# 职高毕业生实习工作总结范文

来源：网络 作者：青灯古佛 更新时间：2025-01-16

*职高毕业生实习工作总结范文（7篇）大家要在实习期间中一定要好好感悟，好好学习。实习期是大家从学生向职场身份转变的一个过渡期，而相关的工作总结怎么写呢?下面是小编给大家整理的职高毕业生实习工作总结范文，仅供参考希望能帮助到大家。职高毕业生实习...*

职高毕业生实习工作总结范文（7篇）

大家要在实习期间中一定要好好感悟，好好学习。实习期是大家从学生向职场身份转变的一个过渡期，而相关的工作总结怎么写呢?下面是小编给大家整理的职高毕业生实习工作总结范文，仅供参考希望能帮助到大家。

**职高毕业生实习工作总结范文篇1**

建筑实习总三周的生产实习已经告一段落，回顾这些天的经历，确实学到了许多实在的东西，也思考了许多问题。此次在施工现场实习，能亲眼看到各个班组的施工过程，能亲耳听到技术人员针对某某问题的讨论，能亲自看到各种施工图纸，这些使自我对于房屋建筑工程施工基本状况有了感性的认识，也为立刻大三课程学习带给了参考方向。以下就为这次实习的一些收获总结：

1、透过这次实习，书本上的知识在实习过程中得以消化，对于一些专业术语、具体的施工程序都有了深入的了解，巩固了理论知识。比如说对于钢筋加工的过程，构造柱钢筋的绑扎，从前只是听教师讲解和书本上学习，但对于具体操作并不清楚。这次在现场亲眼看到了以后，将理论同实际联系起来就很直观，印象个性深刻。

2、在施工过程中，很多时候实际施工操作与书本上的理论知识并不必须相贴合。比如：一根宽300的梁其下部钢筋为6φ2533，在理论上要求保证钢筋间的最小间距>25，但在实际操作时是正因某处钢筋太多而往往办不到。这就需要多年的施工经验积累同理论知识相结合，做出适当的变通。我们务必学好扎实的理论知识，很多东西虽然说都在课堂上学过，可我们还没有学精，没有将其转化为自我的资本，不能够学以致用。不管将来从事施工或者设计，都需要我们平时多留心，多观察，多发问，需要我们不断的积累和广泛收集信息。我们生活的四周，许多东西都是值得去学习去思考的。所以，我们需要打下扎实的基本功，牢固掌握专业知识，培养自我运用理论知识解决实际问题的潜质，这样才能在自我的工作领域上站稳脚跟。

3、目前，我国建筑市场的发展还不是很完善，信息缺乏，管理力度不够，建筑规范和相关法律法规没有彻底的贯彻和执行。在实习现场，同样存在着许多问题。比如施工准备不足，道路以及临时设施都没有到达规范要求，没有采取雨季施工措施，钢筋不注意保养，浪费严重等等。坚信随着制度的发展完善，各种问题都就应会解决和避免的。

4、当今社会竞争激烈，作为刚毕业入行的新人，我们就应端正自我的态度，给自我作一个好的定位，不好自恃甚高也不就应妄自菲薄。对每项工作都要认真踏实，创造出价值才有所收获。对人就应热忱，处理好周边的关联。所谓“先做人后做事”，在建筑行业这个大圈子里尤其需要为人处世的潜质。并且我们还要学会虚心向他人学习，不懂就问，态度要诚恳，让别人愿意将自身的积累传授于你。这样一点一滴地积累才能是自我不断发展。

实习结束了，虽然过程是辛苦的，但确是充实而欢乐的。提前感受了工作中的酸甜苦辣，使我对未来的生活有了心理准备也充满了向往和自信。在实习过程中，十分感激其他8位同学的帮忙与照顾，也十分感激吴剑锋教师三周来不辞辛苦的来回奔波在施工现场答疑和指导!

**职高毕业生实习工作总结范文篇2**

20\_\_年x月x日，我正式进入到丽王(南通)化工有限公司。因为以前没接触过化工之类的公司，所以新公司的一切一切对我来说都是陌生的。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。虽然在到公司上班以前对公司大概熟悉了一下，但是实际上当我来到这里之后，我发现我自己所了解的知识只是些毛而已，连皮都不算。到质检科实习的一个月时间，真正的让我学习到了些我所没接触过的知识。孔子说：三人行，必有我师焉。来到公司之后，我觉得工作无从下手，我就跟一个刚进入幼儿园的小朋友一样，什么都不懂，什么都不会。质检科的戴主任、蔡老师、王姐、刘姐等都耐心的教我，指导我，我不会的都像他们虚心请教，他们也是耐心的给我讲解，把他们所知道的知识教给我。实践是检验所学知识的最好试金石。讲所学知识转化为工作能力，这才是真正做到学有所用。一个月的时间转眼即过，对于我这样的新人，学习的时间是远远不够的。在以后的工作中，我会做到以下几点，继续学习理论知识，努力提高自己的工作能力：

一、继续学习，不但提升理论涵养

在信息时代，学习是不断获得新信息，获得事业进步的动力。作为一位刚进入公司的新人，更应该把学习作为保持工作积极性的重要途径。走上工作岗位以后，我会积极响应公司号召，结合实际工作，不断学习理论和社会知识，用先进的理论武装头脑，使自己的工作更加优秀。

二、努力实践，自觉进行角色转换

只有将理论付诸于实践才能实现理论自身的价值，也只有将理论付诸于实践才能使理论得以检验。同样，一个人的价值也是通过实践来实现的，也只有通过实践才能锻炼人的品质，彰显人的意志。必须在实际的工作和生活中潜心体会，并自觉的进行这种角色的转换。

三、提高工作积极性和主动性

一个优秀的员工的工作态度应该是积极主动的。天下没有免费的午餐，不劳而获只是幻想。作为一位员工，不应该是等事做，而是积极主动的去找事做。

实习，是开端也是结束。展现在自己面前的是一片任自己驰骋的沃土，也分明感受到了沉甸甸的.责任。在今后的工作和生活中，我将继续学习，深入实践，不断提升自我，继续创造更多的价值，做一名合格的优秀的丽王人。

**职高毕业生实习工作总结范文篇3**

光阴似箭，岁月如梭，转眼间我在常德市第一中医院实习已经九个月在这九个月里，我把在学校的理论知识与实践相结合，在实习老师的指导下，认真的学，认真的记，认真的思，较好的完成了，实习任务，现将实习情况总结如下：

根据实习老师的安排，我先后在中药房、西药房、煎药室、中心药房实习。通过这九个月的实习我明白了“活到老，学到老”及的道理;不管做什么事都要认真、细心，对病人要温柔、使用礼貌用语、语调平和、举止大方、不卑不亢、热情、尊重、不歧视、少用专业术语，充分体现“一切为了人们”的药学服务理念;一些常用中药煎药方法;明白了理论与实践相结合的重要性;认识到自己的学识和阅历还很欠缺，所以在实践的过程中要认真对待。

通过这次实习我使我从理论高度上升到实践高度，为我以后的工作打下了坚实的基础，我还感受到从一个学生转变到一个职业人的过程，还学到了许多书本上学不到的知识，最真实的是人际关系，体会到：多看书，到了社会上总有用处的重要性。我严格以学生的身份约束自己，做好实习生应尽的义务。我卸下了学生的身份，以一个职场人的身份去面临踏入社会前的第一次实习。实践检验了我的理论知识，也丰富了我的专业技能。

通过实习，我发现我在很多方面还存在很大的差距：一是知识面不广、理论知识掌握得不透彻，还不能很好地适应岗位的需要;二是实践能力、操作能力还不够，办事效率不高等，这些问题我将在以后的实际工作中加以改进和完善。

我在中医院中药房三个月的实时期即将结束，通过这三个月的实习我已由一个懵懂无知的小女孩逐渐向一个有责任感的女生转变。当然这些都离不开中药房的师兄、师姐及唐主任的悉心教导。通过这三个月我发现医院采用联网系统发药，病人首先要找医生或医师咨询自己该用什么药，再去收费室报自己的名字，然后交费，如果是中药，就到中药房拿药;，如果是住院的病人，中药房的电脑上都会显示每个病人需要的药品及数量，工作人员只需要按照电脑上的内容发药即可，当然发药时一定要看仔细，不要看错或发发错了。如果看错或发错了后果不堪设想。最后由每个科室的工作人员到相应的地点拿药。

我每天都会看专门打印住院药房处方的电脑上有没有要点的处方，如果有就以最快的速度点完，然后帮师兄、师姐们的忙。他们不仅是我的师兄、师姐，也是我工作的榜样，娱乐上的好玩伴、为人处世方面的老师。我已融入中药房这个大集体中，和师兄、师姐们建立了良好的友谊，不管是生活还是工作上的不懂之处只要我问他们，他们都会耐心地教我。我还真有点舍不得离开他们。我发现虽然每天都拿着处方点药，但有时难免会出现错误，当出现错误时我都会及时改正，改正后下次吸取教训，也是实习过程中的经验。

总的来说，实习的目的就是把书本上的理论知识与实践相结合，在错误中吸取教训，不要掉以轻心，要不断努力，有责任心，细心，干一行，爱一行，服务大众。

时间过的真快呀，转眼间我在中医院中心药房已经两个月了，通过这两个月的实习，我发现中心药房的工作量是最大的，每天都有许多住院病人的药需要拿，有些单子的长度差不多·有一个人那么长。这里的工作时间与西药房的一样，不同的是：有些药这里没有，西药房有，有些药这里有，西药房没有;西药房中午没人值班，这里有人值班;西药房不上晚班，这里上晚班。我已熟悉了这里的工作流程及常见药的位置，已经能够拿药了。

这里的老师对我都很好，特别是x老师，她总是安排我做事。我知道她是为我好。她虽然是年纪最大的，但是做起事来，依然是一丝不苟;主管赵老师虽然嗓门有点大，但心地善良。

**职高毕业生实习工作总结范文篇4**

回首三年学习生活历历在目，不仅是我不断增长知识、开拓眼界的三年，更是我在思想、文化上不断认识，学会做人的三年。我也逐渐成为一名有理想、有道德、有文化、有纪律的合格职高生。

生活上，我拥有严谨认真的作风，为人朴实真诚，勤俭节约，生活独立性强。我热爱集体，尊敬师长，团结同学，对班级交给的任务都能认真及时完成。

学习上，我从刚跨入职高时的失落与迷茫，到现在即将毕业的从容、坦然。我知道，这是我人生中的一大挑战——角色的转换。这除了有较强的适应能力和乐观的生活态度外，更重要的是得益于职高三年的学习积累和技能的培养。我自认为无愧于职高三年，刚入学时：我曾为职高生而懊丧过。但很快，我选择了坦然面对。因为我深信：是金子在任何地方都会发光。所以，我确信，职高生的前途也会有光明、辉煌的一天。通过三年的学习，我懂得了很多。从刚步入立信分部那天真幼稚的我，经过三年那人生的挫折和坎坷，到现在成熟、稳重的我。使我明白了一个道理：人生中不可能存在一帆风顺的事，只有自己勇敢地面对人生中的每一个驿站。

当然，三年中的我曾也悲伤过、失落过、苦恼过，这缘由我的不足和缺陷。但我及时反省了，这只是上天给予的一种考验，我是不能够被\_\_的。作为职高生的我应该善用扬长避短的方法来促进自己，提高自己的综合水平能力。职高三年生活使我清醒地认识到自己的不足之处，如：有时学习时间抓不紧、各科学习时间安排不尽合理。因此，我将加倍努力，不断改正缺点，挖掘潜力，以开拓进取、热情务实的精神面貌来迎接未来的挑战!

学期末，我去单位进行了为期一个月的实习。以下是我从个人实习意义及对会计工作的认识和总结：

1、作为一个会计人员，工作中一定需具备良好的专业素质，职业操守以及敬业态度。会计部门作为现代企业管理的核心机构，对其从业人员必须要有极高的素质要求。

2、作为一个会计人员要有严谨的工作态度。会计工作是一门精准的工作，要求会计要准确的核算每一项指标，牢记每条税法，正确使用每个公式。会计不是一项具有创新意识的工作，它是靠一个又一个精准的数字来反映问题的。所以，从事会计工作的人员必须要加强对数字的敏感度，及时发现问题、解决问题、及时弥补漏洞。

3、作为会计人员要具备良好的人际交往能力。会计部门是企业管理的核心部门。对下要收集会计信息，对上要汇报会计信息，对内要相互配合整理会计信息，对外要与社会公众、政府部门搞好关系。在各个部门、各种人员打交道时一定要注意沟通方法，协调好相互之间的工作关系。工作最重要具备：正确的心态和良好的心理素质。

这次的实习时间虽然很短暂，接触到的虽然只是整个会计部门的工作流程，工作很浅。但是依然让我学到了许多知识和经验，这些都是无法从书本上得来的。通过实习，我能够更好地了解自己的不足，了解会计工作的本质，了解这个社会的层面，能够让我更早地为自己做好职业规划，设定人生目标。处在这个与时俱进的经济大潮时代，作为一名财会专业的学员，在大浪淘沙中能够找到自己的屹立之地，让自己所学为社会经济做出自己应有的贡献!

在学校的时候，总是觉得学习的压力以及有点厌学的心态，终于还是选择了一所职高，并不知道那是“万恶之源”，不知听谁说了，现在的大学生都找不到工作，读“职高”并不是代表“低人一等”，恰恰相反可以学一门技能，将来也可以有个好工作，可是，现在才明白，那些都是道听途说的，事实上走上社会的第一块“敲门砖“就是文凭，一个“高中文凭”根本远远不够，学的知识也好，个人的素质也好。

可是，世界上总是没有“后悔药”吃，读职高的最后一年就是实习，希望表现的好一点，可以有个公司留我下来，好吧，通过了层层的选拔，终于有个公司收留了我，真是万幸，本以为可以好好地学，好好地做,可是，后来才发现，在学校里学的根本就不够，甚至可以说学校里学的，在工作上根本没有用武之地，一切都要从头开始学，从头开始做。

第一天去实习的时候，师傅就教我把数据输入进电脑，看看简单的工作，但是就这样很多个数据在眼前难免一些出入，何况又是第一天去，所以，师傅就说：“这么简单的几个数据就错了那么多，你到底有没有用心!”而且我以为，数据错了只要在本机上改一下就可以了，其实，并没有这么简单，公司统计的数据都是直接输入电脑，然后之间传送给公司领导的电脑的，如果出现一个错误就很难改正了。听到别人这样说的时候心里真的不是什么滋味，心里想着明天，明天我一定不再出错了。

第二天，我进步了很多，师傅看到我进步，稍稍表扬了我一下，我想我还是可以坚持地做去的。但是，我还有很多学的，还有很多不足之处。所以现在，我要用比之前更努力地态度再去学习。

后来，师傅开始教我比较难的东西了，我也开始认真的学，但是，我进的公司还是不是很好，实习的时候不但没有工资之外，还没有中饭供应，每天除了输数据之外，还要做报表，下班之后，领导又美其名曰要“培训”，他在讲台上讲根本就不能体会我们感受，一些基本的知识还要讲得很复杂，有时也觉得，我们是在浪费时间，学一些没有用的东西。

现在，我终于也通过了考试，读了大专，考了会计从业资格，之后，我想我会有一个好工作，但是短短的实习生的日子还是让我印象深刻，让我改变，让我成长，读书的时候，真的最快乐的时候，为什么人都要在失去的时候才懂得珍惜呢?

**职高毕业生实习工作总结范文篇5**

真快，实习以来，在单位领导的精心培育和教导下，通过自身的不断努力，无论是在思想上、学习上还是工作上，都取得了长足的发展和巨大的收获。以下是我的实习工作自我鉴定内容归纳如下。

在思想上，我能够严格要求自己，自觉遵守公司的各项规章制度，坚持参加公司每次的培训。要求积极上进，爱护公司的一砖一瓦，一直严谨的态度和积极的热情投身于学习和工作中，虽然有成功的泪水，也有失败的辛酸，然而日益激烈的社会竟争也使我充分地认识到成为一名德智体全面发展的优秀工作者的重要性。

在学习上，更是对自己严格要求，端正工作态度，作到了理论联理实际;从而提高了自身的一专多能的长处及思想文化素质，包括生活中也学到了养成良好的生活习惯，生活充实而有条理，有严谨的生活态度和良好的生活作风，为人热情大方，诚实守信，乐于助人，拥有自己的良好做事原则，能与同事们和睦相处。

在工作中，我努力一丝不苟，无论在总台、还是在客服部门，都是以客人为先，尽量满足客人的要求。那时候是学习gps的操作技能，不管在哪个部门，都严格要求自己，刻苦钻研业务，就是凭着这样一种坚定的信念，争当行家里手。为我以后的工作顺利开展打下了良好的基础。

记得刚到公司时，那时候的公司生意爆满，而我虽然是刚从母校那学习了一些理论知识，但这一现状不能满足工作的需求。所以自己的工作计划无法正常展开。为了尽快掌握服务行业，每天坚持来到公司学习公司制度及理论知识等等，到了工作时间，就和那些前辈们学习实际操作及帮忙做点小事情。

到了晚上思家的心情与日俱增，那时台长知道后常给我们开会，聊聊工作的不便及心中的不满加上自身不足，以给予工作上支持精神上的鼓励，经过较长时间的锻炼、克服和努力，使我慢慢成为一名合格的服务者，就样度过三个月的工作，让我收获最多的也就是在服务的时候，它让我了解到了人们最基本的交际礼仪，对待客人要热情、友好、耐心。这也是我本人性格中所缺乏的、所没有的，也让我明白与同事之间相处也需要这种精神。其实这也是改变不好性格的良好途径。

以上是我的实习工作自我鉴定。虽然实习只有三个月，但中间的收获是不可磨灭的，这是一笔宝贵的财富，这笔财富将对我现在及以后的职业生涯发展起着至关重要的作用。而这些成果的得来与单位的领导和同事们的帮助是分不开的。我始终坚信一句话“一根火柴再亮，也只有豆大的光。但倘若用一根火柴去点燃一堆火柴，则会熊熊燃烧”。我希望用我亮丽的青春，去点燃每一位客人，感召激励着同事们一起为我们的事业奉献、进取、创下美好明天，我信心百倍。

**职高毕业生实习工作总结范文篇6**

从校园的大门到进入公司实习快两个月了，在这两个月的实习时间里，我在领导的精心培育和教导下，并且通过自身的不断努力，无论是在实践上还是工作上，都使我有所了解和收获。

自从进入到公司，管理人员安排了员工培训，从中既让我了解了我们公司的一些规模以及公司的产品，也给了我们公司各部门管理人员的相互交流的机会，并且使我更多的了解各部门生产的产品;公司又一次的为我们管理人员安排了野外拓展训练，在这场训练中我有此感悟到这全是靠我们集体才能完成的任务，这代表着团结一致，再加上人多办法多，才使我们在短时间内既惊又险的完成了每项训练，最后我们在欢乐的笑声中共度了晚餐，在共度晚餐中又一次给了我与他们交流的机会。

我一直在质量品管部门，担任“行政助理”岗位，整理有关电池片的反馈资料以及后勤等等，从一开始的不懂到目前熟练的操作，这一切不仅是在领导不断的指导下而且也是在我自己不断的严格要求自己，努力的去做好每一件事情，尽管有时候采购一些物品的采购清单给领导审批，却未批准的情况下，我并没有气馁，因为我知道小小的挫折不算什么，只要有信心，我能做的更好。

我谦虚谨慎，勤奋好学。注重理论和实践相结合，将所学的课堂知识能有效地运用于实际工作中，认真听取老员工的指导，对于别人提出的工作建议，可以虚心听取。表现出较强的求知欲，并能够仔细观察、切身体验、独立思考、综合分析。

生活上待人诚恳，作风朴实。严格遵守单位的各项规章制度，实习期间，未曾出现过无故缺勤，迟到早退现象，并能与单位同事和睦相处，交流融洽，善于取长补短，虚心好学，注重团队合作。

面对以后的工作，我将会更加努力拼搏，为自己的未来打拼出一片精彩!

**职高毕业生实习工作总结范文篇7**

在实习生活以来我一直以严谨的态度，积极的热情投身于学习和工作中，有失败的辛酸，也有成功的喜悦，然而日益激烈的社会竟争也使我充分地认识到，成为一名德智体全面发展的优秀学生的重要性，实习中我觉得收获不少，我想这些对于我今后的学习和工作会有很大的帮助的。

我体会深刻的一点是：理论要与实践相结合。其实很多东西在学校的时候我都学习过，但知道的都是理论，知道操作步骤，却没有多少实践，甚至都没有考虑到按照这些步骤去做的时候，也会出现很多的问题以及要如何去解决这些问题。在遇到问题的时候我全面的思考，不让自己的思想有局限性。

我谦虚谨慎，勤奋好学。注重理论和实践相结合，将所学的课堂知识能有效地运用于实际工作中，认真听取老员工的指导，对于别人提出的工作建议，可以虚心听取。表现出较强的求知欲，并能够仔细观察、切身体验、独立思考、综合分析，灵活运用自己的知识解决工作中遇到的实际困难。

工作中踏实肯干，吃苦耐劳。有创造性、建设性地独立开展工作的思维;具有一定的开拓和创新精神，接受新事物较快，涉猎面较宽，有自己的思路和设想。能够做到服从指挥，认真敬业，工作责任心强，工作效率高。

在生活上，养成了良好的生活习惯，生活充实而有条理，有严谨的生活态度和良好的生活作风，为人热情大方，诚实守信，乐于助人，拥有自己的良好出事原则，能与同事们和睦相处;积极参加各项课外活动，从而不断的丰富自己的阅历。

实习结束了，我学到了很多东西，也觉得自己成长了很多。丰富了自己的知识面，也开阔视野，实习是一个过程，需要我们不断的积累和更新，也需要我们的坚持。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！