# 实习期优秀工作总结范本

来源：网络 作者：枫叶飘零 更新时间：2024-09-11

*当工作或学习进行到一定阶段或告一段落时，需要回过头来对所做的工作认真地分析研究一下，肯定成绩，找出问题，归纳出经验教训，提高认识，明确方向，以便进一步做好工作，并把这些用文字表述出来，就叫做总结。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的总结吗？...*

当工作或学习进行到一定阶段或告一段落时，需要回过头来对所做的工作认真地分析研究一下，肯定成绩，找出问题，归纳出经验教训，提高认识，明确方向，以便进一步做好工作，并把这些用文字表述出来，就叫做总结。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的总结吗？以下是小编收集整理的工作总结书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

**实习期优秀工作总结范本一**

实习地点：我市一房地产开发公司

实习目的和任务：通过房产公司销售员实习，了解整个房地产行业和销售楼层的操作流程，巩固专业知识，能把理论知识充分合理的运用到实践操作中去，培养实践工作的能力，丰富社会阅历，为将来更好的就业奠定坚实的基础。

实习内容和过程：由于专业原因，我实习的岗位是房产公司销售员，主要工作任务就是销售楼房。在实习之前，我没有正式接触过这个岗位，只是知道这个行业很吃香，看别人做的有模有样，觉得应该很好做，可是当我真正实习的时候就发现，做起来是很困难的，有许多问题自己不会处理，让我觉得自己太渺小了，没有存在感。记得我刚来实习的第一天，就有个客户来找我询问，我什么都不了解对客人的提问一问三不知，显得特别的尴尬。有了这次的教训以后，我每天都会认真观察和仔细揣摩，看有经验的同事是如何做的，有不懂的问题就去请教他们，大家都会很耐心细心的为我解答，在加上我自己的`不断努力，现在可以很好的回答客户的提问，也能和很好的客户沟通交流。存在的问题就是搞不清地址，有一次陪同客户去看房子，把B区看成了D区，搞的找了半天，所以我在接下来的日子就主要是熟悉地址。

在房产公司销售员实习期间，我学会了耐心细心，有一次客户说好了早上去看房子，但是又突然说改天，让我很无奈，也有点气愤，当然这都是心里抱怨下，所以做这行很大程度磨练了我。在实习期间，我还发现了自身的不足之处，在以后的工作学习中会努力改正，做一个让客户满意的房产公司销售员。

实习心得体会：其实在实习之前，我畏惧害怕过，觉得自己可能做不好，但是经过老师的鼓励，我慢慢的用心做，觉得越做越有意思，所以做任何事情，我们都要有恒心，有毅力，那样才能成功。在这次的房产公司销售员实习中，我不断努力，虚心求学，不懂就问，尽最大努力让自己学到更多。这次的实习让我成长了，也成熟了，看清楚了很多事情，也明白了很多事情，是一次受益匪浅的实习经历。

**实习期优秀工作总结范本二**

一、实习内容

本次毕业实习，我原本按学校的安排去了湖南君见律师事务所，但是一个周的实习下来，我觉得我很难融入那里，基本是处于无所事事的境地，毫无存在感可言。每日固定早上八点半到所里，下午五点半收拾东西回学校，期间不是在自己看书就是在玩手机，我并不觉得这样过八周有丝毫意义，更不觉得它会让我得到任何成长。

3月7号，\_\_(长沙)律师事务所到法学院招聘实习生，我怀着凑热闹的心情参加了招聘会，但后来事态的发展超出了我的心理预期。当晚的招聘，协力一共来了六位律师，其中有四位出自我们法学院，包括律所的主任欧阳先生。从出席的律师人数和品级来看，协力对那次招聘还是有很高的期望的，但是遗憾的是参与应聘的同学并不多。这一方面是因为考研、保研和考公务员的人数很多，另一方面我想是因为律师行业前期非常辛苦。虽然我并不是一个优秀的法律人才，但是我却有幸遇到了这样一个机遇。当晚，我有惊无险地被协力接纳，当然这其中有一些偶然或者说幸运的成分，毕竟我并没有通过司法考试。其中种种不再赘述。

我的实习岗位是律师助理，我的上司是协力长沙年轻的公司部主任，也是我的师兄左浪律师。说是实习生，其实我基本上已确定会签在协力，作为一个专职的律师助理，所以我的实习期并没有按照学院安排的八个周的期限结束，而是将一直实习到毕业。

虽然我隶属于公司部，但是由于公司部的办公坐席紧张，我被安排在了诉讼部的办公区域做事。再加上我初进律所时是跟着负责信托业务的段优律师做信托业务，所以我的身份我自己也说不清楚。但是我觉得这样也好，如此一来我就可以接触到不同的案件，认识更多的律师，也能学到更多的东西，得到更快的成长。

我首先接触到的业务是信托合同审查。我本科阶段从未接触过信托，只是在确定论文指导老师以后才开始了解信托。虽然我的毕业论文也是以信托为题，但是我对信托的理解只浮于皮毛，更不要说信托实务了。信托合同是一种很专业的合同，不但涉及到法律，还涉及到金融、经济等领域。基本上每一个信托项目都会有数个甚至十几个相关的合同，每一个合同少则十几页，多则二三十页。初一接触的时候，看到那么长充斥着生僻词汇的合同，我的头都大了，两三个小时终于看完了一份合同，却几乎没有发现任何问题，还看得一脑子的浆糊。再拿来段律师审过的合同进行比对，上面有大篇幅的修改和风险提示，我发现自己真的像一个愚蠢的瞎子，如果我有客户的话，他一定会被我的无能害死。好在，在段律师的耐心指导下我慢慢地也有了些进步，能够从已有的合同中发现一些简单的问题，并按照规范的格式和得体的表述进行文本修改和风险提示，只是离独当一面还差之千里。遗憾的是在我刚刚有点开窍的时候，段律师请产假回家休养了，新接手信托的诉讼部陈律师并不太喜欢我这个本科实习生菜鸟，我基本上与信托合同再没了交集，于是又重归浪师兄麾下，做起了专职助理，偶尔帮诉讼部的律师们做些杂务。这期间，我帮助左律师做了一项法律培训、一项投标书的制作、公司实务知识专题的归集，以及其他一些杂事，得到了他的认可，也受到了他很多关心和照顾，让我十分感动。

二、实习感想

近两个月的实习，让我收获很多，这其中包括业务能力和专业知识上的，也包括为人处世和职场交往上的。我总结了以下几点：

1、认真细致是作为一个律师必备的品质

对于这一点，让我感触最深的首先还是段优律师和信托合同。段律师在审阅合同的时候从来不会放过一点瑕疵，哪怕是一个错别字或是一个标点符号，而且她修改的内容都用不同颜色的字体和旁批进行标示，并不直接删除原合同的内容以示对客户的尊重。段律师是一位女性，身高一米五几，其貌不扬，但是她做事的能力和态度却比她的身体高大了百倍，让我由衷的敬佩。另一个给我留下深刻印象的是左浪律师，他才到协力工作不到两年，却已经坐到了公司部和金融部两部门负责人，足见他出色的个人能力。他是一个不折不扣的工作狂，通常这样的人也追求极致和完美。在刚开始帮他草拟法律知识培训课件时，我只是按照以往在学校的通常做法，在网上收集了一些资料，做了简单的文字处理，制成一个很简陋的PPT演示文稿发给了他。他看了之后，把我单独叫到会议室，我便感到事情不妙了，出乎意料的是他并没有很严厉的批评我(可能是由于我是他的师弟，并且是第一次帮他做事的缘故)只是直接告诉我：“师兄是一个凡事都很认真的人，我也希望我手下的人也都能认真对待每一件事，你做的这个东西太简单了，要重新做。”于是我当天晚上加班到凌晨三点，第二天顶着一脸刺痛的痘痘跟他去完成了这次培训。

2、专业能力是在律所立足的本钱

两个月的实习下来，我突然发现我的专业知识一塌糊涂，连最基本的法理也只是模模糊糊的有点印象，遇到问题就必须去翻书。这让我感到很痛苦，也深深地为自己虚度的四年光阴而懊悔。最近与左师兄聊天时他也告诫我，“你的专业基础太差，一定要好好地补一补!”对次，我也心知肚明，只盼亡羊补牢犹未为晚。

3、人际沟通能力是融入职场的润滑剂

人际交往能力一直是我的性格短板，满脸的青春痘又减损了我的亲和力和自信心。看着同学在所里如鱼得水，与同事混的很开，我心里暗自着急却也无计可施。除了与左师兄和同在所里实习的同学关系好点外，与其他同事的关系一直不温不热，尤其是不懂得如何与上级沟通。上文提到我并不受诉讼部的陈律师喜欢，我想除了自己的能力有限难以达到她的要求外，欠缺沟通也是一大原因。我差点因此付出惨痛的代价。陈律师业务能力很强，和左师兄有些相似，但是脾气火爆，我也一直很敬佩她。前天，左师兄告诉我所里突然有律师向欧阳主任报告对我不满意，我满腹的疑惑，虽然我的能力有限但是却也在尽心尽力地做每一位律师交给我的事，我实在想不到因为什么事惹得哪位律师如此不满，后来证实是陈律师因为我给她做法律法规整理的时候遗漏了一个解释性文件而导致的。这件事害得我差点丢掉刚到手的工作，幸而有左师兄替我在欧阳主任面前杠了一下。事后我反思此事，一方面我确实有疏忽之处，另一方面如果我事先处理好了与陈律师的关系也不至于把事情闹到这种地步，也许她会当面给我指出来，而不是越过我直接向欧阳主任投诉。

4、实力决定一切，努力上进方能存活

律师是一个要不断学习的职业，我自身的能力就十分有限。正应了那句古训：书到用时方恨少!左师兄能在老板面前如此受重视是因为他的个人能力远超常人，他到所里第一年还没拿到职业资格证就做到了七十万的业务量，现在所里的几个大案子也都有他的功劳。这一点所里的同事不得不认可。他取得这样的成绩是与他的努力正相关的，根据我直观的了解，每天加班最晚的是他，基本上没有假期和周末，除去吃喝拉撒所有的时间都花在了工作上。常人是很难做到的，扪心自问，至少我觉得我很难做到。

我现在还没有通过司法考试，对于我来说，律师这条路还充满了挑战和不确定性，我若想在律所里立足，必然要付出更多。我已经做好了吃苦受累的心理准备，等待着浴火重生的那一天!

**实习期优秀工作总结范本三**

20\_\_年，我满怀着对金融事业的向往与追求走进了建设银行，在这里我将释放青春的能量，点燃事业的梦想。时光飞逝，来建行已经一个年头了，在这短短的一年中，我的人生经历了巨大的变化，无论是工作上，学习上，还是思想上都逐渐成熟起来。这一年中我分别实习了大堂经理，柜员岗(包括现金柜员和对私柜员，社保局发卡中心(以下简称社保)，便民服务中心(以下简称便民)，绍兴市第二人民医院(以下简称二院))，个人客户经理已经如今的公司客户经理。

8月到9月，我刚开始进行，岗位是大堂经理，开始我觉得自己挺幸运的，因为当大家都要跟柜的时候，我在外面显得比较自由。但是不到一周，我就发现自己错了，大堂经理最基本的工作是分流，这就要求大堂比所有柜员都清楚业务的流程和操作，这样才能向顾客提出最便捷的办理渠道和方式;但是比这个更重要，也更加困难的是，大堂其实是银行销售工作的“排头兵”几乎80%的销售机会都是由大堂找到并发起的。所以大堂经理必须准确发掘客户需求，并适时推出与之相匹配的产品，这样才是一名优秀的大堂。大堂经理是我的第一位师父，到现在我工作的热情和态度还深深的受着她的影响。这段时间，是我从大学生向职场人开始转变的第一步。

10月到次年2月，这近半年的时间当中，我逐渐开始临柜，接触一些个人储蓄和公司现金支票的业务，虽然在操作上一直不能像老员工们一样快速，但是，通过这段时间的学习，我逐渐了解了个人的存贷业务，同时树立了银行的风险意识和责任意识，只对我今后从事客户经理工作有着极大的帮助。社保、二院和便民的业务与营业部的相比，比较单一，客户也相对比较固定

**实习期优秀工作总结范本四**

一年来，我不断加强思想政治学习，努力提升自身整体素质，恪尽职守，兢兢业业，勇于创新，严于律己，较为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，为今后的工作和学习打下了良好的基础，现将工作学习情况总结如下：

一、加强政治理论学习，提高思想觉悟

积极主动参加单位组织的各项政治学习，主题教育实践等活动，及时认真地学习党和国家各个阶段的方针政策，深刻领会党和国家大政方针的内涵实质，努力提升自身的政治修养，切实增强政治敏锐性，在大是大非面前时刻保持清醒的头脑，坚持党性和原则。牢固树立社会主义法治理念，精心研读法学理论和法律法规，及时更新自己的法律知识，不断提高业务素养和执法水平，努力适应新形势下检察工作的要求。

二、加强业务知识学习，提高业务水平

虚心向身边的同事请教，通过多看多听多想多做，努力在最短的时间内提高自己的工作水平，在工作中我始终保持谦虚谨慎、虚心求教的态度，主动向领导、同事们请教，学习他们不知疲倦，求真务实，忠于职守，兢兢业业的思想作

风和工作作风，以及用行动诠释着“忠诚、公正、清廉、文明”的美德。同时在实践中检验所学知识，查找不足，提高自己，尽快适应工作环境，进入工作角色。在完成工作任务的同时，也充实了自己。在实践中学习，是对自己的考验，也是对自己的一种锻炼。

**实习期优秀工作总结范本五**

时间过的真快，转眼间已经过去一个月了，我出身教育世家，从小就喜欢孩子热爱教育事业，由于求学的原因我辞去了原来的工作，同时由于的求学的原因我找了很多教育培训机构也没有时间合适的工作，我开始转行，当我接到桦树湾教育的面试通知时我感到非常幸运，更加幸运的是我做了我喜欢的工作，跟孩子在一起，由衷的感谢张鸿丽张老师!

刚来时还不熟悉这边的工作情况，张老师带我参观了整个桦树湾，还介绍了市场部的张老师帮我一起带托管班，让我非常快的了解并适应了这份工作。

虽然在工作期间只有张一瀛这一个孩子，但我肯定地说除非有特殊情况他会一直呆在这，当我第一次见到他感觉到他是一个非常调皮的孩子，一会跑到这一会跑到那，对老师也是敷衍说话，第一次见的是他的外婆，看得出来外婆也压不住他，过了几天见到了一瀛的妈妈，跟一瀛妈妈汇报了一瀛最近的表现以及针对孩子提出意见，她妈妈也对我的工作经验做了初步了解，我说出了我对托管班的规划，打消了一瀛妈妈想不在这托管的念头，因为当时托管就一个孩子而且环境空洞，晚饭不是儿童营养餐，初步得到了一瀛妈妈的肯定，第二天起我跟一瀛妈妈建立了家长联系本，每天我们都互相交流，一般接到一瀛后先让他喝水，方便，然后陪他写作业，如果接的时间早的话就会在外面散散步打打羽毛球，我对他的作业要求非常严格，横要平，竖要直，看得出一瀛这孩子缺少耐心，没耐心后便开始乱写乱画，卷面十分糟，我慢慢的鼓励他，教他怎么擦错字，一瀛的坐姿不正确，我都是用手扶着他后背写作业，一瀛吃饭就是用筷子扒，已教他正确的吃饭方法，他写完作业给老师看时都是随便一扔，这时我让他重新交给老师，直到有礼貌为止，到目前为止一瀛在学习礼貌生活习惯方面都取得了进步，他数学最近也是100分，语文也是得优，同时得到了一瀛家人的认可，一般一瀛回家只要准备睡觉就好，学习方面已在托管期间解决，期间一瀛也出现过问题，但都通过我们交流解决了，中秋时一瀛还特别拿月饼感谢我。我也跟一瀛建立了感情，有次他找不到我就喊“吴老师，吴老大”感觉心里暖暖的。

豆豆虽然不是托管的孩子，但接到他时我都给他辅导作业，把豆豆学习上的错误写到联系本上，接他到桦树湾上课时给他接杯水，一瀛脾气急，跟申豪闹过两次矛盾，都在我的指引下和好了，第二次给他们调解时豆豆妈妈正好在，豆豆妈妈夸我真有办法，特有成就感。申豪有时也帮我，他会说“老师，我给您看着，谁表现不好就给他画哭脸”有时我会在原有的游戏上给他们创造新游戏，用自己的方法丢手绢，玩弹蛛，总之我做这个托管非常开心

同时我对托管班做了一个规划，得到校长的认可，近一个月本着省钱又有效果的目的已在网上查到对托管班的装饰用品，有些确实不好找，本想前拿给校长看，有个长假期隔断就到假期后吧，我相信桦树湾的托管班一定会办的有声有色。

在这一个月期间我运用已有的生活老师的经验负责起托管班，我深刻的体会到过往的经验的重要，这使我在负责托管班和与家长家长交流方面如鱼得水。

其实生活老师远没有这么简单，树人的孩子都是家庭环境不错的孩子，很多孩子存在家庭问题，父母远在国外或父母离异，或有后妈后爸，或者从小在溺爱中成长，必然造成她们性格缺陷，有的家长特别挑剔，甚至看不起生活老师，刚毕业工作那会我也经历了很多挫折，今后我也要面对很多困难，也会有很多做的不对的地方，望各位领导提出宝贵意见，我一定虚心接受。

【实习期优秀工作总结范本】相关推荐文章:

办公室实习期个人工作总结范本

大学毕业生实习期工作总结

办公室人员实习期个人工作总结范本

实习期公务员半年工作总结

三个月实习期的工作总结范文

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找