# 实习工作总结

来源：网络 作者：水墨画意 更新时间：2024-06-17

*实习工作总结（精选10篇）实习工作总结 篇1 测量学首先是一项精确的工作，通过在学校期间在课堂上对测量学的学习，使我在脑海中形成了一个基本的、理论的测量学轮廓，而实习的目的，就是要将这些理论与实际工程联系起来，这就是工科的特点。测量学是研究...*

实习工作总结（精选10篇）

实习工作总结 篇1

测量学首先是一项精确的工作，通过在学校期间在课堂上对测量学的学习，使我在脑海中形成了一个基本的、理论的测量学轮廓，而实习的目的，就是要将这些理论与实际工程联系起来，这就是工科的特点。测量学是研究地球的形状和大小以及地面点位的科学，从本质上讲，测量学主要完成的任务就是确定地面目标在三维空间的位置以及随时间的变化。在信息社会里，测量学的作用日益重要，测量成果做为地球信息系统的基础，提供了最基本的空间位置信息。构建信息高速公路、基础地理信息系统及各种专题的和专业的地理信息系统，均迫切要求建立具有统一标准，可共享的测量数据库和测量成果信息系统。因此测量成为获取和更新基础地理信息最可靠，最准确的手段。

通过这次实习，锻炼了很多测绘的基本能力。首先，是熟悉了仪器的用途，熟练了仪器的各种使用方法，掌握了仪器的检验和校正方法。其次，在对数据的检查和矫正的过程中，明白了各种测量误差的来源，了解了如何避免测量结果错误，限度的减少测量误差的方法，第三，除了熟悉了仪器的使用和明白了误差的来源和减少措施，还应掌握一套科学的测量方法，在测量中要遵循一定的测量原则，如：“从整体到局部”、“先控制后碎部”、“由高级到低级”的工作原则，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，更可以提高测量的效率。

通过工程实习，真正学到了很多实实在在的东西，比如对测量仪器的操作、整平更加熟练，学会了数字化地形图的绘制和碎部的测量等课堂上无法做到的东西，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。

同时在这场实习中让我再次认识到实习的团队精神的重要性：每个人的一个粗心，一个大意，都可能直接影响工程的进度，甚至是带来一生都无法弥补的损失。一次测量实习要完整的做完，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。这次测量实习培养了我们小组的分工协作的能力，增进了同学之间的感情。而这些，就是在测量之外所收获的了。

总的来说，这次实习让我体会到了外业的艰辛，内业的耐心，工作的细心，甚至还有了对建国初的测绘人员的敬畏之心。锻炼了实际的能力，让我在未来面对选择时更有信心和勇气。

实习工作总结范文37

两周以来的测量实习，我得到了一次较全面的、系统的锻炼，也学到了许多书本上所学不到的知识和技能。

记得第一周认识实习时，我们都很兴奋，一周下来我们感觉都很轻松，休息了两天，开始测量实习，我跟着方老师找控制点，那时候每个人都还很兴奋，以为接下来的一周应该也很轻松吧，其实不然。虽然有点幸苦，但我们每个人都学会了很多，很多只有平常“多多逛街”才能学到的东西。我喜欢思考，也喜欢总结，所以我总结出了以下几点：

长大了，要试着去承担一些责任。我们生来就有一种惰性，无论是个人，还是一个团队，如果是在一个惰性的氛围中，那她(们)的效率一定不会很高，但如果每个人都有强烈的责任感，能够努力去承担一些责任，那么效率不仅提高了，而且任务也会完成的很好。

感染力很重要。在一个团队中，要想有好的氛围，第一个提意见的人的思想是很重要的，因为后来的人都不免会有从众心理。如果他(她)的想法是积极的，那么会有人也会积极的想一些问题。反之，则整个团队就陷入消极的氛围中。所以，我们每个人都应该积极的想问题。

多多思考。实习是什么，实习是将理论知识内化为自己知识的过程。实习过程中只有多多思考，才能多多消化知识，还能延伸出很多以前不知道的。团队精神，同甘共苦。这是一个老生常谈的词，但在这种实践中不得不提及，因为它无处不在，记得很清楚的是很多次我们在测量场地上吃午饭的;是我们都很早起床，然后在冷风飕飕中作业，每个人都在打颤;是我们都扛着仪器摸着黑回家。这一切的苦与乐，我们都一起承担。同甘共苦，我们很快乐!学会妥协。妥协是的艺术，在合作的过程中，不免会有一些冲突，这时就需要我们冷静下来想想问题的解决方法，每个人都做一些退让，那么事情就容易解决了。

做最“卑微”的工作，树高傲的自尊。一个好的团队，需要每个人都勤奋一点，不怕脏、不怕累，而不是推三落四。只有每个人都积极的做每件事，才能达到实习的目的，使每个人都熟悉每一个环节。

要坦然。无论做事还是做人，我们都应该学会坦然面对。记得图画到一半时，方老师指出我们作图方法是错的，我们曾想过将错就错;记得用卷尺量距离时我们曾想过只测量一次。但最后我们都没这么做，现在想起来，这是对的!坦然面对，才是我们想要的人生。

实习完毕了，这个实习是我生命中最难忘的日子，一开始的时候很怕，现在想来，日子还是过去了，而且可以拿到优秀实习生，所以，得到一个启示：不论遇到什么困难，不要对自己失去信心。

实习工作总结 篇2

此次毕业实习是在\_\_\_工程，经过四个月的工地实习，对于所学知识有了更深刻的了解和认识，扎实了不少基础知识，当然也学到了很多学校所不能掌握的。

实习期间对于施工工序有了全面的了解，重点是对承台、墩身、连续梁的施工放样、钢筋绑扎、模板的安装、砼浇筑等工序，明白施工过程中必须严格按照各步工序的施工步骤，杜绝不合理施工，做到每一步施工必须有现场技术员在场旁站，施工前必须报监理审批检验，合格后方可施工。做到“安全第一，质量第一”。

在项目部实习四个月的期间里，对我来讲是一个理论与实际相结合的过程，在工地现场施工员、技术负责人的指导之下，让自己对整个基础的做法，标准层的施工有了深入的了解与掌握，而且对整个桥梁工程的各个方面也有了深刻的理解和认识，并且巩固了书本上的知识，将理论运用到实际中去，从实际施工中丰富自已的理论知识。对整个工程及工地的基本情况有了了解，看了工程的结构施工图，了解了工程的类型、结构形式、工程的规模、生产工艺过程、桥梁构造与结构体系、基础的特点等，还了解工程的进度情况、技术力量的配备及工人的素质，及目前工程中存在的主要问题及准备采取的方案措施。整个实习的过程时间虽短，但让自己知道了如何当一名好的技术员。整个实习的过程也让自己发现了自己理论知识上的不足，也让自己为以后的学习充满了动力。工地虽说是苦了点，但也让自己明白了一句话：“吃得苦中苦，方为人上人。”

短短四个月的实习生活中，让我学会了不少东西，当我摆正自己的心态，从初涉社会工作的被动状态转变到开始适应社会的主动状态，以放松的心情，充沛的精力重新回到紧张的学习工作当中时，我忽然有种这样的感受：短短四个月，仿佛思想又得到了一次升华，心中又多了一份人生感悟。

这次实习让我深刻体会到读书固然是增长知识开阔眼界的途径，但是多一些实践，畅徉于实事当中，触摸一下社会的脉搏，给自己定个位，也是一种绝好的提高自身综合素质的选择。

实践出真知，实践是知识常新和发展的源泉，是检验真理的试金石，也是毕业生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。大学生成长，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。

实习工作总结 篇3

在繁忙而充实的学习、工作生活中，我们度过了完美的三年大学生活。而这个学期，我们就要进入社会进行毕业实习了。由于上学期末在主校区招聘会时透过了x广州x网络技术有限公司的面试，所以在今年2月至5月期间，我就在x公司那里进行实习工作了。

这是我的第一份正式工作。虽然以前也有参加过一些社会兼职实践活动，但是感觉不一样，因为这次实习是我们迈入社会的转折点，也是将来工作的必经阶段。想到以后就要正式融入到这个社会了，有很多事情还等着我们去应对，虽然有点紧张、害怕，但是内心又有点向往……毕竟自己从来没有经历过啊，以后路就是由自己走下去了!

我们公司是一家港资企业，于1990年成立至今，是一间极具规模的x联络中心，已于1998年获得了ISO9001认证，具备一流的专业设备、先进的x中心系统。庞大的联络中心营运规模，构筑稳健的业务平台，在综合资源配备下，能同时为多个不同行业、不同规模的企业机构带给专业全面的x、x服务，客户联络，设施管理……在广州的这个分公司是在20\_\_年设立的，主要负责中国移动通信集团广东有限公司客户中心10086外呼服务，包括电话服务通信项目、通信回访，以及通信故障处理项目等。而我刚进公司的职务就是x专员，就是透过x与广大中国移动品牌客户进行移动产品介绍、推广，同时，也负责进行电话回访、电话营销、社会调查等工作，并注意处理好与客户关系。

经过为期一周的就职前培训，我们主要学习到了这份工作所需要的服务意识与沟通技巧，应变潜力，以及公司的各项规章制度，工薪待遇，节假期，提升制度等……但，并不是所有参加培训的学员都能够成为公司的正式员工的!我们还要进行考核……所幸我与另外5位新同事透过了测试，也透过了体检，能够成为公司的新员工进行实习。这也让我第一次感受到了社会竞争的残酷，弱肉强食。潜力不够强的员工，公司不需要!有些事情真的是有能者居之……所以，我们只有透过自己的不懈努力，战胜各种障碍，才能步向成功。

与此同时，我也明白了步出社会工作，与坐在学校上课的区别。在学校里，我们最重要的事情是学习，而出了校门，如何能让自己在芸芸众生之中脱颖而出，成为社会的栋梁，让人信任自己，主要就是靠自己的实际潜力!这也让我想起了辅导员老师对我们说过的：在大学里要学会“做人，做事，做学问!”，原先这真的是很有道理的。因为我们在学校里学得好并不代表就能够在工作中做得好，所以我们平时在学校就就应锻炼好自己各方面的综合潜力，这是很有必要的。而且，此刻的大学生给人的一种感觉，就是眼高手低，做不了实事……因此，只要能把平凡的事情做好，就已经很不平凡了。透过各种沥炼，让自己真正地成为一个能安心、能吃苦、能创业的“三能”应用型人才!

最后都开始上班工作了，虽然我们在培训时就已经详细地学习过了业务知识，但毕竟只是听导师的讲解，没有真实地对着现实中的客户，而且每个客户都有着自己不同的状况需要解决，加上自己以往也没有正式的工作经验，怕做得不好遭客户投诉，影响公司形象……所以还真的挺紧张呢!但是导师也常常鼓励我们，说经过考核挑选出来的我们，已经具有必须的潜力能够自己解决问题了，而且，无论我们遇到什么问题，他们都会继续帮忙我们的。没错，我们要相信自己，而且，只要认真，就必须能够做好，必须能够胜任的!这对我们接下来的工作起到了很重要的作用。平时回到公司，在办公室一呆通常就是大半天，除了午饭休息时间之外，其余时间都是坐着对着电脑。看似简单，但是公司交给我们的任务还是要按时保质保量完成的，否则就会影响到整个项目的进程，还要注意自己的工作有效率，这是跟我们的工作绩效挂钩的;虽然工作不算辛苦，但压力还是有的，尤其是“3·15”消费者权益日期间，社会各界各方面都十分地关注。而我们呢，更是不能松懈，稍有差池就可能遭到客户投诉。因此主管们更是经常下来巡场，三番五次督促我们要注意服务态度、注意业务知识、注意客户反馈、注意语音标准……遇到暂时回答不了的问题要注意及时记录

好，并做好回访工作;要善于聆听，满足客户需求……但我觉得其实主要都是细节方面，因为我们都是透过电话形式与广大客户联系的，你给人的第一感觉很重要，首先你要形象专业，其次是业务专业，这样客户才会相信你。而且你要细心聆听明白客户需求，主要就是回答这是什么业务，有什么功能作用，使用条件、收费标准，如何操作使用(开通/取消/设置)，还有就是客户异议处理，帮忙客户解决实际问题。注意好细节，工作起来就不会感觉到有什么困难了。

众所周知，我们大学生的实习是一种挑战，更是一种机遇。它能让我们学到很多在课堂上学不到的知识，也为我们进一步走向社会打下坚实基础。随着时间的推移，我们跟其他新老同事也逐渐熟落起来，除了工作上的互相帮忙、互相鼓励之外，工作之余有时我们也会相约一齐外出，吃饭唱K、聚餐郊游……这不但能够排解一下工作压力，调整自己的情绪，毕竟能够适当休闲娱乐、慰劳一下自己也是好的。而且，有较好的人际关系能够帮忙自己快速地融入新环境，调整工作心态，发挥自己的最佳水平。透过在那里进行实习，我也明白了礼貌的重要性，不单止对客户要有礼貌，与同事相处也是需要礼貌的。幸好我的同事很好相处，很容易打成一片，很高兴自己能认识这么多待我这么好的同事、上司、朋友，也算是获益良多吧!

透过这次难得的毕业实习，我的工作潜力得到了一次实质的升华。虽然在学校我也有担任学生干部，但毕竟多数都是在学校为同学们服务，与社会上形形色色的人交集较小，而此刻就是真真正正地需要自己的处世应变潜力，因为此刻是与社会的人们打交道了。在现实中，我们总会有这样或那样的人际、事务需要处理、需要解决，这就相当于是对我们全面潜力的一次综合考验了!同时也让自己的工作、交际、分析、口才、学习等潜力得以锻炼，具有了必须的工作经验和社会经历，让自己更明确奋斗目标。

总的来说，在进行毕业实习的三个月中，我的总体表现还不错，能做到认真负责，用心主动。态度良好，理解潜力也比较快。但我觉得思想还不够成熟，认知上还有待进一步加强锻炼。在接下来的工作、生活中，我会继续努力，多方面地学习，注意经验的积累，总结收获，让自己能更好地融入社会，适应社会需要!为实现理想而奋斗!加油!

实习工作总结 篇4

三个月的实习转眼就要过去了。于20\_\_年\_月\_日进入\_\_\_公司，在\_\_\_货物招标部主要从事招标业务的相关工作。在实习期间，我在领导及同事们的关心与帮助下，业务知识和技术能力得到不断充实并提高。在此，我就实习期所做的工作向各位领导做如下汇报：

一、认真学习业务知识，履行岗位职责，服从领导安排。

做为一名公司的新进员工，我时刻鞭策自己，在工作中恪守招标守则，不断学习公司文件，了解公司全新的经营理念和管理模式，明确自己的岗位职责。在第一周对招投标常用法律法规学习，国际国内货物招标流程学习，并完成了公司的测试。

二、主动热情，以端正的工作的态度对待每一份工作。

到\_\_\_货物招标部以后，部内的全体人员对我格外照顾，关心无微不至，使我在这里感觉到了家庭的温暖，从而能够使我能够很快的进入工作角色。主要从事工作如下：参与技术交流的项目;参与标书审查的项目;参与标前会的项目等。在以上的工作中我按照各位师傅的的吩咐，对招标中的每一个环节进行严格的操作;使我受益匪浅，不仅从(\_\_领导)过硬的专业素质、良好的组织协调能力，也学到了招标行业良好的职业道德及工作中踏实肯干的工作作风。

三、虚心求教，不断改进、不断积累自身业务技能。

作为一名年轻的招标工作者，可能由于经验不足而带来较多麻烦，但我针对招标中出现问题向师傅虚心求教，积极总结处理方法，并热衷于对问题处理方案的积累。例如在师父的指导下独立完成国际标拉伸试验机项目，包括前期技术交流，标书审查，编写招标文件，发布公告，跟踪购标，开标等一系列的工作。而期间遇到很多困难，只有2家购买标书，向上海市机电办申请2家开标，抽取评委时，在\_网限定的次数内未抽到足够的评委，2次向机电办申请重抽专家。开标前夕得知其中一家临时决定不参与投标，造成流标。同时由于我的经验不足，在\_网上的误操作，在投标截止时间到之前就修改公告，造成无法提交两家开标备案，在咨询了\_网工作人员后，及时与上海市机电办沟通，弥补了之前的错误。

总之，在这3个月的实习期内我深深的感受着公司的人性化管理，感受到了公司蓬勃向上的动力和体贴关心员工的暖暖深情。同时我迫切希望能得到公司领导的肯定，按期转正，我会用我的实际行动为\_\_\_国际招标有限公司的发展做出自己的一份贡献。

实习工作总结 篇5

(一)前期五大连池风景区地接导游

1、准备工作很重要

我的实习开始于暑假之初，我于七月十四号到达黑河市五大连池世界地质公园风景区，提前开始了我的实习。经过一周的准备，其中包括参加五大连池风景区20xx年导游人员上岗资格考试、背诵导游词、跟随旅游团采点实习等一系列准备工作，我才赢得了第一次带团的机会。这一周对于我来说过得很艰难。说来也真是幸运，我带的第一个团是来自河北唐山的自驾游散客。游览时间为一天，但这一天却令我感觉格外的漫长。当时的我导游词还不算熟练，景点的路线更不是非常熟悉，好在景区比较规范不至于走迷路。在陪游客走景点时，我把自己准备的内容都讲给了游客，生怕冷场，没有话题尴尬，但还是有一个问题被游客问住了。送走了这个自驾游散客团后，我不免有些失落，这才知道自己还有许许多多的不足之处需要改进。还是功夫没下到，准备得不够充分。这之后我向所在的旅行社又申请了一次跟团实习的机会，虚心的向当地的老导游请教一些带团的经验和技巧。每天晚上回到我们的合租房后，我都利用休息的时间重温导游词，讲导游词给合住的小姐妹们听，让她们帮我指出不足之处。经过我的不懈努力我的 业务 的熟练了。

2、工作是五味瓶 酸甜苦辣咸

每天带团的日子是充实的。基本上都是当天下午接到旅游团队，先送到餐厅用餐，然后进行景点的游览，晚上安排住宿，第二天上午接着游览剩下的景点，游览结束后待游客用过午餐后送走，然后接下一个团队。忙的时候一连几天都没有休息。每周最清闲的日子就是的周一了。在五大连池风景区带团的这段日子很辛苦，每天大概都是五点半起床，收拾好带团要用的东西，六点半从我们的合租房出发去宾馆接游客，如果宾馆含早餐就在餐厅吃陪同餐，要是赶上不含早餐的时候就在楼下的老台门买两个包子，边走边吃，充分利用时间嘛!时间观念非常重要，绝对不能让整个旅游团队等你一个人。迟到会破坏游客对导游的印象，增加工作的难度。

带领游客游览景点绝对是一个力气活儿。不比游客少走一步路，还要不停的对景点景观进行讲解。开始时我有些吃不消，讲解的过程中要喝很多次水，后来才慢慢地适应了。有些游客每见到一处景观，总是忙着先拍照，完全不理你的讲解，等你讲完了，这些游客往往又会问这个地方的景观是怎么样形成的、历史有多悠久等一系列你刚刚讲解过的问题。作为一名合格的导游，有义务帮助游客了解景点的历史情况和形成原因等问题，但是对于这种不尊重你劳动成果的游客，你又毫无办法不得不不厌其烦的重复讲解给个别的游客听。还有一些游客对导游这个行业的认识有偏差，认为导游只是陪着游客走走景点不花什么力气游山玩水的同时还有钱赚，甚至有些游客认为从事导游这个行业的人都是 黑心鬼 。这些偏差真的给我的工作带来了一些困难。将近两个月的带团时间，当然让我见识了形形色色的游客，他们来自不同的地域，有着不同的生活经历和风俗习惯，所以我必须在短时间内去适应他们。通过穿着打扮，言行举止，针对不同的游客运用不同风格的导游词进行讲解。这才体会到这个行业里的学问真大，需要不断的学习。

当然事情总是有两面性的。在抱怨工作的同时也在其中收获了经验，当得到游客的认可时，感觉真的很欣慰，自己的努力得到了游客的肯定当然是一种幸福。这种情况下，走再多的路，说再多的话也不会感觉有多累。

我每天的工作就是带领着游客们游览景点，将每一处景观介绍给他们。让我的每一位游客在亲身体验美景的同时也了解景点的由来和当地的文化。同时也要按照旅行社的安排为游客提供住房、餐饮、购物等活动。

3、游览景点

报团来五大连池世界地质公园旅游观光的游客一般都是要游览四大景点：黑龙山，北药泉，龙门石寨，水晶宫。

黑龙山又名老黑山，是全区最大的一个景点，也是五大连池打开的火山教科书中最精彩的一页。这个景点需要的时间最长，大概需要四个小时左右，也是最累的一个景点，因为要爬山，当然了黑龙山也是来五大连池必游的一个景点，站在黑龙山的最高点览胜峰，可以看到五大连池的全貌 十四座新老期火山和五个溪水相连成串珠状的火山堰塞湖，景色非常壮观，而且还可以观看到波澜壮阔的翻花石海和造型奇绝的喷气锥碟以及扎根石海生命力顽强的火山杨。

北药泉是世界明泉观光区，在北药泉可以品尝到五大连池独特的天然含气的矿泉水。这种矿泉水入口辛辣回口绵甜，含有四十多种人体所需的微量元素和宏量元素，长期饮用对人体是非常有好处，可以治疗胃病、女性的缺铁性贫血、促进消化系统循环等。

龙门石寨则是古火山观光区，形成年代久远。在这里不仅能够体会到老期火山喷发时的大气磅礴，还能观看到不同层次的植物景观。

水晶宫又名地下冰洞，是老期火山喷发后形成的天然洞穴，这个洞穴的温度常年维持在零下5至零下12℃，里面雕琢了很多冰雕，惟妙惟肖，常年不化，这个景点对南方来的游客很有吸引力。

除了以上四大景点外，五大连池风景区还有药泉山景区，温泊，地下冰河，南药泉，火山地质博物馆，二龙眼，白龙湖等景点，这些地方虽不是每个旅游团都必游的，却也是受游客朋友们青睐的度假胜地。

(二)后期哈尔滨香炉山讲解员

正式实习过了一半时间左右，我从五大连池风景去返回了哈尔滨，到隆华旅行社带团，主要做香炉山专线。由于之前做过再加上在五大连池风景区做地接导游的经历，回到哈尔滨带这种周边短线路旅游自然感觉十分轻松。

这期间我的工作内容比较单一，几乎只是在带香炉山这个景点。每天重复着前一天的工作。确认游客人数，简单介绍香炉山的风光，陪同游客登山，返回集合地。尽管每天的工作内容是相同的，但面对的游客却是不同的，所以我对工作仍然保持着新鲜感。去香炉山旅游的游客一般分为:一日游和两日游。当然还是以一日游为主。相比五大连池的带团经历，这里要轻松简单得多。

三、指导老师指导情况

我们小组的工作比较特殊，一般都是在外边进行带团活动，同人接触得比较多，而且经常要坐公交车，所以安全问题自然是老师最为担心的内容。我们的指导老师经常打电话提醒我们注意自身安全，也询问我们的实习内容，对我们大家的实习情况很了解，在我们失落迷茫时给了我们很大的帮助。在此，我要对我们的指导老师表示衷心的感谢。

四、收获及心得

(一) 机会永远只偏爱有准备的头脑

提前做好准备，可以让你的工作事半功倍。通过我在五大连池做地接导游和在哈尔滨香炉山的带团经历相比较，我明白了一个道理：机会永远只偏爱有准备的头脑。回忆我在五大连池的日子，作为一个地接导游最基本的就是要熟悉本地区的旅游景点及其路线，最初这对于初到景区的我来说难度是非常大的。所以必须在短时间内提前做好准备熟悉景点路线，熟悉景区特色和熟练掌握导游词，否则即使带团的机会就摆在眼前，也是把握不住的。只有在接到旅游团之前对要去的景点、宾馆、餐厅、购物店非常熟悉才不至于出错。如果一个导游刚开始就指错路或者对游客提的问题回答得含糊其辞，势必会影响游客对导游的第一印象，也会给接下来的工作带来不便。

(二)不断丰富自己的知识才是王道

无论是在五大连池风景区做地接导游还是在哈尔滨香炉山带团的经历都告诉我：作一个导游必须不断地学习丰富自己的知识。

首先，导游的导游词绝不是单纯的背诵而是绘声绘色地讲解。俗话说得好： 景点美不美，全靠导游一张嘴 。这就说明了导游的讲解很重要。在讲解这个方面我认真思考过，针对不同的游客需要使用不同的讲解，所以导游的讲解词绝不能千篇一律。要认真对游客们的年龄、职业、爱好进行区分，选择不同风格的导游词进行讲解。

其次，作为一个导游还要与时俱进，根据实际情况不断更新自己的讲解词。随着景区的再次开发和利用，一些景点的情况势必会有所改变。所以导游员必须及时对讲解词进行调整，适应变化。

最后，要做一名优秀的导游员应该多方面的涉及知识。这不仅仅是因为你的游客来自五湖四海有着不同的生活经历和风俗习惯，也是因为他们从事着不同的工作。只有自己涉及多个知识面才能保证自己在和形形色色的游客接触时都有谈资。记得在我准备导游考试时，授课的老师就说过导游这个行业是 杂家 ，不管什么东西都要略知一二，这也是一个优秀导游员的基本素质。

(三)懂得说话的技巧

在带团的过程中，我碰到过很多不会说话，不尊重人的游客。在行车过程中，一般导游会对即将要去游览的景点进行一个简单的介绍，讲一讲注意事项，往往这个时候一些游客会不自觉的讲话，这样做既是不尊重导游工作也会影响其他游客。对于这种情况，导游不能放任不管，但也要注意的是说话的技巧，如何提醒游客保持安静又不伤害到游客的自尊心是应该好好考虑、处理的。这就需要我们懂得说话的技巧。

(四)受点委屈别太往心里去

由于导游这个行业是和人打交道的，所以在你带团的过程中一定会会遇到一些十分挑剔的人。无论你认为自己做得多好多周到，这些游客都会挑你的毛病，甚至恶语中伤。对于这种情况我们要做的是保持一个好态度，保持一个微笑。尽量把事情处理好，大事化小，小事化无。受了委屈也不要过于在意，因为这样的事情可能经常发生!

当然了有时候也会是因为自己真的做得不好才引起的不愉快，所以对自己的行为进行反思也是必要的。有人说： 导游绝对是一个和游客斗智斗勇的好行业 其实这句话有些夸张了，但确实值得我们思考。

五、 实习单位的不足之处及建议

(一)不足之处

1、五大连池风景区五湖旅行社

五大连池风景区五湖旅行社是一家新兴的私营企业，在管理上存在一些弊端，缺少人手，操作上也不是非常的规范。

导游接团需要先到旅行社取接团计划，一些时候接团计划做得不是非常的规范，导游在拿到计划时还需要再次询问一些情况，比如说宾馆的级别，是否含有早餐，景点观光车自理情况等。这样既浪费了双方的时间又降低了旅行社的工作效率。

地接社和组团社沟通上存在一些问题，双方相互推诿，把难点都留给了导游。比如说组团社对景点这种情况不是非常了解，经常会把一些根本无法到达的景点也列入游客的行程单里，这就给导游带来了一些麻烦，有时甚至解释之后也会被一些游客投诉说导游不负责任，私自减少了该去的景点。这类情况在带团时时有发生，如果双方增加沟通，明确权责，将一些细节问题做得更精细，就可能减少不必要问题的发生。

2、哈尔滨隆华旅行社

该旅行社成立时间并不长，相对来说操作比较规范，但也存在一些问题，如经营旅游线路有些单一，报团时旅行社承诺游客的时间同与司机签署合同的时间有出入，景点的管理缺乏人性化等。

(三)合理性建议

1、旅行社可以增加人手，以便提高工作效率。专人负责各项工作内容，将出团计划做得更为详尽规范，对于一些细节问题应该做出明确的说明。原有的计划单存在很大的问题，一些重要的信息无法清晰地体现出来，建议旅行社可以重新制作更为清晰明确的出团计划单。一份详细的接团计划单可以提高双方的工作效率。

2、旅游目的地地接社同客源地组团社应该增加相互的沟通，地接社有责任和义务将旅游景区的实际情况告知组团社，例如合理的行程安排，游览时间，沿途风光等。在了解了实际情况后，组团社再根据实际情况制定游客的行程单。这样既减少了不必要的问题发生也是对游客的负责，更会为双方旅行社的信誉加分。

3、旅游用车也是旅游过程中的一项重要内容，在带团的过程中，不免会遇到旅游车出现故障的时候，对于这样的情况，旅行社应该有所准备，在旅游车一旦出现故障后，及时换车解决问题，以免影响游客的行程。

4、旅行社可以在原有的基础上扩大经营范围，单一的经营路线不是长久之计，多元化的经营才是适应市场经济的趋势。

实习工作总结 篇6

时间总是在我们不经意间已流过指尖。在不经意之间我们已经走过了一年的实习生活，一年的实习生活马上就要结束了。回首这一年的历程，脑海里留下了深深的印迹，在这一年里我学会了很多，也认识了很多真诚的朋友和善待我的师傅。

随着社会的快速发展，当代社会对即将毕业的大学生的要求越来越高，对于即将毕业的我们而言，为了能更好的适应严峻的就业形势，毕业后能够尽快的融入社会，同时能够为自己步入社会打下坚实的基础，我系同学各自开展了顶岗实习活动。此次实习，我是济南中岩公司公司-三星电子客服的一名维修工程师，从找工作到找到工作到工作的过程中发生的点滴给我留下了深刻的印象，也让我学到了许多知识，体会到很多，相信此次经历多我而言是一笔宝贵的财富。本次实习目是：毕业实习是我们大学期间的最后一门课程,不知不觉我们的大学时光就要结束了,在这个时候,我们非常希望通过实践来检验自己掌握的知识的正确性。在这个时候，我来到了三星电子客服，在这里进行我的顶岗实习。

一、下面我来介绍一下我的实习单位以及实习岗位。

济南中岩通信器材有限公司成立于20xx年11月，主要从事手机、家电、数码类的售后服务工作，目前服务网点82个，覆盖山东17地市及安徽省淮南、安庆、滁州等地市，覆盖率达59%，形成了连锁经营的手机服务网络。公司员工580人以上，其中25岁以下的员工占到了70%以上，形成了一支朝气蓬勃、团结向上、积极进取的服务队伍，经过不断的发展，成为众多移动厂家的授权认证服务中心，并连年获得用户及厂家的好评 。

目前授权品牌：诺基亚、三星、酷派、天语、联想、海信、中兴、华为、黑莓等多个品牌，并于电信多个网点合作，形成集C网、G网、家电、数码、笔记本、增值、销售等一条龙服务，无论是发展空间还是潜力，都给广大员工提供了一个良好的平台，希望我们一起努力，共同发展！

二、实习内容及过程

为了达到毕业实习的预期目的。在学校与社会这个承前启后的实习环节，我们对自己、对工作有了更具体的认识和客观的评价。在整个的实习工程中,我总共做了以下的一些工作,同时自己的能力也得到了相应的提高。我主要是在三星电子客服单位维修工程师一职，该职务主要是：

1、负责产品的检测、保换工作，并出具相关的检测单，为保换期内的换机提供准确的依据；受理用户的保/维修判断，对维修的产品开具维修单并在顾客签名认可后并把故障维修好；

2、完成公司对手机维修方面的数据要求，负责本维修点零配件的建账、登记、保管工作；

3、严格执行公司的维修制度，正确使用及保养维修器具；

4、参加公司组织的各类培训，执行维修操作的工作流程；

5、完成上级交办的其他工作。 在实习过程中，积极肯干，虚心好学、工作认真负责，胜任单位所交给我的工作，并提出一些合理化建议，多做实际工作，为企业的效益和发展做出贡献。

在实习单位，师傅指导我的日常实习，以双重身份完成学习与工作两重任务。向单位员工一样上下班，完成单位工作；又以学生身份虚心学习，努力汲取实践知识。实习收获主要有四个方面：一是通过直接参与企业的运作过程，学到了实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高，圆满地完成了教学的实践任务。二是提高了实际工作能力，为就业和将来的工作取得了一些宝贵的实践经验。三是在实习单位受到认可并促成就业。四是为毕业论文积累了素材和资料。

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，对实际的维修工程师工作有了一个新的开始，更好地为我们今后的工作积累经验。

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，对实际的文秘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。

为期一年的实习结束了，我在一年的实习中学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，收益非浅.现在我对这一年的实习做一个工作小结。回想自己在这期间的工作情况，不尽如意。对此我思考过，学习经验自然是一个因素，然而 更重要的是心态的转变没有做到位。现在发现了这个不足之处，应该还算是及时吧，因为我明白了何谓工作。在接下来的日子里，我会朝这个方向努力，我相信自己能够把那些不该再存在的“特点”抹掉。感谢老师们在这段时间里对我的指导和教诲，我从中受益非浅。本次实习使我第一次亲身感受了所学知识与实际的应用，理论与实际的相结合，让我们大开 眼界，也算是对以前所学知识的一个初审吧!这次生产实习对于我们以后学习、找工作也真是受益菲浅。在短短的一个星期中，让我们初步让理性回到感性的重新认识，也让我们初步的认识了这个社会，对于以后做人所应把握的方向也有所启发。我会把这此实习作为我人生的起点，在以后的工作学习中不断要求自己，完善自己，让自己做的更好。

实习感悟

在顶岗实习的过程中我明白了许多。首先明确顶岗实习的目的，在于通过理论与实际的结合、学校与社会的沟通，进一步提高学生的思想觉悟、业务水平，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作能力以及待人接物与外界沟通的能力，以便把学生培养成为具有较强实践能力、良好职业道德、高技能、高素质的，能够主动适应社会主义现代化建设需要的高素质的复合型人才。顶岗实习、工学结合\"是现代职业教育的一种学习模式，是把生产劳动和社会实践相结合的一种人才培养模式。其基本形式是学校与企事业用人单位合作培养学生，学生通过工学交替完成学业。生产实习是我们学院为培养高素质工程技术人才安排的一个重要实践性教学环节，是将学校教学与生产实际相结合，从而为毕业后走向工作岗位尽快成为业务骨干打下良好基础。通过生产实习，使我们了解和掌握了车间管理、生产技术和工艺过程；使用的主要工装设备；产品生产用技术资料；生产组织管理等内容。在这次生产实习过程中，不但对所学习的知识加深了了，更加重要的是更正了我们的劳动观点和提高了我们的独立工作能力等。

通过这次实习，我发现了自己看问题的角度，思考问题的方式也逐渐开拓，这与实践密不可分，在实践过程中，我又一次感受充实，感受成长。

1、要有较强岗位意识。 作为一名毕业生，毕业后走向社会，大多是从事一线工作，有劳动性的，有营销性的，基本上都要从基层做起，这是高职生必走之道。每一个岗位都有他特有的作用，干一行，爱一行，专一行，是一种岗位责任，是一种职业品质，用人单位很注重这种品质。这种岗位责任是一名员工走向成功的必经之路。要增强岗位责任，就必须顶岗深入到生产一线进行脚踏实地的工作，兢兢业业的去做，只有这样，才能磨练和增强他们的岗位责任感，这是现代社会对高职生的基本要求。

2、在工作中要有良好的学习能力，要有一套学习知识的系统，遇到问题自己能通过相关途径自行解决能力。

因为在工作中遇到问题各种各样，并不是每一种情况都能把握。在这个时候要想把工作做好一定要有良好的学习能力，通过不断的学习从而掌握相应技术，来解决工来中遇到的每一个问题。这样的学习能力，一方面来自向师傅们的学习，向工作经验丰富的人学习。另一方面就是自学的能力，在没有另人帮助的情况下自己也能通过努力，寻找相关途径来解决问题。

3、要明白良好的人际关系是我们顺利工作的保障。

在工作之中不只是同技术、同设备打交道，更重要的是同人的交往。所以一定要掌握好同事之间的交往原则和社交礼仪。这也是我们平时要注意的。我在这方面得益于在学校学生会的长期的锻炼，使我有一个比较和谐的人际关系，为顺利工作创造了良好的人际氛围。另外在工作之中自己也有很多不足的地方。例如：缺乏实践经验，缺乏对相关行业的标准掌握等。所在我常提醒自己一定不要怕苦怕累，在掌握扎实的理论知识的同时加强实践，做到理论联系实际。另一方面要不断的加强学习，学习新知识、新技术更好的为人民服务。

4、要不断积累社会经验。

增强社会经验，也是增加工作经验。一名毕业的大学生在面对用人单位面试时，别人很自然要问到你有无工作经验，这道门槛拦住了不少大学生。因此，顶岗实习不仅仅是一种劳动锻炼，更重要的是通过实践增强工作能力，增加工作中的沟通和适应能力，增强做人的才干；实践出真知，实践长才干。有了适当的顶岗实习并能顺利拿到一份顶岗实习合格证，这对今后走向社会，应聘岗位时，无疑是非常有益的。

5、要认真学习企业的科学管理技能。

管理是一门科学，更是一门学问和艺术。科学的管理，能给企业插上腾飞的翅膀。我们选择学生顶岗实习的平台时，选择一个好的企业，特别是科学管理好的明星企业，对实习学生来讲，无形中就会增长他们的科学而严谨的管理意识。在这种环境下，企业员工综合素养有较大提升。用他们自己的话说：\"从中兴走出去的员工，可以胜任其他企业的主管\"。企业一席话，证明管理出效益，管理出人才，管理促发展的硬道理。因此，我们的实习生，就是要在这样的明星企业去磨练，去锻炼，在实践中增长管理才干，增长做人的才干。

总结

实习就这样结束了，我们也将正式走出学校，走进社会，这段实习生活是一个很好的锻炼机会，他让我真正的懂得了学校和社会的不同，也真正的让我从一个学生转变为一个男人。为自己的未来奋斗的人，为将来打拼，这种感觉很好，虽然在这段期间有谢不适应，也有过要放弃这份工作去找个轻松点的活，但我最后还是干到了现在，我想我在未来的一段时间还会干下去，并干的更好。

这段时间我成熟了，想问题不在那么简单，我会在深思后再做决定。工作让我学到的不仅仅是工作的知识，更重要的是我学会了怎样去面对社会上的各种问题。我想在未来我会走的更好更远。我会为自己的将来努力，努力去创造我自己的历史！

实习工作总结 篇7

在鑫华，我被安排在了前台文员这个实习岗位上。这是第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每一天在规定的时间上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事。我们的肩上开始扛着民事职责，凡事得谨慎留意，否则随时可能要为一个小小的错误承担严重的后果付出巨大的代价，再也不是一句对不起和一纸道歉书所能解决。

“天下英雄皆我辈，一入江湖立马催。”从学校到社会的大环境的转变，身边接触的人也完全换了主角，老师变成老板，同学变成同事，相处之道完全不同。在这巨大的转变中，我们可能彷徨，迷茫，无法立刻适应新的环境。我们也许看不惯企业之间残酷的竞争，无法忍受同事之间漠不关心的眼神和言语。很多时候觉得自己没有受到领导重用，所干的只是一些无关重要的杂活，自己的提议或工作不能得到老板的肯定。做不出成绩时，会有来自各方面的压力，老板的眼色同事的嘲讽。而在学校，有同学老师的关心和支持，每日只是上上课，很简单。常言道：工作一两年胜过十多年的读书。实习时间虽然不长，但是我从中学到了很多知识，关于做人，做事，做学问。

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的潜力”。参加工作后才能深刻体会这句话的含义。除了计算机操作外，课本上学的理论知识用到的很少很少。我担任的是前台文员一职，虽然平时在工作时只是接接电话处理文件管理办公用品，几乎没用上自己所学的专业知识。但这一切都是陌生的，我们务必在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行能够虚心请教他人，而没有自学潜力的人迟早要被企业和社会所淘汰。而每日重复单调繁琐的工作，时间久了容易厌倦。但是工作简单也不能马虎，你一个小小的错误可能会给公司带来巨大的麻烦或损失，还是得认真完成。

踏上社会，我们与形形色色的人打交道。由于存在着利益关系，又工作繁忙，很多时候同事不会像同学一样对你嘘寒问暖。而有些同事表面笑脸相迎，背地里却勾心斗角不择手段，踩着别人的肩膀不断地往上爬，因此刚出校门的我们很多时候无法适应。环境往往会影响一个人的工作态度。一个冷漠没有人情味的办公室，大家就会毫无眷恋之情，有更好的机会他们肯定毫不犹豫的跳槽。他们情绪低落导致工作效率不高，每一天只是在等待着下班，早点回去陪家人。而偶尔的为同事搞一个生日party，生病时的轻轻一句慰问，都有助于营造一个齐乐融融的工作环境。情绪好，大家工作开心，有利于公司的发展。在电视上不止一次的看到职场的险恶，公司里同事之间的是非，我想我能做的就是“多工作，少闲话”。且在离毕业走人仅剩的几个月，更加珍惜与同学之间的相处。

在大多数同学看来，我呆在前台这样一个打杂的位置，是委屈了我，刚来报到时，我也有一样的想法。但是经过十几天的实习之后，渐渐有了改观。

其实就算一个新招聘进来的正式员工，也要从小事做起、底层做起，更何况是尚未走出校门的实习生呢。作为新人，什么都不了解，怎样可能不“打杂”呢?手上做的事虽小，但却能因为宽广的眼界而变得好处重大起来。在“打杂”的日子里，正是了解工作流程，熟悉业务知识，寻找自身差距的好时机。把实习的岗位作为了解一个行业的窗口，处处留心，多观察，多思考，收获才会。而实习一般都会有正式的员工来做指导老师，这就是一个绝佳的学习机会。而且从对待小事的态度上，更能看出一个人的素质。连一点儿小事都做不好，如何能让人对你有信心，将更重要的职责交付给你?

“打杂”中也不是完全接触不到正规业务，更重要的是在与同事友好相处、与外界沟通中提高独立处事和处理困难的潜力，学习人际交往的技巧。而这些都是日后作为一名职场新人的必修课。再者，实习时即便是“打杂”，也要持续良好的心态。

在离校前，老师以前给了我们这样一个忠告：在实习中要做到、和。

眼尖：眼尖包括“观察”，再者就是有“眼力见”。作为一名实习生，在单位里首先要不给人家添乱。虽然有指导老师，但提问也要看准时机，别在老师正在忙的时候去打扰人家的正常工作。在初步了解了行业的内部运作后，要有针对性地去学习岗位上的具体工作，为以后的就业打基础。

手勤：尽管是实习岗位，也不要有丝毫懈怠的想法。不能把自己还看成一名大学生，而要像正式员工一样严格要求自己，熟悉单位的规章制度和企业文化。

心细：用人单位都喜欢把一些琐碎、单调、技术含量低的工作交给实习生做，如给复印机加纸，换一下饮水机上的空水瓶……这个阶段缺乏乐趣和挑战性，只有经过这样的考验，才有机会获得进一步施展才能的机会。除了指导老师交代的工作要用心去做，还要细心地记录观察，最好做实习日记，将每一天的收获、感触和遇到的问题，企业的信息都一一记录下来，这不仅仅会对学习有益处，而且在写实习报告的时候会有帮忙。

此外，端正心态和学会应对自己“不喜欢”的工作，也是实习的必修课。因为心态决定生活状态，不要有“我在学校怎样怎样”或者“我比你此刻的员工学历高”这样的优越感。要明白企业要的是实用型人才，企业要看你是否贴合他们的要求。老板给你安排工作，可能很少是你“喜欢”做的。能否做好那些自己不愿意做的事情是一个人是否成熟的标志，也是一个人能否取得人生成功的重要因素。

在实习过程中，除了牢记老师给我们的推荐外，我个人觉得掌握以下几点也是十分重要的：

第一是要真诚：你能够伪装你的面孔你的心，但绝不能够忽略真诚的力量。第一天去行政部实习，心里不可避免的有些疑惑：不明白同事怎样样，就应去怎样做啊，要去干些什么等等!踏进公司的办公室，只见几个陌生的脸孔用莫名而疑惑的眼神看着我。我微笑着和他们打招呼，尴尬的局面立刻得到了缓解，大家都很友善的微笑欢迎我的到来。从那天起，我养成了一个习惯，每一天早上见到他们都要微笑的说声：“早”，那是我心底真诚的问候。我总觉得，经常有一些细微的东西容易被我们忽略，比如轻轻的一声问候，但它却表达了对老师同事对朋友的尊重关心，也让他人感觉到被重视与被关心。

第二是沟通：要想在短暂的实习时间内，尽可能多的学一些东西，这就需要跟领导和同事有很好的沟通，加深彼此的了解，刚到行政中心，领导并不了解你的工作学习潜力，不清楚你会做哪些工作，不清楚你想了解什么样的知识，所以跟领导同事建立起很好的沟通是很必要的。同时我觉得这也是我们将来走上社会的一把不可获缺的钥匙。

第三是激情与耐心：激情与耐心，就像火与冰，看似两种完全不同的东西，却能碰撞出最美丽的火花。在学校时，老师就跟我说，无论你想做什么，激情与耐心必不可少。在不断更新的世界里，需要你有激情去发现与创造，而你的耐心就要用到不断的学习新知识，提高自己的专业水平当中去。老师以前对我们说过，无论在哪个实习岗位都要细心负责，具有基本的专业素养，因为细心负责是做好每一件事情所必备的基本条件，基本的专业素养是做好工作的前提。

第四是“主动出击”：当你能够选取的时候，把主动权握在自己手中。在公司的时候，我会主动的打扫卫生，主动地帮同事做一些力所能及的事情，并会用心地寻找适宜的时间，向同事请教问题，跟同事像朋友那样交流，谈生活学习以及未来的工作，透过这些我就和同事走的更近，在实习当中，同事就会更愿意的指导我，使我获得更大的收获。当同事有事时，我就自高奋勇，独自一人在前台工作。我心里感觉很高兴，因为我的主动，我巩固了我所学的知识，并且得到了同事的认可。

第五是讲究条理：如果你不想让自己在紧急的时候手忙脚乱，就要养成讲究条理性的好习惯。“做什么事情都要有条理，”这是从小爸爸给我的忠告。在仓库管理这一块，出入库的材料凭证很多，这就需要很有条理的去整理好，以免用的时候翻箱倒柜的去找，耽搁时间，浪费精力，误了事情。所以主管的桌子上总是收拾得井井有条。这一点对我感触很深，同时让我联想到在一本书上看到这么一个故事，一位在美国电视领域颇有成就的美籍华人当部门经理时，总裁惊讶于他每一天都能把如山的信件处理完毕，而其他经理桌上总是乱糟糟堆满信件。他说，“虽然每一天信件很多，但我都按紧急性和重要性排序，再逐一处理。”总裁于是把这种做法推广到全公司，整个公司的运作变得有序，效率也提高了。所以说：养成讲究条理的好习惯，能让我们在工作中受益匪浅。

我是学管理的，在书本上学过很多套经典管理理论，似乎通俗易懂，但从未付诸实践过，也许等到真正管理一个公司时，才会体会到难度有多大;我们在老师那里或书本上看到过很多精彩的谈判案例，似乎轻而易举，也许亲临其境或亲自上阵才能意识到自己潜力的欠缺和知识的匮乏。在实习期间，我拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而的是期望自己在工作中积累各方面的经验，为将来自己走创业之路做准备。作为我在踏出社会之前的为数不多的几次实践中，这次的实践的确给予了我很多。今后，我将继续持续认真负责的工作态度，高尚的思想觉悟，进一步完善和充实自己，争取在以后的学习中更好的完善自己，在以后的实践中更好的运用去自己的只是，做一个合格的大学生，将来做一名对社会有用的人。

实习工作总结 篇8

不知不觉中，我已经在社会岗位上度过了六个月的时间，这六个月的日子是我从青葱校园走向复合型社会的过渡期，也是我人生历程中很重要的一个转折点。

作为大学生涯的最后一课，实习不仅重要更有其独特性，正是通过实习，让我逐渐掌握怎样把学校教给我的理论知识恰当地运用到实际工作中，让我慢慢褪变学生的浮躁与稚嫩，真正地接触这个社会，渐渐地融入这个社会，实现我迈向社会独立成长的第一步。

站在时间的这一端倒回去看，五个月的实习经历教会我许许多多的东西，无论是对我以后的职业生涯还是对于我的人生来说，都是有益的。

感触挺深的，总结起来，那就是要认认真真做事，对自己负责。

用姜汝祥博士的话来说就是:

从依附型向独立型转变，坚守原则去执行;

从服从型向主动型转变，积极主动去执行;

从个体型向团队型转变，协同一致去执行;

从避责型向守责型转变，承担责任去执行;

从封闭型向分享型转变，开放心态去执行。

第一、我们要学会自己独立，不养成依赖的习惯

社会是一个复杂的社会，适者生存也是社会一成不变的潜规则，当我们还是学生，我们可以躲在温室里，可以依赖，也可以无条件地索取，一旦踏入社会，我们就必须让自己独立起来，要学会选择，学会自己作主，没有谁可以帮谁一辈子，社会是一个竞争的社会，我们处的时代讲究优胜劣汰，不能独立，势必就要被社会淘汰。所以，我们要学会摆脱依赖的心理，让自己慢慢独立，自己为自己负责。

第二、在物欲纵流的现代社会，要做到不随波逐流，保持真我，坚持做自己。

社会是一个大染缸，形形色色的人都有，不公平的现象也会有。社会终究是社会，它不是校园，也不若校园里的一切那么简单明了，单纯透明。社会充斥了成人之间的明争暗斗，面对这些我们无力改变的状况，我们能做的，就是坚持自我，不随波逐流。

中国台湾的作家刘墉说过，在我们每个人的心里，都应该有这么一座堡垒，在平时的时候可能显示不出其重要性，但是，一旦遇到特殊情况，我们可以一退再退，但是，退到不能再退，我们誓与堡垒共存亡。

这也就是告诉我们，什么叫原则。

在工作中，我们可以忍受，可以退避，但是，我们不能放弃我们自己的原则，我们要坚持做自己，端正做人，专心做事。

第三、工作的时候，要做到眼看四方，耳听八方，也就是要眼到手也到。工作的事情，要主动地去做，而做任何的事情，都要勤快。

作为办公室的一个新人，在这个新的环境里，勤快一点总是没错的。论辈分，办公室的同事都是我们的长辈，论资历，我们又都只是初出毛庐，没有一点社会工作经验，出于对前辈们的尊重，也是为自己创造学习的机会，办公室的小事我们都要主动勤快地去做，不要认为自己主动多做一些事情就是自己吃亏，其实，事情做的比别人多并不一定就是自己吃亏了，有时候恰恰相反，我们做的愈多，我们得到的学习机会就愈多，便愈能锻炼我们自己。

我们的主动积极会给我们创造更好的环境和的机会，只有去做，去付出，才会有收获。

实习工作总结 篇9

转眼间十几天的建筑测绘实习就要结束了，这十几天里我学到了很多。

建筑测绘实习是我们学习了测量学之后必修的一门课程，是我们把测量学课堂所学知识运用于实际操作的一次实践，有助于我们巩固各种仪器的操作、更牢固的掌握测量学知识，也是我们更深层次的认识建筑结构的实地考察，提高我们发现问题、解决问题的能力。

我们组分得的任务是对开封军分区的红洋楼进行测量，并完成老师要求的相关图纸的绘制。首先我们详细的了解了红洋楼的建筑年代、背景、特点以及其特殊的历史文物价值。老师与开封文物局、驻军领导几经商量才争取到这次宝贵的机会，又把这次来之不易的机会放心的交给了我们，我们深感老师的信任并暗下决心一定要认真完成测绘任务不辜负老师对我们的期待。

这座建筑大的轮廓跟其他西式别墅极为相近，但其细部线脚较多，各个门窗尺寸都有变化，且结构复杂。例如大多的门窗为三层，最外层是百叶，可遮阳，里边两层为玻璃，可保温。我们在绘草图时存在的困难主要是，由于透视关系的存在，不能够准确的把立面画好，同时因为出图比例为1：100，门窗不能够在立面上详细的表达，所以几乎每一个门窗都得画大样。平面草图的绘制就更麻烦了，需要在室内外来回的转悠，根据想象画了改改了画，屋顶平面则是在建筑周围仔细的观察来确定。

在测量时我们也遇到了一些想不到的问题，平面测量完成后，根据推算的墙厚不合理，或者是明明重合的墙却错开了，一层二层的墙体不对照，等等。我们只好带着这些问题重新测量，最后实在没法对应的墙体只能根据合理性进行改动。就这样我们把平面上的问题一点点的解决，完成了平面的测量。立面测量的难度主要是高处测量工具有限，最后总算借到了梯子，我们组员充分发扬了不怕苦不怕累的风格，争着爬高爬低，每测出一个较难测的尺寸都很高兴。同时经纬仪的使用使我们的工作难度降低了好多，大家在操作熟练的组员的帮助下认真操作，最后都能熟练操作经纬仪。但是由于无法测得水平距离，屋顶最高点等几个高度没法测量。于是我们测量室内正脊下的高度，大概估算脊的宽度，然后各部分高度相加，得到大概的高度。其他的能这样相加的，我们就克服困难尽量准确的得到所需尺寸。实在是不能测得的，我们根据其与已知的高度进行对比，然后进行估算得到其高度。大的尺寸定了之后，有了较为准确的平面和立面尺寸之后再画剖面也就简单多了。

本来以为有了草图的尺寸之后，画CAD图应该是很简单的事了，但是事实并非如此。我们的平均任务不是太多，每人三到四张图，我画的是里面是在平面上的基础上画的，所以问题不是太大，只需要把细部准确的表达出来。但是屋顶平面就不是太容易了，须在平面完全确定以后，根据草图轮廓推算屋顶的大概尺寸，这样的尺寸错在这一定的错误，但其结构关系可以表现出来了。主楼梯的尺寸确定较为复杂，它的栏杆构造更是复杂，我在绘制楼梯时花费了不少时间。到了最后整理全部的图时，我们又在一起集中校对各立面对应的尺寸，使得所画的图更加的准确。

实习快结束了，这十几天让我看到了团队精神的重要性，我们的工作是大家团结协作的结果，任何人都是不可或缺的主体，同时我们的工作也没有辜负老师的期望，我们无论是专业知识方面，还是处理问题的能力都得到了提高。老师的耐心指导、大家的互帮互助都是我大学生活中不可抹掉的记忆。

实习工作总结 篇10

从去年年底开始感觉在实验室的进步越来越缓慢，没有刚实验室那股劲，后来的项目因为没有迫切的需求，进展比较缓慢，把大部分的时间花在课外学习上了，研究主题主要在搜索引擎、key/value存储上，C++ 设计模式上，虽然这样接触了很多新的东西，但理解还是比较肤浅，故一直希望暑假找个地方实习，看看在公司大家是怎么做事的。于是从5月开始投了百度、腾讯、阿里、淘宝、支付宝等公司系统研发的职位（之前的博客中写了几篇面经，有兴趣的同学可以挖出来看看），最后选择去百度基础架构部实习，从读过《壹百度》后，去百度一直是我心中的愿望。

刚进公司，收到一封基础架构部发出的欢迎邮件，上面有新人指引及各种资源的链接。

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