# 实习的总结

来源：网友投稿 作者：诗酒琴音 更新时间：2024-06-04

*关于实习的总结(通用8篇)关于实习的总结要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的关于实习的总结样本能让你事半功倍，下面分享【关于实习的总结(通用8篇)】，供你选择借鉴。>关于实习的总结篇1首先，我很荣幸上海谐音通讯服务公司...*

关于实习的总结(通用8篇)

关于实习的总结要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的关于实习的总结样本能让你事半功倍，下面分享【关于实习的总结(通用8篇)】，供你选择借鉴。

>关于实习的总结篇1

首先，我很荣幸上海谐音通讯服务公司能够接收我离校后的实习工作，其实毕业实习是我们在校学习的延续，是理论联系实际，培养和训练学生分析和解决实际问题的重要环节，是实现学校培养目标的最后阶段。

进入工作后的第一天，公司为我们十位实习生简单地开了个小会，通过项目部高经理的介绍我也对公司的各个部门有了初步的认识。

作为大学应届毕业生，第一次出来实习难免会有所紧张，由于自己又没有什么经验，所以一开始都不知道该做些什么好。不过老孙的一番话让我焦躁的情绪得到了平复，他说：“我希望你们能够多些自主性，不要老等着我来给你们分配任务，自己要积极些，多看多学，要不耻下问。不要怕自己做错什么，你们要大胆去做，就算做错了还有我们这些有经验的同事领导在背后帮你们顶着。我们公司有耐心帮助你们成长起来，你们也要对自己有信心，不要一做错事就气馁。”

老孙的这番话与我的做事理念不谋而合。我认为成功的反义词并不是失败，而是甘于平凡。我也觉得做事不应该怕犯错，因为只有在困难中爬起来我们才能从中学到有用的东西，我们要从一次次的失败中找到通往成功的方法，而不是一蹶不振。所以我要在两个月的实习期间好好努力，争取能够早些独当一面。

而这两天我们从与经理的交流中又明白了欲速不达的道理，所以我不能心急，我打算先花些时间好好熟悉公司各个部门，虽然我是必瘦站项目的，但是公司是一个整体，每个部门都是紧密联系着，只是通过彼此的交流才能更好完成彼此之间的工作，就好比我们必瘦站和IT部室分不开的，我们打的每一通电话也都需要QA的确定和RC的肯定。这样才能成功邀约客户，让他们来我们的门店得到更好的了解和体验。

其次我要尽快地对我们公司有一个深入的了解，这样在帮客户介绍的时候就不会出现一问三不知局面。我不会放过任何一个加强自己经验的机会，如果有这个机会的话，我很愿意去前辈那里听CALL，从旁好好学习前辈如何与客户交流。我想我现在要做的就是多看多学多问，趁现在我们还不是怎么忙的时候，多去听听前辈们和客户的沟通，看他们是怎么样成功邀约别的客户的。因为现在电话销售的是在太多了，很多客户对我们都是不信任的，所以我们更加应该学习前辈的经验，为了自己日后的邀约打下基础。

由于我是刚踏上工作岗位的毕业生，所以对现在的工作还不是很有经验，因此公司也没有分派我做些实质性的工作，让我以学习为主，多看多学多问。

刚入公司的头几天我有点紧张，看着周围的同事个个都很忙碌的，而我一直都很空闲的，没事只能看看一些必瘦站的资料和话术，内心有种说不上来的空虚感，总觉得自己是公司的负担，有点白拿工资的意思。之后与傅姐也有过一次交流，他鼓励我们让我们安心的学，不要有这样的心里负担，公司会有耐心培养我们的。王经理告诉我们，我们是刚来的紧张是在所难免的，我们需要花些时间来熟悉公司的资料和案例，这样才能在以后更好地完成自己的工作。

经过这次交流后，我整个人觉得轻松了许多，我心想反正现在也是闲着，还不如利用这个时间多学点多看点。我也安排好了一个计划，在平时多和同事们联系联系打电话时所要用到的话术，多与同事们接触接触争取早点形成默契，为以后的工作打好基础。而且经过我们几天的练习下来，我发现自己也变得比以前大胆很多。当着很多人的面练习也不太脸红，当他们假装顾客故意刁难我的时候，我也能回答上来了，而不是一开始的傻傻的不知道说什么好。

经过一些时间的工作后傅姐又和我们交流了一次，可是说真的我心里还是很紧张的，都不怎么敢看着她模拟打电话的场景，我的表现可以说还是放不开的，首先自己准备的就不是很充分，然后在谈吐方面也随便了一些，这些毛病可以说在与客户交流时最忌讳的了。傅姐对我们还是很和善的，他依然很鼓励我们，希望抓紧时间多熟悉熟悉资料，也多设计一下顾客们可能会拒绝我们电话的各种理由，她还多次进行话术训练，她的话术真是说得非常好，同时她也希望我们尽快能把这些转化成我们自己的东西，可以活学活用。

经过了考之后我们每个人都要成为一名必瘦站项目的电话邀约代表啦。还是很开心的。在培训之后的日子里，我就过起了每天打电话进行邀约的日子了，我们每天最少都要有两个客户答应来我们必瘦站的门店了解。每个星期至少要有两个人真的去门店。一开始的时候真的压力很大，因为打不出电话就要加班，而且别人都有客户答应来，自己没有，就会越来越急，越急就越难打出电话了。而且电话里面空号、错号、关机、忙音、无人接听也特别多，所以打电话邀约是很有难度的。还好这个时候傅姐也一直鼓励我们。

后来电话打的越来越熟练，话术也越来越成熟，邀约的成功率也就上去了。

自己的心态也越来越好。

通过这些时间的实习工作，我明白了一些课堂上不能学到的东西，我深深的感觉到自己在单位里所学到的东西和在学校所学的理论有一定的差别，所以我领悟到：要想在日后工作生涯上有所发展，就必须理论和实践必须紧密结合，使自己的知识在实践中得到增长，必须在实践中培养自己各方面的能力。

比如：

1、通过实习拓宽同学们的视野。通过参与项目业务的具体工作，从这样一个小窗口来观察如此庞大的会展运营是怎样有效有序地实施和进行的。

在现场的工作其实也就是在学习，以实践的方式来拓宽同学的视野，不再局限于上课的教室以及大学的小圈子，而是放眼到社会、到具体的会展实施。

2、理论结合实践，更有益今后的学习。我们同学平时的学习都局限于书本与老师上课的讲授，通过亲身参与会展现场，可以直观的感受到会展现场的气氛。再庞大的会展项目，都是通过一点一滴的细节准备和工作，才能有机的结合成一个有效管理、有序进行的会展现场。虽然只是参与了会展组成部分中的实施阶段，但是对于同学们的学习来说，已经有了很大的帮助，这样更有利于同学们今后在课程中的学习。

3、积累实习的经验，为今后寻找工作打基础。虽然只有短短的几周，但是这样的服务实习经历对于还处于大学学习阶段的我们来说是很宝贵的，大三的我们面临找实习的问题以及毕业就业的问题，这次的实习经历，为我们在今后找实习、工作打下了良好的基础。

本次实习可以说，我还是很好的完成了自己的工作，虽然工作有点辛苦，但通过此次实习我们真的学了很多知识，长了很多见识，也是对我们的一次锻炼。经过实习，我们不仅对专业的工作方向有了大致的了解，也学到了许多课本上没有的知识;我学会了怎样处理日常工作事务，学会与人合作，为以后工作打下基础。实习的这几周我学会了很多，如何调整自己的心态，如何去更好地与人沟通，如何去隐忍去忍耐，对人对事都要宽容、有耐心，这些都是在社会中为人处事的方法。灰心的时候，消极的时候，烦燥的时候，应该如何去面对自己，控制自己，这些事前辈们会教你，但能不能做到，始终要靠自己。时刻保持努力积极的心态是多么重要又是多么困难的一件事，直到今天我才真正体会到其中的意义。真正的竞技在于自己的内心，如何战胜自己是每个人都必修的课题。

我觉得，我要学的东西还有很多，我会一点点来，希望早日让自己能够独当一面，成为一个真正坚强的人。

>关于实习的总结篇2

经过短短一星期的计算机实训，我深深体会到电脑的神奇和奥妙;也意识到自我在计算机上还有许多不足。

老师布置了一些的作业给我们操练，在老师精心的指导下我已把Excel，word，outlook，powerpoint等操作的很好了!此刻我们已步入大学，经过半年的在校学习，对电脑还只是初步的认识和理解，但在这学期期间，一向忙于理论知识的学习，没能有机会放开课本，真正切身感受计算机魅力，所以在实训之前，电脑对我们来说是比较抽象的，但透过这次实训，我们揭开了她神秘的面纱，离我们不再遥远!据我了解，大多数同学都以前接触过电脑，也有玩过一些游戏，却不懂操作一些对我们以后工作有用的系统。对于我们所学的计算机知识渗透较少，之前都是老师操作为主。此次实训就不一样了，同学们都作了充分准备，在活动中同学们都提前来到教室上课，每位同学都认真的操作、练习;听着“嗒嗒”的打字声，心里真的不亦乐乎!和我们一同参与实训的还有姚远老师和滕晓焕老师，在实训中也分别给予了我们指导，并且做详细的讲解，这次实训活动十分成功，除了各位同学的充分准备，还要感谢学院和食品系的各位领导及专业老师，没有他们做出努力，给学生手操的平台。

透过这次实训，我们对电脑有了更深刻的认识，做二十一世纪现代人不但要有过硬的理论知识，良好的心理素质，健康的体魄，还要有超强的电脑操作潜力，正所谓“秀才不出门，便知天下事”为一名食品专业学生来说，务必有较广的社交圈和开阔的知识面，所以要把电脑作为一个重点来抓!

然而，在我参加培训的第一晚上，我就发现自我错了，此次的电脑培训与以前参加过的培训大相径庭。以前的培训都是应付考试的，实用性不强，而且那时学的东西，在工作中用的不多，时光长了不用也就忘记了。而这次培训的资料最显著的特点，就是实用性和工具性很强，都是平时工作中经常用到的。参加培训的第一课时，我就专心致志地听讲，把学习资料与以前操作不规范或不熟练的地方进行比较，感觉学习效果很好，受益匪浅。个性是EXCEL的学习，因为平时用得比较少，掌握的也不多，不想去进一步的学习，所以对EXCEL的操作不熟悉。这一次正好帮我解决了这一问题。透过次培训，使我的EXCIL的操作有了新的认识，也掌握了几种方法。还有幻灯片的制作，原先从没有制作过，透过这次学习发现也不是想象中的那么难。简单的制作我已经基本上掌握。此刻想起来这种培训是必要的，正所谓“磨刀不误砍柴工”。

正因为学习上有所收获，思想上也就豁然开朗起来。说实话，近几年，觉得自已也不再年轻了，还学什么啊?得过且过吧。虽然对待工作还是尽心尽力地去做，但对于学习的态度则是能应付就应付，不想应付就是偷点懒吧。因为这种思想的存在，在学习上的动力就不足了。透过这次培训，我觉得要改变这一错误的思想，想把各项工作做好，就必需要不断的学习，不断的充电，也只有不断的学习、充电，才能提高自已的工作潜力。古人云，“活到老、学到老”，这句话是很有道理的。

电脑培训暂告一个段落，闲暇之余，我开始静静地长思。由于学校的信任，我从上学期中段到校办工作。尽管我全力以赴，不辞辛苦，做了很多的工作，但我明白自已离“出色”还有很大的一段距离，离学校对我的期望还相去甚远。固然有潜力、水平、经验、性格等原因，但是最重要的原因还是思想上的对学习不重视，导致了有的工作不能出色的完成。由于办公室工作的特殊性，要求工作人员思维严密、灵活应付，要能够迅速理解领导的意图，沉着应对复杂的局面，这样才不致于在完成工作时，总是手忙脚乱、丢三落四。透过这次培训，我认识到只有沉下身来，静下心来认真学习，踏实做事，多用心，多动脑，才能让工作有好的起色。为教育事业奉献我微薄的一份力量

社会的竞争是激烈的，我想我们就应好好把握住大学学习的时光，充实、完善自我，全面发展，攻破电脑，争取做一名出色的现代人!

>关于实习的总结篇3

班主任实习一个月让我真正了解了班主任的工作。班主任是班级体的组织者和管理者，班级管理是一项艰巨复杂，专业很强的工作。因此班主任必须具备较强的管理能力，他也是班主任最核心的能力，在班级管理方面，我采用先进带后进，让所有学生都进步的方式。在班内挑选能力强的人做班干部，凡事都以他们为核心，起到先锋的带头模范作用，班干部是班级的火车头，是班主任的左右手，拥有一支实力强，办事效率高的班干部队伍是十分重要的，而且要在班级内树立典型，树立学习的榜样，激起学生的学习兴趣，构建浓厚的学习氛围。我认为只有真正了解学生才会有最正确的教育方法。班主任的工作对象是千差万别的学生，他们的个性差异大，因此，作为一名班主任，用自己的心去与学生交流，课下多观察熟悉学生，在生活中尽可能多的关心学生，爱护他们，信任他们，通过对全班学生的了解，营造一个更适合每位学生个性发展的空间，当然，学生就会把自己当作朋友，没有隔阂，并会建立深厚的友谊，这样一来，班级管理工作就会更顺利、更成功。在与学生接触时，总会遇到不听话的学生，因此在他们犯错误时，正确批评方式是尤为重要的，批评正确了，就会使学生停止错误的行为;批评错了，会伤害学生的自尊心。批评不是目的，最终目地是让他们加以改正，因此在批评的同时不忘记对此人进行表扬，最后激励他们，让他们逐渐向优秀的学生靠拢，这样优秀的学生多了，班级管理工作就会游刃有余。实习报告

学生不仅要以学习为主，同时道德品质的提高也是不容疏忽的。作为一名班主任，我认为在对学生进行教育时，把学生当作教育的机器，将自己的思想强加给学生，其结果肯定会失败，我都会从学生的思想出发，关注学生的发展，这样受到的结果就会成功。此外，活动中体现教育方针是一个十分有效的方法，学生在活动中能够正确认识个人与集体，自身与他人的关系以及在班级体中的位置，让每个人都觉得自己是班级的一员应该身兼责任与义务，因此形成集体主义观念。我抓住比赛活动的机会，把参赛之前的过程变成端正态度的过程，变成凝聚学生的心、增强团结的过程，变成一个对学生们进行德育教育的过程。

家庭是学生的第一所学校，父母才是学生的第一任教师，因此一个学生的好坏更是离不开父母的教育。作为一名班主任，和学生家长的沟通联系是必不可少的，班主任要善于向家长做调查了解，同时争取他们的配合一起培养教育学生。

班主任的工作是辛苦的，是劳累的，但这一个月的工作却让我记忆深刻、回味无穷。有了这一个月的班主任经验会让我以后的工作更加得心应手，更加顺利!

>关于实习的总结篇4

20\_\_年十月二十七日，我在民泰药业开始了实习生涯，在生产车间，化验室的岗位学习了各种实践知识，八个月的实习生涯转瞬即逝，在实习期间，我认真刻苦，积极向上的工作，并严格要求自己，做好每一项工作。并将理论与实践相结合，虚心向领导和同事前辈学习，认真努力的提高自己的技能，下面我来总结一下，首先介绍企业概况。

一 民泰药业企业概况;

通化民泰药业股份有限公司前身系通化白山制药八厂，始建于1989年，厂区座落在风景秀丽、群山环抱的长白山脚下——吉林省通化县黎明工业园区。公司占地面积5万平方米，建筑面积2万平方米拥有中药前处理提取、片剂、胶囊剂、颗粒剂等等四条生产线和设施齐全、仪器先进的质量检验中心。 公司现有员工560人，其中专业技术人员128人，具有中级以上各类专业技术职称人员占职工总数比例30%。民泰药业现已成为集科研、开发、生产、销售于一体的现代化制药企业。

经营理念：集中所有资源，在相关领域深入研究、专业创新、专业服务 二实习任务

刚刚开始是在生产车间，然后被调换到化验室，主要学习如何鉴别药品，检验药品的合格与否，以及微生物限度检查。

三实习内容

1. 制备硅胶板，将一份固定相和三份水在研钵中研磨混匀，倒入涂布器上，在玻璃板上平稳的移动涂布器进行涂布，晒干，在105%活化30分钟，备用。

2. 使用崩解仪测定药品的崩解时限，电子天平等。

3. 测定药品的干燥失重 称取药品1克，置于称量瓶中，在105摄氏度干燥至恒重，减失的重量不得超过10%.

4. 微生物限度检察 (1)对所有器具进行消毒，将吸管，平皿用牛皮纸包好，在165摄氏度，高温灭菌4小时，取出，备用。

(2)制备供试样ph7.0氯化钠-蛋白胨缓冲液，取磷酸氢二钾，磷酸氢二钠，氯化钠，蛋白胨，液体样需90毫升固体样需100毫升。 培养基，营养琼脂培养基，虎红琼脂培养基，每个平皿约放入15毫升。当配置完成后，将其放入灭菌器中，进行灭菌，121摄氏度，15分钟。放入冰箱中，冷冻保存。

(3) 做实验之前，应用苏尔消毒液对操作台进行消毒，通风，紫外灭菌 ，用洗手液洗手后，将所需物品通过传递窗放进菌检室，进行实验，操作时要穿洁净服，戴口罩及手套，每个样品至少制备两个平皿以上。

(4) 含动物组织的药材，应做沙门菌检查，将10克药粉倒入200毫升营养肉汤培养基中，摇匀，放入细菌培养箱中，18至24小时，取出，吸出一毫升，放入亮绿中，培养，次日，将其取出，用接种环接种在胆盐硫乳，麦康凯琼脂培养基中，培养一天，看结果。

5 学习如何测定及使用悬浮粒子尘埃测定器，以及纯化水的测定。

四 实习感悟

在此实习期间，我充分的运用了学校中所学习的知识，提高了自身的技能，刚刚毕业的学生与在岗就业许多年的老职员相比，无论是在技能上，还是在经验上都远远逊色于他们，我认为，书本上的知识固然重要，但学校应该让学生多接触一些实践，这样，在实习时才能给公司留下很好的印象，这样，我们长白山职业技术学院才能更好的发展起来。

>关于实习的总结篇5

转眼，一个月的外科实习生涯已告一个段落，虽然这段实习有点累，还是挺让人开心的。查房、换药、写病程录、跟手术、学出院小结，每天的生活在这样重复的忙碌中度过。在普外科，早上七点半就查房，之后换药。;当然，在外科最苦的是跟手术，往往一站就是好几个小时，学习开化验单，写病历，换药、拆线、上手术等。

基本上都是从零开始，我也第一次知道看似简单的操作实施起来竟然这么困难。手术虽然不是每个都积极上台，即使跟台看看还是很长见识的，切甲状腺，切胆囊，切脾，切阑尾，胃大部分切除，结肠癌根治等等。对腹腔镜技术的了解还有介入治疗都是我耳目一新。

在一个科室里待久了，感觉大家真的如同一家人一样，老师的关心和教导，整个科室的协作，让忙碌的工作变得充实而快乐。外科医生大都是性情中人，平时再好，一但做错事，他们批评起人来不给你留一点的面子。等做完手术后又会和嬉嬉闹闹，好象没有什么事都没有发生一样。

医生做手术时压力很大，特别是手术不顺利的时候，所以我所能做的仅仅是尽量不要犯错，否则的话真是欲哭无泪，只有挨骂了。我的带教老师，他人好又很严谨，教会了我不少东西，耐心的示范讲解，都是年轻人沟通起来很容易。

>关于实习的总结篇6

不知不觉，参加工作已经一年多了。在这一年时间里，在学校领导和指导教师的指导下，教学能力得到了提高，很快适应了新的工作环境。在此期间，通过业余时间听课等努力向其他新、老教师学习，不断完善了自己。

俗话说：人生最快乐是事就是做自己喜欢做的事。我很庆幸毕业后能走上向往已久的三尺讲台。我理想是要用我的知识，我的理念来教育、培养一批批的白衣天使，要成为学生们永生难忘的良师益友。然而，这一切美好的想法在走上讲台后给我敲响了警钟，它告诉我此刻所应具备的不仅仅是激情，而是对教师这一职业有一个清醒的认识：教师，任重而道远;成为学生的良师益友，难上加难;作为老师，只有爱是不行的。认识到自己肩上的责任，了解到以后道路的艰难，并没有挫伤我的积极性，而是让我在有心理准备的情况下要继续不懈的努力。

作为一名新教师，最重要的就是通过学习和实践锻炼掌握各项教育技能，成为一名合格的人民教师。为此，我在见习期内完成了如下学习和工作任务：

(一)工作业绩，主要收获及主要体会

作为新教师，经验往往比较缺乏。为了能使自己尽快融入到教师的角色中，我多向年长的教师求教，学期开始，抓紧机会多听课，听其他老师的课使我深有启发，习得了不少优秀的教学方法，例如，课堂提问方式方法的多样化可以提高学生的积极性，在教学中要用多种形式复习和巩固所学知识，启发学生的思维等，这些经验使我受益非浅，当着我把这些经验具体应用在课堂上之后，我发现学生学的轻松，我也教的欣喜。

在暑假期间参加了省卫生厅组织的为期二十天的专业技能培训，不仅收获到了教育学，教育心里学方面的知识，而且接受到了计算机方面，论文写作等方面的专业培训，可谓收获颇多。

(二)不足之处

1、参加工作时间还短，经验不足，还有有很多需要向老教师学习的地方。

2、与学生相处是一门很大的学问，尽管在这一年的实习中摸索出一些经验，能够根据学生情况调整自己的教学风格，但是还有很多方面需要改进。

3、课堂基本功欠缺，板书组织条理性不够，需要继续改进。

(三)努力方向

1、加强自身基本功的训练，课堂上做到精讲精练，注重对学生能力的培养，知识上做到课课清、段段清。

2、对差生多些关心，多点爱心，再多一些耐心，使他们在各方面有更大进步。任何学生都是很想作好学生的，只是我们一直不去关注那些成绩差的学生，让他们习惯了接受批评，作为老师，我们有责任去改变他们，帮助他们。

3、加强守纪方面的教育，使学生不仅在课堂上集中注意力学习，课下也要按校纪班规严格约束自己。

4、利用各种方法，训练学生提高、集中注意力。

在卫校，我开始了我的事业和我的追求，回首这一年与学生在一起，虽然每天都是忙忙碌碌的，但我忙得高兴，忙得开心，在今后的实践中，我会继续努力工作，以真挚的爱，真诚的心，以及有个性的课堂教学风格吸引学生，打动学生。不断提高自己，完善自己，努力使自己早日成为一名优秀的教师。

>关于实习的总结篇7

首先，我想向所有为我的实习提供帮助和指导的\_\_\_县人民法院的工作人员及我的法官老师致谢，感谢你们为我的顺利实习所作的帮助和努力。通过两个多月的实习，获得了一些初浅的体会。进\_\_\_法院后，我被分在了民一庭，这对我是很有利的，因为民一庭是整个法院里案子最多的庭。我虚心地向法官们学习，并与他们建立了良好的关系，积累了一些社会经验，这是在学校和课本上学不到的，让我终生受益。与此同时，我也看了许多实际案例和一些专业书籍与杂志，让我初步地进入了角色。负责带我实习的法官们都很耐心地指导我、精心地为我答疑解惑，让我学到了一些实实在在的本领。

在民一庭实习的两个多月里，我主要做了以下一些事情。

1、整理卷宗。在实习期间，帮助法官整理卷宗几十份，边整理边看，在这些已经审结的案件中有很多典型案例，其中涉及到事实的认定，证据的采信，责任的认定等等。在整理卷宗过程中，对民事案件从立案到审结的程序，各种该归档的文书的分类有了详细的了解。这个是我在以前的学习中没有接触过的，鉴于卷宗将成为永久性的档案，在整理前我都问得很仔细，然后做得很认真，整理完后觉得自己很有成就感。尽管做的事情都比较微小、繁杂，而且第一次上手，但每一件看似平凡琐碎的小事都蕴藏着丰富而深刻的学问，特别对于法律这门彰显公平与正义的学科，每一个细微的环节都事关当事人的切身利益，因此我在处理每个细节时都抱着“处处小心，时时留意”的态度，虚心地向法官们请教，他们也不厌其烦地对我进行传帮带，使我从中受益匪浅，同时我也深深地明白了作为一名法律人身上所肩负的崇高使命与社会责任。

2、旁听案件。\_\_\_县法院管辖人口较多，民一庭又是全法院管辖的事最多最杂的，刚去的那段时间几乎每天都有开庭。这对我来说是一件好事，可以听的案子就比较充足。通过旁听案件，我对民事的审判特点和程序有了详细的了解，懂得了审理民事案件关键在于化解当事人的矛盾，和刑事案件着重体现国家强制力惩罚犯罪不同，民事案件理想状态应是让双方当事人共赢而又不失法律的尊严，这一点就对法官的个人素质要求很高，这个素质不仅仅是法律方面的知识渊博，更重要的是懂得替当事人着想，尽量减少当事人的诉讼成本，更不能摆官老爷的架子，人为的拉\_官和群众的距离。

3、做庭审的临时记录。在庭里的书记员的指导下，我在庭审过程中试着做过几起案件评议时的记录，由于平时我们在速记这方面锻炼较少，搞模拟审判时的书记员记录都是假的，庭审笔录都是早就准备好的，所以在记录的时候不能全面的记录下来，只能记住一些重点和大概。(\_)我觉得我们的教学活动中应该增加速记这方面的培训，因为虽然现在庭审笔录全国的法院系统都是用亚伟速录系统电脑记录，但在询问当事人或证人，在开合议庭评议这样的临时会议的时候还是用的手工记录，并不是每个场合都能用得上电脑，过分的依赖现代化办公设备会使人类退化。

4、写一些法律文书，在实习期间，曾帮办公室的法官草拟了几份民事裁定书，写过两分公告启示，虽然写的都是一些比较简单的文书，还是照着模板写的，但还是出了不少错误，记得写的第一份裁定书是一方当事人撤诉，基本格式就是先介绍当事人情况，原告，原告代理人，被告，被告代理人，案由，撤诉的理由，然后是经本院审理，认为原告的请求是其真实意思表示，且不损害国家集体和第三人利益，准予起撤回起诉，诉讼费用减半由原告承担，就这么简单的一份裁定书我写了四遍才合格!原因就在于措辞不严谨，法官让我改了三次才送给庭长签字，真是惭愧!回来后狂看司法文书写作的格式，后悔当初老师讲时自己没好好听，真是应征了那句古话，“纸上得来终觉浅，觉知此事须深行”。

5、跟随一位姓龙的法官到县城周边区域调查案件，送达法律文书。原先总以为送达文书是一件很简单的事情，现在才知道不是那么回事，每件事都有它的难处和方法，一份传票送给被告有时要送很多次被告才肯接受，就是签收个送达回证就要给他们解释半天，因为在那些不懂法的人眼里，签字是件很慎重的事情，他们心里在想，这签了字是不是就判了啊，会不会对自己不利，有人甚至把门关起来故意不让我们进去，给他耐心的解释半天，给他说明送达回证签收只是表明你收到传票和开庭通知了。现在才体会到中国法治进程缓慢的程度了，普法教育任重道远。

在法院里呆了几个月，对这里受理的案件情况有了大致的了解，\_\_\_县人民法院民一庭的案件主要集中在以下几类：

1、离婚纠纷，一般需要公告送达的或者涉及财产的稍微复杂的离婚案件都由民一庭受理。法院对离婚案件，一般情况下第一次离婚的如果不是婚姻法规定的那几种如一方有赌博吸毒等恶习不改，一方有遗弃\_家庭成员，夫妻分居满两年的等等这些强制规定的，一审都是经调解无效后判决驳回原告的离婚请求，但如果半年后原告再以相同理由提起要求离婚的，法院审理时如果调解无效一般都会判决支持离婚，所以现在要离婚是一件很简单的事情，一次不成，再来一次准行。

2、道路交通事故案件，案件的共性：一是受害人及其亲属依法\_意识增强，案件增长幅度大。二是原告索赔数额高，原告胜诉率高，获赔数额相对较少，精神损害法院一般不予支持，唯有一件因受害人死亡，法院才支持了原告方精神损害赔偿一万元。三是车辆及人员的流动性，法院受理案件后，送达诉状副本、举证通知、开庭传票比较难，直接影响了案件的审理进度，增大了案件的审理难度，审理周期相对较长。四是判决裁定确定的民事赔偿执行不到位现象突出，法院受理的该类案件，大多是肇事者无能力赔偿或双方就赔偿额度未达成一致意见，\_部门调解不成的情况，这严重影响当事人权益和司法。

两个多月的法院实习使我深刻地体会到：法律是一门实践性很强的学科，它仅有基本的专业知识是远远不够的，它更需要的是实务操作、办案经验和社会阅历，作一名法官不仅需要有独立的法律人格，更需要有崇高的法律素养。

实习结束了，但我感觉并不是那么轻松似的，我觉得自己面临着更多的压力与挑战。我一直很喜欢这样一句话：人生因为经历而美丽。我想在\_\_\_法院实习的这段工作经历将永远成为我记忆中一抹靓丽的色彩，因为它教我懂得了如何独立地生活，如何凭借法律人的智慧和真诚赢得他人的尊敬和信赖，如何尽己所能关心需要帮助的人。如果经历也是一种积累，那么这两个多月来无疑使我变得自信而富足。最后我要说的是：实习的收获就是悟出了一个道理，路还很长，要学的东西还有很多!

>关于实习的总结篇8

非常感谢所里能给我机会，让我开始自己理想的第一步;非常感谢主任和同事们帮助教导，让我认识、理解律师行业、也正慢慢的融入进律师行业;非常庆幸有这么好的实习环境和学习氛围，使自己的知识和能力正逐步的提高。这是自我转变的两个月，态度由消极变积极，学习做事由被动变主动，对世对人对事由悲观变乐观„„进所前面试中一个劲的追问主任所里对实习人员有怎样的培养计划，也在短短的两个月里变成了自己踏上律师行业前的一步一步正在实现的目标。这是一个集体、一个团队对一名新人的影响，也是一个力求上进的人正主观能动的不断学习、充实自己，使自己尽快成长。与其说是写一下工作总结，不如说是写一下自己的收获和体会，和大家谈一下自己的感想。

“要做事先做人”“从小事做起”当面试中主任又一次讲到这些话时，我被深深的触动了，曾几何时，怀着远大的理想和满腔的热情，却碌碌无为的走到今天;茫茫碌碌的工作却不曾抬头思索一下人生的哲理。所里的同事给我树立了良好的榜样，大家乐观积极的心态、欢乐融洽的氛围、勤恳务实的工作作风、专业上精益求精的学习钻研精神„„无处不深深的感染这我，感化着我，使我自己渐渐地、不断地在各方面提高自己。自己更要把握住机会和时间使自己尽快的学习和成长，能分担所里的事务，不能总是作为一名“消费者”，要尽快成为一名“创造者”。

当然，通过这段时间的实习，也使我感到前所未有的压力，认识了律师也是竞争激烈的行业，从思想更加深刻得体会到了不断自我学习的重要性。我们是一个积极上进的团队，是一个不断学习提高的团队，每次的周学习会议，个人一个周的收获体会让大家分享吸收，每个人在业务上都得到了提高，尤其是我这样的的一名入门者，更是得到了充实，增长了见识。每次自己低级幼稚的问题得到大家耐心的解答，自己既有收获的快乐，也有耽误大家时间的惭愧。

这段时间的收获除了为人做事方面要真诚踏实外，专业上主要是学习建设工程过程服务，对现场服务要注意的问题、应对的措施自己都记在本子上，时常翻阅，并不断的记录补充新的问题。通过整理会议录音和周六讨论，体会律师们现场的解答问题的方法和技巧，吸收掌握。通过几个人整理施工签证的文章，使自己对签证的相关知识有了深刻的认识和把握。通过整理案卷，学习相关法律文书的写法，了解诉讼流程学习诉讼技巧。

今后半年的实习学习主要放在一下几个方面：

过程服务方面，全程跟从主任\_\_\_项目，多学多问，到12月份达到或超过主任的要求，能独立进行过程服务，解决过程问题。(请示：可能的话，在重点跟踪一个项目学习的基础上，如果时间允许，可以跟从主办律师走访其他项目。因为面对不同的项目经理有不同的沟通技巧;甲方层次不同，施工中会出现不同的要解决的问题;各律师风格不同，也利于学习中各取其长补己之短。)

诉讼业务方面，实践上跟从学习律师手头的案件(一件一件进行)，自己主动参与代理，进行案件诉讼材料的整理和起草，主动协助办案律师进行工作。理论上还是抓紧时间学习法律和司法解释，结合所里的案卷学习法院判案的法律适用倾向，做到解答咨询时准确。在半年后能够做到能独立执业。结合过程服务的学习和周例会律师交流的经验，将律师们过程服务的经验结合法律整理成文章，既能作为所里的经验积累，以便交流学习，还可以作为开展给施工企业培训的材料。(初步想法：利用实习期间时间充足，大框架是从建设工程招投标开始，直至竣工决算工程款付清为止，通过学习并结合律师们的经验交流，将全程中应当注意的问题、防范的风险、出现问题的应对措施等逐步地、分段分项地完善出来，最终形成系统的书面材料。)

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