

# 2023年工作复盘总结(实用9篇)

总结是在一段时间内对学习和工作生活等表现加以总结和概括的一种书面材料，它可以促使我们思考，我想我们需要写一份总结了吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的总结吗？以下我给大家整理了一些优质的总结范文，希望对大家能够有所帮助。

## 工作复盘总结篇一

1. 刚参加工作的人，会在办公室里的人各自忙碌，而自己却分外清闲的发现——原来自由是一种折磨。有时，领导给你一张办公桌，却没有给你桌子上的东西。
2. 在工作单位，“外人”和“自己人”的区分不是个“一见钟情”的事情，而是个自我定位的问题。当你一心一意工作时，你会在不知不觉的发现自己已经是“自己人”了。
3. 一个很优秀的人往往因为细节而优秀，也因为细节而庸俗。一定不要因为细节而自毁形象，即使你不在乎“毁容”事件的发生。
4. 工作与专业就像牛郎与织女，一年能见一次就要感恩了。
5. 工龄是一种幸福指数。工作时间越久，和同事的风雨历程就越多。每次想起，都会感到无比幸福。
6. 我们的价格由市场决定，但我们的价值永远由我们自己决定。
7. 基层的工作会让人感到踏实和快乐，特别是当你从中找到生命的价值时。但每个人为了自身的发展会向更高的天空飞翔，很多年以后，当我们回望漫长的人生旅途，会怀念那份简单朴实的快乐。甚至会因为永远不能回归而落归。

## 工作复盘总结篇二

从20\_年12月14日开始我在郑州华力信息技术有限公司实习，实习目的是通过理论联系实际，巩固所学的知识，提高处理实际问题的能力，为毕业设计的顺利进行做好充分的准备，并为自己能顺利与社会环境接轨做好准备。下面是本人对这次毕业实习的总结：

郑州华力信息技术有限公司是一家综合的信息科技公司，其主要业务有□380v电力线载波自动抄表系统、安防监控、电脑网络、电脑维护及综合数据等。在实习期间我先后在该公司的电脑维护班、网络班、远抄事业部、自动化工程部工作实习。在现场的工业实习中通过理论联系实际，不断的学习和总结经验，巩固了所学的知识，提高了处理实际问题的能力，为毕业设计的顺利进行总结了经验，同时也赢得了实习单位的好评。在这种情况下用人单位批准我由实习转为在单位试用，为将毕业之后的顺利就业打好的坚实的基础。毕业实习之所以能够顺利进行是和以下几点原因分不开的。

首先、毕业实习的顺利进行得益于扎实的专业知识。

用人单位在招聘员工的第一要看的就是你的专业技能是否过硬。我们一同过去的几位应聘者中有来自不同学校的同学，有一部分同学就是因为在专业知识的掌握上比别人逊色一点而落选。因为对于用人单位来说如果一个人有过硬的专业知识，他在这个特定的岗位上就会很快的得心应手，从而减少了用人单位要花很大的力气来培训一个员工。另外一好专业技术过硬的员工一定在学习上下过功夫，做事就可能比较真。这是后来我们经理在给我们几个通过面试的同学说。例如：刚到公司在电脑维护班、网络班的工作都得益于平时在学校学习中对专业知识的扎实掌握。其工作内容设计到电脑的组成及原理、网络的协议标准。没有平时在课堂上努力学习是很难得来的。我们因为有过硬的专业知识在实习中能很快掌握工作技巧，得到了单位的好评。

第二、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，来解决工作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，在没有别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。例如：在互联网中搜索相关问题，从而把互联网丰富的网络资源充分的利用来为我们工作服务。记得在到远抄事业部的时候我对电力线载波通讯一直不理解，自己通过在互联网中搜索从而了解了它的原理，从而加强我对该套系统的了解，使我很快的适应了新的工作岗位。再一个在我们生活中有很多的相关方面的专家、学者、老师如果能向这些经验丰富的人请教学习我们会有更大的进步。

第三、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，使我有一个人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。所以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。

通过这次毕业实习，把自己在学校学习的理论知识运用到社会的实践中去。一方面巩固所学知识，提高处理实际问题的能力。另一方面为顺利进行毕业设计做好准备，并为自己

能顺利与社会接轨做好准备。毕业实习是我们从学校走向社会的一个过渡，它为我们顺利的走出校园，走向社会为国家、为人民更好服务做好了准备。

## 工作复盘总结篇三

当我刚从学校毕业走向社会时，心里充满了迷茫，不明白今后的路将走向何方一个偶然的的机会：我在12月底参加奥捷五金江苏有限公司的招聘考试，透过考试来到奥捷五金江苏有限公司，在领导关心和帮忙下，于1月4日到奥捷五金江苏有限公司实习三个月，经过这三个月的实习，让我对五金这个大家庭有了初步的了解，也对自己有了深刻的认识。

实习的时间快而又短暂，不知不觉实习的时间很快就过去了。回想这段日子，我真的有很失落过，也有很认真过，很高兴过，而此刻就是很珍惜这段经验。立刻就要回学校了，还有很多事情等着我去做，此刻重要的就是要对这段实习时间做个报告，也是对自己实习的鉴定。

在半年的实习生活以来。我学会了很多，也懂得了很多从生活中没发获得到的知识和道理。回顾半年以来，从那天真的我直接到经历了生活中的挫折和失败，到此刻稳重和冷静的我，使我明白了一个道理：人生不可能存在一帆风顺的事，只有自己勇敢地应对人生中的每一个挫折和失败，才能通往自己的罗马大道。在这半年里，我有失落过，烦恼过，悲伤过。有时觉得自己放手让时间在自己的手里流走，可能是或者我的缺陷和不足。但我明白这是上天对我的一个考验，但在每次失落的时候我都会反省过来，告诉自己清楚自己就应做的是什，在挫折面前我就应善用于扬长避短的方法来促进自己，提高自己的综合水平潜力。在学习方面虽然自己普通平凡，但是我会努力提高，做到，不管遇到什么困扰我都不会跌倒，我会不懈努力。

在半年的锻炼里，给我仅是初步的经验积累，对于迈向社会

远远不够的，因此我要努力获取更多的经验和社会实践潜力，我的未来不是梦，只要自己努力过，成功是不会拒绝你的。

1、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，时刻提醒自己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。

2、认真学习有关专业知识。我在制造二部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，并向前辈老师请教写作相关的知识。

3、主动与同事交流，了解单位状况，听取同事对自己的批评和推荐。

4、用心参加单位组织的活动，如去产线支援的义务劳动。

首先，心态的转变。要明白作为一个已经毕业的大学生，通常对自己的今后，感到很迷茫，而且有一种眼高手低的通病。经过这三个月的实习锻炼，让我认清了自己，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、对自己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，处于协调各部门、连接领导和基层的枢纽地位，是公司的信息中心、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。因此，今后我要加强这方面的锻炼与学习。

第三、适应新的工作环境。以往自己总是很懒，不愿意做事，总感觉什么事必须会船到桥头自然直，因此实习期间吃了不少的苦。经过同事们的帮忙，自己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用心地工作态度。

经过三个月的实习，收获良多，同时也认识到自己的不足。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，对于自己要求不太严格，在学校的一些坏毛病没有彻底改正，自己做错事时，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。

- 1、加强相关业务知识的学习，提高写作潜力。多看有关写作方面的书籍，经常阅读文件，了解公司发展历史、人文文化、人际交往等，充实自己的写作素材。
- 2、用心参加自学考试，从中提高自己的认知水平，改变心态。
- 3、爱岗敬业。

## 工作复盘总结篇四

毕业实习，既开阔了视野，又增长了见识，为我们在即将步入社会打下坚实的基础，也是我们走向社会走向人生的第一步。今天本站小编给大家整理了毕业生实习工作心得总结，希望对大家有所帮助。

四个月的实习生活似弹指一挥间，从刚踏出学校大门时的失落与迷茫，到现在走上工作岗位的从容，坦然。我知道，这又是我人生中的一大挑战，角色的转换。

实习期间，对于任何工作一贯谦虚谨慎、认真负责。如今的我在现任部门多次受到主任的称赞。我想这除了有较强的适应能力和积极向上的心态以外，更重要的是得益于大学两年多的学习积累和技能的培养。

实习生活，给我仅是初步的经验积累，对于迈向社会是远远不够的。“吃的苦中苦，方为人上人”，我要恪守吃苦精神。因此，在今后，我会继续努力拼搏，抓住每一个机遇，迎接每一个挑战，相信自己一定会演绎出精彩的一幕。

刚进入市统计局的时候，很茫然，不知道要做些什么，领导叫做什么，我们就做什么，最开始的时候就是订一些文件，发放开会的文件，协助领导开会，倒茶水.....这些都是很简单的任务，我们都很用心的去完成。刚开始来的时候，我们经常有饭局，老师教我们的餐桌礼仪只是在课堂上教，真正用到的时候，很茫然，也遇到了尴尬的时候，但是，就是因为这样，才会认识到错误，去改正错误。我们市统计局实习的一共有7个人，所以不是每天都很忙，也不是每天都有事情要做，很多时候我们都是呆在办公室里，一呆就是一整天，直到下班。后来慢慢走入正轨，我主要帮忙接收文件，打印文件等等，四月份，我与两位同学被调往贵港市港北区统计局帮忙，主要做的是接打电话，通知一些公司填表等等。在港北的工作，每天都非常的忙碌，一个月后，回到市统计局。

一、学习方面。

二、思想方面

三、工作方面

大学期间，我担任了两年的学生会文娱委员，在广播站任职。在与同学们相处的两年期间，我积极主动地为同学们服务，对工作热情，任劳任怨，责任心强，具有良好的组织交际能力，和同学团结一致，注重配合其他学生干部出色完成各项工作，促进了团队沟通与合作，得到了大家的一致好评。

实习期间，我从未出现无故缺勤。我勤奋好学，谦虚谨慎，认真听取老同志的指导，对于别人提出的工作建议虚心听龔并能够仔细观察、切身体验、独立思考、综合分析，并努力学

到把学样学到的知道应用到实际工作中，尽力做到理论和实际相结合的最佳状态，培养了我执着的敬业精神和勤奋踏实的工作作风。也培养了我的耐心和素质。能够做到服从指挥，与同事友好相处，尊重领导，工作认真负责，责任心强，能保质保量完成工作任务。并始终坚持一条原则：要么不做，要做就要做最好。

经历三个星期的生产实习终于结束了，在移动公司工作的这几天，我和公司的职工甚至领导都相处得甚是融洽，大家对我也关怀备至，时常给我鼓励和帮助；我工作的时候也是兢兢业业，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，虽说工作中我也会犯一些错误，从而受到领导批评，但我认为这些错误和批评是能极大的促进我的工作热情，让我能在以后的工作中谨慎小心，提高工作效率，大学毕业生实习心得。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，但是却让我知道了很多学习期间无法了解的社会经验，这对我来说是很宝贵的。

这次实习我总结了以下几条经验，在以后的生活中如果我能吃透这些经验，将会使我受益匪浅。

第一：在与别人打交道时一定要主动积极。我自己本身是个相对比较内向的，不擅长主动和别人交流打交道，在此次实习中我也发现了自己的不足。比如在刚开始实习的几天内，我比较怯生，和办公室的几位同事打过招呼后就不敢说什么了。虽说我是怕影响他们工作，也因为不了解工作环境不能顺利交流，但我也认识到了自己的不足，面对沉默不语的尴尬，自己有责任和义务去与别人主动交流。在公司里一个新的职工到来时很平常的，老师傅们也没有必要主动和一个新职工主动打交道，这时候你就应该主动去和别人交流，介绍介绍自己啊，拉拉家常，关心一下工作啊，都会让大家认识你，了解你，对你留下良好的印象。在后来的实习中我已开



始能和大家愉快的交流，就是出于自己的积极主动。

在工作的时候同样也要积极主动地和别人交流。在今后的社会工作中，工作不再是一个人所能完成的，那是几个人或是一个团队的工作，而且你还必须去帮助别人或是接受别人的帮助已完成工作。因此你不能期望你自己一个人就能完成任务，或是看到别人有困难也不去帮助。虽然此次我是来实习的，由于对业务的不了解以及专业知识的不熟悉，只能够在领导的安排下进行一些相对简单的工作，但是我也很积极地去帮助别人完成自己力所能及的工作。就比如在实习中，在领导没有分配任务的空暇里，我就常主动询问周围的工作人员有没有需要帮忙的，有时候别人也不好意思麻烦我，我就主动承担他们的工作。这样子不仅锻炼了自己，帮助了他人，还融洽了你与别人之间的关系，在今后的工作中人家也更乐意与你交往了。

第二：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。有时候一个失误不仅仅使你自己的工作进程受阻，还会影响他人，甚至受老板批评责备，因此认认真真地做每一件事情就显得尤其重要。为了不使自己前功尽弃，我们在刚开始工作的时候一定要慎之又慎，对自己的工作要十分重视，如果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，在你对工作开始了解并熟练后，你会发现自己已能不用检验就能保证工作的质量了。而此时你也许不需要总是重复检验工作结果，但还是要对自己的工作认真对待，以免失误。

就像我在工作的时候，也犯下了不少错误，比如说领导交给我的文档资料整理任务，我在最后忘记把碎纸机关掉就匆匆跑去汇报任务了，机器一直开着影响了别人，领导批评了我，我也为自己的错误懊悔不已。还有一次我在做客户满意度回访的调查时，原以为经过前几次电话回访的经历，应付这次工作应该是小菜一碟，谁知道第一个电话我就犯了重大错误，

我把客户经理的电话当作客户的号码给拨了过去，我还信誓旦旦地说：“您好，这里是中国移动定海分公司……”那人很惊讶的说它也是移动公司的，怎么客户回访她了，我也感觉很奇怪，直到那位客户经理拿着手机从隔壁办公室跑到我面前，我才发现自己犯了严重的错误。还好这次只是打错了电话，要是经常不注意自己的工作，可能会造成更严重的损失。

第三：在工作岗位上一定要勤于思考，不断改进工作方法，提高工作效率。公司的日常工作都会比较繁琐，而且几天下来也会比较枯燥，就是需要你多动脑筋，不断地想方设法改进自己的工作方法，寻找或是设计简捷的流程，提高工作效率，减少工作所需时间。实际上勤于思考在工作中是很重要的，在思考如何提高工作效率的同时，自己也能够学到更多的知识，掌握更多的技能。当你在较短的时间内就完成了自己的工作，你将留下更多的时间去放松，去学习，去和别人打交道，这对你来说是百利而无一害的。

我个人是一个比较喜欢创新的人，在工作的时候不喜欢单调、枯燥、机械的处理任务，因为本来这类任务的处理是有规律的，完全不需要重复地做，如果动一动脑筋使用批处理或是其他方法就能大大减少处理的过程和步骤，从而减少工作时间，提高工作效率。就比如我在实习的时候，一次要使用电子e管家来进行邮箱账号的激活，本来是项内容重复的任务，就是登陆每个邮箱，编写3条短信然后发送出去，通过使用来激活。刚开始我采用的是单次发送的方式，即每个账号分3次发送激活，可是这样子大大影响了工作效率。在经过一番探索后，我尝试了模版群发和直接群发等方法，对发送流程进行了优化，提高了工作效率。同时我也充分使用快捷键等操作来提高自己的工作效率，使工作进程提高了近一倍。在最后，我选用了一种最快捷又最准确的方法，顺利地完成了任务。

我怀着忐忑不安的心情来到电力公司，即将从一名学生走上实习工作岗位，面临的一切都是那么新鲜。以前总是期待也

像大人们上下班，贡献青春服务人民。现在这机会终于到来，心里很是高兴，但同时无形中也感到了一份责任。既然工作了，就得学习更多知识，懂得更多做人的道理。要想不被社会所抛弃，就必须不断充实自己，完善自己，丰富自己。

初到公司，进入了我人生第一个科室，见到了我的第一位领导。在科室长辈的教导下，每天都能学到不少新东西。

首先，学着画高层图。每天早上来到办公室，打开计算机，坐下来就开始画，常常一坐就是一天。在师傅耐心细致的指导下，我从刚开始总是犯错，到后来终于自己一个人也能完成，每天都在进步中成长。虽然每天重复做一件事，就是画图，可心里还是觉得挺满足的，至少我学会而且做好了一件事，独立完成一件事嘛。

接着，学习填写杆塔明细表。刚开始时我对各种杆型还不是很熟悉，对杆上的材料更是丈二和尚摸不着头脑。科长拿了一本《贵州省农村电网10kv及以下架空配电线路典型设计图集》给我，意味深长地说：“好好看，以后很有用的”。于是慢慢地我认识了杆型，各种材料配用的方法。可纸上谈兵是不切实际的，所以当得到跟着长辈们下乡验收线路的机会时，我十分期待。

每天都追赶太阳的脚步，早8：30就出发。记得第一次下乡是到维新，那天是星期六，科长带着我，很耐心指点我：什么是分支杆，门杆，直线杆，转角杆，耐张杆等等。那天脚都走酸，汗水大滴大滴流得满脸都是，累是有点，但心里总是美滋滋的。

下乡验收是进步最快的时间吧，不光是身体锻炼得棒棒的，而且认识了不少材料，知道不少新知识。五眼联板，横担，抱箍，撑脚等等这些材料以前只是在图集上看到，现在到了现场终于见到了它们的真面目，亲自用手感受下，还真有点激动。每当从长辈们那里学到一样新东西的时候，感觉生活

真是无限美好，真感谢他们不厌其烦言传身教，也感到其实自己不知道的地方太多，需要学习的太多。验收过程中不仅看到，而且有机会还能触摸到那些“新朋友”，真开心。

长辈们懂的太多，有时他们太忙，我就“偷偷”在一旁学，从他们一言一行中真能学到不少知识。验收线路中，施工队的缺陷总是逃不过他们的火眼金睛：“拉线松动，杆偏5°，导线对地距离不够……”，等等。他们认真工作的样子“帅”极了，真想有一天我也像他们一样。

踏着太阳我们启程，乘着月光我们归来。虽然有时有点苦，有点饿，有点热，有点累，但是想到千家万户灯火通明，孩子在灯火下学习，老人们在灯光下慈祥的目光，幸福的感觉油然而生。所以不管走过多少路流过多少汗，大家都感到很值得，脸上总洋溢着欣慰的微笑，放松的心情。朋友与我见面，第一句话“你又晒黑了”，听到这话我不仅不感到沮丧，而是发自内心的自豪。

因为我一直坚信，有付出不一定有回报，但不付出决不会有回报。真心感谢长辈们孜孜不倦的教导，让我明白踏实做事，真诚待人，虚心学习，勤于实践是做人和工作的基本准则。

前方的路还很远，需要我脚踏实地，一步一个脚印走下去……

## 工作复盘总结篇五

一头老驴，掉到了一个废弃的陷阱里，很深，根本爬不上来。主人看它是老驴，懒得去救它了，让它在那里自生自灭。那头驴一开始也放弃了求生的希望，每天还不断地有人往陷阱里面倒垃圾。按理说老驴应该很生气，应该天天去报怨，自己倒霉掉到陷阱里，它的主人不要它，就算死也不让它死得舒服点，每天还有那么多垃圾扔在它旁边。可是有一天，它

决定改变自己的态度，它每天都把垃圾中找到残羹来维持自己的生命，而不是把垃圾所淹没。终于有一天，它重新回到了地面上。

这则寓言告诉我们无论现实多么不如人意，我们也可以慢慢积累。很多时候，决定一切的是态度，有了正确的态度，就可以将压力转化为动力，踏上成功的舞台。

大二的暑期实习，让我充满了期待，充满了对未来的向往，毕竟这次实习是上大学以来第一次的实习活动。

从7月5号开始，我将要面对我人生中从没面对的，无法预知的困难。我从没出过远门，也没实习过，一到暑假就整天呆在家中，今年暑假去山东安丘实习，可以说是我人生中的一大考验，我做好应对一切困难的心理准备，带着满腔热情，一个小包扛我的实习“天下”。困难来了，不倒下，象这老驴一样调整心态挑战并战胜，在困难中，挺过来。

接受了两天了解禾益公司的二氰蒽醌、王铜、异菌`多菌灵、乙嘧酚、叶枯唑等重点产品的培训，略知皮毛后便上阵实习。由于时间匆忙，只买到火车的硬座票，7月7号从温州开始出发到山东。温州到山东需要22个小时，我们就硬生生的坐了22个小时到达山东济南，又要坐5小时的巴士晚上6点才到达目的地。

路途的劳累还未消退，第二天就实习去了，很累。不过这一切仅仅是开端，我们不会那么容易被打败的，时间会考验我们的。

## 工作复盘总结篇六

设备时还是做现场的一些改善改进，我们多多少少都会与他们发生一点点冲突与不愉快。有时候真的让人很气愤、很委屈。但工作是工作，总归要面对要做要完成。我就主动与同

事交流，获取一些经验。之后意识到自身也有很多不足之处，我就从自身出发寻找原因，自我思考、反省以及换位思考，诚实的面对自己，重新调整心态。正是如此，我在这段时间里成长了很多，成熟了很多。我真的很感谢在我工作中给我羁绊的人，真的是他们让我的心智成熟，做事理智，学会了自我反思、自我调整，诚实乐观的面对每一个人，每一项工作。

做事不冲动；最重要的是我具有做一件事首要的分析及判断能力、逻辑思维能力。我认为这是我具有的。

不知不觉我已经工作五个多月了，马上就要转正了，我真的很开心。五个多月前，我是一名刚刚毕业的大学生，什么都不懂，也没有经验，但为了更快的适应公司，适应工作，适应身边的环境与人，我付出了很多，经历了很多，改变了很多，也成熟了很多，收获了很多。不再那么小孩子气，不再任性。在这段时间里，我得到了大家的热心帮助，悉心指导。领导也给了我很多机会。我真的很感谢你们。现在我已经是一名正式的公司职员，我每天都严格要求自己，每天也都坚持记笔记。经过这段漫长的过渡期，我已经从一名想法简单、略带稚气的学生脱变成了一名正式的、带有责任、敢于负责任的公司职员。我喜欢这里，并且很愿意把这里当作锻炼自己的平台，以提高自己解决实际问题的能力，并在工作过程中发现自己的不足，积累经验。积极、热情、细致地的对待每一项工作。与公司共进退、同发展，为公司做出自己最大的贡献。最后，再次感谢领导在工作中给我施展才能的机会。在以后的工作中，我会更加努力工作，做好个人的工作计划，处理好与别人的关系，争取将各项工作做得更好！绝不辜负家人，领导对我的期望。

## 工作复盘总结篇七

美丽的石大，承载着我的梦想——去当一名光荣的白衣战士。生命的意义是由自己定义的，为了给自己医学知识充电，而

实践的过程是所有课本不能给予的，短暂的寒假便来到新城红十字医院(原八毛职工医院)实习。

对于我这个只有半年学医经历的学生来说，应该从医院中最基础的护理工作开始。来到医院，我对一切都感到新鲜和畏惧，即使自己曾以病人的身份到过此地。

镜中的我，穿着干净的白大褂，戴着洁白的帽子和口罩，想想自己第一次穿着白大褂的那份自豪，心底的那份坚定与自信油然而生！

看起来简单的护理工作，让我开始有些手忙脚乱。原本的自信荡然无存。我开始虚心向护士学习，紧紧地跟着护士，寸步不离，年轻的护士耐心地给我讲解着关于护理的知识。慢慢地，我穿梭在各个病房，了解了她们的护理术语和一些日常工作。

我协助护士接诊病员，做好四测(测血压、测体温、测脉搏、测体重)，熟练地掌握了血压及体温的测量方法，接触配液环节，在严格坚持“三查七对”(三查：操作前查、操作中查、操作后查；七对：对床号、对姓名、对药名、对浓度、对剂量、对方法、对时间)的原则下，并为病员配液。

终于有了我实践的机会，想着护士叮嘱我的操作要领，端着装有止血带、胶布、碘付的器皿，来到病房。面带着微笑：“阿姨，该打针了！”我给病人绑上止血带，用碘付进行消毒，然后拿起针头，小心翼翼地扎入病人的血管中。看见管中有回血，一种如释重负的感觉蔓延全身。想不到，身平第一次扎针竟然会如此的顺利！

护士在休息的时候，给我讲着因为静脉注射的输液管中一个小小的气泡，而使病人死亡的真实事例后，我大为震惊，不免开始崇敬这些平凡的护士们。

在医院领导的同意下，我观摩了一例左下肢静脉曲张高位结扎及剥脱术！手术前病人的家属用充满期待的目光注视着主刀的医生，顿时让我感到医生的伟大责任。手术的时间大约两个小时，主刀医生精湛的医技，让我了解到医学基础知识的重要性，他的细心，仿佛把病人当成自己的家人一样精心地照料，就好象生理老师曾经说过：虽然你们是用动物做实验，但以后你们却是要给人看病！因此，使我是深深体会到，我们要提高自己的职业素质。

短短的15天医院实习结束，终于可以喘一口气了。想想这么多天的忙碌，再想想每日辛苦战斗的护士们，才知道护理工作的不易。

## 工作复盘总结篇八

在学习了相关的专业内容后，由于理论和实际总有具体的差别，路桥工程的学习，不仅要注意知识的积累，更应该注意能力的培养，为了让我更好的掌握知识，联系实际，举一反三，老爸为我安排了为期一个月的路桥工程施工实习。施工实习不仅对学生能否在实践中演习知识技能的一种训练，也是对学生的敬业精神、劳动纪律和职业道德的综合检验。

### 一、实习目的：

1. 通过学习，对一般路桥建筑施工前的准备工作、整个施工过程和监理的基本知识体系有较清晰的了解。巩固课本上的知识。
2. 理论联系实际，巩固和深入理解已学的理论知识，并为以后课程的学习积累感性知识。积累经验。
3. 通过亲身参加施工实践，培养分析问题和解决问题的独立工作能力，用理论联系实际，为将来参加工作做好准备。



4. 通过实习和劳动，了解施工的基本生产工艺过程中的生产技术规范

的监理细则。

6. 与工人和基层生产干部密切接触，学习他们的优秀品质和先进事迹。

7. 虚心学习，了解具体施工细节，学习工人师傅在长期的实践中总结的宝贵经验。

## 二、实习要求

全面了解立交桥工程的图纸设计以及工程施工、规划。

## 三、实习时间

20xx.7.3---20xx.8.7广东佛山市顺德区顺德东互通立交(南二环)

## 四、实习内容：

7月2日，我怀着激动的心情踏上了开往广州的火车，经过一晚的历程，我终于到了广州实习的第一站—东莞，随后经过了3小时的车程，终于抵达我的目的，佛山顺德区南二环s09标段，中国第四冶金建筑公司项目部。在开始正式实习前，我先用了一个上午的时间在项目部胡总经理的带领下，粗略的看了一下整体的施工计划及施工图纸。除了我们在课堂上比较常见的平面图、立面图外，还有施工步线图、给排水图、整体规划图等，一个互通立交大概有近三本厚厚的图纸。这让我深刻的体会到土木工程建设是一个庞大的工程，需要各部门的通力合作。而且这些图纸表面磨损很严重，我想大概是经常需要在施工过程中临时参考图纸，针对不同的问题由施工方和设计人员结合图纸提出不同的解决方案。所以，我

们才应该在大学期间刻苦学习专业知识，将来才能够在工作中合理快速的解决各种问题，更好的为祖国建设服务。

## 工作复盘总结篇九

尊敬的各位领导，同事：

你们好！我是20xx年7月进入呼市移动的新员工李瑞男。大学毕业前，经过精心准备策划我向内蒙移动公司投出了求职简历，我并不知道，这一份简历会把我带进一个怎样的世界，我将走上一条怎样的路，但心底的自信强溢在脸上，又带着那样的迷惑，不安和好奇。经过激烈的竞争，我被录取了。也曾有过很多工作选择，但命运还是让我走近了你，内蒙移动，走近了你，也更让我充满了向往和渴望。

20xx年7月16日，星期一，我来到呼和浩特分公司开始实习，实习前公司黄立奎总经理还特意为我们这些新员工组织了见面会，会上把公司总体情况做了介绍并鼓励我们尽快熟悉公司各项业务充分发挥自己的潜能，会后经过人力部门的分配，我到市场部实习。带着些许敬畏和几缕惊慌，我踏进了市场的办公区域。作为一个刚毕业的大学生，我很清楚的知道，眼高手低是我们的通病。所以，在自己动手能力还很弱的情况下，我更乐意从最基本的东西学起、做起，比如发发传真，接接电话什么的。7月16日，实习的第一天，我就在从座位到复印机，从复印机到座位的脚步中度过了。但是我的心很平静，尽管头上一直冒着冷汗，但那是怕耽误师傅们工作的谨慎。

从7月17日，也就是实习的第二天到9月中旬，我转到新城区营销中心旗下的中山路营业厅实习，因为这是我们最基层、业务最全面、客户最多的营业厅，在这里实习可以很快掌握最全面的市场业务及公司各项营销方针的执行。营业厅主要业务可以分为九类，即销户、开户、过户、分合户、资费变更、密码修改、一卡双号、国际漫游、补换卡业务；日常工作

还有接待重要客户，执行公司新的营销政策等。在营业厅实习这段时间，感触最深的一是执行力问题，二是营业员心理问题，如果把这两个问题解决了基层将会很“畅通”。

9月下旬到08年3月，我回到市场部实习。在营业厅主要是学习了如何使用boss系统和执行新政策，应该说在中山路营业厅我动手实际操作的机会最多，而且在新城区营销中心还实习了3个多月，学习了各项营销政策的落实及反馈，所以回到市场后业务非常熟悉。6个多月的市场部实习，让我拥有了无数位师傅的关心和关照。

首先是李改梅师傅。她工作认真、思想超前，在指导我实习的时候非常有耐心，从她那里我学到很多宣传方面的知识。

其次是王保志、武尧斌、吴建东几位师傅。他们几个都很鼓励我大胆地动手操作，不要怕出错。尤其是王保志，他教会了我不少新业务知识。

最后是杨旭和刘月英师傅。因为他们营销策划和经营分析一直很忙，所以，我的师傅们每天都要加班，两个人工作认真负责，有点工作狂的味道。在我实习期间，杨旭师傅有空时还经常给我补课，给我系统地讲解营销和经营分析中常出现的问题和解决方法等等，我也很认真的学习。我就是这样一点一点地学习和请教，一步一步地向前走的。本着积极上进的态度，认真、努力地学习，并且理论结合实际，锻炼了自己的动手能力。

3月初到4月下旬，我到财务部实习，为的是全面了解及掌握公司的财务状况。财务部实习期间，我得到了众多师傅的关心和鼓励，还把以前在学校学习的财务理论和实践相结合，不管做什么都要严格遵守sox和财务法律法规，做到严谨、求实。但是，我也有点小建议，财务部严格遵守财务规章制度的同时应该考虑公司最大的利益，比如：合理控制成本、巧签合同、薪酬的发放、各类政策的规避等。

在做完这些工作后我总结了一下有这么几点比较深刻的体会：

### 第一点：真诚

你可以伪装你的面孔你的心，但绝不可以忽略真诚的力量。

### 第二点：沟通

要想在短暂的实习时间内，尽可能多的学一些东西，这就需要跟师傅有很好的沟通，加深彼此的了解。

### 第三点：激情与耐心

激情与耐心，就像火与冰，看似两种完全不同的东西，却能碰撞出最美丽的火花。

### 第四点：细心负责和基本的专业素养

细心负责是做好每一件事情所必备的基本素质，基本的专业素养是前提。

### 第五点：“主动出击”

当你可以选择的时候，把主动权掌握在自己手中。

总之，在实习期间除了浅层次地学习了专业技能外，我还感受和体会到了很多技能之外的东西。首先是移动人的敬业和那种生机勃勃的工作氛围。走进这样的一个集体中，你的心会不由自主地年轻起来，你的脚步会不由自主地跟着大家快起来，而你的工作态度更会变得努力、认真，再认真一些，再努力一点。也许，这就是一个集体的凝聚力，这就是一个企业写在书面之外的“特殊文化”！