# 最新个人实习总结 实习总结实习个人工作总结(通用9篇)

来源：网络 作者：梦回江南 更新时间：2025-03-09

*总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。总结怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。个人实习总...*

总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。总结怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

**个人实习总结篇一**

不平凡的xx年，燃油税实施，交通运输部门交管员转岗不下岗的疑虑、困惑，我们每个人都是在不断的总结中成长，在不断的审视中完善自己。xx年中的自己始终保持着在xx年度被评为先进个人的本色，继续再接再厉、脚踏实地地完成好本职工作。

重视理论学习，坚定政治信念，积极参加县交通局、运管所组织的各项活动，能够针对自身工作特点，学习有关文件、报告和辅导材料，通过深刻领会其精神实质，用以指导自己的工作。在学习过程中认真按照要求深入学习其内容，掌握其精髓，把理论知识践行到实际工作之中。

客运站作为窗口单位，一言一行都代表着全县交通运输的整体形象。因为是交通运输服务部门，每天都会有很多乘客旅游、往返、回家，对待他们，我始终遵循一个原则“温馨交通，微笑服务”就是要用“一张笑脸相迎，一把椅子让座，一杯热茶相送，一个满意答复”，作为工作人员，心里总会有小小的成就感。不是有句歌唱的好吗？“你快乐所以我快乐”，小我之后要成就大我，“群众满意”，我们的价值也就得到了体现。认真做好本职工作，做到腿勤、口勤，笔勤，协助领导圆满完成各项工作。

现具体工作主要包括站务方面的收发文、撰写站务文章、掌握、统计全站营运车辆台帐基本情况，以及站务其他方面的工作。同时负责各类总结的撰写，收集信息，及时了解单位发生的事情，及时向领导汇报，努力做好领导的参谋助手。自己定指标下任务，坚持每天学习，紧紧围绕本职工作的特点，努力做到融汇贯通，在实际工作中，把理论和实践相结合起来，把工作和创新结合起来，拓宽思路，努力适应新形势下对本职工作的要求，针对xx年初国家已实施燃油税政策，自己和本单位交管人员们通过近段时间的学习，理论水平有了明显的提高，强化客运站安全源头管理，严格执行“三不进站五不出站”制度。工作逐步走向正轨。

一是政治理论学习不够，虽有一定的进步，但在深度和广度上还需继续下功夫。二是工作中不够大胆，创新理论不强。

**个人实习总结篇二**

20\_\_年\_\_月在学校的组织，教师的带领下，我们到\_\_市水保站进行见习实习，主要是为了掌握水文观测的常用方法和手段，在条件允许的情景下实地观察和动手操作并根据所学专业知识，分析当地的径流常设计的优缺点，了解水土坚持的基本工作资料及其发展前景;试验分析不一样植物的截留，和土壤下渗情景。短暂的实习已经结束了，经过我们的认真实验，使我们到达了预期的目标，下头就是实习鉴定。

首先我们对实习单位进行实地考察，大概过程是观察水保站水文观测设施，听教师和技术人员讲解其观测对象和使用方法。为了观测土地利用对水量和水质的影响，水文当中常经过修建径流小区(径流场)测定不一样类型的土地利用的径流量、泥沙含量等资料。

径流场由保护带、护埂、承水槽、导水管、观测室等几部分组成。水保站里的径流小区相对集中，设置了很多对照组。参观时发现，对照组设置合理，一组的试验区数目有为2区，有的为4区，每一组较为集中，方便对照观测。

主要同坡度坡向的径流小区对照：自然状态下的裸地、有工程措施(水平条)的裸地、有农作物(玉米)的土地、有小乔木(刺柏)的土地、有工程措施(鱼鳞坑)和小乔木(刺柏)的土地。

教师让我们亲眼目睹了测坡面径流量的九孔分水箱。九孔分水箱为体积法测径流量的装置，在径流场产生的径流量较大时，能够经过分流，只取小部分经过量水设施。为了使分流具有很高的准确性，安装设施时须注意分水箱必须水平，以确保每个孔流出的水量一致。

分水箱上方还安装了超声波测距仪，解决了体积法只能测到必须时间内径流总量而不能反映过程的难题。超声波仪工作所需要的电能来自于太阳能电板，把新型能源用到了科学试验上。

经过对不一样小区的流量的分析，就能够得出不一样状态的土地产生的径流多少，从而得出不一样土地利用类型对水分下渗的影响，为水土坚持供给理论依据。

本次实习共三天，野外部分两天，在之前我们还前面进行了《土壤侵蚀原理》的实习，都在同一地点，但课程资料不一样所以实习的资料也不一样。

第一天上午主要是对水保站里的各种水文观测方法的熟悉，实地参观了气象站、径流小区，看到了水保站里的很多设备及其使用，\_教师给我们讲到了每一种设备观测的对象、方法，和它的有缺点，让我们课堂上学到的知识有一个实践的机会，有些有和书本上的不完全一样，让我们思考，经过这个过程，对水文观测的方法有了更深的了解和记忆。第一天午时我们做了一些试验，测量了不一样植物的截流量、土壤的下渗速率等。

第二天我们参观了水保站，站长为我们演示了流速仪法测流速。然后我们又自我用简单的方法测量了流速。

第三天我们小组做了讨论，整理了数据。教师对我们做了很多的指导，一向带领着我们上坡下坎，对大家也十分好。水保，让人走过了很多的山山水水，让人的性格也跟自然一样，心胸宽广、脚踏实地。

实习生活尽管短暂，但却给我带来了深刻的影响，对我将来的工作有着十分重要的指导作用。

**个人实习总结篇三**

在\_\_限公司经历三个月的工作实习已经结束了，在这三个月里，我和公司的职工以及领导都相处得很是融洽，大家对我也关怀备至，时常给我鼓励和帮助。下面，我将实习三个月的工作总结如下：

一、感想和体会。

1、态度决定一切。

工作时一定要一丝不苟，认真仔细，一个职员在公司的大部分时间都是在工作的，这就要求他在这段时间内一定要小心谨慎，一丝不苟，不能老是出错,有必要一定要检验自己的工作结果，以确保自己的万无一失.工作的时候我一直保持极大的工作热情，不仅顺利完成工作任务，工作之余还经常总结经验教训，不断提高工作效率，虽然工作中我也会犯一些错误，受到领导批评，但我认为这些错误和批评是能让我能在以后的工作中谨慎小心，提高工作效率。在和大家工作的这段时间里，他们严谨、认真的工作作风给我留下了很深刻的印象，我也从他们身上学到了很多自己缺少的东西。这次生产实习虽然说时间比较少，但是却让我了解了公司的企业文化、生产模式和质量体系管理等经验，这对我来说是很宝贵的。

2、勤于思考。

3、不断学习。

要不断的丰富自己的专业知识和专业技能。这会使你的工作更加得心应手。一个人在自己的职位上有所作为，一定要对自己职业的专业知识有所熟悉，对自己业务所在范围内的业务技能也要熟练掌握，这样才算是一位合格的技术人员。

二、工作成果与收获。

在这三个月里，我作为一个质量改善技术人员，认真学习公司的质量管理流程，根据岗位职责的要求，主要有以下工作成果及收获：

1、物料筛选车间筛选工装的制作。

完成的工装有：遥控器筛选工装3个，塑封电机筛选工装4台，铁壳电机筛选工装4台，电控测试工装4台，传感器筛选工装1台，ptc电加热筛选1台。在制作过程中，我深刻的感受到，想要做好合理实用的工装必须了解被测试的物料的质量、工艺和性能这三个方面，根据我以前的工作经验，这三个方面我已经掌握，所以我用自己的经验去做工装，很快的得到大家的认可。

2、筛选工装的完善和维护。

a、工装完善方面：工装制作完成后，为了工装达到预期的效果，我不断的查看工装在使用过程中的不足，改善不足之处，力求工装在人员使用方面达到舒适、便捷;在工作效率方面达到快速有效。

b、维护方面：加强对工装使用人员的培训，让使用人员不仅会使用测试工装而且还会处理工装常见的问题。

3、外机预装和筛选工装ctq的编制。

a、外机预装ctq编制是以流水线的方式制定的，所有元器件要根据工艺文件确认后，在通过自检、互检和质量工艺要求来保障产品质量的。分别编制了kfr-23w、kfr-35wg、kfr-72w三种常规机型。

b、筛选方面的ctq是针对元器件的外观和基本性能，看元器件是否符合质量工艺要求。分别编制了遥控器ctq、塑封电机ctq、铁壳电机ctq、温度传感器ctq、ptc电加热ctq。

4、指导外协厂的品质改善，分析与改良不良材料跟踪;。

a、对筛选车间统计的日报分析、生产下线分析日报分析。

从分析表中可以看出各厂家物料的质量问题的波动，根据这个依据来指导外协厂家的品质改善，前期塑封电机噪音下线率高，新飞10027遥控器下线率高、铁壳电机下线率高，我参加了改善与跟踪，并编制了质量缺陷跟踪表。

b、对预装生产过程的出现的质量问题分析与改进。

前期跟踪分析预装门开关电机下线率高的问题，并执行临时整改措施，运用质量分析---鱼骨图等工具来分析根本原因和直接原因，然后拿出永久的对策，接着执行及验证对策，最终防止再次发生或在其它产品上发生。通过这次改进，让我了解了公司的改进流程。

以上这些工作使我认识到质量改进是无极限的，产品只有更好，没有。

三、明确岗位职能，

根据岗位职责的要求，我的主要工作及学习任务是：

2、负责解决产品生产过程中所出现的质量问题,处理品质异常及品质改善;。

3、产品的品质状况跟进,处理客户投诉并提供解决措施;。

4、制定各种与品质相关的检验标准与文件;。

5、指导外协厂的品质改善，分析与改良不良材料。

四、认识个人能力不足。

1、目前在产品的品质状况跟进,处理客户投诉、品质相关检验标准制等方面存在不足，为了让自己做一个更称职的人员，一定努力学习并克服各种不足。

2、在与别人打交道方面由于性格等原因，缺乏主动性，但是在质量工作上，要别人接受你的意见，就需要具备良好的沟通能力，一定要主动积极，把沟通作为交流的桥梁。

五、今后自己努力方向。

1、学无止境，各种学科知识日新月异。我将坚持不懈地努力学习各种技术知识，并用于指导实践。对现今空调制冷行业来说，变频空调技术的发展加速了高能效空调的淘汰步伐，在这方面我要加强自我学习。

3、不断锻炼自己的胆识和毅力，提高自己解决实际问题的能力及沟通能力，并在工作过程中慢慢克服急躁情绪，积极、热情、细致地的对待每一项工作。

**个人实习总结篇四**

光阴荏苒，白驹过隙，转瞬间,年已经过去。逝去的年也是我在教学领域履行中学三级教师职责，勉力耕耘、不断进取的一年，现将一年的工作总结如下：

一、加强师德修养，提高道德素质。

过去的一年中，我一直担任高中语文、政治教学。在实践过程中，我认真加强师德修养，提高道德素质。我认真学习马列主义、毛泽东思想、邓小平理论;认真学习《义务教育法》、《教师法》、《中小学教师职业道德规范》等教育法律法规;严格按照有事业心、有责任心、有上进心、爱校、爱岗、爱生、团结协作、乐于奉献、勇于探索、积极进取的要求去规范自己的行为。对待学生做到：民主平等，公正合理，严格要求，耐心教导;对待同事做到：团结协作、互相尊重、友好相处;对待家长做到：主动协调，积极沟通;对待自己做到：严于律已、以身作则、为人师表。

二、加强教学理论学习，练好扎实的教学基本功。

在教育教学方面，我努力加强教育理论学习，提高教学水平。要提高教学质量，关键是上好课。为了上好课，我做了下面的工作：

1、课前准备：备好课。认真学习贯彻教学大纲，钻研教材。了解教材的基本思想、基本概念、结构、重点与难点，掌握知识的逻辑。

了解学生原有的知识技能的质量，他们的兴趣、需要、方法、习惯，学习新知识可能会有哪些困难，采取相应的措施。

考虑教法，解决如何把已掌握的教材传授给学生，包括如何组织教学、如何安排每节课的活动。

2、课堂上的情况。组织好课堂教学，关注全体学生，注意信息反馈，调动学生的注意力，使其保持相对稳定性。同时，激发学生的情感，使他们产生愉悦的心境，创造良好的课堂气氛，课堂语言简洁明了，课堂提问面向全体学生，注意引发学生学习的兴趣，课堂上讲练结合，布置好课外作业，减轻学生的负担。

3、要提高教学质量，还要做好课后辅导工作。高中的学生爱动、好玩，缺乏自控能力，有的不能按时完成作业，有的抄袭作业，针对这种问题，就要抓好学生的思想教育，并使这一工作贯彻到对学生的学习指导中去，还要做好对学生学习的辅导和帮助工作，尤其在后进生的转化上，对后进生努力做到从友善开始，比如，握握他的手，帮助整理衣服。从赞美着手，所有的人都渴望得到别人的理解和尊重，所以，和差生交谈时，对他的处境、想法表示深刻的理解和尊重。

为了不断提高自己的教学水平，我都努力去听其他老师的课，以向他们学习好的教育理论、方法，弥补自己在教学过程中的不足之处。上课时务求每一课都上得生动、活泼、高效，力争通俗易懂，深入浅出，耐心对待每一个学生提出的问题。我真正做到了每一位学生都喜欢我上的每一节课。几年下来，我任教的班级，学生成绩明显上升，每次考试成绩均居全校同学科前列，得到了师生的好评。

三、加强素质教育理论学习，提高教育教学水平。

年11月，我承担高一3个班语文教学。高涉语文学科，这既是机遇，又是挑战，尤其是学生刚刚进入高中，需要完成的是从是什么到为什么的转变。我积极投入到素质教育的探索中，学习、贯彻教学大纲，加快教育、教学方法的研究，更新教育观念，掌握教学改革的方式方法，提高了驾驭课程的能力。在教学中，我大胆探索适合于学生发展的教学方法。

首先加强对学生学法的指导，引导学生学会学习。提高学生自学能力;给学生提供合作学习的氛围，在学生自学的基础上，组成3-5人的学习小组，使学生在合作学习的氛围中，提高发现错误和纠正错误的能力;为学生提供机会，培养他们的创新能力。

其次加强教法研究，提高教学质量。如何在教学中培养学生创新能力，是素质教育成败的关键。为此，我在教学中着重采取了问题--讨论式教学法，通过以下几个环节进行操作：指导读书方法，培养问题意识;创设探究环境，全员质凝研讨;补充遗缺遗漏，归纳知识要点。由于我在实施语文素质教育的积极尝试，主动采用创设问题情景引发学生讨论、思维的方法，训练学生能力，所教班级的学生成绩得到了充分的肯定和体现，近几年参加学校组织的语文教师公开课、教学基本功竞赛都名列前列。历年统考成绩均居全校前列，其中年居五校联考同等班级第一名。年所教学生段成绩又获大丰收。

四、加强教育教学研究，提高教育科研能力实施语文素质教育，为教育改革指明了方向。

在教育教学过程中，我发现了一些新问题，运用素质教育的观点、方法分析这些问题，通过教学总结提出了自己的观点和看法，并从理论的角度加以升华。我的教学过程，多注重发现新问题，解决新问题，以素质教育为出发点，提出的观点、建议也较为符合客观实际，具有一定的实用价值。

总之，作为一名教师，教学是我的基本工作，而教与学是一个良性互动的过程，在教中学，在学中教，才能实现自己在业务上的进步与飞跃。走进21世纪，实施素质教育对教师的素质要求更高，在今后的教育教学中，我将严格要求自己，努力工作，发扬优点，开拓前进，为美好的明天奉献自己的力量。

我深知，自己目前的水平距离我梦想的目标还远，前面的路还很长。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”!

**个人实习总结篇五**

我以一个实习生的身份体验了一回组织工作的任务。努力将自我在学校所学的理论知识向实践方面转化，尽量做到理论与实践相结合，在实习期间能够遵守工作纪律，不迟到、早退，认真完成领导交办的任务与实习工作，在得到实习单位领导与同事好评的同时，也发现了自身的很多不足。此次社会实践给予我很大的帮忙。我加深了对社会的认识，渐渐熟悉了公司办事程序。对于工作助手的要求来说，我用心配合办公室其他人员参加文件处理工作，整理档案，将文件分发至各科室，并做一些文字修改工作。透过反复的计算机操作，我已能十分熟练地使用word2010和excel2010。实习期间我用心打扫办公室的卫生，负责收发办公室邮件、传真，打印复印材料，接听电话并作笔录、进行电话会议通知等等。

透过此次社会实践，我学到了很多实践经验：

第一，耐心。办公人员需要批复超多文件，简单重复的工作是主题。浮躁缺乏耐心是无法做好工作的。由于办公室所处的是一个特殊的场所，工作环境狭小，呆久了难免感到疲倦。然而即使这样还是务必有充分的耐心，否则工作是无法完成的。

第二，细心。在整理文件，统计数据时，其他同事细心认真的态度深深感染了我。透过二个月的工作，我将会逐步改掉了粗心的坏毛病，这对我在今后的学习和工作中定是一笔不小的财富。

第三，要有相当地文字功底。这是对工作助手岗位的基本要求，对于我来讲，更是好处深刻。在我实习的第一篇稿子中，对于“的”“地”“得”三个常用副词，我就被好好地上了一课。促使我放下了实习大学生的架子，虚心学习实习单位领导同事的文字材料，努力使自我更加适合工作需要。

第四，对新事物的学习和理解，尽快熟悉办公环境和工作过程。例如打印复印文件材料和理解传真等等是我以前没有操作过的，此次实践活动给了我一个很好的实际操作机会，我已经能够熟练使用这些设备。

透过这次实践有收获同时自身也还存在很问题，还需进一步学习与努力。此次实习引发我想到了一些实际问题：该怎样完成所需的知识积累以及明确今后的努力方向，这将是我下一次社会实践的主题。

先来说说我的收获吧。首先是最细微的，我学会了复印机，传真机，扫描机的基本使用，之前的我是一点常识也没有。之后是最基本的，透过二个月的实习，在工作中，我学会了认真严谨的态度，学会了怎样和他人相处，看到了自我的不足，也找到了要学习的地方。都说态度决定一切，能够在这样一个环境中培养自我良好的工作态度对今后的我是很有帮忙的。为人处事是一门学问，能够说办公室里的每一个教师在这方面都相当出色，他们要应对形形色色的任务，处理好各种突发状况，所以应变潜力和解决问题的潜力可想而知，而这方面我很欠缺，所以从中我收获很多。

**个人实习总结篇六**

会计实习期间，我有幸来到了中国工商银行双流县支行进行了为期一个月的会计实习，学到了许多书本以外的知识，受益非浅。下方是我的会计实习自我鉴定，对会计电算化进行的一点简单探讨。

实习是每个学生务必拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到很多在课堂上根本学不到的知识，打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。而会计工作是指对具体事物进行计算、记录、收集有关数据资料，透过加工处理转化为用户决策有用的财务信息。掌握会计工作不仅仅要学好书本中的各种会计知识，而且还要认真用心地参加各种会计实习机会，让理论和实践有机务实的结合在一齐，只有这样才能成为一名高质量的会计专业人才。

会计实习自我鉴定想起透过本次实习，我发现电算化会计是会计崭新的一页。电子计算机的应用，首先带来数据处理工具的改变，也带来了信息载体的变化，会计电算化后对传统会计方法、会计理论都将发生巨大的影响，从而引起会计制度、会计工作管理制度的变革。会计电算化促进着会计信息的规范化、标准化、通用化，促进着管理的现代化。在本次的实习过程中，不仅仅培养了我实际的动手潜力，增加了实际的财务工作的过程有了一个新的认识。而且充分认识到自我的不足。会计本来就是一项十分烦琐的工作，所以在实际操作过程中需百倍用心、细心。切忌：粗心大意，马虎了事，心浮气躁。这样做帐时才能感觉左右逢源，越做越有乐趣，越做越有劲。

本次会计实习已到达了预期目的，超多的会计专业知识与社会知识相结合，既巩固了专业知识，又学到了社会知识，对我今后的就业有极大的帮忙。透过这次实习我对出纳、会计岗位有了一个深层次的认识。我找到了专业知识的漏洞，对好多基础性知识还不是很肯定，需要重新回顾学习。对会计岗位人员要求的细致、耐心有了切实的体会，明确自我需要努力的方向。会计实习鉴定在会计实务的操作过程中企业的财会人员均认真执行《会计法》进一步加强财务基础工作的指导，规范记帐凭证的编制，严格对原始凭证的合理性、合法性进行审核，强化会计档案的保管工作。

会计实习是挑战也是机遇，只有很好的把握才能体现它的好处。这次会计实习中，我可谓受益匪浅，它为我步入社会奠定了基础，为我以后的就业找工作指明了方向。

转眼间暑假又过了，又迎来了充满挑战新学期。本人在宏达器材厂的会计部进行了社会实践学习，以下是本人此次学习的一些心得和体会。

器材厂的会计部并没有太多人，设有一个财务部长，一个出纳，两个会计员，而教导我的是老会计霞姐。刚到会计部霞姐就叫我先看她们以往所制的会计凭证。由于以前的暑假有过类似的社会实践经验，所以对于凭证也就一扫而过，总以为凭着记忆加上大学里学的理论对于区区原始凭证能够熟练掌握。也就是这种浮躁的态度让我忽视了会计循环的基石——会计分录，以至于之后霞姐让我尝试制单的良苦用心。于是只能晚上回家补课了，把公司日常较多使用的会计业务认真读透。毕竟会计分录在书本上能够学习，可一些银行帐单、汇票、发票联等就要\_习时才能真正接触，从而有了更深刻的印象。别以为光是认识就行了，还要把所有的单据按月按日分门别类，并把每笔业务的单据整理好，用图钉装订好，才能为记帐做好准备。

制好凭证就进入记帐程序了。虽说记帐看上去有点象小学生都会做的事，可重复量如此大的工作如果没有必须的耐心和细心是很难胜任的。因为一出错并不是随便用笔涂了或是用橡皮檫涂了就算了，每一个步骤会计制度都是有严格的要求的。例如写错数字就要用红笔划横线，再盖上职责人的章，才能作废。而写错摘要栏，则能够用蓝笔划横线并在旁边写上正确的摘要，平常我们写字总觉得写正中点好看，可摘要却不行，必须要\_写起不能空格，这样做是为了防止摘要栏被人任意篡改。对于数字的书写也有严格要求，字迹必须要清晰清秀，按格填写，不能东倒西歪的。并且记帐时要清楚每一明细分录及总帐名称，不能乱写，否则总长的借贷的就不能结平了。如此繁琐的程序让我不敢有丁点马虎，这并不是做作业时或考试时出错了就扣分而已，这是关乎一个企业的帐务，是一个企业以后制定发展计划的依据。

所有的帐记好了，接下来就结帐，每一帐页要结一次，每个月也要结一次，所谓月清月结就是这个意思，结帐最麻烦的就是结算期间费用和税费了，按计算机都按到手酸，而且一不留神就会出错，要复查两三次才行。一开始我掌握了计算公式就以为按计算机这样的小事就不在话下了，可就是因为粗心大意反而算错了不少数据，好在霞姐教我先用铅笔写数据，否则真不明白要把帐本涂改成什么样貌。

从制单到记帐的整个过程基本上了解了个大概后，就要认真结合书本的知识总结一下手工做帐到底是怎样一回事。霞姐很要耐心的跟我讲解每一种银行帐单的样式和填写方式以及什么时候才使用这种帐单，有了个基本认识以后学习起来就会更得心应手了。

除了做好会计的本职工作，其余时光有空的话我也会和出纳学学知识。别人一提起出纳就想到是跑银行的。其实跑银行只是出纳的其中一项重要的工作。在和出纳聊天的时候得知原先跑银行也不是件容易的事，除了熟知每项业务要怎样和银行打交道以外还要有吃苦的精神。想想寒冷的冬天或者是酷暑，谁不想呆在办公室舒舒服服的，可出纳就要每隔一两天就往银行跑，那就不是件容易的事了。除了跑银行出纳还负责日常的现金库，日常现金的保管与开支，以及开支票和操作税控机。说起税控机还是近几年推广会计电算化的成果，什么都要电脑化了。税控机就是打印出发票联，金额和税额分开两栏，是要一齐整理在原始凭证里的。其实它的操作也并不难，只要稍微懂office办公软件的操作就很容易掌握它了。但是其中的原理要完全掌握就不是那么简单了。于是我便在闲余时光与出纳聊聊税控机的使用，学会了基本的操作，以后走上工作岗位也不会无所适从，因为在学校学的课本上根本就没提过这种新的机器。

是的，课本上学的知识都是最基本的知识，不管现实状况怎样变化，抓住了最基本的就能够以不变应万变。如今有不少学生实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，可我觉得，要是没有书本知识作铺垫，又哪应付瞬息万变的社会呢?经过这次实践，虽然时光很短。可我学到的却是我一个学期在学校难以了解的。就比如何与同事们相处，相信人际关系是现今不少大学生刚踏出社会遇到的一大难题，于是在实习时我便有意观察前辈们是如何和同事以及上级相处的，而自我也尽量虚心求教，不耻下问。要搞好人际关系并不仅仅仅限于本部门，还要跟别的部门例如市场部的同事相处好，那工作起来的效率才高，人们所说的“和气生财”在我们的日常工作中也是不无道理的。而且在工作中常与前辈们聊聊天不仅仅能够放松一下神经，而且能够学到不少工作以外的事情，尽管许多状况我们不必须遇到，可有所了解做到心中有底，也算是此次社会实践的目的了。

**个人实习总结篇七**

时光飞逝，转眼间我到门诊部工作已经有三个月了。这三个月我收获了许多，也成长了许多。

由于实习期间没有机会到门诊，所以来到门诊以前，我对门诊、特别是门诊护士的工作，觉得非常陌生。而这三个月的门诊工作经历，让我深刻体会到我们就像是患者的手里的“一卡通”，患者来就诊，我们是接待员；患者来咨询，我们是咨询员；患者行动不便，我们是陪诊员；患者对其他科室服务不满，我们是协调员，我们的最终目标就是千方百计满足患者的需求。

我们的工作能为患者提供极大的方便，使患者感到愉悦和欣慰，进而增加对医院的好感和信任。要为患者服好务就意味着要对医院环境和相关事宜做到了然于胸。用真心付出和真诚服务开启患者心门，也赢得了患者信任。另外，要为患者服好务就要做患者考不倒问不住的医院的“活字典”。作为医院服务的第一站，每天要接触年龄不同、性格各异的人，如何让这些形形色色需求各不相同的人希望而来，满意而归，是对我知识智慧、沟通交流能力最大的考验，不仅要熟知医院的环境特色技术及设备力量，还要熟知科室的专业、诊疗范围、特色及专家特点。通过自己得体的言谈，广博的知识，满足患者的需求，架起患者与医院的桥梁。

老师及同事们请教；同时，在业余时间不放弃自我学习的机会，积极参加医院组织的突发事件处理、专科护理知识讲座等各项培训，以丰富自己的知识。当然我也明白自己身上还存在一些不足有待改进。比如，在学习上，有时仍有浮躁的情绪，感觉要学的东西太多，心浮气躁，尤其是在遇到挫折时，不能冷静处理。在工作上，有时存在着标准不高的现象，虽然基本上能履行自己的职责和义务，但是在主动性方面还有待于进一步提高，这都是我今后需要改进和提高的地方。

在过去的三个月中，感谢门诊部的各位老师对我的谆谆教诲，我一定会改正自己的不足，以全新的面貌投入下一阶段的工作中去。

**个人实习总结篇八**

经过为期三个月的实习，让我对xx这个大家庭有了初步的了解，也对自我有了深刻的认识。以下是我的实习总结。

严格遵守单位各项规章制度。上班伊始，我认真学习《办公室人员日常行为规范》等各项规章制度，并牢记于心，时刻提醒自我严格遵守单位各项规章制度。如坚持每一天上班提早到单位，打扫办公室卫生，为同时创造一个干净的工作环境。认真学习有关专业知识。我在xx办公室经常看一些关于写作的书籍，参考一些机关文件及以往的资料，试着写一些心得体会，并向前辈教师请教写作相关的知识。主动与同事交流，了解单位情景，听取同事对自我的批评和提议。积极参加单位组织的活动，如井下义务劳动。

首先，心态的转变。要明白作为一个已经毕业的大学生，通常对自我的今后，感到很迷茫，并且有一种眼高手低的通病。经过这三个月的实习锻炼，让我认清了自我，并改掉眼高手低的毛病，真正地从基础做起，从小事做起。

其次、对自我的岗位有了初步的认识。办公室作为一个综合性地科室，担负着上情下达、下情上报、对外交往和后勤服务等繁重工作，处于协调机关各部门、连接领导和基层的枢纽地位，是机关的信息中心、服务中心、参谋中心、运转中心和指挥中心。做为办公室的一员，不是简单的往凳子上一坐，听听电话，发发文件，需要的是眼活手快、会写能跑。所以，今后我要加强这方面的锻炼与学习。

适应新的工作环境。以往自我总是很懒，不愿意做事，总感觉什么事必须会“船到桥头自然直”，所以实习期间吃了不少的苦。经过同事们的帮忙，自我渐渐的适应了新的工作环境，也学到了学校书本上没有的知识，与同事相处的方法和积极地工作态度。

经过三个月的实习，收获良多，同时也认识到自我的不足。在工作上，有时比较粗心大意，不够细心，干事谨慎有余，以至于缩手缩脚；在生活上，对于自我要求不太严格，在学校的一些坏毛病没有彻底改正，自我做错事时，带有一种得过且过的心态；在写作上，基础比较薄弱，脑子里装的东西少，写东西时需要辅助工具，比如电脑等，不能独立的完成写作。

加强相关业务知识的学习，提高写作本事。多看有关写作方面的书籍，经常阅读机关文件，了解公司发展历史、人文文化、人际交往等，充实自我的写作素材。积极参加自学考试，从中提高自我的认知水平，改变心态。

**个人实习总结篇九**

夏花的绚烂羞涩于我们的热情，秋叶的静美逊于我们的坚持，冬日的暖阳也在我们的面前悄悄遮住了脸，三个不同的季节里我们演绎着一样的热情与坚持，一样的付出与欣慰，一样的收获与自豪。每一个瞬间都如此美好，惹人记忆。

之前的陌生随着时间的流逝被彼此的温暖替代了，在全呼中学，在对未来的顶岗实习生活，我们四个人心里心怀着各自的梦想，却有着共同的愿望与憧憬。在一起到来的那天起，就注定了我们未来的工作，生活是那样的密不可分，而心灵上更是出自同一个声音，那就是为了顶岗而付出，为了实习而锻炼，为了梦想而拼搏！

在全呼中学的实习半年里我们在同样地教学楼里做着一样却又不同的工作。丹丹担任八年级的物理，柴旭蓬担任一年级的语文教学，崔伟担任五年级的数学教学，而我则是哪里需要去哪里，刚开始的时候我带七年级的数学，后来贾校长培训回来我就负责九年级化学，到了实习后期我的指导老师回来了，刘校长去培训，我又帮着带了两个月的英语课，这半年里我和丹丹还一个人带了三年级的一个班的数学课。这样一周下来每个人的课程安排也都达到了二十节。工作上的负担让我们感到的除了压力和累之外，其实更多的还是对学生们的责任，有压力是很正常的一件事，可是因为我们满怀的热情并没有感觉到很大负担。在这里我们小心翼翼的设计出了自己的第一个教案，完完整整的讲了第一节课，认认真真的批改了第一份作业，有着和学生们的第一次互动，第一次感动，第一份收获，第一次成就…每天我们都会对自己的工作做一次总结，看着温暖的太阳，早已散去满身的疲惫。重复着每一天的工作，围绕着学生们转，使我们乐此不疲的一件事，工作中的乐趣似乎只有我们自己才可以感受得到，看着学生们求知的眼睛我们的信心会更加坚定。

在生活方面，我们互相照顾，从一开始的大家一起做值日到现在的每人一天，这样就节省了不少时间，也有更多的时间做好自己的工作。难忘我们一起做的第一顿饭菜，一起打的第一桶水，一起洗的第一次碗，一起做的第一次值日，一起买的第一次菜…我们四个之间的感情亲如兄弟姐妹，面对困难我们一起解决，遇到问题我们一起想办法，心情不好我们一起唱歌，难过的时候一起放纵，开心的时候一起大笑，在我们的生活方面给予最大帮助的是秦建强秦校长，给我们提供米面油，询问我们生活方面有哪些问题，对我们的生活很是关心，所以我们也一直很感谢秦校长在生活上给予我们如此大的帮助。

对于小组工作方面，我们每个人都很积极，集体荣誉感特别强，我为有这样的队友们而自豪和骄傲。蔡老师要求的日志，博文，周汇报，月总结，我们每天都积极完成，到今天为止，我们每位队员的博文和稿件都已经超过了规定的数量，看着我们自己的出色工作心里很高兴。还有爱心家教等活动我们也是积极参加，对于蔡老师每次任务的布置于安排，我们都会认真去完成，努力去做好，对于学校的任何工作都抱着认真对待的态度，并且高效率高质量的去完成，这不仅要求我们组长的带领号召，还要求我们各个成员的`积极配合，才使得我们能够很好的完成学校布置的任何作业，因为我们追求的不是最好，而是更好！这不仅锻炼了我们每个人的能力与素质，更加体现了我们的团队协作精神和我们每个人的集体荣誉感。

回顾半年的顶岗实习生活我们也是有得有失，在整体和谐进步的基础上我们仍存在着一些问题，总结如下：

首先，工作态度认真，但交流沟通局限。我们的工作态度很认真，和带队老师的沟通以及交流也很及时，使得我们自己学校的工作很完美，可是和全呼中学的沟通相对较少，和指导老师的交流也只是停留在表面，没有深入地去探讨过有关教学的技能与技巧方面的问题，这样不利于我们教学技能的提高与进步，是我们应该提出自我批评的地方。

其次，教学技能有待提高。我们四个人的专业知识水平并不能代表我们的课堂效率，为了把自己从知识的持有者转变为知识的传播者，我们必须杜绝只可意会不可言传的教学模式，这就要求我们必须掌握一定的教学技能，作为一名未来的准教师，我们应该时刻严格要求自己，在剩下的十几天中通过实践提升自己的教学技能。

第三，有关课堂纪律的方面。课堂效率是在教学中最注重的一个层次，课堂上如果能够把知识记住，那么学生课下就很轻松。而课堂效率的一个最大的保障就是课堂纪律。课堂纪律对于我们五个实习生真的是一个很大的挑战，从最初的无法控制课堂到现在的可以有效的调控，从中的纪律问题时不容忽视的，虽然和以前相比有进步，但是还是会因个别学生而影响整节课的进度，所以在课堂纪律管理方面我们还要在最后的日子里努力。

半年的顶岗实习工作一晃而过，回首过去的实习工作我们每个人都有不同的感受，也有不一样的收获，但我们有着共同的回忆与拼搏的汗水，有着共同的努力与奋斗，工作上我们互相支持，互相勉励，互相鼓励，共同进步，生活上我们互相帮助，互相扶持，共同面对。工作上的得与失，生活中的苦与甜，我们从中得到的感受和启发，值得我们一生去品味去珍惜。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找