

顶岗实习学生个人总结 如何写大学生顶岗实习小结(大全5篇)

围绕工作中的某一方面或某一问题进行的专门性总结，总结某一方面的成绩、经验。那么我们该如何写一篇较为完美的总结呢？下面是小编整理的个人今后的总结范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

顶岗实习学生个人总结篇一

“社会是复杂的，工作是辛苦的。”但只有真正的体会过，才能真正的了解自己的想法！

此次毕业之际，我为完成作大学毕业的实习任务，走出了校门，踏上了社会和公司的工作环境。在这段成为顶岗实习生的工作体验中，我努力发挥了自身__专业出生的能力，积极的在工作岗位上发挥了自己的热情态度，在工作中取得了属于自己的成绩和收获!现实习结束，我在此对自己的工作情况及个人成长做报告如下：

一、实习的思想心得

作为一名应届大学生，在正式开始实习之前我对自己一直都是信心满满，甚至有些“自负”。认为自己经历了漫长的耳学习，解决一些基本的问题完全不在话下。

但在真正开始工作之后，我却被工作中许多未曾见过的的问题打败。这一体验，让我充分认识到自己的能力，更学会了一一谦虚。

在后来的工作中，我也渐渐的融入了公司的集体，能开始在工作中为集体考虑，为公司的发展思考。并且，我也渐渐的适应了__行业的工作，并严谨的学习了__公司的发展理念，

提升了自己的工作思想。

二、工作的情况和个人收获

此次进入__公司，我主要负责的是__岗位的顶岗实习工作。因为作为实习生的缘故，前期很长一段时间里都是在__前辈的带教下学习并完成自己的工作。

但在工作方面，经过一些挫折认识到自己的不足后，我充分改变了自己对工作的看法。并在后来的工作中，认真学习领导的培训知识，虚心向前辈和同事们请教工作技巧。且对自己负责的工作我能以严谨仔细的态度去完成任务，绝不违反工作规定和领导的要求。

在这次的实习工作中，我通过积极的学习和锻炼，已经基本掌握了岗位的基础工作要求，且在这段实习经历中，我收获了很多的友谊，也更好的适应了公司和团队的环境。让自己能在工作中保持良好的工作态度，严格做好自我的管理和要求。

三、实习的生活体验

实习之后，我也因为工作原因搬出了校园宿舍。在这段社会生活的体验中，我学习了不少生活中的经验和技巧。这不仅让我认识到了许多生活的智慧，更加强了我的独立自主能力，让我能在独立的生活中也能照顾好自我的起居。

回顾这次的实习，辛苦和困难都是必然的，但真正值得纪念的还是这段体会中我学会的拼搏和责任!我也会在今后的工作和生活中继续努力，让自己真正成为一名对社会发展有贡献的人!

顶岗实习学生个人总结篇二

首先，我克服了以前那种胆怯、羞涩的心理，能够在众人面前表现自信的一面，并且敢于向指导老师和科任老师讨教，甚至共同探讨和交流。其次，提高了自身的语言表达能力，给自己走上教师岗位打下了基础。在整个教学过程中，通过备课、讲课、课后反思等，加大对语言文字的加工和组织，对于不善言语的我帮助很大。再次，学会了处理教与学的关系，以及老师与学生的关系，并从中掌握了一些技巧和方法，形成了一种出具自我特色的教学模式。最后，主要是对于怎样成为一名教师，以及怎样去教书育人有了初步的认识，为走入社会作了坚实的准备。

作为一名教师，我觉得最重要的是怎样教书育人。如果说课堂教学主要是处理教与学的关系，那么班主任工作就是实现育人的重要途径。

关于班主任工作，我本来懂的就不多，但是经过这段时间的磨练和学习，也已经学会了许多。而且在这短短的实习期间，我深刻明白了班主任在班集体中得重要性和必要性，同时也深切体会了班主任工作的艰巨性。

班主任工作，我接下的时候实习时间已经过去了一个月，所以我的班主任工作其实也只有两个月那么短暂。每天，都要早起，至少六点半就要起来，七点必须到教室。当我第一次早晨进入教室的时候，班上的学生说，“老师你怎么来的这么早？”，当时心里也挺美的。大约九点四十的时候，也要到班上看看，这时候可以和学生倾心交流，同时也可以督促教室卫生，监督学生活动以避免斗殴等不良事件发生。可以说，班上的一切大小事务，都是班主任的事，所以说，班主任工作是份苦差事，但却很能磨练人。也正是在这短短的实习期间，让我提前享到了教学和班主任工作，丰富了我的人生阅历。

顶岗实习学生个人总结篇三

达到了毕业实习的预期目的。在学校与社会这个承前启后的实习环节，同学们对自己、对工作有了更具体的认识和客观的评价。本次实习采取分散形式。原则上以就业实习为主，同时与毕业论文选题相结合。本届实习的单位覆盖面很广，企业总体水平也比较高。实习收获主要体现在两方面。

1. 工作能力。

在实习过程中，绝大多数同学积极肯干，虚心好学、工作认真负责，主动参与企业市场调查、产品销售、外贸谈判、行政管理、财务管理、生产运作管理、人力资源管理等工作，同时认真完成实习日记、撰写实习报告，成绩良好。实习单位的反馈情况表明，我们的学生具有较强的适应能力，具备了一定的组织能力和沟通能力，普遍受到实习单位的好评。大多数学生能胜任单位所交给的工作。在毕业设计单位和有些企业，实习学生提出了许多合理化建议，做了许多实际工作，为企业的效益和发展做出了贡献。

2. 实习方式。

实习单位指定指导人员师傅带徒弟式的带学生，指导学生的日常实习。学生在实习单位，以双重身份完成了学习与工作两重任务。他们向单位员工一样上下班，完成单位工作；又以学生身份虚心学习，努力汲取实践知识。同学们认真的工作态度、较强的工作能力和勤奋好学的精神受到了实习单位及其指导人员的一致好评。

3. 实习收获。

主要有四个方面。一是通过直接参与企业的运作过程，学到了实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高，圆满地完成了本科教学的实践任务。

二是提高了实际工作能力，为就业和将来的工作取得了一些宝贵的实践经验。三是一些学生在实习单位受到认可并促成就业。四是为毕业论文积累了素材和资料。

4. 组织管理。

实习领导小组成员亲自到实习单位，检查和指导实习工作，协调解决实习中遇到的问题，总结、交流工作经验。

指导老师们在整个实习过程中尽职尽责，对保证实习质量起到了重要作用。实习开始时，老师们深入学生和实习单位，阐明实习大纲及实习计划内容，明确实习目的和要求。实习过程中，结合实习单位的具体情况，帮助学生学会具体地分析问题、解决问题，学会深化专业知识，用专业知识指导实践，指导学生做好具体工作；在业务不多的实习点，引导学生“找事做”，挖掘他们的实践经验；检查学生实习工作日记，掌握实习情况，指导工作及时有效；督促学生认真完成实习报告。实习结束后，老师们认真做好学生的实习成绩考核及评定工作，参加实习交流会，完成实习总结报告。指导老师平均每周与每个学生交流一次。指导方式有电话、电子邮件、下点、面谈等。基本达到了及时发现问题，解决问题，提高实习质量的目的。

实习单位的指导老师认真负责。不仅指导具体工作，还无私的介绍自己的工作与社会经验。

顶岗实习学生个人总结篇四

今年，学校安排我等一行20人赴湖北省大冶市公安局实习。对于地处南方的大冶来说，这是个收获的季节，也是个播种的季节，夹杂着满足和期望，这是农民的情绪也是我们的情绪。一行20人，有人分配在市局机关作文书工作，有人分在刑侦大队，有人分到治安大队，也有人被分配在派出所实习。我和另外三人被分配到大冶市x镇派出所。在公安系统中，派

派出所是最基层的组织，在其所处理的食物和接触面方面，向与机关，无疑是极为基础和庞杂的，其工作资料琐碎而繁复，这就是派出所的特点。

一、x镇及x镇派出所

大冶市是个县级市，素有青铜故乡之称，又以矿产丰富闻名，而x镇，使其下辖的既有书的产矿镇，富裕程度明显比其他地方高，号称全国首强震。又因其财政收入高，基础设施建设也较为完善，周围的几个乡镇与其相较，差距甚为明显。首先，比较引人注目的是镇政府办公大院的气派，感觉就是一座宏大的宫殿，雕梁画栋；其次是各村村围设施，每村村为基本上都有两台电脑，即使常年蒙尘，无人问津。而且村委办公地点不是一座大院就是一栋小楼，气派不凡；再次就是那遍布各出的钢铁厂、冶炼厂、选矿厂。

一幅欣欣向荣的景象。但在农民的生活水平方面，却并不与x镇表面景象相协调。在镇中，青壮年所剩无几，大都外出打工，只有极少部分留在本镇至中与外地工人一齐工作于工矿企业之中。农民们的收入水平也是极低，据在镇下辖单位“铜山口矿”的几位本地工人称，每月的工资不超过500元，而派出所的警官们的工资水平在1500元每月左右。这是一位矿工的收入，无疑要高出一般农民甚多。据观察x镇除农业和工矿外，并无其他成规模的产业，这就造成农民增收乏力。镇表面繁荣与农民生活水平低下构成鲜明比较。

镇派出所就在镇政府大院的旁边，为四合院。设施较为完善，有健身室、餐厅、车库、招待室、办公大楼和警官宿舍。编制上有11位民警，其中户籍警4名，刑警3名，治安警2名，所长和教导员各一位，有两位司机，三部警车，三部警用摩托车，一位炊事员。警官学历方面，四名复员军人，一名专科法律毕业生，一名大专生，一名地方治安队转正警员，其余两名不详。

二、派出所的工作范围与x镇的治安状况

派出所的民警们24小时值班，四班倒，为贯彻上级“有警必接，有警必出”的方针，只要有人报警，无论何事，无论何时，一律出警给予帮忙或寓于解决，或提出推荐和劝告，并且务必记录和保留出警回执。在实际工作中，调解纠纷为民警们的主要工作。纠纷包括治安纠纷、产权纠纷、财务纠纷。除此之外，工作有：调查取证、移送起诉、行政拘留和看管嫌疑犯。重大刑事案件一般转送刑侦大队处理，交通案件交由交警处理。民警们一致称警员太少，工作量大，警车太少，在x镇这山多、地形复杂之地，出警很不方便。

如上所言□x镇是各财政收入高而农民生活水平不高的地方，农民们与政府的关系并不是很协调，农民与企业之间也经常爆发冲突和矛盾，盗窃工矿企业的生产工具和矿石也是案件的一大部分，群殴的状况也是居高不下，相对于其他农村，外来人口多，造成的矛盾也多，所以x镇的治安状况还是比较严峻的。

顶岗实习学生个人总结篇五

一、实习目的：

今年寒假在_矿物纤维销售有限公司进行了阶段性的实习。

这次实习就是在这个公司。校园社会实践给我们了一个平台，让我们首次迈出校园，在真正的公司里面学习、工作，旨在让我们能够提前接触到社会的点点滴滴，让我们在真实的社会工作中实践自我学到的理论知识，把知识融入实践，在实践中检验真理。今年的寒假实习，让我们真正的了解到一个营销职工的点滴辛苦，一个公司整体运行的规律，也让我们感受到现实的残酷，工作并不是我们想象的那么简单。实践就是一面镜子，用来照清我们的知识欠缺，我们的人际交往能力，我们与社会的融合程度，我们应努力的方向。实践就

是让我们更好的看清自我。

二、实习资料：

在公司里，我被分配到销售部进行业务实习。在销售部，我师父指导我完成各种工作。在工作中，主要是先让我们观察工作的完成方法，让我们先从中学习经验，然后再实际操作。

按照这个原则，我在销售部的七周时光里，首先，进入了仓库，熟悉了产品的规格、性能、用途等。比如石棉种类中按等级划分，分为三级、四级、五级，每一级又有不一样的规格，比如5-65、5-70等。不一样种产品有细小的差别，用在不一样的方面，性能也是不一样的。同种产品，根据商家的不一样要求，又有很多不一样的规格，规格不一样包装自然不一样，通过包装上方的标识就能够比较清晰的分辨出来产品的种类和规格。熟悉公司的产品是每个业务员的基础。

然后，我在销售部做了咨询业务。主要是通过接打电话，来向有意向的公司来解答产品的问题，报价的问题，还有就是收集公司的信息，这个工作是在基础工作上展开的。工作要做好一点之后，才能继续做下一个工作。

最后，我和我师父一齐外出跑业务，也是照顾我师父，业务员外出跑业务是家常便饭，一连出差好几天都不见面。跑业务的工作主要有发展新客户、巩固老客户和做自我的渠道。公司里的业务员最看重的就是做自我的渠道，渠道的利润要比直接的客户的利润来的要多。

以前明白，巩固一个老客户的成本要比发展一个新客户的成本要低得多，所以销售人员先要巩固自我的老客户。但是，每个公司的策略不一样，所产生的结果也不一样，这个公司的业务员更看重自我所做的渠道，因为渠道里面的销售工作是分环节进行的，下方的代理人员会主动处理客户关系，甚至有的和客户有很紧密的多重关系，使得老客户能够很巩固，

当然大多利润也是从这些老客户中来的，公司业务员主要负责货物的配给，回款和监督检查渠道工作，能够比较简单的完成工作。渠道的作用真的很强大。

三、实习结果：

这次短暂的企业实习，让我们在学校之外，通过自我的身体力行的运用自我的知识，在真正的岗位上观察各种事情，看待各种状况。正如所说的实习就是一面镜子，能够让我们真正的审视自我，让我们更加全面的了解自我的潜力。这次实习圆满的划上了一个句号。

我师父和办公室的同事们对我的工作也都真诚的给出了推荐，他们都认为我挺年轻，潜力很大，头脑机灵，待人亲和力强，这一点适合做销售人员，销售人员总是在和不一样的人打交道，自身表现出来的亲和力能够较快的拉近人与人的距离，能够更快的接近，能够更高效的沟通，对工作的完成也有很大的帮忙。销售能力是知识和实践相结合的产物，所以在以后的工作中，同事们都告诫我，要在不落下学习的状况下，多参加企业社会活动，试着用自我的思维，解答生活和工作中的问题，理论和实践相结合才能做好销售，才能积累经验。

在实习中，我主要是协助我师父和同事们完成各项工作，在这段实习当中，我感觉工作环境能够变得很好，工作能够变得既认真又有乐趣，我的实习让我看清了自我的优势和劣势，给了我有一个目标，让我能够更加完善自我，这就是实践给我的最大的收获。

四、实习总结和体会：

第一，理论是基础，实践是能力。我们上大学所学的知识大部分都是工作中切实需要的，我们没有这样的理论就不能理解工作中的原因，就没有切实可行的方法，就不能高效的处理问题，理论是我们工作中的基础支撑，没有他们就没法往

前走，它就相当于走路中的鞋。但是，单单有鞋是不行的，只有理论也是纸上谈兵。能够运用自我的理论知识，真正的处理工作中出现的问题，用自我的方法解决问题，能力才是我们在以后的就业、工作中真正需要，真正重要的东西。我们的能力要在实践中不断积累，正所谓读万卷书，行万里路，能够得到不一样的知识，相互补充，到达完整。做销售更是这样。

第二，思维也是一个不断成长的过程。当我们在校园中的时候，我们的一些想法，一些看法，一些谈论的东西让人听起来是很天真的，年轻的我们总是把问题想象的很简单，我们能够通过自我的一些努力就能够得到同等的回报，然后我们毕业后的生活能够如何红红火火，自我的工作能够如何蒸蒸日上，等等。但是，当我亲身接触到这些在奋斗的人们的时候，我才发现，事情并不是我们想象的那么简单，我们的思维也是一个成长的过程，我的心理年龄是很年轻的，我们不明白世界的纷繁复杂，我们不懂的人情世故，我们不能猜透人心，我们的思维也在和经历一同成长，当我们经历了以后，才发现事情原先是这样的，社会原先是这样的，世界原先并不平静，天空不是一成不变的。在经历之后，我们重新认识了世界，重新调整自我，让我们以后的工作和生活能够很好的进行下去。

第三，经历就是一种财富。想起这句话，人们越来越看重幸福感，谈论幸福也很多，我一直认为幸福是一个过程，不是结果。勇敢的往前走，不忘欣赏道旁的风景。我们看到的，我们听到的，我们体会到的，我们回忆的，都是我们的财富人生财富。人生要活的精彩，公司里面的工作氛围很好，我感觉人们的工作态度都很热情，工作也不忘快乐。我们的生活就应是这样。痛苦一分钟，就失去六十秒的幸福。以后，我们的工作也就应有快乐，不需要太繁忙，不需要太过紧张，不需要一向向前奔跑，我们不忘向前走，然后欣赏道旁的风景。和办公室的同事们交谈，这是他们告诉我的。我们的幸福掌握在我们手中，我们想要什么样的幸福，就应想方设法

去追求这样的幸福。

最后，在适宜的年龄做适宜的事情。我师父告诉我的，也像毕淑敏说过的话，人生在二十岁的时候就要体会二十岁的时光，四十岁就四十岁的事情，等到八十岁了也不会羡慕年轻的你们，因为以前我也年轻过。我们此刻是二十多岁的青年人，就应给自我一个清晰的定位，尽管我们走进了企业，我们挣钱了，但是我们还是要走进校园来完成接下来的学业，要认认真真的学习知识，努力实践，不要为了钱而活，事情做好了，自然有回报。为钱太累，青年人有无限的热情和闯劲，但是要在适宜的年龄做适宜的事情。大学很短暂，转瞬即逝，我们的大学只有一次，好好享受这样的大学时光，等我们走出校园了，在社会上开始经历真正的社会人的生活，又是不一样的风景和感悟。

这次的实习，我很感谢我身边的人，他们让我不仅仅实践，不仅仅学习，让我重新认识我们的生活，我的方向。这次实习有好多意外的收获，我以后找机会还会参加这样的实践活动。