# 大学生实习总结开头及结尾400字

来源：网络 作者：梦醉花间 更新时间：2024-02-17

*工作总结是做好各项工作的重要环节。通过工作总结，可以明确下一步工作的方向，少走弯路，少犯错误，提高工作效益。下面是工作总结频道为你整理的《大学生实习总结开头及结尾400字》，希望能帮助到您！>【篇一】大学生实习总结开头及结尾400字　　不知...*

工作总结是做好各项工作的重要环节。通过工作总结，可以明确下一步工作的方向，少走弯路，少犯错误，提高工作效益。下面是工作总结频道为你整理的《大学生实习总结开头及结尾400字》，希望能帮助到您！

>【篇一】大学生实习总结开头及结尾400字

　　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。

　　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。

　　第四、营造良好的人际关系网，有助于你的工作顺利进行。

>【篇二】大学生实习总结开头及结尾400字

　　这个星期我们班进行了为期一周的电子工艺实习，实习任务是制作一台收音机，其实是进行简单的组装而已!

　　刚开始时我并不清楚电子工艺实习到底要做些什么的，以为像以前的金工实习那样这做做那做做。后来得知是自己做一台收音机，而且做好的作品可以带回去呢。听起来真的很有趣，做起来应该也挺好玩的吧!就这样，我抱着极大的兴趣和玩的心态开始这次的实习旅途。

　　第一天并不是学制作，而是做一些基本工的练习，练习如何用电烙铁去焊接元件。电烙铁对我来说并不陌生，我以前在电子协会时用过很多，算得上会用但谈不上是熟练那个，所以我也很认真地对待这练习的机会。焊接看起来很简单但个中有很多技巧要讲究的，在焊的过程中时间要把握准才行，多了少了都不行!练习时边做边想想老师教的动作技巧这样学得比较快一点。

　　第二天的主要任务是了解收音机的大致原理。说真的，虽然自己是学电子专业的但对很多常用的电子元件还不认识呢。老师也知道我们常识少，所以从元件识别入手。这个老师讲课很风趣，经常让我们引进不禁，这样学习气氛比起我们平时上专业课时好多了。老师讲完原理后，我们就开始把每个元件照着图纸插到pcb板上。

　　这次实习很有趣很轻松，通过老师的讲解我懂得了收音机的基本原理同时也学到了很多有关电子的专业知识。在实习过程中不断提高自己的动手能力之余也体会到了实践的乐趣。因为在实践时往往会遇到很多问题，遇到问题后要细心检查才能发现其中的错误，最后就要想办法去解决这些问题。这样的一个过程不知不觉地使我的实践能力提高，为以后学习、做实验打下基础!

>【篇三】大学生实习总结开头及结尾400字

　　在这个寒假里我和同学一起找了份发传单的兼职，之前看别的同龄人发传单赚些零花钱时我就想象着如果自己发，如果给别人传单，别人不要怎么办?发不完怎么办?遇见自己认识的熟人怎么办?给了别人，别人随手扔掉怎么办?各种担心各种纠结，但是我还是走到了分好的街口，拿起一叠传单就开始发，看见人就迎着微笑上去。

　　来往的人，有的脚步匆匆的快速而过不理会我，有的摆手示意不要，但是大部分人是接过了传单，甚至有些还对我道了声谢谢。对于一些你看似没有希望的事情，不要因为它看似没有希望而不去做，做都没做怎么知道自己做不到呢，我之前的那些各种担心真是瞎担心。

　　真的很感激那些对我道谢或者微笑的人，这让我明白对人对己都要体谅、友善，要多对别人微笑，尊重自己的同时更要尊重别人!虽然，这些道理我早就知道了，但是，今天是在内心深深地体会到，这很不一样。

　　并且这次的实践让我更好的了解社会，锻炼自己，感受社会就业的现状，体验了一下工作的乐趣。虽然时间不长，但我觉得受益匪浅，基本上达到了自己的目的。短短的工作让我体会到了就业的压力、自己能力的欠缺及社会的艰辛，同时让我感到工作的无比快乐，一种在学校自由天地无法体会到的残酷竞争的“愉悦”。让我感觉到了生活的艰辛和不易，我们应该学会珍惜每一个拥有。

>【篇四】大学生实习总结开头及结尾400字

　　回想自我这两个月所走过的路，所经历的事，没有太多的感慨，没有太多的惊喜，多了一份镇定、从容的心态。

　　两个月的实习，对一个缺乏社会经验的大学生而言，从中学到了学校里学不到的知识，在这段时间里，领导同事给了我足够的宽容，支持和帮忙，让我感受到了“海纳百川”的胸襟。

　　首先得感激公司给我们供给工作条件和生活环境以及有经验的上级给我们指导，带着我们前进。他们的实战经验让我们终身受益，从他们身上学到的不仅仅是做事的方法，更重要的是做人的道理，做人是做事的前提和基础。

　　从2月11日开始进入公司，不知不觉中，两个月的时间一晃而过，在这段时间里，我学会了好多，无论是专业知识还是社交，此刻，还未完成职业主角的转换。其实从一个学生一下子转变成一个职业人，真的有点不习惯。到目前为止，我看上去还是像一个学生，根本就不像是工作的人，包括谈吐举止方面。

　　刚刚涉足社会，每个人都需要学会适应，不断锻炼自我，熟悉公司的操作模式，在工作中，我接触到了很多以前从未碰到过的人和事。在这段时间里，我明白了自我的不足之处，异常是要加强专业知识的熟练与运用。

　　为期两个月的实习生活弹指一挥间已经接近了尾声，在这期间我体会到了身为一名鲁泰员工的酸甜苦辣，也让我体会到当一名员工的不容易与肩负的重任。回想起2月11日当天，年轻的我们捧着一颗颗热情、兴奋而充满期盼的心来到鲁泰纺织股份公司，激动不安之情油然而升。一个个沉甸甸的问号，在我脑中盘旋。我不断自问：作为一个实习生，我能做好吗，我能给学生带来一点提高吗如今，两个月的生活见证了我的成长，为我的实习画上一个完美的感叹号!

　　回顾实习生活中的点点滴滴，我在实习的过程中，既有收获的喜悦，也有一些悲苦。那就是对公司的一些工作流程的认识仅仅停留在表面，只是在看人做，听人讲如何做，未能够亲身感受、具体处理一些工作，所以未能领会其精髓。可是经过实习，加深了我对基本知识的理解，丰富了我的实际操作知识，使我对日常工作有了深层次的感性和理性认识。

　　刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措，这让我感到十分的难过。在学校总以为自我学的不错，一旦接触到实际，才发现自我明白的是多么少，这一段时间所学到的经验和知识大多来自领导和办公室工作人员的教导，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，在工作中和同事坚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。发现学习和交流的重要性和必要性。发现一些实习生跟教师像朋友一样相处，教师有什么事都喜欢找他们帮忙，有什么机会也会首先想到他们。并非他们巴结或有后台。而是他们用朋友的态度相处。

　　另一方面一个人掌握的信息多、技能多，能帮忙别人的地方也多，帮忙别人多了，别人也愿意帮忙你，而你的人脉也广了，掌握的信息也越来越多。这样就构成一个良性循环。要改变一个人的行为首先得改变他的思想，大多数时候你以什么心态对别人，就会得到怎样的回报。深刻的意识到自我再不能处于独处的状态了。独来独往，别人不主动自我也不理会。把自我个在自我自我的小空间了。总担心别人的看法，把别人想的难以接近。开放的态度使人更快更好的成长。

　　人都说不经历风雨，怎能见彩虹？也许像我们这些刚从象牙塔出来的初生牛犊，仅有多历练一下，才会体验到什么叫苦，什么叫人生

　　在染色中检上学了两个月，最终在5月28号我顶岗了，以前，跟着师傅学习的时候，从来不明白这份活这么难做，真正自我做的时候才发觉一切都没那么简单，根据运转卡找布，拉卷，缝头，包卷，这些看似简单的事情，真正操作起来却显得那样难

　　也许任何事情都是从不会到会，从会到熟练，苦与难都是必经之路。刚开始顶岗的那几天，我真的有点干不来，无论自我怎样努力，可怎样都做不好，那会是多么烦气啊。可是慢慢的，慢慢的，发现自我已经在不知不觉中熟练了，会用包缝机缝一个又直又齐的缝头了，明白如何取样了，懂得如何调卷了，明白如何避免起折了

　　虽然中检上的杂活会比较多，可是我不会所以退却，我会把它当成锻炼自我的一个机会，好好努力。

　　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，教师变成老板，同学变成同事，相处之道完全不一样。在这巨大的转变中，我感到了彷徨，迷茫，无法立刻适应新的环境。也许自我会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。很多时侯可能会觉得自我没有受到领导重用，所干的只是一些无关重要的杂活。而在学校，有同学教师的关心和支持，每只是上上课，很简便。常言道：工作一两年胜过十多年的读书。在学校时，教师总强调我们要培养自我的自学本事，参加工作后才能深刻体会到教师的良苦用心。无论怎样，自我都要坚持！

　　在以后的工作过程中，心里上不要有什么额外的想法，不必要的压力，要好好工作，好好学习。先就业，后择业。我此刻要好好锻炼自我。再好好学习，之后相信自我经过努力必须会找个好工作来回报父母及其所有的教师的。别的没有什么奢求的，此刻当然是把磨练自我放在第一位。

　　在学校，我们只走的平路，上不得陡岭，更过不得险滩，以后步入了复杂的社会，作为一名小实习生，在学习的过程中，肯定会有委屈，会有埋怨，无论遇到什么困难，都不能轻言放弃，更不能自甘沉沦，要明白，人生有起伏才有真趣，有波折才有韵味。以后的道路还很长，要加油！Fighting！

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！