# 新闻系大学生毕业实习总结3000字

来源：网络 作者：莲雾凝露 更新时间：2025-05-11

*实践时间：××××.02—××××.05实践内容：掌握各种电视广告片、平面广告的制作方法实践单位：××市××台××××栏目组实践目的：通过毕业实习，能够锻炼自己与人交往的能力，扩大交际范围，进一步加深对自身专业的了解，培养对专业外知识的兴趣...*

实践时间：××××.02—××××.05

实践内容：掌握各种电视广告片、平面广告的制作方法

实践单位：××市××台××××栏目组

实践目的：通过毕业实习，能够锻炼自己与人交往的能力，扩大交际范围，进一步加深对自身专业的了解，培养对专业外知识的兴趣，增加工作经验与收获，也从中发现自己从未发现的方面，或许需要改正的习惯，更或许是某个被掩盖的亮点，给自己一个正确的定位，确立相对现实的目标。结合平时在校学习的专业技能，再加上实践，使之更加完善。另外，我还实践了其他领域的工作，扩展自己的知识面，锻炼提高自己的能力，见识不同的人，不同的家庭，不同的工作，学会怎么做人，与人相处，如何高标准完成一个广告案例，提早适应社会，为今后成为一名优秀的广告设计师打下扎实基础。

实践过程：

转眼间，寒冷的寒假就要过去了。蓦然回首，不能不感慨光阴似箭般穿梭中的那份无奈。当准备收拾心情，重整出发时，发现原来匆匆的假期里多了一份沉甸甸的充实……

××月××号一个朋友在××××栏目组工作，听说我马上毕业了，就问我有实习单位没，我还没开始找，刚好就趁这个机会实习了。这是大学生活的最后一个学期，也是学生生涯中最后一个学期，学校已经没课了，论文和毕业作品也已经基本完成了，就等着找个实习单位实习，毕竟大学三年学的再多，没实践过，那自己什么水平就肯定并不清楚。

××月××号我到了市××台的××××栏目组工作部。简单的自我介绍后，我和负责实习的×老师说了自己的情况。专业上的、生活上的都谈了一下。然后自己出去找地方住，忙碌的一天……晚上在租来的房子里静静的躺床上想了很多不靠谱的事情，但是并没觉得孤独寂寞。我喜欢这种陌生的感觉，我热爱生活，我渴望未知时期盼新机的等待。

开始上班后我并没有感觉到有很多压力，余老师是个很平和的人，在给我说了制作的流程和方法后，我有时候并不能尽如人意的把交给我的案子完成了。但是公司的同仁更多的是给我提出一些好的更改建议，并且不断的鼓励我。在这种环境中我成长的很快，在做每一个案例时我都在自己的想法基础上听取老师的指导不断完善自己的作品。

因为在学校很难接触到那些专业型的硬件和软件，所以我出去后基本上是一点基础都没有的，譬如摄像机的使用方法、以及视频剪辑方面的知识。当我面对这些新东西的时候，我还是有些小紧张的。我怕完不成领导交给的任务，但是我更加深知我需要勇气需要敢于担当的精神。如果迈不开这一步那么我的实习是没有意义的。所以我坚定信念，开始自己从头学起这些新的知识，尽管这个过程我出了很多错误，可是在老师和同事的帮助下一样样的改正过来了，之后不到两个礼拜我就完全掌握了上面所提到的新知识。回想起来我当时如果没有勇气去担当那些自己薄弱的东西我是不会迅速成长起来的，那么我实习的意义也是没有多大的。

我之前一直深刻的明白一个道理，我认为干工作就是自己品质的体现，我不能只为干工作而干工作。在掌握了工作的方法，完全具备了完成广告的技术后，我就可以单独的完成一些广告案子了，在接到每一个广告案子的时候我都认认真真的去做，在不懂得地方也积极的去问老师，并且和客户沟通广告的表达意图，从而完美的完成工作。就这样我在××××栏目组学习实践了三个月。很庆幸的是我达到了实习的目标，就这样我的实习圆满的画上了一个句号。尽管短短的三个月时间很短，但是我却学到了很多学校学不到的东西。专业上的，为人处事上的，我自信的认为我都有很大的提高。我知道了书本的东西和实际操作的距离，也明白干工作是必须要努力的，因为它代表了我们的品质。我们不想也不能把工作干完后，给人家留下的是工作没干好人也不咋样的印象。如果那样就真的太失败了。

实践体会：

第一、面对挑战要敢于担当，直面自己。刚去报道的时候面对陌生的工作环境、我很紧张。不知道怎么尽快的融入进去，想过避重就轻的去做那些力所能及的事情，但是我想我是在实习，我的实习意义就是来这里给自己充电，学新的东西，掌握自己不熟练的技术。如果不敢担当不敢直面自己的薄弱环节，那么困难永远都是困难的，不会的我永远也不会。于是我积极的去担当那些自己并不熟悉的业务，在这个过程中不断的去请教老师，询问同事。经过一段时间自己已经完全胜任了各项工作。所以我认为刚出去工作的时候，我们并不一定干的就是自己所擅长的工作，面对复杂的工作任务，陌生的工作环境。我们能做的就是敢于担当、敢于直面自己的薄弱环节，然后有的放矢的去改进，去学习。尽快的融入工作中，迅速的成长起来。只有这样我们才有可能产生价值，而对于用人单位我们才会被认为是可以产生效益的人才。所以我认为这一点很重要。

第二、做事情一定要认真负责。我们大学生在学校里面接触的东西都很正面，离社会是很有一段距离的。所以在工作当中容易理想化，容易产生过于浪漫的想法。但是工作是实际的，所以我们在干工作的时候遇到一些未预知的困难时候时总是很恼火，这时候就会产生一些消极怠工和敷衍了事态度。我在实习的过程中，有一次公司领导吩咐我做一个公司户外宣传海报。我以前基本没有做户外广告的经验。在纠结了两天后实在是想放弃了，于是就想简单的做一个就成了。可是后来想想，我不能这样。首先领导让我做事儿就是给我机会，如果我敷衍了事，这首先是对领导的不敬，我敷衍领导一次，我可能在领导眼里就是一个不负责任的人，那么我以后可能就没什么做事的机会了。其次这样做是对我自己人格品质的践踏。如果一个人担负着别人的信任和希望却让人失望了，这是不可原谅的。这是对自己人格的践踏，这是对自己品质的猥亵。所以我认为做事一定要认真负责，只有这样，我们才会有更多干事的机会，干事情的机会多了，我们成功的机遇也就来了。

第三、刚开始工作时候姿态低一些，要诚恳一些。我刚去公司的时候，很多东西都不会，很多事情也不懂。但是我很诚恳，姿态也很低的去询问同事，请教老师，我发现大家还是很乐意的去帮助我的。公司不管是领导或者同事有事情需要帮忙，只要是我力所能及的我都是在第一时间去提供帮助的。这样就很快的和大家打成一片了，然后那些不懂得知识，不懂的事情也就在这过程知道了，了解了。作为一个新人，最重要的就是要知道自己的不足，要勤奋些，姿态很低的去做事做人。只有这样才会尽快的融入工作环境，而少走一些弯路。

结语：

这次毕业实习我觉得我完成的很完美，我认为我达到了实习的目的。我学会了很多实用的技术，这为我年底找工作提供了先决条件。实习完后将来进行自己工作的时候就不会那样的目了。并且我实习的这个过程接触了很多人，见识了很多事。我认为我比以前更加成熟了。我想这次完美的毕业实习经历必将对我以后的学习工作生活产生重大的影响，从而让我成为一个可以为社会创造价值的人。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！