# 个人实习简单总结

来源：网络 作者：紫竹清香 更新时间：2024-03-22

*个人实习简单总结范文6篇在实习期间，实习者需要认真履行实习任务，遵守公司制度和规章制度，积极与同事合作，并及时接受反馈和指导。同时，也要注重与同事之间的交流，了解公司文化和组织结构，培养良好的职业素养。下面是小编整理的个人实习简单总结，希望...*

个人实习简单总结范文6篇

在实习期间，实习者需要认真履行实习任务，遵守公司制度和规章制度，积极与同事合作，并及时接受反馈和指导。同时，也要注重与同事之间的交流，了解公司文化和组织结构，培养良好的职业素养。下面是小编整理的个人实习简单总结，希望大家喜欢。

**个人实习简单总结（精选篇1）**

在各位领导关怀关心下，我的一年实习期即将结束，在这一年里，我和工区的师傅以及领导都相处得很是很好，大家对我也关怀备至，时常给我鼓舞和关心。下面，我将实习一年工作总结如下：

一、感想和体会

1、看法打算一切。

工作时肯定要一丝不苟，仔细认真。对于一个刚毕业的我，到了。之后，什么都是生疏的，由于许多书本上学不到了的，老师也没教过的，只有靠自己。我学的是水文地质专业，来到地质科之后，在蒋工以及其他前辈的关心下，我很快将自己学习的学问与现场相联系，虽然理解性有点问题，但我想只要端正自己的看法，好好去学，多向老工人以及前辈请教，比消极对待要好。

2、勤于思索

在工作岗位上肯定要勤于思索，不断改进工作方法，提高工作效率。地质科工作比较多，也比较杂，每天要下井，上井之后要画图。有的时候工作面不稳定，常常出现断层，蒋工就会带我下去看看断层，讨论其走向等等，我会去专心听他讲话以及提出解决方法，自己进而归纳总结，为自己以后更好胜任工作，供应关心。

3、不断学习

要不断的丰富自己的专业学问和专业技能，这会使我的工作更加得心应手。一个人在自己的职位上有所作为，肯定要对自己职业的专业学问有所熟识。

二、工作成果与收获

通过这一年实习，让我思想发生了许多改变。首先我不再是一名高校生了，由于我来庞庄，我已成为一名企业职工。作为企业的一份子，我会更加爱自己的单位，更好的奉献自己。其次在这一年的实习里，让我感觉到自己身上的许多不足之处，还有许多东西需要去学习，对于煤矿的许多方面需要提高，在以后的工作中，我会有的放矢，仔细克服自己的不足之处，去摆正心态，去不断思索，不断学习。

最终，我要感谢矿各级领导对我们高校生工作上的关怀和生活上的照看，是你们给我供应了良好的舞台，让我在如此和谐的环境中学习工作。转正之后，我肯定用自己的所学学问去努力工作，奉献自己。

**个人实习简单总结（精选篇2）**

时间过得真快。9月12日至10月26日，进入华中师范高校第一附属中学，离开。在这40天里，我学到了许多在课堂上学不到的学问和技能。同时，我得到了全面系统的各方面培训。

在教学实践中，我从听课和批改作业开头。虽然这些任务很简单，但它们特别重要，由于它们是我了解同学状况的入口。我从两个方面理解同学：上课答题和完成作业。当我站在讲台上，看着下面一双双渴望学问的稚嫩的眼睛，我突然意识到我的角色已经从同学变成了老师，我意识到我在课前一周的备课工作是仔细备课，仔细组织教案，孜孜不倦地尝试说话，反复转变教案并不是白费的，当下课后身边有许多同学的时候，我才更加意识到。我总是以一颗真诚的心对待每一个同学，用清楚的文字说明每一个问题，用深情表达每一个核心学问。此外，我谨记导师张先生给我的全部建议，从教学方法到课堂组织和回答问题，我收获颇丰。

班主任实习期间，我主动帮助前任班主任做好班主任工作。由于每天住在国内，所以上午自习和晚上自习都不能参与。不过我每天早上自习，课间练习，眼保健操，中午看报的时候都会去上课了解状况。下午自习我会常常走进课堂，关心同学解决作业或课外练习中遇到的问题和疑问。间或会在上课的时候走进班级和同学沟通，关心他们解决困难，基本上深化了解同学，另外，我还几次走进女生宿舍看望他们，关怀他们的生活。实习期间还主持策划了三次主题班会——《别忘了国耻》，纪念9月18日《长征》，《我的白色象牙塔》。

实习期间还做了训练调查报告，从同学的学习、生活、课外活动中了解同学！

经过40多天的实习，我通过以身作则，体会到了当老师的重要性、艰难性和艰辛。虽然始终在努力，但还是有一些不足，比如上课表情不自然，似乎还在背教案，上课要大胆一点，语气太平和，需要提高对课堂的针对性。

总之，整个实习过程中收获很大，感谢导师！感谢这次实习机会！

**个人实习简单总结（精选篇3）**

来公司已近一个月时间，在这一个月里，工作大致如下：

第一周的时间主要是了解了公司的相关技术，学习了javaFX和JSF的相关知识，并做了几个简单的例子。第二周主要是对进销存进行简单的分析设计，并简单的实现了用户的登录跳转功能操作，以金蝶进销存软件为代表进行功能分析，编写这款进销存软件的特色功能和不足之处。第三周主要是对于进销存软件的Excel导入导出功能的分析，通过网上搜索资料和请教师傅，对导入和导出进行设计，并且开龙进销存软件的功能特点进行分析设计。第四周主要是学习使用套打的使用方法。其中也帮助过同事整理数据，表头等工作。

下一步的工作的初步打算是先将套打学会使用，帮助同事的工作，有任务时就要认认真真的完成，没有任务时就继续学习ADF，Jdeveloper，Netbeans等知识。

不肯去学习的人不适合做程序员，虽然我现在是菜鸟，可我不会一直是菜鸟。在工作中不断学习，不断积累知识，在困难和挫折中才能成长。我认为做一个程序员最重要的是热爱自己的工作，能够正确认识自己的错误和不足之处，及时的改正。在以后的工作中，为了更快的提高自己，要有效利用时间，认真学习相关知识。

对于一个程序员来说，现在的我还存在着很多问题和不足之处：比如说有时候处理问题逻辑思路不清晰，想法不够全面；工作中容易产生急躁情绪，不能静下心来分析研究；专业知识不够，有时候不能完成公司的任务。

在来到公司以后的这短短的时间里，我学到了很多在学校里学不到的知识，在公司中，那一种工作气氛也不是我们在学校时的那种气氛，每个公司都要有制度，只有每个人都遵守公司的管理规定，才能让每一个人都在一种良好的气氛中共同学习成长。至于我，身为一个菜鸟程序员，有任务时就要认认真真的完成，没有任务时就需要不断学习新知识，掌握新技能，以适应公司对新潍坊盛润信息科技限公司技术的要求。

**个人实习简单总结（精选篇4）**

通过这次为期6周的工厂实习，深刻意识到了自我的不足，意识到自己的手潜力相对不好，对机器太陌生，太害怕，怕发生什么事情，所以接触不到太多。在这次实习中，我感到自己更想成功。要自己动手，总结自己动手过程中遇到的各种困难，还要分析，要有坚强的毅力。要时时刻刻让自己认为自己能克服所谓的困难，对机器的各种功能有自己的体验，对机器的各种结构有了解，不能在经过一次实习后与实习前无异。不能说自由运用它们，但至少要对它们的功能和结构有大致的了解和大致的掌握。

从我们集团制作的机械作品来看，老实说，做得比较差，达不到要求，与我们看到的图纸大不相同。但我们集团幸运的是，我们的“浪费”材料无法忍受。任何集团都不能与我们集团一致。但是老师不明白。这里使用的材料是其中的一小部分，也许这种结局在加工前不充分分析图纸，不显示尺寸就要“开始”。在我们队的第二次制作过程中，我们队的人有害怕把事情做得不好的心，有时还有点依赖。所以这个比较不好。在那里我们也克服了自己的心。

这段时间我学到了很多东西，本来觉得做机器之类的很简单，只是摆弄机器而已，没想到做得好不容易。加工小零件需要很长时间，而且不是很准确。老师们好像说得对。机器之类的东西随着年龄的增长学得越来越好。

在这次实习中，我感到无论做什么工作，都必须做好充分的准备。加工三次工件，不管是材料还是布置，都要先进行合理的运算。没有规则，没有方圆，没有合理的安排，成功可以被认为是荒唐的。绝对不能说。准备已经取得了一半的成功，另一半是动手做的。只有团结一致，才有团队精神，才能使图纸上的产品合格。这次感谢我们的三位实习教师。你们辛苦了谢谢你们为我们付出的一切。非常感谢大家。

我以后会更加努力学习机械加工的知识，自己不理解，不理解的专业知识。

**个人实习简单总结（精选篇5）**

转瞬之间实习就到了尾声，六个月的时间可长可短，却是最充实而有意义的半年，在市第三人民医院的实习期间，我在学习、工作、生活、思想上都成熟了很多，这一段实习时间里我积累了人生最宝贵的财富。在实习期间虽然很苦，很累，但是我从中学到了很多东西。

记得刚进入医院实习的时候，什么都不懂，对医院的工作一无所知，幸好我的带教王老师脾气非常好，而且特别耐心，也有丰富的经验，让我比较快的适应医院的实习流程。

实习六个月是短暂的，按要求要轮完内、外、妇、儿以及耳鼻喉等科室，很多科室都只是短短几周的时间，其实实习也只能让我们初步了解医院工作的性质及流程，比如在儿科就要学着与小朋友沟通，在手术室就要加强自己的无菌观念，锻炼自己的.胆魄，在耳鼻喉头颈外科就学会了耳鼻喉这些很专业的操作，或许在今后的工作中都不会再碰到，但却是不可多得的见识，总而言之实习生活为我的人生增添了精彩的一笔，所以我会好好积累倍加珍惜。

这六个月来，我最大的感悟就是几个字：微笑，耐心与细心。例如我在血液科实习的时候，因为在血液内科住院的患者大多是一些慢性病需要比较长的治病疗程，这样我就有比较的多的时间来跟他们沟通以取得配合，那么来到血液科实习时就要换一种方式才能和患者进行有效的沟通了，我觉得，面对初次到医院就诊患者，我们应该充分理解他们的心情，面对陌生的医院环境，对自己疾病的不确定，这种种因素会让患者产生莫大的恐惧感，或许他们还会把情绪发泄在我们医护人员身上，而作为医护人员，我觉得无论什么时候什么状况，我们脸上都应挂着一丝笑容，用微笑去抚慰病人伤痛的心灵，用微笑去兑换微笑，用心灵去沟通心灵，用耐心去对待患者，用细心认真完成我们的本职工作。

短短的六个月的实习生活就要结束，这也给我美好的大学实习生涯画上完美的句号。这六个月以来我找到了自己的价值，我体会到了平凡的伟大，选择医学工作这一行，我无怨无悔。

**个人实习简单总结（精选篇6）**

对于一个即将毕业的大学生来说，实习是非常必要的。这是我们学生职业生涯中的最后一堂课。通过实践，巩固所学的专业知识，将理论知识充分运用到实践中，慢慢淡化不成熟的学生，真正走向社会，是成长的一大步。今年暑假，我选择在一家汽车销售公司实习。

回顾我在一家汽车销售公司的实习，一个暑假的实习经历教会了我很多书本上学不到的东西，对我以后的生活有着积极的意义。

实习期间感触很深。一般来说，我必须认真做事，低调勤奋，对自己和工作负责。在汽车销售公司实习，我学到了很多东西。我来说说我实习期间的经历：

第一，在复杂的社会环境中，一定要坚持做自己，保持自己。

现在的社会很复杂，各种各样的人都有。刚出社会的大学生随波逐流是很不好的。在一家汽车销售公司实习的时候，看到很多同事因为一些销售的事情在互相较劲，看起来很假。这些都是我无法改变的。我能做的就是坚持自己，不跟风，这样我们的生活才会更有意义。

第二，学会独立，不要指望依赖任何人

作为一名实习大学生，我们不能因为这个借口而依赖别人，就连教官也不能。我们必须学会独立和选择。社会竞争激烈。没有人会让你依赖一辈子。如果不能独立，肯定会被社会淘汰。所以一定要摆脱依赖，学会独立，学会对自己负责。

三、在实习工作中要积极主动。

作为一个刚到汽车销售公司实习的大学生，在新的环境下，我们应该勤奋主动，因为我们只是实习生，没有任何社会经验和工作经验。俗话说“勤奋可以弥补我们的不足”，所以我们只能积极主动，勤奋好学，尽可能的进步。

第四，学会为人处事的道理，与人相处融洽

销售最重要的是人脉。你要振振有词，推销自己，才能更好的推销自己的产品。所以要搞好人际关系，在工作中与同事和睦相处，有困难的时候帮帮你。毕竟一个人的力量小，但是团队的力量强。我们应该相信这一点，处理好人际关系，良好的人际关系网络也是未来发展的必要准备。

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！