# 2024年毕业实习中总结体会

来源：网络 作者：翠竹清韵 更新时间：2024-08-23

*谚语有云：“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”如今，实习已结束，站在时间的这一端倒回去看，这个月的实习经历教会我很多东西，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。从中学到很多知识，关于做人，做事，做学问。感触挺深的，总...*

谚语有云：“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”如今，实习已结束，站在时间的这一端倒回去看，这个月的实习经历教会我很多东西，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。从中学到很多知识，关于做人，做事，做学问。感触挺深的，总结起来，那就是要认认真真做事，对自己负责。同时，深感自己的不足，我会在以后的工作学习中更加努力，取长补短，虚心求教。相信自己会在以后的工作中更加得心应手，表现更加出色！不管是在什么地方任职，都会好好努力！

平时我要学会自己独立，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，也可以无条件的索取，一旦踏入社会，我们就必须让自己独立起来，要学会选择，学会自己做主，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。 shixi..com

在这个物欲纵流的社会，我们要做到不随波逐流。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，也不像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现状，我们能做的，就是坚持自我，不随波逐流。台湾的著名作家刘墉说过，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。

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。 shixi..com

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更多的机会，只有去做，去付出，才会有收获。 shixi..com

身在职场中，我们或许会遭遇到不公平的指责，会遭受排挤，会受委屈，会经历太多过去没有经历过的事情，这时候，我们更要冷静。

忍一时风平浪静，退一步海阔天空。在遭遇不公平现象的时候，只要不触及到原则问题，能忍则忍，不要冲动，更不要意气用事。如果这样的不公平是常久以来就存在的，就凭借我们的力量想要去改变，那是不太可能的。莽撞只会带来更大的麻烦。

职场自有职场的规矩，新人难免受委屈，受委屈不要紧，就当做是对自己的磨练，在这种磨练中，把自己培养成为坚强的人。

shixi..com

以上是我在我的毕业实习中总结出来的心得体会。参加实习的五个月时间里，我收获得不仅仅是工作经验，还有许多的朋友和更多宝贵的人生财富。

社会是个大舞台，每个人都在这个舞台上扮演着自己的角色，如何扮演好自己的角色实在是一门学问。通过一个月的实习工作着实让我学到了很多，巩固了专业知识，提高了实际运用能力，社会经验也增加了，也有为人处事和道理。自己身上发现了有明显的长处，同时也存在着很多不足，以后要努力的弥补这些不足。实习也让自己慢慢地成熟起来，自己告诉自己已不在是一个学生了，要适应社会。这次实习有效的把书本上的相关理论知识应用到工作实习中，用理论加深对实习的认识，给了自己一个很好的锻炼机会，为毕业后踏入社会工作打下了坚实的基础。

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