# 顶岗实习报告总结【四篇】

来源：网络 作者：梦中情人 更新时间：2024-01-10

*实习是大学生毕业必须经历的过程，它也是你能力的一个证明，尤其是进入大企业实习，可以充分发挥和展示你的才华和在学校里学到的专业技能，加深对职业的了解，确认喜欢或擅长的行业。以下是为大家整理的顶岗实习报告总结【四篇】，供大家参考学习。>1.顶岗...*

实习是大学生毕业必须经历的过程，它也是你能力的一个证明，尤其是进入大企业实习，可以充分发挥和展示你的才华和在学校里学到的专业技能，加深对职业的了解，确认喜欢或擅长的行业。以下是为大家整理的顶岗实习报告总结【四篇】，供大家参考学习。

>1.顶岗实习报告总结

　　自xx月xx日起至xx月xx日，我在xx公司实习，通过两个月的实习，我收获了不少的经验。同时也有了不少自己的想法。

　　实习，就像刚刚拿了驾驶照去开车，就算在驾驶学校是自我感觉良好，但是在人来车往的公路上自己就像是一个刚学会走路的小孩，要意识到自己能力的欠缺和知识的匮乏。实习期间，我拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而更多的是希望自己在工作中积累各方面的经验，为将来自己就业之路做准备。

　　这一次的实习，让我将课堂上学到的专业知识有了运用的机会，更让我得到了实际的锻炼，从中总结了经验，使得我的专业能力和社会适应能力有了进步，同时也让我吸取了一些教训。

　　每天去单位工作，遇到任何问题解决不了的，单位都要求我们把问题记下来，小组解决不了，会议上各小组再一起讨论解决。我们集思广益，发挥群体作用，如果自己进行分析，往往是一种定向思维，所考虑到的只是一个面，甚至只是一点而已，很难考虑周全，然而展开小组讨论，就可弥补这个不足，大家从多角度地看问题，结论也就更加全面、合理、准确。

　　通过讨论，能使我们立对纠错，提高个体认识，在这个过程中，倾听、思考、分析、评价、表决这一系列的活动使小组里的每一个成员都受到了锻炼，同时，对于我一个刚步入单位的实习生来说，这也是一个取长补短的过程，弥补了自身认识上的不足，从而不断提高自身认识水平。

　　虽说我取得了不少进步但我还存在着以下几点的不足：

　　一是工作中有时自信心不足，有放弃的念头。时而会出现低级错误。

　　二是在处理一些事情时有时显得较为急躁，没有及时找出失败的原因。

　　三是社会阅历相对来说较少，经验不足。

　　在今后的工作中，我将发扬刻苦精神，克服不足，坚持不懈地努力学习各种理论知识，并用于指导实践，以更好的适应单位发展的需要。熟练的掌握各种视音频特效以及各转场特效，以便更好的投入工作，我将通过多看、多学、多问、多练来不断的提高自己的各项水平。通过实践不断的总结经验，提高自己解决实际问题的能力，并在实践的过程中慢慢克服急躁情绪，积极、热情的对待每一件工作。

　　设备维修中多以辅助设备为主，各级领导的指导顺序有一定的规律，这就要求维修者一定要先认识某些领导，避免由于不认识人摆放错了领导的位置带来不必要的麻烦，通过实习得知，一般的维修，几乎都是自己搞定，特殊情况特殊对待。实习期间也维修过机床，出问题的主要原因还是不会问人，不知谁该如何交流。

　　虽然仅仅是两个月的实习时间，但是我从中获益良多。

>2.顶岗实习报告总结

　　20xx年xx月xx日，我怀着激动的心情踏上了期待已久的顶岗实习之路，当我坐上离开学校的的班车那一刻起，我就知道我将经历一段特殊的不平凡的并且充满收获的人生旅程，那旅程必定在我的生命中写下浓墨重彩的一笔，必定会在我的生命中留下绚烂多彩的回忆，并定会给我带来生命中无与伦比的财富。

　　我的实习岗位被分配在总装车间箱发组，面对一台台发好泡的冰箱从自己面前流过，而我的工作就是每天和这些冰箱打交道。我在这里做的装冰箱的托板，是将托板固定在冰箱上，这个岗位说难也不难，就是要你记得哪种型号的冰箱用哪种托板，要不要带电容，是几微法的电容。要分清楚，不能弄错，不然会导致以后的环节出错，冰箱制冷时有可能电容会发爆炸。所以这个一定要很认真的做，不能粗心大意，害别人去帮你善后。

　　xx个月的实习期虽然很短，却使我懂得了很多。不仅是进行了一次良好的校外实习，还学会了在工作中如何与人相处，知道干什么，怎么干，按照规定的程序来完成工作任务。同时对冰箱这方面也有了实际操作和了解，为我以后更好的发展奠定了基础。

　　经过这几个月实习下来，使我受益良多，具体的体会如下：

　　1、要有坚定的信念。不管到那家公司，一开始都不会立刻让我们实习生实际操作，一般都是先让我们看，时间短的要几天，时间长的要几周，在这段时间里很多人会觉得很无聊，没事可做，便产生离开的想法，在这个时候我们一定要坚持，轻易放弃只会让自己后悔。

　　2、要认真了解公司的整体情况和工作制度。只有这样，工作起来才能得心应手。

　　3、要学会怎样与人相处和与人沟通。只有这样，才能有良好的人际关系。工作起来得心应手。与同事相处一定要礼貌、谦虚、宽容、相互关心、相互帮忙和相互体谅。

　　4、要学会虚心，因为只有虚心请教才能真正学到东西，也只有虚心请教才可使自己进步快。

　　总得来说在实习期间，虽然很辛苦，但是，在这艰苦的工作中，我却学到了不少东西，也受到了很大的启发。我明白，今后的工作还会遇到许多新的东西，这些东西会给我带来新的体验和新的体会。因此，我坚信：只要我用心去发掘，勇敢地去尝试，一定会有更大的收获和启发的。

　　在学校里学到的知识都是最基本的知识，不管现实情况怎样变化，抓住了最基本的就可以以不变应万变。如今有不少同学实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，可我觉得，要是没有书本知识作铺垫，不可能会有应付瞬息万变的社会的能力。

　　此次的毕业实习为我深入社会，体验生活提供了难得的机会，让我在实际的社会活动中感受生活，了解了在社会中生存所应该具备的各种能力。为以后的自己奠定坚实的基础。

>3.顶岗实习报告总结

　　一、实习目的

　　通过房地产销售的实习把握当下房地产行业的动态，为毕业之后进入房地产行业做好充足的准备！也希望通过销售岗位的锻炼，把自己变得更灵活一些。

　　二、实习时间

　　20xx年x月x日到20xx年x月x日

　　三、实习地点

　　xx房地产集团

　　四、实习内容

　　跟随房地产营销总监进行 房地产销售的实习，主要的工作内容是通过集团内部开展的各项活动积累客户资源，再通过社交软件将这些客户从潜在的客户培养成有朝一日一定会来我们集团买房的客户。

　　五、实习总结

　　在实习之前，我对房地产销售的了解和我实习之后对房地产销售的了解已经完全不同了。过去我总觉得销售这个行当，只要性格外向，脑子转得快就可以了。实习了之后才知道，要想做好销售，尤其是房地产销售，没有足够高的情商，还真不是一个容易的活。过去身边很多人对销售不好的评价，在实习之后都被打破了。

　　通过这次在xx房地产集团的实习，我不仅认识了房地产销售这个行当，也足够了解了房地产这个行业，毕业之后，我还是会选择进入房地产行业，为自己想要实现的理想生活而努力！

>4.顶岗实习报告总结

　　实习很快要结束了，xx年的学生生涯将要接近尾声，实习是我跨入社会进行的一个热身运动。毕业后，我们又迈入一个新的起点。新的旅程艰难又宽广，我们又要迎接新的挑战，实习其实就是把自己学到的知识用到平时实际工作中去，在实习中不断磨练自己，增加一些实践经验，从中找出自己的不足之处，虚心学习一些实用知识，在实习工作中不断学习，反复推敲，事事总结，从中积累自己的一些实用经验，抱着这样的观念和目的，我选择了xx公司为实习单位。

　　通过三个月的实习现在我深深的感到当初的选择是我人生中最幸运的其中一件，因为第一，公司是xxx，为全国各地来的大学生提供住宿并给他们进行免费职前培训，帮助他们找到工作的单位，所涉及的行业比较新颖并且前景看好，发展潜力大。

　　第二新型企业需要有一批有激情有知识有才能的人去创业，去开拓。它也是一个最能锻炼人的地方，这将对我们日后的工作经验的积累也具有帮助，给我们实习提供了锻炼的平台。

　　总而言之，通过xx的实习，确实让我感到受益匪浅。

　　通过实习，现我对待工作的态度也有了进一步的正确认识，乐观和积极是我们的首选，不管有多么的艰苦，我们都会去面对，去挑战，目的是能磨练自己的意志，使之能迅速成长。

　　通过实习，我觉得很多工作需要我去摸索和探讨，要不怕吃苦，勇于激流勇进，有的工作虽然单调又重复，但这是磨练意志最有效的方法，我告诫自己要认真完成，一定要争取不抛弃，不放弃，坚持“战斗”，只要希望还在，胜利一定属于我们。

　　实习马上就要结束，但我已对xx有了深受的感情，这里有一个能战斗的团队，我将留下来继续战斗。

　　在实习中取得了一些成绩，得到了许多宝贵的经验，但我深知千万不能满足现状，这才是万里长征刚迈出第一步，我还要不断努力，发扬成绩，勇于拼搏，争取更大的进步！

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！