

岗位实训个人总结(实用20篇)

考试总结是提高学习能力和成绩的必备环节，忽视它会让我们失去进步的机会。小编为大家搜集了一些具有代表性的教师总结范文，希望可以给大家提供一些思路和启发。

岗位实训个人总结篇一

真的不得不感叹时光的威力，一眨眼，短短四个月的顶岗实习生活已步入尾声。犹记得实习前大家欢欣鼓舞奔向实习学校的兴奋场面，可现在，我们就要和生活学习过近半年的地方说再见了。也许实习生活并不尽如人意，可能它并没有达到你想要的高度，但是，实习的的却却让我们认识了很多感悟了很多收获了很多。

可以说我很幸运，我能够接触到两个完全不一样的实习学校。最初的我在__二中南校区，这里的教育理念先进，教学设施完善，老师的教学水平和学生的素质都相对较高。因而这也使得刚刚到这里的自己压力很大，突然间发现自己还有很多的知识需要学习。在二中的一个多月时间里，虽然说上课的机会不多，但通过听课参加初二数学组的集体备课，我的收获也不算少。

我很珍惜在二中上课的机会，每一次备课都会请指导老师帮忙指导，老师也很热心地看我的教案并提出改进意见，正因为有老师的倾心指导，才使得我的每一节课都能取得很大的成功。同样，我也很感谢听课的老师，每一位听我课的老师都会在课后给予我很大鼓励和帮助，肯定我的优点，对我的不足提出建议及改进方法。还有那一群可爱的学生，第一次站上讲台的我可能会显得很“笨拙”，但你们认真听课所带给我的感动却久久不能忘怀.....

现在依然记得刚到二中时年级主任的一句话：在二中实习，

你会成长的很快!的确，在二中的时光充实而有意义，短短一个月的时间我的教学水平较原来已有很大的进步，感谢顶岗实习给我机会，感恩帮助我的老师及学生。二中，我的母校，你教给我知识教会我做人教导我如何才能成为一名合格的老师，“政治领袖，科技精英，各行各业领军人物”，我相信未来的我一定会成功!

岗位实训个人总结篇二

我从20__年3月开始到__医药上海办事处销售部实习，在各位经理和同事的指导帮助下，我慢慢了解到公司企业文化的博大精深.经过系统培训后，具备了基本的销售技巧，但还有待在今后的实践中不断地提升自我，从而才能让自己在社会上立足，才能更好地为公司效力。

在经理的指导下，我们对上海市场做了全面的调研，尤其是虹口、浦东、宝山等区域的社区医院，无论是从它的地理位置、交通路线及医院的进药程序都进行了全面的排摸。从中逐渐培养了自我独立的工作能力和沟通协调能力。

在调研期间里，我努力过，挫折过，彷徨过，喜悦过，但从来没有退缩过!

如：第一次去上海市一钢医院时，向医生索取信息时，我显得有点紧张，也不知如何组织语言顺利地向医生打听到我想要的信息，这一次拜访就这样失败告终了。情绪难免有点低落，回去后向杨经理报告今日的状况，杨经理耐心地听我们述说当时的情景，觉得我们跟医生交谈存在着漏洞，并引导且教我一些谈话技巧。当我再次踏进这医院时向医生问取进药程序如何进行时，这次医生向我透露一些情况，说你去找管药的杨院长。得到这信息后我直接去找杨院长，可杨院长只说你找我们药剂科孙主任登记一下吧!我过去找孙主任，而孙主任只说你要找临床主任打报告，我们要开药事会通过后

方能采购。同时也了解到该院的同类产品是30mg拜心同。我是利用我们产品价格便宜的优势与30mg拜心同对比，一天不到8毛钱的费用，不会过多增加患者的经济负担，效果也是比较好的，加上天气热了用30mg那么大的剂量也是浪费。说着说着，临床严主任开始接话问我们的药多少钱，自己算了一下，说价格便宜是你们的优势，我先和其他医生商量一下，不过我们的药事会是不定期开的，你先留份资料且写下你们药的价格吧，我们考虑一下。这一次让我感觉到要从医生那获取信息，谈话技巧是很有讲究的。在这段时间里，我体味着享受着工作带来的快乐与激情，并坚定着有付出终有回报的信念。

4月份我们正式分配到青浦，把我这段时间所学到的东西运用到实践中。为了更好的锻炼自己，颜大哥给我分配5家卫生院。刚开始我充满自信，觉得自己一定能做好。谁知练塘卫生院的医生个个都是那么沉默，我无法跟他们进行有效沟通。不知是什么原因，我一边反省自己到底错在哪里，一边想怎么让医生接受我并记住有我这人存在。正巧过几天就是端午节，我买了礼品在刘老师居住的小区门口等待她下班。借此机会，我了解到她们科室内部不和。找到这个突破口后，下次去跟进，我不再针对跟某个医生聊天，而是整体进攻他们。这一次我们聊得好愉快！

经过这段时间的实习，我不仅很好地运用所学的专业知识，而且还学到了很多在学校学不到的待人处世之道，阔大了知识面，也丰富了社会实践经历，为我即将踏入社会奠定了很好的基础。

非常庆幸自己有一个这么宝贵的实习机会，让我对社会、对工作、对学习都有了更深一步的理解和认识，为我即将走上工作岗位增添了信心，让我在大学生活中留下了美好的一面。其次，我还感谢各位师傅，感谢给我的指导，谢谢！我也要请各位经理说一声谢谢，感谢你们对我的栽培！

岗位实训个人总结篇三

在繁忙的工作中不知不觉又半年的时间又过去了，回顾这半年的工作历程，作为__企业的每一名员工，我们深深感到__企业之蓬勃发展的热气，__人之拼搏的精神。下面是我20__年自我总结，敬请各位领导提出宝贵意见。

我是__销售部门的一名普通员工，刚到房产时，我对房地产方面的知识不是很精通，对于新环境、新事物比较陌生。在公司领导的帮助下，我很快了解到公司的性质及其房地产市场，作为销售部中的一员，我深深觉到自己身肩重任。作为企业的门面，企业的窗口，自己的一言一行也同时代表了一个企业的形象。所以更要提高自身的素质，高标准的要求自己。在高素质的基础上更要加强自己的专业知识和专业技能。此外，还要广泛了解整个房地产市场的动态，走在市场的前沿。经过这段时间的磨练，我已成为一名合格的销售人员，并且努力做好自己的本职工作。

房地产市场的起伏动荡，公司于20__年与__公司进行合资，做好销售工作计划，共同完成销售工作。在这段时间，我积极配合__公司的员工，以销售为目的，在公司领导的指导下，完成经营价格的制定，在春节前策划完成了广告宣传，为__月份的销售__奠定了基础，最后以x个月完成合同额__万元的好成绩而告终。经过这次企业的洗礼，我从中得到了不少专业知识，使自己各方面都有所提高。

20__年下旬公司与__公司合作，这又是公司的一次重大变革和质的飞跃。在此期间主要是针对房屋的销售。经过之前销售部对房屋执行内部认购等手段的铺垫制造出__火爆场面。在销售部，我担任销售内业及会计两种职务。面对工作量的增加以及销售工作的系统化和正规化，工作显得繁重和其中。在开盘之际，我基本上每天都要加班加点完成工作。

经过一个多月时间的熟悉和了解，我立刻进入角色并且娴熟

的完成了自己的本职工作。由于房款数额巨大，在收款的过程中我做到谨慎认真，现已收取了上千万的房款，每一笔帐目都相得益彰，无一差错。此外在此销售过程中每月的工作总结和每周例会，我不断总结自己的工作经验，及时找出弊端并及早改善。销售部在短短的三个月的时间将二期房屋全部清盘，而且一期余房也一并售罄，这其中与我和其他销售部成员的努力是分不开的。

20__年这一年是有意义的、有价值的、有收获的。公司在每一名员工的努力下，在新的一年中将会有新的突破，新的气象，能够在日益激烈的市场竞争中，占有一席之地。接下来，我们会做好20__年下半年工作计划，争取将各项工作开展得更好。

岗位实训个人总结篇四

20__月__日。

二、实习地点

__医院。

三、实习过程

护士长带领我们所见的第一站是：护士咨询台，以前进医院一直把这里看的极其平常，然而今天却感觉一点都不平常呢。面对病人流动量大，治疗项目多且没有规律的特点，他们具备随机应变，合理安排的能力，在最短的时间内，给患者提供最完美的答复，护士们主动热情周到细致，礼仪服务是提高服务质量行之有效的方法，个人素质服务水平与服务质量都体现了护理队伍的整体形象。

护士长给我们介绍环境、护理任务、交接班和护理程序，了

解病人情况，护士工作无非就是交接班和铺床各项护理操作，看见人家都很熟练的操作这些的时候，在想自己今后也要做这些相同工作，不免有些害怕。

刚进入病房，总有一种茫然的感觉，对于护理的工作处于比较陌生的状态，也对于自己在这样的新环境中能够做的事还是没有一种成型的概念。庆幸的是，我们有老师介绍各班工作，带教老师们的丰富经验，让我们可以较快地适应医院各科护理工作。能够尽快地适应医院环境，为在医院实习和工作打定了良好的基础，这应该算的上实习阶段的第一个收获：学会适应，学会在新的环境中成长和生存。

护士的工作是非常繁重，尽管在未入临床之前也有所感悟，但是真正进入病房后，感触又更深了。的确，护士医学教育网的活很零碎，很杂乱，还可以说是很低微，可是透过多数人的不理解，我们发现，护士有着其独特的魅力。医院不可能没有护士，这就说明了护士的重要性。医生离不开护士，病人离不开护士，整个环境都离不开护士。

到病房实习，接触最多的是病人，了解甚深的是各种疾病，掌握透彻的是各项基础护理操作。实习的及最终目的是培养良好的各项操作技能及提高各种护理工作能力。所以在带教老师“放手不放眼，放眼不放心”的带教原则下，我们积极努力的争取每一次的锻炼机会，如导尿术、插胃管、床上洗头、床上擦浴、口腔护理、自动洗胃法、静脉输液、各种灌肠法等各种基础护理操作。同时还不断丰富临床理论知识，积极主动地思考各类问题，对于不懂的问题虚心的向带教老师或其它老师请教，做好知识笔记。以更好的加强理论知识与临床的结合。

实习科室多数是整体病房，我们所跟的多是主管护士，跟随老师分管病人的同时，我们会加强病情观察，增进对病人疾病的了解，同时对病人进行各项健康知识宣教，这样能锻炼我们所学知识的应用能力。按照学校和医院的要求我们积极

主动地完成了病历的书写，教学查房，讲小课等，这些培养了我们书写、组织、表达等方面的能力。整体上说，实习期间的第三个收获，也是最庞大的收获：护理操作技能提高了，疾病认识水平上升，各项护理工作逐渐熟练，在培养优秀的职业技能水平同时也培养了一种良好的学习习惯，通过思考，举一反三。

护士长又带领我们参观了手术室，护士长告诉我们，手术室是最注重干净，整洁，无菌，穿手术衣，戴帽子，口罩，头发，衣袖，裤脚都不能漏在外面。手机也要放静音，进了手术室，要认真观察每一个手术每一步用什么器械，要记住并认真认识每一种器械，看看器械护士是怎样估计到下一步医生的企图，注意器械护士传递各种器械的方法。

一周过去了，我去了几个科室，也见到了病人的离去和新生儿的降生。当我看到心电图成一条直线时，我体会到了健康是多么重要。对护士的要求是多么严格，作为一名实习生来说，一天三班倒，熬夜在正常不过，有谁知道这白衣天使背后的辛酸。晚班，早班，夜班，日夜颠倒时如此艰辛。这让我深深体会到了护士这个职业的使命感和责任感。

四、实习体会

从这次观察中，我知道了今后好好学习的重要性，每一个操作都要会做，其实护士工作是个熟能生巧的过程，我们只有不断学习，思考，锻炼，才能拥有更加牢固的技能，我会更加珍惜以后学习时间，珍惜每一天的锻炼和每个课堂学习的机会。

最深的体会就是不断学习，不断实践，学无止境，其实不用多说，我们也知道，学习知识本身就是一个长期坚持，不断探索的过程，以后我们也要离开校园，踏入社会，然而社会看重的不仅是所学的书本知识，更多的是看重我们是否掌握了适应社会的能力，一旦踏入社会，我们必须去适应、去融

入，那么怎么做呢？怎么样才能学以致用呢？就显得极其重要。其中最重要的一点就是我们要扎实的的基本功，以知识为后盾，以不变应万变，而这些都是我们在校学习的主要目的。虽然在医院实习的时间不多，但却是为步入社会，走上工作岗位奠定良好基础。

五、实习总结

这段短暂的实习时间里，我们的收获很多很多，如果用简单的词汇来概括就显得言语的苍白无力，至少不能很准确和清晰的表达我们受益匪浅。总之在感谢一附院点点滴滴的培养时，我们将以更积极主动的工作态度，更扎实牢固的操作技能，更丰富深厚的理论知识，走上各自的工作岗位，提高临床护理工作能力，对护理事业尽心尽责！我希望自己能成为一名合格优秀的南丁格尔！

岗位实训个人总结篇五

首先介绍一下我的实习单位：乐昌市造纸厂。该厂位于乐昌市河南镇武江河畔是一间地方国营企业，主要生产卫生纸、瓦楞纸等产品，产品主要销往粤北、湘、赣南和珠江三角洲地区，年产量可达六、七千吨，产值一千多万元。该厂产品曾多次在省级、部级的评比中获奖，深受广大消费者和用户青睐。自元月20日起，在一个月的工作中我参加了该厂的供销实习工作。实习可以分为两个阶段。第一阶段该厂领导安排我在厂的供应室工作，主要是组织收购原材料。通过对这一阶段的工作使我知道了一般造纸的原理。造纸生产分为纸浆和造纸两个基本过程。制浆就是用机械的方法、化学的方法或者两者相结合的方法把植物纤维原料离解变成本色纸浆或漂白纸浆。造纸则是把悬浮在水中的纸浆纤维，经过各种加工结合成合乎各种要求的纸页。我负责收购的原材料是纸皮。把从附近城乡收购到的纸皮再经过车间用机械打碎成浆，高温蒸煮等加工程序后制成卫生纸。不要小看这只是简简单单的购买纸皮，其中还真有学问。以前只是会卖纸皮，现在

可要买纸皮了，而且还是大批大批的买入。这里就要把自己在学校学到的诸如商品学、经济数学、统计学和会计学等知识和实践结合起来用在里面。

例如：为了降低成本必须要以一个较低的价格买入原材料，那就要了解，分析市场上的收购价格，作好记录，而且要兼顾长期联系的老顾客、运费等因素，最后购买了还要作好验货、入仓等工作。其中更有些是课本学不到的经验，就像是买纸皮时要注意纸皮的湿度，湿度大的纸皮就越重，价钱就越高，有些纸皮商就是从中获利不少。虽然在供销室实习只有两周但相信这对我今后工作尤其在供销方面有了一个很好的开始！接下来的第二阶段我被安排到销售室工作。为该厂联系销售业务，推销该厂的主要产品：卫生纸和瓦楞纸。虽然我学的专业更适合推销，但实际上这并不是件好差事。对于我这个毫没有实际工作经验又没有业务联系初出茅庐的人来说推销一种商品确实很难的。所以刚开始那两天真的无从下手，只能跟着单位的同事跑那些有业务联系的老顾客去学学看看。通过一个星期的学习观察和老同事的分析我总结了一下：

该厂瓦楞纸主要是销往珠江三角洲地区，在我们粤北地区确实市场不大，而且自己工作时间短，经验少，又没有很广的交际面，与其推销瓦楞纸和卫生纸两种产品而分散力量倒不如集中力量推销在粤北地区也很大市场的卫生纸。“皇天不负有心人”通过努力我终于在最后一个星期里做成了两挡生意。虽然有一挡是推销到自己亲戚的门市部那里但生意成功总是值得高兴。另外一挡就是自己努力的结果更值得骄傲。这挡生意是一间零售商店。为了这挡生意我做了很多功夫：背熟资料，市场调查，打听该店实际情况，总结前几次失败原因等等。通过这两个星期的推销实习使我深深明白到推销的重要性和搞推销是一件很辛苦的事，根本不是读书时想象的那样简单。同样也使我深刻体会到在学校学好专业知识固然很重要，但更重要的是把学到的知识灵活运用到实践中去。在为期1个月的实习里，我象一个真正的员工一样拥有自己的

工作卡，感觉自己已经不是一个学生了，每天7点起床，然后象个真正的上班族一样上班。实习过程中遵守该厂的各项制度，虚心向有经验的同事学习，一个月的实习使我懂得了很多以前不知道的东西，对乐昌市造纸厂也有了更深的了解，通过了解也发现了该厂存在一些问题：

(2) 销售业务工作管理还不够完善，资金回笼有时不够及时，直接影响工厂的正常运转；

(3) 市场信息反馈较慢，对发展新客户的工作作得不够细。

实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段经历，他使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，也打开了视野，长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础，实习是我们把学到的理论知识应用在实践中的一次尝试。

我想，作为一名即将毕业的大学生，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫，不是吗？

岗位实训个人总结篇六

任职以来，我努力适应工作环境和前台这个崭新的工作岗位，认真地履行了自我的岗位职责，较好地完成了各项工作任务。现将三个月来的学习、工作状况总结如下：

一、在实践中学习，努力适应工作

这是我毕业之后的第一份工作，作为一个新人，刚加入公司时，我对公司的运作模式和 workflows 都很生疏，多亏了领导和同事的耐心指导和帮忙，让我在较短的时光内熟悉了前台的工作资料还有公司各个部门的职能所在。也让我很快完成了从学生到职员的变化。

都说前台是公司对外形象的窗口，短短的三个月也让我对这句话有了新的认识和体会。前台不是花瓶，一言一行都代表着公司，接待公司来访的客人要以礼相迎，接听和转接电话要态度和蔼，处理办公楼的日常事务要认真仔细，对待同事要虚心真诚……点点滴滴都让我在工作中学习，在学习中进步，受益匪浅。

二、学习公司企业文化，提升自我

加入到xxx这个大群众，才真正体会了“勤奋，专业，自信，活力，创新”这十个字的内涵，化的精髓，我想也是激励xxx每个员工前进的动力，我从领导和同事的敬业中感受到了这种文化，在这样好的工作氛围中，我也以这十个字为准则来要求自己，以用心乐观的工作态度投入到工作中，踏踏实实地做好本职工作，及时发现工作中的不足，及时地和部门沟通，争取把工作做好，做一个合格，称职的员工。这也一向是今后工作努力的目标和方向。

三、拓展自我的知识面，不断完善自我

三个月的工作也让我产生了危机意识，工作中会接到一些英文的传真和资料，也会有一些客户打来比较专业的咨询电话，所以单靠我此刻掌握的知识和对公司的了解是不够的，我想以后的工作中也要不断给自我充电，拓宽自我的知识，减少工作中的空白和失误。初入职场，难免出现一些小差小错需领导指正；但前事之鉴，后事之师，这些经历也让我不断成熟，在处理各种问题时思考得更全面，杜绝类似失误的发生。

这段工作经历让我学到了很多，感悟了很多，看到公司的迅速发展，我深感骄傲，在今后的的工作中，我会努力提高自我修养和内涵，弥补工作中的不足，在新的学习中不断的总结经验，用谦虚的态度和饱满的热情做好我的本职工作，发挥自我的潜力为公司的建设与发展贡献自我的力量！

公司前台个人年终工作总结2019【五】

时间总是转瞬即逝，在前台工作一年里，我的收获和感触都很多，任职以来，我努力适应工作环境和前台这个崭新的工作岗位，认真地履行自己的工作职责，完成了各项工作任务。

一、日常工作内容：

- 1、转接电话，准确的转接来访者电话，委婉对待骚扰电话，提高工作效率；
- 2、来访人员接待及指引，配合人事部门做好应聘者信息登记；
- 4、考勤记录，为新来员工登记录入指纹，做好考勤补充记录；
- 5、记录每天的值日情况，并做好前台以及贵宾室的清洁；
- 7、做好总经理、董事长办公室的清洁；
- 8、领取每天的报纸及邮件，并将信件及时转交给相关人员；
- 9、公司文件的分发，及时将文件分发给各部门，将公司的各项政策措施快速传达下去；
- 11、每天登记温度，按规定开启空调并做好记录；
- 12、下班时检查前台灯光、贵宾室以及库房门锁，确定空调、电脑的电源关闭；

二、存在的问题：

做事情不够细心，考虑问题不全面，有时候会丢三落四。目前公司人员流动较大，进出门人员多且频繁，出现了一些疏

漏。

三、对自己的建议：

- 1、作为总办员工，除了脚踏实地、认认真真做事外，还应该注意与各部门的沟通。了解公司的发展状况和各部门的工作内容，有了这些知识储备能及时准确地回答来访者的问题，准确地转接来电者的电话。
- 2、按规定做事的前提下还应该注意方式方法，态度坚定、讲话委婉，努力提高自己的服务质量。
- 3、做事要考虑周全、细心。有时因为一些小问题铸成大错，所以凡是都要先想到后果；
- 4、工作进度及工作过程中遇到的问题因不能及时处理的应向上级反馈。
- 5、加强礼仪知识的学习。光工作中学习的远远不够，在业余时间还必须学习相关的专业知识，了解在待人接物中必须要遵守的礼仪常识。

以上这些正是我在工作中缺少的。通过思考，我认为，不管哪一个岗位，不管从事哪一项工作，都是公司整体组织结构中的一部分，都是为了公司的总体目标而努力。对前台工作，应该是“公司的形象、服务的起点”。因为对客户来说，前台是他们接触公司的第一步，是对公司的第一印象，而第一印象非常重要，所以前台在一定程度上代表了公司的形象。同时，公司对客户的服务，从前台迎客开始，好的开始是成功的一半。有了对其重要性的认识，促使我进一步思考如何做好本职工作。所以在今后的日子里我一定会更加努力的工作！

岗位实训个人总结篇七

“中国联通”在我没有加入联通公司前，印象里就是服务最广，是中国客户群最大的联通运营企业。同时自己也是多年的中国联通老用户，对联通公司的服务及通话质量也是相当的满意，一个很偶然的机会，我成为了一名联通新员工。我热爱我的工作。我能在职场这条路上找到自己心仪的工作，跟我从工作历程中找到自己的特质，有着很大的关系。

在此之前我是做传媒的，在报社和杂志社做过记者和编辑，之后，经朋友介绍我正式进入职场，就在湖南联通郴州分公司做营业员。我挺喜欢这个工作，它让我发现自己的特质：很有亲和力，不怕与人接触，抗压性高。我在工作中，仿佛在做一份不同的工作，秘诀在于我保持对公司与工作的兴趣。作为一名刚进联通公司的新员工，对所有的一切都感到新鲜和好奇，以往是走进联通公司接受服务，感受联通公司上帝般的感觉，而现在我要作为服务者来面对广大的客户群体，来为客户服务，这对我可以说是一个很大的人生挑战。

我的工作主要是与联通客户直接面对面沟通。也就是要帮助客户可以顺利使用联通公司的服务。联通的客户分布甚广，各行各业的都有，甚至还有国家机关，像国税局、工商局等。我因此交了很多朋友，跟不同产业的人分享着不同的经验，这也成为我工作上另一项乐趣。营业员的工作内容重复性较高。很多人都觉得它很隐性，看不到有形的成绩，我却觉得这项工作很有意思，它的喜悦与痛苦都来自于客户。看电视、电影，念书时，好象所有的对错都很清楚，非白即黑，但面对客户的反应，很多时候有理说不清，我得冷静面对他们情绪性的抱怨，甚至是谩骂的字眼。刚开始我也常想，联通公司又不是我家开的，客户不顺，干嘛不分青红皂白地骂我，我也常被客户无理的反应搞得郁闷不已。但同时我也拥有笔墨难以形容的喜悦。

记得我在做营业员的营业员终究是要解决问题的，除了亲切

之外，还得要学会冷静面对客户的情绪，不要被他们的情绪牵着走。有时候客户会说不清楚问题在哪里，营业员也得冷静地帮助客户发现问题，以便顺利解决。由于营业员的工作很琐碎，往往挫折感大于成就感，但一有成就感又会乐上好几天。所以做营业员就要有点鸡婆个性，如果你是个比较自我的人，很难乐在其中。有人问我，你一个大男人什么不好干，偏要跑到联通做营业员，公司到底给我什么我觉得公司给我一个工作的舞台，一个继续深造的机会。如果一味抱怨工作辛苦，太斤斤计较，那就太辜负任用你的公司，也辜负了这个机会。

我自己平时在个人形象上没有太多的要求，什么自然啊、亲切啊、微笑啊，感觉不是那么重要。进入联通公司以后，看似简单的事情原来也不是那么简单，就拿每天早上8点半前的迎宾岗说，站要直、衣要整、语要勤，所有的一切都代表联通公司的形象，通过自己的工作，让自己真正融入到联通公司，享受客户对我们满意的目光与赞许，同时也让我明白了一件是事：做好一件事不难，难的是要如何坚持！说话是我们天天都离不了的，但如何说、怎么说又是一门艺术，如何让客户感受到上帝的感觉也不是一时半会能达到的。“您好！欢迎光临！”、“您好！交费是吗您请坐，请报号码”，一句句多么简单的语言，多么朴素的话语，却代表了联通公司对客户的真诚与关爱！这也教会我要如何为人处事，如何做一个真诚的人！

通过工作的这些日子，让我在各方面的技能都得到提高，也让我感受到联通公司不光是一个服务型的企业，他更多的是培养人才的摇篮，让进入公司的员工都能够更快的进入角色。我的打字水平一直以来是我的弱项，也没有太多的重视，进入公司后，发现自己已经很落后了，于是就天天练习、摸索，虽然现在的速度还不尽人意，但相比以前，不知快了多少，我相信通过努力，我一定会达到公司要求，这对我以后的学习生活也一定大有帮助的。

工作中比较让我担心的是我有什么会让客户觉得不满意，我要怎么为客户提供贴心服务，不知自己的能力如何。首先，我以“用户快乐所以我快乐”当作我的工作理念，为自己的工作积蓄了充足的后劲。同时，我向公司的业务能手学习很重要，它能帮助我不断地提高自己。另外，我会经常阅读一些励志书籍，盘点一下自己的工作能力是否符合工作要求。我觉得这个检视自我能力的方法还[联通营业员年度总结范文(共2篇)]不错。对我来讲，我的人生不会比进金融业、高科技产业的同学差，而且比他们丰富，因为在营业员这个工作岗位上，可以学到很多东西。

人的一生，总是离不开工作的。现在的我虽忙碌，却很快乐，很满足。尽管现在，我还是一名新员工，但是我希望自己能够在公司能够发挥自己的光和热，真正发挥自己的潜能，不断学习，不断进步，能与联通共成长，见证联通公司走向新的辉煌，能够做好客户的贴心服务将是我最大的心愿！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

岗位实训个人总结篇八

20__年__月份，我在河北科技大理工学院参加2011学科带头人

培训。培训期间学校安排了大量的实习操作，实践是检验真理的唯一标准，通过实习，使我近距离的了解了整个房屋的建造过程，学到了很多实用的专业知识，这些知识往往是我在学校很少接触，很少注意，但又是十分重要的，这也让我更深一步的了解了理论与实际的差别。

通过这次实习活动，让我从实践中对自己即将从事的专业有了更深的认识，为今后的工作打下了坚实的基础。通过生产实习使我进一步的了解了建筑工程的流程以及工程施工管理过程中存在的问题，并通过撰写实习总结，提高了我综合应用所学知识，分析和解决专业问题的能力。我对这次实习的内容做的总结如下。

一、实习目的及任务：

- 1、通过参观实际建筑，进一步提高自己对建筑文化、建筑知识以及建筑施工、建筑材料的认识，巩固和扩大所学理论知识，提高自身业务素质。
- 2、通过参观在建工程及阅读施工图纸，进行现场比较，进一步培养自己的空间想象能力，提高识读工程图的能力。
- 3、通过实习，了解建筑工程施工工艺，熟悉房屋构造，了解建筑材料的特性及应用。
- 4、通过实习，锻炼自身劳动技能，发扬理论联系实际的作风，为以后从事建筑工程教育教学工作上水平。

三、实习计划和实习要求：

计划

- a□了解该建筑物的地基及基础类型、构造形式及施工方法。

b□试分析柱、梁、楼板、墙等的模板受力状况、荷载及传递路线。

c□混凝土结构的施工缝留设原则是什么?对不同的结构构件应如何留设。如施工缝、变形缝和后浇带。

d□观察在工地现场中看到哪些建筑及装饰材料。

e□砖墙临时间断处的接槎方式有哪几种?有何要求?

要求

a□服从带队教师的领导，遵守实习纪律。

b□遵守建筑工地的各种规章制度。

c□遵守施工操作规程，在工地现场时要注意安全。

d□尊重工地工程技术人员及职工，虚心向他们学习。

e□团结友爱，互相帮助。

四、实习内容及体会：

1、地基基础

2、结构形式。

当今的建筑主要采用的是框架结构或者是框架剪力墙结构，砖混结构也采用但用的比较少。我们所参观的两个施工工地一个采用的是剪力墙结构。另一个采用的是框架结构。第一个河北科技大学青年公寓是剪力墙结构体系的典型应用，充分发挥剪力墙结构的长处，既能为建筑提供较大好的整体性，又具有良好的抗侧力性能，有相当大的刚度。另一个是石家

庄二中教学楼是典型的框架结构，框架结构在平面布置上比较灵活，容易得到大空间结构，可以满足不同的使用功能的空间分割，满足教育教学、实验、办公等功能。

建筑的结构类型有多种形式。有砖混结构，有框架——剪力墙结构，框架——异型柱，框架与砖混结合。框架结构的跨度比较大，适用于公共建筑，在财富名门花园主要是用于商场，酒店等。框架——异型柱主要用于住宅，异形柱与墙体相同的厚度，在保证了承重与抗震的同时，有效的提高了房屋空间利用率，因此，在高层住宅中这种形式被广泛采用。砖混结构一般用于多层住宅，这种结构的抗震性能没有框架结构的好，因此对房屋高度有限制。像一些建筑下面几层是商场上面几层是住宅，如果住宅层数不高，就可采用框架与砖混的复合形式。如果上部住宅层数多，则适合采用框架——剪力墙的结构形式。

3、施工缝、变形缝和后浇带。

施工缝：受到施工工艺的限制，按计划中断施工而形成的接缝，被称为施工缝。混凝土结构由于分层浇筑，在本层混凝土与上一层混凝土之间形成的缝隙，就是最常见的施工缝。所以并不是真正意义上的缝，而应该是一个面。因混凝土先后浇筑形成的结合面容易出现各种隐患及质量问题，因此，不同的结构工程对施工缝的处理都需要慎之又慎。变形缝包括伸缩缝、沉降缝和防震缝。他们的作用是保证房屋在正常温度变化、基础不均匀沉降或地震时有一些自由伸缩，以防止墙体开裂，结构破坏。而后浇带是在高层建筑中来代替变形缝的做法。其做法是每30米到40米留一道缝宽为800毫米到1000毫米的缝隙暂时不浇筑混凝土。缝中钢筋可采用搭接接头，等荷载差不多稳定时，一般是结构封顶两个月后再浇筑混凝土。后浇带都是用于建筑长度大于50米的建筑。而当建筑长度小于50米时并且是框架结构，这时为了保证建筑物的整体性和一定的刚度，就的设置单元墙来增加建筑物的整体性和刚度。

后浇带的施工工艺具体是a□由于施工原因需设置后浇带时，应视工程具体结构形状而定，留设位置应经设计院认可。

b□后浇带的保留时间。应按设计要求确定，当设计无要求时，应不少于40天。在不影响施工进度的前提下，应保留60天。

c□后浇带的保护。基础承台的后浇带留设后，应采取保护措施，防止垃圾杂物掉入。保护措施可采用木盖覆盖在承台的上皮钢筋上，盖板两边应比后浇带各宽出500毫米以上。地下室外墙竖向后浇带可采用砌砖保护。楼层面板后浇带两侧的梁底模及梁板支承架不得拆除。

4、构造柱

二次砌筑结构设计中，为了加强建筑物的空间刚度和整体性，使建筑物在地震中避免或减轻破坏，根据抗震规范，我们设置一定数量的连梁和构造柱，来增强和提高建筑物的抗拉、抗裂性能构造柱的设置位置的规定：规范规定无论房屋的层数和地震烈度是多少，均应在外墙四角、错层部位横墙与纵墙交界处、较大洞口两侧、大房间外墙和内横墙交接处。楼梯间四角最好设置。上人屋面的女儿墙也应设置构造柱。跨度比较大的梁，如果不设置墙垛或垫块，也应有构造柱。

建筑工程专业是实践性非常强的一门学科。认识实习是教学计划中的一个重要教学环节，其目的是通过实践，学习有关本专业的实践知识，增强感性认识，以补充课堂教学的不足。作为一名刚刚接触一点专业知识的大学生来说，如果能在学习专业课之前直接接触一些深奥的专业知识是不现实的，我们现在只能从实践中对我们专业获得一些感性认识，为以后的专业课学习打下坚实基础。

总结：在实习的过程中，我们实习指导教师和工程技术人员的帮助下，我们所有人都做到了：

- (1) 严格遵守实习纪律和实习工地的有关规章制度。
- (2) 严格遵守实习期间的时间安排。
- (3) 记录参观施工情况。

心得

这几天里，我们接触了有关土木工程的很多知识。

- 1、了解建筑物的结构形式、构造特点、建筑作法、承重方式、施工方式、抗震等级等。
- 2、了解建筑物的地基及基础类型、构造形式及施工方法。
- 3、了解建筑物的墙体类型、结构布置、细部构造及施工特点。
- 4、了解建筑物板、梁、柱等的类型，配筋方式及其与墙、梁的连接构造，还有楼地面、屋面构造及顶蓬构造特点。
- 5、了解建筑的楼梯、阳台等的详细构造。
- 6、了解建筑物的建筑装修构造。
- 7、了解水泥、砖、砂子、钢筋等主要材料的规格、标号、特性及使用要求。
- 8、了解混凝土、砂浆的配合比、标号、生产工艺所用设备以及养护要求。
- 9、了解各种钢筋加工情况和砖混结构施工工序，现浇构件的施工工序。
- 10、建筑工程与安装工程的施工配合及工序要求，还有土建工程与安装工程的施工配合及工序要求。

通过本次实习，我对建筑工程的现场施工和管理有了直观地认识，增强了对所学基础理论和专业知识的感性认识，并综合运用自己所学过的知识，询问了工程师一些工程中所遇到的问题。并且在本次实习中，我对建筑工程的各方责任和角色有了更切实际的了解，深刻体会到工程建设中的种种限制、种种实际问题。比如，钢筋的绑扎，底层基础钢筋的绑扎首先要放样，每一跨度里钢筋的接头数只有25%，即4根钢筋里只有一个接头，另外，接头要尽量放在受压区内。在砌墙的过程中，如遇到墙要转角或相交的时候，两墙要一起砌起来，在留槎的过程中，可以留斜槎，如果要留直槎，则必须留阳槎，且要有拉结筋，不能留阴槎。在进行混凝土施工的过程中，要特别注意混凝土的配合比，在天热的时候要注意养护等等。在工地上所见所闻，更加激发了我对本专业的热爱和憧憬，也深深体会到要在建筑这个行业上有所作为必须付出更多的努力，不仅仅是在理论上，更是在实际的应用中。与此同时，我也深深的体会到一份责任，希望能够通过自己的努力，为祖国的社会主义现代化建设添砖增瓦，实现自身的价值。在这次实习中，我们的各个方面都有了进步，相信这次实习给我们将来的学习和生活提供很大的帮助！

思考：

展望未来，建筑工程必将面临许多新兴的事物和挑战。地球上可以居住、生活和耕种的土地和资源是有限的，而人口增长的速度是不断加快的，人类为了争取生存，必然要发展新的可以居住的空间。因此，建筑工程未来的目标就是为人类争取更多的生存空间。高空延伸，即将建筑向高层发展，越来越多的高层建筑将拔地而起。向地下发展，把建筑往地下修，以后人类在地下修筑的建筑也许不会亚于在地面上的建筑。向海洋拓宽，人类现在对海洋的利用还十分的有限，地球大部分面积都是海洋，充分利用海洋的空间可大大增大人类的居住空间。

向沙漠进军。不论在中国，还是在外国，都有广阔的沙漠，

由于水源的缺乏而不太适合居住。向太空迈进，随着科技的巨大发展，人类向太空发展的梦想并非不可实现。不管我们朝哪个方向发展，都离不开建筑材料，就向在建筑工程的历史发展一样，建筑工程的未来同样也离不开建筑工程材料的发展，建筑工程材料仍然将引领建筑工程走向辉煌的未来。同时，“绿色，环保，节能，智能化”及可持续发展的意识得到了越来越多认得认可和接受。例如在可持续发展方面，建筑工程的使用材料在未来必将会采用污染少、更重复利用的材料，诸如纤维聚合物等。在结构的使用功能上，智能化建筑、仿生建筑将比当今的普通建筑会得到更大的发展空间，这两种建筑都是功能上以人为本、使用上方面舒适、耗资上既节能又可提高工程利用率。近年来，由于灾害的频繁发生，结构抗灾性能的提高已成为结构发展的首要课题，未来的建筑工程可能不仅可以抗震、抗风，甚至可以抗暴、抗海啸、防火、防撞、防辐射等。总之，未来的建筑必然是走“绿色，环保，节能，智能化”和以人为本的可持续发展路线，以及更加科学和合理的建筑工程经营，相信建筑工程必然会有辉煌的未来。

紧张的一个月实习生活结束了，在这一个月里我还是有不少的收获。这次实习让我深刻体会到读书固然是增长知识、开阔眼界的途径，但是多一些实践，也是一种绝好的提高自身综合素质的选择。我坚信通过这一段时间的实习，所获得的实践经验将使我终身受益，在我毕业后的实际工作中将不断的得到验证，我会不断的理解和体会实习中所学到的知识，在未来的工作中我将把我所学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作中来，充分展示自我的个人价值和人生价值，为实现自我的理想和光明的前程努力。

岗位实训个人总结篇九

加入xx公司前台工作以来已经一年多的时间了。在这里我从学校的一名学生踏上了工作岗位成为一名员工，学到了更多的知识技能，各方面都有了提升。在领导的支持和同事们的帮助下，顺利地完成了各项工作。现将这一段时间的工作总结如下：

的帮助下，较好的完成了自己的本职工作。很感谢当初公司领导给我这个成长的平台，让我可以在工作中不断成长，不断学习，提升了自身的素质，现将一年的工作总结如下：

一、日常工作方面

1、把事情细节化、条理化、规范化前台的工作比较琐碎，收发传真、邮件、报纸，维护办公设备、送水、接待不同的来访人员等。刚接触工作时，有时候事情赶到一块就会有些应付不过来，显得手忙脚乱。虽然完成了工作，但是在工作过程中有些细节就没能注意到，做事情也显得没有条理。效率也就低了下来。

经过不断的摸索和总结，我意识到要想优质的完成这些工作，首先要把工作从全局统筹好，再从细节入手，保持良好的工作状态，提高效率。只永不懈怠的提高自己的，才能胜任看似简单的行政工作。现在，已能较好的统筹安排工作，并努力把工作细节处理得当。争取给大家最到位的支持和服务，不断提高自己的业务水平，按职业化的标准时刻要求自己。同时，规范化方面还需要加强，我也会在今后的工作中更加注意这一点。

2、保持较好的工作状态人低为王，地低为海。行政本身是一个服务性和支持性的工作，尤其是前台接待。当有客户到访或是公司有大型会议时，前台就会负责一些茶水准备和服务工作，要了解到每个人的需求，适时地为大家服务。在接待其他人员，如送报、送水、来访人员的司机，也要服务周到，体现出公司的良好的形象。

只有保持良好的工作状态，才能提升服务质量。在工作过程中，我要求自己避免消极情绪，谨记工作职责，时刻把自己的位置放到一个合适的高度，本着为人服务提升自己的态度投入到工作中。这也是一个行政人员必备的素养。

3、学会沟通和团队协作沟通，是一个人生存在这个社会必不可少的一种能力。前台工作需要对内、对外和各部门以及社会上很多人士打交道。沟通、以及良好有效的沟通显得尤为重要。在这一年的工作中，各项沟通基本畅通，但本身也存在着不少问题。当一件事情发生时，很多情况下我在沟通时缺少积极性和主动性。总是花费时间去想这件事上，而不是及时的去了解、沟通，在处理事情时略显被动。因此，也浪费了一些时间，降低了工作效率。这是很不专业的一面。

遇事积极主动，在去解决问题。不仅可以把工作更好的完成，也能促使自己养成做事不逃避、勇于向前、负责到底的品质。在今后的工作中，我会以这种标准去要求自己，争取把工作完成的更出色。

公司是一个整体，每个员工都是组成这个整体的一部分。无论我们身在哪个岗位，开展什么样的工作，始终都离不开同事之间的配合。这就要求我们要有团队协作精神。在良好沟通的基础上，和同事积极配合，团结协作，才能把工作做好。这点在工作中也深有感触。我也将一如既往的认真协作、积极配合，同时严格要求自己，把各项工作都做好。

二、加强自身技能和素养方面

走出学校，初入职场，在能力和阅历方面都很不足。经过这一年的学习和积累，已能保证本岗位各项工作正常运行，但是还欠缺很多。我也在工作中找寻不足，抓紧学习，培养自己的各项能力。

目前，我通过xx学习了相关专业知知识，包括了前台的职业素养与能力提升、档案管理、行政统筹管理等相关内容。财务会计方面的知识也很欠缺，也正在学习这方面的知识。通过这些学习，使自己的技能有了一定程度的提高，也更希望能在以后的工作中有机会参加相关的培训，更大程度上提高工作技能。

在平常的工作中，看到同事的一些好的工作方法我也会悉心学习，真切感受到身边的每位领导和同事都是身上集着不同优点的老师，每个人身上都有我值得学习的地方。工作技能有时候也不光光是自己从书本上学习出来或做出来的，有时候也需要吸取别人身上的精华。

三、工作成果与存在的问题

1、工作成果

办公设备、大桶水等各项台账建立完备。餐饮、酒店、订票等各项服务基本完善。每日巡检、各项检修维护顺利进行。各类账目报销流程规范。其他服务、跟进工作有序进行。

2、存在的问题

(1)工作不够精细化：前台工作贵在精细，但有很多地方我还没有做到这一点。在服务支持上，会议室、茶水间、前台大厅，二楼办公大厅的卫生保持上做的很不到位，没能够及时的发现问题，更谈不上及时解决。招待用的杯子和一些服务方向指示也存在问题，没有给大家提供方便的服务。

(2)执行力不够：当接到领导指示，完成某项工作时，往往在执行上会有卡壳。这跟自己对任务和指示的认识、和自身对问题变通、行动都有关系。

(3)工作效率低下：由于自身知识结构和工作技能的原因，在一些工作中效率跟不上去。如一些文件的整理上，就由于办公软件知识和技巧的欠缺而不能够保质保量的完成。还有其他一些专业性较强的工作也是如此。

以上的问题必会在的工作中加以解决。

一年的工作中，着实学到了很多，非常感谢领导对我的包容

和支持，让我得以有这样的机会工作学习，不断成长，在接下来的工作中，我定会再接再厉，争取做得更出色。

公司前台个人年终工作总结2019【二】

2019已经过去，不知不觉我已入司担任前台工作将近一年，前台没有像公司业务、营销、财务等部门对公司发展所作的贡献大、直接，但公司既然设了这个岗位，领导必定认为有其存在的必要性。通过思考，我认为，不管哪一个岗位，不管从事哪一项工作，都是公司整体组织结构中的一部分，都是为了公司的总体目标而努力。在这一年的时间里我在公司领导领导和同事的关心帮助下，顺利完成了相应的工作，当然也存在许多不足的地方需要改进，现将的工作作以下总结。

一、前台日常工作

1、前台接待接待人员是展现公司形象的第一人□20x月入职至xx月以来，从我严格按照公司要求，热情对待每一位来访客户，并指引到相关办公室，对于上门推销的业务人员，礼貌相迎并把其留下的实用名片、宣传册整理归档，以便于以后工作的不时之需，近一年来，共计接待用户xxx人次左右。

2、电话接听转接、传真复印及信件分发认真接听任何来电，准确率达到xx%;能够委婉并合理对待骚扰电话，提高工作效率;发传真时注意对方有无收到，是否完整清晰。复印时注意复印的资料完整否，避免复印资料缺漏。如有信件也及时交给了相关人员。

3、临时事件处理饮用水桶水发现不够时会及时叫xx人家送水。前台所需物品不够时，会及时申请购买如：纸巾、复印纸、一次性纸杯等。打印机没有墨时，会电话通知加墨业务人员加墨。办公电话费用快用完时，提前去营业厅预存。如果办公室内的物品坏了如：空调开关，卫生间灯，会及时打电话给国企物业，让物业师傅查看原因，需要自己买的设备自己

买后让物业师傅安装;交换机考勤机故障问题直接联系商家售后解决,电话线路有问题求助电信局解决等。总之,遇到问题都会及时想办法解决。

二、综合事务工作

1、房间、机票车票及生日蛋糕预订项目部人员出差需要订车票或机票时我会及时联系票务,并持续跟踪直至车票送到公司,以免影响到出差人员行程;到目前为止累计订票xx张左右。对于来xx出差需要订房间的领导和同事,订好房间后我会短信或电话给领导或同事确认酒店详细信息;还有就是员工生日蛋糕预订,预订前一天会我与员工确认时间,生日当天告诉xx在xx上发生日祝福,2019年累计订生日蛋糕xx个。

2、文档归整及办事处资产登记从项目部人员接手的培训资料、确认单都用档案袋分门别类的归整起来;办事处新购买的书籍会让张利先盖章,再进行编号,以便于资产管理,现办事处书籍累计已有xxx本;其它的办公设备(如笔记本、光驱、插座等)也都有详细登记,员工借用时也都依公司规定签名登记。

3、考勤统计每月xx号之前从考勤机中导出考勤明细,不清楚的地方发邮件与大家核对,再进行统计汇总,都能够按时发给xxx□

4、组织员工活动每周三下午5点组织员工去农大活动,通过活动提高大家团队意识,并很好的锻炼了身体,近段天气较冷,愿意出去的活动人数也在减少,期间组织过一次乒乓球比赛,但效果是不是特别理想,这也是一方面以后需要改进的地方。

三、其它工作

在完成本职工作的同时,也协助配合完成其它部门的工作。如协助软件项目部人员装订项目文档;协助营销部薛义明,与

他一起给客户送礼品，制作标书等。在这个过程中自己同时也获得了一些新的知识。

四、工作中的不足

1、采购办公用品时没有能够很好地计划，想得不够全面，只看到眼前缺的，这点需要自己以后多用心，多操心。

2、考勤统计过程中存在过失误，虽然当时已改正过来，没有造成大的影响，但是这也提醒了我细心的重要性，考勤做出来后，一定要仔细检查一遍，确认准确后再发出去，还有一些同类型的信件也是一样，发出去了有错误再修改重发很容易让别人认为你就是个粗心大意的人，虽然这种错误只是偶尔，但也一定要尽量避免。

3、临近冬天组织室外活动的效果很不好，中间也与张利商量一起在室内活动，给大家提供象棋、跳棋等适合室内玩的活动，并组织实施过，但是这样还是达不到户外运动的效果，对于触决这种情况的办法也还在考虑之中。

五、20工作计划

1、提高自身的主动性及沟通能力，多用心，细心，各方面周全考虑，以便更好地完成工作。

2、加强与公司各部门的沟通。了解公司的发展状况和各部门的工作内容，有了这些知识储备，一方面能及时准确地回答客户的问题，准确地转接电话；或者在力所能及的范围内，简要回答客户的问题。

在过去的将近一年中，我特别要感谢张利对我的帮助，她热心耐心教我许多，也对我很信任，我为有这样的同事而感到荣幸，也为在这样一个优待员工的公司而骄傲，新的一年即将到来，在这一年里我要脚踏实地，认真地完成自己的工作，

为公司发展尽一份自己的绵薄之力!

公司前台个人年终工作总结2019【三】

时间总是转瞬即逝，在前台一年的工作，我的收获和感触都很多，任职以来，我努力适应工作环境和前台这个崭新的工作岗位，认真地履行自己的工作职责，完成各项工作任务。从来公司的第一天起，我就把自己融入到我们的这个团队中。现将这一年的工作情况总结如下：

一、日常工作内容

- 1、转接电话，准确的转接来访者电话，委婉对待骚扰电话，提高工作效率。
- 2、来访人员接待及指引，配合人事部门做好应聘者信息登记。
- 3、通讯录更新，鉴于公司人员调动较大，以及新增人员较多，通讯录不能及时更改，影响各部门之间以及客户与公司之间沟通。所以要做好跟进工作，及时更新通讯录，而且在以后工作中经常和各部门沟通联系，便于及时得到正确信息。
- 4、签收邮件，送邮件至各级领导。
- 5、每天早来、晚走10分钟，配合各部门的工作。
- 6、领取每天的报纸及邮件，并将信件及时转交给相关人员。
- 7、公司文件的分发，及时将文件分发给各部门，将公司的各项政策措施快速传达下去。
- 8、下班时检查前台电脑的电源是否关闭。

在实践中学习，努力适应工作，刚加入公司对公司的一些事情都不了解，通过领导和同事的耐心指导和帮助，让我在较

短的时间内学到了很多知识。

二、存在的问题

做事情不够细心，考虑问题不全面，有时候会丢三落四。目前公司人员流动较大，进出门人员多且频繁，出现了一些疏漏。

三、对自己的建议

1、作为一名前台人员，除了脚踏实地、认认真真做事外，还应该注意与各部门的沟通。了解公司的发展状况和各部门的工作内容，有了这些知识储备能及时准确地回答来访者的问题，准确地转接来电者的电话。

2、按规定做事的前提下还应该注意方式方法，态度坚定、讲话委婉，努力提高自己的服务质量。

3、做事要考虑周全、细心。有时因为一些小问题铸成大错，所以凡事都要先想到后果。

4、工作进度及工作过程中遇到的问题因不能及时处理的应向上级反馈。

5、加强礼仪知识的学习。光工作中学习的远远不够，在业余时间还必须学习相关的专业知识，了解在待人接物中必须要遵守的礼仪常识。

以上这些正是我在工作中缺少的。通过思考，我认为，不管哪一个岗位，不管从事哪一项工作，都是公司整体组织结构中的一部分，都是为了公司的总体目标而努力。对前台工作，应该是“公司的形象、服务的起点”。因为对客户来说，前台是他们接触公司的第一步，是对公司的第一印象，而第一印象非常重要，所以前台在一定程度上代表了公司的形象。

同时，公司对客户的服务，从前台迎客开始，好的开始是成功的一半。有了对其重要性的认识，促使我进一步思考如何做好本职工作。所以在今后的日子里我一定会更加努力的工作！

公司前台个人年终工作总结2019【四】

即将过去的2019年是充实忙碌而又快乐的一年。在这岁末年初之际，回首过去，展望未来!过去的xx月份开始，在公司的指引下，在部门领导的关心帮助及同事之间的友好合作下，我在工作学习得到了不少的进步。

一、提高服务质量，规范前台服务

前台是展示公司的形象、服务的起点。对于客户来说，前台是他们接触我们公司的第一步，是对公司的第一印象，是非常重要的。所以前台在一定程度上代表了公司的形象。同时，公司对客户的服务，从前台迎客开始，好的开始是成功的一半。有了对其重要性的认识，所以我们一定要认真做好本职工作。努力提高服务质量。认真接听每一个电话，对反应的问题认真解答做好记录同时根据信息涉及的部门或责任人进行调度、传递、汇报。客户来访时我们将时刻注重保持良好的服务态度，热情的接待。在合适的环境下巧妙回答客户提出的问题。做到笑脸相迎、耐心细致、温馨提示等。在业余时间我们将加强学习一些关于电话技巧和服务礼仪知识。不断的为自己充电，以适应公司的快速发展。

二、做好仓库管理，按时盘点仓库，做好物品归类

严格按照公司制度，做到每件物品进出都有登记。及时查看物品的完好情况，对缺少或损坏的物品及时上报相关部门进行采购或维修。根据统计2019年xx月份至今共办理各部门各项物品入库xx余次，入库物品都配有相应出库记录。

三、应以大局为重，不计较个人得失

不管是工作时间还是休假时间，公司有临时任务分配，我们都服从安排，积极去配合，不找理由推脱。

作为xx公司的一员，我将奉献自己的一份力量为公司效命。平时积极参加公司组织的活动，加强同事之间的感情和部门之间的沟通。并且多了解公司的基本情况和经营内容。为了往后能更好的工作不断的打下基础。

虽然前台的工作有时是比较的琐碎，但大小事都是要认真才能做好。所以我们都会用心的去做每一件事。感谢部门领导的教诲和公司给予我们的机会；通过这将近一年的工作，我也清醒地看到了自己还存在许多不足，在以后的日子里我们将加强学习，努力把工作做得更好！

四、来年工作计划

2019年已过，未来的日子依然会很漫长，接下来的年会如何发展没人能预料，我总觉得所要做的是努力和坚持着，看似容易的一句话，做起来却是相当的不易，不断的吸取，不断的总结，吸取别人的优点，总结自己的缺点，学习别人的优点通过自己的方式表达出来，这就是我做人的观点，未来的一段时间内，我会按照这个想法努力做下去。曾经的一位朋友对我说过一句话“不断的努力和坚持是一种真正的等待，等来的也许就是属于自己的一个机会”。是啊！我相信这句话，等待，等待的背后是需要不断的努力，始终认为，只要努力了，不用自己去宣扬，自然会有人去说，也自然会有人来认可。现将对于明年的工作计划如下：

- 1、加强本职工作，技能学习使自己本职工作能力得进一步提高于加强。
- 2、树立终身学习的观念，加强自身文化素质学习，不断提高

自身素质。

3、工作中做到积极主动，团结同事，结合不同的工作环境及个人脾气、性格做好一线工作配合，使各种人际关系更加融洽和谐。

4、在工程部工作中，努力熟悉学习工程特点、施工技巧、方法等，提高自己专业水平，为明年工程部工作中贡献出自己的力量。

路漫漫其修远兮，吾将上下而求索，在来年中，我将加强自主管理的意识，勇于开拓创新，加强理论和设计学习，不断提高专业技术水平。也将会遇到很多困难，我相信，在领导关心培养下、同事的帮助下、自己的努力下，我将不断提升自己的工作技能水平和个人文化素质，为企业建设做应有的贡献。

2019公司前台个人工作总结范文(五)

前台是展示公司的形象、服务的起点。对于每一位来访xx的客人来说，前台是他们接触我们公司的第一步，是对公司的第一印象，是非常重要的。所以前台在一定程度上代表了公司的形象。同时，公司对来访客人的服务，从前台迎客开始，好的开始是成功的一半。有了对其重要性的认识，所以我一定要认真做好本职工作。

一，努力提高服务质量

认真接听每一个电话，并且熟记每个部门的分机号，严格按照公司的要求为每一位来访客人打电话核对楼上的联系人，并认真的为每一位来访客人办理临时访客证。来访的客人参观或者地方上访时我将时刻注重保持良好的服务态度，将热情的接待。巧妙回答客户提出的问题。做到笑脸相迎、耐心细致、温馨提示等。在业余时间我将加强学习一些关于电话

技巧和礼仪知识。最近公司组织英语培训，我坚持每一节课都去参加，在那里认真学习，不断的为自己充电，以适应公司的快速发展。

二，努力打造良好的前台环境

要保持好公司的门面形象，不仅要注意自身的形象，还要保持良好的环境卫生，让来访客人有种赏心悦目的感觉。

三，以大局为重，不计较个人得失

不管是工作时间还是休假时间，如果公司有临时任务分配，我将服从安排，积极去配合，不找理由推脱。作为xx的一员，我将奉献自己的一份力量为公司效命。平时积极参加公司组织的活动，加强同事之间的感情和部门之间的沟通。并且多了解公司的基本情况和经营内容。为了往后能更好的工作不断的打下基础。

做前台工作也快一年了，工作范围较小;工作内容也比较少。但自己也有不足的地方，工作时集中力不够，会犯迷糊;有时候解决问题还有所欠缺，我希望以后能够更认真上班工作，勤力做事。为公司做的多些。

在2019年的后半年里我要不断提高自身形象，做好2019半年工作计划，提高工作质量、效率。还有责任心。

(1)努力提高服务质量，做事麻利，有效率，不出差错。服务态度要良好，接待客人要不断积累经验，要给客人留下良好印象。接电话时，也要不断提高用语技巧;巧妙的问答客人。尽量让每一个客户满意。

(2)加强礼仪知识学习。如业余时间认真学习礼仪知识，公共关系学。了解在待人接物中必须要遵守的礼仪常识，包括坐姿、站姿、说话口气、眼神、化妆、服饰搭配，以及回答客

户提问技巧等等。也可以上像玫琳凯的课，讲的知识都是很实用的，上了课后会让人更自信，令一个人有气质。

(3)加强与公司各部门的沟通。了解公司的发展状况和各部门的工作内容，有了这些知识储备，一方面能及时准确地回答客户的问题，准确地转接电话。另一方面也能在力所能及的范围内，简要的回答客户的问题，同时也能抓住适当机会为公司作宣传。

虽然前台的工作比较轻松，但大小事都是要认真才能做好。所以我都会用心的去做每一件事。在以后的日子里我将加强学习，努力工作！

岗位实训个人总结篇十

很早以前，在我还没有走上护理这条路之时，看过一部电视剧《心术》，该电视剧大背景就是神经外科展开的，所以最开始实习的科室就是神外，我感觉荣幸之至。

刚来到实习科室对于我们这些没有临床经验只有理论知识的人措手不及；

还好有护士长和带教老师的耐心指导，帮助我们拨开云雾，牵着我们走入临床工作。第一天实习时什么都不敢，但是又怀着期待和激动，陈雪老师一开始并没有让我操作治疗，她叮嘱我先仔细看她的每一个动作并随时抽问我理论知识，在保证亲自示范过几遍后，让我在她的指导下开始操作；当然我并不是一个很聪明的学生，但幸运的是我遇到一个很用心的老师，在出现错误的情况下老师会批评我让我自己总结，在努力进步后老师也会给予鼓励和表扬，认可自己，让自己在短短几周内找到前进的方向与坚持的目标。

在2周的实习中，我已经清晰明确的知道不同班每个时段该做好什么操作，该做好什么治疗，当然这跟老师的规范教学和经验教学有密不可分的联系，所以每天的我都收获满满。

临床不像大学的校园，在学校老师的中心是我们莘莘学子，在医院医护的中心是临床病人；在学校操作面对的是模型与书本，在医院面对的是鲜活的生命。在神外的第一周就经历了病人的离逝，来不及去思考，来不及去伤感，我们还要护理好其他的患者，我们还要继续护理的职责。

和临床病患在一起的生活开心而又贴心，随着日子的推移，我会记住哪一床的病人有什么特别的需要，尽力帮助他们。每天上班看到自己熟悉的病人和家属打招呼，心里就会有一阵温暖的气流回旋。

岗位实训个人总结篇十一

时间过得真快，不知不觉已经两个月。回想这段日子，我失落过，开心过，认真过，我觉得这段日子很值得我珍惜。通过这次的实习，将课堂的理论知识与实际操作的实践相结合，了解他们之间的异同点，也更清楚地认识到，理论学习与实践操作之间存在着怎样的差距。

因为刚进公司的缘故，一些重要的事情我都没有涉及，但是我并没有灰心，也没有觉得大材小用。我想只有从最基本的开始干起，一点一滴地积累，做好我负责的每一件小事，让领导和同事放心，将来才能成就一番大事业。“不积跬步，无以致千里”，“江海不拒细流，方能成其大”“一屋不扫，何以扫天下？”说的就是这个道理。经过了差不多半个月的适应期后，我慢慢地熟悉了公司的各种规章制度和运作流程，更明确了自己的工作内容。接下来的时间便开始为正式投入工作进行了大量的准备，通过上网查资料、看书、向同事请教等等多种途径在一个周的时间内我补充了大量实际工作中所需要的知识。然而等真正投入到工作中后发现自己要准备的东西还远远不够。

我深切体会到了会计专业的特殊性，会计，是一门实用性、

操作性很强的学科，如果不进行实际操作演练，而只是凭着书本上的一些理论性的东西去从事会计这门行业的话，你的工作将会非常地不适应，以至于在工作中出现意想不到的差错。可见会计的谨慎性有多么地重要。现在，从制单到记账的整个过程基本上我已经有了一个大体的了解，并结合书本知识总结了一下手工做账的来龙去脉。通过自己的努力，我的实习变得越来越得心应手，我感觉很欣慰。经过这段时间的实习，我主要有以下几点感想：

第一、要有坚持不懈的精神

作为在校生，我们不管到哪家公司，一开始都不会立刻给我们工作做，一般都是先让我们熟悉公司的工作环境，时间短的要几天，时间长的要几周，或更长的时间，在这段时间里很多人会觉得很无聊，没事可做，便会产生离开的念头，在这个时候我们一定要坚持，不能轻易放弃。

第二、多听、多看、多想、多做、少说

我们到实习单位工作以后，要知道自己能否胜任这份工作，关键是看你自己对待工作的态度。态度对了，即使自己以前没学过的知识也可以在工作中逐渐的掌握。态度不好，就算自己有知识基础也不会把工作做好，我刚到这个岗位工作，根本不清楚该做些什么。刚开始我觉得很头痛，可经过工作过程中多看别人怎样做，多听别人怎样说，多想自己应该怎样做，然后自己亲自动手去多做，慢慢的自己也可以完成相关的工作了。

第三、要虚心学习

在这次实习过程中，我们碰到很多问题，有懂的也有不懂的，不懂的东西我们要虚心向同事或领导请教，当别人教我们知识的时候，我们也应该虚心的接受，不要认为自己懂得一点鸡毛蒜皮就飘飘然，要把社会实践当着我们真实的老师。

第四、提高自己的执行力，今日事今日毕

及时迅速地完成任务，不拖拉，不推诿，寻找最优方法，创造最大效益。万事蹉跎，最终导致的结果，只会是你自己的冗杂和混乱。

第五、要确立明确的目标，并端正自己的态度

平时，我们不管做什么事，都要明确自己的目标，就像我们到公司工作以后，要知道自己能否胜任这份工作，关键是看你自己对待工作的态度，态度对了，即使自己以前没学过的知识也可以在工作中逐渐的掌握。因此，要树立正确的目标，在实现目标的过程中一定要多看别人怎样做，多听别人怎样说，多想自己应该怎样做，然后自己亲自动手去多做。只有这样我们才能把事情做好。

以上就是我对这个两个月以来的实习总结，它是是我大学生生活重要的里程碑，其收获和意义可见一斑。在今后的日子里，我将严格要求自己，更加努力地工作！

岗位实训个人总结篇十二

三年的大学生活即将结束，我踏上了迈入社会的道路。我有幸成为了华美庆缘的一员，从此，迈开了我走向社会的里程碑。我作为一名实训出纳员，开始了紧张和繁忙的学习和工作。在公司里的学习与在大学里的课堂上学习是完全不同的两个概念。以下是我此次实践的一些心得和体会。

在实训中，我在师傅的热心指导下，积极学习了有关于出纳的规章制度和实践技能等相关工作。一提到出纳的工作，很多人就会想到是跑银行的。在我还没有接触出纳工作的时候，我也是这样认为的。我也认为出纳工作很简单，不过就是点钞、填支票、跑银行等事务性工作。但是，当我真正成为了

一名出纳，投入到了工作中时，我才知道，我原来对出纳工作的认识和了解是错误的。出纳的职责一般包括：(1)办理现金收付和结算业务；(2)登记现金和银行存款日记账；(3)保管库存现金和各种有价证券；(4)保管有关印章、空白收据和空白支票。其实，出纳的工作不仅责任重大，而且还有不少学问和政策技术问题，这些都是需要时间好好地学习才能够掌握的。我毕竟是刚刚从学校里走出来的，理论和实践是有一定的差距的，两者很难结合到一起，这就对实际工作造成了很大的困难。跑银行也只是出纳工作其中的一项重要工作，原来跑银行也并不是一件很容易的事情，除了要熟知每项业务要怎么和银行打交道以外，还要有肯吃苦耐劳的精神。因为出纳员就是要每隔一两天就往银行跑一趟，出纳还负责日常现金的保管与开支，以及开支票和操作税控机等。税控机就是用于打印出发票联，金额和税额分开两栏，是要一起整理在原始凭证里的。在学校里，我们学的所有课本上都从来就没有提到过这种新的机器，我以前也没有听说过。

刚刚开始接触工作时，我的工作效率很低，因为有很多东西都不会，几乎什么都要从头学起。在师傅指导下，我学会了办理货币资金和各种票据的收入，保证自己经手的货币资金和票据的安全与完整，学会了填制和审核许多原始凭证，以及进行帐务处理等问题，在实践中通过师傅对我的指导，我的业务技能得到了很快的提升和锻炼，工作水平得以迅速的提高。

经过了这一个月多的学习和工作实践，我知道了出纳的工作绝非大多数人认为的那样，出纳工作绝对不可以用“轻松”一词来形容，出纳这个岗位更不是可有可无的一个无足轻重的岗位，出纳工作是会计工作不可缺少的一部分，它是经济工作的第一线，因此，它要求出纳员要有全面精通的政策水平，熟练高超的业务技能，严谨细致的工作作风。要想做好一名合格的出纳，就必须具备以下的几点基本要求：一是必须要时刻学习、了解和掌握政策法规和公司制度，不断提高自己的政策水平；二是出纳工作需要很强的操作技巧，如：

打算盘、用电脑、填支票、点钞票等都需要有深厚的基本功。作为一名专职的出纳员，不但要具备处理一般会计事物的财务会计专业基本知识，还要具备较高的处理出纳事务的出纳专业知识水平和较强的数字运算能力；三是要想做好出纳的工作，首先自己要热爱出纳的工作，要有严谨细致的工作作风和职业道德；四是出纳人员要有较强的安全意识，现金、有价证券、票据、各种印鉴，既要有内部的保管分工，各负其责，并相互牵制，也要有对外的保安措施，维护个人安全和公司的利益不受到损失；五是出纳人员必须具备良好的职业道德修养，要热爱本职工作，精业、敬业，要竭力为本单位中心工作，为单位的总体利益、为全体职工服务，牢固的树立为人民服务的思想。

实训生活既使我神经紧张，又使我感到新奇，同时收获也很多。通过实训，使我对出纳的工作有了深层次的感性与理性的认识。以上这些都是我将近一个多月工作和学习以来的一些体会和认识，也是我不断在工作中将理论转化为实践的一个过程。我要不断地在工作中学习，还要努力提高业务技能，使自身的工作能力和工作效率得到迅速提高，在今后的工作和学习中，我会更加不懈的努力和拼搏，做好自己的本职工作。工作是日复一日的，看似反复枯燥无味，但我相信有今天的积累，就会有明天的辉煌。

我现在学到的是我在任何学校里都难以学到的知识。不仅仅是这些实操性很强的业务技能，还有就是我学到了如何与同事们相处。我认为人际关系是现今不少的大学生走出校门踏入社会中所遇到的一大难题，于是在实训期间，我便有意地观察前辈们是如何和同事以及上级相处的，同时我自己也会虚心向师傅和前辈们请教，做到不耻下问。要搞好人际关系并不仅仅限于自己工作的部门，同时也要和别的部门的同事相处好，那样工作起来的效率才会提高。现在在工作之余时，我常常会与前辈们一起聊聊天，这样不仅可以放松一下紧张了一天的神经，而且也我还可以跟他们学到很多关于工作中或是工作以外的事情。也许有很多的事情我都不会遇到，但

是他们的话多少可以使我更加了解社会，也会教会我一些处理问题的方式、方法，能让我对很多的事情有所了解做到心中有数，即便将来遇到了也不会不知所措。我喜欢我的工作，它让我学到了很多。

岗位实训个人总结篇十三

宏村，古取宏广发达之意，称为弘村。她始建于宋朝绍熙年间，距今已有800多年的历史，原为汪姓聚居之地。宏村背倚黄山余脉羊栈岭、雷岗山等，地势较高，常常云蒸霞蔚，时而如泼墨重彩，时而如淡抹写意，恰似山水长卷，融自然景观和人文景观为一体，被誉为“中国画里的乡村”。

村中古民居鳞次栉比，由于宏村地势偏远，据说只在太平天国时曾遭战劫，一把火烧掉了不少老宅。后来大多按照原样重建，保存至今。“一生痴绝处无梦到徽州”，汤显祖的这两句诗是徽州最为著名的广告词，而宏村又是徽派建筑绝好的注脚。似乎学校就是冲着徽派建筑而去，我们接着上届的足迹踏上去宏村的实习历程。

20__、7、4第一次去会这么远的地方，汽车、火车、汽车、火车、汽车，真的是看够了、玩够了、烦够了。五点起来，匆匆忙忙整理前晚整理好的东西，生怕自己丢东西。洗漱完，就奔食堂，以前能吃早饭的地方就不多，更何况是早晨五点多，凑合一下吃了点，没吃饭就急急匆匆往人文馆跑。还算自己腿长得结实，没拉最后，谢天谢地。

至此开始了梦中追捧的宏村实习，汽车上发了一本测绘实例表，无所事事的看了会，不知不觉就到了火车站。挤火车是我一生中最烦的事，中国人多暂且不说，我们这些男青年的优势全被大妈大婶的胡冲乱撞挤没了。废了好大的劲才上的车，多亏我们41个人座位联在一起，所以座位顶上的空地没被莫名其妙的占去。

刚上车就开始独自不舒服，估计是早晨鸡蛋的问题，都是饥不择食惹得祸！也许长途跋涉都有一个美好的开始、无聊的结局，我们也不例外，北京的转站总算给了我们一点缓冲的机会。

20__、7、5第二天总算熬到南京，长江也见了，南京也看了，接下来六小时的山路可真让我们这群人郁闷。两天的火车真是死要命，中国最古老的绿皮加风扇，死闷死热，第一次体会到中国人确实多。我从小都晕车的习惯，六个小时的山路，结果我还没上车就开始晕了。

一上车汽车就有了感觉，后来吃了点冯柯老师给的药，可能是坐车太累了竟不知不觉睡着了，结果安全挨到了宏村，当然以路途的风景做代价。

下午几个人一起在际村吃了点当地小吃，吃完才发现，旅游业真是能带动消费，竟然这么贵。大家再三考虑后，就又回到住宿的地方会餐。

20__、7、6今天是实习第二天，早晨五点半还在睡梦中就被叫醒，匆匆忙忙的就走了一个姓汪的人家测绘，老先生以前是做过老师的，对古建和风水很是研究，刚到他家就给我们详细介绍了一下他家，感觉老先生很不简单。

最郁闷的是重新分组，理由是女生单独一组不安全，要男女搭配。我们那组划拳淘汰，结果身为组长的我被淘汰出组。第一天测量我们选择大门和楼梯，我们首先测门，数据的一步步测，进程慢慢的来。

下午，导游带我们去宏村转了转。

晚上，邀请汪瑞华给我们讲解宏村，老爷子对古建筑和风水学确实有研究，也很有主见。首先给我们讲解宏村的来历，徽州匠人的博学、宏村的桃源容纳、800年的融合形成现在的

宏村。又否定了人们常说的“牛”的说法，老先生从三点说起，河道的改造，是为了环绕村庄，处于安全和实用的考虑；八百间的时间一代代的匠人不可能按一个无形的思维准确延续；

牛肠、牛胃、牛角都有，偏没牛心、牛肺，没心没肺何为牛。后来又讲了徽州建筑的民居特点，高墙森林小窗户，飞檐翘角楼、华楼，接天连地大天井。开天井接无根之水，设天井纳不捷之财。徽州建筑有很多我们不可理解的地方，中庭天井、水流地下、自焚式防火、、、、，也有很多当地人朴实忠厚的建筑映射。

20__、7、7早起6:00，出发去汪家老宅

村里道路曲折妖娆，似水环绕，昨天的路程早就忘光，花了好长时间才找到老宅。本来冯老师说为了安全起见不让我们自己单独测绘年久失修的楼梯，好奇的我们待着看不到冯老师就开始自己测。

偏厅楼梯，两折都是奇数，古代都以奇数为阳，偶数为阴，才有九月九重阳节的来由。可能限于当时工匠的工程细度，楼梯各部件尺寸都不相同，我们就得一一测量。楼梯踏步有几块是后加的，外有楼梯间环绕，中有扶手平斜。平台宽阔厚重，确实承载了平台应有的停息等待的作用。

中庭后方楼梯测量，大体弧形单跑，23阶。

楼梯测量感觉踏步窄小，宽200mm□高120mm□下楼相当不方便，可能基于当地女子裹脚的风俗设计的。

测量中发现旁边有一掉色的棺材，大家研究以后推断为当地风俗，没人提出异议，要不谁敢冒着风险揭开看看。

下午在村里花了一幅钢笔速写，挺撮。晚上讨论测绘数据，整理

20__、7、9早晨6:15醒，急忙洗漱、吃饭

测量本来是测好的，冯科老师说看看知道一下，我们就有去了。

正门发现顶部又有一层，基本上是画上去的，外加小小雕刻。老师有带我们测了测楼梯，基于楼梯年久失修的问题我们只好就此罢手。

下午和周杨、小刚一起画速写，画到一半突下雨。雨后一起溜达，碰到向南，邀请我们一起去南湖书院玩。宏村的雨挺大的，雷也特别响，雨中宏村又是一番风景。

晚上，收到通知实习解散，至此我们就开始收尾。

后记：宏村徽州女诗人程凤娥在《鹧鸪天·有怀》中写道：“一点愁心指上弹，梅花羞带病中看，相怜早被湖山隔，空对孤灯带影残。情没绪，思无端，更深犹自倚朱栏，长空独有天边月，为我勾留伴晓寒。”

岗位实训个人总结篇十四

时间总是转瞬即逝，在前台工作的两个月实习期，我的收获和感触都很多，任职以来，我努力适应工作环境和前台这个崭新的工作岗位，认真地履行自己的工作职责，完成各项工作任务。从来公司的第一天起，我就把自己融入到我们的这个团队中。现将这两个月实习期的工作情况总结如下：

- 1、转接电话，准确的转接来访者电话，委婉对待骚扰电话，提高工作效率；
- 2、来访人员接待及指引，配合人事部门做好应聘者信息登记；
- 4、签收邮件，送邮件至各级领导；

- 5、每天早来、晚走10分钟，配合各部门的工作；
- 6、领取每天的报纸及邮件，并将信件及时转交给相关人员；
- 7、公司文件的分发，及时将文件分发给各部门，将公司的各项政策措施快速传达下去；
- 8、下班时检查前台电脑的电源是否关闭。

在实践中学习，努力适应工作，刚加入公司对公司的一些事情都不了解，通过领导和同事的耐心指导和帮助，让我在较短的时间内学到了很多知识。

做事情不够细心，考虑问题不全面，有时候会丢三落四。目前公司人员流动较大，进出门人员多且频繁，出现了一些疏漏。

- 1、作为一名前台人员，除了脚踏实地、认认真真做事外，还应该注意与各部门的沟通。了解公司的发展状况和各部门的工作内容，有了这些知识储备能及时准确地回答来访者的问题，准确地转接来电者的电话。
- 2、按规定做事的前提下还应该注意方式方法，态度坚定、讲话委婉，努力提高自己的服务质量。
- 3、做事要考虑周全、细心。有时因为一些小问题铸成大错，所以凡事都要先想到后果；
- 4、工作进度及工作过程中遇到的问题因不能及时处理的应向上级反馈。
- 5、加强礼仪知识的学习。光工作中学习的远远不够，在业余时间还必须学习相关的专业知识，了解在待人接物中必须要遵守的礼仪常识。

以上这些正是我在工作中缺少的。通过思考，我认为，不管哪一个岗位，不管从事哪一项工作，都是公司整体组织结构中的一部分，都是为了公司的总体目标而努力。对前台工作，应该是“公司的形象、服务的起点”。因为对客户来说，前台是他们接触公司的第一步，是对公司的第一印象，而第一印象非常重要，所以前台在一定程度上代表了公司的形象。同时，公司对客户的服务，从前台迎客开始，好的开始是成功的一半。有了对其重要性的认识，促使我进一步思考如何做好本职工作。所以在今后的日子里我一定会更加努力的工作！

岗位实训个人总结篇十五

会计电算化是一门实习性很强的学科，经过三年半的专业学习后，在掌握了一定的会计基础知识的前提下，为了进一步巩固理论知识，将理论与实习有机地结合起来，本人在xx食品有限公司财务部进行了为期x周的专业实习，以下是此次实习中的一些心得和体会。

公司的财务部并没有太多人，设有一名财务经理，一名出纳。此次负责我实习的是公司财务经理—x经理□x经理根据我x周的实习时间，主要是让我了解财务软件的使用和会计处理的流程，并做一些简单的会计凭证。公司采用的是xx财务软件，从编制记账凭证到记账，编制会计报表，结帐都是通过财务软件完成。我认真学习了正规而标准的公司会计流程，真正从课本中走到了现实中，细致地了解了公司会计工作的全部过程，掌握了金蝶财务软件的操作。实习期间我努力将自己在学校所学的理论知识向实习方面转化，尽量做到理论与实习相结合。在实习期间我遵守了工作纪律，不迟到，不早退，认真完成领导交办的工作。

刚到会计部x经理就叫我先看她们以往所制的会计凭证和附在会计凭证上的原始凭证。由于以前在学校做过会计凭证的手

工模拟，所以对于会计凭证不是太陌生，因此以为凭着记忆加上学校里所学过的理论对于区区会计凭证完全可以熟练掌握。但也就是这种浮躁的态度让我忽视了会计循环的基石——会计分录，以至于后来x经理让我尝试制单的时候感觉到有些困难。于是我只能加班补课了，把公司日常较多使用的会计业务认真读透。毕竟会计分录在书本上可以学习，可一些银行帐单，汇票，发票联等就要靠实习时才能真正接触，从而有了更深刻的印象。别以为光是认识就行了，还要把所有的单据按月按日分门别类，并把每笔业务的单据整理好，用图钉装订好，才能为编制会计凭证做好准备。

见习了两天后x经理给了我一些原始凭证，让我审核原始凭证后编制记账凭证。我根据原始凭证所必需的要素认认真真审核了原始凭证后，进入金蝶会计软件的录入记帐凭证的界面，先按此笔业务录入简明而清楚的摘要，然后按会计分录选会计科目，并在相应的会计科目的借方和贷方录入金额，最后在检查各个要素准确无误后，按下保存并打印出记帐凭证和相应的原始凭证钉在一起。刚开始我制作的速度比较慢，而且在x经理审核凭证时能发现一些错误的凭证。但是通过几天的联系后在速度和准确度上都提高了不少。通过一周多的编制记帐凭证工作，对于各个会计科目有了更加深刻而全面的了解，并且对于我把书本知识和实习的结合起到了很大的作用。

除了编制记帐凭证x经理很有耐心地给我讲解了每一种原始凭证的样式和填写方式以及用途，而且教我记帐，打印所需要的帐簿以及查询凭证等财务软件的一些常用的操作。有了这些基本认识并熟练了财务软件的操作以后学习起来就会更加得心应手了。从制单到记帐的整个过程基本上了解了个大概后，就要认真结合书本的知识总结一下手工做帐到底是怎么回事。

除了做好x经理所安排的各项工作后，我也会和出纳学学知识。

别人一提起出纳就想到是跑银行的。其实跑银行只是出纳的其中一项重要的工作。在和出纳聊天的时候得知原来跑银行也不是件容易的事，除了熟知每项业务要怎么和银行打交道以外还要有吃苦的精神。想想寒冷的冬天或者是酷暑，谁不想呆在办公室舒舒服服的，可出纳就要每隔一两天就往银行跑，那就不是件容易的事了。

而且，出纳的业务比较繁琐，还要保管现金，支票和收据等等，所以需要非常细心，对于比较粗心的我来说，这也是非常有必要学习的。

是的，课本上学的知识都是最基本的知识，不管现实情况怎样变化，抓住了最基本的就可以以不变应万变。如今有不少学生实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，可我觉得，要是没有书本知识作铺垫，又哪应付瞬息万变的社会呢经过这次实习，虽然时间很短。可我学到的却是我一个学期在学校难以了解的。就比如何与同事们相处，相信人际关系是现今不少大学生刚踏出社会遇到的一大难题，于是在实习时我便有意观察前辈们是如何和同事以及上级相处的，而自己也虚心求教，使得两周的实习更加有意义。

由于会计行业的特殊性我只能参加财务部门中较为简单的工作，如出纳及帮助会计进行帐目的核对等工作。虽然工作不难，时间也不长，但我仍十分珍惜我的次真正意义上的企业实习经验，从中也学到了许多学校里无法学到的东西并增长了一定的社会经验。

实习报告总结:会计本来就是烦琐的工作。在实习期间，我曾觉得整天要对着那枯燥无味的账目和数而心生烦闷、厌倦，以致于登账登得错漏百出。愈错愈烦，愈烦愈错，这只会导致“雪上加霜”。反之，只要你用心地做，反而会左右逢源。越做越觉乐趣，越做越起劲。梁启超说过：凡职业都具有趣味的，只要你肯干下去，趣味自然会发生。因此，做账切忌：粗心大意，马虎了事，心浮气躁。做任何事都一样，需要有

恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸!这次会计实习中，我可谓受益非浅。

岗位实训个人总结篇十六

7月14日，携带着大包小包，我与两个同学相约来到了深圳市龙岗区平湖法庭，20__年暑假法院实习总结。一场骤雨过后，阳光在法庭淡红色的墙壁上熠熠闪光。这是一所并不大的法庭，但是大厅正面上方“公正司法”四个金色大字把法庭的威严与正义展现得一览无遗，我们心中所有的担忧一扫而光。当接待我们的“师兄”问我们想学在这里学到些什么的时候，我回答道：“都想学。”其实当时心里还不清楚想学些什么。现在回想起来，这个暑假过得挺然人满意的，我的确学到了不少东西。不只是法律实务，也有许多为人处事的道理。

当天下午，我们就跟在书记员室的小余身边一边旁听，一边学习她如何作庭审笔录。一个劳动纠纷的案子，开了一个下午。后来我才知道，劳动案件已经超过法庭案件的80%了，大概是劳动法颁布后为工人合法权益提供了更好的法律保护依据。随着国家法律的不断完善，公民的法律意识不断增强，这本是件挺好的事情，但从目前大多数案件看来，公民一些基本的法律知识还是比较欠缺，这使得许多人在法律纠纷案件中常常处于被动的、弱势的地位。看来全民法律意识的培养道路任重而道远。目前的案件基本上都是由律师代理打官司的。以前经常听说很多律师因为接不到案子穷得差点养不活自己。一个人如果连自己的生活都保证不了，那何言为他人、为社会做贡献?而此时我才对律师职业的“惨淡”前景多少有了改观。

第二天，庭长找我们三个人及深圳大学的两名实习生去会面。庭长谈笑风生的样子并不掩他因从事这个行业而形成的一种威慑力。立案庭的贺哥后来说到他是这样形容的：庭长的丰富的阅历把他锻炼成一个很厉害的人。法庭里的人，包括那些法官，都很敬佩他。语言艺术，对于一个法官或是律师等

其他法律工作者都是一个不可或缺的要求。我想在庭长身上能有很好的体现。他对一个人的批评常常不会正面点出，而是非常委婉地指出，被批评的人表面上好像被称赞的飘飘欲仙，事后回想才知道自己犯下了多大的错误。这种语言艺术让我这个心直口快的人羡慕不已，心底直告诫自己以后要多注意学习学习。

那一次面谈，庭长讲了许多，让我印象最深的一句话是：不要把自己太当一回事，也不要把自己不当一回事。乍一看似乎没什么的一句话当你琢磨一下就可以看出里面的意味了。经常有人把我们说成“天之骄子”，我们的条件很优越，但是我们还没有资格去骄傲（也就是“把自己太当一回事”）。我们是什么身份？大学生，充其量也就只是大学生，现在街上随手一抓几乎都是大学生，比我们厉害的人多的是，所以没什么了不起的，我们别太把自己当回事了，实习总结《2008年暑假法院实习总结》。但是，我们也没必要唯唯诺诺，我们有尊严，我们顶天立地，特别是维护法律尊严的人们。所以，我把这句话存在了心路历程里面了。

在法庭里，我们做的最多的是上庭做庭审笔录。我们各自负责自己跟随的法官的案子。案件很多，有时一个星期天天开庭，打字打到手软。但是我们没有叫苦，因为这是一个锻炼打字速度的好机会！由于对环境还没完全适应，所以有时也会出现一些差错。比如，对某些法律术语不熟悉而发呆，这时法官也会很体谅的给我们讲明；也会对法官的异地口音不熟悉当场懵住而闹笑话，几个人面面相觑之后有律师终于知道法官说了什么话……另外，我也会帮法官整理案件，辅助法官写判决书，学习写裁定书……实习中，有一鸿升厂倒闭，工人的工资问题严重，庭里需要立案800多件。于是，一个星期多，我们晚上在立案庭加班。就这样，我们也学习了立案的一点实操。除此之外，我平时还帮忙整理、打复印资料，写执行令并发通知，录入系统归档等。

虽然在校学习了两年，但是令人感到遗憾的是，实习的越多，缺乏经验的感觉就越强烈。我深知自己的专业知识的肤浅和实际操作知识的匮乏。法学是实践性极强的一门学科，学校里学习的都是理论知识，相比较于实际操作而言，它显得较抽象，难于消化并运用于实践当中。知识的用处就是应用于实践当中，并完成实践深度和广度的拓展。只有理论的没有实践的知识是毫无用处的，因此，我们只有将理论与实践结合才能真正吸收法律知识。即通过社会实践深化理论知识，并从实际情况中拓展知识面，学会活学活用。大学的法学院应当与公、检、法、律师事务所等部门建立良好的关系，定期安排学生见习，让学生更好的消化所学的知识，培养学生对法学的兴趣，避免毕业后的眼高手低现象，向社会输送全面、合格、优秀的高素质法学人才。

学习法律最终是为服务群众，辅助社会秩序的管理，依法治国，并推进我国法律事业的健康发展。作为新一代法律事业的接班人，我们有必要通过实习巩固所学知识，面向实际，面向社会，甚至面向国际，争取成为一名名副其实的法律正义的维护者。

岗位实训个人总结篇十七

首先，我想向为我们提供这次难能可贵的暑期法院实习的学校领导和老师表示衷心的感谢。正是因为有你们的支持和对我们学习和成长的关心，我们才能有这次与实践接触、与社会接轨的机会。同时，我想向所有为我在法院实习中提供帮助和指导的法院工作人员及我的指导老师致谢，感谢你们为我的顺利实习所做的帮助和努力。

作为90后的大学生，我们不再是温室里的花朵，不再被动地接受象牙塔里的知识，因为社会需要的是有能力的人，是能融入社会发展潮流的综合型人才。我们这次实习的初衷除了将学到的专业知识应用到实践中之外，更重要的是找机会努力适应这个社会的需求。两年的理论学习终于迎来了一次实

践的检验，虽然有点早，但我想我们都已经做好了准备。2__年6月17日，星期一，我来到甘肃省灵台县人民法院开始了为期两个月的实习生涯。

本次实习我选择的是家乡的基层法院，虽说实习之前已经有老师说过基层法院尤其是各县级法院及其派出法庭的种种缺陷，例如案件很普通，法官们的专业素质并不是很高，案件的审理程序不是很规范等等。开始我的确有点怀疑我是否有所收获，不过最终还是实践说明了一切：我不但充分将理论知识运用于实践当中，更是学到了很多在学校学不到的东西，其中很多经验收获是只有身在基层才能真正感受和领悟到的。县级法院的确不能和中院和高院相比，甚至在很多方面都不能和基层法院当中的区法院相提并论，但是我们在民法上也学到过，基层人民法院管辖第一审民事案件，中院、高院、最高人民法院管辖的案件却是有限的，而且是法律明确规定的，它们各自起到各自的作用。所以我们不能否定它的地位和它在整个法院系统中承载的价值所在。经过实习，深入基层，我才算基本理解了为什么要想成就一个人就让他先在基层成长的道理。

我这次实习的灵台县人民法院位于灵台县城区，设有立案庭、刑事审判庭、民事审判第一庭、民事审判第二庭、行政庭、执行庭、审判监督庭、办公室、政工科等部门，我所在的是民二庭，据我的指导老师我们庭是刚从民一庭分出来的，负责商事案件，主要为各大类合同案件。

因为是第一次实习，又是学校专门为我们提供的，所以我非常珍惜这次来之不易的机会。虽说是专业见习，我们都知道要学习的东西远远不止旁听庭审、装订卷宗、送达法律文书这么简单，而实践总是能给我们别样的惊喜。在实习过程中，我处处留心，从点滴中学习，把身边的每一个人都看做我的老师，我始终相信在没有正式步入社会之前，我们的经验是相当匮乏的，只要做个有心人，那么甚至一个陌生人都可能会成为我们人生道路上的贵人。生活很多时候就是亲睐愿意

为他付出的人，到最后我们会发现我们得到的会远远超出我们的想象。这次的实习的确让我有不小的收获，也获得了一些初浅的体会。

二、思想收获

（一）、礼貌——人际关系的润滑剂

作为一个有教养的人，礼貌是必不可少的。在法院工作，礼貌的作用更凸现出来。因为到法院来的人，大部分是有纠纷的，而法院正是为他们解决纠纷的，如果我们对他们以礼相待，不但可以在一定程度上缓解他们的怒气，也可以为解决当事之间的矛盾提供一点帮助。我记得刚来法院第一天，到立案庭办点事，因为新鲜和出于好奇，就往办公室四周看了看，才发现立案庭原来也是来访接待办公室，而且还设有诉调对接窗口，与此同时，我也一眼就看到了左墙壁横幅上醒目的字，是关于对待来访人禁止使用的言语和接待来访人的礼貌用语。我才知道原来对法院工作人员的要求真的不是我们想的那么简单，而且经过后来的亲身体会，我明白了懂得以礼待人在我们人际交往过程当中还会起到不小的作用。

（二）、严谨——法律人永恒的指向标

在我进入法学院学习的第一天，老师就告诉我们作为一个法律人，最重要的就是要做到严谨。平常在学校并没有什么感觉，但当实习后，这里的法官、书记员身上散发着的严谨的气质不得不令我折服。当法官写判决时，要注重逻辑、条理、突出中立性，要细究一句一字甚至一个标点符号；当记庭审笔录或者询问笔录的时候，要注重原始性，有非常严格的格式要求，不能随意涂改，在不得已涂改的情况下，必须有当事人的签字和按压指纹确认；当事人提交证据时，书记员要一一核对证据清单等等。如果这些不是我亲身体验过，我真不能深刻体会法院工作人员的严谨的工作作风和从中体现出来的法律精神。法院是一个解

决纠纷的地方，而不是制造纠纷的地方，而避免纠纷最好的办法就是我们法律人最为强调的严谨。同时，我们还需要一个冷静的头脑和一颗正直的心，作为法律人，我们的心中必须时时都有一杆天平，公平与正义是我们不可推卸的责任，也是我们永远的精神目标和价值追求！虽然我将来是否从事法律工作还未知，但是只有从现在开始就全身心地追求公平与正义，永远保持性情的冷静与人格的独立，只有这样，我才能时刻准备着接受漫漫法律人生中一切困难和挫折的考验与挑战！

（三）、善于做一个有心人

在我的理解“有心人”就是在生活当中处处留心自己身边于己有帮助的人和事。后来有位恩师告诉我让我做一个有心人，我当时问过他，怎样做才算是一个有心人（因为当时在我看来他的意思应该不是我一直理解的那样）。他告诉我，要做一个有心人，首先必须清楚自己需要什么，将来会成为什么样的人，找准自己的奋斗方向，那么接下来就是要为实现这个目标而做必要的努力，而且一定要相信自己能够成功（因此要做一个有心人的前提必须是已经有了正确并且明确的奋斗方向）。因为我已经有了明确的目标，所以这次实习不但是我将所学法学知识在实践中加以运用的过程，同时更重要的是它也被当做我实现理想的一个重要平台。在实习中，我处处、时时本着学习的目的，在法院中学习同事之间的相处之道、下级与上级之间的为官之道，在法官们与当事人的周旋中品味处事之妙，在日常小事中领悟法官们言谈举止当中的待人接物之礼，在农村小院感受老百姓的喜怒哀乐。这些，都是生活教会我们的，远远要比生活本身更加丰富，而这所有的都是我身在基层深入体会的收获，它们将会成为我以后人生道路上重要的一笔财富。

三、业务收获

既然是实地见习，那么对于我来说在业务方面自然会有不小

的收获。听说有的同学实习期间比较闲，基本没有什么可做的。我觉得和他们相比，我还是很幸运的，虽然实习的时间并不长，但是我接触的东西基本上却很全面，而且负责带我的实习指导老师都很耐心地指导我，精心地为我答疑解惑，让我学到了一些实实在在的本领。

1、整理卷宗

整理卷宗，这个是我在以前的学习中没有接触过的，鉴于卷宗将成为永久性的档案，在整理前我都问得很仔细，然后做得很认真，整理完后就会对各种卷宗的内容顺序有了把握，当确定没有问题时，我就会觉得很有成就感。尽管这些事情都比较微小、繁杂，但每一件看似平凡琐碎的小事都蕴藏着丰富而深刻的学问，特别对于法律这门彰显公平与正义的学科，每一个细微的环节都事关当事人的切身利益，因此我在处理每个细节时都抱着“处处小心，时时留意”的态度，虚心地向法官、书记员们请教，他们也不厌其烦地解决我的问题，让我从中受益匪浅，同时我也深深地明白了作为一名法律人身上所肩负的崇高使命与社会责任，这也使我更感重任在肩，任重而道远。

2、旁听庭审

刚开始我就旁听了庭审，是关于一起婚约财产纠纷的。庄严的法庭，神圣的氛围，严格的程序，激烈的辩论，无不折射出审判的严肃和公正，几乎每次都能带给我心灵的震撼和灵魂的洗礼。因为以前没有全身心地完整旁听过一起案件，所以这次的庭审我认真听取每一个环节，每一个细节，从庭前准备到给当事人送达判决书到最后的生效，我都参与其中并且大有所获。我深刻地体会到：法律是一门实践性很强的学科，它仅有基本的专业知识是远远不够的，它更需要的是实务操作、办案经验和社会阅历。作一名法官不仅需要独立的法律人格，更需要有崇高的法律素养。作为刚跨入法律门槛的freshman，我们有激情、有干劲，但是我们在拥有这些

年轻财富的同时，缺乏经验与理性是我们的致命弱点，我们有时对于案件的庭审容易受到外界的干扰，有时过于感性和头脑发热，甚至会因为当事人情绪的波动而产生恻隐之心，这些都是我们在法律职业化的过程中需要克服与避免的。

3、学习写作法律文书

我在学校没有接触过有关法律文书的写作，对相关知识也是比较陌生，这次实习我感触颇多。因为翻阅过以往的卷宗，所以我对其中涉及的法律文书种类有大致地了解。在实习中，我看过法官们写的判决书、调解书，也在指导老师们的指导下完成过判决书、调解书、合议庭笔录、案件审理总结、当事人申请执行书等的写作，这些都让我拥有小小的成就感，同时也让我对于法律工作产生了极大的兴趣。

4、小的工作反复做好也不简单

在法院，校对法律文书、打印、粘贴装订、盖章等工作都是每天必须要做的，而且一份判决书都是要打印十几份，并且有严格的格式和内容要求，大处到严谨的用语，小处到一个正确的标点符号都是不容出错的，如果出错还需要重新打印，但也正是这些才体现出法律的严谨和公平。此外，我们还要填写应诉通知书、举证通知书、传票、送达回证等法律文书，有时候一天就可能填写很多份，但要把这些事情反复做好的确不简单，这也能锻炼我们的耐心和写字的功夫。我很幸运，基本上大部分能够接触到的日常业务我都接触到了，而且就是这些看似平常琐碎的事情，才更能锻炼我们的能力，同时磨练我们的性格。

四、问题和建议

虽然在法院实习的两个多月里，从为人处事到工作业务的熟悉等各个方面，我都受益良多，但获益的同时也有一丝遗憾。

（一）不能充分利用时间

因为实习的缘故，有些工作我没有办法参与，而且法官们也很照顾我，与实习业务无关的任务基本上不会摊派给我，所以很多时候我会有自己支配的时间。在空闲的时间里，我不能严格要求自己，本来可以利用这些时间看自己的专业书籍或者通过翻阅卷宗熟悉有关业务，但是却被我浪费在上网等一些无关紧要的事情上。通过这件事情我认识到要完成一件事，首先要严于律己，其次还要有足够的定力，这样才不至于在浮躁的社会中迷失自我。

（二）在工作中不够主动

不论是实习还是学习，只有我们积极主动，自己愿意去探求才能够有所收获。在实习中，我觉得自己表现的有些腼腆，遇事还是放不开。指导老师告诉我凡事都要自己去争取，不能表现的过于卑微，也不能表现的过于傲慢，过于卑微的人很容易让人瞧不起，过于傲慢的人则会让对方感觉到不受尊重，所以在以后的工作和生活当中，只有不卑不亢才能赢得尊重，也才能受益更多。

实习结束了，但我感觉并不是那么轻松。我觉得自己面临着更多的压力与挑战，我们现在没有任何的优越感，一切都得从头开始。

如果经历也是一种积累，那么这两个月无疑使我变得自信而富足。第一次的法院实习将成为我一生的宝贵财富！

岗位实训个人总结篇十八

临床的实习是对理论学习阶段的巩固与加强，也是对临床技

能操作的培养和锻炼，同时也是我们就业岗前的最佳训练。尽管这段时间很短，但对我们每个人都很重要。我们倍偿珍惜这段时间，珍惜每一天的锻炼和自我提高的机会，珍惜与老师们这段难得的师徒之情。

刚进入病房，总有一种茫然的感觉，对于临床的工作处于比较陌生的状态，也对于自己在这样的新环境中能够做的事还是没有一种成型的概念。庆幸的是，我们有老师为我们介绍各科室的情况，介绍一些规章制度、各级医师的职责等，带教老师们的丰富经验，让我们可以较快地适应医院各科临床工作。能够尽快地适应医院环境，为在医院实习和工作打下了良好的基础，这应该算的上是实习阶段的一个收获：学会适应，学会在新的环境中成长和生存。

到病房实习，接触最多的是病人，了解甚深的是各种疾病，掌握透彻的是各项基础技能操作。实习的最大及最终目的是培养良好的各项操作技能及提高各种诊疗技能。所以在带教老师“放手不放眼，放眼不放心”的带教原则下，我们积极努力的争取每一次的锻炼机会，同时还不断丰富临床理论知识，积极主动地思考各类问题，对于不懂的问题虚心的向带教老师或其它老师请教，做好知识笔记。遇到老师没空解答时，我们会在工作之余查找书籍，或向老师及更多的人请教，以更好的加强理论知识与临床的结合。按照学校和医院的要求我们积极主动地完成了病历的书写，教学查房，病例讨论，这些培养了我们书写、组织、表达等各方面的能力。

在医院实习期间，我们所做的一切都以病人的身体健康，疾病转归为目的，我们严格遵守医院的各项规章制度，所有操作都严格遵循无菌原则。我们在内、外、妇、儿各个科室里，都是认真细心的做好各项工作，在带教老师的指导下，对各种常见病，多发病能较正确地进行预防、诊断和处理。比较熟练的掌握了临床常用诊疗技能。本着三基、三严的精神，培养和提高了我们独立思考和独立工作的能力。

在这段短暂的实习时间里，我们的收获很多很多，如果用简单的词汇来概括就显得言语的苍白无力，至少不能很准确和清晰的表达我们受益匪浅。实习期间的收获将为我们今后工作和学习打下良好的基础。总之在感谢医院培养我们点点滴

滴收获时，我们将以更积极主动的工作态度，更扎实牢固的操作技能，更丰富深厚的理论知识，走上各自的工作岗位，提高临床工作能力，对卫生事业尽心尽责！身为学生的我在修好学业的同时也注重于对社会的实践。本着学以致用，实践结合理论发挥，抓住每一个机会，锻炼自己。大学五年，我深深地感受到，与优秀学生共事，使我在竞争中获益；向实际困难挑战，让我在挫折中成长。祖辈们教我勤奋、尽责、善良、正直；xx医学院培养了我实事求是、开拓进取的作风。

在医院实习期间、得到科室领导的关心及同事们的帮助下，较好地完成了各项工作任务，使自己较快地熟悉了新的工作环境，在工作态度、专业技术水平等方面均取得较大的进步，现将实习报告总结如下：

一、端正工作态度，热情为患者服务。

作为医生，为患者服务，既是责任，也是义务。我们医院对于居民来说还是新生事物，要想在最短的时间内做强做大，我首先要提高服务质量，让每一个就诊的患者满意，并以此来扩大我院的知名度。参加工作以后，我努力提高自己的思想素质和业务道德水平，摆正主人翁的心态。竭尽全能地为患者服务；耐心对待每一位患者，不管自己多累，都不厌其烦地做好解释和沟通，争取将两好一满意工作落实到实处。

二、认真负责地做好医疗工作，做好个人工作计划，提高专业技术水平。

参加工作后我仍然坚持每天学习，每天掌握一种疾病；同时不忘学习本专业研究的新成果，不断汲取新的营养，锻炼科研思维；坚持“精益求精，一丝不苟”的原则，工作过程中严格按照医疗操作常规进行，避免医疗事故及差错的发生；在工作中不断丰富自己的临床经验，时刻保持谦虚谨慎，遇到不懂的问题勇于向上级医师请教，努力提升自己综合分析问题和解决问题能力；严密观察病情，及时准确记录病情，对患者的处理得当；

三、严格要求自己。

在做好本职工作的基础上，积极为科室的发展出谋划策，希

望明年的工作量能够再上新高。在医院领导和同事们的帮助下，我的各项工作完成地较为圆满，但是我不能有丝毫的松懈，因为以后的工作还会面临更大的挑战和机遇。同时与其它先进同事相比还有差距，在今后工作中，我要继续努力，克服不足，创造更加优异的工作成绩。

以上是我的实习工作总结，在过去的半年里，要再次感谢院领导、护士长的教育、指导、批评和帮助，感谢同事们给予的关心和支持。过去，有许多进步和提高，同时也存在一些不足；展望未来，应当发扬自身的优点与长处，克服不足。

毕业实习工作已经划上了句号，但留在心中的回忆与感受却是久久难以忘怀。在这五个多月中我们紧张过，努力过，开心过，醒悟过，自信过。这些从未有过的经历让我们进步了，成长了，学会了一些在学校以前从未学过的东西。

我于20__年12月至20__年5月在吉林农业科技学院附属动物医院实习，该医院位于吉林市重庆路大润发超市附近，是一家以国营为主的宠物医院，医院占地面积不大，不超过一百平米，有两个楼层。宠物医院里基础设施还算是比较齐全的，各个必需的手术室、美容室、传染病隔离室等都有设置。但由于规模小，医院尚在发展阶段，所以较为先进的医疗设备不多。在职员工也不多，总共四个人。

该动物医院主要是给宠物美容、看病、手术、住院，销售宠物食品、宠物玩具、宠物相关用品。每天的顾客流量比较大，我们每天在那里的主要工作就是打扫一下卫生，接待前来就诊的小宠物，帮小宠物做一些简单的美容，给宠物打针，经常性的对医院进行消毒工作等一些比较简单的工作。

前来该宠物医院就诊的宠物主要是犬类，其中以博美、金毛、牧羊犬、吉娃娃、前来就诊的比较多，这些犬大部分是从外省或是国外通过空运被主人所接收的，由于从异地托运，所以或多或少的会带一些疾病。实习过程中，我所接触到的病例主要是：传染病(像犬瘟热、细小病毒病、结核病)、寄生虫病、外科病(像创伤、脓肿)、内科病(口炎、肺炎)、中毒性疾病(有机磷化合物中毒)等一些疾病。

主管这所动物医院的专家是我们的王老师，他在工作中严格

要求我们，在生活上对我们非常关心，从他及其他宠物医生那里我们学到了很多关于做人、做事、创业的方面的东西，并让我深刻的认识到作为一名合格的宠物医生不仅需要熟练的操作技巧，而且同样需要优秀的职业素质。

我实习点的第一站，是黄塘医院呼吸内科，记得第一天到科室，我的带教老师—朱老师，带我去查房，踏进病房门的一刻，被眼前的情景着实愣了一下，整个病房里的空气好沉闷，好安静，躺在病床上的病人都有点昏昏欲睡的感觉，最重要的一点是，他们竟然要靠着面罩吸氧器来维持生命，吸着氧还张口大口大口地呼吸，我的朋友在实习前一天，曾告诫过我，无论你看到多么让你惊愣的景象，像流血，残肢，什么的，一定不要在病人或家属看到你惊愣的表情。于是我很努力地镇住自己的表情，用微笑来代替隐藏在深处的惊愣和同情，耐心听着病人或家属对病情的描述(其实我带着口罩，无论我表现怎样的表情，他们都不大可能看到)。

查完房后，朱老师，他说，你看着我做一个心电图，以后的心电图，就交给你了。朱老师用很通俗易懂的方法教了我们，他说的话，至今还记忆犹新，他开口的第一句是“你们看过(红与黑)这本小说吧？”然后他接着说，“记住了，右边的肢体导联的上下，是红与黑”我们笑了笑，老师向我们摇着手说：“我们做医生不要做黄绿医生，(就目前我对朱老师的了解，“不做黄绿医生”他做到了)”“黄绿医生是什么呢？”“黄绿医生曾被称为江湖医生，专门混日子，骗诈的医生”。“那好了，左边的肢体导联就是黄与绿”经老师这么说，我还真佩服老师，这个记忆方法巧妙，好记，又兼并了对我们的思想教育！时间没允许我在那里发呆多久，不久，就跟随朱老师进病房，做心电图了，朱老师很熟练地把肢体导联，胸导联插好了，并做每一步都会转过头来替我们讲解。起初，我和小东林，愈鑫，伟诚，四个人经常混在一起进病房做心电图，大多时候是他们手把手在教我，后来，做多了，自然就熟悉了，现在我们四个都可以单独去病房，把做心电图这工作做好了，并且，大家都可能会有相同的感受，做心电图，其实是科室里最简单的实践操作，在这个科室里做的

其它做多最多的操作就是胸穿，腰穿了，这些操作，很多时候，都是我们站在一边，看着老师熟练的操作，心里痒痒的，很想去实践一下，或许哪天，心里在想，我实践练习过后，也有这么一项操作能力该多好！我的同学跟我说，机会会有的，我很期待。

我们大部分时间，是呆在办公室，说好听点，就是当咱带教老师的助手，说不好听点，就是帮忙打杂！我们帮忙接电话，录录医嘱，写写病历，开开化验单，找找家属签字，谈话，一忙乎，就是一个上午，一个下午。工作归工作，但是学习也要抓紧点，在学校学的理论，要在实践中找回来确实要花点功夫，但是说真的，理论经过一番实践折腾过后，会在脑袋里扎根地更牢固，就像在学校里，咱诊断老师给我们讲的肺部听诊，什么干啰音，湿罗音，哮鸣音，总是一头雾水，似懂非懂的感觉，现在好像它们的概念已经在头脑中慢慢清晰起来了，我也正在努力把它们一个个清晰地区别出来！呆在医院里，学的也不仅仅是这些，也把曾经错误的观念纠正过来了，因为曾经我的三个最亲的家属都在黄塘医院住过，我曾经错误地以为这里的医生，是把你们病人拖在医院，能拖多久就拖多久。多一秒，就多挣你一分钱。化验单和药能开多少就开多少，多开一张，多开一点，就多挣你一分钱。其实不是的，医生也希望病人能快点好起来，尽早出院，有时候他们苦口婆心地把病人留在医院，是因为病情需要，是因为在一番正规治疗，病情能有所好转，或者怕你出院，出什么意外，在医院，有齐全的医疗设备和一批医疗队伍，倘若，有什么意外，急需抢救，也可以尽力把你从死亡线上拉回来！有些时候，医生会根据你的病情，来决定要不要做某项检查，我曾亲眼看到张老师，跟一个病人家属说，“病人的情况，已经好转了，这个血培养可以不做了，省钱！如果你也同意，就签个字吧！（那天开早会，记得上级领导指示过，一旦诊断为肺炎，血培养是必不可少，一定要做的，但是张医生还是替病人考虑了）”。还有今早，我的带教老师—朱老师，给一个病人开药的时候，跟病人家属说，“这个药，我们医院卖的是进口药，16元一瓶，外面只卖三元钱一瓶，你们还是带着医药单出去买吧”我一次次被这些医生感动过，心里

涌动着一股股热流，热流过后，留在心底的更多是是对这些医生的肯定，不仅仅是对他们医术的肯定，更多的是对他们医德肯定，医德高尚，这样的医生，才能算好医生，医院有这些好医生的存在，才算是一家好医院，黄塘医院堪称为梅州市最好的医院，真的名副其实！不仅仅在我们科室，我看到过很多病人经医生的精心治疗和护士们细心料理，好转出院，同时也听到我们班在其他科室实习的同学们，听到过，今天哪个哪个病人出院了，今天哪个哪个病人抢救成功了？我亲身感受到了，医生的伟大，一个个白衣天使，用他们的一颗热诚的心对待着病人，在他们的精心呵护下，一个个鲜活的生命又得于重生，又可以在正常的生活轨迹里快乐地生存！但感到遗憾的是，有些东西，你无法避免你，有些人，你无法挽留，有一些病人，并没有抢救成功，有一些病人，病情也并没有好转，但是医生，护士毕竟也是人，不是神，他们也无力回天，有一些事实，注定无法改变，其实我很想跟这些家属说，只要有一线生机，一线希望，他们都不会轻易放弃，但是他们已经尽力了，只有残酷的事实，确实让他们无法挽救！

经过这些初始旅程，我更深刻地感受到了，医学事业是一项很神圣的事业，和病人的生命息息相关，做个医生，容易，做个好医生，难，学医这条路，是一条艰难的旅程，拿出强劲，无论遇到多大困难，都要努力走下去，实习十个月好好努力，向吴励老师，朱老师，张老师，看齐！

岗位实训个人总结篇十九

实习期间，我了解了大量庭审案件从立案到结案的全过程，在一些案件的立案过程中我还担任了具体的案卷整理工作，并且对部分参与案件提出了自己的想法。在此期间，我进一步学习了相关法律知识，对立案的程序有了更深的理解，同时注意在此过程中将自己所学理论与实习实践有机结合起来。实习结束时，我的工作得到了实习单位充分的肯定和较高的评价。

实习期间我主要对以下案件进行了深入的研究，参加了一些案件立案审判的过程，并提出了自己的一些意见：

一、73户居民诉市规划局侵犯其采光权、阳光权、通风权案

1、案件由来

73个原告认为市规划局规划的“亚大数码港”从占地面积到与居民住房间距都严重违反了gb50180—93强制性国家标准，违反，《长沙市城市规划管理办法》的具体技术规定即《长沙市城市规划管理技术规定》，并且其通道与防火安全均存在重大安全隐患，在多次请求协调未果后，向法院起诉，要求撤销行政许可，赔偿用户损失。

2、案件主要辩论焦点

被告长沙市规划管理认为“亚大数码港”规划许可的审查核发经过了严格的规划谁广泛征求相关职能部门的意见，并严格遵照规定的程序核发的，亚大数码港与其北侧的居民所住建筑的间距符合被告所提的gb50180—93强制性国家标准和《长沙市城市规划管理办法》，对原告的合法权益并不构成损害。而且，规划管理局提供了相关证据证明“亚大数码港”不适用《长沙市城市规划管理技术规定》。

3、原判结果

合议庭经过多次合议讨论，做出判决：判定规划许可，驳回诉讼请求。

本案是一个行政案件，通俗点就是民告官。通过对本案的审理，我认为在现阶段中国的行政诉讼原先要胜诉很难。如果有民告官的行政案件原告胜诉了，媒体都会以大力度报道，以此为典范。其实这是个很大的误区，一个法治的社会不应当存在这样的现象。如果行政机关的具体行为违法了，它就

应该承担相关责任。中国的行政诉讼之所以原告难以胜诉，主要还是司法与行政还没有完全区别开来，相互制约，相互牵扯。权比法大，政策高于法律。所以才会有这种状况的出现。在本案中，我觉得法院或多或少受到行政的影响：法院虽为司法机关，可其办公建筑用地、宿舍用地都得经规划局批准。

二、几起用简易程序审理的刑事案

这是我我次看见简易程序在审理案件中的具体运用。这些案件案情清晰、事实清楚、证据充分、争议不大岳麓区法院也属基层法院，符合简易程序的条件。在整个审理过程中，审理时限很短而且感觉开庭审理只是走下过场，法官对于此案如何判早有结论。

岗位实训个人总结篇二十

作为一名政法大学非法专业的学生，我选择中级人民法院作为我本次实习的地方，是出于多方面的考虑。

事实证明，在20__年__月__日至20__年__月__日这三个星期期间，在__人民法院民二商庭的实习使我获益匪浅。民二庭是处理民商法方向案件的庭，因此通过实习，我不仅掌握了一些基本的法律技能、在法学专业领域获得了实际的工作经验，而且巩固了经济专业必须接触到的债权相关知识，解决问题的能力也受到了锻炼，更是明白要始终保持谦虚谨慎、落落大方，始终以学习的态度做人做事。因此虽然此次实习只有短短三个星期，却是我受益匪浅的三个星期，感触颇深的三个星期。下面我来简要谈谈这次实习的小结和一些感想：

因此也基本上掌握了案卷的整理、清卷、订卷、贴封条等工作具体操作细节。一个案卷一般由几个重要部分组成：案由、案件来源；

当事人基本状况；

民事诉讼状；

证据材料；

调解书或民事判决书；

委托书和送达回证；

法庭审理笔录。这么多东西必须归档整齐，不能有丝毫的混乱。虽然这些工作很琐碎，很繁琐，但是这些工作又是必须的，只有做好了这些工作，当事人才可以随心所欲的翻阅案卷，法官才能随时翻看以前的案卷，便于法官从以前的案件中吸取经验审判现在的案件。

2、我参加了几起案件的开庭审理，认真学习了正当而标准的司法程序，真正从课本中走到了现实中，从抽象的理论回到了多彩的实际生活，细致的了解了公诉起诉的全过程及法庭庭审的各环节，认真观摩一些律师的整个举证、辩论过程，并掌握了一些法律的适用及适用范围。

3，在实践巩固了一些司法文书如执行通知书、裁定书、调解书、判决书、公函、公告送达等的书写，了解了一些具体的民法程序知识，例如：自公告发出之日起，经过六十日视为送达，提出答辩状的期限为送达期届满后十五日等。

这次实习，收获最大的还是在写判决书这一块。原本以为实习生顶多做一些复印、打印、装订、盖印、校对等琐碎的无关痛痒的事情，所以当法院老师把卷宗交给我让我写判决书的时候，我有些许的迷惑。但是，当我静下来面对卷宗和电脑屏幕上的判决书草稿的时候，知道这是一件对我真正有好处的事情。在比对原告诉称、举证材料、庭审笔录、送达回证和其他相关信息之后，写出法院的相关判决，这是一件多么神圣的事情。虽然我写出的判决书当然不是最后成形，还需要老师的修改，但是从这个过程中我所获得的东西远远比任何其他琐事都要来的多得多。

4、通过旁听案件，我对民事的审判特点和程序有了详细的了解，懂得了审理民事案件关键在于化解当事人的矛盾，和刑

刑事案件着重体现国家强制力惩罚犯罪不同，民事案件理想状态应是让双方当事人共赢而又不失法律的尊严，这一点就对法官的个人素质要求很高，这个素质不仅仅是法律方面的知识渊博，更重要的是懂得替当事人着想，尽量减少当事人的诉讼成本，更不能摆官老爷的架子，人为的拉大法官和群众的距离。

这次的实习，我最大收获的实际上是打消了原来对就业的种种忧愁情绪，不管是何种工作所最需要的品质只是勤奋和踏实肯干。现在的学习也一样，能做的只是踏下心来认真学习，在步入社会前为自己积累各种资本才能在进入社会时从容的应对挑战和机遇。亲身体会社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，更为重要的是检验一下自己所学的知识能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。并且通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。