# 实践鉴定表自我鉴定优质7篇

来源：piedai.com 作者：撇呆范文网 更新时间：2024-04-17

*通过自我鉴定，可以发现自己的优势和潜力，自我鉴定是通过审视自己的行为和结果，评估自己的绩效和进步，职场范文网小编今天就为您带来了实践鉴定表自我鉴定优质7篇，相信一定会对你有所帮助。实践鉴定表自我鉴定篇1每次的实践总是伴随着辛劳和收获。对于在*

通过自我鉴定，可以发现自己的优势和潜力，自我鉴定是通过审视自己的行为和结果，评估自己的绩效和进步，职场范文网小编今天就为您带来了实践鉴定表自我鉴定优质7篇，相信一定会对你有所帮助。

实践鉴定表自我鉴定篇1

每次的实践总是伴随着辛劳和收获。对于在校大学生而言，经过开展社会实践是我们现阶段接触社会的唯一途径。由此可见实践对我们的重要性。没有例外的，在这个暑假里，我自愿参加了实践活动，很高兴的，医院领导也供给给我了这个难得机会。这次我的目的地是社区里的一个卫生诊所。为期两个礼拜的见习就这么开始了。

刚开始的时候什么也不懂，虽然坐在药房里，可是应对五花八门的药品还是犯起了头晕，此刻的药品鱼龙混杂，虽然有些药品的成分几乎是一样的，可是商品名字却南辕北辙，随之不一样的还有价格。说真的要熟悉起来还真是一件不小的工程。

一切都得重头开始，大概由于有药理学的基础吧，熟悉药品对于我而言是很快的，就一午时的时间，对药品的掌握已经差不多。刚看完病的病人把处方一递给我，我就能准确的明白上头的药的具体位置。我满是得意的，但好景不长，我很快就原形毕露了，毕竟一午时的时间并不能把所有的药品全记住的，这需要一个过程。

社区诊所的工作琐碎并且复杂，不仅仅包括平常的门诊，还包括了社区慢性的管理和随访，还有每周一次的社区开放日。我的另一份工作就是输录居民的家庭健康档案，也许在这一块浙江省是走在全国的前列，无论是软件或者是硬件上的条件，居民档案的完善程度是比较高的。

我粗略的看了一下那一份份档案，大到姓名，疾病，年龄等，小到运动量，食盐量，吸烟及喝酒史等，分门别类，杂而不乱。现今要把档案录入电脑，通常厚厚的纸质档案变成了看不见得数字字码，这是一个很有意义的过程。比方一位居民前来就诊，此刻我们能够直接调出与他相关的档案，避免浪费询问他的病史、个人情景的时间，也避免了因为他的遗忘或者我们医务人员的疏忽可能引起的错误，并且也能够根据他的个人习惯提出相关的注意事项。

慢病的管理是居民健康档案的一部分，将高血压分为三级，初级、中危和高危。对于高危病人我们的处置是每月上门，量个血压，寻问病情。而在实习期间我也按照医师的安排去了好几位居民家里，在为他们量完血压之后又跟他们聊了一会天，我发现有些老年人子女不在身边，一看见我就拉着不放了，向我倒苦水，而我则选择耐心的去倾听。

之后拜访了好几位居民，因为都是一些高危级别的高血压，所以我发现他们同时服用好几种降压药，并且多数为老年人，一般来讲老年人少锻炼，急性发病的危险因子是比较高的。我拜访的居民中有一位因为中风不能说话且伴有左偏瘫，常年卧病在床，瘦骨嶙峋，能明显的感觉到她的肌肉已经有了相应的萎缩，应对这样的病人，我们大概也只能定时翻身，替她按摩而已。一连下来我已经拜访了许多居民家里了，相应的我与病人之间的沟通本事有了一大提高，这是我有能明显感觉到的。

挂号，门诊，收费，发药，对这一流程我逐渐熟悉起来，也能单独胜任这些工作了。当然了，我抽空还学会了替别人测测血糖的。一般来说发药的环节比较容易出错。一来发错药容易使不知情的患者吃错药，二来发错药使库房数目不齐。总之发药的时候要格外注意的。我就犯过几次错误，还好及时发现了，没有造成什么意外。所以以后在这方面我还要继续下功夫。

怎样明白考验在接下来的几天之内到来了。由于管理药房的护士请假了，我的临时充当一下了呗。一时间我应接不暇，在忙忙碌碌中我感觉到了身为一名医务人员的艰辛。这项工作关系到总总多多的方面。我在药房的工作不允许有一丝的失误，在顶着高要求的压力下，我莫名的感到了职责重如泰山。

毕竟一个药房的工作交给我一个人，虽然有钱医生的收尾工作，可是我还是挺有压力的，一向暗中自我提醒自我不能犯错什么的，发药的时候将处方与自我拿着药反复查验好几遍才发出。收费也是同样的，关于收费这方面我一般是比较感冒的，所以在这方面我采取了更稳妥的方式——用计算器。令人惊险的几天一过，我大大的松了一口气，没有出现什么明显的失误还是让我比较振奋的，这几天神经高度紧绷，在这个时刻也得到了松弛。

两个星期的实践时间突然对我而言是那么的短暂，我突然有点依依不舍了。实践活动供给给了我们大学生增加进一步了解社会，培养自我适应社会的本事，学习技能的一种机会。每次实践的机会我都会很珍惜，珍惜这来之不易机会。期望以后能有更多更广阔的空间供我们大学生发挥自我的才能。

实践鉴定表自我鉴定篇2

我认为，在这个充满激烈竞争的社会，需要学习的东西不光停留在书本，生活在现实中就应将自己摆在适当的位置，正确公平的估计自己，把今天当成一个新的起点，从头开始，过去的就让他过去。

我总喜欢挑战一些新鲜事物，因为只有选择有价值有意义的事，勇敢的去尝试，才能不断发现自己的不足，只有不断学习，才能努力赶上。优胜略汰是社会进步的法则，超越压力，战胜自我是我人生的奋斗目标，工作面前，我积极肯干，认真负责，喜欢在乐观中进取，用微笑面对人生。我最喜欢的一句格言：“从成功里得到自信和快乐，从自信里得到快乐和成功，从快乐里得到成功和自信。” 虽然自己资质平平，卑微鄙俗，成长的历程艰难险阻，但我相信，带着微笑，不懈的努力，定能战胜一切!

今年暑假我参加了社会实践活动，虽然一个月的时间活动让我觉得很累很辛苦，但我从中锻炼了自己，并且学到了很多课堂上学不到的东西。也通过一个月的实践，使我有了些关于社会基层建设的。

炎炎夏日列日当头。正是因为有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，同基层领导谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，理解了“从群众中来，到群众中去”的真正涵义，认识到只有到实践中去、到基层中去，把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年成长成才的正确之路。

“艰辛知人生，实践长才干”.通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一名大一学生，即将走上社会，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”.社会实践使同学们找到了理论与实践的最佳结合点。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗位上发挥的不很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和提高。就是紧密结合自身专业特色，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对基本原理的理解和消化每一天，捧着厚厚的问卷，怀着一份份坚定的信念，我们在烈日下奔跑着。感谢这次暑假实践活动，让我们在这过程中成长了不少，懂得了不少。

做为一名大学生，我深深地感到初会实践的重要性。并希望以后能够经常参加实践，这种社会实践活动是在大学中的社团生活所无法比拟的，只有在真正的社会实践活动中体验生活，亲身的接触社会、了解社会，才能使自己得到锻炼，才能使自己所学的理论知识得以运用到实践，才能使自己成为真正有用于实际，使自己成为真正有用于社会的学生。社会实践弥补了理论与实际的差距和不足，社会实践的意义也在于此。

社会实践活动不仅使我的各方面能力得到了提高，也使我增强了扎根实践吃苦耐劳的精神。亲身地服务于群众，服务于社会，真的很有意义，我想以后我还会一如既往地支持大学生的暑假实践。

实践鉴定表自我鉴定篇3

今年假期，为了弄清楚社会和大学之间究竟有怎样的差距，我借助大学生的身份走出了校园的“象牙塔”，并在社会的工作环境下锻炼、完善了自我的思想和能力。在此，我对经历了这段社会实践体会的自己做自我鉴定如下：

一、个人的思想体会

在思想上，我乐观积极，面对这次走向社会的实践活动，我也早就做好了“吃苦”的准备。尽管最后感受到工作的辛苦后仍让我吃了一惊，但通过在工作中坚持下来，我的思想和意志也变得更加坚韧了一些。

此外，在社会的环境压力下，我在思想上有了许多的改变，不会再轻易的说自己做不到，也学会了多去尝试和自主寻找问题的解决办法。

二、自我的收获

1、对社会认识的改变。

参加这场实践之前，只听人家说过社会复杂、辛苦。这让我们在学校的.时候一直以为社会是个自己去了会“举步维艰”的地方。但此次鼓起勇气走向社会之后，我才感受到社会与我们日常环境并没有那么多的不同。但对比起来，却精彩了不少。不仅有没有接触体会过的工作，还有很多新知识，生活中的小技巧。

经过这次的社会体会后，我不再“害怕”社会了。反而希望能通过自己的接触去了解并深入的认识社会。这一定会让我有更多的收获。

2、工作能力的成长。

在实践期间，我来到了xx的工作岗位上，成为了一名临时工。尽管算不上是十分复杂的工作。但对工作者的耐心和细致却有很高的要求。通过一个月来工作的锻炼。我对工作的技巧尚且不谈，我感到自身变得更加耐心，做事也稳重了许多。这些改变，虽然是针对工作的锻炼，但在我今后的学习和生活中也能给我不少帮助。

3、沟通和交流能提升。

在社会的生活还让我认识了很多的人，学会了许多在交流上的技巧。这些沟通不仅让我更加了解了社会的生活，还帮助我解决了不少的问题，更好的适应了社会的生活。

三、自我反思

这次的实践虽然让我收获了很多，但期间我也以为自己的粗心和集中力不强的缘故犯下了不少错误!为此，在今后我要多多锻炼自己的这些问题，更好的完善自己的不足。

实践鉴定表自我鉴定篇4

在这个暑假，我进行了一次社会实践。现在社会实践已经结束了，我自我感觉我这一次的社会实践是很成功的，我学到了很多的东西，也成长了很多。我进行社会实践的目的就是希望自己能够多跟社会进行接触，在工作的过程中学到多方面的东西，包括人际交往方面、为人处事方面等，也积累一些工作的经验。这样对我以后的职业发展是很有帮助的。毕业是时候零经验找工作的话是很难找的，所以在大学时期积累一点工作经验是很重要的。我也想趁着社会实践的机会，多尝试几种不同类型的工作，找到自己最适合的那一类的工作。

这次我尝试的是自己之前没有接触过的工作，刚开始做的时候遇到了很多的困难，但自己是抱着学习的态度在做这一份工作的，所以我并没有因为困难而放弃，而是努力的克服自己在工作中遇到的困难，在这个过程中，我学到了很多的东西。我发现自己如果想把一件事情做好的话，还是有能力可以做好的。之前之所以有那么多的事情做不好，就是自己一直在逃避做这件事情，也没有尽力的去做，所以才做不好。在这次之后，我想我以后不管是做什么事，都会努力的去做，尽力的做到最好。我也变得对自己有信心了，我相信只要我努力了，就一定能够做好自己想要做的事情。

在社会实践的过程中，也学到了很多在课堂上学不到的东西。在学校我们只能学到书本上的知识，老师很少会告诉我们一些人生的道理。所以在实践的过程中，我可以学到在社会上生存的一些规则。学校有学校的规则，社会自然也有社会的规则。若是没有进行社会实践，在毕业之后不了解社会的规则，就会吃很多的苦。学校的规则在社会上是不适用的，我们只能适应社会，社会不会因为我们而改变。现在大学生的就业形式是非常的严峻的，只有努力的把自己变得更好，让自己变得更优秀，才能够获得更多的机会。

这次的实践，也让我自己明白了我适不适合这样的类型的工作，能不能做好，对我以后的职业规划是很有帮助的。在工作的过程中，我也从领导和同事身上学到了很多的东西，对我以后的发展非常的有利。之后的暑假和寒假，我也会利用起来，为自己积累更多的社会经验，学习更多的东西。

实践鉴定表自我鉴定篇5

在这次的社会实践活动中，我觉得我比上次进步了很多，向老师、家长们提问时也充分显现出了我大胆的个性。每当组员遇到困难时，我总能及时的伸出援助之手和他们一起努力，排除困难。在此次活动中，我的工作责任心和应变能力得到了明显的提高，因此，我希望在下一次的研究性活动中，能够获得更多的意外收获！以下是我的社会实践自我鉴定。

在前期准备工作中，我们团队成员根据自己的能力，进行了合理的分工，充分发挥自身的优势，顺利的完成了前期的工作。为此次活动的顺利的完成奠定了坚实的基础。由于大家多是第一次参加三下乡活动，经验不足，在开展具体工作时，要与当地的乡镇领导、农民朋友开座谈会、进行入户调查等多项工作，大家显得有些力不从心。但是大家并没有退却，而是发挥团结合作，互相学习，互相帮助的精神，各司其职，各尽其能，全身心的投入到自己的工作中。在这种和谐的氛围中，我们顺利的完成了此次社会实践活动。从这次活动中，我更加深刻的体会到了团队的力量及团队的重要性。

这次活动，我深入了农村，接触了我国社会中人数最多，而且最苦、最穷的一个阶层，对我的震撼很大，同时也感到了肩上的担子更重了。随着我国经济、社会的不断进步发展，农民的生活水平有了一定的提高。但是，农民的生活依然很苦，生活环境很差。在当地听到农民经常提到三不通，即路不通，水不通，电不通。

就是说与农民生活息息相关的道路、水、电都不能得到切实的保障，由此可见农民的生活之苦，也可以看到要解决三农问题，真正的富民增收，提高农民的生活水平，任重而道远。虽然，通过这次活动，我们也为农民朋友作出了一些贡献，但这是远远不够的，这就要求我们无论是现在还是工作了，要关注我国的热点，关注制约我国发展的问题，尽自己所能，为国家的发展作出自己的贡献。作为一名当代的大学生，作为一名青年，要深入调查研究，全面的了解我国的现状，增强自身的社会责任感，为国家、为社会、为人民尽一份自己的微薄之力。做一个无愧于国家、无愧于人民的青年。

通过参加这次社会实践活动，我也发现了自身的许多不足之处。专业知识的欠缺，人际交往能力、处事应变能力等方面的不足，也为以前不了解实际情况，不进行实地的调查研究而乱下结论的行为感到汗颜。这些不足，我将会努力的克服，培养各方面的能力，提高自身的综合素质，争取自己进一步更好的发展。

实践鉴定表自我鉴定篇6

转眼间，一个寒冷的假期就要过去了。蓦然回首，不能不感慨光阴似箭般穿梭中的那份无奈。当准备收拾情绪，重整出发时，发现原先匆匆的假期里多了一份沉沉的充实。

经过了20多天的教学生涯，此刻的我对于\"教师\"这个称谓不再陌生，当别人称呼我\"教师\"时，没有了昔日的逃避与羞涩……有人说教师是太阳底下最神圣的职业。虽然我的暑期实习只是沾上了\"教师\"的丁点边，可我分明感到这两个字给我带来的豪迈感。然而当告别了教学职务时，原先最熟悉的称谓，瞬间只留下陌生的晕印，一圈又一圈……

我的学生是一个高一的男孩，比较内向，成绩处于中下游，而我要帮他复习一遍高一的知识，为步入高二做好准备;整个家教补习活动在寒冷的1月开始了，我每一天不断激励自我，身为教师，要细心，耐心，要教有所获，他们要学有所成。根据学生的状况，我拟定了自我的教学方案以及教学目标。在辅导学生的过程中，我主要以做试卷，讲解，鉴定同类型题目的做题方法的形式。从而使学生能到达自我会对错题以及同类型题目的鉴定。当然，在教学过程中，每一天的自我鉴定是必不可少的，近一个月的家教生涯，使我懂得了教师的职责和学生的需求，我鉴定出来了四点：

1、在讲课方面，我需要分清楚什么是重点，不是重点的能够一带而过，针对重点拿分的项目要详细讲解，这样才能让他们在以后的考试中，成绩有所提高。如此，才是补课之功效有所发挥了。

2、在讲的过程中，我就应尽量耐心点，慢慢的给学生讲，毕竟他还小，有些我认为很简单的，对他们并非如此，切记不能烦燥，不能讲了一遍没听懂就凶学生，这样只能适得其反。这在我第一次上课的过程中，有犯这种毛病，所以之后我改了很多，尽量让自我耐心。

3、在习题布置与讲解上，我要尽量备课，必须要挑些有针对性的题目给学生做，不能做了很多题，可是很多都不是重点，那样会浪费更多时间。另外学生甚础比较薄弱，务必先强化基础才能够去提高层次。

4、最终就是要和学生处好关系，要让他们把我当朋友，而不是教师，这样才能够更好的沟通。

当然，在教学过程中，我也遇到了难处，学生对上课没兴趣，总是提不起精神，家长说是上课不专心。可是他们自我却认为自我天生比较笨，不是学习的料，可是经过一段时间的接触我发现，这是他们的懒惰。

事实证明正是如此，他在听课时，时常会走神，一副心不在焉的样貌，问他问题，他也是爱搭理不搭理的样貌。有时，我心里会感到很恼火：自我的付出与收获完全不成正比，他这样是在浪费我的精力。我甚至有时想要不不管他了，他不学是他的事情。可是之后想想还是觉得自我不能够半途而废，也就应对他负责，于是一遍遍告诉自我要坚持、要坚持。他平时做题时，喜欢用光用眼睛看，而懒于动手，属于典型的“眼高手低”。听课时，也常常处于梦游状态，从未做笔记。这正是他们学习懒惰的体现。我清楚地明白：懒汉在学习上是绝对吃不开的。于是，我三番五次地告诫他，仅有认真学习才能成绩提高。

其实让我受挫最大的就应是他的不懂装懂。明明讲过的资料，过了两天，检验复习的时候，我把那几道习题拿出来，让他去做。结果，他几乎是全军覆没。我有一种前功尽弃的感觉，这是我家教过程中遇到的最大的挫折。事后，我不断地反思：是自我的原因，还是他们的原因不管怎样，有一点很清楚：那几道习题，他根本没听懂。答案在于他的懒惰思想使他遇到稍难的题目就会放弃，不懂也懒于发问，因为他懒得钻研。应对这样的学生，我才第一次深深体会到了做教师的难处。

在与学生的相处过程中，学校的教育心理学这门课程也帮了我不少。这学生的学习成绩处于中下游，容易产生自卑心理，所以平时要多加鼓励，让他能重拾自信心，相信自我也是能学好的。

时间过的十分快，一个月的教学很快结束了，当我真正了解学生特点，开始和他建立起感情时，却结束了。虽然十分短暂，但觉得自我学到了很多，个性是认真负责，也尝到了当教师的酸甜苦辣，感受到学生的聪明可爱。在这次实习中，我学到了很多，同时充分体会到“职责”在师生中的关键作用，仅有你对学生付出真爱，承担职责，你才能取得学生对你的尊重和信任。

经过这一次家教实习，我真的是长了不少的见识，增长了很多社会经验，在实践中我也找到了自身的价值。我早晚都要走出学校，走进社会大染缸去。我用心的倡议当代大学生走出校门用心参加社会实践活动，在社会锻炼中寻找自我价值。

实习是一件很具好处的事情，在实习中能够学到书本上没有的知识，增加社会实践潜力，我们务必在实践中来检验自我所学的知识，尽管有时候会认为，书本上的知识根本用不上，可是，具备了知识也就等于具备了学习的潜力，在学校学习是为了能够适应社会的需要，透过学习保证能够完成将来的工作，为社会作出贡献。然而步出象牙塔步入社会是有很大落差的，能够以做一名实习教师的经历来作为缓冲，对我而言是一件幸事，透过实习教学了解到工作的实际需要，使得学习的目的性更明确，得到的效果也相应的更学好。

耐心，宽容，关心，职责，友善。我想，这就应是我今年盛夏收获的最丰硕的果实……

实践鉴定表自我鉴定篇7

这是我进入大学后参加的第一次社会实践活动，在整个过程中自己收获了很多，记得一开始自己犹豫了好久，但最终选择了参加了学校团队的社会实践活动，结果让我得到了曾经没有的社会经验，也让我知道了很多

六月份组成团队时，我主动打电话要求参加学姐组成的团队，学姐同意了，刚成立时有十一个人，可七月份实践时只剩五个人，有的成员由于放假等原因而放弃了实践的机会，最终只有五个人并肩作战了，中间有些环节也就不得不停止了。其实。平时我也是一个容易动摇不定的人，不过这次和学长们一起合作，机会难得，我坚持了下来。我知道要想获得什么想收获就得学会付出，并且要坚持到底，这样才能成功。

在活动前，我们进行了充分的准备工作，有关问卷调查设计就连续讨论了几天，最终将各个成员的问题和答案进行了集中讨论和优化，形成了问卷调查。其实，当时花这么多时间讨论问卷我觉得有点浪费时间，不过当调查时我突然发现认真讨论问卷是有必要的，因为有很多问题居民们并不了解。所以从这一过程中我知道做什么事都得认真对待，认真考虑。

差不多七月六号我们就开始行动了。来到园林社区居委会，社区干部热情地接待我们，并安排人员为我们带路。冒着火辣辣的太阳，我们一家挨着一家地进行了问卷调查。记得第一家是位老党员，他不但热情地接待了我们，还很认真地帮我们填好了问卷了，真实地反映了社区环境卫生等方面的问题，他还希望我们能够给上级领导传达相关问题，

接下来的几天，居民们都很热情地帮我们做好了问卷。小孩老人都那么让人容易亲近。不过我也遇到了不理我的情况，那位看都没看就示意我走开，看上去蛮自傲的，不过我还是走开了，自讨没趣。其实，社会就是这样，我们要慢慢学会适应。可能是别人正忙或心情不好，要学会多从别人的角度看问题，不能充满抱怨和不满去看这个世界，要有一个平和的心态去处理问题。对比整天呆在学校里，我们得到的是如何和同龄人相处，而走出学校，我们可以遇到形形色色的人，此时我们更应该学会与这些人相处，这样我们才能够更容易融入这个社会。

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