光景就结束了。

时间寸土寸金，只有晚上的时间才是自己的。面对一天的工作，总结是很重要的，头脑中必须强迫自己回忆一天发生的事情：某某床病人今天添加了什么药，又撤除了什么药，增加了什么药的剂量，又减少了什么药的剂量，可为什么教授要更改这些药品的使用呢?该药品的使用指证又是什么呢?有时候，教授会故意不告诉我，锻炼一下我的思考能力，我就从它的临床症状和体征入手，一个个的对着来，可是往往出差错，第二天跑去告诉教授，常常受打击，但也就是这样的打击，我才把这一个个的知识点牢固地刻在了心里，即使在以后找工作的三个月中，我也没忘记，回到临床上来，跟三个月前的一样。

在既往的实习岁月中，我不断的感受到内科与外科的强烈不同，其中一个重要的不同点就是：内科强调诊断的思维，而外科强调手术治疗的过程。针对病人身上的某个症状或体征，内科往往考虑多种疾病。拿急性腹痛做一个例子，内科医生往往考虑的不仅是简单而常见的胃肠溃疡穿孔，还有急性胰腺炎、急性阑尾炎、急性心肌梗死、胆道疾病、肠梗阻、宫外孕等等，这些疾病的确诊需要我们医生做详细的病史采集和体格检查，除此之外，还必须辅以实验室和影像学方面的检查，逐步排除相应的疾病，最后得出明确的诊断。

我的临床教授曾这样对我说过，“内科医生有时就像是一名侦探，想尽一切办法和手段去寻找病人身上的蛛丝马迹，最后抓出‘作案真凶‘。”这无疑揭露了一位内科医生的工作实质。所以说，内科不光是要学会处理多少个疾病，更重要的是对一种疾病的一个严谨的诊断思维，不断的总结，每天都在进步，就像蝉蛹一样，一层一层地蜕变，最后一定会变成一只美丽的蝴蝶。医学路漫漫，吾将上下而求索，而待宝剑锋从磨砺出，梅花方可香自苦寒来。

在这近一年的临床实习中，我深刻地感受到：护理，不仅是一个专业性很强的学科，而且是一个综合性很强的学科，作为一名护士，除了专业知识和技能过硬之外，个人的品德和作风都要体现着大家风范。古时的文人都以“悬壶济世”、“妙手仁心”等成语来形容医生，近代也已“白衣天使”来形容护士，可见护士和医生同等的重要。在心血管内科实习中，我亲眼看到黎教授不顾辛劳，为一个个诊断不明的病人跑上跑下地请会诊;考虑到病人的经济情况，他在不影响治疗效果的条件下往往选用最便宜的\'降压药或降血脂药。

在呼吸内科的实习中，我曾亲眼看到丁续红教授把两百块钱塞进一位丢了治疗费的穷苦支气管扩张的病人手里。这一幕幕的场景深深地烙在了我的心里，让我相信，一位医生绝不是只看病人的钱救命的黑心人，而是有血有肉、无私奉献的白衣天使。在他们身上，我看到了热情、看到了责任心、看到了真诚的一群在生命线上努力挽救生命的兢兢业业的老实人，人类的伟大莫过于此。

在这一年的实习过程中，我和小组的其他实习成员总共经历了三次教学查房，虽然花了我们许多精力和时间来准备，但是我们却收获了许多课本上看不到的临床知识，加深了我们对疾病的理解和认识，打开了我们诊断疾病的思路，现在想来，真是很感谢那段忙碌的时间，给了我们许多学习的机会。另外，在心内科专业科室轮转的半年里，我还有幸为几位外国留学生担当临时教师。刚开始的时候，确实有点担心，因为自己从没跟外国人交谈超过十五分钟，而这次却要给他们讲课，真是难啊!可这时，黎教授在旁鼓励我，说不怕，你一定行。

我当时将信将疑地，也就壮着胆子去了。刚开始介绍病人病情的时候，还真是有点难的，虽然每个疾病的专业表达方法我都知道，但是如果连成一句话，又要符合美语的习惯，还真是要斟酌斟酌，我就这么慢慢地，一个单词一个单词地往外蹦。看着那群外国留学生的眉头一直在紧锁，我真是捏了一把汗，下决心对自己说，要快点把单词连成句子，绝对不能给老师丢脸!就这样，慢慢地我的语速就加快了，最后我发现，那群留学生的眉头舒展了，眼睛发亮了，我知道他们弄懂了我说的意思。在临走的时候，他们个个竖起大拇指，称赞我说，你的英语真好。我笑了笑说了声，谢谢!

实习即将结束，除了总结自己的收获外，也对自己的不足做个总结。在与人相处上不够大方，发言较少，在学习时遇到的问题不够主动询问，有时在处理事情上不够细致等，这些都是自己需要注意的，因此在今后的工作学习中一定要努力提高自己的各方面能力，定好目标，踏实前进。

第3篇

光阴似箭，转眼间临近毕业.那时感觉理论这么简单，想必操作起来也并不难，但事实却并非如此.当我来到工作岗位时，才发现理论与实践的结合并非易事.于是，我在将理论知识学习之后，终于迈进了我们期望已久的“实战”中.

当我踏入工作岗位后，首先给我们讲的就是安全问题.在现场如果忽视了安全问题就很容易发生公伤事故，当然承受痛苦的也是自己.因此，我们每天上班集合时都会一起喊口号：“安全第一”.为的就是要告诫我们自己不论做什么事都要三思而后行，更不要完全依靠自己的感觉和经验做事.

2、学会正确的焊接，并能正确使用一种焊接工件方式.

在实习过程中，我从技术，团队合作，专业素质等方面都有了极大的收获 .从技术方面来说，这次实习给了一次我将所学知识进行运用来解决实际问题的机会，在实习过程中，许多原来并不熟练的知识逐渐被清晰的理解，许多原来没有重视的方面也得到了巩固，更在发现及解决问题的过程中学习到了不少新东西，在课本中所提到的技术要求之外，我在以下几个方面我有了比较深的体会：

(一)、是由于是同组合作，所以在实习程中团队精神就尤为重要，首先要拟订准确的计划，分工明确，在工作过程中我们不但要做好自己的工作，还要考虑同组人的工作，尽量要为别人带来便利.小组成员的合作很重要，小组的气氛很大程度上影响工作的进度.

(二)、是在实习前一定要及时预习相关理论知识，在实习过程中要细心，避免由于方法错误而造成的错误和误差.并做到步步有检核”这样做不但可以防止误差的积累，及时发现错误，更可以提高工作的效率

(三)、是焊接过程中的计算必须要非常仔细，因为没一个小错误都可能导致整体的错误，误差的检验也是很重要的，一切数据都必须控制在可允许的范围内.

通过实习，让我学到了很多实实在在的东西，很大程度上提高了动手和动脑的能力，同时也拓展了与同学的交际、合作的能力.一项工作要完整的做完，有时单单靠一个人的力量和构思是远远不够的，只有小组的合作和团结才能让实习快速而高效的完成.

1、简介：焊接，就是用热能或者压力，或者两者同时使用，并且用或不用填充材料，将两个工件连接在一起的工作方法.

2、焊接种类：钎焊、氧—乙炔焊、co2保护焊、氩弧焊、手工电弧焊.

1)防触电：工作前要检查焊接机接地是否良好;检查焊钳电缆是否良好.

2)防弧光灼伤和烫伤：电弧光含有大量的紫外线和红外线以及强烈的可见光，可对眼睛和皮肤有刺激作用，焊接过的共建不要用手触摸，敲击焊渣时，要用力适当，注意方向.

4)设备的安全，交流的弧焊机.焊钳不要放在工体上或者工作台上，以免短路烧坏焊机.工作中，如发现高热现象或焦臭味，立即停止工作，关掉电源.

4、工艺：1)引弧：接触法.轻轻接触，迅速提起2—4mm.2)运条：把握好焊条角度，基本上垂直于工件，而向前进放行倾斜5—15度.前进速度要缓慢，均匀且呈直线状.3)结尾段弧形，降温，在引弧.

(一)、基本知识： 交流电焊机和直流电焊机的大致结构及应用.

手工电弧焊引弧、 平焊、 气焊火焰的调节极其应用、 气焊、气割.

在我已开始所接触到的这些工种里面，焊工是最轻松的活.因为我们可以不必像前几次那样站着工作，我们可以带上专用的皮手套等，坐在工作台前一本正经的学习焊工技术.当然，这也是一门学问，而且，学问很大.焊接的技术很宽泛，而我们学习的只是平焊一种，也就是最简单最基础的焊接技术.但就算如此，也是困难重重.那小小的焊条，仿佛就是跟你过意不去一半，有时候已经接触了工件，却偏偏不无法引起电弧，左右折腾半天，仍然不知所措.有时候，好容易弄出来火花了，拿着焊条一路顺利的焊接了下去，摘下帽子一看，全傻了眼了，不知道焊的是什么，全变形了，这就是老师所说的掌握不住高度和速度的问题，也就是经验不够.当然，焊工最重要的还是安全问题.因为它的高温，一不小心就触伤了皮肤，也因为它的电弧光，对眼睛的伤害相当严重.通过这次实习，我主要总结了以下几点经验：

1、实习是我们学习期间的非常重要一部分，通过实习使我对专业知识有了更进一步的掌握，使我的理论知识和生产实践相结合，把知识应用与实践，在实践中巩固知识，为要走上工作岗位的我们能更快地适应自己的工作做好的铺垫.

2、通过实习，我们要切实了解现实工作与在学校理论学习的不同思路，不同方法，我们要以新的面貌、新的姿态、新的思维方式，最快地融入工作，适应工作的要求.

3、实习的过程中，我不仅要看到理论与现实的差距，更要看到它们的联系，看到两者的重要性，我不能放弃任何一个，我们不能放弃理论，反而要在现场工作中加强理论学习.

4、认识到严格服从领导指挥，按时上下班，坚守岗位和敬业精神的重要性，为以后的工作打下良好基础.

实践是学习生活的第二课堂，是知识常新和发展的源泉，是检验真理的试金石，也是锻炼成长的有效途径.一个人的知识和能力只有在实践中才能发挥作用，才能得到丰富、完善和发展.想要快速成长，就要勤于实践，将所学的理论知识与实践相结合一起，在实践中继续学习，不断总结，逐步完善，有所创新， 并在实践中提高自己由知识、能力、智慧等因素融合成的综合素质和能力，为自己事业的成功打下良好的基础.

在实习期间我有很深的感触，，让我提前体验到不易，获得了课堂里边得不到也想不到的知识，也许将来不会走上这个岗位，但是现在所学的知识和感受却是终生难忘.虽然脏点累点，这些都无所谓，重要的是我们有了收获、也有了成果.

在以后的工作中，更多的是需要我自己去观察、学习.不具备这项能力就难以胜任未来的挑战.随着科学的迅猛发展，新技术的广泛应用，会有很多领域是我未曾接触过的，只有敢于去尝试才能有所突破，有所创新.就像我接触到的焊工，虽然它的危险性很大，但是要求每个同学都要去操作而且要做出成品，这样就锻炼了大家敢于尝试的勇气.另外看似简单的拆装焊接，都需要我们细心观察，反复实践，失败了就从头再来，培养了我们一种挫折感等等.这次实习带给我们的\'，不全是我们所接触到的那些操作技能，也不仅仅是通过几项工种

所要求我们锻炼的几种能力，更多的则需要我们每个人在实习结束后根据自己的情况去感悟，去反思，勤时自勉，有所收获，使这次实习达到了他的真正目的.

在实习过程中，我真的明白了许多，许多在学校掌握不到的东西，我非常幸运我能得到那么有效的实习.实习让久在课堂的我切身的感受到作为一名工人的苦与乐，同时检验了自己所学的知识.实习工作更让我深深地体会 到人生的意义——世间无难事，只要功夫深，铁杵磨成针!

总之，经过这次的实习，让我深深的体会到理论与实际的差距，更重要的是，要懂得怎么去处理好人际关系，这也是自己学习和发展的桥梁.

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com