# 实习生个人工作总结

来源：网络 作者：静默星光 更新时间：2024-08-31

*实习生个人工作总结 　　总结就是把一个时间段取得的成绩、存在的问题及得到的经验和教训进行一次全面系统的总结的书面材料，它能使我们及时找出错误并改正，因此我们需要回头归纳，写一份总结了。那么我们该怎么去写总结呢？下面是小编为大家收集的实习生个...*

实习生个人工作总结

　　总结就是把一个时间段取得的成绩、存在的问题及得到的经验和教训进行一次全面系统的总结的书面材料，它能使我们及时找出错误并改正，因此我们需要回头归纳，写一份总结了。那么我们该怎么去写总结呢？下面是小编为大家收集的实习生个人工作总结，仅供参考，欢迎大家阅读。

**实习生个人工作总结 篇1**

　　两周以来的测量实习，能够用一句话来概括我的感受，那就是——苦并欢乐着！

　　记得第一周认识实习时，我们都很兴奋，一周下来我们感觉都很简便，休息了两天，开始测量实习，我跟着方教师找控制点，那时候每个人都还很兴奋，以为接下来的一周应当也很简便吧，其实不然。虽然有点幸苦，但我们每个人都学会了很多，很多仅有平常“多多逛街”才能学到的东西。

　　我喜欢思考，也喜欢总结，所以我总结出了以下几点：

　　1、长大了，要试着去承担一些职责。我们生来就有一种惰性，无论是个人，还是一个团队，如果是在一个惰性的氛围中，那她（们）的效率必须不会很高，但如果每个人都有强烈的职责感，能够努力去承担一些职责，那么效率不仅仅提高了，并且任务也会完成的很好。

　　2、感染力很重要。在一个团队中，要想有好的氛围，第一个提意见的人的思想是很重要的，因为之后的人都不免会有从众心理。如果他（她）的想法是进取的，那么会有人也会进取的想一些问题。反之，则整个团队就陷入消极的氛围中。所以，我们每个人都应当进取的想问题。

　　3、多多思考。实习是什么，实习是将理论知识内化为自我知识的过程。实习过程中仅有多多思考，才能多多消化知识，还能延伸出很多以前不明白的。

　　4、团队精神，同甘共苦。这是一个老生常谈的词，但在这种实践中不得不提及，因为它无处不在，记得很清楚的是很多次我们在测量场地上吃午饭的；是我们都很早起床，然后在冷风飕飕中作业，每个人都在打颤；是我们都扛着仪器摸着黑回家。这一切的苦与乐，我们都一齐承担。同甘共苦，我们很欢乐！

　　5、学会妥协。妥协是最高的艺术，在合作的过程中，不免会有一些冲突，这时就需要我们冷静下来想想问题的解决方法，每个人都做一些退让，那么事情就容易解决了。

　　6、做最“卑微”的工作，树高傲的自尊。一个好的团队，需要每个人都勤奋一点，不怕脏、不怕累，而不是推三落四。仅有每个人都进取的做每件事，才能到达实习的目的，使每个人都熟悉每一个环节。

　　7、要坦然。无论做事还是做人，我们都应当学会坦然应对。记得图画到一半时，方教师指出我们作图方法是错的，我们曾想过将错就错；记得用卷尺量距离时我们曾想过只测量一次。但最终我们都没这么做，此刻想起来，这是对的！坦然应对，才是我们想要的人生。

　　8、要乐观。每次我们发现做某件事有点困难，但一旦我们放手去做时，我们都发现其实并没有我们想象的那么困难，一旦进入状态了，接下来就很快了。所以我们要乐观，早早的开始做事吧。

**实习生个人工作总结 篇2**

　　从今年开始，我就能积极参加各种学习，顺利完成预测的在职培训并通过考试，经市局业务科批准，独立提前六个月值班，值班期间无重大失误。多次参与乡镇自动雨量站的维护安装，初步掌握其工作原理和安装方法。

　　积极参与人工增雨、防雷检测和工程，掌握电力避雷器和信号避雷器的安装，初步了解防雷工程设计知识，积极参与人工增雨、防雷检测和工程。我们为我局制定了影视广告奖惩办法，成功改变了我局影视广告收入全省前十的被动局面。

　　当然也有缺点和不足。业务技能有待加强，工作中的团结协作能力有待加强。有必要研究更全面的研究问题。我也知道毕业只是学习的一小步，社会才是真正的大学。在以后的工作中，我会努力找到自己的位置，为单位做出自己最大的贡献。

**实习生个人工作总结 篇3**

　　经过这一次的酒店实习，我也是对于酒店服务的这个行业，是有了更多的认知，并且自己的助理工作也是做好了，得到了锻炼，我也是更加的有信心在社会上去把自己的工作给做好，收获更多，对于这次的实习，我也是来总结下。

　　这次的实习，我是作为店长助理来做好这次实习的，对于酒店，其实我之前也是有过一些了解，在寒暑假的时候也是来做过兼职，所以这次的实习，我也是更加的顺手，特别是对于基础的岗位之前也是做过，所以更加的了解，但助理的工作确是不一样一些，考虑的方面也是更多，可以说助理也是相当于半个店长，很多时候也是要站在店长的角度去考虑问题，而不单单只是做好事情就够了的，店长对于我也是予以了很多的支持，虽然我是实习生，但是也是有了一些酒店的经验，所以上手也是比较的快，同时也是店长教了我很多的东西，让我收获了很多工作的技巧和方法。在做的过程里面，我也是感受到，作为管理层和执行是不一样的，而且位置不一样，考虑的也是会有很大的区别，虽然我仅仅是助理，但是想要在以后坐上店长的职位，也是需要靠我们的付出，我们去不断努力，并且也是工作上要去做好的，特别是助理和店长也是接触的很多，其实我也是清楚店长的工作是做哪些，但是要我自己来做，确实是还有很大的差距，不过经过实习，我也是渐渐的缩小了差距。

　　实习的过程之中，我也是遇到了很多的难题，有些靠自己的经验去解决了，有些需要求助于同事或者店长才行，我也是意识到，作为实习生，虽然我之前有过一些经验，但是也是不能骄傲，而且我要学，要去提升的方面其实也是有很多的，实习期间，我也是学了很多，很多的方面是以前没有接触到的，让我也是明白，有过酒店要去做好，并不容易，同时也是需要我们付出很多，学习也不是仅仅在学校就够了，到了工作的岗位上，其实要学的更多一些，更加的有针对性，如果不会，就做不好工作，想要去提升，在职场上做得更好，也是需要我们不断的去让自己能力进步。

　　实习而今结束，我也是感受到自己要努力的方面有很多，也是会继续的去把工作给做好，去让自己做好一名店长助理，同时也是为将来能成为一名优秀的店长而去努力。

**实习生个人工作总结 篇4**

　　医学生涯三年，塑造了一个健康，充满自信的我，自信来自实力，但同时也要认识到眼下社会变革迅速，对人才的要求也越来越高，社会是不断变化，发展的，要用发展的眼光看问题，自己还有很多的缺点和不足，要适应社会的发展得不断提高思想认识，完善自己，改正缺点。作为一名医学专业的学生，所受的社会压力将比其他行业更加沉重，要学会学习，学会创新，学会适应社会的发展要求。就如检验在线那样，只有专业才能更好的服务于他人。

　　时光飞逝，一转眼，我在四川省第四人民医院检验科一年的实习即将结束，回顾自己在实习阶段所经历的点点滴滴，心里面百感交集。原本迷茫与无知，现如今满载而归，第一次被人唤作医生时的欣喜，第一次学会操作仪器以及独立进行各种检验工作时的快乐，还有实习医院领导老师们无私的关心及教导仍历历在目，至今仍让我为之感动。现在，我即将要离开这个第一次工作的地方，心里有许许多多的不舍，但是，离开是为了能够在更多的地方更好的发挥自己的社会价值，我相信这第一次的实习经历会让我铭记一生。

　　实习是一件很具意义的事情，在实习中能够学到书本上没有的知识，增加社会实践能力，我们必须在实践中来检验自己所学的知识，尽管有时候会认为，书本上的知识根本用不上，但是，具备了知识也就等于具备了学习的能力，所以，我想实习的目的不是为了毕业证，而是为了获取知识，获取工作技能，换句话说，在学校学习是为了能够适应社会的需要，通过学习保证能够完成将来的工作，为社会作出贡献，然而走出大学这个象牙塔步入社会，必然会有很大的落差，特别是医学这一相对而言特殊的行业，理论与实践的差距实在是太大。因此，能够以以这一年的实习来作为缓冲，对我而言是一件幸事，通过实习工作了解到工作的实际需要，使得学习的目的性更明确，得到的效果也必然更好。

　　实习是对理论学习阶段的巩固与加强，也是对检验技能操作的培养和锻炼，同时也是就业岗前的训练。尽管这段时间不是很长，但对每个人都很重要。刚进入检验科，总有一种茫然的感觉，对于检验工作处于比较陌生的状态，也对如何适应这样的新环境感到迷茫。庆幸的是，检验科的带教老师们耐心的讲解，让我很快地熟悉了工作流程，老师们传授的经验，也让我对于检验这一专业有了更加深入的认识，我了解到许许多多在学校无法学到的更加具体的检验知识。

**实习生个人工作总结 篇5**

　　在项目部实习至今，在工程部做了一年的工地技术服务。20xx年6月27日至今，在集团公司、项目部、工程部各级领导的关心和同事的帮助下，个人的思想认识和技术水平都有了很大的提高。以下个人工作总结如下:

　　从入职第一天起，我就告诫自己:只有你比别人努力，你才会比别人收获更多。事实证明，在这段时间里，我收获了很多，也深有体会。我很自豪能在这样一个充满生机和活力的企业工作。

　　有一年时间，我在项目部就像生活在一个大家庭里一样。每个人都那么善良，就像我的亲人一样。公司的企业文化让我感受到了家外的亲情。在这样的工作环境下，身边的同事就像是我的兄弟姐妹，大家的相互关心让我觉得自己并没有那么孤独。很多时候，一个人很难做好一件事。只有同事之间的团结合作才能做好。因为同事之间的团队精神和相互关心，我觉得我在工作中不是很孤独，也不觉得很累。

　　在过去的一年里，我注意将书本上学到的理论知识与实际工作相比较，用理论知识加深对实际工作的理解，并通过实践验证所学理论的正确性。在同事的帮助和项目总工程师的指导下，我学到了很多知识，有了很多处理现场的能力。但是作为一个现场操作人员，光有很强的专业技术知识是不够的，还要有良好的沟通能力。一个产品在施工过程中，往往会因为技术错误，与作业班组沟通不够而出现问题，导致作业班组操作不当。因此，此时需要找出症结所在，与运营团队做好沟通，规范运营，避免失误，保证产品质量，从而避免客户对产品的不信任，甚至损害企业形象。

　　在过去的一年里，作为一名工程技术人员，我经常在想我能为企业的建设做些什么。讲道理，还是觉得脚踏实地做好自己的本职工作最关键。坚持这样的认识，自己的工作才会有方向。一年的工作学习和训练，一定程度上提高了我的思想认识。我认为无论从事什么工作，树立全球意识都是最重要的问题，现场培训服务也不例外。我觉得现场炯舒服务工作的总体情况是，树立企业形象，最大限度地提高客户满意度和对公司产品的忠诚度。最大限度地保护客户利益是提高我公司产品核心竞争力的重要组成部分。现场服务不仅是对公司产品的推广，更是对公司产品性能的情报收集，以便及时改进，使产品更好地满足现场使用要求。

　　一年来，我一直担任驼峰街立交桥的技术服务。在工作中，我采用了看、问、学的方法，对桥梁的各个施工工序有了更好的了解。我每天都坚持在施工现场，我希望我能从施工现场的实践经验中学到更多，同时避免一些技术错误，消除施工现场的一些不安全隐患。希望我们铸造的桥梁能打造公司品牌，打造精品，造福社会。

　　挖掘短暂的实习生活，既紧张又新奇，收获很多，感触很深。通过一年的实践，对日常管理有了深刻的感性和理性认识。在以后的工作中，我会更加努力的学习，更好的为公司服务。

**实习生个人工作总结 篇6**

　　从学校毕业到现在已经有六个月了，在这半年的时间里，我们被分到化验室学习，现在就对过去半年的工作做一下总结，好好梳理一下自己曾经走过的路，为以后的学习打好基础。

　　在这六个月，我第一个月被分在性能小组，第二月在实验一组，之后到了实验二组，再在11月份被分到准备租，最后是拆装组。现在就对这几个月在这些组学习到的只是做一下总结。刚到性能组让我们这些刚从校园走出的学生感到非常兴奋与好奇，之前对台架一点都不了解，经过这个月，我们知道了台架的组成，由测功机，油耗仪，水恒温装置，空调，发动机，中冷器，中控台等等组成，同时在罗建坤工程师的指导下也对发动机有了更深的了解，最基本的是认识了发动机上的零部件叫什么，以及有什么用。接下来这个月我们就分到了实验组，该组主要工作是对台架进行监控，以及把发动机上下台架，同时我们还要上晚班。在这月实习中让我对发动机性能的各个参数有了一定的了解。在实验组我学到了如何安装传感器到发动机上，如何接线、如何测量的。发动机有很多性能参数都是我们要在它运转时及时采集的，比如发动机的扭矩t，功率p，燃油消耗率b，冷却液进出温度和压力，主油道机油温度和压力等等。这些参数对发动的性能影响很大，我们需要实时监测它们的数值变化。

　　接下来一个月就去了实验二组，说实话，实验二组的工作内容和一组大致一样，不过有一点是二组的师傅不是带着我们去上下台架，而是在一边知道我们去上下台架，这样给我们动手的机会更多了，学到的知识也就相对多点。还有就是二组的台架确实是有点老，点火都是手动的。

　　转眼三个月就过了，之后的一个月我们是分到准备组，由罗军罗师傅指导我们。罗师傅工作经验很丰富，也是那种非常有耐心的师傅，由于之前我们有拆装经验了，这个月上下台架就比之前熟了，知道该怎么去装机，知道下发动机要拆零部件的顺序。最后一个月，是我们朝思暮想的拆装组。过了这么久终于轮到我们去拆装组了，非常期待。在拆装组的这个月中，通过对发动机的拆装，让我对发动机内部的各个零件和发动机的外围件有了更直观的印象，在这个过程中，我看到了机油泵，水泵，齿轮室，节温器，油泵等等。这些在我们以前的拆装中是

　　看不到的。我们拆的第一台是jx493，这机子被拆了无数次了，里面的螺丝也少了不少，不过我们还是对它进行了认真的拆装，每人都拆了三四遍了。之后领导拿了一台拉缸了的puma2.4给我们拆，反正机子也坏了，就拨给我们这些实习生拆装了。拆puma的途中，感觉老外的机子就是有他的优越性，上面的摇臂室是液压摇臂，我们不需要花时间去调节气门间隙，设计非常巧妙。还有曲轴中间的两个止推片是连在一起的，而我们493是分开的，这样减少了安装工序。

　　在化验室待的这段时间，让我深深的明白了作为一个工程师，实践很重要。在工作过程中我们要有一个好的心态去对待，认真，谦虚，一丝不苟的去完成师傅给的任务，还有工作之余要不断提高自己的专业知识。在化验室，师傅们，班长，领导都是很和蔼可亲的，有疑问时他们都是给我们详细的解释，知道我们懂了为止，非常感谢这些前辈们。

　　最后也给咱们化验室提点建议，这次实习半年，说实话，时间有点长，有些时间我们压根是没什么工作，我觉得这有点浪费时间，如果压缩成四个月的话觉得更为合理。或者是给我们更多的工作，不要让我闲下来。还有化验室的师傅们可以像罗军师傅那样在旁边看，让我们有更多的机会去操作，师傅在旁边看着，质量也不会出现问题。

**实习生个人工作总结 篇7**

　　自从20xx年9月至20xx年1月，六年半的法学专业学习以及其间在法院实习的经历让我爱上了自己所学的专业。20xx年我顺利通过了司法考试，这也意味着敲开了法律职业的大门。

　　20xx年x月经过几次面试后，我最终选择在一位有着十几年执业经历的律师身边做助理。最初几天我主要通过电话营销方式联系并预约潜在客户，随后接受指导律师交代的写书任务。我以平均每天两个专题的形式做着写书的工作，直至20xx年x月xx日该书基本定稿，我与指导律师合作撰写的这本书最终于20xx年x月由上海财经大学出版社出版发行，书名为《银行借款合同风险管理》。虽然拿到正式图书时意外的发现没有我的署名，但我依然珍惜自己的这份来之不易的劳动成果。

　　担任律师助理3个半月后，我取得了《申请律师执业人员实习证》，在这之前我辅助指导律师办案及出庭都使用律师助理的身份，此后与指导律师一起担任委托代理人则采用实习律师的身份。实习期间，我参与办理的案件主要有：赵卫与上海爱迪技术发展有限公司劳动合同纠纷及民间借贷纠纷案、王丽佳与高智博其他所有权纠纷（婚前房产纠纷）案、李洪华律师诉80家政府信息公开案、上海三萌实业有限公司破产清算案、上海苑园钢结构材料有限公司与上海富跃实业有限公司票据纠纷案、张帆与北京中投视讯文化传媒有限公司上海分公司劳动争议纠纷案、上海天丽国际旅行社有限公司与姜艳芳劳动争议纠纷案、朱跃明与立信会计出版社有限公司著作权侵权纠纷案、上海明鸿中小银行培训中心与立信会计出版社有限公司著作权合同纠纷案等等。

　　通过办理各方面案件的经历，我掌握了撰写法律文书的基本技能，积累了参加庭审的实战经验，锻炼了与各部门协调沟通的能力，最重要的是与办案当事人建立了良好的合作关系，所有的这一切都将成为我今后从事律师执业的无形财富。

　　在参与办理这些有偿法律服务的同时，我在110法律网站上注册为会员，利用平时工作之余免费解答公众的法律咨询问题以及一对一咨询问题。通过对每一个问题的解答，我深知自己在校所学法律知识的微薄。为了能够准确解答每一个法律问题，我特意购买了几本我感兴趣的专业书籍，包括《婚姻家庭纠纷案件律师业务》、《劳动争议仲裁实用手册》、《中国人身损害赔偿政策与法律实务实用工具箱》以及《最新法律大全》等等。尽管有了专业书籍的知识保障，但在过去短短的一年实习期间，我的实际办案数量并不多，实务经验还很欠缺，

　　这些都需要我在今后的执业生涯中慢慢摸索与积累。

　　能够从事律师行业是我一直追求的梦想，虽然这份行业对于年轻执业律师具有很强的挑战性，同行间竞争压力很大。但我相信只要坚持自己的奋斗目标，将自己的所学所知逐步运用于实践，切实维护每一位当事人的合法权益，我想我今后的人生将会变得更加充实而有意义。

**实习生个人工作总结 篇8**

　　时间飞逝，转眼间，我在福田医院的实习生涯就要结束了。

　　在学校的时候，实习对于我来说，是一种期待，是对自己成长的期待，是对自己角色开始转换的期待，更是对自己梦想的期待，但也有一份惶恐，有对自己缺乏信心的不安，有对自己无法适应新环境的担忧，更有怕自己会无所适从的焦虑。

　　我就这样带着一份希翼和一份茫然来到了深圳市福田人民医院，开始了我的实习生涯。从此，我的身份将从一个医学生变为了一个实习医生，生活环境将从学校转为医院，接触的对象将从老师、同学转变为医生、病人。对于这三大转变，对于如何做一名合格的实习医生，虽说老师对我们已是千叮咛万嘱咐，可我心里还是忐忑不安的，怪不适应，怕被带教老师骂，害怕自己做得比别人差，怕自己不知从何入手……

　　在开始实习的前两个科室，就让我有种挫败感，在老师面前感觉自己很渺小，甚至于工作都不带脑子，只机械的执行任务，每次只想把工作做好，可越想先做好它越出错，越错越害怕，越怕越错，这就形成了一个恶性循环。以至于我都不敢主动规定做操作，可这样老师又觉得我学习不够主动。每天面对着老师如鱼得水忙碌的身影，我心里只有怨叹，怨自己无法将理论应用于实践，怨自己在以前见习时没有好好学，愿自己笨手笨脚。再加上我是专科生，与本科实习生比起来，欠缺很多，理论知识不够扎实。在带教老师们的细心教导下，渐渐的我看到了我的进步，即使是一点点的进步，老师们也会鼓励我，即使我犯了错也会给我讲原因，让我知道错误的根源而不是训斥。带教老师起到了一个引导的作用，我慢慢的开始有了自己的思路，有了对工作的兴趣，不管多苦多累，我依然会加倍努力，不辜负老师们对我的期望！

　　现在对于实习，我还是又憧憬又惶恐的。憧憬是因为实习是一次理论联系现实的机遇，将学了两年的理论去应用于临床实践，实在是非常新鲜而有意思。然后，要在病人身上操作，要想真正地透过症状看到疾病本质，心中却没底，便难免惶恐了起来。也曾问过不少实习同学，各说纷纭。总之是如人饮水，冷暖自知。但有一点是明确的，使用懂得知识的真正掌握是把它用于实践，用实践来验证及巩固所学。经过这近九个月的实习，我也有了这层体会。在此，我总结了以下几点：

　　1、理论知识的问题。

　　在学校时，学校是以学生为中心。而中国式的教育一向是填鸭式的：被动地接受那么多的知识，虽然考试考了那么多次，但现在我的知识在脑海中似乎没了踪迹，只好不断翻书。当在老师的问题下，一次次哑口无言时，才认识到自己记的粗浅，没有时间经过的记忆犹如沙滩上的足迹，当时似乎深刻明显，却耐不住时光的清洗。

　　2、角色转化问题。

　　实习刚开始，不少东西都不了解，以前也没有见习过，真正的要实践操作了，心里没有底。我会不会弄错了，万一弄错了怎么办。做事情总是缩手缩脚，加上跟我一块实习的同学表现都很好，我觉得老师都喜欢她们，事情似乎也轮不到我头上，每天盲目跟着操作。本想说让我也试一下，但又不敢。因此，我觉得角色转化是个坎，我一定要努力克服这一点。办法主要是靠主动吧，我发现，只要主动问题，主动提出操作的规定，老师都是很乐意教的。不能再像在学校里那样等着老师规定做什么才去做。

　　3、胆魄的锻炼。

　　面对病人，特别是外科的病人，见到血是频繁的，看到病人痛苦地呻吟，特别在操作的时候，心总会提到嗓子眼，因此而小心翼翼，束手束脚，反而会给病人造成更大的痛苦。因此，胆魄得锻炼得大一点，再大一点。胆大心细是我追求的目标，只有准确迅速才能早点解决病人的痛苦。

　　4、无菌观念和规范化操作。

　　在外科实习那段时间，每个老师都强调无菌观念，因次，我深刻认识了无菌观念，操作中便不自觉地去遵循。而规范化操作也实在是个很保守和安全的做法！至于新办法，创新思维，那也得熟悉情况了再说吧。

　　5、微笑服务是很重要的。

　　无论哪一个职业。更何况疾病缠身的病人，他们不仅需要减轻病痛，还需要安慰，如果每天都能看到笑容可掬的脸孔，我相信病人会毫不犹豫选择住在这里。因此我也规定自己不把情绪带到工作中，每天保持阳光灿烂的笑容，让病人感到温暖！

　　总而言之，在这9个多月的过程里，不少不足之处需要改进，这是学习的过程，不少观念得到修正，虽然辛苦疲惫，但是我已克服。今后还需要不断地摸索，同时必须对自己有所规定，才会有所收获。我想接下来的最后一个多月的实习是新的一个挑战，也是一种机遇，我一定要好好把握这个机遇。我会珍惜！

**实习生个人工作总结 篇9**

　　1.坚持

　　我们不管到哪家公司，一开始都不会有太多的工作，通常情景下是阅读公司资料.时间从几天到几周不等。这段时间里很多同学也许会觉得无事可做，便产生离开的想法。而越是这样就越需要坚持，轻易的放弃只会让自我后悔。

　　2.勤打杂

　　实习期间，我们应当主动找一些事情做，从小事做起，谦虚勤奋，这样公司同事才会更快地理解你，领导才会认可你，接下来才会让你做一些重要的工作。

　　3.多听、多看、多想、多做、少说

　　我们到公司工作以后，要明白自我能否胜任这份工作，关键是看你自我对待工作的态度，态度对了，即使自我以前没学过的知识也能够在工作中逐渐的掌握。态度不对，即使有知识基础也不会把工作做好。“四多一少”是我的态度，我从事弱电工程工作，“弱电”是我以前没有接触过的工作，和在学校读的旅游管理也没什么必然的联系。刚开始我觉得很头痛，认为自我干不了这个，可经过工作过程中多看别人怎样做，多听别人怎样说，多想自我应当怎样做，然后再亲自动手去尝试，一个月后我就有了相对系统的认识，自我也能够独立地完成相关工作了，光说不动永远没有机会提高。

　　4.少埋怨

　　有的同学在公司总是觉得公司那里不好，那里不好，同事也不好相处，工作也不如意，经常埋怨。这样只会影响自我的工作情绪，不但做不好工作，还增加了自我的压力。所以我们应当少埋怨，要看到公司好的一面，对存在的问题应当想办法去解决而不是去埋怨，这样才能坚持工作的R热情。

　　5.虚心学习

　　在工作过程中，我们会碰到很多问题，有的是我们懂得的，也有很多是不懂的。不懂的东西就要虚心请教，当别人教我们知识的时候，也应当虚心理解，切不可认为自我懂得了一点就飘飘然。

　　6.错不可怕，就怕一错再错

　　每个人都有犯错误的时候，工作中第一次做错了不要紧，公司领导会纠正并原谅你。但下次你还在同一个问题上犯错误，那你就享受不到第一次犯错时的“待遇”了。

**实习生个人工作总结 篇10**

　　时间总是在我们不经意间已流过指尖。在不经意之间我们已经走过了六个月，六个月的实习生活马上就要结束了。回首这半年的历程，脑海里留下了深深的印迹，在这半年里我学会了很多，也认识了很多真诚的朋友和善待我的师傅。

　　20xx年9月，我离开学校来到鄂尔多斯进行实习。鄂尔多斯集团是内蒙最具影响力十大代表企业之一。旗下拥有六大实体企业，鄂尔多斯集团以羊绒产业起家，经历三十多年的发展，已经发展成为涉及化工、煤炭、羊绒、冶金、电力、置业等六大产业并举的集团产业。其鄂尔多斯标志以经拥有200亿的身价。现在在棋盘井重点打造化工产业链，化工产业是鄂尔多斯集团近几年发展的新方向，现已有电石厂三家，年生产能力达到120万吨。并控股联合化工。现在又正在建设PVC厂和水泥厂，预计今年年底可以一期投产，其中PVC正式投产年生产能力将达到100万吨。在榆林又将建设一个100万吨的电石厂。而我进入的就是鄂尔多斯集团旗下的化工产业电石二公司实习虽然是个化工厂，但能来这样的企业实习我认为是一个很好的锻炼自己的机会。

　　由于我们新进入集团工作，所以我们先来到棋盘井进行了七天的学习，学习企业的文化，工作的方向。让我们对鄂尔多斯这个集团有了一个认识。鄂尔多斯作为一个新兴的企业，它有着自己的企业文化和历史，而它也正在努力的完善着自己的企业文化，努力的去书写自己的辉煌历史。也正因为这种努力和发展才造就了如此辉煌的企业。在为其一周的企业文化学习以后，我被分到原料部碳材工段进行学习培训，原料部主要是为电石生产提供合格的原料。电石原料主要是兰炭和石灰。而我在的碳材工段就是负责将采购过来的兰炭进行烘干，我们要求将兰炭的水分控制在1%以下。以保证电石车间能正常生产。在这段时间我们也初步了解了一些电石生产的知识。电石是有机合成化学工业的基本原料之一，主要用于电石法ＰＶＣ生产。是乙炔化工的重要原料。由电石制取的乙炔广泛应用于金属焊接和切割电石工业诞生于19世纪末，迄今工业生产仍沿用电热法工艺，是生石灰（CaO）和焦炭（C）在埋弧式电炉（电石炉）内，通过电阻电弧产生的高温反应制得，同时生成副产品一氧化碳（CO）。

　　电石生产的基本化学原理CaO＋3C→CaC2＋CO

　　式中可见电石生成反应中投入的三份C，其中二份生成CaC2，而另一份则形成CO，

　　即消耗了1/3的炭素材料.

　　⑴石灰生产

　　生石灰（CaO）是由石灰石（CaCO3）在石灰窑内于1200℃左右的高温煅烧分解制得：

　　CaCO3→CaO+CO2

　　⑵电石生产

　　电石（CaC2）是生石灰（CaO）和焦炭（C）于（电石炉）内通过电阻电弧热在1800～

　　2200℃的高温下反应制得：

　　CaO+3C→CaC2+CO

　　电石炉是电石生产的主要设备，电石工业发展的初期，电石炉的容量很小，只有100～

　　300KVA，炉型是开放式的，副产品CO在炉面上燃烧，生成CO2白白的浪费。

　　电石行业是一个高耗能、高污染的行业。在原材料的运输、准备过程及生产的过程中都有污染物生成。现在这个行业国家规定比较严格,另外一氧化碳的回收也取得了很好的效果。

　　>电石的生产工艺过程

　　烧好的石灰经破碎、筛分后，送入石灰仓贮藏，待用。把符合电石生产需求的石灰和焦炭按规定的配比进行配料，用斗式提升机将炉料送至电炉炉顶料仓，经过料管向电炉内加料，炉料在电炉内经过电极电弧垫和炉料的电阻热反应生成电石。电石定时出炉，放至电石锅内，经冷却后，破碎成一定要求的粒度规格，得到成品电石。在电石炉中，电弧和电阻所产生的热把炉料加热至1900-2200℃，其总的化学反应式为：CaO+3C=CaC2+CO+10800千卡

　　>电石炉生产工艺

　　1、配料、上料和炉顶布料合格的原料由原料加工车间经计量、配料后，由斗式提升机送入电炉车间料仓内，由炉顶布料设施、固定胶带输送机和环形布料机将料送入炉顶环形料仓。炉顶布料设施按需要把炉料布入料仓，由电炉加料管分批加入电炉内。

　　2、电炉半封闭电石炉是由炉体、炉盖、电极把持器、电极压放和电极升降装置等组成，是生产电石的主体设备。电炉由变压器供电，炉料在电炉内经高温反应生成电石，并放出一氧化碳气体，生成的电石由出炉口排出，用烧穿器打开炉口，熔融电石流到冷却小车上的电石锅内。电极的压放为油压控制，采用单层油缸抱紧提升电极锥形环油缸压紧导电鄂板，电极的正常升降由四楼三台卷扬机控制，电极的升降、压放、抱紧、下料控制全部在二楼操作室按电钮控制。电炉由变压器供电，炉料在电炉内经高温反应生成电石，并放出一氧化碳气体，生成的电石由出炉口排出，用烧穿器打开出炉口，熔融电石流到冷却小车上的电石锅内。出口炉设有挡屏和电弧打眼架，出炉口的上方设有排烟罩，用通风机抽出出炉时产生的烟气。

　　3、电炉冷却、破碎及包装熔融电石在电石锅内用顶车机拉至走廊或包装间进行冷却，电石砣凝固后，用桥式吊车和单抱钳将电石砣吊出，放在铸铁地面上冷却，冷却到适度后将电石破碎到合格粒度，然后分等极进行包装，送入成品库。

　　>实习感悟

　　在顶岗实习的过程中我明白了许多。首先明确顶岗实习的目的，在于通过理论与实际的结合、学校与社会的沟通，进一步提高学生的思想觉悟、业务水平，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作能力以及待人接物与外界沟通的能力，以便把学生培养成为具有较强实践能力、良好职业道德、高技能、高素质的，能够主动适应社会主义现代化建设需要的高素质的复合型人才。\"\"顶岗实习、工学结合\"是现代职业教育的一种学习模式，是把生产劳动和社会实践相结合的一种人才培养模式。其基本形式是学校与企事业用人单位合作培养学生，学生通过工学交替完成学业。生产实习是我们学院为培养高素质工程技术人才安排的一个重要实践性教学环节，是将学校教学与生产实际相结合，从而为毕业后走向工作岗位尽快成为业务骨干打下良好基础。通过生产实习，使我们了解和掌握了车间管理、生产技术和工艺过程；使用的主要工装设备；产品生产用技术资料；生产组织管理等内容。在这次生产实习过程中，不但对所学习的知识加深了了，更加重要的是更正了我们的劳动观点和提高了我们的独立工作能力等。

　　通过这次实习，我发现了自己看问题的角度，思考问题的方式也逐渐开拓，这与实践密不可分，在实践过程中，我又一次感受充实，感受成长。

　　>1、要有较强岗位意识。

　　作为一名毕业生，毕业后走向社会，大多是从事一线工作，有劳动性的，有营销性的，基本上都要从基层做起，这是高职生必走之道。每一个岗位都有他特有的作用，干一行，爱一行，专一行，是一种岗位责任，是一种职业品质，用人单位很注重这种品质。这种岗位责任是一名员工走向成功的必经之路。要增强岗位责任，就必须顶岗深入到生产一线进行脚踏实地的工作，兢兢业业的去做，只有这样，才能磨练和增强他们的岗位责任感，这是现代社会对高职生的基本要求。

　　>2、在工作中要有良好的学习能力，要有一套学习知识的系统，遇到问题自己能通过相关途径自行解决能力。

　　因为在工作中遇到问题各种各样，并不是每一种情况都能把握。在这个时候要想把工作做好一定要有良好的学习能力，通过不断的学习从而掌握相应技术，来解决工来中遇到的每一个问题。这样的学习能力，一方面来自向师傅们的学习，向工作经验丰富的人学习。另一方面就是自学的能力，在没有另人帮助的情况下自己也能通过努力，寻找相关途径来解决问题。

　　>3、要明白良好的人际关系是我们顺利工作的保障。

　　在工作之中不只是同技术、同设备打交道，更重要的是同人的交往。所以一定要掌握好同事之间的交往原则和社交礼仪。这也是我们平时要注意的。我在这方面得益于在学校学生会的长期的锻炼，使我有一个比较和谐的人际关系，为顺利工作创造了良好的人际氛围。另外在工作之中自己也有很多不足的地方。例如：缺乏实践经验，缺乏对相关行业的标准掌握等。所在我常提醒自己一定不要怕苦怕累，在掌握扎实的理论知识的同时加强实践，做到理论联系实际。另一方面要不断的加强学习，学习新知识、新技术更好的为人民服务。

　　>4、要不断积累社会经验。

　　增强社会经验，也是增加工作经验。一名毕业的大学生在面对用人单位面试时，别人很自然要问到你有无工作经验，这道门槛拦住了不少大学生。因此，顶岗实习不仅仅是一种劳动锻炼，更重要的是通过实践增强工作能力，增加工作中的沟通和适应能力，增强做人的才干；实践出真知，实践长才干。有了适当的顶岗实习并能顺利拿到一份顶岗实习合格证，这对今后走向社会，应聘岗位时，无疑是非常有益的。

　　>5、要认真学习企业的科学管理技能。

　　管理是一门科学，更是一门学问和艺术。科学的管理，能给企业插上腾飞的翅膀。我们选择学生顶岗实习的平台时，选择一个好的企业，特别是科学管理好的明星企业，对实习学生来讲，无形中就会增长他们的科学而严谨的管理意识。在这种环境下，企业员工综合素养有较大提升。用他们自己的话说：\"从中兴走出去的员工，可以胜任其他企业的主管\"。企业一席话，证明管理出效益，管理出人才，管理促发展的硬道理。因此，我们的实习生，就是要在这样的明星企业去磨练，去锻炼，在实践中增长管理才干，增长做人的才干。

　　>总结

　　实习就这样结束了，我们也将正式走出学校，走进社会，这段实习生活是一个很好的锻炼机会，他让我真正的懂得了学校和社会的不同，也真正的让我从一个学生转变为一个男人。为自己的未来奋斗的人，为将来打拼，这种感觉很好，虽然在这段期间有谢不适应，也有过要放弃这份工作去找个轻松点的活，但我最后还是干到了现在，我想我在未来的一段时间还会干下去，并干的更好。

　　这段时间我成熟了，想问题不在那么简单，我会在深思后再做决定。工作让我学到的不仅仅是工作的知识，更重要的是我学会了怎样去面对社会上的各种问题。我想在未来我会走的更好更远。我会为自己的将来努力，努力去创造我自己的历史！

**实习生个人工作总结 篇11**

　　经过这次实习，我从中学到了很多课本没有的东西，整个实习过程都让我受益匪浅。比较在校期间的学习和实习过程中的收获，我想相通之处在于，学校教会我做人的准则，。我要让这种原则，这种观念始终伴随我今后的人生道路，为我指明方向，追求自我的梦想;与此同时，我也切身地感觉到，学校所学的专业知识，所接触到的人和事，自我的爱好，一些想法，都与激烈竞争的现实有必须的差距，这需要我不断地学习，不断地充实自我，用在学校里掌握的本事和方法快速融入社会，以乐观向上的心态不断成熟。相信有了这种本事和方法，不管从事什么职业、什么工作、接触到什么新事物都能够变被动为主动，真正立足于当下。所以我不再像从前那样等待更好机会的到来，而是要建立起先就业再择业的就业观，尽快丢掉对学校的依靠心理，学会在社会上独立，敢于参与竞争，敢于承受压力，这样才能使自我在社会上快速地成长。

**实习生个人工作总结 篇12**

　　xxxx月xxxx日我早早地起了床，稍微整理了下自己，然后满怀热情地召唤其他和我一起到xxxx工厂实习的同学一起去实习工厂。作为这次到xxxx工厂实习的组长，我提前一两天已经逐个给他们讲了实习安排事项和要求。并提前两天通过网络对xxxx工厂有了个面的了解，然后到教室自习了两天大二学的微生物和生物化学实验。我相信好的准备一定会是成功的一半的！

　　就这样我开始了将近一个月的工厂实习，开始认识了很专业的研究所xxxx老师，和蔼认真的xxxx老师和美丽的师傅xxxx大姐……

　　说实话开始到工厂的时候还是有点失望，毕竟跟我原来想象的现代化的食品工厂还是有距离，研究所的设施相对于学校这种研究性实验室还是不能等同。这里更多的是比较有历史的设备，开始的时候，还用不来这种设备，但是经过老师的耐心讲解，没有到一个星期我们几乎都能用这些“老古董”了！从中我体会到，其实这些老实验装置是需要真正技术的，才能真正的发挥出学到的知识。学校的知识，只有在实践中才能发挥作用。在学校的有些实验操作，在工厂就不那么有用了。比如，学校的物品很齐全，而且很多实验用品都是老师已经跟你配好了的，但是在工厂里面，你必须自己配兑，这就更考验我们的实际操作能力了。

　　在这段实习的时间，我受益匪浅。我认识到了作为一个食品行业，技术的关键性！先进的技术，可以提高生产力，从而提高公司的生产效益；我明白了作为一个食品行业，卫生安全的重要性，我和另外两位同学做卫生检验的项目，因此我们对这一点是认识非常深的。就像老师说的一样，卫生检验是食品的“眼睛”，它关系着广大消费群众的生命安全；我懂得了作为食品行业，工厂的规范性，从进出大门的严格把关，再到车间里面消毒灭菌，研究所卫生检验报告的呈报，都是那么的规范与严格。

　　xxxx工厂会议室里面的那句“有容乃大，诚信为王”深深的吸引了我工厂用诚信的服务态度，服务着社会。我想这也是为什么这个公司要用xxxx工厂为名的原因了，有大海一样博大的胸怀，有着诚信的王者风范。的确，诚信是一个企业长远发展必不可少的企业精神。

　　马上实习就要完了，说实话现在还很舍不得了。相对于我们其他同学我们是实习的最久的，虽然我吃了将近一个月的方便面、炒饭，自己瘦了很多。但是我觉得还是很值得，毕竟我学到了一些实际的操作和工厂的运作模式，我又有了一群志同道合的朋友，以及通过实习，我觉得我的人生更明朗了。

　　最后在这里，我感谢xxxx工厂的接纳，感谢研究所老师的关怀，感谢我的师傅胡大姐，在实际操作中的谆谆教导。

**实习生个人工作总结 篇13**

　　进行了为期四个多月的实习。在实习期间深受校领导的关怀与照顾，在指导教师老师的.指导下，认真负责地完成了各种教师教育教学技能的任务，并在班主任指导教师刘艳丽老师的带领下，认真学习了各种班主任管理技能并且参与XX班的班级管理任务。在实习期间，认真备课、讲课、参加数学组的联片教研活动并积极组织参与各项活动，指导教师与各位校领导给予了很大的支持与帮助并指出不足和学习改进经验。

　　时光荏苒、岁月匆匆，一晃四个多月的实习生活已经过去了，在这几个月的实习生活过程中，我收获着许多的欢乐、幸福与感动，但也有着坎坷、苦涩和教训。这些成功的经历将激励着我在以后真正地走上工作岗位后取得更大的成绩，失败的教训也将使我努力去改变自己不完美的地方，这些经历将使我从不成熟走向成熟与成才，都将是我这一生中宝贵的精神财富与美好的回忆。以下是我在本学期的个人工作总结。

　　>一、教学工作方面

　　在XX中学实习的第一周只是服务当地以及听指导老师的课，到了第二周指导教师才让我听一节讲一节，经过了半个月的紧张而充实的实习工作后，我逐渐适应了这里工作的节奏，熟悉了实习学校的作息时间，也从开始上课的羞涩拘谨到课堂上的谈吐自如，感觉自己在一天天的长大，一步步实现从学生到老师的角色转化。在这当中最应感谢的是指导教师老师，她为人亲切热情，她在教学工作方面提供给我的指导非常多，可以说“竭尽所能”，我非常感谢她！她为我制定了一个实习方案：

　　1、学会批改作业以及试卷并对其进行分析找出学生的易错点，了解学生的学习水平。

　　2、个别辅导学生并提高其学习成绩，掌握与学生的沟通技巧，深入地了解他们的内心变化。

　　3、学习讲课，能够灵活的导入新课组织课堂，传授学生新知，掌握教师的基本技能之一。

　　4、学习备课及制作教学案，能够独立地从事教师活动。

　　老师让我倒着来学，减轻我的实习压力，让我能够轻松快乐地完成实习任务。XX中学深入课程改革，上课模式是XX教学模式————小组合作探讨、教师点拨模式，对于这个模式我一点都不陌生，这一点我就要感谢我的母校——邯郸市一中。这个教学模式看起来教师好像很轻松，其实不是的，它需要教师课前做足大量的准备工作，包括制作教学案，设计课堂活动环节，关键还是要求教师能够很好的组织学生能够积极地参与到课堂活动当中，在快乐中学到知识，提高课堂实效。这一周当中，虽然时间很短但我学到了很多东西，比如：如何设计课堂活动，如何让学生积极回答问题，如何让课堂有序高效，如何让学生整理新知，学习老师怎么样讲课，学习如何传授知识，如何控制课堂气氛，如何把握授课时间，好好驾驭整个班级教学等等一系列的问题。

　　在整个实习过程中，让我走到了教学的第一线，深刻体会到教学工作的不易，使我真正体会到做一位老师的乐趣，体会到了一个作为老师的责任。同时，也使我的教学理论变成为教学实践，使虚拟的教学变成为真正的教学。认识到了做一名优秀的教师必须做好以下几方面：

　　1、怎样上好每一节课，是整个实习过程的重点。但是对于我们这些教学经验不足的实习生，首要的任务就是会听课，本学期只要没事我基本上都去听各个年级各学科优秀教师的课。在听课前，会提前认真阅读了教材中的相关章节，如果是习题课，则事前认真做完题目，把做题的思路简单记下，并内心盘算自己讲的话会怎样讲。听课时，认真记好笔记，重点注意老师的上课方式，上课思想及与自己思路不同的部分，同时注意学生的反应，吸收老师的优点。同时简单记下自己的疑惑，想老师为什么这样讲。

　　2、在备课中，要认真研究教材，力求准确把握重难点，并注重参阅各种资料，制定符合学生认知规律的教学方法。教案编写详细具体，从复习提问、新课引入到讲授都精心设计，并不断归纳借鉴优秀老师的经验。在教学中，做到重点突出。

　　3、在每次正式上课之前，我都会先进行试讲，让指导老师听课并评课，纠正不足之处。然后修改教案再进行试讲，主要把握时间的安排，提高教学质量。

　　4、在课后要主动虚心地征求指导教师的意见，以及重视学生的信息反馈，认真地做好自我分析、评价和总结，对指导教师的意见进行改进，为下一节课做好准备。

　　5、上课时注重与学生为主，重视发挥学生的积极性以及综合能力的培养，有意识地培养学生思维的严谨性、逻辑性和相互协作的能力。

　　6、布置作业力求做到精练，有针对性，有层次性。同时对学生的作业及时检查，认真地批改并分析研究学生完成作业的优缺点，批改作业时要给学生写评语，态度要谨慎，注意保护学生学习的积极性。

　　7、课余时间与学生交流并帮助答疑，有助于他们对当天所学知识的掌握和巩固，弥补课堂时间仓促等不足。

　　>二、班主任工作方面

　　在这四个多月的实习过程中，我担任了八年三班的实习班主任，做一名好的班主任的确很难。不但教学工作复杂而又繁琐，而且还要管理好整个集体，提高整体教学水平，同时又要顾及班中每一名学生。这就要求教师不能只为了完成教学任务，而且还要多关心留意学生，经常与学生交流，给予学生帮助，让他们感觉老师是在关心他，照顾他。如何形成亦师亦友，积极健康的学习氛围和团结的集体关系，对于实习班主任来说是具有很大的挑战的。

　　我在班主任刘艳丽老师的带领下，熟悉班主任的具体职责并学习一些班主任的工作方法、技能与经验，参与XX班独立的班主任工作管理，收获感触颇多。实习期间我的实习班主任工作主要监督学生的学习、纪律以及卫生，具体安排为：

　　1、每天坚持反思会之后到教室监督学生做卫生的情况、早读纪律及做好考勤工作。

　　2、在课间操时，陪学生跑操，和他们一起做课间活动。

　　3、在下午做眼保健操时，到班上监督学生做操。

　　4、每周的课余活动时间与几名后进生聊天解答疑难问题，了解他们的情况，对他们的问题进行辅导，对他们进行正确的教育及感情思想交流，鼓励他们，帮助他们过关。

　　5、大扫除期间，安排，监督学生做好大扫除工作。

　　6、班会期间去看班主任组织班会，主任如何组织班会，并组织一次主题班会。

　　7、组织一次趣味运动会，增加与学生之间的感情。

　　通过这几个月的实习我意识到，作为一名班主任，不仅要管理好日常秩序，提供一个良好的学习环境，而且要时刻关注学生的思想动态、内心情感世界，这些并不容易做到。对学生要贯注了班主任浓浓的爱心。“爱”是做好班主任工作的秘诀，只要用心去做，没有做不好的。“爱”实质上是一个与学生实行心理沟通的过程，只有真正了解了学生的内心世界，做到有的放矢，方法得当，才能达到教师对学生的成长提供帮助指导、学生对教师的工作给予配合支持的目的，从而收到好的教育效果。在这里我要感谢刘老师，她让我明白了很多做人的道理，她告诉我，没有一个孩子是真正地坏、骨子里坏，都是可以改变的，这些改变就需要我们老师的爱，要用我们自身去感化这些孩子，不是单凭课堂四十多分钟的功夫。

　　实习的过程虽然很辛苦，还经受了好多委屈与坎坷，但是我收获的更多的是幸福、感动与成长。通过这次实习，让我了解了教师的伟大，教师工作的神圣，他真的是人类灵魂的工程师，教师的工作不仅仅是“传道、授业、解惑”，而是要发自内心的关心爱护学生，帮助他们成长。在教授他们知识的同时，更重要的是教他们如何做人，这才是教师工作最伟大的意义所在！

**实习生个人工作总结 篇14**

　　酒店认知实习，是学校给我们酒店管理专业学生的一次认识酒店的机会，通过对酒店的直观认识，更加深入了解我们的专业，确立好接下来的大学学习生活目标，为学习专业课程及基础课程打好基础。

　　此次参观酒店，最主要参观的酒店部分为酒店的前厅、餐饮和客房部分。这也是我们去酒店之前准备的参观目标。

　　>一、酒店参观

　　(一)前厅

　　此次参观酒店，了解到前厅的组成及各个部门的职能(礼宾部、总台、商务中心、大堂副理、快捷服务中心等)，前厅是最先和客人接触的地方，在很大的程度上代表了一个酒店的文化、服务品质，前厅给客人留下的印象，是客人对酒店的第一印象，良好的前厅环境，是保持酒店良好形象的一个重点。所以酒店对于前厅服务员、行李员的个人素质要求比较高。酒店前厅的设计都比较空旷、装饰物品不多，所有的功能布局能够让顾客一进入酒店就看清楚。此次参观的四家酒店中，有三家酒店的大厅中间是悬挂了大的吊灯，只有艾美酒店的大厅顶部是可以打开，白天采取的是自然光，可以节约能源。虽然各个酒店的文化不一样，秉承的理念也不一样，但是酒店前厅的大致功能布局都相差不多，只有在装饰装潢上面有差异。

　　(二) 餐饮

　　餐饮现在在酒店的地位越来越重，以前的酒店客房的收入占据了最主要的部分，但是这次参观的金雁大酒店客房和餐饮的营业额大致一样。从其他酒店的参观中也可以看出，现在酒店的功能越来越多元化，酒店内部会建设各种餐厅如西餐厅、中餐厅、风味餐厅等，所以以前酒店收入只有客房占最大比例的现象很可能会发生改变。

　　(三)客房

　　此次参观的四家酒店的客房，每一间客房的基本硬件设施都相差不大，但是每一个酒店都有自己独特的文化特点。在瑞颐酒店，他们的客房78%是海景房，另外22%是标准房，对于这两种房间，虽然相同类型的房间内部硬件设施相同，但海景房的价格都要比标准房的价格更高;金雁大酒店的客房设计主要是以中国的古典风味为主。针对的客源市场会不一样。然而无论怎样，想要吸引客人入住，就需要有自己本身的特色。

　　(四)客房输入特点和餐饮收入特点

　　酒店收入的最主要两个来源就是：客房;餐饮

　　酒店的客房是一种前期投入很大、后期投入很少的项目，客房的固定成本很大、波动成本很少，当一所酒店建成后，客房创造的利润是酒店其他部门所不能比拟的，根据参观四家酒店所知道的信息，一般酒店的波动成本会在50到150元之间，而房价远远高于波动成本，一般的客房也能够达到1000元的房价以上，假设一家酒店的某间客房房价是1200元，波动成本为120元，那么这件客房一个晚上的利润就是1080元(在不考虑设备的折损费用的情况下)。要知道酒店客房每天的营业额，只要知道酒店客房的入住率就可以。所以酒店客房的收入是有上限的。

　　餐饮在酒店的地位也是很重要的，在参观酒店的过程中，很多地方都会有餐饮部的身影，在大厅的休息区旁边设立商场，设立大堂吧、q吧等可以供客人消费的场所，酒店会有各种不同特色的餐厅，像中餐厅、西餐厅、风味餐厅等，喜达屋集团还对客人推出了spg计划，拥有酒店白金卡的顾客，或是入住酒店行政套房的顾客，拥有在行政酒廊用餐的资格，spg计划积累的积分可以用来在酒店消费，包括用餐、将积分换成房间入住，客房升级等。

　　餐饮相对于客房的特点就是，后期的投入也很大，无论是食材、调料等材料，还是酒水等饮料每天的投入都很大，不过餐饮的营业额也很高，但是利润率没有客房那么高。餐饮的第二个特点是波动性很大，用餐的价格会依据客人的不同、用餐类型的不同，产生很大的差异，不像客房的定价很固定。所以餐饮的收入拥有很大的不确定性。我认为酒店餐饮收入是很难找到上限的。

　　(五)对酒店的员工认识

　　我认为，现在对酒店的岗位可以分为两个部分，一个是与客人直接接触的一线岗位;另一个是与客人无直接接触的二线或行政岗位。一线岗位工作的部门是在前厅、餐饮和客房;二线岗位工作部门现在知道的有人力资源部、工程部、安保部、财务部和其它行政部门。

　　根据这两天的观察，我认为一个酒店要生存，最主要是看两个方面，一个是客源;一个是员工。

　　客源是酒店的心脏，一个酒店只有有源源不断的客人来酒店消费，酒店才能获得资金，才能生存下去，一个酒店要是没有了客人，就像人的心脏停止了跳动，就无法生存下去，所以酒店要想方法提高顾客对酒店的忠诚度;员工是酒店的血脉，是为心脏提供服务的，无论员工在酒店干什么，在哪个部门，什么职位，最终的目标都是指向为客人提供舒适的服务，为了客人能够对酒店有高的满意度，而要想员工提供好的服务给客人，酒店就需要提供好的待遇给员工，只有这样员工才能体会到酒店对他的重视，才能更好的为客人服务。

　　(六)酒店的营销

　　酒店的营销方式有电视、纸质平面媒体和网络营销，包括与旅行社合作，旅游网站的合作，微博、微信的宣传。然而酒店最重要的营销方式是通过为来酒店的入住的顾客提供满意的服务，通过顾客向他人的推荐，以口口相传的方式赢得人们的优良口碑。酒店保持客源的方法一般会采取为客人提供一些小礼物，在客人生日的时候，致以问候，并赠送蛋糕等物品，给客人一种关爱，让客人感受到不一样的惊喜。定期对客人进行回访，致以问候。

　　(七)对酒店服务的认识

　　通过对四家酒店的参观，我认为，在酒店设施设备的质量是酒店赖以生存的基础，但无形的服务产品质量更加的重要。酒店的员工需要树立高度的“顾客”意识。这是酒店服务质量的根本。在客人还没有提出要求之前就已经为客人准备好客人可能所需，让客人真正体会到，酒店是真心实意为客人服务的。

　　来酒店入住的客人，对服务的质量敏感度很高，酒店服务质量中的无形服务是酒店业区别其他产业的一个重要特征，无形服务能够使客人从心理和情感上得到很大的满足，因此，顾客在酒店十分注重服务质量。

　　有顾客才有市场，有市场才有利润，酒店能否赢得并且保持客源，关键在于酒店提供的服务能否让顾客满意。顾客对酒店的满意度是酒店服务好坏的最终标准。

　　顾客是靠感受来评价酒店的服务质量的，因此服务质量的特性就具体表现为“五感”：给顾客以舒适感、方便感、亲切感、安全感、物有所值感。酒店无论从硬件设施，还是从软件服务，以及二者的结合上均应体现这五感，这是衡量酒店服务质量的标准，也是酒店服务质量应达到的目标。

　　(八)威斯汀酒店和艾美酒店的对比

　　威斯汀酒店和艾美酒店都是喜达屋集团旗下的品牌酒店，在参观了两家酒店后可以明显的感

　　觉到他们之间的差异，威斯汀酒店给我的感觉就是昏暗的灯光，安静的环境，能够让人很快放下心中的浮躁。而艾美酒店采用的是比较欢快的色调，使用的是白、红和宝蓝三种颜色，给人轻快明亮的色彩，一走进酒店的大厅，心中就会有一种空旷的感觉，一种面对大海时的感觉，可以安静、可以欢快，心情明亮。

　　虽然都是喜达屋旗下的品牌，不过两家酒店之间的客源资料并不会共享，在某种程度上他们之间也存在竞争关系。

　　国际酒店管理集团旗下一般都会有多个品牌，有不同的风格，针对不同的客源市场，吸引不同的客人来酒店消费。

　　(九)金雁酒店的认识(金雁的文化、和国外酒店的差别)

　　金雁大酒店是隶属于厦门航空公司的一家酒店，酒店采用的是中国古典风格，有很浓重的中国风气息。这样的主题文化，吸引的最主要的中国游客，对外国游客的吸引力不足，很难走出中国市场。

　　(十)客房创收

　　通过此次认知实习，我了解到现在客房的创收项目比较少，迷你吧和小冰箱是最主要的创收方式了，其他物品的售卖比较少，且不够主动，只有当客人主动询问的时候，才会卖给客人。 酒店客房的收入中，创收所占的比例还是比较少。

　　客房的迷你吧、小冰箱里面的物品，酒店的进价会比市场上的进价更高，售价也更高，而且一般是找承销商提供，当物品快要过期的时候，会退还给承销商，酒店不承担产品没有卖出去而过期造成亏损的风险。

　　酒店客房中的物品也是可以出售的，并且酒店客房里面的物品一般都是酒店自己设计的，带有酒店自身的特点。

　　通过对四家酒店的参观，四家酒店对于外送服务费的收取标准都是点餐费用的15%，所以我认为这个送餐服务费收取是有一个统一的行业标准。

　　(十一)对酒店行业的认识

　　通过两天对酒店的认知实习，对酒店的认知不会像去之前一样停留在认为酒店只是一座供客人住宿的建筑，此次参观了四家酒店，对酒店有了大致的一点了解，对于“酒店是什么?”这个问题，我现在的回答是：酒店是服务。客人来酒店住宿、吃饭都是花钱买服务，所希望的是酒店提供一种心理舒适的享受。所以酒店业才会是一种劳动密集型的产业，需要大量的人员来为客人提供服务。

　　(十二)前期准备与后期得到的异同

　　此次认知实习，我们团队成员前期都积极准备，对各个酒店的资料都有查询、了解，对去酒店的认知实习过程也有很清楚的规划，团队分工明确。在参观酒店的过程中，因为有了前期的准备，很多事情都进行的十分顺利，但是还是有一些地方准备的不够充分，例如在团队分工中我的任务售察和前厅提问，但是前期准备的问题没有准备充分，所以在交流会上提出的问题没有重点和针对性，前期准备中，也没有考虑到有些问题酒店人员不会给我们解答的情况。导致我们小组在咨询会上了解到关于客房的信息比较少。由此知道，前期准备的充分性和全面性对于一件事情的顺利进行的重要性是很大的。

　　(十三)团队合作

　　这次的认知实习，是通过团队合作的形式完成的，在去认知实习之前，小组内部就有过多次的交流，使境外生和境内生很好的融合在一起，大家一起讨论，发表自己的看法，明确分工，集思广益，在酒店观察的项目比较多，每个人负责自己的区域，事后大家一起交流，体会到了团队合作的力量。

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