

2023年大学毕业工作总结 大学生毕业实习工作总结(汇总5篇)

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。那么我们该如何写一篇较为完美的总结呢？以下是小编收集整理的工作总结书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

大学毕业工作总结 大学生毕业实习工作总结篇一

我进行实习，在我们公司来工作的这段日子里，各位同事也是对我这个新人是真的有很多的关照，我的问题，我的一些错误，都是在同事们的一个帮助下得到了解决，让我变得是有经验，更加的能去把岗位工作去做好，而对于实习期的工作，我也是要来做一个总结。

实习，除了工作，也是一种学习，为更好的来适应岗位的工作，我们刚来公司，领导也是没有让我们马上下到岗位做事情，我也是知道此刻的我是并没有那个能力做好工作，可能还是会犯挺多的错误的，所以在培训学习之中，我也是认真的去把教我们的同事所说的都认真听好，同时也是做好了笔记，实操的时候，我也是积极主动的去尝试，犯错并不可怕，最主要是能学会，把流程给搞懂，那到时候下到岗位，也是能更从容的做好事情，培训期间，我也是对于公司有哪些的产品，又是我工作上该去掌握的知识我都是认真的去记好，要学的东西也很多，要去掌握的也是让我感觉到，工作比在学校学习难多了，但也是更加的有挑战性，我也是会到时做好的。

每一份工作，都是有它的不同之处，要去掌握，并不简单，同时我也是感受得到在自己的岗位上刚开始做的时候，我也

是很生涩，一天下来，基本没做多少的事情，我自己也是感觉到懊恼，怎么能力那么的差，但同事也是给予了我安慰，让我慢慢的也是坚定了信心，渐渐做好了之后，效率提升了，我也是在工作里头收获了经验，自己熟练了，事情也是做得做了起来，同事们也是说我的进步很快，不过我也是知道，努力是没有白费的，并且也是还要付出更多的才行。工作的经验都是需要靠我们一点点的努力，在做好了之后才有的收获，而在实习里面，我也是感受到自己的付出，让我和同事之间做事的能力差距在逐渐的变小，自己身上的一些问题，也是突出来了，我也是知道，这也是需要靠自己以后的努力，渐渐的把这些是解决掉，来让我能把工作去做得更好。

实习而今是结束了，我也是收获了经验，并且也是会在以后更多的把自己的工作去做好，同时我也是感谢公司给予的机会，这次的实习，也是让我体会到社会工作的艰辛，不过我也是有信心，能去做好，相信自己的一个能力也是还会有很大的提升空间的。

大学毕业工作总结 大学生毕业实习工作总结篇二

每个人都要经历实习生涯，同时在实习结束之际，也要进行实习时的自我鉴定。所实习的工作不同，实习收获也不一样。两个月的实习瞬息即过，总结了自己表现，有欣慰也有不足，期望这篇大学生实习总结能够让我警醒自己的过往。

此次实习的主要资料是研发制图，参与新产品的研发和大样图绘制了解家具制作的流程零部件装配以及内部结构的整合。

透过此次实习，主要有一下几点体会：

首先是个人主角的转换及整个人际关系的变化——学校里成绩不错的学生变成了未知领域里从头学起的实习生，而熟悉的校园也变成了陌生的企业单位，身边接触的人同样改变了主角，老师变成了领导，同学变成了同事，相处之道完全不

同，在这样的转变中，对于沟通的认知显得十分苍白。于是第一次觉得自己并没有本以为的那么善于沟通。当然，适应新的环境是需要过程的，所以我相信时间和实践会让我很快完成这种主角转换，真正融入到工作单位这个与学校全然不同的社会大环境中。

在心理上努力去适应全新环境的同时，最大的体会莫过于实际工作方面的收获。个性是在十一过程中，我亲眼看到工作师傅们对工作的认真负责、精益求精、无私奉献的工作作风。在实习过程中使我感受最深、受益最大的就是这种工作作风。大家都很用心的在改善产品，大家都明白做欧式家具最重视的就是家具的线条感，为了使曲线尽量完美，工作人员一次又一次的改善，没有半句怨言。透过这次实习，工人师傅们这种精神很值得我在今后工作中很好的学习、继承和发扬。

走出校门，踏入社会，不能把自己要求的太高。因为期望越大，失望可能就越大，但适当的期望还是十分有必要的。不能认为学校里读了多少本书、写了都少万字、听了多少堂课，自己就了不起了。我毕竟还是个初出茅庐的学生，没有任何实践经验这是事实，所以必须要好好学习，不能自视过高。

学校的生活暂时告一段落，社会生活刚刚起步，就应在步入社会后，继续学习，不断增长和扩展知识面，才能使自己在社会占有一席之地。总之，毕业实习使我获得了人生第一笔宝贵的工作经验，虽然步入社会后，还有很多东西要学习，很多教训要吸收，但我想我已经做好足够的准备，无论是心态上还是技能上。现代社会竞争是残酷的，但只要努力地付出，我的职业生涯就必定会开出期望的花，结出成功的果。

大学毕业工作总结 大学生毕业实习工作总结篇三

工作进行到一定阶段或告一段落时，需要我们来对前段时期所做的工作认真地分析研究一下，肯定成绩，找出问题，归

纳出经验教训，以便于更好的做好下一步工作。下面是小编为您准备的“大学生毕业实习工作总结”，欢迎参考，希望能对您有所帮助。

初次迈出校园，来到公司实习已有一个月，通过这么久学习，感慨颇多，觉得自己在很多方面还是太无知了。以前在学校的时候认为自己什么事情问题都可以说没问题，就算有了也可以慢慢的一步步弄出来。可是实际工作中为什么就不一样了昵？现在社会上的人好多都说八十后的都有种天不怕地不怕的精神，但我感觉在工作的时候就没把这股劲给拿出来。不是我不想拿，有时候真的是有心无力。连我都不知道该扎个形容，很想从里面解脱出来。其实通过上次公司的开会和今天王姐找我的多次谈话，我都认识到自己的不足，说实话，从来没这么想过会这么迫切的想要去学习一些东西。尤其是想到你们每次拿事情给我们做不放心的样子和对我说的每一句话，说真的，有时候感到心痛。哎！真的恨自己这么没用。我真的很想把上面分配的事情每一件都做好，可是我知道自己现在还没那个能力，所以必须想办法去改变自己，提高自己。但前提是必须正确的认识自己，才能知道如何提高自己。

理解能力方面这个是一下子急不来的，在平时尽量细心一些，学会思考，多思考，现阶段最重要的是怎么解决工作上的理解问题，我想了下有两点，一个是我本来的理解能力，二是交流时间太短，也许有点不习惯吧，但我知道这不是原因。三是工作能力，如果工作能力上去了，上司交个工作给你也许他还没说你就知道他想表达什么意思了吧！所以无论是在和别人谈话或者是在工作中都应该保持一种良好的习惯，慢慢的来，总会有成效的。

工作能力方面我列了一个计划，首先是理论知识，这点在会上已经谈到过，做任何事情首先必须是从理论开始，然后才是实践。

- 1、先明白这个月的公司主要的工作项目，然后在心里面做一

个分类，弄好先做什么，然后做什么，其次，需要安排好时间，因为公司的安排是随即的。明白该在什么时候做什么事。

2、每次做完一件事情后，做好工作笔记，记下这次做的事情中遇到的问题和如何解决的，下次碰到这样的问题该怎么处理。尤其是自己不懂的。

3、在碰到自己弄不懂的问题的时候，想该如何解决，最好自己独自解决（可以提高解决事情的能力，我想这也是一种提高自己的方式）。如果自己想的办法还是解决不了，第一时间查资料和问其他同事和领导。

4、工作的效率问题，做事情时候的目的性、认真程度、积极性、分析解决问题能力等。这上面提到的几点都是我在以后工作中需要注意的，反正积累工作中的一点一滴，达到提到和锻炼的目的。

交际能力这是我的一大头疼问题，因为以前在大学的时候就经常去做兼职促销，应该说在和顾客交流的时候有一些心得和体会，现在最主要的问题是我该如何和上司和同事交流，以及平时和身边一些朋友的交流。我总结了一下，自己说话的时候尽量慢点，因为自己的理解能力不是很强，这样能让别人能理解到我的意思，也让我也有了充分想问题的空间。对方说话的时候，尽量多倾听，这不但表示了自己对对方的尊重，还能最大程度把握对方说话的意思。在有自己意见所要发表的时候，特别是和说话人有相反观点的时候，语气尽量委婉。还有就是一些特定场合。以后说话尽量幽默一点吧，我知道由于我性格的关系，也许做不到很好，但是尽力而为吧。

我的有优点是具有一定的管理能力，自信，具有一定的创新思维。缺点是做事的理解力，反应力有些差，太自以为是，有时候不会说话。所以在做好计划以后，必须严格落实执行，做完事情后尽量反思。争取在以后每次拿出这份报表来看的

时候都有一份小小的欣喜。在这里还要感谢王姐对我的帮助，的确才从学校出来不久就能得到这样的锻炼不多，所以我会倍加珍惜这来之不易的机会。同时也希望在后面的工作中得到你们更多的指导。谢谢！

时间过的很快，转眼实习就要结束了。虽然曾经有过害怕、彷徨和面对陌生环境的无助，可是正是因为这些挫折加快了成长脚步，如果说学校是接受知识的殿堂，那么社会就是运用知识解决实际问题的地方。通过这一段时间的实习，我体会很深。我想这是一段难忘而宝贵的经历，也许十年之后想起现在的一些想法会觉得很傻很幼稚，可是，这就是成长的脚印，深深浅浅，记录了人生中每个重要阶段。因为有了这次实习，让我对接下来要面对的正式工作，充满了信心。

实习目的：在以“企业帮扶”为主题的暑期社会实践中，充分发挥我们所学专业知识，通过实地深入调查，结合企业实际情况，为企业的发展出谋划策，培养我们独立思考、发现问题、解决问题和创新能力。

实习地点：平原商场一楼楼层办公室。

实习时间：3月1日—7月3日。

平原商场是新乡市老字号商场，长期以来本着优质服务、诚信经营的理念服务于民，并且在企业发展过程中积累了丰富的经营管理经验，形成了自身独特的企业文化。

今年暑期，在各级领导的关心和大力支持下，我们荣幸进入平原商场进行暑期社会实践。在实践过程中，我们深入的了解了商场的成长、发展、挫折又重新崛起的历程，为之而折服。同时我们也更加认识到新乡零售市场竞争日趋激烈，尤其是12月份胖东来入驻新乡，它以其时尚、高品味以及优质的服务迅速的抢占了新乡零售市场很大的市场份额，对新乡市零售业带来了巨大冲击。

通过一周多的学习调查，我们感觉到要在竞争日趋激烈的零售市场上抢占一席之地，在企业能力不能够绝对压倒竞争对手的情况下，单靠价格是行不通的；并且，现今各大型商场在所经营的产品以及产品的渠道来源上都大同小异。因此，要在激烈的竞争中取胜，只有在服务、人员和企业形象上寻求突破。而在这三个方面，除了企业形象，在服务和人员素质方面我商场和同行之间都存在不同程度的差距。对此，我们根据在实践中的调查学习，对商场的发展有以下建议，敬请领导批评指正。

〈一〉经营管理制度。

1、在全心全意为消费者服务的基础上，使职能部门权责更加分明。许多商场人员都把楼层说成是一个小政府，所以其就要具有政府部门的最基本特点：权责分明。据我们了解，我们商场各个楼层的办公室工作人员都没有十分明确的分工，这必定会在很大程度上降低工作效率。因此，要使分工更加明确，并在此基础上建立起对领导层的奖惩机制，以提高领导层的工作积极性和效率。并且这种权责分明应建立在为顾客服务的基础之上，即在各自管理好自己业务的同时，也不能对顾客需要又不属于自己职权范围的事情置之不理。

2、领导层要经常与最基层员工亲切接触交流，了解员工所想所需，实现真正的有效管理，使企业在任何危难时候都能够达到一呼百应，令行禁止的效果，使企业成为一个坚强有力的整体。

3、公关策划人员进驻各楼层。即商场每一楼层配一名专业公关策划人员，在为整个商场作策划的同时，侧重对所在楼层的公关策划，以使商场在各个发展环节都能抓住好的发展机遇。

〈二〉员工激励制度。

员工是企业生存发展的核心所在，员工的素质高低决定了企业的发展潜力，员工的积极性反映着企业的活力总之，拥有一批高素质的员工队伍是企业长期生存发展并引领行业的根本。

通过调查，我们发现商场对员工的激励制度虽然也十分完善，但与同行胖东来相比，却多为程式化或不能很好落实。我们觉得，对员工的管理应当坚持以人为本、奖惩分明、公开透明、灵活多变、充分发挥员工主观能动性的原则。

在胖东来百货，员工有可以倾诉对自己、顾客及公司感受的环境，如手抄报《员工天地》，报纸《胖东来人》等；有公司提供的休息娱乐场所；更有各种奖惩分明的措施，如奖金制度，员工生活补助等。

针对目前我们商场状况，我们觉得应在以下几方面进行改进：

- 1、充分发挥员工主观能动性，让员工参与经营管理。员工最直接接触消费者，对自己的顾客群体最为了解，所以企业应建立起与员工很好的沟通机制，如创办企业内部报刊等，充分发挥员工的主观能动性，让员工为企业的发展建言献策。

- 2、对员工的监管应当以人为本。在员工操作违规时，应当诚恳地对其进行批评指正，而不能像我们多数商场执法人员的通常做法，见到违规，不由分说便拉着员工进行处罚，其虽然履行了结果，却忽视了过程，很大程度上损伤甚至断送了员工的积极性。

- 3、激励制度要灵活多变，公开透明。比如在我们的班前会，可定期对各楼层表现突出的员工当中进行伍之奖励，并且在班前会上要给员工讲话空间，以相互激励，发挥榜样作用；此外，对员工的激励要灵活多变，让员工能够有持续的热情投入工作。

〈三〉对服务的考核和管理制度。

- 1、明确奖惩机制并认真落实，加强对员工的激励，让员工的服务质量和奖金挂钩，以促使员工自觉提高服务质量。
- 2、积极并正确的发挥商场执法人员的作用，认真做好监督工作。商场可外聘一些高素质保安，定点值勤，在维护商场治安保证顾客安全的同时，对员工的表现随时进行监督，在售货员处理问题不当时能够及时出面调解，维护企业形象。

〈一〉商场的布局。

- 1、将一些大众化的商品放置在楼层的外围，而不是黄金珠宝和名贵手表，应内外置换，以免使中低消费群体望而却步。
- 2、对一些承载打折优惠商品信息的海报要悬挂起来以吸引消费者眼球，我们商场的通常做法却只是粘贴于柜台内部，很难让消费者发现。
- 3、整个楼层的商品布局应当注重平衡，突出各种商品个性。像我们一楼，灯光柜台设计等都千篇一律，很难突出商品的个性，也就很难引起消费者注意。所以在空间设计上应当注重差异化，让顾客每到一个柜台都能有不同的感受，而不是看完整个楼层只有看了一种商品的感觉。此外在突出商品个性的同时，还要兼顾平衡，即对处于边角处商品的设计要更加与众不同，从而使消费者不致忽略或不想光顾。
- 4、在一些拐角处设置教化妆、亮甲、以及小饰品的搭配，吸引女性消费者的眼球。

〈二〉服务的细节。

我们通过对胖东来、百货大楼的比较发现，商场在一些细节化的便民服务上还需改进。胖东来首先推出十二项免费服务，

如免费存车、免费手机充电、免费打气、免费擦鞋等，而百货大楼紧随其后也推出以上措施，受到消费者的好评。这可能不是决定消费者消费的最终因素，但却在很大程度上影响着消费者的消费选择。曾经不止一次在商场门口听到顾客对停车收费的抱怨，也经常看到顾客与那些收费者发生的不愉快，如果因小小的两角钱让消费者放弃来平原商场来消费就得不偿失了。

我商场在发展过程中需要改进的地方有许多，但我们也有自己独特的优势，像我们独特的企业文化、通过50年持续经营打造的良好企业形象，都是我们商场宝贵的财富。此外，我们商场还有其他许多企业没有的亮点，像肯德基的进驻，就使得许多前来就餐的消费者就近消费，同时，负一楼各种家电齐全的八方电器也是一个吸引顾客的亮点，这些优势都是其他商场所不能比拟的。当然，这些优势也要在行业不断发展前进的过程中不断改进，这样才能够让优势成为企业长期的强项。

以上是我们通过调查学习总结出的商场改进方案，但愿对商场能有所用。新乡零售业的竞争已经日趋白热化，能否在这关键时刻重拳出击，迅速提高消费品味和服务质量，关乎企业生存发展。我商场二期工程不久将建成开业，这是很好的发展机遇，最后祝愿平原商场能在激烈的竞争中抢占市场先机，蓬勃发展，实现百年名店的目标！

我想以后的我工作以后，还是会记起当初这第一次实习的，因为这次实习给了我巨大的启发和学习知识的源动力，我在这一次实习中体验到了生活的不易和以后怎样去工作的真谛，我很开心我能够在第一次实习的时候找到那么好的单位和同事，我大受感动，我在以后的人生路上有了这一笔财富，我会做的更好的！

此次实习是本人的毕业实习，自己希望通过本次实习能够达到在校期间综合理论的再学习和应用，力求适应并掌握书本

以外的知识，增长和扩充知识面，增加对社会的接触，为下一步步入社会打下基础。

此次实习的主要内容是了解目前我们油田的家属管理工作的基本内容，参与一个单位的家属管理工作，听取工作人员对目前油田家属管理工作的基本情况介绍。在实习过程中，主要是和家属管理工作人员一起参与日常的管理工作，学习家属管理单位的一些规章制度，熟悉工作人员的岗位职责、职能及工作流程，以及参加一些日常的勤务劳动。

通过此次实习，主要有以下几点的心得体会：

1、首先是个人角色的转换及整个人际关系的变化——学校里成绩不错的学生变成了未知领域里从头学起的实习生，而熟悉的校园也变成了陌生的企业单位，身边接触的人同样改变了角色：老师变成了领导，同学变成了同事，相处之道完全不同。在这样的转变中，对于沟通的认知显得非常苍白。于是第一次觉得自己并没有本以为的那么善于沟通。当然，适应新的环境是需要过程的，所以我相信时间和实践会让我很快完成这种角色的转变，真正融入到工作单位这个与学校全然不同的社会大环境中。

2、在心理上努力去适应全新环境的同时，最大的体会莫过于实际工作方面的收获。特别是在实习过程中，我亲眼看到工人师傅们对工作认真负责、精益求精、无私奉献的工作作风。在实习过程中使我感受最深、受益最大的就是这种工作作风。在家属管理工作中，她们会经常碰到一些60岁以上的老人来咨询一些问题，她们中有些不识字，有些眼花，有些耳聋，工人师傅们耐心细致地一遍一遍地讲解，真正做到“您的需要，我的责任”。通过这次实习，工人师傅们这种作风和精神值得我在今后的工作中很好地学习、继承和发扬。

3、走出校门，踏进社会，不能把自己要求太高。因为期望越大，失望可能会越大，但适当的期望与渴望还是非常必要的。

不能认为我在学校里读了多少本书、写了多少万字、听了多少堂课，自己了不起了。我毕竟还是一个初出茅庐的小丫头，没有任何实践经验，比起工人师傅来还差得很远。学校生活暂告一段，社会生活刚刚起步，应该在步入社会后，继续学习，不断增长和扩展知识面，才能使自己在社会占有一席之地。

总之，毕业实习使我获得了人生第一笔宝贵的工作经验，虽然在步入社会后，还有很多东西要学习，很多教训要吸收，但我想我已经做好了足够的准备，无论是心态上还是技能上。现代社会的竞争是残酷的，但只要努力地付出，我的职业生涯就必定会开出希望的花，结出成功的果——我相信。

大学毕业工作总结 大学生毕业实习工作总结篇四

本人20xx年至20xx年就读于xx学院材料成型与控制工程专业□
xx年3月118号至24号，实习于广东康宝电器公司。实习期间主要在包装车间从事产品包装前处理的一些工作。

广东康宝电器有限公司坐落于美丽的珠三角腹地——素有“中国家电之都”之称的广东省佛山市顺德区（杏坛镇）。1988年，康宝诞生了第一台家用远红外线消毒柜，从此开拓出一个中国民族品牌的亲领域，并于1988年8月18日正式成立广东康宝电器有限公司。经过20多年的发展，康宝现已成为国内著名的厨卫电器生产企业以及世界知名的五金制品出口基地。

我们根据公司要求每天8：00上班，下午5：00下班，在包装车间我做了三种工作，包括烤箱盖表面保护膜的去膜工作、旋钮及旋钮座的散包工作、挡板保护膜去膜抹油及包装工作。每个工作的方法和程序都比较简单，但是简单的工作拼的就是速度，对于初来乍到的我们虽然并没有偷懒却只能完成厂里工人七成左右的工作量。

1、扎实的专业知识是你提高工作水平的坚实基础。在学校学习专业知识时，可能感觉枯燥无味，但当你工作以后，你才会发现专业知识是多么的重要。如我们所学的冲压的基础知识。在工厂参观的时候，面对众多的冲压模具、压力机，如果没有一点专业知识，根本看不懂就更不用说积累经验了。

2、要有良好的工作态度，还要多观察、多问、多学习。中国有句俗语“踏踏实实做人，老老实实做事”。良好的工作态度是必要的，但是在今天，只是老老实实，勤勤恳恳做事是不够的。你还要多观察、多问，别人总有你所不能及的地方。经验是靠时间积累的没错，但是积累的速度各有不同，通过多问、多学，可以更快地获得难得的经验。

3、生活和工作要协调，生活开心、工作愉快。在实习期间我切身的体会到协调的重要性。因为工作时间是固定的，那么生活的时间就不能太随意。如果像平时在学校一样，想什么时候睡，什么时候醒就什么时候，可能导致非常混乱的工作和生活节奏。

3.大学生毕业实习个人工作总结

4.大学生毕业实习小结

5.大学生实习个人工作总结

6.毕业实习个人工作总结

7.2020大学生毕业实习工作总结

8.大学生毕业实习工作总结

大学毕业工作总结 大学生毕业实习工作总结篇五

在学习上，我一贯保持着高中时代的良好学习作风，并不断的改进自己的学习方法，在学习方面，除了认真学习理论知识外，我还很重视理论与实践的结合，从大二开始我就积极地参与各种社会实践活动，大三暑假自己也找了份兼职，终于也感受到了步入社会的艰难，通过这些社会实践，我不但巩固了课堂上所学的专业知识，还提高了我的实际动手能力，平时我还非常注重计算机能力的培养，涉猎了大量计算机方面的课外书，并通过了全国计算机二级和省计算机二级考试，同时我还利用课余时间自学了现代办公所需要的各种软件工具。

在工作方面，我积极参加各种社会实践，大二时在院学生会工作，赢得同事的好评，到大四的时候，我积极地搜集各种招聘信息，努力地为自己创造就业机会，并获得了在沈阳爱普罗斯牧业实习的机会，在实习期间我努力学习这些专业外的知识，弥补了专业上的不足，拓宽了我的就业范围，同时我还积极参加各种面试以求取得的经验。

在生活方面，也许是受家人的影响，我向来崇尚质朴的生活，并养成良好的生活习惯和正派的作风，虽然家里经济条件很拮据，但是学校的补助和奖励以及老师的帮助和同学们的关心让我感受了学校这个大家庭的温暖，使得我并没有为生活上的问题而操太多的心思，同时我还积极参加学校、系和班级组织的各项体育活动，以提高自己的身体素质。

对于一名大四即将毕业的学生，踏入社会就是人生的一个新旅程，走好这段人生新旅程的第一步也非常重要。通过对这三年多的总结，我对自己有了一个更加系统地客观地认识，在以后的求职路上我会更加明确自己的职业目标，以全新的面貌面向社会、迎接未来，迈好人生新旅程的第一步。