# 202\_实习总结5篇范文

来源：网络 作者：岁月静好 更新时间：2025-05-23

*实习能帮助大学生树立正确的立业观，适应市场，顺利就业。通过实习，大学生能提前了解社会，认知自我，准确定位，树立正确的立业观和择业观，迈出走向社会的第一步。下面是小编给大家带来的20\_实习总结范文5篇，希望大家喜欢!20\_实习总结范文1临近结...*

实习能帮助大学生树立正确的立业观，适应市场，顺利就业。通过实习，大学生能提前了解社会，认知自我，准确定位，树立正确的立业观和择业观，迈出走向社会的第一步。下面是小编给大家带来的20\_实习总结范文5篇，希望大家喜欢!

**20\_实习总结范文1**

临近结束时，很舍不得和学生们分开，一个多月的时间里他们已经成为了我生活的一部分，每天与他们谈话聊天，学生们给了我很多欢笑，我也从他们身上学到了很多，在这里，学生们给我留下了一段一段美好的回忆。最后一节班会课时，我很激动，说了很多自己在中学时的经历，希望他们可以好好读书，少走些弯路，将来考上好的大学，还说自己有空会回来看望他们。这一个多月的时间里，我经常帮他们克服在学习，与同学相处中遇到的困难，还和他们一起分享自己的成长经历。经常和他们聊天，有时和他们一起打羽毛球，融入了他们的生活，学生也也很愿意和我分享他们的心情。他们是我带的第一批学生，无论以后自己是不是做一名人民教师，我都会记得在自己大学的时候曾经有过这样一批学生，给我带来那么大的触动，让我再一次体会到天真烂漫，再一次经历心灵的冲刷。我真心地希望他们可以快乐成长，学业有成，将来考上自己理想的大学。真心希望他们在人生的旅途中，希望他们可以走得顺利一些，我只能陪你们走一程，以后的路，就要靠你们自己把握。

六周的时间很快就过去了，实习中的点点滴滴，快乐欢笑，每时每刻在我的心头萦绕，回味!搭上回校的路程，我感觉我是那么的不舍!一声道别、一声珍重、一脸的不舍、红红的眼眶、默默的祝福!别了!可爱的学生!愿你们学业有成，考上理想的学校!别了!敬爱的老师!愿你们工作顺利，桃李满天下!

**20\_实习总结范文2**

经过这段时间的实习，我主要有以下几点感想：

第一，要有坚持不懈的精神

作为在校生，我们不管到哪家公司，一开始都不会立刻给工作我们做，一般都是先让我们熟悉公司的工作环境，时间短的要几天，时间长的要几周，或更长的时间，在这段时间里很多人会觉得很无聊，没事可做，便会产生离开的念头，在这个时候我们必须要坚持，不能轻易放下。

第二，要勤劳，任劳任怨

我们到公司去实习，由于我们不是正式职员，所以公司多数是把我们当学生看待。公司在这个期间一般不会给我们什么重要的工作去做，可又不想让我们闲着，所以，他们会交给我们一些比较简单的工作。与此同时，我们就应自己主动找一些事情来做，从小事做起，刚开始也仅有这样。

第三，要虚心学习，不耻下问

在工作过程中，我们肯定会碰到很多的问题，有很多是我们所不懂的，不懂的东西我们就要虚心向同事请教，当别人教我们知识的时候，我们也就应虚心地理解。同时，我们也不要怕犯错。每一个人都有犯错的时候，工作中第一次做错了不要紧，重要的是知错能改。

第四，要确立明确的目标，并端正自我的态度

平时，我们不管做什么事，都要明确自我的目标，就像我们到公司工作以后，要明白自我能否胜任这份工作，关键是看你自我对待工作的态度，态度对了，即使自我以前没学过的知识也能够在工作中逐渐的掌握。所以，要树立正确的目标，在实现目标的过程中必须要多看别人怎样做，多听别人怎样说，多想自我就应怎样做，然后自我亲自动手去多做。仅有这样我们才能把事情做好。

总体来说，这次实习不仅仅是锻炼了我在贸易操作方面的一些技能，同时，经过这次实习，我还从中学到了很多课本上所没有提及的知识，还有就是在就业心态上我也有很大的改变，以前我总想找一份适合自己爱好，并且专业对口的工作。可此刻我们都明白找工作很难，要专业对口更难，很多东西我们初到社会才接触、才学习。所以我此刻要建立起先就业再择业的就业观。应尽快学会在社会上独立，敢于参加与社会竞争，敢于承受社会压力，使自我能够在社会上快速成长。总的来说，作为一个快要毕业的大学生，无论是在今后的工作或是生活中，实习都将成为我人生中一笔重要的资本。

**20\_实习总结范文3**

实习是我们踏入社会必须经历的一步，还没实习的时候就想着实习会有多好，但从面试开始就一路坎坷不平，不知是为了考验我的耐心还是世界本就是如此残酷。

记得刚去公司报道的时候，心里的各种担忧、忐忑不安，好在公司里的每位员工都十分友爱。印象最深的是项目主管，来的第一天刚好是项目主管接待我，有点微胖、十分幽默的一个人，同时也是个工作狂。刚进入公司的时候，公司里的一切对我来说都是陌生的，项目主管耐心的为我介绍项目情景、员工情景、以及现阶段我的主要工作是在客服前台。

刚来的第一个月，主管先让我从最简单的做起，无论做什么事都讲究一个过程，慢慢地我开始熟悉公司的工作环境，也适应在那里的工作，每一天跟着员工一起学习。

入职的时候刚好赶上春节，公司一大早就准备好了两个红包墙，一个在园区门口，一个在物业服务中心，一大早业主出门就去红包墙上抽红包、还有一群可爱的小孩，十分热闹，有的抽到了一块、有的抽到了五块，拿到红包开心的笑容是对我们工作的支持。虽然不太多，但满满的都是心意。

作为一名实习生，我十分感激我的学校能给我提供这样一个好的实习单位，让我们在学校里所学得的知识更好的应用到实际中。这\_\_个月学到的很多东西，远比三年学到的东西多。总之，实习成为我人生中一笔重要的财富。

**20\_实习总结范文4**

经过一个月的儿科实习，我又成长了许多，渐渐摆脱了学校的那份稚气，走向成熟。在“阵地”上，我学会的不止是一个护士最基本的技术，疾病的护理知识，更重要的是如何与病人家属沟通。儿科的护理对象是小孩，对于每个父母来说，最珍贵的莫过于子女了，家属以及医护人员都是本着为小孩着想的理念。除了要有精湛的输液技术，将病人的痛苦减至最轻之外，还要向病人家属做宣教，方面涉及很广，比如：饮食教育，环境，衣着，心理护理等。向家属宣教完之后，他们对我表示十分感激，我心里也觉得异常欣慰，劳动成果得到赏识。

要成为一名优秀的儿科护士，光有技术是不够的，我们应当充分体现出“护士”这一角色的价值，而不是像机器一样工作，更多的是要充当健康教育者和病儿知心者。我在儿科就深有体会，比如科室里比较多的血液系统疾病和肿瘤，首选化疗治疗。除了一些常规的操作外，我们还应当做好对症护理。感冒的症状是发热、咳嗽、甚至全身症状，那么我们应当做到对症护理，注意室内环境，饮食清淡，休息等一系列的宣教。如痰液较多，还应坚持患儿呼吸道通畅，给予吸痰和拍背，雾化吸入等。同时要多与家属沟通，向其介绍有关知识，如病因，主要表现等。

作为一名实习护士，我所能做到的也许是微不足道，但我正确认识了“护士”这一主角，充分发挥自身潜力，在往后的工作中将本事发挥到淋漓尽致，力求更好。

实习是我踏出临床工作的第一步，等待着我的是重重坎坷和艰辛，我不会退缩，而是勇敢地应对挑战!“工作”这座大山等待我无畏地攀爬!

“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”

**20\_实习总结范文5**

实习生活，感触是很深的，提高的方面很多，但对我来说最主要的是工作能力的进步。毕业实习主要的目的就是提高我们应届毕业生社会工作的能力，如何学以至用，给我们一次将自己在大学期间所学习的各种书面以及实际的知识，实际操作、演练的机会。

实习收获，主要有4个方面：

1、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，圆满地完成了本科教学的实践任务。

2、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。

3、学生在实习单位受到认可并促成就业。并为毕业后的正式工作进行了良好的准备。

通过实习，我对我国房地产行业品牌的发展有了大致的了解，也准备在实习结束后，借回校的机会，抓紧时间，学习更多相关的理论知识，提高自己的专业水平，为正式工作准好准备思想上的转变，我本次实习还有的收获是通过自己的观察和与同事的交谈思想有一个很大的进步，人生的价值观。我一直以为现实生活中人都是为了金钱在活，为金钱在工作，几乎没有人在为除金钱之外的事情在努力，而这些金钱的拿来干嘛呢?要买房子，要买车子，要享受生活……

从一开始赤 \_\_ \_\_的来，到现在即将沉甸甸的回去，惟有短短的两个月时间，就让我如此受益匪浅，如此感慨万分!

**haha20\_实习总结范文**

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！