# 2024大学生实习工作总结

来源：网络 作者：风华正茂 更新时间：2024-07-04

*大学生实习是一次有效提高自己，强化自己的重要途径，下面是范文网小编精心整理的2024大学生实习工作总结,供大家学习和参阅。 当我们走出校园，走进实习岗位的时候，一个明显的问题摆在我们的面前，奋进还是避让。一方面要提升自己的专业能力水...*

大学生实习是一次有效提高自己，强化自己的重要途径，下面是范文网小编精心整理的2024大学生实习工作总结,供大家学习和参阅。

当我们走出校园，走进实习岗位的时候，一个明显的问题摆在我们的面前，奋进还是避让。一方面要提升自己的专业能力水平，另一方面要寻找一条自己毕业后的出路。当我们的大学生活走过一半的时候，是否能给自己的成果下一个定义，这是我门每个人必须面临的挑战。

今年假期，我们系的学生大都找到了自己的实习岗位，一是为了完成学校下达的实习要求，更重要的却是为自己毕业后顺利就业博得一个筹码，提前认知社会、接触社会，为丰富自己的工作阅历而提前奋斗。说到实习，其实每个人都会有不同的看法，有的人认为这是在搞形式，有的人认为是浪费自己的美好假期时光，而更多的人认为这是在增长自己的见识和能力的一次契机。当我们常常徘徊在校园时，常对未来的工作充满了期待和憧憬，向往美好的大学生活后会有丰富的工作生活，我们却忽视了当前的一个大的就业环境。就业率一直是社会各个阶层关注的话题，面对这个重大的压力时，我们又似乎变得是那么的惆怅。利用这次假期的机会去探寻工作地捷径，为自己将来的就业埋下一粒种子。下面是这次工作中的一些总结：

1、压力是前进的动力

在7月5日的公司关于实习生分配以及相关工作要求的大会中，我了解到该公司对员工管理特别严格：着装必须是白色有领的衣服+深黑色的长裤或长裙，头发要盘起来不得过肩，上班时不得带手机、书籍杂志等入内，上班不得迟到、下班不得早退、不准无理由换红灯及关车道，对司机有礼貌、还必须有三声迎客声、唱收唱付和送客声，夜班时不得睡觉等。雷飞、向金勇和我三人被安排在成渝高速西段最远的一个站渝荣收费站，离四川仅几公里路程的桑家坡。这里除渝荣外还有两小站A、B端，雷飞和向金勇就分别在这两段学习，而我就被安排在渝荣这个操作程序最多、车辆也特多的渝荣学习观摩。有些担心与恐惧，但这正是我得到锻炼的好机会，平时大学生都是呆在学校这个港湾学习，生活在父母建造的避风塘中。虽然这样的环境有利于我们学习，但是如果一个人没有独立生活的能力，又怎么能叫成长呢?温室里面的花朵见不得阳光，我们应该向在风雨中成长的小草学习那份坚强和韧劲。

每天坐一个小时的交通车，车不等人，我们必须提前到达上车地点，因而白班得早起，夜班得下午3点出发，无论是艳阳当空还是瓢泼大雨都一如既往。工作内容看上去挺简单的：输入车辆类型、车牌号等，再刷卡装卡外加发卡(即将进入四川，故多了一项发四川卡的工作)，然后是收、找钱，最后打票、起杆放行。可当我自己操作的时候，会有点手忙脚乱，完全不知道该怎么做。最初我可能2分钟才能放行一辆车，随着时间的推移，经验的积累，到现在我已经有8分钟16辆车的记录了。其中我还发现了假冒军车、国际集装箱、货车超载等偷费行为。只有把压力化作动力，才会有获得收获。

2、做人做事要自信

在这一个月的实习中，领导和同事还教了我许多做人做事的道理。做人要诚信、要自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。你没有社会工作经验没有关系，重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，没有第一次又何来第二、第三次呢?有自信使你更有活力更有精神。在社会中要克服自己胆怯的心态。尝试就是为克服自己内心的恐惧。如老师所说的在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某个名人所说：勇气通往天堂，怯懦通往地狱。

3、人活到老，就要学到老

工作中要不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。

千里之行，始于足下，这一个月短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助，可以避免我毕业后的眼高手低现象。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这段时间所学到的经验和知识大多来自领导和同事们的教导，这是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将走出大学面临走向社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的老师，正所谓三人行，必有我师，我可以向他们学习很多知识、道理。

总结：

这次的寒假带薪实习的目的不在那每天40元的补贴，也不是我们出去运用我们所学的专业知识，我们的目的在于认识社会、了解社会，为以后出社会积累更多的经验，以至于毕业后能更快的适应社会!大学是一个小社会，步入大学就等于步入半个社会。我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件;才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。

我以善用专业知识，增加社会经验，提升工作潜力为宗旨，接触社会，了解社会，从实习中检验自我。这次的实习收获不少，此刻由我为你举例：

一.在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的寻找工作让我认识更多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前工作的机会不多，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。在珠海免税公司工作时，因为是纪念品销售，与别人谈话的时候变多了。如何与顾客沟通，透过介绍纪念品的材质，收藏价值以及纪念好处，向顾客推销纪念品，使顾客理解你的意见和推荐。与同事的沟通也同等重要。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地理解。

二.在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的潜力做出肯定。在多次的面试中，明白了自信的重要性。你没有社会工作经验没有关系。重要的是你的潜力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，没有次又何来第二、第三次呢有自信使你更有活力更有精神。

三.在社会中要克服自己胆怯的心态。开始实习的时候，自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如工作的领班所说的在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要简单应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气应对是关键，如某个名人所说：勇气通往天堂，怯懦通往地狱。

四.工作中不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。在今后我要进行正式工作，磨练自己的同时让自己认识得更多，不要以单纯的想法去理解和认识社会。而是要深入地探索，为自己的打好基础。

认识并融入这个团队，学习是拉近距离、融入团队的办法，也深刻体会到了团队的力量和魅力。

大学生实习自我鉴定：在这三个月实习里面，在领导和同事的指导下，向行业学习知识，向同事请教经验，传授工作技巧，正是在这个过程中，认识到自己的弱处。

实习期间我认真刻苦、吃苦耐劳，有上进心。为人诚恳、虚心好学、能够正确对待、处理生活及工作中遇到的各种困难，思想积极上进，接受能力和独立能力强，有很强的团队精神和集体荣誉感。做事认真负责，有很强的责任心。有强烈的上进心、事业心，有很强的对环境的适应能力，能很快融入集体。

在工作中遇到不懂的地方，能够虚心向富有经验的前辈请教，善于思考，能够举一反三。对于别人提出的工作建议，可以虚心听取。在时间紧迫的情况下，加时加班完成任务。能够将在学校所学的知识灵活应用到具体的工作中去，保质保量完成工作任务。同时，我严格遵守我公司的各项规章制度，实习期间，未曾出现过无故缺勤，迟到早退现象。我脚踏实地的工作，努力做到，工作始终以热心、细心为准则。遇到不懂的问题，积极问同事，在同事的热心帮助下，问题很快就解决了，这简短的实习生活，虽然紧张，收获也很多。但给我的仅仅是初步的经验累积，对于往后迈出社会还是不够的。

通过实习我明白到：工作往往不是一个人的事情，是一个团队在完成一个项目，在工作的过程中，如何去保持和团队中其他同事的交流和沟通也是相当重要的。一位资深人力资源专家曾对团队精神的能力要求有这样的观点：要有与别人沟通、交流的能力以及与人合作的能力。合理的分工可以使大家在工作中各尽所长，团结合作，配合默契，共赴成功。个人要想成功及获得好的业绩，我牢记一个规则：我永远不能将个人利益凌驾于团队利益之上，在团队工作中，会出现在自己的协助下同时也从中受益的情况，反过来看，自己本身受益其中，这是保证自己成功的最重要的因素之一。

我相信通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

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