# 2024年应届毕业生个人总结(模板13篇)

来源：网络 作者：梦里寻梅 更新时间：2024-08-17

*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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的总结吗？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。...*

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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的总结吗？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

**应届毕业生个人总结篇一**

珍贵的大学生活已接近尾声，感觉非常有必要总结一下得失，从中继承做得好的方面改进不足的地方，使自己回顾走过的路，也更是为了看清将来要走的路。

学习成绩不是非常好，但我却在学习的过程中收获了很多。首先是我端正了学习态度；其次是极大程度的提高了自己的自学能力；再有就是懂得了运用学习方法同时注重独立思考。要想学好只埋头苦学是不行的，要学会＂方法＂，做事情的方法。

在学习时，以＂独立思考＂作为自己的座右铭，时刻不忘警戒。随着学习的进步，我不止是学到了公共基础学科知识和很多专业知识，我的心智也有了一个质的飞跃，能较快速的掌握一种新的技术知识，我认为这对于将来很重要。在学习知识这段时间里，我更与老师建立了浓厚的师生情谊。

老师们的谆谆教导，使我体会了学习的乐趣。我与身边许多同学，也建立了良好的学习关系，互帮互助，克服难关，更锻炼了自我的动手和分析问题能力，受益匪浅。

通过大学生活，学到了很多知识，更重要的是有了较快掌握一种新事物的能力。思想变成熟了许多，性格更坚毅了。认识了许多同学和老师，建立起友谊，并在与他们的交往中提升了自身素质，认清了自身的一些短处并尽力改正。社会实践能力也有很大提高，为将来走向社会奠定基础。

应届毕业生个人简历个人评价

应届毕业生个人自我评价范文

法学应届毕业生个人自我评价

大学应届毕业生个人自我评价

应届毕业生个人的自我评价

应届毕业生个人推荐信

2024应届毕业生个人简历

临床应届毕业生个人简历

2024应届毕业生个人简历

应届毕业生个人简历如何制作

**应届毕业生个人总结篇二**

我是一名刚刚从学校毕业的大学生，此刻是在\_\_公司进行岗前实习。实习的这段时间里，我严格按照厂人事部下发的实习大纲，认真研读，逐一学习，在思想行动上，努力做到实好习，把培养工作潜力，提高自身素质作为己任，圆满的完成了本阶段实习任务。因为我充分的认识到实习是大学生培养自身工作潜力的磨刀石，作为能否在实习过程中掌握好实习资料，培养好工作潜力，显的尤为重要。下面就是我这一阶段实习报告。

一是加强思想学习，主动与矿领导沟通，努力提高思想水平。

思想是人的灵魂，是人的内在力，要想把实习任务完成好，首先要把思想调整好。四矿领导十分重视大学生成长，为此特地为我们制定了“双导师实习制度”。双导师，顾名思义，就是两位导师，工人导师是教授生产技术的，而矿领导导师是在思想上引领大学生，为其排忧解疑，指引方向的。在此优势下，我主动与任矿长进行了沟通，在任矿长的尊尊教导下，我对实习有了更为深层次的理解，更明确了我的工作目标，在思想上使我对未来的工作有了新的认识，在行动上使我对未来人生有了新的规划。

临走前，任矿长与我分享了一句经验之谈，“务必使同志们继续地持续谦虚、谨慎、不骄、不躁的作风，务必使同志们继续地持续艰苦奋斗的作风”，话虽不长，但其用意很深。虽然我们还不是国家干部，但它告诉我们在工作中必须要谦虚谨慎，认真扎实的做事情，要肯用心，肯出力，肯吃苦才能完成好厂里交给我们的任务。

二是热爱实习岗位，用心承担岗位职责，不断提升实习效率。

“爱岗才能敬业”，热爱实习岗位才能完成好实习任务。在实习过程中，我努力培养自己对实习岗位的热情，珍惜在岗上的每一分钟，努力学习岗位上的相关知识，用心承担岗位上的职责义务，努力做到能够独立顶岗，能够独立完成岗位上的相关操作，对岗位技能知识做到“懂，会，做”。

在联合站的实习中，我制定了“每一天都上岗，上岗不离岗，岗上活都干”的实习标准，认真学习岗位上每项技能知识，并向有经验的师傅学习事故处理方法，积累经验，提升自身处理问题的潜力，进一步提升了实习效率。

三是注重联系实际，理论与实践相结合，努力提高实习质量。

在实习过程中，我发现，大学里所学专业知识和现场实际生产是分离的，它们各有侧重点，一个偏向于理论，一个偏向于实际但它们之间却又存在着联系，比如说抽油机:在课堂上我学过抽油机是如何运转的，以及抽油机运行的理论模型公式。而现场上，我们看到的是抽油机的各个零部件，以及它们之间是怎样默契配合。表面上似乎二者无关，但仔细分析，我们会发现，抽油机的各个零部件正是按照理论模型原理在运行着，公式中的相应参数正对应着抽油机中各个部件实现的功能，他们之间存在着因与果的联系。因此，实习中，我们在重温课本上知识同时，将书本中的理论与实际生产部件相对应，将课上公式与实际生产数据相对应，这样不仅仅能够使理论知识记得更为牢固，还能够在本质上理解生产上各设备、器件的作用、原理，为今后工作中的技术革新，改善发明打下了良好的基础，极大的提高了实习质量。

在未来工作中，我会更加努力得完成好各项任务，认真、踏实的做好自己的工作，努力为社会主义建设奉献自己最大的努力。

转眼间在公司的二十多天就过去了，作为一名应届生，刚从校门走出来，能得到这样一份工作，我感到很庆幸。这是我职业生涯的一个起点，我对此也十分珍惜，尽我最大努力去适应这一工作。经过这段时间的不断学习，以及领导们的帮助，我从一个只有理论知识而缺乏社会经验的学生逐渐地对很多事情都有初步的了解，从不了解家具到不知不觉对家具产生了兴趣，这些都得益于我有个很好的团队。说实话，我很喜欢在这样一个集体工作，虽然不大，但很温馨，工作时很认真，平时都像朋友一样，有不懂的地方领导们都很热情的帮助我教我，我对这个集体心存感激。一开始我在公司处于比较紧张的状态，现在已经渐渐放松了，因为我想融入这样一个团队，我会继续努力。

我知道我还有太多的不足之处，比如工作总体思路不清晰，还处于事情来一桩处理一桩的简单应付完成状态;对自己的工作还不够钻，脑子动得不多，没有想在前，做在先;工作热情和主动性还不够，有些事情领导交代过后，没有积极主动地去投入太多的精力，造成了工作上的被动。

未来期望：

公司以环保为出发点，关注的是人们的健康，在这个工业高度发展的时代足以让我相信公司的前景广阔。接下来的工作，将会面临更多的.挑战，我将继续努力，全力以赴，我知道自己现在能力、经验等都还十分有限，工作方面还有很大的差距，工作中有很多地方做的还不够好。以后我会努力多学习，不断提高自己的工作能力，全力以赴地做好自己的本职工作，不辜负各位领导对我的期望，使自己成为一个积极、向上、乐观的凰道人!

**应届毕业生个人总结篇三**

我叫xxx，男，于1988年6月出生于湖南耒阳市的一个普通工人家庭，汉族。20xx年9月考入湖南农业大学东方科技学院xxxx专业学习，在校期间多次获得校级奖学金和优秀学生干部等荣誉。20xx年5月光荣地加入中国共产党，20xx年6月毕业，大学本科学历。20xx年4月，本人参加了湖南省公务员考试，报考了xxx职位，作为一名应届毕业生能够脱颖而出我感到非常荣幸和来之不易，我也非常珍惜这次机会。现在我即将开始人生的另一段旅程，走向新的工作岗位，回顾自己近几年的思想、学习、工作及生活情况做如下小结：

在思想政治上，刚进入大学我认真学习邓小平理论、领会党的路线方针政策精神，利用电视、电脑、报纸、杂志等媒体关注国内国际形势，积极向党组织靠拢。经过努力我有幸成为班上第一批光荣的中共党员，在校期间积极参加党支部组织的各种政治学习及教育活动；积极发挥党员的先锋模范作用，团结同学，帮助同学学习，把优秀的同志引领到我们这个光荣的大家庭里来。同时严格按照党员标准来严格要求自己，虚心向老师和优秀的党员学习，不断提高自身的政治思想水平。

在大学期间，作为一名体育专业的学生，在日常生活中以课堂所学为基础，将课堂的知识与实际运动项目的实践相结合，通过老师的教导、同学的团队协作以及自己的.努力，认真学习、打下了扎实的专业基础。同时我还积极参加各项学习和拓展活动，拓宽自己的知识面，学习到更多的在课堂里学不到知识。

在校期间我还加入了我们系的团总支学生会，曾经担任组织部部长职务，负责我们系学生团员党员的发展和档案的管理工作，我对工作我兢兢业业，认真负责，以严谨的态度对待每一次工作和任务，得到了老师和同学的支持和好评。

在生活作风上，发扬艰苦朴素、勤俭耐劳、乐于助人的优良传统，始终做到老老实实做人，勤勤恳恳做事，勤劳简朴的生活，严格要求自己；遵章守纪、团结同学、务真求实、乐观上进，始终保持严谨认真的工作态度和一丝不苟的工作作风，勤勤恳恳，任劳任怨。经常参加各项文体活动，陶冶身心锻炼身体，多次为集体争得了荣誉。

总结自己近年来的学习工作、生活情况，尽管有了一定的进步和成绩，但在一些方面还存在着不足。比如我刚刚走出校园，步入社会。社会工作经验上还存在着不足，工作方面有时候缺乏技巧，这有待于在今后的工作中加以磨砺和提高。在新的工作岗位上，我一定要继续加强学习，严格要求自己，在实践中不断提高自己的工作能力、应变能力、人际交往沟通能力等，力争在以后的工作、学习和生活中有更大的进步。

**应届毕业生个人总结篇四**

大学即将毕业了，回首三年的生活，往事历历在目。

进入大学的第一天起，我给自己定下了目标，三年后，我决不要后悔！如今三年过去了，回望路途，有笑、有泪、有喜、有悲，唯独没有的就是碌碌无为。

这段关键阶段，成为了我学习专业知识及提高综合能力为以后安身立命的重要阶段。

不谋全局者，不足以谋一时，所以我孜孜不倦地寻找机会锻炼自己全局意识，领导者的能力是能平衡各方利益，是能观察入微。成为学生干部，我是从低做起的，当时很不甘，现在回想，却是十分感激那时的经验。在低处耕耘，一步一步往上爬，那种踏实感让我后来的干部生涯变得游刃有余。而作为干部，感觉就像在自己的生命上添上了神圣的一笔，转化成为一种无形的力量在督促我，让我在修养方面能够作风优良、正直诚恳；在性格方面谦虚亲和，能很好处理人际关际；在工作方面能多谋善断，处事冷静稳健，能合理地统筹安排所有事务。无论工作多累，多繁琐，都不再是一种疲惫，而是满足和快乐。

是改变外在。这闪闪发光的一段，它包含了汗水和收获，为我描绘人生的线起着至关重要的作用。

纯如钻，强如钢。最大的收获是心智的成熟，一千多个日子里曾悲伤过、失落过、苦恼过，委屈过。而现在懂得擦干眼泪，收拾伤痕，站起继续勇往直前，前面的荆棘，不算什么，路上的障碍，我每攀登越过一次，便往云端靠近了一步。

风雨送春归，飞雪迎春到。已是悬崖百丈冰，犹有花枝俏。俏也不争春，只把春来报。待到山花烂漫时，她在丛中笑。冷静聪敏、精明果断、坚毅不屈的女子就算没有外表也是美丽的，不是愁而是笑，不是孤傲而是具有新时代年轻人的操守与傲骨。凤凰涅槃，浴火重生。今天的我，已然重生。

展望未来，我一定会用自己的激情和扎实的文化知识基础，为祖国做出自己的贡献，为自己创造美好的未来。做一名优秀的毕业大学生。

**应届毕业生个人总结篇五**

时光转瞬即逝，大专三年的生活已经临近尾声，回顾已经过去的的三年多，在学校、教师和同学们的帮忙下我觉得自我过得很欢乐，也很充实。除了努力学习基础课程和掌握本专业的理论知识外，我还进取参加各种社会兼职实践、文体活动，在这三年多里我明显感觉到自我在学习成绩、工作本事、思想觉悟等方面比起刚来大学的时候有了很大的提高。

在思想品德上，本人有良好道德修养，并有坚定的政治立场。虽然在刚进入大学的时候我还是懵懵懂懂的，不善言语，但那种农村学生特有的质朴、诚实气质，使我很快就和同学们建立了很融洽的关系。随着社会阅历的增加，我开始主动的和同学沟通，了解关心同学，尽自我的本事去帮忙同学排忧解难。

同时我还很关心时事方面的知识，了解最新时事动态、关注专家的时事见解，这是我的思想觉悟也得到了很大的提高。

在学习上，我也没有怠慢甚至更用功，更努力的去完成我的学习目标。在会展策划管理班的时候，努力学习会展专业知识;在中英教改班的时候，努力提高自我的英语听说读写本事。在经过大学英语四级之后，努力向六级经过证书而努力。

因为我明白，此刻学的东西，所有的专业知识，在我未来的事业和学习中能够发挥的也不会超过10%，仅有英语，能够在我的未来路上发挥到90%以上的功用，能够让我进一步接近自我的梦想。当然，我也努力学习会展专业知识并参加会展师的资格考试，我不想把专业和事业分开而论，学以致用才是最终目的。

在生活上：与室友、同班同学以及同事之间的关系良好，能够与大家互帮互助，团结一致，共同学习和工作，努力搞好同学、朋友之间的关系，为自我的交际方面和工作方面营造良好的条件，努力使自我的大学生活过得精彩而充实。同时，对本人而言，进取参加活动结交朋友和交流经验，是一种莫大的乐趣。

大学这几年年，经过我的不断努力，学习有了明显的提高，对学习的认识也更认真。担任班干部和实验室管理员让我性格更加独立，本事更为提高，个性逐渐成熟、思考全面。

也许别人会说，大学生活是能够很简便、有悠闲的。可是我的大学生活，我觉得没有荒废自我，我会经过学习来充实自我，我敢说我比谁都过得有价值!

**应届毕业生个人总结篇六**

五年的大学生活是我人生的关键点。五年的校园生涯和社会实践生活我不断的挑战自我、充实自己，为实现人生的价值打下坚实的基础。一直都认为人应该是活到老学到老的我对知识、对本专业一丝不苟，因而在成绩上一直都得到肯定。医学是理论联系实际的，所以在不满足于学好理论课的同时也注重于对各种临床知识的实践。

在大学期间，我始终以提高自身的综合素质为目标，以自我的全面发展为努力方向，树立正确的人生观、价值观和世界观。为适应社会发展的需求，我认真学习各种专业知识，发挥自己的特长;挖掘自身的潜力，结合每年的暑期社会实践机会，从而逐步提高了自己的学习能力和分析处理问题的能力以及一定的协调组织和管理能力。

思想上，虽还未成为一名党员，但始终以党员的要求来要求自己。时时刻刻的检查自己，让自己在思想行为方面能够作风优良、待人诚恳，能较好处理人际关际，处事冷静稳健，能合理地统筹安排生活中的事务。为社会为学校为同学为身边的人做事不再是觉得是一种累赘，而是很乐意的去做并且能够得到满足和快乐，不会去想做好自己的事情，别人的事情少管。并且一直在追求人格的升华，注重自己的品行。我崇拜有巨大人格魅力的人，并一直希望自己也能做到。在大学生活中，我坚持着自我反省且努力的完善自己的人格。现在我理解道理，乐于助人不仅能铸造高尚的品德，而且自身也会得到很多利益，帮助别人的同时也是在帮助自己。回顾这几年，我很高兴能在同学有困难的时候曾经帮助过他们，同样的，在我有困难时我的同学们也无私的伸出了援助之手。对于老师，我一向是十分敬重的，因为他们在我彷徨的时候指导帮助我。如果没有老师的帮助，我可能将不知道何去何从。我现在领悟到，与其说品德是个人的人品操行，不如说是个人对整个社会的责任。一个人活在这个世界上，就得对社会负起一定的责任义务，有了高尚的品德，就能正确认识自己所负的责任，在贡献中实现自身的价值。

学习上，我没有让自己失望，成绩一直名列前茅。大学期间通过了大学英语国家四级，由于所学的是预防医学专业，因此非常注重将理论学习与实际问题相结合，大大提高了自己解决问题的效率，并且可以很好的理解课本上的知识。

生活上，我勤俭节约，严于律己。利用课余时间和假期时间在外面找兼职、做家教，也锻炼了我的社会交往能力。

作为一名20\_\_年大学应届毕业生，我所拥有的是年轻和知识。年轻也许意味着欠缺经验，但是年轻也意味着热情和活力，我自信能凭自己的能力和学识在毕业以后的工作和生活中克服各种困难，不断实现自我的人生价值和追求的目标。

总之，我充实地完成了自己的学生生涯，但“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”。在以后的日子中，我一定得更加严格要求自己，改正缺点，不断努力，不断进步。大学是人生一个里程碑，里程碑的周围往往有着很多很多的叉路口，而毕业则意味着我们不得不去选择一条路继续走下去。过去的一年中我经历了考研的失败，我没有放弃，始终坚信最适合我的始终在等着我，如今即将成为一名公务员这是我这一年之中不断努力学习与永不放弃的决心换来的。我会以更加坚定的决心和十倍的努力来应对以后的工作与学习。

**应届毕业生个人总结篇七**

我本是一名从不显山也不露水的小人物，过着平淡的生活，没有远大的理想与抱负、没有传说中的人见人爱花见花开的漂亮脸蛋，有的也就是一大众形象，准确的\'说是普通农民形象。都说人小鬼大，但不知从何时开始我从不把我自己的想法暴露出来，深深隐藏在心底。

现在的我走过了十六年的学生生涯，走上了社会，想通了不少事情。小人物的我也渐渐萌发了不走寻常路的想法。我的十六年都是循序渐进的，没有什么风波，现在想来是那么的平静，从没遭遇过什么挫折，没经历过什么不一样的事情。没谈过恋爱，总是按老师要求的做，在老师心目中我的确是难得一见的好学生，就是成绩也太平淡了，没有去歇斯底里的拼搏过。总有一种逆来顺受的感觉。

高中老师曾这样评价过我：“没有太大的激情，你怎么也爬不起来，你为什么就那样的平淡呢，我觉得你还是有潜力的？”我无言以对只能报以一笑。至今也在思索这个问题。

不知不觉间一年就过去了，再看我走过的一年，便是我成长的一年。通俗的说就是我走向成熟的一年。一年的成长让我得到很多，逐渐的从一名只知道办事的小人物到现在可以独立工作。这就是一年来我所得到的最大的好处。

目前我也认为当一名小人物不是不好，而是太没有意义啦！

当我在新年的钟声即将要敲响时却得知一个不好的消息，那就是著名作家史铁生因病过逝了，突然我想到以前读过他的书（现在很久没看书实在遗憾），书中曾提到：一味的过着两点一线的生活，生活还有意义吗？那不是生活。那是一种对自己的极端不负责任。

我也在思考我的过去，思考什么是生活。发觉我就是那个对自己不负责任的人，恰逢新年来临，我想新年必将有新气象，一味的沉浸在过去有什么好。我想得到新生。

总结过去就是一种新生的方式，恰好此时公司要求写年终总结，那不是一个很好的抒发感情总结经验的地方吗。所以我写下了现在的话语。

路曾今走过，现在也在走，他一直在你脚下何须你去寻找。

要走出自己的路首先要看清路在何方，那路不就在你脚下吗？别人怎么说你在乎吗？

在上一年也许别人看我不顺眼，那很正常，世上没有完美的人，你看别人不顺眼，别人也一样看你不顺眼。

1、工作没有激情，没有方向，蒙着眼睛向前撞，也不看看前面是否有石头。

2、工作时麻痹大意，工作不细致仔细。导致疏忽，小错误可能酿成大错。

3、工作责任感不强，对待工作不积极向上。

4、懒惰，常常睡懒觉，偷懒不干事。

5、人际交流困难，说话不流利，老犯错误。犯错后就沉默寡言。不敢面对。

展望未来，下一年的发展方向：

都说我有领导风范，下一年我必将慢慢改掉上一年的坏习惯，从根本上改变自己，才能得到新生。那么具体该如何改呢？我现在心里就只有一个大的提纲。现在写出来好做下一年的参考。

1、积极改变做事态度，由不愿改为抢着做，简而言之就是做事积极向上，感性做人理性做事。

2、回到从前认真的态度，继承李氏家族的传统美德，崇尚节俭，做事认真，做人和善，随时保持谦和的笑容。

3、培养工作中的责任感，积极热爱自己的工作。

4、改变懒惰的习惯，首先就从睡懒觉开始。逐渐改变这一坏习惯。

5、处好同事朋友间的关系，现代社会出门办事都要求关系啊！保不着哪一天就需要朋友帮忙呢！要记住多关心他人，关爱他人，那样也是关心自己。我们是社会人，也是自然人。不能脱离社会，既然处在社会中，就要和其他人好好相处！

6、努力提高自己的专业知识水平，学习将充斥我的下一年乃至终生！

**应届毕业生个人总结篇八**

透过实习学生接触到了社会，不少学生将实习经历写入简历中，获得了更多的就业机会。例如:\_\_\_\_传媒班的潘丽丽透过在湖北九洲通的实习已成功在武汉市新海广告公司担任营销经理，\_\_\_\_传媒班的陈莹透过在ibm的实习已成功在益宝进出口有限公司就业，\_\_\_\_传媒班的李一婷透过在中行汉阳支行的实习已成功在交通银行东湖支行就业。

也有同学透过学院安排和自找实习单位在实习单位成功就业。例如:\_\_\_\_证券投资班的田彬透过在武汉天地劳务合作公司的实习与该单位成功签定就业合同，\_\_\_\_经济人班的夏清轩透过在海尔武汉工贸有限公司的实习只要拿到毕业证就能和该公司签正式合同，\_\_\_\_经济人班的刘丽已在实习单位武汉田七分公司就业，\_\_\_\_级的朱谨同学更是透过在元祖食品(台资)做营业员的实习已升至该公司计划与行政部就业，\_\_\_\_级外语系的熊念透过在白象方便面业务代理的实习也已成功就业，\_\_\_\_级信系工程系的彭分和翁志成等同学也得到了实习单位的认可。

大众传媒系实习的同学因为是联合培养，一些知名主持人担任了我院学生的指导老师，他们已获得指导老师的名字写入简历的权利，这使他们在就业上有了更大的空间。

本次实习检查涉及毕业生140人，大部分实习生是在中小企业里实习，我国处于1000美元到3000美元的发展期，随着改革的不断深入，中小企业已成为用人大户，这与就业方向是吻合的。由于有部分毕业生未明确就业意向及未领取毕业证等问题的存在，困扰着老师们，及时掌握所有学生的思想动态成了当务之急，及时调整学生的就业心态是重中之重。

**应届毕业生个人总结篇九**

三年的大学生活，在x月15日结束了，开始了我们为期六周的实习生涯。生活在象牙塔的我们，感受到的是校园栏杆内的限制、自由和安全，然而却不懂得外边的世界是充满着无限的诱惑与罪恶。社会如果是大海，我们就是海中的鱼，遨游其中。如若，只顾风景，不懂危机，必然会被大浪起卷后拍死在海岸边上，等待烈日的烧烤，直到化为灰烬。社会是把双刃剑，充满危机、竞争的同时，又给我们带来了无限的生机，在有限的时间内，抓住时机，必然会促使我们自身的飞跃，但是这个飞跃又是有条件的，那就是我们的工作经验、能力以及我们自身的学历。

在节目《xx》中，评委xx曾说过“学历代表你的过去，财力代表现在的努力，学习能力代表将来的成就。大多数人都想要改造这个世界，但却罕有人想改造自己。无论你在好单位还是一时不得志，都请你保持学习，这是你未来立足之本”。一如实习生的我，当我真正以一名实习生的身份着手工作时，我才发现，在以往的校园生活中，对办公软件操作熟练的自己，在单位却变得愚笨木讷，不知所措，领导问其所，我却变得哑口无言了。从此，我便晓得“学习”依旧要继续，而不是停滞！

在如今当浪淘沙的社会里，许多人认为自己就是一匹千里马，只是没有遇到真正的伯乐，所以才会暂时的碌碌无为。那么，真的是那样吗？对于我来说，其实不然，在本次的实习过程中，带领我们的徐主任年轻有为，他每每交给我们的工作都似乎非常放心，不曾问过我们是否遇到过棘手的问题，是否需要他的帮助。同时，身为班干的我们，也自以为是的认为，有些工作都是平常的再熟悉不过的了，却不知我们的大意给工作带来的多大的不便。例如，我们负责的“纪念郭守敬诞辰780周年书画”收集工作——“收集”不就是把书法家、书画家的作品收好，集中起来吗？这，只是我们的想当然！一项看起来简单的工作，却蕴含着千丝万缕的问题。收集不简单的是收好、集中，更重要的是作为一名行政文秘人员在处理一些文件时应熟悉的去掌握工作流程，即：收集、整理、登记、收存、存档、封锁。那么，从此便很清晰的看到，我们的粗心、大意，如果不是徐主任的发觉，我们依旧浑噩度日，实习不知事态严重性。也经过这件事，我明白了一个道理，我们不能否认自己不是千里马，也不能否认我们不曾遇见过伯乐，只是，我们遇见了伯乐的同时，却没有在细微之处留意过自己的缺点，没有及时的改正，以至于我们错过了伯乐！

也许，在领导看来，一项任务的完成，只重于结果，不在于过程，然而，对于下属、实习生的我们，必须要重视每项工作过程，在多项过程的汇总中，发觉自身的不足，及时弥补改正，并时刻提醒自己，同时，在工作中，我们会遇到许多难题，我们不仅要沉着应对，更要坚持着自己的信念，步步为营，不抛弃、不放弃，为最终取得胜利的果实而努力拼搏！

实习生活不仅仅锻炼了我们的体魄，更锻炼了我们坚强的意志，每项工作的顺利完成都是我们坚持、努力的结果，一分耕耘一分收获！

**应届毕业生个人总结篇十**

各位领导、各位同事：

我是xxx，是xx大学的应届毕业生。我于20xx年10月9日加入到京粮这个温馨的集体，经过三个月左右的不断学习，我完全从学生时代走向了工作岗位，并且在同事、领导的关心和帮助下，我也慢慢适应了工作适应了社会，现在我已完全融入到了京粮这个大家庭中。下面,我把这三个月左右的工作情况及心得体会向各位领导与同事简要汇报,以接受大家的评审。

1.讨论部门管理制度等相关文件

入职第一天在赵总的领导下，全部门的人员都一起讨论并制定部门内部的部门手册、管理制度。然后在部门的需求之下，我搜集了与本部门相关的应急预案，以作后来使用。

2.制作流程图

后来根据公司的需要我开始整理并且制定与物流部和仓储部相关的流程图，几经修改，历经了一个多月制定出了一级流程8个、二级流程17个，共计25个。

3．报销工作

在后来的工作中有很多的单据和发票需要报销，虽然程序很繁琐但是在一步步层层审批中，我承揽下来了部门的报销工作，并且很圆满的完成了本部门人员的报销工作。

3.上交日追踪表

在综合办公室的要求下，从11月9日开始上交每日的日追踪表，每天由我负责把本部门每天的工作记下来，并且计划出次日的工作计划。

1.从懵懂到成熟

作为一个刚毕业的大学生，不免对社会上好多事情很懵懂，对于一些事情的了解不是特别明确，比如社保卡、五险一金和工资挂钩的相关事宜对于我都是一个空白，孙丹孙经理不厌其烦的给我一一讲解，然后我完全了解了。

2.工作业务的逐渐熟悉

刚开始报销发票的时候，我不知道如何粘发票也不知道填写什么报销单，更不知道如何填写，在财务部苗姐的细心讲解下，我现在做的游刃有余。

3.工作生活的慢慢了解

对于工作生活方面，有很多对公司不了解的地方，在露露关心和帮助下，我了解了很多公司的情况，以更加贴近公司弘扬的精神去工作。

4.工作环境的逐渐适应

目前，自己对很多业务不是特别的熟悉，以往自己都是对理论的知识比较关注，并没有更多的实践机会，所以我会在今后的学习中多向前辈们讨教。

一是向书本学：工作之余,我要利用一切可利用的时间向书本学习；

三是向同事学：古人说,三人行必有我师。我觉得我们公司的每位同事都是我的老师,正是不断地虚心向他们求教,我自身的素质和能力才得以不断提高,工作才能基本胜任。我认为大家的能力都提高了，我们的公司才会整体的提高。最后我要以吴总的至理名言结束我的工作总结：积极的工作心态，良好的工作习惯，高效的工作效率，出色的工作结果。我将谨记前辈们留给我的精华，以更加饱满的工作热情和工作态度向京粮贡献出自己的一份力量！

**应届毕业生个人总结篇十一**

三月份，我参加了公司与学校创业学院安排的企业管理人格培训。

培训期间，我积极主动地和同事交流，希望尽快熟悉公司的基本状况和工作环境，培训过程中，了解到创业型公司的种种困难以及挑战，还有了解到自己的本性以及职业性格。培训结束后，我们公司接到了学校的指纹机项目，指纹机项目主要工作是设计外观以及加工，而外观设计与加工，我刚开始都不懂，但是有谭工的教导，我懂得了使用的外观设计软件solidworks进行基本的构图，还有外观图的加工，我也跟着张工、谭工去跑加工，了解到加工所用到的机器，如：数控机床、车床；折弯机；注塑机；激光雕刻机等的设备，了解到了一些加工工艺方面的知识，这些知识我从来都没有学过，只是听说过，当真正去融入到里面，你会发现这些知识都很有趣。

刚开始，跟着张工、谭工去加工的地方，感觉到金属味道特别重，每次都要捂着鼻子，后来去多了，就习惯了。到了三月份底，外壳与电路板配件都准备好了，然后就去组装机器，机器组装好后，就拿到指定的地方去安装。而安装也很有学问，例如怎么布线，插座怎么放，门锁要更换等问题，但是我们都一一去克服了这些问题，最后可以正常使用。

在这四个月的工作和生活中，我一直严格要求自己，遵守公司的各项规章制度。尽心尽力，履行自己的工作职责，认真及时做好领导布置的每一项任务。当然我在工作中还存在一定的问题和不足，比如：对业务不太熟悉，处理问题不能得心应手，工作经验方面有待提高；对相关知识情况了解的还不够详细和充实，掌握的技术手段还不够多；需要继续学习以提高自己的知识水平和业务能力，加强分析和解决实际问题的能力；同时团队协作能力也需要进一步增强等。对于这些不足，我会在以后的日子里虚心向周围的同事学习，专业和非专业上不懂的问题虚心请教，努力丰富自己，充实自己，寻找自身差距，拓展知识面，不断培养和提高充实自己的工作动手能力，把自己业务素质和工作能力进一步提高。也希望请领导和同事对我多提要求，多提建议，使我更快更好的完善自己，更好的适应工作需要。

这里我要特别感谢项目经理周明强和我的入职老师王斐、同事宁海峰对我的入职指引和帮助，感谢他们对我工作中出现的失误的提醒和指正。作为应届毕业生初入职场，在工作中难免出现一些差错需要同事的批评和监督。但这些经历也让我不断成熟，在以后处理各种问题时考虑得更加全面。现在的我同老员工相比，在工作经验和能力上都有很大差距，工作和生活上不懂的问题应虚心向同事请教学习，以不断充实自己。同时感谢创业学院各位老师组织的每一次技术培训。由于我们是个创业型公司，我清楚地了解良好的业务素质和技术水平是做好本质工作的前提和必要条件。学校每月组织的创业培训对企业来说很有帮助，我们可以根据自己的实际情况选择培训课程，提高学习效率。在公司的这段时间里，我学到了很多，感悟了很多。看到公司良好的发展势头，我深深地感到骄傲和自豪，实现自己的奋斗目标，体现自己的价值，和公司共同成长。我一定会用谦虚的态度和饱满的热情做好我的本职工作，为公司创造价值，同公司一起展望美好的未来！

1.个人实习总结

2.实习前个人总结

3.报社实习个人总结

4.求实习个人总结？

5.采油个人实习总结？

6.毕业个人实习总结

7.实习护士个人总结

8.护士实习个人总结

9.毕业实习个人总结

10.教育实习个人总结

**应届毕业生个人总结篇十二**

从今年的x月二十日起，我就在宁波豪泰建设有限公司开始我为期两个月的实习。我的工作包括深入工地现场，与现场的工人和技术人员进行面对面的交流与指导，参与实践，全面系统的了解建筑工程的各项施工技术与施工工艺，以及各项管理措施。熟悉工程建设企业的性质、作业特点，以及生产管理的经营运作模式。在现场施工过程中结合所学专业知识与实际现场工作进行整合，强化专业知识和技巧的运用和实务工作的能力；增强理论联系实际的观念，培养分析问题和解决问题的能力，加强专业意识和职业责任感，为施工管理起到了实质性的指导作用，为以后的工作打下坚实的理论与实践基础。

下面从以下几个方面来总结自己的实习心得：

从工作方面让我觉得刚入公司做好本职工作并不是一件容易的事情。作为一名合格的施工员，就是在项目经理和施工负责人领导下，负责所承担的作业区、段内的施工组织安排和施工管理工作。（换句话就是盯现场！）协调施工，管理施工质量，现场资料，跟踪施工进度，报物资材料消耗，上报需要的材料，协调监理，做好设计变更，现场合同外工程量确认等。

首先是要把图纸看好看懂，对工程实施要心里有计划，然后依靠图纸按图施工，其次要掌握施工各阶段的施工工艺及控制施工质量和进度并协调搭配好人、材、机的现场管理。我在现场施工工作中主要负责施工工艺、施工质量、施工进度，负责施工安全，协同材料检测、协同专业监理人员的现场管理。

一个好的施工管理者既是一个勤奋家也是一个亲善家。配合监理管理工程施工，要了解施工中各施工工艺及施工方法管理和督促好各是施工班班组及时完成该完成的任务及清理现场施工的各施工班组所辖范围内的施工肥料既生活垃圾，使施工工地更文明更和谐、以人为本。迎接各相关单位的检查及指导工作让工程施工工地真正成为构建和谐城市的一部分。

从为人处事方面来看，踏上社会我们与形形色色的人打交道。由于存在着利益关系，而且工作繁忙，很多时候同事不会像同学一样对你嘘寒问暖。而有些同事表面笑脸相迎，背地里却勾心斗角不择手段，踩着别人的肩膀不断地往上爬。但是环境往往会影响一个人的工作态度，让人不断的认识社会，了解社会，熟悉社会，最后融入社会。所以我们以后有可能会像别人一样冷漠，也有可能像我们在校时候天真，热情。当然我还是希望我们在以后还是会像在学校那样学会资源共享，互帮互助，相互学习。

从自身的能力来看，我感觉要学习的东西太多了，如最基本的为人处事方面，欠缺的太多，人家的一言一行都有不同的含义，人家的一言一行都有全方位的考虑，但是我刚入社会，考虑的东西很不齐全，所以有些时候说的话做的事情也不是很妥当。再如工作能力，工程造价涉及的内容比较多，范围比较广，而且要了解施工工艺，了解重要部位的做法，了解价格材料等等，因此我们需要非常丰富的工程经验才能做好工程造价。所以说像我们这样刚出校门的大学生来说，我们做任务的时候也是在学习的时候，做的任务越多积累经验也就越多，往往因为我们是刚出校门的原因，有很多工程是我们不能做的，所以可以做的内容也非常有限，因此从工作能力来说我也是有待提高的。

通过这实习，给我的感触也颇多，学到的东西也非常的多，为我以后的工作打下了结实的基础，同时也非常感谢学校老师给我们这次实习的机会。这次实习是给我们一次理论与实践相结合的机会，我们只要把握住这次机会，我们就可以很快的融入社会，立足于社会。因此说，我非常的珍惜此次实习，利用好实习的每一分钟来充实自己，让自己很快的成长起来。当然在这段时间里，我也得到了公司领导的认可，这也是我值得骄傲的事情，同时我也知道有这么一句话：“骄兵必败”，因此我会脚踏实地的加倍努力工作，谱写以后的美好人生。

**应届毕业生个人总结篇十三**

转眼间，从份参加工作至今已一年多，经过这一年的努力工作和不断学习。在这里感觉有必要总结一下近一年的得与失，发扬好的地方改进不足的地方，回顾走过的路可以更好的看清前面的路。

作为一名刚刚毕业的大学生，虽然有四年的专业知识学习，但是实践的东西接触的少，对许多现场问题不了解。面对这种情况，依靠自己认真的学习，促成自身知识结构的完善和知识体系的健全，让自己尽早、尽快的熟悉工作情况，少走弯路。在接触到新的陌生的领域时，缺少经验，对于业务知识需要一个重新洗牌的过程，自己在同事的帮助下，逐渐融入到崭新的工作生活中。

在学习生活上，慢慢完成了学生角色的转变，逐步进入工作状态，努力开展工作。记得初来学校参加工作，完全陌生的环境和生活状态，也曾经很担心不知该怎么与人共处，该如何做好工作。但是学校宽松融洽的工作氛围、良好的.学习发展机遇以及在各位领导和同事的关心和帮助下，让我完成了从学生到老师的转变。通过近一年的体验已经逐渐适应了这边的工作状况，对于领导们的关心和关怀，我感到了很大的动力和压力，争取在以后的工作生活中以更加努力的优秀成绩来回报。不仅能够弥补自己耽误的工作学习而且能够有所成就。

我在领导和同事的帮助下，我已经有了很大的进步。但我深知自己还存在一定的缺点和不足，主要表现在以下几个方面：

1、对学校的工作任务能认真完成，但积极性不够；

2、与学校的领导和同事们在思想和工作业务交流不够；

3、自己的整体素质和业务能力还有很大的差距，待进一步提高；

4、对业务的学习还不够，以后一定要加强。

过去的一年，是不断学习、不断充实的一年，是积极探索、逐步成长的一年。我也深知，在业务知识上，与自己本职工作要求还存在有一定的差距。要按校领导的要求：年轻人就要努力学习理论认，真钻研业务。在今后的工作和学习中，自己要更进一步严格要求自己，加强思想美德、业务知识方面的学习，认真总结经验教训，克服不足，要始终保持一种积极向上的心态，努力做好自己的本职工作。

以上就是我写的自己总结。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn