# 大学生个人实习工作总结范文十二篇

来源：网络 作者：风华正茂 更新时间：2024-08-26

*工作总结是做好工作的重要组成部分，通过它，我们可以全面系统地了解以往的工作，正确认识以往工作的优缺点它可以明确下一步工作的方向，避免走弯路和犯错，提高工作效率。 以下是为大家整理的关于大学生个人实习工作总结的文章12篇 ,欢迎品鉴！大学生个...*

工作总结是做好工作的重要组成部分，通过它，我们可以全面系统地了解以往的工作，正确认识以往工作的优缺点它可以明确下一步工作的方向，避免走弯路和犯错，提高工作效率。 以下是为大家整理的关于大学生个人实习工作总结的文章12篇 ,欢迎品鉴！

**大学生个人实习工作总结篇1**

　　岁月流转，时光飞逝，20XX年的日历已悄然翻过，伴随着 时代前进的步伐，回首自己六个月来的工作经历，我作出如下个人工作总结：

　　(一)自我反省，正视不足。

　　“认认真真工作、踏踏实实做人”，一直是我的座右铭。尽管我们在工作中兢兢业业，但完美离我们总有一步之遥，经过六个月来的努力，工作没大的起色，平庸的业绩使我更清醒地看到了自身存在的问题：

　　一是对施工规范还不是特别熟悉。 二是没有现场工作经验。

　　(二)工作体会

　　虽然我刚出校门进入哈尔滨通达建筑技术发展有限公司六个月了，但我的感受颇深：“只有学才知道”我刚来到项目上的时候，马哥让我计算工程量，对于我来说是第一次，我感觉有点紧张也有点惊喜。通过我不断的请教终于完成了我第一份答卷,此后在钢筋施工过程中我分别计算了钢筋的根数，混凝土用量，涂刷墙面面积及屋面压型钢板面积等。通过计算这些工程量大大提高我对图纸的阅读能力，也加强了我对建筑规范的理解。

　　“不经历风雨，怎么见彩虹”。锻造自我是每个人必经的路，通过反思问题，我深刻意识到一个人最难战胜的其实就是自己，我们的行动有时就在闪念之间，向左向右就在于心态，选择积极上进还是选择散漫停滞都在于自己。选择前者，必将朝气蓬勃、意气风发;选择后者，势必死气沉沉、意志薄弱。工作中缺乏热情，就会丧失斗志，人就没有动力前进，甚至与机遇擦肩而过，因为机遇只会留给有准备的人。

　　(三)工作打算，以期完美。

　　总结过去是为了更好地面对未来。对今后的工作，我给自己提出如下打算：

　　一是由于工作经验缺乏，我平时注意自我加压，利用好时间多看建筑行业知识书籍，多向有经验的同事请教。我相信“世上无难事，只怕有心人”。只有付出了，才会有收获。

　　二是今天能做完的事，绝不拖到明天。正如姚总说的：“日事日毕，日清日高”。

　　三是调整心态，创新求变。心态决定工作的好坏，所以在工作中要不断自我调适，时刻以饱满的热情迎接每天的工作和挑战。只有不断在思维上求创新，工作才能出亮点。

　　岁月无声，步履永恒。只要认认真真踏踏实实的工作，我想我的明天定将更美好。

**大学生个人实习工作总结篇2**

　　2024-x-x至2024-xx-xx，短短的两个多月的时间，同大学四年相比，一晃而过；同人的一生相比，如白驹过隙；如果把这段时间放到宇宙中来说，就如沧海一粟。但是对我来说，这区区二个月的时间，让我从一个学生顺利的转换成一名老师，让我从只会学知识的阶段一下越到传授知识的阶段，所以，我要感谢这两个月来带给我质的变化。

　　还记得第一次带课时的场景，跟汪老师的一节篮球课。简单的介绍之后，开始分组教学，我被分配带女生。我把队伍整理好，却不知道该如何开始，脑子里也不知道该怎么去做，说话还语无伦次的，我只记得说过这么一句：这节课教你们什么呢。呵呵，连老师都不知道教什么，学生们可怎么办呀。她们和我开玩笑的说：随便教什么吧，我们很好糊弄的。这就是我第一节课的开场白，一个本来应该在学校无拘无束的生活，突然间被拉到一个地方让当老师，难免会产生一些搞笑的事情。我承认，我是一个不负责任的老师，从来没有备过课。

　　实习的生活就在这尴尬的第一节课开始了，刚开始课少，周二和周四下午，我们也不需要住校，带完课就回学校了。工作报告感觉当老师也挺轻松的，和同学们玩一节课，自己玩好了，还能领上工资，世界上最好的事情也莫过于此了。真正开始体会到体育老师不好当是从十月份大一开学算起，大一军训完一开学，我们的课就被排的满满的，从周一到周四下午，天天满课，根本不给你喘息的机会。经过一个月的洗礼，上课也顺利多了，其实是因为教得内容太简单了，篮球课一学期就学个三步上篮，天天讲，每节课都讲，你想不会都难。最悲催的是带完课基本没事可做，我们六个人住的是“豪华”地下室，上下铺，没网，没电视，还老停水。唯一的娱乐生活是一副扑克，我还不会玩，老当观众。后来小屁孩把电脑拿过来，我们还能看上一会电影。这最值得炫耀的一项资本是灯光球场，从晚上七点开到十点，我一般没事就出去打球了。精神上的匮乏还不算什么，关键是物质上的单调。在山大，月亮圆的饭店你随便挑，早上各种小吃让你眼花缭乱，是在吃腻了咱去许西换个口味。可是在这呢，全校就一个食堂，外面的饭店屈指可数，最让人不能忍的是这的饭贵，还不好吃。我们被逼的没办法，只好披荆斩棘，爬山涉水，去离学校倍远的黑土巷就餐，也就是在这里，我们喜欢上了打卤面，大同刀削面，西安面皮。

　　吃饱了喝足了，任务也就来了，马上面临运动会。经过两天运动会的洗礼，才让我明白过来，原来我们是如此免费的劳动力，让你干嘛你就的干嘛，思想汇报让你往东，你不敢往西。我体会到我们如此悲催的命运，就从那天开始我盼望着实习早点结束，每天倒计时。

　　俗话说，坚持就是胜利，卧薪尝胆两个月后，20xx-xx-xx，最后一场篮球比赛的哨声终于吹响了，我盼望已久的日子来到了，至此神棍节来临之际，我们实习生活到此终于画上一个句号了。

　　还有一位老师不得不提，她就是我在这认识的最好的刘小芳，刘老师。我跟她带过的课很有限，但我们很能聊的来。她乐观、豪爽、豁达，有我们体育人的风范。我们几乎是无话不说，不论是家庭、教育、事业，还是爱情，亲情，从她的身上我悟到很多道理。一个人不管事业有多成功，家庭的成功才算的上是真正的成功。只有当你有了孩子之后才真正体会到当母亲的不易。还有要特别感谢刘老师帮我们盖章。有时候觉的相识真的是一种缘分，因为有缘和刘小芳相识，当然相恋是不可能了，要是提前个十几年还真说不定呢，哈哈哈哈。和刘老师已经不单纯只是师生关系，更多的是一种朋友，哥们的情谊。不知道刘老师看过会有什么感想呢？？

　　人的一生真的极其短暂，每个阶段都会有每个阶段的主要任务。对我来说，实习阶段结束了，马上面临毕业阶段，认认真真对待人生每一个阶段，这样的人生才是无悔的人生，精彩的一生。我亲爱的朋友，你现在在哪一个阶段呢？

**大学生个人实习工作总结篇3**

　　历经一月的实习，除了收获知识，我第一次感受到了踏入社会前的迷茫、困惑，处理工作时的艰难、辛苦。大学时代的我们，仿佛能够透过一次历练而陡然变得成熟而世故，也许这就是实习的好处所在――为即将迈出学校庇佑的我们带给一次适应社会、经历磨练的机会。

　>　1.学会善于求教

　　理论知识不全面、实践潜力较弱，几乎是每个实习生都会面临的问题，我也不例外。应对种种问题，开始我并不好意思求助于各位前辈，只是依靠于自我钻研，这在处理简单的问题时是有效的，但一旦碰到难题，就会牺牲超多宝贵的间，影响工作效率，于是，我转变工作方法，抽出时间认真观察审计人员处理问题时的方法，在碰到无法解决的难题时认真求教，这样一来，自我在开展工作时就变的驾轻就熟多了。

>　　2.学会严谨认真

　　从事与数字相关的工作，务必要做到严谨认真，这是每位会计审计人员都务必要具备的素质。任何一个数字错误都会导致账账、账表不符，一旦开始查错，审计人员的工作负担就会被扩大数倍，更甚也会影响企业的经济利益，损害事务所的声誉。所以，实习工作不仅仅让我学会了严谨，也让我提升了工作职责心。

　　>3.学会为人处世

　　都说大学学校是一个小社会，可是真正踏入社会以后才明白，现实其实要比学校生活残酷的多。刚刚踏入一个陌生的环境，我总是持续着内敛的性格，不善与人交流，对待工作也是自我埋头钻研，不善求教，为此没少挨领导批评。之后我认识到，作为新人，不仅仅要做好自我的本职工作，更应当向前辈多学习、与前辈多交流，让他们感受到我们的工作热情和谦逊态度，与此同时我们也才能够从中吸取更多的经验;而对于共事的实习生，则应当互相尊重、互相学习、共同合作。任何企业，需要的都是个充满热情自信又善于交谈的员工，而不是总把自我孤立于人群之外的人。所以，我认识到，与人的交流在工作中是十分必要的。

　　一个月的时间虽然短暂，可是我却倍加珍惜这段时光。也许我学到的东西并不多，可是它却为我的人生增加了一抹色彩。我坚信，这些经历势必会为我的求职之路打开一扇通往成功的门。

**大学生个人实习工作总结篇4**

　　短暂而充满意义的一个月的实习以来，我的专业知识与实践操作真正进入了一成长的时期。随着师傅与同班同志耐心的指导与提醒，我的操作本事在所具有的专业知识的基础上很快的适应与熟练了各个岗位上的工作资料，步骤及要点。同时也提高了我对这份工作的认识和了解。激起了我对这份工作的兴趣和重大的职责感。我的每一步都必须从小事开始，从细节起步，刻刻牢记操作规范，时时不离的坚守自我的岗位职责。从不敢有过半点的马虎和大意。每各项工作的操作中，我都虚心理解和听取领导与同志的指导。不懂就问，不会就学。从不掩饰与含糊。并在每一项操作过程中不断的刻苦钻研，总结经验，不断的吸取教训，以致使我在工作中学到了更多的东西，得到更大的提高。

　　努力总会得到果实，在这一个月的工作里，使我在此岗位上操作的资料有了不小的成就。在班里常受到班长与师傅的表扬。每一次的收发油中，他们都会在此教会我新的东西。耐心细致的为我讲解油品的流程和每个阀门所管辖的范围及经过油品流量的大小。异常是在每一次的储油时，他们会按一步步细致严格的为我讲述每一种牌号油的特点及怎样经过看，闻，摸，测等方法验证油品的质量，然后测出密度。总之，教到我学会，听懂，熟练为止。这一切的工作资料与工作氛围，促使我更加的不怕脏不怕累，吃苦耐劳，勤奋好学。

　　一、坚持专业知识指导实践，努力学习各项HSE管理规章制度，认真履行HSE岗位职责，提高HSE意识，严格执行本岗位的操作规程，遵守工艺操作纪律，进取参加各项HSE活动，岗位技术兵和事故预案演练。熟练正确的使用各种防护装备和消防器材，努力做到安全礼貌生产。

　　二、进取参加公司举办的各项活动，充分的锻炼自我，磨练自我，充实自我，使自我的特长得到展现和升华。

　　三、坚持谦虚的工作心态和学习的态度，认真听取提议，以最大的努力去工作，以最大热情去学习。把规章牢记心中，虚心理解与采纳每一位同志的提议，累积经验，以便更快的完善自我，充分的发挥一个员工的职责，为自我的前程打下一个牢固的基础，从而实现自我的人生价值。

　　实现自我的人生目标。是一项长期而艰巨的使命，需要我们持之以恒，不断努力，不断探索，不断进取。善于总结经验，抓住自我的特长做到最好，那么人生的目标，也只可是是离我们一步之遥。

　　虽然我目前还缺乏经验，缺乏在艰难局面中独立开展工作的本事，但我相信年轻就是本钱，我正处于人生中精力充沛的时期，我渴望在更广阔的天地里展现自我的才能，我不会满足现有的知识水平，期望在实践中得到锻炼和提高。所以我必须会把所有的时间和精力放在我的工作上，进取投入到工作中，为实现自我的人生价值拼拼！

**大学生个人实习工作总结篇5**

　　四个月的实习生活似弹指一挥间，从刚踏出学校大门时的失落与迷茫，到现在走上工作岗位的从容，坦然。我知道，这又是我人生中的一大挑战，角色的转换。

　　实习期间，对于任何工作一贯谦虚谨慎、认真负责。如今的我在现任部门多次受到主任的称赞。我想这除了有较强的适应能力和积极向上的心态以外，更重要的是得益于大学两年多的学习积累和技能的培养。

　　实习生活，给我仅是初步的经验积累，对于迈向社会是远远不够的。吃的苦中苦，方为人上人，我要恪守吃苦精神。因此，在今后，我会继续努力拼搏，抓住每一个机遇，迎接每一个挑战，相信自己一定会演绎出精彩的一幕。

　　刚进入市统计局的时候，很茫然，不知道要做些什么，领导叫做什么，我们就做什么，最开始的时候就是订一些文件，发放开会的文件，协助领导开会，倒茶水····这些都是很简单的任务，我们都很用心的去完成。刚开始来的时候，我们经常有饭局，老师教我们的餐桌礼仪只是在课堂上教，真正用到的时候，很茫然，也遇到了尴尬的时候，但是，就是因为这样，才会认识到错误，去改正错误。我们市统计局实习的一共有7个人，所以不是每天都很忙，也不是每天都有事情要做，很多时候我们都是呆在办公室里，一呆就是一整天，直到下班。后来慢慢走入正轨，我主要帮忙接收文件，打印文件等等，四月份，我与两位同学被调往贵港市港北区统计局帮忙，主要做的是接打电话，通知一些公司填表等等。在港北的工作，每天都非常的忙碌，一个月后，回到市统计局。

　>　一、学习方面。

　　通过大学的学习我的能力明显的得到了提高。懂得了运用正确的学习方法，同时还要注重独立思考。在今后的工作中我将更加重视自己的学习，把在大学学习到的理论知识积极地与实际工作相结合，从而使学习和实践融为一体。在今后的工作当中我也要进一步充实自己的专业知识，为自己更好的适应工作打下良好基矗

　>　二、思想方面

　　进入大学以后，我认识到仅仅学习好是不够的。要追求上进，思想上的进步也是必不可少的。作为当代青年，我们要为祖国建设贡献自己的力量。在大学期间我时刻以一个团员的标准来要求自己，不断加强团性修养，提高自身的政治素质，

>　　三、工作方面

　　大学期间，我担任了两年的学生会文娱委员，在广播站任职。在与同学们相处的两年期间，我积极主动地为同学们服务，对工作热情，任劳任怨，责任心强，具有良好的组织交际能力，和同学团结一致，注重配合其他学生干部出色完成各项工作，促进了团队沟通与合作，得到了大家的一致好评。

　　通过此次实习，让我学到了很多课堂上更本学不到的东西，仿佛自己一下子成熟了，懂得了做人做事的道理，也懂得了学习的意义，时间的宝贵，人生的真谛。明白人世间一生不可能都是一帆风顺的，只要勇敢去面对人生中的每个驿站！这让我清楚地感到了自己肩上的重任，看清了自己的人生方向，也让我认识到了文秘工作应支持仔细认真的工作态度，要有一种平和的心态和不耻下问的精神，不管遇到什么事都要总代表地去思考，多听别人的建议，不要太过急燥，要对自己所做事去负责，不要轻易的去承诺，承诺了就要努力去兑现。单位也培养了我的实际动手能力，增加了实际的操作经验，对实际的财务工作的有了一个新的开始，更好地为我们今后的工作积累经验。我知道工作是一项热情的事业，并且要持之以恒的品质精神和吃苦耐劳的品质。我觉得重要的是在这段实习期间里，我第一次真正的融入了社会，在实践中了解社会掌握了一些与人交往的技能，并且在次期间，我注意观察了前辈是怎样与上级交往，怎样处理之间的关系。利用这次难得的机会，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

　　实习期间，我从末出现无故缺勤。我勤奋好学，谦虚谨慎，认真听取老同志的指导，对于别人提出的工作建议虚心听龋并能够仔细观察、切身体验、独立思考、综合分析，并努力学到把学样学到的知道应用到实际工作中，尽力做到理论和实际相结合的最佳状态，培养了我执着的敬业精神和勤奋踏实的工作作风。也培养了我的耐心和素质。能够做到服从指挥，与同事友好相处，尊重领导，工作认真负责，责任心强，能保质保量完成工作任务。并始终坚持一条原则：要么不做，要做就要做最好。

**大学生个人实习工作总结篇6**

　　通过此次的实习，我也是对于以后要做的工作有了更多的认知，同时也是让我对于自己的能力更了解了，而公司的肯定也是让我有了一个发展的机会，我也是会去珍惜在以后工作继续的去做好，此次的实习也是让我有了很大的成长。

　　从大学毕业，我是知道要面对社会残酷的挑战，而有一个实习的机会，也是一个好的缓冲，同时其实也是一个好的工作机会，而我来到的公司也是不错的，能在这实习，我也是很感激，也是去珍惜此次实习的机会，在实习里头让自己真的有收获到知识，得到锻炼以及肯定，而且实习结束自己也是转正了，办完毕业的事宜也是可以去入职，去工作，可以说此次的实习过后我也是有了更多的信心来面对社会竞争。当然我也是知道我依旧还是个新人，不过实习里面也是学到了很多，更是把我大学所学的理论去好好的实践，让我知道有了扎实的理论基础，才能在岗位上去做的更好的。此次的实习中，同事们教了我很多，让我懂得这份工作的流程以及该如何的去做事情，而自己也是了解到，要做好工作其实自己所学的真的很有用，很多的方面都是在之前的实训中有了解，虽然具体的有些不一样，但是大概的思路也是那么一样的，也是让我可以更好的来做好。

　　实习中，我认真的去做好每一件事情。虽然开始比较的生涩，即使做得慢一点，但我也是不去求快，做好了一件事情，那么自己才能真的去掌握做这件事情的能力，只有如此虽然慢一些，但是基础扎实了，也是够可以把工作来做好的，实习让我也是明白的确很多的事情和学习是有很大的差别，也是更注重结果，如果做的不好，即使以前怎么的努力，都是一种白费，而只有自己积极的来做好了，这样才能真的有进步。通过这段日子的实习，我掌握了岗位的工作是该如何的做，同时也是积极的去请教同事来解决一些问题，对于配合方面也是会积极的来做好，让我得到了很好的一个锻炼。

　　感谢同事们的帮助，以及领导的一个认可，让我的实习过的很是充实，即使忙碌但是也是只有如此，自己才有那么多的进步，而今虽然实习已经结束了，但是我知道进入社会才刚刚开始，还有很长的路要自己去走好，也是以后的工作要继续的去努力完成。

**大学生个人实习工作总结篇7**

　　一.实习目的

　　实习是一项综合性的、社会性的活动，是一个由学校向社会接轨的环节，是学校学习向社会工作转型的一大模块。搞好社会实习工作是很关键的，对一个学生来说是很重要的，从一个学生的成长过程来说，他经历了无事可做的孩童时代，到学校里忙碌的学生时代，再到以后的社会工作阶段，而实习就像一个链子连着学习和工作。实习是学生把所学知识运用到实践中去的过程，学习的目的就是运用，就是去指导工作，而实习正好扮演了把学到的文化理论知识正确运用的工作中去的主角。我们务必要做到用理论去指导实践，用实践去证明理论。所学的知识只有运用到实践中去，才能体现其价值。实习是一个锻炼的平台，是展示自己潜力的舞台。

　　透过实习，我们要努力提高动手的潜力，在实践的过程中发现其不足，然后去反馈到学习中去，会更能提升自己的潜力。新闻学，它主要是一门以实践为主的学科，它要求极强的动手潜力，它所接触的对象是包罗万象的，是各具特色的，是真实的、新鲜的。真实是新闻的生命，实习给一个初学者带给了锻炼的机会，实习教会一名记者怎样去观察事物，怎样去捕捉有价值的新闻信息，怎样用事实说话，怎样才能做到新闻的及时。这些只有在实习中才能深刻体会到什么是抓“活鱼”和“抢”新闻。实习是由课堂走向社会的第一步，如果能把第一步走好，以后的路自然学会习畅网通。

　　到新闻单位去实习，主要是要锻炼自己的新闻采访和写作潜力，掌握采访的基本方法，掌握新闻及电视节目制作的基本流程，向那些有经验的记者、修改学习，交流经验。深入现场去采访，接近群众，从群众中来，到群众中去。深刻体会，用真情写出有生命力的新闻作品。

　　二.实习资料

　　新闻学的实习资料主要有以下几个方面：

　　1.实地采访

　　只有深入到现场去做实际调查，才能写出有好处的作品，才能懂得采访的基本流程，懂得什么是采访新闻采访学的突出特点是实践性强，偏重于应用与操作。实地采访是新闻的第一课，它是新闻信息采集，新闻报道的第一步。

　　2.访后写作

　　新闻写作是新闻制作的第二步，是对采访中采集到的信息、新闻事实做进一步加工制作的过程，是对采访的进一步补充。亲自动手采写一些东西，才能更好地掌握新闻写作的基本方法，力争做到“从群众中来，到群众观众去”，把时代精神写到作品中，写一些有价值的事，些一些老百姓关心的事。

　　3.修改整理

　　当写完初稿后，修改，整理和修改稿件是新闻作品的最后一个环节，俗话说：“文怕修改”，只有修改，才能写出精辟的文章。还要提炼新闻主题，因为新闻主题是新闻报道的“灵魂”，能够透过素材的取舍，结构的安排和导语的构思各个方面提炼主题，透过综合思维提炼主题。其次要写好新闻的导语，熟练的运用各种新闻写作的笔法，巧妙的运用各种新闻语言。

　　三.实习收获

　　在短短的实习期内，我深入到各地去采访，真正的锻炼自己的采访潜力，提高了自己的提问水平，锻炼了心理素质。真正做到了不怯场，运用自如，现场处理灵活。在采访后写了很多的新闻稿件，熟练地掌握了各种新闻文体的写法，尤其是消息和通讯的写法，包括各种新闻文体，如动态消息、综合消息、人物消息、评述性消息、特写性消息、人物通讯、事件通讯、工作通讯、风貌通讯、人物专访等。还有电视新闻的写作，广播新闻的写作，涉及到了经济、社会等各个领域。深刻地认识到了作为一名记者就应具备哪些素质体会到了记者的主角，怎样才能做到记者的“识”、“才”、“学”，认识到了记者和修改的关系。

　　透过这次实习，自己的社会实践潜力大大地提高了，适应社会的潜力强了，语言运用潜力增强了，写作潜力提升了，真正跨出了，走好了新闻道路上的第一步。

　　四.实习中存在的主要问题

　　以上是我的实习工作总结，透过实习发现，自己还存在着不少问题，包括文化知识的欠缺，真是“书到用时方恨少”。学习涉及的面太窄，学到的知识太单一，没有构成一个很好的体系。联系实际的潜力太差，将学到的知识不能运用到实践中去，没有一个知识储备体系，用到哪学到哪。在采访中，还容易犯一些低级的错误，一些先进的现代设备的熟练运用潜力还不够，普通话水平不高。在今后的学习中还需要在各方面去提高自己的各方面的潜力，尽可能完善自己。

　　五.对实习工作的建设性意见

　　实习主要是面向社会的过程，映尽量做到以下几个方面：

　　1.尽可能多的让每一个实践者走出去，到第一线上。只有走出去，才能看得远，只有走出去，才能采集到更多的有价值的新闻信息，到现场采访是记者的本职工作。

　　2.尽可能扩大社会的接触面，深入到广大群众中去。新闻所反映的是广大人民的生活问题，所报道的是老百姓犯罪关心的问题，只有深入到每一个层面中去，才能写出更加有特色的作品，才能扩大记者的知识面，开阔眼界，使报道更有特色。

　　3.在采访，写作，修改等一系列过程中应当教会实习者使用先进的仪器，教会记者如何把握事件的闪光点。记者是一个杂家，就应懂得各种工具的使用，才能提高新闻制作的效率，提高高科技手段的运用潜力，新闻单位映尽可能多的为每一位采访者带给锻炼平台。

　　4.记者应当在采访写作中打破陈旧的模式，要富于创新思维。新闻单位要鼓励记者开拓创新，不要被一些陈旧的模式所束缚，要创新思维，更新观点。

　　5.新闻单位要尽可能多的给每一位记者带给一个自己动手操作的机会。初学记者的经验不足，应当更多地接触一些新闻的制作过程，运用到实践中去，就应多动手操作。

　　实习，是十分重要的一步，在实习中提升潜力，在实习中学习都是十分关键的，抓好实习，是关键的，迈好这一步，是步步高的前提。新闻是一种客观的报道事实的学科，它具有真实性和新鲜性，时效性特强的学科，新闻更是注重实践的学科，所以应抓好实习中的每一个环节，深刻体会，认真学习。

**大学生个人实习工作总结篇8**

　　从离开大学进入xx公司实习已经过去一个月了，在这一个月里我感触很深，我在紧张的工作气氛中完美的度过了这实习的第一个月，下面就让我来谈谈我在这段时间对自己的认识与总结。

>　　一、培训的收获

　　在进入公司的时候，我经历了一段为期短暂的培训时光，虽然时长短暂，但是给了我许多的收获，我也学到了许多有用的至少，最关键的是这次的培训让我把自己杂乱的专业知识有了一个大范围的概括，在这次的培训当中我慢慢熟悉了自己的工作，个人也开始融入到这紧张的工作当中，虽然在培训的过程中遇到了许多我从来没见到过的问题，但是在指导人的帮助这些问题都一一解决，让我感触最深刻的就是我们这个团队团结的力量，在一项培训的任务当中我们经过明确的分工与合作，非常完美的完成了公司分配的任务，我知道凭借我们任何一个人的能力都是无法完成这项任务的，但是我们却能及时的进行合作，让我见证了我们合作的力量。

>　　二、工作上的收获

　　从这一个月的实习当中，我在工作上的收获也非常的巨大，在我的岗位上，我能充分发挥出自己专业知识的作用，这无论对于我的工作还是对于我自己的学习都有很大的帮助，在每天的工作当中，我坚持做好自己的工作，按时完成公司分发给我的任务，在工作上面有着积极进取的心态，每天对自己的工作都充满着热情，自从来到这个岗位我发现自己成长了许多，我完全改掉了我在大学存在的一些不好的习惯，在这里我学会了用负责的态度对待工作，遵守公司的规章制度，按照公司的标准进行工作。

>　　三、存在的不足

　　虽然在工作上通过这一个月的实习有很大的进步，但是依旧存在着一些不足，在工作上有的时候也会出现粗心大意给自己的工作带来一些瑕疵，同时通过这段时间的实习，我也发现了如果我要在自己的这个岗位上能够继续的工作下去，那我们对自己的要求应该不断提高，我的专业知识在选择也许还够用，可是随着工作的进行，我在涉及的范围也只会越来越广，所有我必须用自己的时间在工作上不断的学习新的知识以满足我在工作上的需要。

　　通过这实习的时间我学到了许多的，这段实习期也让我发生了一个重要的蜕变，让我从一个大学生完全的转变成了一个职场人，我非常感谢xx公司给了我一个实习的机会，我相信我在公司的实习会为我为以后步入社会打下坚实的基础。

**大学生个人实习工作总结篇9**

　　时间真快，整个实习阶段的工作就结束了，完成了实习的任务。于此，我也在这段实习工作里有学到东西，更让在思想和能力上有了成长。接下来就对这半年的实习工作做简单的一个总结：

　　我实习的岗位是经理的秘书，做经理秘书的这半年，我对秘书这个职业有了很好的一个了解，也理解了这个行业的不轻松。我真的很庆幸自己原本学的就是这个专业，不然都不一定可以扛过这半年的工作。

　　我一面试上这个岗位，当时经理的前秘书还没有走，在做交接的工作，就这样我跟着他学了大半个月，一点点的熟悉整个秘书的工作，从写通知、公文到制定新制度，这些全部在最初的那半个月里慢慢的学习过来。等到他正式离职，我也才正式的接任这个岗位。在我正式上任的那半月，我真的感受到了这个职业对我的为难，经理几乎是不会给我喘气的机会的，因为工作确实忙，如果不尽快适应下来的话，是不可能跟着上经理的工作的。也是因为这样，我竟然神奇般的以最快的速度适应过来了。我用半月熟悉流程和事务，又用半个月时间跟上经理的工作进度，用最快的速度适应了秘书的工作，特别的让人感叹。

　　这要是搁在之前，我怕是会坚持不到一个星期。从我坚持下来后，我就一边学习如何处理后边的事情，一边协助经理把需要下发的通知全部组织好语言进行通知，努力把公文写好，让大家看的明白，做好这些服务。在后面就是办理经理出差的事宜，从看出差路线，到订机票、订酒店，到打印合同，这些工作，我全部都努力的做好了。这些工作都不难，但是很复杂，每一个程序都必须要想好各种会出现的问题，然后还要去做出会出现的问题的解决方案，一定做好比较全面的工作，这是作为秘书的基本素养。

　　这次大学最后的实习阶段，让我在个人和工作两方面的成长都很大，我不再是一个纯粹的学生了，而是一个一只脚已经踏进社会，未来也将会正式跟社会对接，会成为一个工作者。而我有了这次实习的经历，我对未来也不是那么的畏了，我更多的是勇敢的去面对，因为我明白路是要自己走的，那就只有自己努力前进战胜困难，去自己想要到达的终点。

**大学生个人实习工作总结篇10**

　　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。

**大学生个人实习工作总结篇11**

　　历时6个半月，实习生活结束了，在这个社会实战中自己积累了很多经验。这让自己在接下的学习中有了更加明确的目标，也知道了如何去调整自己的学习状态。

　　工作情况：

　　小组组成：组长1名、开发人员2名（包括我）。

　　系统功能：主要是核电公司的日常工作管理，办公自动化的A类型。

　　整个实习基本上都是在出差中度过，也就是在用户公司驻场。这样带的好处是可以第一时间接触用户，能够更加快速的掌握用户的需求。尤其是在遇到用户都不知道自己的需求是什么的时候，我们可以通过跟用户的不断沟通进行功能的调整，让用户能够看到实际的效果，然后再进行完善。这让自己想到了软开发中的快速开发原型，较少了系统开发的风险。

　　我主要负责质量管理、安全管理模块的开发以及商务管理下属模块的维护工作。其中质量管理、安全管理的开发相对比较简单，没有复杂的逻辑关系。商务管理中主要做的是分包管理，是从合同的起草到合同的签订等一系列过程进行管理的功能。

　　实习收获：

　　相对于技术而言，在思想上的收获最大。

　　①自我约束与管理刚出去实习的时候，自认为自我约束能力还不错，但是事实证明这样的想法一直都是错误的。出去三个月，基本上不怎么学习，也不知道时间跑哪去了。出去时，计算机学着DRp，三个月后还是DRp。然后中间的一份学习进度调查反馈给自己触动很大，就开始定下了计划（执行之前年总的学习计划），在接下的三个月中，完成了DRp、SSH视频学习以及A视频完成一半。当然，这与计划（A视频结束）还有一定的差距。从这个改变的过程中让自己明白了，我们的时间其实还是很充足的，充足到有时候不知道该干点啥，所以任何时候都不能以没有时间搪塞没有做某事情。

　　②心态调整我们公司的项目属于上手比较难的那种，一是没有档，二是平台封装太好。基本上开发一个页面，做好数据库的建立，然后在平台上进行一些绑定配置，页面就自动生成，功能上也就完了。所以开始的时候就有点摸不着头绪，还有一方面就是感觉学不到技术。但是干了大概2个多月之后，平台用熟练了，就发现了原好多东西都是值得自己去学习的，平台封装的思想就是一门大技术。所以，不能被事物表面现象所迷惑，我们不是一般人，要抓住他们的本质，提炼值得我们学习的知识与技术。

**大学生个人实习工作总结篇12**

　　时光飞逝，我的试用期也快结束了。这是我一生中宝贵的经历，也给我留下了美好而完美的回忆。在这段时间里，大家给了我足够的包容、支持、鼓励和帮助，让我充分感受到了领导的坚定信念和同事的乐观精神。在尊重每个人的同时，我也很荣幸和兴奋有机会成为公司的全职员工。

　　在这一个多月的时间里，在领导和同事的关心和指导下，通过他们的不懈努力，各方面都取得了必要的进展。

　　记得刚来公司的时候，对公司的了解仅限于公司网站的简单介绍，其他一无所知。所以，如何在试用期内了解、理解、熟悉自己的职业，就成了我的当务之急。

　　来到公司的某一天，有幸参加了公司召开的工作会议，受益匪浅。我觉得这是一份充满荣誉和挑战的工作。学习是一切进步的前提和基础。在此期间，我仔细研究了公司的所有相关资料，从网上摄取了大量有用的资料。日常工作的积累让我对公司有了更深的了解，也意识到公司的成长在中国互联网电商中起到了重要的作用。

　　在这一个多月的时间里，我兢兢业业地从事着自己的职业，不迟到不早退，自觉利用假期参加公司的加班工作。严格遵守公司规章制度，认真履行职责。

　　认真研究岗位职能后，工作潜力有所提升。

　　我的技术部是一个充满激情和挑战的部门。想认真学习岗位职能，做好本职工作，努力完成各项任务。

　　在今后的工作中，我将努力提高业务水平，克服不足，并朝着以下方向努力：

　　1.在以后的工作中不断学习业务知识，通过多看多学多练不断提高自己的业务技能。

　　2.提高自己解决实际问题的潜力，慢慢克服工作过程中的急躁情绪，细心、热情、细致的对待每一份工作。

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