# 实习结束后的工作总结(汇总29篇)

来源：网络 作者：逝水流年 更新时间：2025-05-06

*实习结束后的工作总结1身为英语专业的教师，对于其他专业学生的指导有限，有时显得心有余而力不足。自己要加强针对各学科指导技巧的提高，和专业知识的积累，全面提高自己的综合素质。另外，组织能力还有些欠缺，有些活动不能尽善尽美，要多听取各老师的意见...*

**实习结束后的工作总结1**

身为英语专业的教师，对于其他专业学生的指导有限，有时显得心有余而力不足。自己要加强针对各学科指导技巧的提高，和专业知识的积累，全面提高自己的综合素质。另外，组织能力还有些欠缺，有些活动不能尽善尽美，要多听取各老师的意见，积累各种经验。对于学生的沟通和各种问题的解决，经验还是不足。应多与当地教师，学生，领导沟通，多了解各种情况。俗话说，学到老，活到老，要时刻保持着学习的状态，不断完善自我。

驻县老师的作用其实很大，也非常重要。这一学期，我也看到了自己的潜力，自己可以不开导航找到镇上的某个地点，自己知道哪个村什么时候有集然后绕道而行，自己的管理能力，文字能力，沟通能力，生活能力也都有了显著地提高。

其实，这四个月的时间还经历了很多，收获了很多。平时我还倾听学生的各种心声，每次去看望大家时，还买点水果，买蔬菜，买奶，买药，买日常用品，与学生们一起做饭，一起包饺子，一起炒菜，一起刷碗，一起洗衣服，一起过生日吃饭，一起打扫房间……学生们亲切的喊着我“帅姐”……我想，这也是大家对我的一种信任，一种喜欢。虽然现在的我晒黑了，但是我依然喜欢走在乡间小道上的那份心安……顶岗，我来过，我付出了，当实习学校领导拉着我的手表示感谢，当当地学生们围着我说哪个老师他们特别的喜欢，当我的孩子们一声声说着“帅姐，我们想你了”……我觉得，一切的一切，这几个月的付出都值得了。

还记得，当初在出发之前参加的培训会上，拿到了教师工作日志本，第一页，便写着这样几句话：有一种生活，你没有经历过，就不知道其中的艰辛;有一种艰辛，你没有体会过，就不知道其中的快乐;有一种快乐，你没有感受过，就不知道其中的纯粹。现在，真正能体会到其中的真谛了……我想当有人问我，后悔来过顶岗吗?我肯定毫不犹豫、斩钉截铁的跟他说，不后悔!因为，我已经爱上了这个职业……

梦想起飞，明天你好!正如我们分队的口号一样，我们的梦想在藁城无极深泽绽放，我们的明天会越来越好!这一段回忆就像永不消失的电波，永远留在我们的记忆深处……

**实习结束后的工作总结2**

在后台学习了一段时间后我来到大厅为客户直接服务，接受各种业务咨询，用我所学尽可能回答他们的各种疑问，如果遇到我解答不了的问题我再向其他同事咨询，完全了解以后直接告诉客户。这样解答客户的同时我也学习到了新的业务知识，同时也检验了我以往知识的掌握程度。在大厅的这段时间里，经常遇到不会填表的客户，有时他们直接要求我替他们写，但鉴于规定，我还是会拒绝他们，然后教他们填表。看着他们满意的笑容，我心里也特别的满足。我觉得这不仅是一个锻炼业务水准的机会也是向社会大众展现x行人风采和素质的机会，每一次和客户接触都能从他们的话语里体会到他们对我们服务的看法，这样就不断鞭策我们自己，让我们在现有的基础上不断精益求精，更好的完善自己，为客户服务。

对于我这个实习生来说，一个月的时间太短了，因为我要学习的东西实在太多了，在这里每一天我都有新的收获，每一天都有提高，要做一名合格的农行员工，我还要不断的学习和实践。通过这一阶段的实习，我个人的收获非常大，包括业务知识上、与顾客沟通能力等方面都有很大提高，非常期待能够加入到农行成为其中的一员，我必定会努力工作，不断提高和完善自己，同时感谢在这个过程中帮助过我的同事和领导，我会一直努力的。

**实习结束后的工作总结3**

绵阳世纪石油学校与其它高宛中相比，学生有自己的特点。比如说他们的年龄都很小。非常的活泼好动，热情，直率，冲动，不爱学习。其中有些学生的思想也很偏激。所以在我班主任工作中。不仅仅要给培养他们对学习的兴趣还要注重他们品德和正确价值观的树立。同时我也还需要处理一些班主任日常事务。因此作为班主任的工作较重。

首先我通过开展一些主题班会来对职业中学学生普遍存在的一些问题让学生进行讨论。比如说我们学校学生上网成瘾，每个月花钱如流水半个月就用四、五百块钱的情况很多。我就组织了一堂关于“上网与学习”的班会。学生都积极的参与。气氛很活跃。经过分组讨论之后我们一起总结出上网的好与坏、上网除了打游戏之外还可以做那些更有意义的事情、省下来的钱的用途等等。通过这次班会。学生大多认识到网络不是只能打游戏和聊天。而且也明白经常上网电脑的辐射对人身体有很坏的影响等等。

其次对于班里的一些调皮学生，我都采取与其多交流的方法来管理。因为你不能对他硬来，你越是态度强硬，他就越反抗，后来就会发展到讨厌老师，厌学等。所以应该在平时和他们多交流，能够在平常的交流中适当的通过一些言语对他们作一些引导。具体的，我采用的单独谈心的方式与学生拉近距离。

除了这些工作我每天早上还要看卫生区，要监督学生起床出操，要检查学生寝室卫生，下午还要督促学生搞好教室卫生，锁好门窗后才能离开，晚上还得守晚自习。我从一开始就向原班主任了解学生轮值的情况，了解本班的卫生区，以防有学生偷懒。因为学生的轮值情况我们已经掌握，不劳动的学生我们可以直接找到他，对他进行批评，这对其他同学是很重要的，才不会打击其他同学的积极性。也可以培养学生踏踏实实做人的好习惯，避免弄虚作假。

当然在实习期间我们也开展课外活动，学生是主体，因此开展的活动就应该迎合学生的兴趣。通过学生的意见，我班和邻班搞了一次篮球友谊赛，我想通过这个比赛能够增强班级的凝聚力，培养学生的集体观念。

两个月的实习结束了，与学生相处两个月来。我也学到了不少的东西。在他们身上我看到了曾经自己的影子。在教育他们的同时我也在修正自己。让自己的各方面更能体现一名合格的教师的素质!

**实习结束后的工作总结4**

记得是7月x日去到总公司报到，培训三天，然后就来到了北京。时间总在不知不觉中度过，想想，来到工地已经五个多月了。这近半年的时光，也算是一个阶段，总要对自己的工作学习情况进行一下总结，无论收获多少，感受多少，只为能给自己以后的工作与学习制定下一个引航的目标。

刚来到公司报到的时候，公司机关组织了统一的培训，而培训的过程中，我对我们公司有了更深入的了解，为以后的学习和工作打下了坚实的基础。在培训的同时公司组织了一场20xx届大学生入职联欢会，一片欢乐的气氛中，我们感觉就像一家人，正好呼应着我们公司“和谐的家，尽责的人”这一企业文化主题。

培训结束，我被分配到北京公司九分前店子项目部，工作职务为水暖质检员，在刚刚接触实际工作的时候，确实感觉和书本上所学的知识大相径庭。“师带徒”的传统让我轻松不少，xx的热情用心和尽职尽责也让我受益匪浅。带图纸下现场，对照查看并学习套管的安装；现场发现问题，就询问xx或施工人员答疑解惑；在项目部整理资料，向xx学习工作流程和必要文件的上传下达，等等。经过一个月左右的磨合，我基本适应了自己的本职工作。

我是给水排水专业毕业，在九月中旬，又被调至燕郊新项目负责水暖工作，工作职务为水暖施工员。本工程项目是我公司成立以来最

大的单体项目，我感到很荣幸能够被抽调安排到这里负责工作，当然也是压力山大，也担心自己能不能做好这份工作。但是在项目部领导的帮助与关怀之下，我很快适应了自己的工作，与甲方、监理以及分包单位合作的都还算顺利。我能真切地体会到自己一直在路上，一直在成长。

直至现在，我们项目部还在克服重重困难，继续坚持冬季施工，要为明年的施工也打下良好的基础。所以说，来到这样一个有生命力的项目部，我很幸运，我会全身心的投入工作，努力提高自己的业务水平，争取早日为公司作出更大的贡献。

我工作与做人的态度就是“低头做事，抬头做人”。

来到项目部不久，我就上交了入党申请书，积极向党组织靠拢，争取早日成为一名\_员。在这段时间，我感觉自己在思想方面有了很大的进步与提高，而且工作开展的也很顺利，在项目部领导班子的正确领导下，积极开展各方面的工作，自己的业务水平也得到了领导的认可与肯定，为以后更好的开展工作打下良好的基础。

所谓“水往低处流，人往高处走”，作为90后的我们，面对竞争日益激烈的市场经济，真的很难给自己定位。但是，越是在这个时候，越应该为自己定好前进的方向，从思想上武装自己、充实自己，为社会为公司作出更大的成。

写到这里，我想起了我的母校——xx农业大学的校训——“崇德，务实，求是”，简单的六个字却讲述着深刻的人生哲理，时刻提醒着我要追求向上，不要忘记本分。

以上为我参加工作以来的一些心得和体会，由于水平有限，不免有些遗漏与不足之处，我会在以后的工作和学习过程中逐渐给自己定好位，为以后的工作作出更好的规划与总结。我会坚持履行“低头做事，勤勤恳恳；抬头做人，不卑不亢”的诺言，我会用自己的实际行动来证明我的能力与价值。

**实习结束后的工作总结5**

我来到中铁十三局兰新铁路项目经理部，根据工作需要，项目部领导安排我担任工程部调度，至20\_年7月见习期已满一年，现正式提出转正申请。下面我将一年来的思想、工作、学习、生活等方面进行如下汇报：

>一、转变自身角色，明确岗位职责

本人毕业于一所铁路院校，虽然在学校通过四年的学习和老师们的介绍，已对工程局有了一定的了解，但当时毕竟并没有真正的经历过工程局的生活，所以没有参加工作之前，对自己将要从事的工作充满了好奇与向往，但更多的是担忧和迷茫。在到项目部工作之前，我参加了单位组织的新学员入职培训。通过这次培训，了解了公司的发展历程、企业文化、产业结构和相关制度，学习如何成为一个优秀的职业人。通过几天的培训，我们感受到公司对每个员工的关怀，感谢公司为帮助新员工走好踏上工作岗位的第一步所做的努力，我先前的担忧和迷茫也通过培训老师的讲解减轻了很多。

我到达兰新线开始正式工作，经过学校的学习以及入职前培训意识到，要想比较快的适应工作岗位，我必须要尽快的融入到项目部这个大家庭之中，必须要尽快的转变角色，要清晰的认识到自己已不在是在校学生，而是企业的一名员工，项目部的工作和生活也不会像学校生活那样的相对自由。因此，在日常的工作和生活中，刚刚工作时不明白的地方我会及时向同事请教，他们也会很热心的帮助我，这样也会增进互相的了解，能够使我较快的融入到了大家庭之中，成功的完成了从一名学生到一名企业员工角色的转变。

在项目部我担任工程部调度，作为工程部调度我需要尽快明确自己的工作职责，才能够使自己的工作顺利的开展。通过部门领导和同事的帮助我很快的了解了自己的工作职责：

1. 接收公司、指挥部调度发布的调度命令、调度通知、其他相关电文及公司、指挥部调度有关工程建设信息的电话、传真、邮件，呈报单位领导，并督促、回复落实情况；

2. 对施工中出现的重大问题和突发事件，按有关规定逐级向有关部门和单位汇报，转发相关处理指示和意见，并跟踪监控，掌握处理过程和处理结果，反馈处理情况；

3. 掌握本单位施工动态，及时收集各种工程资料，按公司要求汇总编报各类报表并作分析，编写调度报告，报送指挥部调度，填写调度系统信息；

4. 参加本单位组织召开的各种生产会议；

5. 核查本单位工程建设信息的真实性、准确性和全面性，对调度报告、调度记录和上报调度信息的准确性负责，对信息反馈、追踪落实的及时性负责；

6. 完成上级和本单位领导交办的其它任务。

时间一晃而过，转眼间一年见习期已完。这是我人生中弥足珍贵的经历，也给我留下了精彩而美好的回忆。在这段时间里我

充分的感受到了工程人“舍小家为大家”的胸襟和“不经历风雨怎能见彩虹”的豪迈，也体会到了工程人的艰辛和忍耐。在对工程人肃然起敬的同时，也为自己有机会成为工程人中的一份子而感到自豪。

>二、立足工作岗位，履行自身职责

作为局指工程部调度，工作内容相对来说比较琐碎，这就需要在日常工作和生活中，注重培养自己的细心、耐心和责任心，摸索工作方法。工程调度日常具体工作为：

1、统计每日工程进度情况，根据进度情况进行分析，并向单位领导汇报。

2、每周需统计工程进度，填写周报和建设周报（文字汇报），并上报业主。

3、每月需完成月报和建设月报填写，并上报业主；同时需要填写集团公司月度报表，并报集团公司工程管理部。

4、每日须关注办公平台上信息的发布，根据信息内容向相关领导汇报。

5、接收日常业主下发的文件，并向相关领导呈阅，根据批示内容进行回复或下发工区。

6、根据业主调度的通知，收集、统计项目建设信息。

7、督促工区及时对监理、业主下发的文件进行回复。

8、完成部门领导和项目部领导安排的其它工作。

>三、围绕岗位学习，提高业务素质

作为工程部调度，日常工作与现场施工情况紧密相连，所以我除了需要具备细心、耐心以及责任心等这些基本素质之外，还必须掌握扎实的专业知识，虽然在学校学习了一定的专业知识，但毕竟是纸上谈兵，与现场实际施工存在不同，所以我必须继续学习，不断充实自己，理论联系实际，将书本上的知识以及平时阅读的图纸与现场实际施工衔接起来，将理论用于实践，并通过实践来检验理论，通过这样不断的积累，慢慢的对现场更加了解，也加深了所学理论知识。

刚刚工作之时，由于毕业之后直接担任工程调度，并没有在施工现场经过历练和学习，对工作中与现场联系紧密的方面相对来讲感觉很陌生，这给我的工作带来了很大的障碍，所以在工作中犯了一些错误，给单位领导和同事添了不少麻烦，但我相信自己能将这份工作做好，同时我也意识到了问题所在，因此，平常在完成自己工作后会去施工现场学习，不懂的地方向同事询问，对不同结构施工中应注意的控制要点进行汇总，并且着重记录与自己调度工作联系紧密的工程进度。通过对现场实际施工的逐渐了解，我慢慢的感觉到做起日常调度工作也变的得心应手。

但我不仅仅满足于此，作为一个工程人，同样要用发展的眼光看待问题，我也不会一辈子只做一个职位，因此就需要不断的给自己“充电”， 工程无小事，我必须要养成严谨的生活和工作习惯，提升个人修养和专业素质，用“精品人品同在”的企业精神来严格要求，为单位的发展尽自己一份力！

>四、一年来的工作体会、存在问题及以后努力方向

回顾一年来的工作，主要有以下几点体会：

首先很重要的一点就是尽快的适应新的环境。作为一名刚走出校门的大学生，没有太多的社会经验，当进入社会角色突然转变时，难免会出现紧张、担忧的状况，这就需要我们尽快的适应新的环境，只有很快的适应新环境，才能谈进步、谈发展。如果我们对于新的环境存在抵触心理，不愿意做任何改变，那样只会使自己处处碰壁，一事无成。因此，当我们置身于一个新的环境，面对新的面孔时，谁能够较快的适应，谁就会较早的步入正轨，这就我们需要让自己主动与那些新面孔尽快的熟识，环境是由人构成的，当我们与他们熟悉之后我们基本离适应新环境不远了。

其次要有一颗平常心，冷静地去对待每件事情。如果没有这样的心态，也许每天都会制造出很多压力，特别是在刚刚参加工作时，在超高压力的压迫下，越怕犯错的人往往最容易犯错。所以从一开始我就注意不让自己处于太大的压力下，一步一步有条不紊地完成自己的工作，每个难点都当作自己的一次学习和提升的机会，慢慢地让自己习惯于这种相对繁琐的工作。

再次体会很深的一点就是：要用最简单的方法解决最复杂的事情。但要做到这种简单并不容易，是需要在工作中慢慢积累经验的。也可以说是一种习惯的彻底改变，在学校里时老师希望的答案总是复杂的，复杂的答案在某种程度上可以体现出我们掌握知识的深度。但工作是在解决问题，复杂的过程只会产生混淆。

**实习结束后的工作总结6**

三个月来的实习当中，我觉得非常的有意义，我认为这对我而言是非常有帮助的，实习期间的点点滴滴中，我应该要做出更好的成绩来，这对我来讲也是以后努力的方向，身为一名实习生，我应该要履行职责，需要不断的去落实好相关本职，对于三个月来的工作我也需要总结一番：

近期在工作当中，我也一直都能够看清楚自身的方向，工作方面我不断的提高自身能力的，我知道自己和周围优秀同事的差距，所以我需要好好的去弥补，这一点是非常关键的，三个月来的时间，我也是觉得非常的有意义，在这一点上面我更加希望能够做出好的成绩来，实习不仅仅是对我专业知识的考验，更加是对自己的一个交待，这是我不得不去强调的一点，对于这几个月来的工作，我还是感觉非常有动力的，也相信这对我也是一个非常大的提高，感激带教老师的帮助，让我能够快速的掌握相关的工作要点，用一个较快的速度去掌握一些工作技能，这样确实是非常好的。

我遵守公司的规章制度，持续发挥好的状态，这让我也觉得非常的有意义，这段时间以来，我还是需要好好维持下去的，这段时间以来我更加是体会到了这些，所以我还是应该维持好的态度，在学习当中不仅仅是能够有足够多的提高，更多还是应该要努力维持下去的，我真切的意识到了这次的实习当中自己的提高，还有存在的一些问题，所以在接下来我一定会做的更好一点的，我面对自己的岗位职责也是非常的有意义的，我希望自己能够在未来正式步入工作之后，能够继续维持下去，这一点也是我应该要合理去规划好的。

实习的这段时间，我也是深刻的认识到了这一点，我希望那个在以后的学习当中，加强自己的能力，让自己积累足够多的经验，对自己所掌握的知识能够有更多的认可，这对我来讲也是一件非常重要的事情，我不会再让这样的情况发生了，我也知道我在学习当中是存在不足的，所以未来我也一定会更加充实自己，在xx这里也是体会到了很有有意义的事情，我认为在这方面，还是需要虚心的去学习，这是我应该要去做好准备的，三个月的时间不算长，可是我所经历的确实是很有意义的，并且会养成好的习惯，让自己去做的更好一点。

**实习结束后的工作总结7**

这里也是我们初涉社会的开端，迈向美好而残酷的未来，我一直坚信自己的能力，即使人生路如顺德四通八达的公路，但方向只有一个，那就是前进，永不言弃，永不退缩!

\"纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行.\"在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏，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，这让我感到非常的难过.在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这时才真正领悟到\"学无止境\"的含义.

我想通过这次实习，我会认识到自己的更多不足，在学校的学习会更加努力，更加严于律己，努力做到理论与实践相结合，敢于实践，做合格的毕业生！

**实习结束后的工作总结8**

参加工作以来，在院领导和科室主任、护士长的言传身教、关心培养下，在同事的支持帮助、密切配合下，我不断加强思想政治学习，对工作精益求精，圆满地完成了自己所承担的各项工作任务，个人思想政治素质和业务工作能力都取得了一定的进步，为今后工作和学习打下了良好的基础，现在将工作总结如下：

一、政治思想方面：

坚持以病人为中心，以质量为核心的护理服务理念，适应新的护理模式、社会发展的新形势，积极参加一切政治活动，以服务病人奉献社会为宗旨，以病人满意为标准，全心全意为病人服务。

二、增强法制意识：

认真学习《护士法》及其他法律法规，让我意识到，法律制度的日益完善，法制观念的不断增强，依法办事，依法维护自身的合法权益已成为人们的共识。现代护理质量观念是全方位、全过程让病人满意，这是人们对医疗护理服务提出更高、更新的需求，这就要求我丰富法律知识，增强安全保护意识，使护理人员懂法、用法、依法减少医疗事故的发生。

三、工作学习方面：

在工作中，严格遵守医院和科室的各项规章制度，严格执行查对制度及护理操作规程，落实制度，减少差错事故的发生，严格执行无菌操作，保证病人的安全。贯彻“以病人为中心，以质量为核心”的服务理念，文明礼貌对待病人，坚持文明用语，落实到工作中的每个岗位，工作时间仪表端庄，着装整洁，礼貌待患者，态度和蔼，语言规范。

在工作过程中，我深深感到自身不足，对于各种疾病知识了解不够，明显感到加强自身学习、提高自身素质的紧迫性。一是向书本学习，坚持挤出一定的时间不断充实自己，广泛汲采各种“营养”；二是向周围的同事学习，始终保持谦虚谨慎、虚心求教的学习态度，主动向同事们请教，积极参加医院和科室组织的业务学习；三是在实践中学习，把所学的知识运用于实际工作中，在实践中检验自己所学的知识，找出不足，提高自己，防止和克服浅尝辄止、一知半解的倾向。我时刻提醒自己，要不断加强自身思想道德的修养和人格品质的锻炼，增强奉献意识，把无私忘我做为人格修养的重点。

护理事业是一项崇高而神圣的事业，我为自己是护士队伍中的一员而感到自豪，在今后工作中，我将加倍努力，做好护士工作计划，为人类的护理事业而作出自己应有的、的贡献，树立全心全意为病人服务的宗旨。

**实习结束后的工作总结9**

在实习期间，我曾觉得整天要对着那枯燥无味的账目和数字而心生烦闷、厌倦，以致于登账登得错漏百出。愈错愈烦，愈烦愈错，这只会导致“雪上加霜”。反之，只要你用心地做，反而会左右逢源。越做越觉乐趣，越做越起劲。梁启超说过：凡职业都具有趣味的，只要你肯干下去，趣味自然会发生。因此，做账切忌：粗心大意，马虎了事，心浮气躁。做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸!在这次会计实习中，我可谓受益非浅。仅仅的一个月实习，我将受益终生。感谢唐山\_\_\_\_\_\_有限责任公司给我提供这样一个实习的机会，更感谢同事们一个多月以来对我的悉心照顾和耐心指导。

**实习结束后的工作总结10**

本课程实习以CAD软件为例，介绍计算机辅助设计的功能和应用，并作一定的实践操作。要求学生了解Auto CAD的主要功能，把握Auto CAD用于工程制图的基本操作，了解工程图纸绘制的格式和要求，能够用Auto CAD绘制二维的工程图纸。

在本周的CAD实习，在专业课老师的认真指导下，我虚心的学习了CAD的操作方法。并了解了更多关于CAD方面的知识，使我对CAD有了进一步的了解，一开始觉得它不是一个轻易学好的软件，觉得用处不是很大。但几天的学习下来，使我对这个软件的看法彻底改变了，不但用处很大，我们可以用它作出工程、建筑等方面的图画来，而且易学，就是把那些基本的套路把握熟悉了以后就很简单了，还有要害的一点就是对自己要画的东西一定要熟悉的，否则一些要害性的标本就画得不恰当了。

从我对这次实习中对于Autocad的操作方法的总结，我真切地体会到了这种绘图系统的实用性。说到它的实用性，相信许多同学都有同感。以前我们画工程制图是手工画，画一张完整的A3也得两个小时，令大家倍感疲惫。而且要注意图纸的整洁和清洁线条的宽度，字体的美观，绘制过程花费很多时间。现在用AUTO CAD就完全没有这方面的问题，粗细线条全用“特性”来规范，一目了然。尺寸也相当准确，在命令提示行里输入多少就是多少，也不用拿着丁字尺在图纸上比来比去，到头来还是达不到十分准确。画线线连结的时候CAD尺寸方面的优势就更加明显，比如画圆与直线相切的时候，手工绘图只能凭感觉觉得差不多就画上去，每一条画得都不一样，怎么看都不对称。用CAD画，打开对象捕捉就能把切点给抓进来，又快又准!

同时，我也感觉到，绘图作为机械设计过程中设计思想的载体，具备良好的绘图能力是每一个设计人员最基本的素质。虽然现在实训已经结束，但我觉得自己的学习过程还没结束，还有很多地方可以提高。这次实训不仅巩固了自己以往所学的知识,更加培养了自己的动手能力,让我深深地体会到了作为一名数控技术的学生应有的严谨的工作态度。

**实习结束后的工作总结11**

两周的输液室实习很快结束了。在老师的精心带教下，我熟悉和掌握了各种输液的操作规程和技巧，特别是刚开始管子里总是会贴着小气泡，老师教我让水慢点下来就会好很多，等等。这些都是很实用的技巧。老师很留意的给我创造机会练习，在输液室我还打了几个肌肉针。在输液室学到了很多。

输液室是一个和外界广泛交流的地方，在这里我也学会了怎么样和病人及家属沟通，掌握了一定得沟通技巧。耐心的听他们的问题，给出合理解释，可以避免很多不必要的纷争。先信任病人，他们不是存心想找我们的麻烦，输液室很忙，我们的心情有时也会很激动，这样遇到病人不合理的要求时不容易控制自己的情绪。这样就要求我们时时刻刻保持平静的心态，事情一件一件处理，忙而不乱。这样病人也会更加信任我们的工作。很感动的是有病人送兰花给我、鼓励我再扎一针、夸我打针不疼、每一次感动我都铭记。

护理就是要细心耐心，可是我一忙起来就不是很容易能做到，老师教我一定要忙而不乱，经过两周的实习，我觉得我渐渐的融入这种工作状态了。在输液室忙起来我感到特充实，每天都在练习、进步。越来越爱这身白大褂了!

**实习结束后的工作总结12**

在实习过程中，也发现法律的普及非常重要。我国政府为推进法治建设而进行的多年的普法教育活动，取得了很大成就。人们的法制观念、法律意识都有了很大的提高。但是在普法的深度与广度上还有一些不足。比如有些时候，人们对有些法律条文是知道的，但却不知道如何适用它，以至于触犯法律;有时候人们对两个以上不同法律对同一问题的规定不明白，不知道该适用哪一部法律，有一个案件就是这样的，被告人原是某村会计，后来在改选中落选。

这样一些会计帐簿、会计凭证需要移交，但是他一直认为《会计法》是规定的要等帐目清算后再移交，所以就坚持不交出，结果被以隐匿会计帐簿、会计凭证罪逮捕。这一个案例就说明我们的普法活动不能只做表面文章，要深入实际，真真正正的让人们了解法律、法规的含义。并在这个基础上，逐步确立人们对法律的信仰，确立法律神圣地位，只有这样法治建设才有希望。

再有一个问题就是青少年犯罪。在实习中所接触的案件中，有很大一部分案件的被告是八十年代以后出生的，甚至有两个犯有抢劫罪的被告人是八七年的。

不考虑被告人家庭和自身因素，从社会大环境来说，我觉得社会也有一些责任的。从八十年代初改革开始到八十年代末，这是一个重大变革的时期。这一段时间对精神文明建设有些放松，也就是说，有些犯罪人在童年时期就有可能已经沾染上了一些不良习气。所以说，教育从娃娃抓起，不能只是一个口号，要真正落到实处。

“千里之行，始于足下”,这近一个月短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。

这一段时间所学到的经验和知识大多来自领导和干警们的教导，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，在工作中和同事保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。对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的老师，正所谓“三人行，必有我师”,我们可以向他们学习很多知识、道理。

学习法律的最终目的是要面向群众，服务大众，为健全社会法治，为我们的依法治国服务的。高等法学教育在推进法治建设过程中担当着重要的角色，其培养的具备一定基本理论知识，技术应用能力强、素质高的专业技能人才，将在社会上起到重要作用。现代的社会是一个开放的社会，是一个处处充满规则的社会，我们的国家要与世界接轨，高素质法律人才的培养必不可少。

因此，对人才的培养，应当面向实际，面向社会，面向国际。法学教育本身的实践性很强，所以采用理论联系实际，理论与实际相结合的办学模式是比较可行的，大学的法学院应当与公、检、法、律师事务所等部门建立良好的关系，定期安排学生见习，让学生更好的消化所学的知识，培养学生对法学的兴趣，避免毕业后的眼高手低现象，向社会输送全面、合格、优秀的高素质法学人才。

**实习结束后的工作总结13**

毕业实习是学生大学学习完成全部课程后的最重要的实践环节。通过这次的实习，我对自己的专业有了更为详尽而深刻的了解，也是对这几年大学里所学知识的巩固与运用。从这次实习中，我体会到了实际的工作与书本上的知识是有一定距离的，并且需要进一步的再学习。在这次会计实习中，我可谓受益非浅。仅仅的二个月实习，我将受益终生。

在这个与时俱进的经济大潮时代，作为一名财会专业的学员，在校学习期间应更好的学好财会专业里的专业知识，打好理论基础;在财务实习的时候按要求认真参与每一个实习的机会，总结实际操作中的.经验和积累学习中自身的不足，密切关注和了解会计工作发展的最新动向，为以后即将从事的会计工作打下坚实的基础，走向工作岗位时，能够让自己成为一名名副其实的财会专业人才，在大浪淘沙中能够找到自己屹立之地，让自己的所学为社会经济做出自己应有的贡献。

**实习结束后的工作总结14**

我是一位老师没错，但是我也是经历过学生时期的，所以我非常的能够体会学生心里是怎么样的，但是自己一旦到了教师这个岗位上，便就不会去站在学生的角度考虑问题。而我就是强行让自己在跟学生的相处当中，让自己这么去做。我每次在布置作业之前，我会先询问他们其他学科的作业有多少，现在的老师都只站在自己的角度去想，“我布置的家庭作业肯定够时间完成的”，那么每个老师都这么想，几门课加在一起，他们最起码要写到天黑。所以我就不会这么做，当我了解到他们作业情况的时候，我就会酌情的布置作业。

**实习结束后的工作总结15**

实习期间，我对实习工厂的注塑车间(部门)生产、加工包装产品的整个操作流程有一个较完整的了解和熟悉。实习中，我拓宽了自己的知识面，学习了很多学校以外的知识，甚至在学校难以学到的东西。我学会了运用所学的知识解决处理简单问题的方法与技巧，学会了与员工同事相处沟通的有效方法途径。积累了处理人际关系问题的经验方法，同时我体验到了社会工作的艰苦性，通过实习，让我在社会中磨练了自己，也锻炼了意志力，训练了自己的动手操作能力，提升了自己的实践技能，积累了社会工作的简单经验，为以后工作也打下了一点基础。

**实习结束后的工作总结16**

虽然工作不难，时间也不长，但我仍十分珍惜我的第一次真正意义上的企业实践经验，从中也学到了许多学校里无法学到的东西并增长了一定的社会经验。会计本来就是烦琐的工作。在实习期间，我曾觉得整天要对着那枯燥无味的账目和数字而心生烦闷、厌倦，以致于登账登得错漏百出。

愈错愈烦，愈烦愈错，这只会导致“雪上加霜”。反之，只要你用心地做，反而会左右逢源。越做越觉乐趣，越做越起劲。梁启超说过：凡职业都具有趣味的，只要你肯干下去，趣味自然会发生。因此，做账切忌：粗心大意，马虎了事，心浮气躁。做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸!这次会计实习中，我可谓受益非浅。

**实习结束后的工作总结17**

在经历了大学三年的学习后，我自信自己已掌握了一定化工专业的知识，可是到了公司实习后，我才发现自己离专业工作还有一些距离，且不说自己所学的都是些基础、皮毛，就是在应用方面，飞速发展的科技已经把很早之前的理论给湮没了。当发现自己的知识已不能做为自己的资本时，我更深刻体会到专业知识和技能在工作中的重要性。

同时在工作中公司还会经常进行操作技巧交流等，就像在我实习过程中就有客户来公司提货或者询问一些困难的解决办法。客户提出的看似普通的问题，实际上是操作人员经常遇到而且很重要的内容，甚至是一些日常工作的死角，必须掌握了业务知识才能顺利回答这些问题。一个人的内在素质在工作中可是非常重要的。

此次实习体会很深，不管是对专业知识、实际操作技能、人际交流、企业管理等等方面都学到了许多。从中了解了很多道理，也总结了很多小经验，这些都是在学校无法学到、看到、体会到的。虽然实习结束了，但这仅仅是我的社会生涯的开始，我会从此次实习中吸取经验教训，认真规划我的人生，让我在将来的人生道路上越走越好。

**实习结束后的工作总结18**

这里我想谈的并非是我的观念如何发生了翻天覆地的变化，而是想就此引出如何当一名好老师的思考。既然我选择了老师这个职业，我就开始思考如何才能当好一个老师的问题。在实习的这几个月中我觉得要成为一名好老师必须做到以下几点：

1.学会学习。这里的学习既包括对人的研究，也包括对事的学习。老师从事的是和人打交道的工作，如果能善于观察、研究、思考，处理好各种人际关系，那么相对来说，这个老师的工作就会做得得心应手些。

2.学会分享。与学生分享知识，并且善于表达知识。同时也应该把自己好的学习方法拿出来与学生分享。学生在学校里的一个重要目标是学习文化知识，老师不仅要“授之与鱼”，更应该“授之与渔”。

3.学会宽容。我觉得这一点也是最难做到的。这里包含了对人对事的宽容。老师对优等生有偏爱似乎是理所当然的事，那么能不能分一点给后进生呢?或许这样你会得到意想不到的惊喜呢。老师在学里也要注重自身的愉悦，善于控制自己的情绪。

4.学会选择。选择学习的对象，合作的对象，处事的方法。我认为老师这个岗位是需要经验累积的。因此，作为年轻老师，就必须虚心谨慎地向老教师学习，同时要做一个有心人。

5.学会合作。老师其实是处在一个巨大体中的一员，学会与学生、其父母以及其他任课老师的合作会让我们的工作如鱼得水。

6.学会创新。我认为这一点是尤其重要的。记得\_同志曾经说过：“创新是一个民族进步的灵魂”。老师的工作同样需要创新。要尝试多种多样的教学方式，紧紧跟上时代的步伐，不断创新课堂。这样我们才不至于落后。

除了以上六点，好老师应该有着开阔的的胸怀，勇于接受各种批评与自我批评，充满爱心与责任感。做一个好老师很不容易。我们只有在实践中不断思考和探索，才有可能向之迈进一步。老师是一个受人尊重的职业，那么就让我用实际行动来证明这一点，努力做一个好老师。在新课程改革实验不断推进的今天，我认为做一个中学英语教师决不能没有激情，不富有激情的人就不能称其为一个上乘的英语教师。这是新课改给中学英语教师提出的要求，也是中学英语教学改革发展的重要目标。

**实习结束后的工作总结19**

两周的输液室实习很快结束了。在老师的精心带教下，我熟悉和掌握了各种输液的操作规程和技巧，特别是刚开始管子里总是会贴着小气泡，老师教我让水慢点下来就会好很多，等等。这些都是很实用的技巧。老师很留意的给我创造机会练习，在输液室我还打了几个肌肉针。在输液室学到了很多。

输液室是一个和外界广泛交流的`地方，在这里我也学会了怎么样和病人及家属沟通，掌握了一定得沟通技巧。耐心的听他们的问题，给出合理解释，可以避免很多不必要的纷争。先信任病人，他们不是存心想找我们的麻烦，输液室很忙，我们的心情有时也会很激动，这样遇到病人不合理的要求时不容易控制自己的情绪。这样就要求我们时时刻刻保持平静的心态，事情一件一件处理，忙而不乱。这样病人也会更加信任我们的工作。很感动的是有病人送兰花给我﹑鼓励我再扎一针﹑夸我打针不疼﹑每一次感动我都铭记。

护理就是要细心耐心，可是我一忙起来就不是很容易能做到，老师教我一定要忙而不乱，经过两周的实习，我觉得我渐渐的融入这种工作状态了。在输液室忙起来我感到特充实，每天都在练习﹑进步。越来越爱这身白大褂了！

**实习结束后的工作总结20**

一转眼，三个月的实习时光从我的人生轨道中呼啸而过，回忆我在-公司实习的这段日子，有很多难忘的时光，也有很多欢乐的时光，也让我收获丰多。在-公司的这段实习经历不仅给我带来了一份宝贵的社会工作经验，还让我在从学校过渡到社会的这一阶段里得到了快速的成长和进步，让我能更加快速的融入这个社会，更加迅速的适应这个社会。这就是这段实习期给我带来的最大的一个收获。并且，我相信如果我能继续留在-公司发展，我将会获得更多的收获。

在实习期里，我应聘的岗位是公司行政助理的岗位，虽然只是一个助理的岗位，但是由于我们公司里面在我在之前，公司人事和行政就只有一个人，所以，我来这个岗位之后，也要负责很多事情，有时候经常还会忙不过来。

特别是在我刚来那会，正好是大学生毕业季的时候，过来我们公司面试的大学生有很多，我一天至少要筛选几十分简历，要安排十几场面试，一开始的时候，我只是在一旁看着我主管面试，到了后面，我渐渐熟悉了这些流程和问题，我也可以进行单独的面试工作了。其实内心还是有一些紧张的，但是在看到一些面试人员比我更紧张的时候，我也只能强作镇定。毕竟为公司挑选人才是一份必须要认真对待的一件事情。面试过了之后，我还要给他们办理入职手续，给他们介绍公司，安排他们的住宿等等，都是一些比较繁杂的工作。除此之外，我还要负责公司员工的日常考勤记录，负责公司办公用品的维修，负责公司里面一些文件的打印和复印工作，以及一些机密文件的保管工作。总之，在这段实习期，我负责了很多工作，但也学习到了很多的东西。

-公司给予我们每一个员工尽情发展的机会，公司有我们员工广阔的发展前景，在-公司工作，我既能感受到领导对员工的亲切关怀，又能感谢到团队协作的魅力，还能感受到对未来生活的一股冲劲。所以这些都是让我想要继续留在-公司工作的原因。我相信在-公司里，我一定能够有所作为，我也一定会让领导看到我的努力和实力。我热切的期盼着，我正式成为-公司一员的一天，热切的期盼着，我作为一名正式员工为-公司奉献的一天。

**实习结束后的工作总结21**

20\_\_年11月26号到12月6号期间，我在中油广西田东石油化工总厂有限公司实习。公司前身为广西田东石油化工总厂，始建于1978年，原名广西田东油矿，1996年8月更名为广西田东石油化工总厂。20\_年，经广西壮族自治区\_批准，广西田东石油化工总厂引进中国石油集团南方石油勘探开发有限责任公司进行增资改制，成立中油广西田东石油化工总厂有限公司。公司是国有大型二档石油化工企业，以采油、炼油为主，下辖一个年产原油3万吨的油田、一座年加工原油100万吨的炼油厂、年加工蜡油100万吨的润滑油厂以及与生产相配套的原油、成品油铁路专用线和钦州港区原油储运库。

这次实习主要是在常减压车间、催化裂化车间，实习内容以参观、了解实际生产工艺、生产设备和生产操作为主，在工人师傅、工程技术人员和老师的指导帮助下，通过自学、讨论、参观现场、参看图纸和技术资料、总结等实习方式来完成实习。在常减压车间，参观了原油从装置到产品的一系列流程。原油首先经电脱盐脱水，然后进壳程换热，经过多路换热后进初馏塔。油气分两路，经换热、冷却、切水等一系列处理，有的回流到塔顶，有的出装置，还有的经加热进常压塔。常压塔顶油气分两路，经过一系列的物理变化，或回流，或出装置，最后得到直馏汽油、200#溶剂油、灯用煤油、轻柴油、重柴油、润滑油原料、燃料油、重油等产品。在催化裂化车间，不但看到了各种反应装置，在工人师傅的讲解和指导下，还更加深入系统地学到了催化裂化的原理、实际反应流程等一系列实际生产知识。这次实习经历，我受益匪浅。实习是很好的实践，而实践检验真理。通过实习，理论联系实际，我能够更加理解书本上的知识，对以前所学有了更感性的认识，学到了很多书本上学不到的知识。正是通过实习，我学到了很多。以前只是在书本上看到浮阀塔的图标然后想象它是什么样的，现在对浮阀塔有了很直观的认识。在书本上，看到了原油经过一系列的流程，最后得到产品。如今，可以清楚地知道原油经过的一系列处理，加热、换热、切水、回流、脱盐脱硫等，还感性地看到了原油的换热器，对各种装置有了感性的认识。通过实习，我还体会到了公司员工爱岗敬业、艰苦奋斗、刻苦钻研、无私奉献的精神，这对我以后的学习、生活和工作都有莫大裨益。

对于我们的实习，中油广西田东石油化工总厂有限公司给予了大力支持与帮助，安排了相关人员协助我们的实习;公司广大工人师傅和工程技术人员也给予了我们无私、热心的帮助，积极为我们的实习创造有利条件;谢涛老师全程陪同、带领和指导我们实习，及时给予我们各方面无私的帮助。在此，衷心感谢公司、公司的工人师傅、工程技术人员为我们的付出。

**实习结束后的工作总结22**

认识并融入这个团队，一向是这两个月对自我的要求。学习是拉近距离、融入团队的最好办法，两个月的时间里，在领导和同事的指导下，向行业学习知识，向前辈请教经验，向同事传授工作技巧，正是在这个过程中，认识到自我的弱处和不足，也深刻体会到了团队的力量和魅力。

来见习期间，心境有时还显浮躁，做事偶尔还有粗心;这两点是在日后须牢记心中，并不断努力改善的地方。相信，透过踏踏实实做事，谦虚低调做人，并在领导和同事的帮忙下，自我会在中粮得到很好的成长，也会为大中粮的发展贡献自我的力量!和不足，也深刻体会到了团队的力量和魅力。

在学习中做事。任何细节都有它的专业规律，任何人都有其独特比较优势;养成个性谦虚才能不断提高，踏实肯干才能表现专业。在中粮见习的期间内，努力做好任何一件事情，用心记录每一个积累。

在人力资源部期间，与同事一齐完成集团军转干招聘、特贴申报、京外调干、档案数据完善等工作;在小麦加工事业部期间，负责文件取放，并与同事一齐编写单元20\_\_年度战略规划。透过踏踏实实的做事，让自我有了提高的机会，也让自我感受到自我的价值所在。

**实习结束后的工作总结23**

在儿科一个多月的实习中，除了做好日常的临床工作外，还有各项体检工作等等，有些工作我以前没做过，做起来有必须的困难，如新生儿工作，我以前就没做过，但为了搞好工作，服从领导安排，我不怕麻烦，向教师请教、学习、自我摸索实践，在教师的耐心指导下，在护士长的教育下，在很短的时间内便比较熟悉了新生儿科的工作，明确了工作的程序、方向，提高了工作本事。在儿科开展整体护理，就是以满足患儿的各种需要为目的开展的优质护理。在儿科，护理对象是0—14岁的儿童。以马斯洛的需要层次理论来看，这五种需要在儿童身上均有不一样程度的体现；为满足这些需要，心理护理是十分重要的手段和方法。可是在儿童，由于语言表达本事及理解本事有限，进行心理护理十分困难，很难到达预计的效果和目的，甚至还会到达相反的结果。当前现实生活中的儿童大都是独生子女，一旦发病，父母格外紧张、焦虑，他们大都过分照顾，夸大病情，对医护人员提出过高要求。大家本着“把工作做的更好”这样一个目标，开拓创新意识，进取圆满的完成各项工作：

（1）认真接待每一们病人，把每一位病人都当成自我的亲人，以往有一个15岁的女病人由于腹胀且腹部触之较硬，曾到条件较好的医院（三甲医院）做过检查，钱也花了不少，就是没诊断明白是什么病，病人及家属都很着急，经过教师们和医生仔细的询问病史及过细的体检，病人原先就是常见肠结核，诊断清楚了病人及家属都很满意。

（2）认真做好医疗文书的书写工作，以带教教师为模板认真负责，态度端正、头脑清晰。为了科室的各项工作能顺利进行，我看到每一位护士和医生团结协作精神，不管是上班还是休息，只要有事，保证了随叫随到没有因是休息而耽误工作。利用有限的时间不遗余力的鼓励患儿，耐心的帮他们了解疾病、建立战胜疾病的信心，默默地祈祷他们早日康复。真正体现了良好的医风和医德。使每一位来实习的医生和护士都感同深受，具有很好的教育意义。

我在实习中学习了很多东西，也锻炼了自我，经过不懈的努力，使工作水平有了很大的提高，开创了工作的新局面，也受到教师的表扬。

投入实习，好好体会才能慢慢积累经验。

**实习结束后的工作总结24**

毕业后的第一份工作总是给人最多的期待。当我告别了校园生活，踏上了工作岗位的征途，幸运地加入了一个朝气蓬勃、欣欣向荣的企业——\_精煤（股份）有限公司。我为能够成为精煤公司火铺矿的一员而倍感自豪。这一年里，在领导和同事的悉心关怀和指导下，我在平凡而不平庸的岗位上不断地成长，通过自身的不懈努力，很快地融入到了煤矿的生活和工作环境中，并很好的完成了领导安排的工作任务。

一年的实习，使我受益匪浅，也感悟颇多。在此，我将见习期间所获、所感、所悟写成实习报告，如有不足和错误之处，恳请批评指正。

>思想认识

踏上这片热土是我人生的一个重要转折点，走好走坏将决定一生。才从学校回到家就立刻踏上了人生的旅途，在车上看着沿途的风景，想到自己即将上班了，不再用父亲的血汗钱，终于可以为老父减轻负担了，这是多么的美好啊！自己憧憬的生活就在眼前。不知不觉中车就到了红果，这里的人都是那么的热情，让我受宠若惊之余心情感到无比舒畅。

被告之分配到火铺矿，矮小的我独自拧着两个上百斤的大行李袋，坐在通往火铺矿的公交车上，心里很是向往。亲近火铺矿，他比我想象的`要伟岸得多，与其他矿有着天壤之别。来到这里矿上对我们待遇这么好，让我住进了宽敞明亮的高楼，感到很开心，心想不能辜负这种待遇，一定要用努力的工作来回报矿上对我的重视。我充分感受到了矿上对人才的重视，我还有什么不满的呢！

因为我是学通风的，所以被分配到通风区去见习。就这样，我一个人踏上了x这片热土，来到了火铺矿，走进了温馨的通风区。走近通风区的办公大楼，就能感受到一种庄严的感觉，也许是它的职能所体现出来的吧！治理\_是通风区的职责，\_是煤矿安全的敌人，我们只有掌握它，才能治理好它，才能为煤矿的安全生产服务，才能把它为我所用。近年来，全国各地频繁发生煤矿\_事故，夺走了无数工友的生命，使无数个幸福的家庭支离破碎。我老家的煤矿也发生过\_事故，那种场面我至今还记忆犹新，到处是撕心裂肺的哭喊声……我知道没有什么比失去亲人更痛苦。所以当我在大学上这个专业时就发誓一定要与“\_”这个煤矿杀手作不懈的斗争，发挥所学的同时也为煤矿事业贡献自己的力量，让人们消除对\_的顾虑。

毕业至今工作一年有余，作为x精煤（股份）有限公司火铺矿通风区的一名见习生，我感觉在这一年里思想认识有了很大的提高。在领导和同事的悉心关怀和指导下，我在平凡的岗位上不断的成长，这期间我利用难得的机会努力工作，严格要求自己，虚心向领导和同事求教，认真学习政治理论，党和国家的政策、法律、法规等知识。

**实习结束后的工作总结25**

一个月的实习就这样落下帷幕，我实习的学校是信阳农林学院，实习的内容是平面设计。在这次教育实习中，我的主要任务包括课堂教学和班主任工作等，其中课堂教学又包括听课、备课、讲课等。具体而言，我的工作内容就是认真旁听指导老师讲课，了解教学流程，积极吸取较好的教学方式和组织教学的方法。在此基础上，认真做好自己的.备课任务，通过讲课再有指导老师指导教学。另外，我还负责担任班主任，由原班主任指导我开展班级活动，学习如何带班。

通过这次实习，我了解了班级管理和教学流程，也学会了如何和学生相处。角色转变也让我明白了很多道理，接触了不一样的人和事物。通过实习，我开始重新审视自己，慢慢认识到自己的不足，努力吸取更多专业知识，提高自己认知水平和应变能力，努力塑造一名教师应具备的品质条件。

一个月的实习时间并不长，但我在关于做人、做事、做学问等方面学到了很多东西，这些东西是在学校学生环境中所没有的。通过实习，我能够将在学校学习的理论知识灵活恰当运用到实践操作中，并能够虚心求教，同时勤于动手，勤于思考，较好地完成实习任务。在这次实习中，我拓宽了视野，增长了见识，同时积累了各方面的经验，相信对我以后的工作和生活会有很大帮助。

**实习结束后的工作总结26**

这周我开始接触了CAD，在学校简单的学过一点，对基本的只是知道皮毛，所以总监和设计师他们要我熟悉快捷键操作，我就开始了一周的背记CAD快捷键。还有总监他们给我的一些经验，我还在网上找了好多CAD画图的视频教程，边看边记。

礼拜3，总监没事到前台看问我图画的怎么样了，还教我怎么用轴线等等，他说画图是要找方法的，不要从一点画起，要从全局着想，他还给我看了他以前画的手稿，看的我目瞪口呆，线条画的很直，布局很有调理，心里很敬佩，总监还鼓励我说不是学这个专业的，现在学到这个程度还是很不错的，我知道他是在给我鼓励，我不懂得还太多太多。

在我还在崇拜他的时候，他还拿了好几本设计方面的书，他说这是他珍藏的，要我不要带出公司，在公司看看就可以了，我知道这些资料他是一般不拿出来的，他是看在我是新来的想让我快点学好给我看的。我答应他我会好好看，我下班了就把书拿到他的办公室，等第二天上班再去拿过来，这样他放心，我也有动力好好的看和学，给自己一个提醒书是借的所以要好好的学。

我还没有忘，坐的累了就起来在展示柜前联系练量房，他们都说这个是靠多多锻炼的，前辈的经验就是我的财富，我真幸福遇到这些好的同事们。每天都是充实并进步着。

刚刚离开校园走进社会，心里不免有些不安，紧张和难过。令我欣慰的是自己终于长大了，可以开始我真正的人生;紧张的是不知自己是否能适应这个社会，战胜这新环境;难过的是从此我就要在这纯真的学生生活上画上句号了。未来迎接自己的是求职找工作，整天都要为了生活而奔波，一想到这些脑子就很混乱。

我现在在xxxxx科技有限公司工作，担任网络管理职务。刚进来公司的时候经理就和我聊了很多，问我网络方面会不会，组装和维护计算机有过吗?我当时真是出了一把冷汗，不过还好平日在学校都有这方面的动手，自己的电脑被我也折腾过一段时间，还是游刃有余的回答了经理的“逼问”。到现在我工作有两个月了，还记得实习开始的那一天，我是在无聊中度过的，整日无所事事，几乎在办公桌前一坐就是一天，空闲得让我要打瞌睡了，真希望可以有人叫我帮忙做点事情啊!现在可不是这样了，五月一日劳动节是我们搬迁新公司的日子，所有的东西都是新的，我进公司的那天起我就知道，我最大挑战的时刻才刚刚开始，五一全公司员工都有四天假期，我可是天天在加班的哦，因为我就是要趁着假期把新公司的网络弄好——组建局域网。这其实就是我的工作。我当然全力以赴，尽心尽力做到最好。而且时间很紧，对于刚刚出来工作的我觉得压力挺大的，经理还给了我好几点要求，要所建的局域网能够做到：

1.网络类型为：服务器/工作站型;

2.电脑收发传真。

3.各工作站之间可以互相访问，共享某些目录，就是所谓的`资源共享;

4.服务器同时作为邮件服务器，可以在收发互联网的同时使得公司内部员工可以局域网内部自由收发邮件，统一内部邮箱地址如：xxx@而且这个邮箱可以用Outlook 等邮件软件自由收发。

5.公司最终实现一个无纸办公化的办公场所。

嘿...这回好了，我大学三年里老师好象没教我这上面几点耶?!但是我是不太懂，不过没关系的，我有信心，怎么说也跟计算机相关，不懂就多动手多请教应该很快领悟过来的!劳动节第一天我就开始动手实干了。布线、接水晶

嘿...这回好了，我大学三年里老师好象没教我这上面几点耶?!但是…我是不太懂，不过没关系的，我有信心，怎么说也跟计算机相关，不懂就多动手多请教应该很快领悟过来的!劳动节第一天我就开始动手实干了。布线、接水晶头、装机、搞网络和调试;其实除了我，还有一个比较有经验的师傅一起做的，我一边做还可以一边学，他也会在一边指导，很快我对一些一直没接触过的事物了解过来!就这么一搞假期一下子就过去了，每天都是早上忙到晚上，很累，从未那么累!

新的办公楼正式开工了，到最后并没有按时间完成任务，但也不妨碍同事们办公!还好没有被骂。那时的局域网算是勉强通过，那位师傅也就离开了，因为他并不是我们公司的员工，只是一起协助把公司网络弄好。以后的事情都要我一个人去解决了，处理公司的电脑，打印机的故障，不知道是否能够顺利解决，而当真正将故障排除后，心里头有种说不出的高兴，我知道我的能力十分有限，但我始终没怕过，让我自己去摸索自己去解决，就算遇到实在不行的话，我会求助同学和朋友，给我做技术支持。我不怕问题的到来，因为问题总是可以得到解决的!通过这样我学习了许多，成长了不少。

五月的工作的确很累，每天拖着疲惫的身子回宿舍，但是后面也渐渐就习惯了。不断有新的知识学到，心里有一种充实感。经理除了让我维护网络和计算机之外，我还要维护公司一百多部电话(硬件故障维护与电话软件系统控制)，以及维护公司的网站。网页制作可是我大学期间最喜欢的一个科目，现在竟然可以让我在工作中实践，我真的很开心。在这两个月里我真的学到了很多,也巩固了以往许多知识.现在工作的每一天几乎都会有大的或小的问题，这样其实我很开心，我也有信心把现在的工作做好!因为我有我的信念：我不怕问题的到来，因为问题总是可以得到解决的!

在这段实习的时间里，我经历了很多以前没有的事，就比如第一次领工资虽然只是一点点的钱，但却是我人生的转折点，一个人在他的学生时代最重要的是学习东西，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，参于社会实践活动是一个很好的锻炼机会，赚钱不是主要的，作为学生，能赚多少钱，等你毕业了有的是赚钱的机会，这回可是我长这么大第一次用自己的双手和智慧挣来的钱，当时我真的是激动的要哭，那种感觉真的是无法形容的美妙。

实习是为将来打基础的重要阶段，珍惜自己每一个工作的机会，不论什么人，什么学历，从事什么工作，好好的表现、展示自己的能力，不要错过好的机遇。没有一件事情是轻轻松松的，但每一件事都是让人成长的，经历一段过程，喜悦或是艰辛，尽管经历的方式不尽相同，但它的结果是相同的，我们都会因涉事而成长。

**实习结束后的工作总结27**

转眼间，从20xx年4月份参加工作至今已三个多月了，经过这三个月的努力工作和不断学习，我获益良多。在这里感觉有必要总结一下三个月的得与失，发扬好的地方改进不足的地方，回顾走过的路可以更好的看清前面的路。

作为一名刚刚毕业的大学生，虽然有四年的专业知识学习，但是实践的东西接触的少，对许多现场问题不了解。面对这种情况，依靠自己认真的学习，促成自身知识结构的完善和知识体系的健全，让自己尽早、尽快的熟悉工作情况，少走弯路。在接触到新的陌生的领域时，缺少经验，对于业务知识需要一个重新洗牌的过程，自己在同事的帮助下，逐渐融入到崭新的工作生活中。

在学习生活上，慢慢完成了学生角色的转变，逐步进入工作状态，努力开展工作。记得初来学校参加工作，完全陌生的环境和生活状态，也曾经很担心不知该怎么与人共处，该如何做好工作。但是学校宽松融洽的工作氛围、良好的学习发展机遇以及在各位领导和同事的关心和帮助下，让我完成了从学习方法学生到老师的转变。通过近三个月的体验已经逐渐适应了这边的工作状况，对于领导们的关心和关怀，我感到了很大的动力和压力，争取在以后的工作生活中以更加努力的优秀成绩来回报。不仅能够弥补自己耽误的工作学习而且能够有所成就。

我在领导和同事的帮助下，我已经有了很大的进步。但我深知自己还存在一定的缺点和不足，主要表现在以下几个方面：

1、对学校的工作任务能认真完成，但积极性不够;

2、与学校的领导和同事们在思想和工作业务交流不够;

3、自己的整体素质和业务能力还有很大的差距，待进一步提高;

4、对业务的学习还不够，以后一定要加强。

过去的，是不断学习、不断充实的三个月，是积极探索、逐步成长的三个月。我也深知，在业务知识上，与自己本职工作要求还存在有一定的差距。要按校领导的要求：年轻人就要努力学习理论认，真钻研业务。在今后的工作和学习中，自己要更进一步严格要求自己，加强思想美德、业务知识方面的学习，认真总结经验教训，克服不足，要始终保持一种积极向上的心态，努力做好自己的本职工作。

**实习结束后的工作总结28**

社会时代的不断发展，汽车在社会上不断的增加，所谓有买才有卖。汽车的制作过程主要分为四个，冲压、焊装、涂装和总装。在学校的安排下我们将要到冲压车间进行参观实习。

汽车在制作的过程中，有一半以上的金属零件需要塑性加工成形，而冲压加工是完成金属塑性成形的重要过程。所以冲压车间的工作性质很重要，冲压工件的制造工艺水平及质量，在较大程度上对汽车制造质量和成本有直接的影响。冲压还是最基本、最传统和最重要的金属加工方法之一。

我们刚到工厂，指导老师就和我们讲起了规章制度和安全操作。实践操作时，操作人员的思想应高度集中，不允许一边与人谈话一边进行操作。操作人员操作机器时，应保持清醒的头脑，严禁酒后或精神疲劳时上岗操作。模具工应定期检查机床各传动、连接、润滑等部位及防护保险装置是否正常，装模具螺钉必须牢固，不得移动。机床在工作前应要认真校好模具，冲床离合不灵，冲头连冲，则严禁使用等等。然后我们进到工厂车间进行参观实习，刚进入车间，里面的噪音相当的大，工作条件比较艰苦。进入生产车间，我们看到一种模块式冲压加工系统，由一台带有控制功能模块式冷冲压的压力机、卷材带材送进装轩、带材矫正机及可编程进给装置等构成。这种冲压系统在运行时，可进行冲模横向位移、带材进给定位、冲模重复运行及自动调整下工步的冲模调整，等多项功能。由于在冲压过程中进行可编程冲压，使这种模块式冲压系统能柔性地适应生产需求，能在相同带材上进行不同工件及批次的混合生产，实现不停机的串接式加工，还同时在工件两面冲压加工，极大地提高了工作效率。

参观实习的过程中，我通过看、学、问、想等方式，对车间的日常工作的和技术知识有了进一步的了解，增长了我们的见识。通过这次的实习，对我的感触很大，实习中看到前辈们操作实践，这些都需要理论知识和工作的实践经验，也知道了理论知识同样的重要，在以后的学习当中我会努力的学习。实习结束后让我对工作更加的了解，让我向社会工作又迈出了一小步。

**实习结束后的工作总结29**

虽然这次试用期的工作比较短暂，也是在这个过程当中，感受到了很多深入的工作，我对此还是抱有很多信心的，我知道这对我是有着很大的提高，作为一名实习生我所接触到的东西还是不够多的，学校所学习的是理论，通过这几个月来的时间下来，我对此深深的所有感触，以后也一定会维持好的工作和学习状态，这也是我应该要有的态度，也总结一下这是试用期的工作。

现在回顾这段时间的工作，我真的意识到了自己能力的不足，我是存在一些缺点的，我在专业方面多多少少都是有一些需要继续进步的地方，公司一直以来对我都是比较照顾的，我现在思考起来的时候，还是感受到了自己所存在的问题，我知道在这个过程当中的，自己所需要努力的方向还是有很多的，现在试用期的工作已经结束了，我觉得这并不是我要去做的事情，在这个过程当中，我是做的不够好的，未来还会有更多的事情，等着我去做好，这次实习期间的工作就是对我的一种磨砺，希望今后能够维持好的工作状态，我非常感激自己所做出的成绩，感激周围同事的热情帮助。

接触到了这些东西之后我，我是感觉很有成就感的，希望可以通过这样方式让自己成长起来，获得更多经验，这也是对于实习期的这份工作应该要有的态度，这试用期间的工作已经满了，我真的是感觉收获很大，自己在实习的过程中还是遇到了很多的宝贵的东西，这确实是有很多调整，我对此也是深有体会的，这也让我接触到了各种各样的工作细节，我真切的体会到了这一点，到现在为止，我确实也是感觉深有体会的，也是接触到了这些之后，我意识到了自身能力的不足，所以需要好好的努力。

通过这些事情我更加是对此深有体会的，也感激周围同事对我工作的支持，我也想要通过这样的方式，维持好自己现在的状态，现在回顾起来的时候还是深有感触的，也是一直在加油努力，回顾现在的一些事情，我也确实是进步了很多，这也是我需要发展的方向，我是非常感激周围同时对我的认可，只有认真的去做好这些工作当中的细节，才能够把这些事情处理的更加到位，现在考虑到这些之后，我确实还是感觉很吃力的，但是也很充实，我认为这就是我工作的意义，我一定会让自己做出更好的成绩来。

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！