# 大学毕业实习工作总结范文精选5篇

来源：网络 作者：尘埃落定 更新时间：2024-08-09

*总结不仅仅是总结成绩，更重要的是为了研究经验，发现做好工作的规律，也可以找出工作失误的教训。这些经验教训是非常宝贵的，对工作有很好的借鉴与指导作用，在今后工作中可以改进提高，趋利避害，避免失误。优秀的总结都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？...*

总结不仅仅是总结成绩，更重要的是为了研究经验，发现做好工作的规律，也可以找出工作失误的教训。这些经验教训是非常宝贵的，对工作有很好的借鉴与指导作用，在今后工作中可以改进提高，趋利避害，避免失误。优秀的总结都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编带来的优秀总结范文，希望大家能够喜欢!

**大学毕业实习工作总结范文精选5篇一**

一年的见习期很快的结束了，有收获也有不足，现在从以下两点进行自我总结。

一年的工作经历，让我深深体会到了转换工作思维和重新定位的重要性，从学生到职员，从学校到企业，从理论到实践就是一个既短暂又漫长的过程，身份可以从瞬间转换，但是思想要经过漫漫的洗礼，因此其过程也是不容易的，但是值得欣喜的是在领导、同事和朋友的指导、帮助和关心下工作已经入手，生活已经进入轨道。时时刻刻有一种温暖的感觉。

在基层项目上实习锻炼的8个月中，自己能够做到很快融入到集体，工作中不懂就问，从不同角度换位思考问题，尽快熟悉办事流程，做好领导分配给的各项任务。做好自己工作的同时，主动要求和接触新工作，技能得到了锻炼，业务水平有了明显的进步。得到了领导的认可和同事的好评。由于我们建筑企业工作生活条件艰苦，但是并没有因为生活上的原因而影响工作，尽量克服自己在生活上遇到的困难，发扬二局人南征北战不畏困难的铁军精神，磨砺出了自己尽快适应艰苦环境，自我解决的问题的生活能力。

5月份回到局总部，开始配合同事做好831工作，在此之间，受到了领导、同事夜以继日、忘我工作精神的深刻影响，使自己很快进入到了新一轮的工作环节，学习到了更多的财务管理经验，进一步对工作技能得到了提高。

这一年里也有很多的不足，例如，对业务流程还不是太清晰，nc等系统还不是很了解，思想还有待于更深一步的提高，理论联系实际不够紧密，不能够充分的运用到现实工作当中去。要做好做一天财务人员就要学习一辈子准备。在思想上，不能以一名共产党员的标准来严格要求自己，这些不足我会在以后的工作生活中扬长避短，尽快完善自己。

以上就是我对自己一年来工作的总结，虽然成绩平平，不引人注意，但是尽心尽职，工作努力，思想进步，团结集体是我永恒的追求，希望今后在领导同事们的关心帮助下，能够取得不断进步。

**大学毕业实习工作总结范文精选5篇二**

这次深圳之旅，发现自己见识了很多，也学到了很多，感触很深。无论是生活还是工作都觉得自己收获不少。总结如下：

第一：先处理心情，再处理事情。

记得感到深圳的时候，怀着满腔的热情，尤其是当感受到了深圳快节奏的生活之后自己更是有一种强烈想加入其中的欲望。但是，现实的落差很快让我心里如陷入冰川。首先是去找实习单位，每每递上简历，公司的招聘人员都不约而同地一再声明不找实习生。更令我吃惊的是，应聘心中向往已久的文员工作同样遭遇冷眼，什么大学生应聘文员，一点进取心都没有，浪费父母的血汗钱之类的话语犹如当头一棒。后来自己静静细想了很久，觉得还是先找个销售工作做着吧。就这样，我的实习工作开始了。

在开始的几天，我的心情很差，觉得自己是个堂堂正正的本科大学生，怎么就跟这些高中生、中专生一起工作呢。就是怀着这种心里，我的工作积极性和主动性大减，更别说工作有什么成绩了。

后来有一天，人力资源部的人找我去公司谈话，说店铺反应我的情况不是很好，叫我提高警惕，如果还是保持原样的话，就另谋高就。并且他们也给我换了一个店铺，希望我在新环境里能够有新的进步。回去之后，我也想了很久，自己现在也没有毕业，也只能算个高中文凭，找实习也是碰了一鼻子的灰，与其这样抱怨，还不入安安心心工作，这样何乐而不为呢。

就这样，我怀着积极的心态来到新的店铺，并且我也暗暗发誓，一定要有所为，不能让别人瞧不起。我每天都会为自己加油，并且时时刻刻保持好心情，把每次接待顾客都当作是展现自己的机会。就这样，我发现自己不久就爱上了这份工作，不仅与同事的关系密切，而且销售业绩也迅速等到公司上级的认可。所以，还是那句话，先处理心情，再处理事情。

第二：用脑做事，用心做人，因为用脑做事才是科学的，用心做人才是道德的。

在别人眼里，做销售工作的人都是能说会道，只管把产品卖出去，而不管顾客感受的。但是，我想说如前所述的话，那么这样的销售可以说是一次新买卖。我们要的是永久长远的客户关系，我们要的是想方设法接待回头客，这就要靠智商和情商的珠联璧合了。

每次，当顾客进店，我都会上下打量一番，不是看顾客富不富裕，而是仔细观察顾客的衣着风格，以便开展销售工作。当顾客决定买下某款上衣时，先别急着开单，而是接着向顾客推荐其他的，比如与上衣搭配的裤装及鞋子，充分利用自己所学的消费者心理学及各种其他的理论辅助销售工作，这是你会发现意外的收获。

除此之外，心到也是必须的要领。记得有一次来了一个顾客，我急忙迎了上去说：“您就是上个月买了两件衣服的那个顾客，我记得您，欢迎再次光临”，同时我拿出她上次买的那两款衣服样板在手上。她先是一顿诧异，接着说：“我太佩服你的记忆力了，每天到店里买东西的人上百，多亏你还记得我，好今天我想买一条裤子，就找你帮我选了。”虽然这只是我工作中的一个场景，对顾客来说也是最微小不过的事情了，但是我们充分体会到了别人对我工作的肯定，同时自己也收益良多。其实，这个普通事情却蕴含了不普通的道理，相信大家都听说过马斯洛的五层需要理论，对于生理安全初级的需求，能来这样高档商场的消费者早就满足了，而他们追求的是一种自我实现的需要，他们需要的是一种被尊重的快感。而我的一句话正好让她感觉到自己的价值所在，这也与各商场建立顾客档案，为顾客开通会员卡有异曲同工之妙。

总之，成功隐藏在点滴之中，有待我们用脑去发掘。

**大学毕业实习工作总结范文精选5篇三**

很高兴能参加这次的实训，让我学到了很多专业以外的知识，同时也结识了很多来自不同专业的同学，和她们一起工作，一起吃饭，感觉每一天都过的好充实啊，非常喜欢这种忙忙碌碌的生活。由于我们班被安排的工作是办证这一块，所以我们提前一星期就开始了我们的实训工作。

记得刚通知我们要去办证中心开始工作时，所有的人都充满了好奇，既向往又有点担心，害怕自己能不能很快适应那里的工作，究竟我们要做些什么，各种各样的猜想浮现于脑海中，一大早，我们就去赶公交车，在车上我们的心扑上扑下，久久不能平静下来，直到到达目的地后，才渐渐地松了一口气。那里的环境对我们来说都比较陌生，所以显得有些拘谨，这一天办证中心的老师教了我们如何扫描制证和拍照制证，并且在让我们稍微练习之后，对我们每个人都进行了测试，选择一部分速度相对比较快的同学负责这一块的工作。在熟悉办证的整个过程之后，根据我们每个人自身情况选择有意向的岗位，办证中心的老师再根据每个人的表现，安排相应的工作。我原先选择的岗位是接待，但被安排在了机动这个岗位，本来有点接受不了，因为我是经过深思熟虑之后才选择了接待这个岗位，现在却变成了机动，所以对自己能不能胜任这个工作有点没把握。但是，正如办证中心老师说的，她们对我们安排的工作也是根据我们每个人不同的特点，既然老师给我们安排了工作，就是给我们一个挑战自己的机会，我要对自己有信心，相信自己一定能够把工作做到最好。

经过一个星期的机动工作，我已经非常适应这份工作了，它为我带来了很多的乐趣与活力，感觉每一天都过的多姿多彩的。原来，协调机动就是哪里需要帮忙我们就去哪里，整天几乎都在奔跑中度过，对办证的整个流程都要有所了解。我们的份内工作是将所有各个地区办好的证件放到指定的袋子里，等到时将这些证点清楚，交给各个地区来拿证的代表，保证所领的证数量的准确性，如果是缺少证件，我们就得一直跟着直到制证同学将证打印出来，后勤同学塑封之后，马上补全，好让领证的人早点拿到证，不会等太久。有时候他们等的久了，就会不耐烦，而且还会用很难听的言语责骂我们，说我们做事没效率，不够快，其实我们已经很快的在补做了，但有些人就是不管，只管快点让他们拿到证件，毫不讲道理，有什么不痛快就只会拿我们出气，身为志愿者的我们只能学会容忍，用好言好语试图让他们冷静下来，不要太过急躁。虽然会觉得有些委屈，心里蛮难受的，但是我学会了用微笑去面对，用理解与宽容的心情去对待那些脾气暴躁的人，因为我知道只有这样，才不会让自己心里不舒服，也不会将这些不愉快的事放在心上。

在外经贸工作了十来天左右，正式到会展中心工作，属于4号馆的服务人员，负责4号馆的协调机动。偶尔会做一下后勤，有时也会帮忙做一下接待的工作，我越来越喜欢机动这个岗位，觉得非常适合自己，不仅能够体验不同岗位的辛苦与乐趣，增加自己各方面的能力，好好锻炼自己，而且还能与不同的人打交道，认识更多的同学，与她们成为很好的朋友。

现在的我与刚开始去办证中心工作的我相比，变得更加的有自信了，也学会了用微笑去面对所有的困难，不再徘徊，对自己的未来也充满了期待，激发了自己的积极性。马上就要进入大二的学习了，时间一转眼就流逝，我要更加珍惜现在的校园生活，努力学好课本上的专业知识，同时理论联系实践，我要趁着假期多去参加一些社会实践，尤其是多去一些外企工作，了解与专业对口的岗位，获得更多的工作经验，为将来走向工作岗位做好充足的准备，加油！

**大学毕业实习工作总结范文精选5篇四**

从3月x日到5月x日，近两个月的实习成功结束。在实习期间，我收获了很多。我不仅巩固了我的理论知识，提高了我的实践经验，而且还学会了作为一名会计从业人员进入社会应该具备的职业道德。这为我进入社会和参与工作提供了宝贵的经验，为今后的发展奠定了良好的基础。

我们应该认识到理论与实践相结合的重要性。虽然我在学校学习了会计的操作流程和方法，但在学习好理论知识的前提下，我从工作工具的操作、原始凭证的填写、发票的开具、记账过程、复制和报税步骤等方面受益匪浅，我们要重视实践的重要性，把实践与实践有机地结合起来，才能胜任财务会计工作。这就要求我们不断拓宽学习领域，与时俱进，跟上政策法规的步伐。

我的实习经历让我长大了，我明白足够的耐心和细心是做好财务会计的保证。会计是一项乏味的工作。实习期间，我整天对无聊的账目和数字感到厌烦，导致了数字疲劳，导致账目登记中出现了很多错误和遗漏。越错越急越错，形成恶性循环。之后，我们意识到，为了提高效率，我们应该保持冷静，认真学习，认真积累经验。因此，不要粗心、粗心和浮躁。一切都一样。你需要毅力、关怀和毅力才能到达成功的另一面！

你在工作中也应该勤奋、求知和真诚。会计部是该单位的核心部门。需要向下级报告会计信息，向上级报告会计信息，并相互配合，对会计信息进行整理。这是一种相互交流、合作和相互依存的关系。作为会计人员，我们应该协调好他们之间的工作关系，有正确的心态和良好的心理素质，真诚待人。在工作中，要不断积累经验，虚心听取他人意见，提高业务水平，学习法律知识和会计准则，遵纪守法，掌握最新的会计要领、法律和税法，实现社会价值、个人价值和企业价值。

在这次实习的过程中，我也发现了自己的缺点。过去，我一直认为我对会计理论有扎实的知识。就像所有的工作一样，我掌握了法律，然后根据葫芦画了勺子。此时此刻，我发现会计其实更注重实际操作性和实用性，没有实践就等于零。在工作中遇到困难时很容易不耐烦。最初的会计工作需要冷静、仔细和耐心。我会更加努力地通过不断的练习来弥补我的不足，飞向远方，追逐我的梦想！

**大学毕业实习工作总结范文精选5篇五**

我对我这次生产实习谈谈自我的感悟，经过过去一段时间的实践和实习，我深刻体会到了以下几点：

1、处理突发事件：

千万不能与消费者发生冲突，因为与消费者发生冲突再怎样有力也会变成无理，处理不好反而会影响公司形象。

2、销售商品首先定位消费群体：

并且要能适当的采取一些销售手段和促销活动。

3、做活动要总结效率：

做活动我们是投入资金的，如果活动做出来了却没有任何效果，那么这个活动不如不去做，对活动效果进行评估有利于分析消费者的心理，同时还能够察觉活动执行的不足，以便在下一次活动执行是及时改正。

4、团队力量：

一个人的本事再强也是弱小的，仅有充分发挥好团队每个人的力量才能把公司经营好。

5、生意不在于大小：

再小的生意也是生意，不能因为它小就忽视，有时候小生意总能给人带来意想不到的收获。

在未来的日子，我将努力做到以下几点：

第一、继续学习，不断提升理论素养。

在信息时代，学习是不断地汲取新信息，获得事业提高的动力。作为一名年轻同志更应当把学习作为坚持工作进取性的重要途径。走上工作岗位后，我进取响应单位号召，结合工作实际，不断学习理论、业务知识和社会知识，用先进的理论武装头脑，用精良的业务知识提升本事，以广博的社会知识拓展视野。

第二、努力实践，自觉进行主角转化。

“理论是灰色的，生活之树常青”，仅有将理论付诸于实践才能实现理论自身的价值，也仅有将理论付诸于实践才能使理论得以检验。同样，一个人的价值也是经过实践活动来实现的，也仅有经过实践才能锻炼人的品质，彰现人的意志。

从学校走向社会，首要面临的问题便是主角转换的问题。从一个学生转化为一个单位人，在思想的层面上，必须认识到二者的社会主角之间存在着较大的差异。学生时代只是单纯的学习知识，而社会实践则意味着继续学习，并将知识应用于实践，学生时代能够自我选择交往的对象，而社会人则更多地被他人所选择。诸此种、种的差异。不胜枚举。但仅仅在思想的层面上认识到这一点还是不够的，而是必须在实际的工作和生活中潜心体会，并自觉的进行这种主角的转换。

第三、提高工作进取性和主动性

三周的实习期很快过去了，是开端也是结束。展此刻自我面前的是一片任自我驰骋的沃土，也分明感受到了沉甸甸的职责。在今后的工作和生活中，我将继续学习，深入实践，不断提升自我，努力创造业绩，继续为中心创造更多的价值。

【大学毕业实习工作总结范文精选5篇】相关推荐文章:

大学毕业实习总结报告 毕业实习总结报告精选5篇

2024年大学毕业实习总结范文精选

网络教育大学毕业自我鉴定范文（精选5篇）

大学毕业登记表自我鉴定精选5篇

大学毕业实习心得体会范文

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