# 毕业生实习工作总结七篇

来源：网友投稿 作者：琴心剑胆 更新时间：2024-08-19

*毕业生实习工作总结范文七篇总结就是把一个时段的学习、工作或其完成情况进行一次全面系统的总结，它可以帮助我们有寻找学习和工作中的规律，不妨让我们认真地完成总结吧。下面是小编为大家整理的毕业生实习工作总结，希望能对大家有所帮助。毕业生实习工作总...*

毕业生实习工作总结范文七篇

总结就是把一个时段的学习、工作或其完成情况进行一次全面系统的总结，它可以帮助我们有寻找学习和工作中的规律，不妨让我们认真地完成总结吧。下面是小编为大家整理的毕业生实习工作总结，希望能对大家有所帮助。

**毕业生实习工作总结 篇1**

20\_\_年\_月\_日，我以一名实习生的身份来到了\_\_酒店。\_月\_日的时候，我通过了酒店的培训，顺利的站到了酒店的前台岗位。这一站，就是三个月。三个月，说长不长，说短，却能让我学到很多。通过三个月在前台的学习，我学会了很多关于酒店前台的知识。但是更多的，是我在前台所体会到的，和顾客交流的场景让我在这次的实习当中有更多的感受。

这三个月来，我结束了酒店的培训，完成了自己在前台的一些工作，在同事们的帮助下，我也学会了很多在前台的小技巧和工作方法。为我这实习之旅带来了很多的收获。现在，实习结束了，我也对三个月的工作总结如下：

一、工作情况

在来到酒店后，我加入了领导们安排的培训。从礼仪到对酒店工作的了解，我从基础的知识开始从新的在学习了一遍。在培训中，我将过去了解的和不了解的都重新的向着老师培训了一遍，在这次的培训中，我发现了自己在工作中的诸多问题，从基础的学习中，我重新的纠正这这些错误，好好的改正了自己的问题。

而当我来到工作岗位后，我却感到自己有些混乱。过去的经验和现在的问题让我感到非常的困惑，导致我在一开始工作的时候，都不知道自己该怎么办。但是，在我的身边还有一位出色的导师，\_\_作为我的前辈，也负责在工作中教导我。看着她熟练的工作，我真的感到非常的痴迷，自己也希望能向她一样出色的做好自己的工作，但是，这还需要很多的学习。

当自己已经熟悉了一部分工作后，我开始独自的进行工作任务。独自的面对顾客，向他们推销我们的业务和房间。为酒店带来利益。在一开始的时候，我还是有些紧张，但是这么多天的工作经验也不是白做的，自己很快重新稳定了自己，并按照流程进行了自己的第一次独自工作。尽管还有些生硬，但是总体来说我还是做到了。抓住这个机会，我继续在工作过中努力，很快熟练了前台接待的工作。

二、不足的地方

自己作为一名前台，说实在还是有些不合格。尽管已经有了不少的经验，但是在面对顾客的时候自己的动作总是有些僵硬，这让我的服务质量大打折扣。但是，我相信，这只是我现在的信心不足，当自己熟练后，一定能像其他同事一样出色。

三、总结

三个月的实习结束让我感到有些遗憾，自己还没能出色的做好自己的工作就要离开了。但是我会在今后继续努力，让自己能在工作中更加出色的完成自己的职责。

**毕业生实习工作总结 篇2**

学校给我们布置的暑假作业是自我找制药厂实习。并且还要写实习日志和报告。让我们自我到哪找制药厂实习啊即使找到药厂，人家也不必须让我们去。

可是还好，最终找人，让我到我们这的一个制药厂实习。由于我暑假还有别的事情，一暑假几乎没什么时间，所以只能到药厂实习一天。

为了赶八点能到药厂，早上我六点五十就起床了，收拾完后就赶紧坐车到“\_\_制药厂”开始我为期一天的实习生活...

由于我实习的时间短，仅有一天，所以王部长先带我到生产车间看一下生产流程。要想进入车间内必须经过许多关卡。第一步就是更衣室，我进去换上专门的工作服，然后在进入下一个房间，就是普通区，最终才能进入生产车间，而车间里面也是一个一个的相通的房间，每进入不一样的车间也都得经过两道门杀菌后才能真正进入到生产第一线。在参观的过程中，王部长给我依依详细的介绍各个部门的工作职能，以及各个设备的运转功能。

参观完后王部长让我先在包装部门干。来到包装部门，跟着那些姐姐们一齐学习包装药品。姐姐一交我立刻就会了，不一会我感觉自我就干的很顺手了，速度也快了不少。包装车间里的活太多了，一早上我几乎没休息一分钟，一向的在忙碌着...

只要帖标机一开我们就得快速的把帖好标签的药装在专门的泡沫盒里，全装好后然后在一盒一盒的往包装盒里装，最终再统一的帖封标装箱。我是第一次接触包装东西，感觉很新鲜、很好玩，所以干的也很带劲，一点也感觉不到累，但要是让我真的在这干上一年，一个月，一个星期估计我绝对会无聊死的。我真佩服那些姐姐们，她们有的在那都干了四年了，太了不起了!

午时我们没在包装部呆了，我想到出看看各个步骤都是怎样来操作的。虽然早上王部长都给我详细的介绍了，但我还是想亲自看看，这样对我来说印象比较深刻。

这是我第一次亲眼看到药品的制作全过程。原先那一个小玻璃注射剂要经过那么多的工序才能制作出来。第一步是用碱水粗洗瓶子，接下来是细洗，而细洗瓶得经过三道工序：净化水清洗，甩干机甩干和红外线烘干杀菌。第二步是装药封口，这虽然都是由机器来完成的，但有的瓶子的口会没封住，所以必须得有人在旁边随时把那些没封住口的瓶子挑出来。第三步是水蒸气及高温杀菌。最终是帖标签装箱...

经过今日一天的实习虽然很短暂，但我还是从中学到了不少知识。我相信经过今日的参观，必须会对我以后的学习有很大帮忙的。

**毕业生实习工作总结 篇3**

时光飞逝，岁月如梭。转眼之间，我已经进入社会工作了半年有余。在实习中经历过酸甜苦辣，在试岗时经历起伏跌宕，在正式入职后顿生的颇多感悟。

我的成长进步，离不开组织和领导的关怀，离不开同事和群众的帮助，更离不开我们企业所奉行的追求卓越，诚信永远的企业精神激励。为了能让自己更好的吸取这从实习的经验，我对自己这次实习的工作情况做小结如下：

一、努力学习

作为一名初出大学校门的职场菜鸟，自己不免有些眼高手低，但是实习后才发现自己确实有很多不足。深入基层，才明白自己有很多东西要重新学起。

如何为人处事，如何增强业务能力，都需要在企业这个“社会大学”中重新去学习。这些宝贵的实践经验，是上大学期间我所不能学习到的。比如，设备如何运转，什么时候放料，放多少料，如何调节水位和矿粉比重。公司中的机器设备错综复杂，只有不断钻研，刻苦学习，才能化腐朽为神奇，增强自己的本领和才干。

二、吃苦耐劳

我们不仅要向书本学习理论知识，还要向岗位上的老前辈学习实际应用技能，更要学会吃苦耐劳、坚忍不拔的精神和毅力。唯有此，才能有所作为。

实习期间，有些大学生适应不了公司环境，早早离去;有些大学生不能正确处理人际关系，匆匆辞职;有些大学生缺乏专业技能，惨遭淘汰。经历了实习的考验，我们都成熟了许多。明白了许多。许多领导都是从基层一步一个脚印，辛辛苦苦的干上去的，想一步登天，几乎是不可能的。

三、重视人际关系

我们每天工作中，都要与领导、同事、下属打交道，所以搞好人际关系至关重要。

对人要有礼貌，主动为办公室打水，清洁桌面卫生，不仅仅是自己力所能及的事情，更体现着一个人的精神风貌和人文修养。关系和谐才能使各项工作稳定有效的运转，才能保证计划任务的顺利完成。

我坚信，只要我能够努力学习，吃苦耐劳，重视人际关系，在新的一年里将会取得更大的进步。

**毕业生实习工作总结 篇4**

\_\_个月的实习工作快要结束了，在这\_\_个月的时间里，我经历了从学生到教师的主角转换。教学理论一点点转化为教学实践，模拟教学变为真正面对面的教学，尽管生涩，但在慢慢的成熟之中，让我的实习生活充满未知、惊喜、欢乐，当然也少不了有挫折和困难。

这\_\_个月的实习，令我感触颇多。我实习的班级是\_\_年级\_\_班一群九、十岁的小孩子，既活泼可爱，又调皮好动。

刚开始实习，我的主要任务是听课，听\_\_教师讲课，再回顾我的任课教师的授课方式，我从中吸取了许多经验，发现了每个教师都会有不一样的教学风格，或许这就是教无定论的真正含义。

在听课过程中，我深感，教学是一门艺术，课堂语言是这种艺术的传达方式。听课的过程，是积累经验的过程。在了解教学流程的同时，也应注意教学方式和组织教学能力的积累。当然，刚开始时心境异常紧张，由于经验不足和应变能力不强，课堂上出现了“填鸭式教学、讲课重点不突出、讲课顺序不清楚、学生跟不上、讲课速度太快、学生没有兴趣”等等一系列问题。

为了弥补自我的不足，我严格按照指导教师的要求，认真仔细地备好课，写好教案，积极向其他教师学习，多多向人请教，把握好每次上课的机会，锻炼和培养自我的授课能力。

随着时间的推移，经过听课和实践，我开始有了一些提高。这时指导教师给了我多次机会，从上课到做练习册再到口语交际，分不一样层面锻炼和培养我的授课能力。

在实习的这\_\_个月里，我与学生们建立起了良好的关系。在学生面前，我既是他们的实习教师，又是他们的知心朋友，由于我年纪和他们差距不大，他们有什么疑问都会来问我，把我当做他们的大姐姐。下课时也会和我谈心。

我的指导教师\_\_是一位很优秀、很有职责心的教师。在整个实习期间，\_\_教师给了我许多指导和鼓励。在她的帮忙之下，我逐渐成长、蜕变，教学经验也丰富了。从她那里我学到了很多在学校学不到的东西。例如：她对教学工作认真、负责的态度、对学生的爱，以及生活中的善解人意等等。

这次实习体验使我受益颇多，也对自我做了一场绝好的检验。作为一名语文教师，基础知识要扎实，知识面要宽广，平时要做有心人，多多细心观察生活，留意身边的事情，并将它们灵活的运用渗透于教学之中。并且经过这段时间的实习，觉得我过的也充实了，我在实习的道路上不断成长，思想上成熟了，知识上实践了，经验上也丰富了。

**毕业生实习工作总结 篇5**

时间蹉跎，一眨眼我的实习期就已经结束了。仿佛昨天的我还坐在学校的教室里上课，而今天的我就已经成为了一个拥有六个月工作经验的社会人了。这是一场多么奇妙的体验。

而这场体验让我深刻的感受到了在学校和在工作的日子是有多大的差距，也让我明白了职场生活的艰辛。虽然我到现在依旧还很怀念我在学校里的日子，但是人总是要长大的，生活也总是要朝前看的。

所以，为了让这场体验更加深刻，我给我实习期做了一个工作总结。

一、与人相处

在这份实习期里，我学习到了怎么和人相处。与人相处是一门学问，以前在学校的时候，我和同学之间的相处都是十分简单和轻松的，而现在到了社会上来了，有很多关系和事情都会牵扯到利益上来，所以我们之间的相处就变得不再那么简单了。

所以我要学会灵活应变，学会怎么处理好和同事、领导之间的关系。对待领导，我要做到服从安排，尊敬有加。

对待同事，我要做到以礼相待，相互包容理解，尽量多站在对方的角度来思考问题，尽量的减少争执和矛盾的产生。

二、对待工作

除了学好与人相处这门学问，我还要积极努力的提高自己的工作技能。毕竟这才是我来实习的真正目的\'和重点。

在实习期里，我会把每天主管布置给我的任务，都一丝不苟的完成好，尽量的把自己的本职工作做到尽善尽美。

然后再来学习其他的工作技能。对待工作，我不仅做到负责尽职，而且三个月的实习期，我还做到了每天如一日的坚持了下来。

三、收获和体验

这次的实习让我懂的了对待一份工作，既要有热爱也要有责任心，更重要是坚持下去。这样才会有所收获和成长，如果我既没有热爱也没有坚持，那我只能停留在原地踏步。

所以对于以后的日子，我会好好的做一个规划，然后再朝着我规划里的目标，努力付出，持之以恒下去。这就是我整个实习期里所获得的所获和体验。

我的实习期，既充满了艰辛也充满了欢乐，艰辛是因为我刚出学校，没有社会经验，学习事情来要比别人复杂一些。欢乐是因为我对这份工作充满了热爱和期待，而且我还在这份工作里，学到了很多东西，所以我感到很开心。

**毕业生实习工作总结 篇6**

\_\_个月的时间好快，真的好快，一晃就过去了，我们告别了我们的护士实习生活，也永远告别了我们的学生时代，在这一年时间了，我们收获了好多，收获了知识，技术，友情，经验……

那一天我们穿上洁白的护士服进入医院的时候，心情是多么的激动，那一刻告诉我们——保护生命、减轻痛苦、增进健康是我们护士的职责，作为一名实习护士，我们应该在医院认真努力学习，使自己获得扎实的专业理论知识和娴熟的护理操作技能，这样才能为我们以后成为一名合格的护士垫下基础!

实习伊始，我们几个小护士总是跟在带教老师的\_\_ 股后面，不放过老师的每一个操作细节，有的还做了小笔记，遇到不懂的我们都及时地向老师询问，老师总能给我们细细解答，虽然有的老师态度不是很好，但是我们都能理解的，护士工作确实非常的繁杂，老师要做好自己本分的工作还要负起带教的责任。

护士实习是一种复杂的生活，我们既要学会做事也要学会做人做事，实习中我们要不断的充实自己的理论知识和护理操作技能，争取多一些的操作锻炼机会;做人，在医院我们要处理好自己和同学，带教老师，护士长，医生，病人和家属的关系，这给我们带来了很大的压力的同时也是个很好的锻炼机会，而建立良好护患关系是最重要的，能给我们的护理工作带来方便，护士的工作已不再是简单的打针、发药等技能性操作，而是包括心理护理在内的更为复杂的创造性活动。

短短\_\_个月实习过去了，在医院的走廊里，已经能看到我们忙碌的身影，我们不停的穿梭在病房之间，我们很累，但应该值得高兴，因为我们终于能胜任老师交给我们的任务，我们可以自己去独立完成护理工作，这为我们的未来踏出了一大步，我们应该值得庆贺。

在实习当中我意识到要做一名护士很不容易，一名合格优秀，具备有良好素质的护士更不容易。随着当今社会物质文明和精神文明的不断进步，人们对护理人员的素质和服务水平的需求也不断提高，护士具有良好的素质显得越来越重要。

实习给了我们一个很好的饿锻炼机会，让我们在发现问题当中去解决问题，为护士之途铺上了一条很好的道路，我们不仅学会了做一名护士，也学会如何做一名具备有良好素质的护士。护士是临床护理工作的主体，要提供的护理服务，就必须加强自身修养，有一个良好的精神面貌和健康的心理素质。积极向上、乐观自信的生活态度;稳定的情绪，遇挫折不灰心，有成绩不骄傲;能临危不惧，在困难和复杂的环境中能沉着应对;有宽阔的胸怀，在工作中能虚心学习同事的新方法和新技术，能听取不同意见，取众之长，补己之短，工作中能互相交流经验。

在实习当中我学会了以良好的品德去对待每一位病人，护士是白衣天使，救死扶伤是我们工作职责，我们与患者是两个地位平等的个体，只是社会分工的不同，对患者应像对待朋友亲人一样，为其创造整洁、舒适、安全、有序的诊疗环境，及时热情地接待患者，用同情和体恤的心去倾听他们的诉说，并尽量满足其提出的合理要求，施予人性化的医疗服务。

随着医学的飞速发展，对护理工作的理论和技术也在不断提出新的要求，对我们的要求也不断提高，为了适应新护理工作的要求，我们应不断进取，提高自身的修养，才能做一名人民心目中的合格护士。

实习结束了，意味着我们即将踏上工作岗位，相信经历这一年的锻炼我们更加成熟，更加稳重，更能担起作为一名护士的责任，相信我们一定能继承南丁格尔的崇高精神，以爱心、耐心、细心和责任心去对待每一位病人，全心全意为病人服务。

**毕业生实习工作总结 篇7**

(一)思想总结

在长达一个多月的时间里，我一直在学院花卉课题组里实习，学习兰花等花卉的组织培养、细胞工程等方面的知识。实习期间，我的心态不断转变，在思想方面有了较多的收获，认识也更加深入。

一、学无止尽，学以致用。

学习是无穷无尽的，自学能力是关键，不耻下问，灵活运用，这是我的感悟之一。因为在我所在的实验室内，我又变成了师妹，辈分最低，刚开始只能帮忙作些杂事。而我之前完全没有接触过，缺乏相关的理论、实验基础，一切都要从头学起，最重要的当然是靠自学，不懂就问下其他师兄师姐，多问多看多动手，才能弥补自己的劣势。

二、适应环境，自娱自乐。

每天都重复同样的实验，很容易让人产生厌烦情绪，感到无聊。这对我的耐心是一次极大的考验。为此，我努力让自己适应这种节奏，通过空闲时间的娱乐来协调情绪，保持动力。打乒乓球便是其中一种。由于在实验室隔壁便是学院资料室，里面就有乒乓球台，所以每天下午实验结束后，我都会去那里学习打球。由于这个机缘，我觅得一位知音，也接触到许多人，包括老师，外国研究生等，从他们身上学到许多不同的东西，从而不断激起我的斗志，让我能够坚持下去。

三、通过本质看问题。

实验后的培养基剩余物或被污染、发生褐变等，外观会让人感到有的恶心，但是每当想到这些培养基包含了植物所必须的所有大量及微量元素、激素等，使其生长发育，我便不会在乎其脏乱，清理时也没压力了。可见，从本质上看问题，往往能够抓住问题的关键，更好的解决问题。总之，这次实习让我在思想上收获颇丰。我将珍视思想上的感悟，鞭策自己不断进步。

(二)工作总结

在花卉课题组实验室实习期间，我在花卉组织培养方法技能等方面得到了较为全面的锻炼，实验操作能力得到较大提高，在工作方法上也有不少心得体会。

一、花卉组培技能学习。

从洗瓶子、压锅、配培养基、接种、观察记录，到分子标记、大田种苗等实验操作我都要学习从头开始学，刚开始挺吃力的。比如洗瓶子时会不小心刮伤手指，接种时又会被酒精灯烫到，有一次还烧到指甲。但是，这些都不足以让我畏惧，有付出才有收获。现在我已经基本能够上手了，并且看到自己所培养的种能够完好的生长便是对我的鼓励。

二、熟能生巧。

看到师兄师姐熟练的`手法，快速的动作，我很想跟他们一样。可是自己仍处于起步阶段，不能急于求成，必须按部就班，不断练习，巩固基础。虽然每天只进步1%，但一个多月下来，我也可以熟练操作了。

三、全身心投入。

因为实验接种要求污染率不超过5%，所以必须全身心投入。每次接种前灭菌消毒工作是基础，决定着实验的成败;实验操作方法也要正确、细心，尽量降低可能的污染来源，才能保持较高的成活率。只有用心去做，才有新的收获。

总之，此次实习，我学到了花卉组培方面的技能，有助于我接下来的研究生实验，我将不断提升相关技能，使自己朝着“专、精、通”的方向发展。

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