

2024 大学生实习总结个人感悟

时间过得真快，不知不觉，学校的生活就要结束了，经过两年多专业知识的学习，这个学期我们终于要进行毕业实习了。

我被学校安排到区税务局征管科实习。到征管科实习，是我踏出校门步入社会的第一份工作。征管科是税务档案的管理部门，里面的档案资料是各部门在税收征管过程中直接形成的有保存价值的各种文字、图表等的历史记录。档案管理，听起来让人觉得很轻松，因为当今社会电脑相当普及，任何资料都智能系统化。我来之前也是这样想的，可当我来到这里真正接触这项工作时才知道，事实并不是那么回事，因为有些东西电脑根本就做不到。

我刚来实习，正好遇到征管科资料倒库。资料倒库这个工作不仅工作量大而且很复杂——首先要把资料装箱，然后进行交换，交换完后就要把它们上架，上完架后还要给资料编新位置码。特别重要的是：因为保存的都是纳税人的档案，是绝对不可以泄漏出去的。因此，这项工作除了要有吃苦耐劳的精神，还要有专心致志的工作态度，更重要的是要有很高的警惕性。

长期以来，资料的分类、装订、归档、查阅、变更、移外区、管理等问题一直困扰着管理人员。虽然随着社会的发展，我市国税系统在征管方面进行了改革，很多方面都已跃上了新台阶，走在时代的前沿。去年全市国税系统征管数据大集中和税库联网，今年的办公自动化的推广等等，标志着我市国税系统信息化建设的进步。然而税收征管资料管理模式仍停留在原有的水平上，存在各种问题，处于落后的局面。所以，我认为有许多地方都要迫切进行改进：

一、资料管理要科学

资料管理如果不规范、不科学，就会影响工作效率，甚至给工作造成很大的被动。比如说税收征管资料转送到经办人那里后，按要求经办人应及时进行整理、分类、归档、上夹的，但由于现在各管理分局特别是小规模管理分局普遍存在：

(一)管理户多，失综户多，催报、催缴及看失踪户场地以及各种专项工作又异常繁重，造成工作中顾此失彼的状况；

(二)部分经办人不能合理安排工作时间。

由于这两个原因，导致无暇顾及各类应整理归档的征管资料，造成这些资料很容易遗失。如我所在的征管科就严重存在这种情况：一是资料没有及时整理、归档，有些资料一放就一两个月，二是资料堆放随意性，从桌面到桌底到处都是。

二、资料管理要规范

(一)资料一定要齐全，而且归档一定要符合标准。

资料不齐全或归档不符合标准，就会给工作造成很大的被动。如我所在的征管科的资料就有“张冠李戴”的现象，这样一来，不仅增加了工作的难度，更重要的是影响了单位的形象。

(二)要有专用、足够的场地。

没有专用的场地或场地不足的话，资料就很难整齐堆放，这样一来，就一定会出现资料查找不方便、检找速度慢等现象，造成既费时，又费劲。如我所在的征管科，征管资料由于受存放场地及其它因素的限制，需查找资料时，则要翻箱倒柜，不仅容易造成资料破损，而且还严重影响了工作效率。

(三) 纳税人资格发生变更的，征管资料要及时转移。

我所在的征管科就存在这种情况：在接收一般纳税人资料时，发现有 10 多户纳税人资格发生变化(有个别业户变更时间在半年以上的)，而税收征管资料尚未移送到接管的小规模管理分局。

(四) 资料保管要安全。

目前，我市有些管理分局的征管资料是放在办公室的资料柜里的。要知道，办公室这种地方，前来办事的纳税人是可以进进出出的，部分两个管理分局共用的资料库，除了上面这些人可以进出外，各分局的经办人也可自由出入，这对资料的防盗、防火等都非常不利。

三、资料管理要面向现代化。

当今社会，信息发展一日千里，电子数据、图像化、办公无纸化、各相关行业资料共享，将是今后发展的趋势。我们税务行业，假如能从税务登记到申报征收再到各类待批文书、税务稽查系列等所有协税事项都电子数据化的话，那么只作为行政复议及相关法律案件的原始税收征管资料取证，是否也因此而改变方式呢？

四、工作体会在税务局实习的这段时间里，让我体会到做事的艰难。以前什么事都没做过，在家只知道饭来张口衣来伸手，经过这次实习，让我明白了两个道理：

(一)做任何工作都要积极、认真负责;

(二)要不怕辛苦、不怕困难。

这次实习，给了我一个锻炼的机会，让我从中得到了很多宝贵的经验，可以讲是受益良多啊!所以，今后，我会继续努力，不断丰富知识，不断积累工作经验，不断提高工作能力，争取做一个对社会在贡献的人。

实习很快就要结束了，十几年的学习生涯就要接近尾声，实习是我跨入社会进行的一个热身运动。毕业后，我们又迈入一个新的起点。新的旅程艰难又宽广，我们又要迎接新的挑战，实习其实就是把自己学到的知识运用到平时的实际工作中去，在实习...

两个月的实习时间很快就过去了，回首过去的两个月_导的在大力支持和实习老师的指导下，我们圆满地结束了这次毕业实习，虽没有轰轰烈烈的战果，但也算经历了一段不平凡的考验和磨砺。...

我系公司经营部新进员工，自年月日进入公司。在这三个月的工作中，我始终严格要求自己，使自己尽快成长起来，尽快融入工作岗位中。逝者如斯，三个月弹指一挥间。回顾这三个月的工作，我感触良深，收获颇丰。...

社会连结理论认为：当一个人感受到社会道德和社会秩序对他的重要性，了解到社会上多数人对他的期望时，他就与社会有了一种连结。要想让残疾少年适应环境，需要有强大的后盾，使他们与社会发生连结。...

在实习期间，我的主要任务是班主任工作和教学工作，我将从这两个工作中谈谈我的感受和收获。一、班主任工作(1)在工作准备方面首先我能较快的了解整个班级的情况特点。记得刚开始时，我就急着找班主罗老师了解班级情况。...

我们共同的坚守，共同的奋斗，让人感动。彼此分享，亲密无间，我们不仅仅是同学，是并肩作战的战友，迈过了一个又一个心坎，迎接蜕变，走向成熟。...

一、实习的目的通过实践，我对一般工业和民用建筑施工前的准备工作和整个施工过程有了深入的了解；理论联系实际，巩固和深入理解所学的理论知识（如测量、建材、建筑、建筑结构、建筑施工等。...

两个月的实习时间很快就过去了，回首过去的两个月_导的在大力支持和实习老师的指导下，我们圆满地结束了这次毕业实习，虽没有轰轰烈烈的战果，但也算经历了一段不平凡的考验和磨砺。...

实践是每一个大学生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会、在实践中巩固知识；实践又是对每一位大学毕业生专业知识的一种检验，它让我们学到了很多在课堂上根本就不到的知识，既开阔了视野，又增长了见识，也是我们走向工作岗位的...

转眼之间，这实习的工作就结束了，接受了这实习的洗礼之后，我感觉自己更加的充实，现在能够用这么一个好的心态在这里，我真的感到非常的高兴，不管是现在还是未来，都还有很多很多事情等着我去做，我也非常感激这段实习经历，虽然说现在...

太原市汉波食品工业有限公司是以山西特色农业产品红枣，红果，核桃等果蔬的生产，营销为主的专业化股份公司。公司以国家农业产业结构高速调整的方针和政策为指导，发掘出山西丰富的枣果和旱地果蔬资源优势，采取品牌企业+基地+农户的形式...

一.勤学好问，虚心请教老师，学习优点，克服自己的缺点，征求意见，改进自己的工作。作为新教师，在教学上肯定存在很多的不足：基本功不扎实，上课随意性比较大，经验缺乏，因此有很多的地方需要学习。...

透过一段时间的市场营销专业技能培训学习，使我受益匪浅，在销售方面我不敢说有了深刻的了解，但透过学习使我理清了思路，找准了切入市场营销对于原本的我既陌生又熟悉。

...

20xx年20xx级美术专业学生开始了为期一个月的春季教育实习工作。该教育实习分为四个阶段：实习试教，教育见习，实习阶段，总结阶段。在学校的统一部署下，学院领导高度重视，大胆创新，专门成立了以院长吕崇东、王春霞老师、吴军、石鑫老...

一、实习目的为培养综合运用所学理论知识解决实际问题的能力。将三年来系统学习的理论知识与企业实际相结合，巩固和加深理解会计专业的理论知识，培养独立分析问题解决问题的能力，培养理论联系实际的工作作风，为毕业论文的研究及不久后...

2024 大学生实习总结个人感悟

实习，顾名思义，在实习中学习。在经过一段时间的学习之后，或者说当学习告一段落的时候，我们需要了解自己的所学需要或应当如何应用在实习中。因为任何知识源于实习，归于实习。所以要付诸实习来检验所学。现在即将面临毕业，实习对我们越发重要起来。刚结束的这段实习时间可以说是我大学四年来最辛苦也是最充实的一段时间。辛苦是因为刚踏上工作岗位，有很多方面不能很快适应；而充实则是在这段时间里，在校园无法学到的知识和技能，更提高了自己各方面的素质。同时实习也给了我一定的工作经验。为将来谋求一份好职业打下了基础。

实习时间：

20_年_月 8 日至_月 3 日

实习单位简介：

_银行，全称_银行股份有限公司，总部设在北京，是五大国有商业银行之一。在近百年辉煌的发展历史中，_银行以其稳健的经营、雄厚的实力、成熟的产品和丰富的经验，深得广大客户信赖，并与客户建立了长期稳固的合作关系。_银行将秉承“以客户为中心，以市场为导向，强化公司治理，追求卓越效益，创建国际一流大银行”的宗旨，依托其雄厚的实力、遍布全球的分支机构、成熟的产品和丰富的经验，在全球范围内为个人和公司客户提供全方位、高品质的金融服务。_银行_分行西大街支行作为_分行的重要组成部分以其优美的环境，丰富的金融产品，竭诚为各类企事业单位和城市个人客户提供安全、快捷的全方位优质金融服务。并一直鼎力支持_经济的发展，在地方经济建设中发挥着极其重要的作用。

实习过程：

此次实习的目的在于通过在_银行的实习，掌握银行业务的基本技能，熟悉银行日常业务的操作流程以及工作制度等，为今后的工作奠定基础。

实习岗位：

大堂经理及综合柜员

实习过程主要包括以下 2 个主要阶段：

一、培训阶段

(1)通过培训了解单位基本情况和机构设置，人员配备，企业文化和营业网点安全保卫等。

(2) 学习掌握人民币的基本方法，鉴别钞票真伪的主要方法和数钞的基本技巧及零售业务技能操作的训练。学习银行卡及基本知识。

(3) 学习银行的基本业务流程，主要包括以下方面：银行的储蓄业务如定活期一本通存款、整存整取、定活两便、教育储蓄等。银行的对公业务，如受理现金支票，转账支票，签发银行汇票等。银行的信用卡业务，如贷记卡、准贷记卡的开户、销户、现金存取等；联行业务；贷款业务等。

(3) 学习银行会计核算方法，科目设置与账户设置，记账方法的确定等。区别与比较银行会计科目账户与企业的异同。

(4)学习外汇英语及中行柜台营销技巧与服务礼仪。并进行零售业务的综合操作测试。

二、实习阶段

(1)跟支行主任学习相应的理论基础知识及银行相关各种文件

(2)跟综合柜员学习银行基本业务操作

(3)跟大堂经理学习大堂营销技巧及解答客户咨询

三、实习内容：

(一)跟支行主任学习相应的理论基础知识及银行相关各种文件

在实习的前几天里，我主要跟主任学习相应的理论基础知识及银行相关各种文件。一方面要学习相关的实务操作，其中会计占决大多数，既要强化已有的知识，还要学习新的知识，另一方面，还要学习人民银行下达的相关文件。结合中行金融报，金融研究等杂志刊物，了解银行改革的方向，动态。银行的创新和进步，是与国外银行竞争的基本条件。

所以银行从上到下，都要树立一种竞争意识，服务意识。对于4月在各支行开展的“atm机竞赛”活动就是要提高银行人员的服务意识，增强其服务理念，以优质的服务让顾客满意。同时通过实习还让我们了解银行的业务，中行的业务结构较为多元化有公司业务，个人业务，资金业务，网上银行业务以及国际业务，西大街支行主要划分有4个板块，有对公业务，对私业务，其他业务以及和平安保险公司联合的平保业务等。我实习的主要是对私业务，主要包括个人结算、银行卡业务、个人理财类产品为主的个人中间业务体系。

（二）跟综合柜员学习银行基本业务操作

在学习各种相关银行知识的同时，我还积极向综合柜员学习银行基本业务操作。因为现在银行是实行的柜员制，所以我并没有机会去进行实时操作，所以能做的就是将培训时的技能操作和综合柜员的操作结合起来，寻找两者的不同，并记录下不同业务类型的交易码和分析码及特殊业务的类型。但是就是从旁边的学习中，我同样学到了很多的东西。当银行提出从以产品创新为中心到以顾客为中心转变的原则时，就是对业务员最大的挑战和考验。业务员所要求的不仅是熟练的业务操作，更应懂得如何同顾客交流，为顾客服务，服务优于管理，一个好的管理者更是一个好的服务者。

起初对于那种一张报纸，一杯茶的管理者的生活在这彻底改变，报纸是了解客户，了解银行的手段。茶是服务于客户的。“创建学习性组织，争做学习性员工”每个员工勤奋学习的精神，带动着银行业务的广泛开展。通过与业务员的接触，我还了解了银行的操作流程及储蓄业务方面的知识。储蓄业务实行的是柜员负责制，就是每个柜员都可以办理所有的储蓄业务，即开户，存取现金，挂失，解挂，大小钞兑换，受理中间业务及外汇业务等。对于每一笔业务，我都学习了其 **abis** 系统的交易代码和操作流程，业务主要可分为单折子系统和信用卡字系统两类。此外我还学习了营业终了时需要进行的 **abis** 轧账和中间业务轧库，学习如何打印流水，平账报告表，重要空白凭证销号表，重要空白凭证明细核对表，审查传票号是否连续金额是否准确，凭证要素是否齐全等。以及明白了事中监督和事后监督的重大意义。

(三)跟大堂经理学习大堂营销技巧及解答客户咨询

在实习的大部分时间里，我除了跟综合柜员学习银行业务，分钞、扎钞外就是跟大堂经理学习大堂营销技巧，维持大堂的排队秩序及解答客户的咨询。在大堂工作要特别注重礼仪，礼仪是人们在交往活动中形成的行为规范与准则，成天与客户打交道的大堂经理，代表着企业的形象和名誉，所以一切都要小心谨慎。经理告诉我要做好大堂的礼仪工作，就必须做到以下四个方面，干练、稳重、自信、亲和。

营业中的礼仪主要有四大内容：

- (1) 解答客户问题。
- (2) 营业中分流客户。

(3) 维护大堂秩序。

(4) 适当理财产品的营销。

其中解答客户问题就要求大堂经理必须了解银行的每一业务及其操作流程，所以要想做好一个大堂经理，必须拥有丰富的知识面。因为中行职责有外汇类职能所以在中行做大堂经理时我的主要任务就是负责引导外籍顾客的外币储蓄及兑换工作。

实习收获与体会：

通过这次毕业前的实习，除了让我对_银行的基本业务有了一定了解，并且能进行基本操作外，我觉得自己在其他方面的收获也是挺大的。作为一名一直生活在单纯的大学校园的我，这次的毕业实习无疑成为了我踏入社会前的一个平台，为我今后踏入社会奠定了基础。

首先，我觉得在学校和单位的很大一个不同就是进入社会以后必须要有很强的责任心和扎实认真的工作态度。在工作岗位上，我们必须要有强烈的责任感，要对自己的岗位负责，要对自己办理的业务负责。比如：如果是一个柜员的汇款业务没经其他柜员审核，汇款就不会发出，柜员就会受到风险处罚。如果是不小心弄错了钱款，而又无法追回的话，那也必须由经办人负责赔偿。所以在办理与银行现金有关业务时一定要谨慎细心。

其次，我觉得尽快完成自己的角色转变。对于我们这些即将踏上岗位的大学生来说，如何更快的完成角色转变是非常重要的和迫切的问题。走上社会之后，环境，生活习惯都会发生很大变化，如果不能尽快适应，仍把自己能学生看待，必定会被残酷的社会淘汰。既然走上社会就要以一名公司员工的身分要求自己，严格遵守公司的各项规章制度。

第三，我觉得工作中每个人都必须要坚守自己的职业道德和努力提高自己的职业素养，正所谓做一行就要懂一行的行规。比如，挂失业务办理时需要本人亲自持本人身份证去办理。而在实际业务发生时往往很多人因为身份证丢失而持本人户口簿或他人持身份证为丢失人挂失等虽然可能明知是本人，这些都是不被允许的。而当对方有所疑问时，也必须要耐心的解释为什么必须得这么做。现在银行已经类似于服务行业，所以职员的工作态度问题尤为重要对于客户的一些问题和咨询必须要耐心的解答。这使我认识到在真正的工作当中要求的是我们严谨和细致的工作态度并虚心向他人请教。

最后，还要有明确的职业规划。所以今后在工作之余还要抓紧时间努力学习银行相关知识，早日通过银行理财师的考试，相信只有这样才能在自己的工作岗位上得到更好的发展。

很早以前就有去贫困山区当教师的愿望了，一直觉得去贫困的地方教小孩子读书是件很有意义，能帮到有需要的人们的事情。

然而我们这次的支教之旅不仅仅只有这些。才发觉，支教是一个勇敢的旅程。支教是一次内心与灵魂的洗礼。支教还是一场社会责任感的呼唤。

这个夏天对于我们参加支教的同学来说都是难忘与精彩的。在那个简陋的校园里，我们初尝了当老师的滋味，除此感受到当一位老师的责任与不易，同时我们也感受到了身为一个老师所享受到的巨大的幸福，而那份幸福是来自那一群可爱纯朴的学生。

零九年七月八日的这一天，我和学院的老师，师兄师姐，同学们从学校出发，经过六个多小时的车程，在山路弯弯转转，翻山，走小路，孩子们一个小时路程足够我们走两个小时。翻了不知多少座山，绕了不止多少个弯道。终于来到了河源市和平县青州镇-----青州中心小学。

来到这里，发觉，这里的一切并没有我们想象的那么糟糕。这里虽然不发达，但拥有着珍贵的大自然气息。这里虽然人不多，但是能感觉出村里的人过着安详的生活。

一路询问，终于找到了青州中心小学的位置了。远远望去，几座旧屋，但是另外的一边都是新楼房。一个大大的篮球场。原来，那是这两年大家捐款慢慢发展起来的。在到这里之前我们都以为是很艰苦的，都做好了比较充分的思想准备。看到这里的状况比我们想象的要好，我们还是感到有点意外。我们受到了老师们的热情欢迎，我们刚下车，就看到校长在门口迎接我们，这种热情让我们感到了一些温暖，减少了一些旅途的劳累。

有点可惜，第一天到达青州中心小学，我们并没有很可惜今天没有见到小朋友，可能因为比较晚达到的原因。

我们教的为五年级的学生。一个班的人数。接下来的四天支教里，我们都很认真地准备课程。因为很多小朋友都是留守儿童，他们从刚开始的抗拒我们，变成了接受我们，甚至喜爱我们。他们活泼积极而淘气，虽然有的孩子羞涩有点沉默，但可以感受到他们在艰难的生活中仍然保存着一颗纯洁乐观的心。而且他们都听话和懂事。

上课的时候是我们最开心的时候，也是孩子们最开心的时候，我们就像一扇窗，给他们以机会了解外面的世界。小朋友们在上课的时候，眼睛中都会闪着光芒，平时很羞涩的他们会主动来找我们，问我们很多外面世界的事情。当你看到他们专注的表情。他们其中很多孩子们甚至连买本课外书都是成了问题。

教课的时间并不多，孩子对知识的渴求，对命运倔强抵抗的态度深深地打动了我们，他们有的孩子就成了家里的顶梁柱，要学习，要干活，还要照顾家里生

病的家人，小小的肩膀，撑起整个家的一片蓝天。想想我们，在爸爸妈妈撑开翅膀地庇护下，幸福的拥有一切，但却没有意识到我们应该享受这一切。甚至奢侈的浪费我们宝贵的金钱，时间，精力去做一些没意义的事情，想到这里我就忍不住忏悔。他们体现出的那种他们这个年龄本不应该有的成熟，使我们震撼，也许这正是命运赐给他们的礼物，让他们在本不公平的现实中得到我们这些城市里的孩子永远无法体会的成长。

我们除了教学，还要和小朋友在第八天准备一个联欢会，在镇上的小礼堂表演出来。我们教他们唱歌，跳舞，反复地排练，他们没有厌倦，而是很认真很积极地排练。甚至到了放学的时间，他们也是依依不舍地回家。

这次除了支教，我们还有支农。走了好久，好久。四十多分钟了。路坑坑洼洼，泥泥泞泞，要么就是黄泥，要么就是石头，要么就是牛粪。上山坡，下山坡，进山沟，让我联想起长征的艰辛。

人于 20__年 7 月 10 日来到东莞长发光电科技有限公司开始了为期 20 天的暑期认识实习。最后由于该企业设备的维修以及车间的装修，本次实习被提前至 7 月 29 日结束返校。虽然只有短短的 20 天时间，但是在这段时间里，在企业导师、员工师傅的耐心指导和自己的虚心学习下，对于一些平常的理论知识终于有了一定的感性认识，这对我们以后的学习和工作有很大的帮助。下面是我此次实习总的心得体会，希望给师弟师妹们一些启发。

在整个实习过程中，我每天都有很多新的体会，新的想法，我总结下来主要有以下几点：

1. 上学与上班的区别

上学的时候，自由支配的时间很充裕，可以适时偷懒、放松、外出等；上班的时候，每天都有要完成的任务，同时有一种责任抗在肩上，即使没任务也要到点才能下班。上学的时候可以很有个性，但上班就必须融入企业、融入社会的文化氛围中，否则很快就会被淘汰。上学的时候很自信，觉得自己将来能干一番事业；上班了，才觉得自己需要学习的东西太多了。在学校，直来直往，犯点错误只会受点教训；出来社会，犯错会比错误本身要承受更大的责任，所以必须少说话，多办事。上了班才知道什么叫做现实，上了班才知道什么叫做生活的艰辛。所以总结下来，个人觉得能作为一名大学生是幸福的，我们需要好好地珍惜大学生活，让大学生涯充实无憾。

2. 适应

从学校走到社会，环境、人群、责任都一下子发生了变化。对于大学生来说确实要做到尽快转换角色，去适应急速的工作时间和节奏，不然很有可能会影响你在工作上的状态。

3. 坚持大三暑期实习心得体会

我们不管到哪家公司，一开始都不会立刻给工作我们做，一般是先让我们看或是做杂货，时间短的要几天，时间长的要几周，在这段时间里很有可能会产生厌倦或乏味无聊的感觉，便产生离开的想法，在这个时候一定要坚持，轻易放弃只会一直恶性循环，更不用提什么晋升了。

4. 多做事，少说话

我们到企业工作以后，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，态度认真了，工作就不会乏味，学习和工作也就事半功倍。我觉得作为一名社会工作者，需要怀有多听、多看、多想、多做、多请教、少说话这一“五多一少的”态度。工作如此，为人处事也是如此。

周记(1)

当学校的所有课程结束考完后，紧接着就是我们大学三年里所必须经历的阶段——实习，毕业生实习总结报告。这是我们每个毕业生的必修课，也是我们踏入社会的基础以及作为就业的一个重要的预演，同时也是现代社会用人单位招聘人才的一个重要条件。

一直向往上海高速发展的大都市的我，带着一份既欣喜又紧张的心情踏上实习征程时，我终于感受到了实习难，找实习单位很难，在上海找实习单位更难也！大学毕业生的实践动手能力不强，这几乎是所有用人单位的共识。提高实践动手能力不是一朝一夕的事，加强实习这一环节本来也应当是题中应有之义，然而几乎所有即将实习乃至实习过的大学生都有一个共同感受——找一家实习单位，真难！白给人家干活也少有人要也！还好，在姐姐的帮助下，我成功找到一个好的网络公司。

当我踏进公司上班的那一刻起，我告诉自己：不抛弃，不放弃。

实习第一个礼拜，算是适应期。主要了解一些公司的背景、产品、发展方向等。另外，尝试更同事多沟通，从交谈中也能学到不少东西。同事们都很热心，很照顾我，告诉我一些在工作中应该注意的地方，在我碰到困难的时候便主动伸出援助之手，令我非常感动。

相对来说，这是一次专业不对口的社会实践。我是学语文教育的，现在却在网络公司实习，因为就网络编辑部的工作性质来说更适合广告专业的同学。但我希望在短短的几个月的实习期间里学到一点对自己以后的人生有用的东西。

周记(2)

适应期过了，一周之后开始在同事的帮带下，学一些简单的软件，做一些简单的活，主要是在一旁协助处理一下简单的事情，也就是打基础。

我做的最基础工作就是添加资料：在网页后台添加资料，将每一项做到详尽细致、信息精准，保持图片海报清晰精美。影片的看点结合内容说明，语言做到吸引人，针对不同站点要求制作、采用不同尺度的图片，体现出不同的工作要求。

可别小看了这些活，虽说简单，但都是疏忽不得的，每件事情都至关重要，因为它们都是环环相扣的。为了保证最后能够成功，前面的每一步基础都要打好。不仅要靠自己不断的去摸索和实践，同时还必须有不耻下问的精神，勤学好问，不懂的地方应该主动去请教别人。

周记(3)

我在编辑部的这两周时间里，我跟的一个“师傅”教会我很多，让我看到、学到、体会到许多东西。不仅提高了自己的软件运用能力、策划能力以及人际交往能力，也从这个专业不对口的实践岗位上学到不少我们中文系内的文字协调能力与知识，对我来说真可谓受益匪浅。而这些是在书本上很难学到的。我想，要学的东西多的呢。

周末，我回学校参加大学英语四级考试。我现在越来越发觉英语的重要性，上海是个生活节奏很快的城市，竞争也相当激烈。我现在所实习的公司，来的实习生只有我的学历最低，年龄也属我的最小，但是我不害怕，我会很努力的学习，要证明自己。

为了能够真正的学到知识，我很严格的要求自己去做好每一件事情，即使再简单的事情我都会认真考虑几遍，因此，虽然做得不算快，但能够保证让同事们满意。同事通常也不催促，都把任务安排好，然后便交给我自己去处理，同时还不时提供一些帮助。等慢慢熟悉起来，做起事情也越来越顺手了。

周记(4)

元旦要到了，公司为了统一假期，我们开始连续7天的上班。才上班一个月的我，也渐渐感觉体力不支。

每天7点半从家里出发，换乘地铁，挤上班高峰，准时9点下班。双眼盯着电脑，手指敲击着键盘，不时的握着鼠标，一天8小时这么下来，眼睛木胀，脊椎酸痛。到5点半下班的时候真是看都不想看电脑一眼。

想想看原来在学校里那种安逸的日子，不免有些怀念，但是，社会就是现实，有时也是太过于现实了。也有好多的无奈和失去，但始终都在认识社会嘛。我不会批判什么，也不会痛击什么，我只是说我想说的，在这期间我所看到的東西，所听到的東西，所感受到的東西，所学到的東西。

不过，慢慢适应下来，感觉工作还是一件很开心的事情。当“师傅”肯定我的工作成果时，我心里很开心，就像考试拿了高分，自豪，骄傲！

周记(5)

元旦给自己放了个假，在杭州玩了两天，一下子工作的压力烦恼都抛一边了，继续工作也轻松多了。

我现在开始接触一些软件的运用。在 **internet** 飞速发展的今天，互联网成为人们快速获取、发布和传递信息的重要渠道，它在人们政治、经济、生活等各个方面发挥着重要的作用。因此网站建设在 **internet** 应用上的地位显而易见，它已成为政府、企事业单位信息化建设中的重要组成部分，从而倍受人们的重视。制作网页用的软件是 **dreamweaver, fireworks, flash** 软件。我的工作也不是要设计网页，而是帮助那些设计准备一些他们工作中需要的东西。

举个例子来说，**dreamweaver** 软件大大加速了网络时代电子交易应用中的项目交付，它提供了网页和表单的动态生成到企业级的解决方案。在学习运用软件来处理问题时我很吃力，因为在学校从来没有接触过这样的东西，而且里面还有许多我读不懂的数字代码，一不小心就会出错，所以做起来格外认真。

我的大学生生活在时间一点一滴的流逝中就这样悄无声息的逝去了。带着对大学生活的留恋和不舍，也带着对未来生活的期待和向往，我来到了__幼儿园进行为期六个月的实习工作。而现在，六个月的实习生活也即将要离我远去，面对我即将告别的实习期，我想做一篇工作总结来给它画上一个圆满的句号。也以此来对表示我要迎接新一阶段工作的决心。

在这六个月的实习期里，总的来说，欢乐的日子是要多于难熬的日子。虽然实习生活总是要避免不少吃些苦头，但是__幼儿园里欢乐的工作氛围无不在感染着我。__幼儿园的老师也经常在我困难的时候帮助我，给我鼓励。在来之前，其实我还一直担心和__幼儿园的老师会相处不来，但是长期的接触下来后，我发现他们其实都是一群内心温暖且又很有力量的人。

我还记得，在我刚来到学校进行实习的第一个月里，我和他们都不熟，又是第一次出来工作，都不敢有太多的表现，和他们有过多的交流，但是他们并没有因此而排斥我，反而都十分主动的跟我打招呼，主动的过来询问我的情况。这让我既感动又感到很幸运。

特别是有一次，我在负责带小班的朋友们玩游戏的时候，没有注意到__小朋友摔了一跤，把膝盖上的皮都摔破了。后来那位小朋友回到家里，她父母看到了，第二天就闹到了我们学校，说是我没有尽到当老师的责任，带小孩子都带不好。听到这里的时候，我内心一阵愧疚，当然也有很多的委屈，但是我又不知道该怎么说出口，只能继续接受着学生家长的指责。我以为学校领导也会怪罪我，但是很意外的，他们没有，反而是站出来帮我说了一些话，最后，通过学校老师的调解，我和家长之间的矛盾也得到了最终的解决。在事后，还很多老师跑过来安慰我。通过这件事情，不仅让我吸取到了教训，也让我感受到__幼儿园大集体里的温暖。也让我在之后的实习工作里，更加的努力工作，更加的努力付出。

虽然我的实习期已过，但是我未来人生的路还在继续，不管我以后还会不会留在__幼儿园里继续工作，我都会努力拥抱每一个明天，期待每天新生活和工作的开始。

认识并融入这个团队，学习是拉近距离、融入团队的最好办法，也深刻体会到了团队的力量和魅力。

大学生实习自我鉴定模板：在这三个月实习里面，在领导和同事的指导下，向行业学习知识，向同事请教经验，传授工作技巧，正是在这个过程中，认识到自己的弱处。

实习期间我认真刻苦、吃苦耐劳，有上进心。为人诚恳、虚心好学、能够正确对待、处理生活及工作中遇到的各种困难，思想积极上进，接受能力和独立能力强，有很强的团队精神和集体荣誉感。做事认真负责，有很强的责任心。有强烈的上进心、事业心，有很强的对环境的适应能力，能很快融入集体。

在工作中遇到不懂的地方，能够虚心向富有经验的前辈请教，善于思考，能够举一反三。对于别人提出的工作建议，可以虚心听取。在时间紧迫的情况下，加时加班完成任务。能够将学校所学的知识灵活应用到具体的工作中去，保质保量完成工作任务。同时，我严格遵守我公司的各项规章制度，实习期间，未曾出现过无故缺勤，迟到早退现象。我脚踏实地的工作，努力做到最好，工作始终以“热心、细心”为准则。遇到不懂的问题，积极问同事，在同事的热心帮助下，问题很快就解决了，这简短的实习生活，虽然紧张，收获也很多。但给我的仅仅是初步的经验累积，对于往后迈出社会还是不够的。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。
如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/247125116023010002>