

# 实习期个人经验总结7篇

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：<https://xiaorob.com/zongjie/gongzuozongjie/17973.html>

[ECMS帝国之家，为帝国cms加油！](#)

2023实习期个人经验总结(7篇)

实习期个人经验总结怎么写呢？实习是把学到的理论知识和实践融合在一起，进一步对已经学过的理论知识进行巩固以及深化，提升对学过知识的综合运用，培养自身发现问题以及解决问题的能力，下面是小编给大家带来的实习期个人经验总结(7篇)，希望能够帮到你哟！

转眼间，\_\_年就要挥手告别了，在这新年来临之际，回想自己半年多所走过的路，所经历的事，没有太多的感慨，没有太多的惊喜，没有太多的业绩，多了一份镇定，从容的心态。

## 一、工作感悟

在这四个月多的时间里，有失败，也有成功，遗憾的是；欣慰的是；自身业务知识和能力有了提高。首先得感谢公司给我提供了那么好的工作条件和生活环境，有那么好的，有经验的老板给我指导，带着我前进；他们的实战经验让我们终生受益，从他们身上学到的不仅是做事的方法，更重要的是做人的道理，做人是做事的前

从\_\_月开始进入公司，不知不觉中，四个月的时间一晃就过了，在这段时间里，我从一个对产品知识一无所知的新人转变到一个能独立操作业务的业务员，完成了职业的角色转换，并且适应了这份工作。业绩没什么突出，以下是四个月的工作业务明细：

进入一个新的行业，每个人都要熟悉该行业产品的知识，熟悉公司的操作模式和建立客户关系群。在市场开发和实际工作中，如何定位市场方向和产品方向，抓重点客户和跟踪客户，如何在淡旺季里的时间安排以及产品有那些，当然这点是远远不够的，应该不断的学习，积累，与时俱进。

在工作中，我虽有过虚度，有过浪费上班时间，但对工作我是认真负责的。经过时间的洗礼，我相信我会更好，俗话说：只有经历才能成长。世界没有完美的事情，每个人都有其优缺点，一旦遇到工作比较多的时候，容易急噪，或者不会花时间去检查，也会粗心。工作多的时候，想得多的是自己把他搞定，每个环节都自己去跑，、我要改正这种心态，再发挥自身的优势：贸易知识，学习接受。不断总结和改进，提高素质。

自我剖析：以目前的行为状况来看，我还不是一个合格业务员，或者只是一个刚入门的业务员，本身谈吐，口才还不行，表达能力不够突出。根源：没有突破自身的缺点，脸皮还不够厚，心理素质不过关，这根本不象是我自己，还远没有发掘自身的潜力，个性的飞跃。在我的内心中，我

一直相信自己能成为一个优秀的业务员，这股动力;这份信念一直储藏在胸中，随时准备着爆发，内心一直渴望成功。“我要像个真正的男人一样去战斗，超越自己。”

## 二、\_\_年工作设想

总结这几个月来的工作，自己的工作仍存在很多问题和不足，在工作方法和技巧上有待于向其他业务员和同行学习，\_\_年自己计划在工作得失的基础上取长补短，重点做好以下几个方面的工作：

依据这几个月销售情况和市场变化，自己计划将工作重点划分区域，一是对于老客户，和固定客户，要经常保持联系，在有时间有条件的情况下，送一些小礼物或宴请客户，好稳定与客户关系。二是在拥有老客户的同时还要不断从老客户获得更多的客户信息。三是要有好业绩就得加强业务学习，开拓视野，丰富知识，采取多样化形式，把学业务与交流技能相结合。

- 1、每月要增加1个以上的新客户，还要有几个潜在客户。
- 2、见客户之前要多了解客户的状态和需求，再做好准备工作才有可能不会丢失这个客户。
- 3、要不断加强业务方面的学习，多看书，上网查阅相关资料，与同行们交流，向他们学习更好的方式方法。
- 4、对所有客户的工作态度都要一样，但不能太低三下气。给客户一好印象，为公司树立更好的形象。
- 5、客户遇到问题，不能置之不理一定要尽全力帮助他们解决。要先做人再做生意，让客户相信我们的工作实力，才能更好的完成任务。
- 6、自信是非常重要的。要经常对自己说你是最好的，你是独一无二的。拥有健康乐观积极向上的工作态度才能更好的完成任务。

## 三、工作中的问题及解决办法

- 1、不能正确的处理市场信息，具体表现在缺乏把握市场信息的能力，在信息高度发达的现代社会，信息一纵而过，有很多有效的信息在身边流过，但是却没有抓住;缺少处理市场信息的能力，有效的信息是靠把握、分析、处理、提交的，及时掌握了信息，又往往缺乏如何判断信息的正确性;缺乏信息交流，使很多有效信息白白流失。在今后的工作中，应采取有效措施，发挥信息的作用，加强处理信息的能力，加强沟通交流，能够正确判断信息的准确性。
- 2、在年初工作中，因为自身业务水平较低、经验不足，在刚开始的工作中摸不到头绪，屡次失败。问题究竟出在哪里?面对多次失败的教训，查找自身原因、，找出了自己的不足。在今后的的工作中要不断加强业务学习，提高自身能力，
- 3、对客户的信息要及时响应并回复;对客户的回复不能简单的一问一答，要尽可能全面、周到，但不可啰嗦。语言尽显专业性与针对性，否则失去继续交谈的机会。
- 4、报价表，报价应报得恰如其分，不能过低，也不能过高;好东西不能贱卖，普通的产品不能报

高。因为客户往往会从你的报价来判断你的诚实性，并同时判断你对产品的熟悉程度;如果一个非常简单普通的产品你报一个远离市场的价位，甚至几天都报不出来，这说明诚实性不够，根本不懂这一行，自然而然客人不会再理会。

转眼间三个月的实习马上就要结束了，回顾这三个月的工作，感触很深，收获很多。在主管和各位同事的悉心关怀和帮助下，通过自身的不断努力，我学到了人生难得的经验和社会见识，下面我从以下几个方面来总结这段时间我的感受。

### 一、认真学习，注重实践，提高业务能力

留学对我是个全新的领域，通过不断的理论学习和实践训练，我明显体会到了“学然后知不足”的道理。不同的申请模式，纷繁的学生材料需要专业的业务能力和敬业精神。虽然在实习期间接触都了一些文书写作和学校申请，但是这对于成为一个专业的留学文案还远远不够。我还需要在工作中不断学习、不断提高。更何况英国各个学校的申请也在不断更新，相对应的留学文案的业务知识也要在日常实践中不断更新，只有这样才能成为一名合格的留学文案。

### 二、以最大的热情投入到工作中去

面对繁多的学生所带来的更加繁多的材料和学校申请，我了解到对于一名留学文案，热情、认真、耐心是多么的重要，稍有差错就可能影响学生的最后录取。在申请中，我也曾犯过很低级错误，经主管指出，我意识到看似细小的错误可能带来的严重后果。在今后的工作中，我要更加的认真和细心，避免小错。

### 三、和同事积极配合、相互帮助

实习期间，主管和同事的帮助和指导使我受益匪浅。开始的工作总是会遇到各种问题和困难，同事总是给予我耐心的帮助，我真的很感谢大家。同样的，在今后的工作中，我会努力学习，争取可以为同事排忧解难。留学文案要求与顾问的协调合作，所以在今后工作中要提升自己团队合作精神，和顾问以及其他同事一起把工作做好。

三个月的时间说长不长说短不短，走出校门，走进启德，我在不断的学习和成长，今后在工作中，在做好本职工作的同时，为公司做一些力所能及的工作，为公司做出应有的贡献。

经过这次的实习，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。

众所周知，生产实习是学生大学学习很重要的实践环节，实习是每一个大学毕业生必的必修课，它不仅让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，还使我们开阔了视野，增长了见识，为我们以后更好把所学的知识运用到实际工作中打下坚实的基础。经过生产实习使我更深入地接触专业知识，进一步了解环境保护工作的实际，了解环境治理过程中存在的问题和理论和实际相冲突的难点问题，并经过撰写实习报告，使我学会综合应用所学知识，提高分析和解决专业问题的本事。

短短一周的实习很快就结束了，虽然时间很短，但感觉还是有很大的收获。在实训周的最终一天我们对本周的实习进行了总结回忆，并以制作ppt展示的方式和同学们一起回忆了整个实习过程，在实习总结中我们组取得了不错的成绩，为此，我们都很高兴，整个实习的过程中，总结一下

收获大概的有以下几点：

### 1、心态转变

学校的生活相对而言较为单纯，无需我们担忧很多的问题，学校三点一线的生活，学习跟得上就能够，而在实际的运作中当中则不然，实际中，我们要研究的则更多，及时的转变心态会让我们工作更加顺利。

### 2、计划做事。

有了明确的计划，目标才清晰，以至于在工作中不会茫然。我们实习时是跟着教师的安排一步一步走的，可是在这之前，教师的准备却是很辛苦很细致的，也正因为这样，才有我们在实训时有条理的有安排的顺利进行。周全细致的计划，这是除了课本上的知识外，我们要向教师学习的。

### 3、不以事小而不为。

做大事小事有不一样的阶段，要想做大事，小事情必须做好。我们正是实习的阶段，做一些繁琐的小事情，很有必要。这些小事情值得我去做。事情虽小，可过程至关重要。

虽然一周的实习时间很短，学习到的东西也很有限，可是这足以让我体会到仅有不断的努力，学习更多的知识，才能够逐步完善自我，提升自我。

20\_\_年即将过去，过去的一年，在局领导的关怀和各位股长、同事们的帮忙支持下，我顺利的完成了上级交办的各项工作，下面我将就一年来的工作、思想、学习以及生活等方面的状况具体汇报如下：

#### 思想上

自觉加强理论学习，努力提高自身素质，认真学习“争先创优”思想内涵。以市委“四个年”建立活动为契机，结合财政工作实际，紧紧围绕上级工作安排，坚定信念，改善方案，用心工作，服务人民，为我市的经济发展贡献力量。

#### 学习上

我认真学习和深入研究财政工作制度和办法，着重掌握财政国库业务知识和有关政策，参加市委组织部清华大学“教育扶贫”青年干部专题培训，并顺利结业。同时，我用心巩固财务专业知识，已通过两门中级会计师考试，并用心复习准备明年最后一门考试，争取明年取得中级会计师资格。

#### 工作上

我能够以有强烈的工作职责心和工作热情对待各项工作任务，用心主动，勤于思考，善于请教，经常加班加点，也毫无怨言。在工作中，我始终虚心谨慎，从实际出发，严格执行有关规章制度，按照工作程序审核拨款单据，及时拨付款项，确保专户资金专款专用，使得每一笔财政资金规范安全的发挥效用，更好的服务于经济建设。经过一年的锻炼基本能胜任自己的本职工作，能够比较从容地处理日常工作中出现的各种问题。

回顾一年来的工作，虽然说取得了一些进步，但也存在许多不足：一是学习主动性不够，缺乏学习的紧迫感和自觉性；二是工作量大时，容易粗心导致一些可避免的错误发生。

在新的一年里，我将加强理论学习，进一步提高自身素质；增强大局观念，苦干实干，努力提高工作质量和效率，用心配合领导同事们，为财政事业和我市经济发展贡献自己的一份力量。

时间飞逝，在\_\_公司实习四个月了，在公司领导及同事们的关心与指导下，使我不论在思想上还是工作方法上，在对待问题和处理问题上都有了很大的进步，学习到很多在课堂上学不到的知识，获益良多。现在，我将这四个月的工作情况简单总结如下：

#### 1、熟悉财务业务。

原始凭证的审核与整理；填制会计凭证；建总账、各明细帐；核算往来业务；登账、对账；编制报表等。都有很多需要注意的地方，对于错账、漏账的更正，都不允许随意添改，不得弄虚作假。现在会计电算化越来越全面，工作效率进一步得到提高，我熟练并掌握了会计电算化的工作流程。

#### 2、会计档案管理。

对会计凭证的分门别类、按照编号顺序整理，装订成册。封面上要注明会计凭证的名称、起讫号、时间以及有关人员的签章。要妥善保管好会计凭证，对超过所规定期限的会计凭证，要严格依照有关程序销毁。需永久保留的有关会计凭证，装订成册。

#### 3、出纳方面。

在收付、反映、监督、管理四个方面尽到了应尽的职责，在审核原始凭证时，对不真实、不合规、不合法的原始凭证敢于指出，坚决不予报销；对记载不准确、不完整的原始凭证，予以退回，要求经办人员更正、补充，及时收回公司各项收入，及时登账，日清月结，并达到熟练操作网上银行支付系统。

#### 4、对办公软件的运用。

如：统计楼盘的销售情况，业主款项的到达情况及支付方式，活用表格，方便记录与查找，及时提供完整信息。

总的来说，在\_\_的四个月我受益匪浅。同时我十分珍惜这次学习与实践的机会，从中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。会计工作是繁琐的，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。

时间如白驹过隙，匆匆而逝，半年的实习生活转眼间就要结束了。然而，过去的是时间，留下的却是实习的经验；收获的是知识，给予的却是深深的友情；还有的就是深刻印在脑海中的可爱的孩子们，他们求知的眼神带给了我力量，我定会身兼重任，全力以赴。

回想刚到学校时内心的欢喜、激动，第一次备课时的仔细与认真，第一次登上讲台的忐忑不安，第一次被孩子们称呼为老师的快乐，第一次.....那么多的第一次都是在实习中经历的。虽然顶岗实习之前，在学校做过各种各样的培训，自己内心也做过许多假设，但是真正的接触起来，却是

出乎意料的。可以说，半年的顶岗实习，让我变得坚强，成长了许多。

实习对每位准老师来说，是至关重要的课程。通过本学期的实习工作，使我明白：我还需加倍努力，不断改进，完善自己。相信“世上无难事只要肯攀登”。这是一段充满艰辛和收获的经历，这是一段充满挫折与反思的人生，这是一段充满幸福和快乐的旅程，这是一件我们一生用心珍藏的礼物。这更是一个不老的故事，是教师和学生用情感书写的传奇，这一切必将是我生命中不朽的记忆，必将给我们以后的人生打下坚实的基础，必将是我生命中丰硕而宝贵的精神财富。

实习快要结束了，对于像我一样的实习生而言，教育不是牺牲，而是享受；教育不是重复，而是创造。对于一个优秀的教师而言，教育不仅仅是谋生的手段，而是丰富精彩的生活本身！教师的一生，也许终不成什么惊天动地的伟业，但它应像山间的小溪，以乐观的心态一路欢歌，奔向海洋。当如馨香的百合，轻展带雨的花瓣儿，聚合摇曳的身影；当如灿烂的星辰，甘于在静寂里守望天空。只有这样，它才会在付出青春韶华，付出苦汗心血的同时，收获桃李芬芳，实习自我实习的人生价值。

教育是一项高难度的工作，要做好它十分不易。如果这是我的路，我愿意选择做一名教师，我希望做悬崖上的守望者，看到田野里开满灿烂的向日葵。

\_\_年，是我毕业的一年，为了更好的完成毕业论文的写作，按照学校的要求，我来到\_\_物流快递公司为期三个月的实习，在这三个月的学习中我有许多的感触和领悟，学习到了很多东西，进步很大，尤其是对物流定义里的物流的各个环节间的紧密关系更加理解，下面是这段时间的实习签定。

物流是将运输，装卸搬运，仓储，流通加工，配送，包装，信息处理等基本因素实施有机结合的过程，其中的每个环节紧密相连，环环相扣，缺一不可。在我每天的工作中我就体会到这一点，我在公司实习的岗位是小件员，每天的主要工作就是派件和收件，在这其中可以说对物流各因素的关系更加了解。

我工作的交通工具是电动车，它是我运输的交通工具，公司发的背包相当于我的“快递仓库”，我每天出库后都要装卸搬运，然后要对货物的收件人进行电话联系，有异常信息及时反馈处理，最后就是派送，在这个环节中更要注意合理优化资源。只有把这几个环节紧密的贯穿在一起，提供才能按时完成派送任务只有这样才不会导致货物晚点。

在送件的同时会有客户打电话要你去取件，这时你要在得知取货信息40分钟内完成取货任务，在取货环节中你要把客户的快递进行合理包装，要信息处理最后把货物安全送回自己所在的操作点。

以上就是我每天要做的最主要的工作，它很好的把物流的各个因素联系在一起，物流的过程是一个整体的过程，它的各个环节的合理优化配置是物流顺利进行的前提条件和重要保障。物流就是a至b的过程，但是要想在最短的运输时间，最低的物流成本，和最安全的运输方式达到目的地就要很好的衔接物流的七大要素。

实习结束了，虽然这段时间风吹雨淋感到很辛苦，但是获得对书本上的理论知识有更加深刻的了解，有了非常好的一次社会实践机会，不但有益于我的不要设计，更有益于我以后的发展道路。水平，为以后成为一名优秀的人民教师做好最好的铺垫。

更多工作总结 请访问 <https://xiaorob.com/zongjie/gongzuozongjie/>

文章生成PDF付费下载功能，由[ECMS帝国之家](#)开发