# 应届生毕业实习工作总结6篇

来源：网络 作者：静默星光 更新时间：2024-08-16

*总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它有助于我们寻找工作和事物发展的规律，从而掌握并运用这些规律，是时候写一份总结了。总结书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇总结呢？下面是小编带来的优秀总结...*

总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它有助于我们寻找工作和事物发展的规律，从而掌握并运用这些规律，是时候写一份总结了。总结书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇总结呢？下面是小编带来的优秀总结范文，希望大家能够喜欢!

**应届生毕业实习工作总结6篇一**

实习就像是一次奇特的体验，让我们从一名在校的学生，一转身就成为了一名步入职场的工作人士。在这段身份的转变中，我从环境、工作、人际方面感受到了很多与学校体会的不同，但在同时又有很多相似的地方。这些奇特的感受都让我沉浸在社会环境的学习中。甚至不知不觉间转眼已经过去了三个月的时间。

如今，我已经充分的体会了社会的环境，并让自己适应了现在的工作环境以及自我责任。现回顾这三个月来在\_\_公司\_\_岗位上的工作情况，我对自己实习期来的工作做总结如下：

一、实习的工作情况

此次，我按照实习老师的指点，通过对自身简历和各方面的准备，顺利的在x月x日来到了此次实习的企业——\_\_有限公司。

在实习的工作上，领导不仅是我的管理者，也是我在这份岗位上的教官。通过在正式进入岗位前的培训和锻炼，我借助自身的经验和领导的耐心教导，牢固的掌握了工作的基础技术。并在实践的锻炼中，发挥了自身的能力和知识，掌握了实际的工作经验。

此外，在工作期间，我还学习了关于公司的管理要求，并在工作中严格执行，提高自我的管理能力，并能按照要求完成领导指派的工作任务。

二、工作的学习成长

首先，我在过去所累积的知识和技巧在实际工作中得到了较好的发挥，对于过去在书本知识上不懂的问题，在经过实际的操作后，也渐渐有了了解和体会。

其次，在工作期间，我通过请教并模仿领导和其他同事的工作方法，借此学习到了很多的实用经验，并大大提升了自己的工作处理能力。学习了较为简单的技巧。

再次，面对实际的工作，我的从岗位上体会到了自身的一些不足。但也因此明白了自己今后需要学习的方向，通过自我的钻研，我的专业能力也有了很大的进步！

三、个人的变化和不足

在这次的实习工作中，我较好完成了实习顶岗的任务，并在社会的环境中，学习了经验，体会了环境中的许多变化。让自身的适应能力和应对技巧都有了许多的成长。

但在实习中，我仍然有许多明显不足的地方，如：判断力、工作集中性、自我反思能力等。在工作方面，都还是十分不足。

为此，在今后的工作道路上，我要多向前辈学习，提升自我经验，改进自身不足，在社会中，取得更好的成绩！

**应届生毕业实习工作总结6篇二**

来到公司实习已经有三个月的时间了，我感觉不是说在学校能够学习到东西，结合理论在实践当中更加能够体会到深层次的知识学习是永无止境的，我认为我在这三个月的时间当中掌握了太多太多的知识了，对我来讲，收获很多，在未来的生活当中，一定会成为我强有力的支撑，对于这三个月来的实习现总结一下。

首先我认为很多时候学习是没有尽头的，在公司或者是在学校都是一种学习，只不过方式不一样而已，学校更多的时候用理论去丰富自己的知识，有的时候理论这是非常非常重要的，如果没有这些理论知识的支撑，那么我在实验当中再怎么努力？那都是效率很低很低，三个月来，我成长了很多，经历了很多，相比较以前在学校的时候，我肯定是有很大的跨越，是否能够学习到更多的工作经验，还是需要实践的积累，三个月来，我一直都在努力着，我一直都在给自己一些去奋斗的理由。

在实习当中我把自己的专业知识发挥的淋漓尽致，这是我一直以来的想法，我想让自己的专业知识得到一个发挥，不想让自己学习的时候没有发挥的余地，很多时候我都会坚信自己能够有所收获，有所成长，作为一名毕业大学生，在这毕业之际，实习对我来说是最后一堂课了，我非常珍惜，所以这三个月来一场的努力，把自己所学的知识进一步的巩固，在以往的工作生活当中，我一直能够保证自己处在十分好的状态下面，现在我能够很确信的说自己努力了，自己坚持了，没有什么遗憾，我真的很感激上个月来了，这段经历让自己不断的收获，不断的成长，有有了很多很多之前没有过的工作经验，感谢公司给了我机会，感谢周围的同事，感谢每一个人，这让我倍受感动，等让我更加清楚自己的方向了，三个月的时间绝对不是一个短暂的过程，而是学习的一个积累。

最好我也是非常确信自己能够将这段工作经历，然后呢，记在心里，这对我以后的职业生涯有很多帮助，感恩学校，感恩帮助过我的每个人，让我能够在这短短的三个月的时间当中积累到这么这么多的工作经验，这很大程度上面历练了，我也让我更加清楚了自己的缺点，在哪里也更加让我知道了自己的优点，知道怎去拓展自己，怎么去把这些优点无限的扩大无线的发挥，当然时间不可重来，但是我很庆幸自己在这三个月的实习工作当中没有留下什么遗憾，让我坚定了自己前进的步伐，有了很多很多这方面的工作经验，未来能够在职业生涯这条道上面走得更加稳重，我必然会牢牢地记住这段工作经历，因为他无限无限的充实了我让我迈出了第一步。

**应届生毕业实习工作总结6篇三**

本人通过半年多的护理工作实习，在带教老师的悉心指导与耐心带教下，认真学习关于””重要思想。学习贯彻

精神，认真学习《医疗事故处理条例》及其法律法规，并积极参加医院组织的医疗事故护理条例培训，多次参加护理人员学习。通过学习使我意识到，社会主义市场经济体制的建立，法律制度日益完善，人群众法制观念不断增强，依法办事、依法维护自身的合法权益已成为人们的共识，现代护理质量观念是全方位、全过程的让病人满意。这是人们对医疗护理服务提出更高、更新的需求，因而丰富法律知识，增强安全保护意识，并且可以使护理人员懂法、用法、依法减少医疗事故的发生。理论水平与实习水平有了一定提高。

在实习过程中，本人严格遵守医院规章制度，认真履行实习护士职责，以马列主义、毛泽东思想，为指导，严格要求自己，尊敬师长，团结同学，关心病人，不迟到，不早退，踏实工作，努力做到护理工作规范化，技能服务优质化，基础护理灵活化，爱心活动经常化，将理论与实习相结合，并做到理论学习有计划，有重点，护理工作有措施，有记录，实习期间。始终以“爱心，细心，耐心”为基本，努力做到“眼勤，手勤，脚勤，嘴勤”，想病人之所想，急病人之所急，全心全意为患都提供优质服务，树立了良好的医德医风。

在各科室的实习工作中，本人严格遵守科室制度，按时参加护理查房，熟悉病人病情，能正确回答带教老师提问，规范熟练进行各项基础护理操作及专科护理操作。正确执行医嘱，严格执行三查七对，能规范书写各类护理文书，及时完成交接班记录，并做好病人出入院评估护理和健康宣教，做好各科常见病，多发病的`护理工作。认真执行无菌操作规程，能做好术前准备指导，并完成术中，术后护理及观察。在工作中，发现问题能认真分析，及时解决，熟练进行内，外，妇儿及重症监护等各项护理操作，对各科室的急、危、老重患者，能迅速熟悉病情并做出应对，在抢救工作中，一丝不苟，有条不紊。得到了患者的信赖和好评，同时，本人积极参加各类病例讨论和学术讲座，不断丰富自己的业务知识，通过学习，对整体护理技术与病房管理知识有了更全面的认识和了解。

通过半年多的实习，本人理论水平和实习水平都有所提高，在今后的工作中，本人将继续努力，牢记护士职责，不断加强思想学习与业务学习，全面提高自身综合水平，为患者提供优质服务。

**应届生毕业实习工作总结6篇四**

我知道，在大多数学生看来，不赚钱就称不上兼职。赚钱是兼职的最重要目的。甚至是唯一的目的。在我看来除了我们现在的专业学习这个主业以外，我们投入的各种持续性的工作都可以称之为兼职。

我刚上大学的时候，也是和大多数同学的想的一样。所以，我尝试过大学校园里流行的大多数兼职职业。可是在做的过程中，我就发现那不是我想要的。直到在欧风中式餐饮(以下简称欧风)打工以后，我才明白：做一些有意义的事情，走出校园融入社会，才是更重要的兼职目的。

20\_\_年的寒假我没有回家!刚好欧风中式餐饮(颐高店)开业不久，需要招收大量的兼职服务员。学校恰巧也建议我们寒假里锻炼一下。当然，我知道时下人们对大学生的一些看法：做事热情高，但是往往持续性很差，三分钟热度，合作刚开始不长就坚持不下去了，往往不能善始善终。既然欧风不嫌弃，我也就见好就收，没有过多的讨价还价顺利的被录用。

第一天上班，店长让我从服务员学起。收盘子、扫地、拖地、打扫卫生间。

刚开始的几天，站姿不好，服务用语不当、声音过小，还有在工作中经常出现过早收盘的失误，惹的客人只抱怨。店长感慨：“小龙，咱干活麻利但是也要看清楚情形判断正确啊”!回去躺在床上不禁伤心：这些问题要是再解决不了整个人可都完了。

不耻下问加上熟能生巧，始终相信一切总有好起来的时候。没几天就开始了正负零差错的历史。店长的眉头不在拧着了，还意外的获得了加分的表扬奖励。我的热情一下子前所未有空前的高涨，进入了兴奋期。工作干好了，失误降了下来，也逐渐的得到了大家的认可与接受。这个时候收获的是幸福、满足，但更多的是对自己的一种信心!

员工们都说在餐厅菜台最减肥。其实服务员跑来跑去也不简单，还练嗓子呢!餐厅里人多位子少，看见空盘子就得像看见敌人一样迅速扫除，动作一慢客人就皱眉头。劳动量一下子比平时大那么多!几天下来，饭量大增的惊人!好处是人比以前乐观了，身体也壮实了不少。给爸爸打电话爸爸高兴的几乎要派车来青岛当面谢谢老板!直感叹该早点放我出来锻炼的!

每次高峰期菜台就是一火线。常看到大姐们忙的恨不得一个人当三个人用。我也是尽可能的一有空就过去帮着打米饭。时间久了好奇心一上来反而跃跃欲试!到底怎样两夹子下去一盘菜就好?到底那个香气扑鼻的煲汤怎样调味?顺便还想知道每一个色泽诱人的菜品名称、价格和口味?

晚上人一少的时候就往菜台跑，没过多久，各个疑问就在实践中迎刃而解。还学到了两夹子夹一盘子菜的本领。

春节后刚开业的那几天，人多的让我开了眼，忙的连店里热闹的音乐都听不见。那个时候人手较少，许多空盘子不能够及时收完一急躁出错率有上去了。

在欧风“顾客永远是对的”。尊重顾客是商家的立身之本。我很实在的悟到了这个道理。积极主动放下在家里小皇帝的身段，诚恳的给顾客赔礼道歉并及时采取补救措施。也因此得到了顾客的理解与尊重。进而与几个熟客建立了深厚的友谊。看着顾客满意的离开，他们幸福的背影令我诚心诚意的快乐。对人和善其实并不难。

假期很快就到头了。原本想早点返校，但看着店里的生意越来越好而人手不足的现状忍不住都多干了几天，真的产生了感情。临走时送了外场的员工每人一份小礼物，以感激他们对自己工作上的照顾和生活上的关心!

开学的那天，宿舍里众兄弟们聚在一起，我是第一个说的。“我很高兴的一件事就是在欧风迈出了第一步，第一次完全靠自己在真实的社会里表现自己。

现在，每次想到欧风，心里都有一股暖意。养成了经常洗手的“毛病”，吃饭急急忙忙的“毛病”，在公共餐厅用餐自带餐具的“毛病”……到底欧风教会了我什么，我也经常问自己。答案很多，是勤劳，是认真，是恭谨，是勇气。

现在朋友们感慨我同初入大学时相比，似乎像换了个人，太有礼貌了!我都会微微一笑：我是。

在兼职中成长的!

现在，大学生兼职不仅仅是勤工助学的活动，也是学生在校期间一项重要的社会时践活动，这也是为什么一些家境条件比较优裕的学生也主动寻求兼职的原因。

以参加社会实践活动为主要目的大学生在兼职时选择性也会更强。这类兼职没有生活的重压却

有更多的能力开发的主动性往往展现了个人的兴趣倾向；有相当一部分还属于知识性、技能性兼职，这种兼职在是我们获得经济独立的同时，又从能力开发上为我们迎接未来的职场竞争作了良好的铺垫。

当人们把今天大学生就业难和人才过渡浪费呼之为知识失业时代已经来临时，从一入学就开始主动、自觉地参与社会实践活动，在学院生活与社会实践的磨合中积淀自己的人生经历，我现在深信，这会对大学生增强职业竞争力，对以后步入社会的职业生涯发展会起到越来越重要的作用。

当然，学生以学为主，不要因兼职而影响学业。学有所成是我们事业发展的基石，是长远的利益所在，也是社会和家长的殷切期望!

**应届生毕业实习工作总结6篇五**

实习期的日子对于我们刚出学校，并没有太多工作经历的这些大学生来说，是一段充满了好奇和充满了挑战的日子，我也不例外。作为一名20\_\_年的应届毕业生，我对我的实习期同样也充满了期待。但是在真正实习过后，我才感受到工作的日子要比读书的日子艰难的多，也才开始想念在学校里的日子。虽然这段日子很辛苦，但是我也得到了很多收获，这些收货是我们学校上课读书所学习不到的。

我的实习工作主要是负责公司里的行政助理的工作。虽然助理的工作不是很难，但是也挺多挺杂的。一边要帮助行政主管整理报表，一边要学习新的工作任务，还要总结我每天的工作情况。所以一开始，我根本适应不过来公司给我的安排，有几次还忍不住跟我主管抱怨。但是主管并没有对我进行鼓励和安慰，反而还批评了我。在批评过后，我也认识到了自己承受能力太弱的问题。所以为了改正这一缺点，我不再抱怨和逃避，而是积极勇敢的承担我的责任。我不但开始合理的处理好我每天的工作安排，还主动向公司里申请更多的工作机会。就这样，我之后的工作就越来越顺利，越来越得心应手了。我很庆幸我坚持了下去，也很庆幸自己没有辜负这次的实习机会。

虽然在参加工作以后，能留给我自己娱乐的时间不多，但是我把更多的时间花在了有意义的事情上面，花在了提升自己上面。虽然我在参加工作以后，我每天都要为工作上的事情而烦恼，但是我却感到很充实，很有美满。

在这段实习的日子里，我感受到了工作带给我的乐趣，也知道了自己成年以后的责任，我不再是读书时期那个整天只知道吃喝玩乐的学生，我要开始学会为自己的未来着想，我要开始为我爸妈以后的养老生活着想。我不再是那个只知道伸手要钱的年纪，我要认清自己未来的发展道路，我要考虑很多事情，我的生计，我的梦想都等着我去实现和规划。

所以通过这次实习期，我成熟了很多，也懂事了很多。并且也明确了自己未来要走的道路，确定了我自己以后的人生目标。在实习过后，我会朝着这个目标一直努力奋斗下去！

**应届生毕业实习工作总结6篇六**

不知不觉中，我已经在社会岗位上度过了六个月的时间，这六个月的日子是我从青葱校园走向复合型社会的过渡期，也是我人生历程中很重要的一个转折点。

作为大学生涯的最后一课，实习不仅仅重要更有其独特性，正是透过实习，让我逐渐掌握怎样把学校教给我的理论知识恰当地运用到实际工作中，让我慢慢褪变学生的浮躁与稚嫩，真正地接触这个社会，渐渐地融入这个社会，实现我迈向社会独立成长的第一步。

站在时间的这一端倒回去看，五个月的实习经历教会我许许多多的东西，无论是对我以后的职业生涯还是对于我的人生来说，都是有益的。

感触挺深的，总结起来，那就是要认认真真做事，对自己负责。

用姜汝祥博士的话来说就是:

从依附型向独立型转变，坚守原则去执行;

从服从型向主动型转变，用心主动去执行;

从个体型向团队型转变，协同一致去执行;

从避责型向守责型转变，承担职责去执行;

从封闭型向分享型转变，开放心态去执行。

第一、我们要学会自己独立，不养成依靠的习惯

社会是一个复杂的社会，适者生存也是社会一成不变的潜规则，当我们还是学生，我们能够躲在温室里，能够依靠，也能够无条件地索取，一旦踏入社会，我们就务必让自己独立起来，要学会选取，学会自己作主，没有谁能够帮谁一辈子，社会是一个竞争的社会，我们处的时代讲究优胜劣汰，不能独立，势必就要被社会淘汰。所以，我们要学会摆脱依靠的心理，让自己慢慢独立，自己为自己负责。

第二、在物欲纵流的现代社会，要做到不随波逐流，持续真我，坚持做自己。

社会是一个大染缸，形形色色的人都有，不公平的现象也会有。社会终究是社会，它不是校园，也不若校园里的一切那么简单明了，单纯透明。社会充斥了成人之间的明争暗斗，应对这些我们无力改变的状况，我们能做的，就是坚持自我，不随波逐流。

一位著名的作家刘墉说过，在我们每个人的心里，都就应有这么一座堡垒，在平时的时候可能显示不出其重要性，但是，一旦遇到特殊状况，我们能够一退再退，但是，退到不能再退，我们誓与堡垒共存亡。

这也就是告诉我们，什么叫原则。

在工作中，我们能够忍受，能够退避，但是，我们不能放下我们自己的原则，我们要坚持做自己，端正做人，专心做事。

第三、工作的时候，要做到眼看四方，耳听八方，也就是要眼到手也到。工作的事情，要主动地去做，而做任何的事情，都要勤快。

作为办公室的一个新人，在这个新的环境里，勤快一点总是没错的。论辈分，办公室的同事都是我们的长辈，论资历，我们又都只是初出毛庐，没有一点社会工作经验，出于对前辈们的尊重，也是为自己创造学习的机会，办公室的小事我们都要主动勤快地去做，不要认为自己主动多做一些事情就是自己吃亏，其实，事情做的比别人多并不必须就是自己吃亏了，有时候恰恰相反，我们做的愈多，我们得到的学习机会就愈多，便愈能锻炼我们自己。

我们的主动用心会给我们创造更好的环境和的机会，只有去做，去付出，才会有收获。

第四、营造良好的人际关系网，有助于你的工作顺利进行。

【应届生毕业实习工作总结6篇】相关推荐文章:

应届生毕业实习自我鉴定

2024应届生毕业实习自我鉴定

毕业实习心得体会汇编6篇

财务会计毕业实习周记6篇

应届生毕业英文简历写作

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