

航行毕业实习心得体会（35 篇）

航行毕业实习心得体会（精选 35 篇）

航行毕业实习心得体会 篇 1

蓦然回首已经出来实习七个月了，回眸过去的七个月，对我来说有着极不平凡的经历，驾驶航行实习报告。在七个月航行了多少个航次已经记不清楚了，但是有的始终无法忘记的。那是我的第一个航次，我们沿着长江航行，然后北上去天津的，当时给自己的感觉特爽，一路上可以欣赏到沿江各城市的风景，看到了长江上最具历史意义的南京长江大桥和目前横跨长江最长的苏通大桥。然而美好的时光总是短暂的，第二天我们驶入长江口，失去了往日的平稳，船开始左右晃动，起初我还承受的了，暗自庆幸传说中的晕船也不过如此。

航行毕业实习心得体会（35 篇）

航行毕业实习心得体会（精选 35 篇）

航行毕业实习心得体会 篇 1

蓦然回首已经出来实习七个月了，回眸过去的七个月，对我来说有着极不平凡的经历，驾驶航行实习报告。在七个月航行了多少个航次已经记不清楚了，但是有的始终无法忘记的。那是我的第一个航次，我们沿着长江航行，然后北上去天津的，当时给自己的感觉特爽，一路上可以欣赏到沿江各城市的风景，看到了长江上最具历史意义的南京长江大桥和目前横跨长江最长的苏通大桥。然而美好的时光总是短暂的，第二天我们驶入长江口，失去了往日的平稳，船开始左右晃动，起初我还承受的了，暗自庆幸传说中的晕船也不过如此。

晚上我上驾驶台学习，就听船长和几个驾驶员在议论台风的事，心里还在纳闷着，这就是传说中的台风吗？后来我问三副：我们是不是进入台风圈了？三副风趣的说了句：我们在和台风躲猫猫，我们牵着台风的鼻子走，台风在追我们。半夜风越来越大，我们终究还是没能逃脱台风的穷追，海浪就像巴掌一样拍打着船体，随着风力的增大，船晃的越来越厉害，人越来越晕，很自然的就倒在了床上，但是就是睡不着，也站不起来，好像受了很大的束缚，顿时感到了前所未有的无助和落寞！回想起在家的时候自己生病了家里爸妈都是百般呵护，而在这里别人看到你这幅模样只有嘲讽。后来一个资深的同学告诉我，晕船的时候再难受也不要躺下，因为只要躺下了就很难站起来。后来我遇到了一次又一次的台风，经历了多次大风大浪的洗礼后，我再没有那样晕过了，很快的就适应了自己的工作。

在这种恶劣的条件下迎来了我的黑色实习三个月，说好听一点我们是实习三副，以后都是驾驶员的料子，都是船上的领导，但是以后还很遥远！说不好听，我们实习生就是找来的苦力，连水手都不如，老水手们整天就是欺负我们这帮新来的，脏活，累活，没技术含量的活我们实习的一律包干，做的不漂亮还得训话，带我的是个东大汉，每天忽悠我玩，什么也不教，还侧面的提醒我要我给他点好处，不对，不能说是侧面，其实很直接！但是我就是不给，整天和我绷着个脸像我欠他钱似的，专找我麻烦，上驾驶台还得给他打报告。

后来打报告他总找各种理由不批了。有一次实在找出不批的理由了，他绞尽脑汁找出了一个无比搞笑的理由，要我跟他下象棋，如果把他下赢了他放我一个星期的假，看似一个非常划算的交易，但是不太现实。最后还是陪他玩了两局，全部败了！下午他破例主动带我上了次驾驶台，就这样我在他手里磨练了三个月毅然选择了回家休息，走的时候我一分钱的工资没有，没有跟任何人打招呼，我害怕人家笑我落魄。

回家休息了半个月，过完国庆节我上了现在这条船，在这条船上虽然也是做实习，但是有了自己的职位，也有了自己应得的薪水，可以正大光明的坐在驾驶台和驾驶员交流，这样学东西比以前容易了很多，有时候驾驶员会让我亲手操作，三副也经常亲自带我熟悉自己的业务，跟大副班的时候大副经常在走过危险段和通航密度大的地方的时候就会和我交流一下他的经验，在长江里面航行我也有切身体会，经常会有紧迫局面发生。

印象最深刻的一次是上个航次，我们下行至江阴大桥，还有两个浮标进入桥区，上行的一条船呼叫我们，要求从我们船头穿越主航道过去靠码头，当时三副不加思索的就同意了，那船左满舵和主航道成九十度过江，然而双方都忽略了一个非常严重的问题，三副只考虑到了我们自己能够安全驶过让清，但是没有告知对方在我们主航道以外的推荐航道里有很多小船，船长很快发现了问题，当机立断采取左满舵避让措施，虽然双方都进入了反航道，但是避免了碰撞，最后那条船严重违章受到了海事处罚，船长当时就说三副犯了最低级和会船里面常识性的错误，我们不得不承认船长的经验和技巧。

细心胆大，沉着冷静是很多资深驾驶员总结出来的经验，但是对于一个新人来说要做到这两样很难，我还需要从更多的实践中去获得经验。七个月了，如果不受新公约的影响还有五个月我也能拿到驾驶员适认证书了，如果不能胜任我该何去何从？

航行毕业实习心得体会 篇2

时间过的真快，转瞬间，在宝鸡高新区管委会的实习就要濒临序幕了。在这近40天的时间里，我觉得本人播种了许多，不仅有学习方面的，而且实践能力上也得到了进步，这些对我来说受益非浅。

当初，在集体发动会上，系领导向我们指出，在实习中可能会经历一些艰苦，思维上也会有一些变更，但我们大学生首先要端正实习立场，脚踏实地地做好每一天的工作，要和单位共事和气相处、坦诚相见。那时，我就在心里暗暗下了信心：一定要好好爱护这次实习机会，尽力做好工作，当真的向老师、向先辈们学习。

带着一身稚气，带着青春的热忱，我踏上了人生第一个工作的征途，迈入了一片更为辽阔的舞台。那天下战书，我怀着冲动与忐忑的心境，在系引导的率领下，跟多少位同窗一起来到了高新区管委会。人教部的华老师先给我们先容了一下管委会的基础情形和发展目的，而后按个人的性情特色进行调配，我被部署到了研讨室。

研究室是高新区管委会的一个重要部门，重要负责高新区发展情况的研究性工作和宣传报道。第一天，唐主任就告知我，这个部分对文字处置的才能要求很高，专门为管委会的计划目标进行剖析研究，是管委会的智能团。我心里一寒，虽然我有必定的写作程度，然而对政治实践性的文章，一看就头疼。唐主任也看出来我的难处，告诉我实习的时间不是很长，有些东西是不可能在这这么短的时间里完整控制的，他倡议我在实习期间多看、多想、多总结，才干尽快的了解研究室运作的体系，了解其存在的意义。

我曾经构思过实习时的安闲与轻松。殊不知，事实给我敲响了警钟，我发明书本上所学的常识就像大海中的一滴水，与现实有很大的差距。研究室事多，电话也多，经常是从早到晚，电话铃声一直，大局部是与其余高新区之间的业务接洽及其对外宣扬报道方面的事项。当遇到高新区有重大活动时，事件更是多得忙不完，唐老师要忙着为领导写讲话及负责拍照事宜，其他两个老师要将全部运动构成书面资料《简报》，并发往全国各地的高新区和省市机关事业单位，这使得研究室的工作节奏十分快，涓滴没有机关事业单位“一张报纸一杯茶”的混日子心态。此时，在指点老师的谆谆领导下，我明白了，在任何时候，我们看待工作都要高尺度、严请求，做到不断改进。

我很庆幸能与研究室的三位老师共事 40 天，他们异常器重实际工作，处处给予我指导和关心。期间我阅历了很多空虚的工作，虽然很多看起来是小事，微不足道，但从中可以学到的货色不是片言只语可以说得清的。在工作中遇到一些新情况时，几位老师老是自动向我阐明，使我很快就融入了这个新环境。在 40 天的实习时光里，我越来越觉得研究室的三位老师对我的信任。管委会的所有信息和文件内容都是严厉保密的，但老师们无比相信我，给我看了良多材料，从中接收养分。在要做出某项决议时，三位老师主动让我旁听，我觉得他们的谈话气氛很真挚，大家的交换中毫无芥蒂，给了我许多触动。这样的信赖越发地加强了 my 纪律意识和义务感，感到老师们是真的把我当作他们的一员了。

另外，老师们对我生涯上的关怀也是无所不至的。由于我住的学校离管委会有一段间隔，他们认为 8:00 上班太缓和了，让我不必很早来，但我不愿迟到，实习的机会是很难得的，我当初争夺天天提前 20 分钟到单位，这样能够提前扫除一下办公室，为三位老师发明一下精良的办公环境。40 天来，我与管委会的老师们一起工作，一样早出晚归，在这个新群体里，我感到很暖和，大家就像一家人一样。

固然我们行将走向社会，但作为一个刚踏入社会的年青人，简直不任何社会经验。可在实习期间的每一件小事中，我们可能领会到人际关联、机遇、评估、竞争、胜利、失败等各种我们在今后常

常会碰到的事件，信任这些可贵的教训会成为我今后成功的主要基石。而在这剩下的半年中，我们能再学些什么，再做些什么，这短短的 40 天能给咱们很好的启发。

实习是每一个大学毕业生必需领有的一段名贵经历，而这次实习的意思，对我来说已不再是实现学分、完成毕业实习的义务，而是我们真正在实践中开端接触社会、懂得社会的一次重要机会，让我们学到了很多在课堂上基本就学不到的知识，增加了见识，宽阔了视线，为我当前走上工作岗位打下了坚实的基础。

航行毕业实习心得体会 篇3

上周做了一周的电工技术实习，虽然刚开始有些盲目，但最终还是顺利完成了任务，也收获了一些课本上学不到的东西，但感觉时间有些短暂，要是学校能多安排一些这样的课程，而不是一味的光讲理论，我觉得我会学到实用的知识。

实习目的：

通过一个星期的电工实习，使我对电器元件及电路的连接与调试有一定的感性和理性认识，打好了日后学习电工技术课的基础。同时实习使我获得了自动控制电路的设计与实际连接技能，培养了我理论联系实际的能力，提高了我分析问题和解决问题的能力，增强了独立工作的能力。最主要的是培养了我与其他同学的团队合作、共同探讨、共同前进的精神。

实习内容：

观看关于实习的录像，从总体把握实习，明确实习的目的和意义；讲解电器元件的类别、型号、使用范围和方法以及如何正确选择元器件；讲解控制电路的设计要求、方法和设计原理；分发与清点工具；讲解如何使用工具测试元器件；讲解线路连接的操作方法和注意事项；组装、连接、调试自动控制电路；试车、答辩及评分拆解自动控制电路、收拾桌面、地面，打扫卫生。

实习心得与体会：

对交流接触器的认识

交流接触器广泛用作电力的开断和控制电路。它利用主接点来开闭电路，用辅助接点来执行控制指令。主接点一般只有常开接点，而辅助接点具有两对常开和常闭功能的接点，小型的接触器也经常作为中间继电器配合主电路使用。

交流接触器的接点，由银钨合金制成，具有良好的导电性和耐高温烧蚀性。它的动作动力于交流电磁铁，电磁铁由两个“山”字形的幼硅钢片叠成，其中一个固定，在上面套上线圈，工作电压有多种供选择。为了使磁力稳定，铁芯的吸合面，加上短路环。交流接触器在失电后，依靠弹簧复位。另一半是活动铁芯，构造和固定铁芯一样，用以带动主接点和辅助接点的开断。

对中间继电器的认识

中间继电器是一种特殊的接触器(即开关)。它上面是常闭触点，下面是常开触点，当线圈通电后，利用电磁力使上面常闭触点分开，下面常开触点闭合。它用于在控制电路中传递中间信号。

中间继电器的结构和原理与交流接触器基本相同，与接触器的主要区别在于：接触器的主触头可以通过大电流，而中间继电器的触头只能通过小电流。所以，它只能用于控制电路中。

在寒假的实习过程中，最挑战我动手能力的一项训练就是连接电路。对我来说，这无疑是一门新的学问，既是一种挑战，也使我学到了很多有使用价值的知识。这个实习是我最感兴趣的实习，因为从小我就喜欢组装和拆卸。总结这个实习，我感觉自己有时候十分的粗心。刚开始检测电器元件的时候，由于粗心，竟然将已损坏的元件误检测成为正常元件，结果导致我又重新连接线路，浪费了大量的时间。在连接元件过程中，由于事先没有计划好元件之间的连接，导致接线在电路板上长距离绕行，既浪费了材料，又使电路板面显得凌乱。但值得欣慰的是，我连接的线路的接线头达到了老师讲解时提出的“似露非露”的标准。在这个实习环节中，我明白了细心的重要性。同时也明白了自己的动手能力还十分的不足，缺乏锻炼，在这种情形下无法胜任以后的工作，所以在日后的学习过程中，我应该努力的将理论与实际联合起来，着重锻炼自己的动手能力，使自己面对以后的工作时有一定的底气与信心。

航行毕业实习心得体会 篇 4

一转眼，来联想实习已经半年了，这个新的环境，让我感到快乐和充实的收获，偶尔也有失意而沮丧，但是自己在慢慢的成长，当逐渐熟悉周围的一切时，回顾过往的种种酸甜苦辣都是丰富实习生活的构成，都是对自己成长的历练。

刚来到公司，最主要的就是熟悉工作环境和公司的相关规定，每天穿梭于各个工作场所之间，与各式各样的人打交道，一开始，都是十分谨慎的对待身边的每一个人，不过慢慢的，环境不在那么陌生了，和同事间的交流也越来越多，感觉自己在慢慢融入这个大家庭中。

人往往都是希望事物按照自己的意愿发展的，但事实上自己是要不断适应环境的发展的，更多的不一定是技术和业务上的知识，“小公司学做事，大公司学做人”，在这个环境中，不断的丰富自己才是根本。幸运的是我正好赶上了公司的迁移中国系统的大项目，N多人力物力都投入进来了，而且我第一次真正的实践就参与了这么大的项目，真的很高兴，一下子感觉有使不完的精力要投入进去，公司请了很多的国外的项目顾问，他们大都有着丰富的类似项目经验，自然也是项目建设的主力，不过为了以后项目的运作维护，我们还是要竭尽全力的参与其中，做好知识的传递，这才是问题的关键，作为公司的内部开发人员，我开始负责项目中的很小的一块内容，因为顾问是德国人和印度人，所以我要逐渐克服交流障碍，而且要找一切机会向他们学习，做好知识传递，除了熟悉系统相关模块的配置外，也要了解后台的设计和开发，不过说心里话，这事做起来问题真不少，顾问的频繁更换使交流的时机的把握比较困难。项目重，时间紧，自己要充分发挥主观能动性了，根本不可能像在学校那样去学习，在这样的环境下，如果你自己不主动请教问题，自己不去找一切可以利用的资源，就没有人会找你，最后意味着失

败，所以在公司，主动学习和会学习很重要，虽然可能会遇到各种困难，但也一定要努力克服，事在人为。

当然实习期最重要的除了工作上的事情就是要完成论文,所以除了目前公司的大项目,我还主要参与了服务器事业部的一个销售信息系统支持项目。作为论文背景,我要尽快把这个项目搞明白,使之成为自己的东西,可是实际做起来,问题还是蛮多的,刚才学校出来,公司里面项目开发的流程我一点也不了解,真真正正的菜鸟一个,不过在同事的帮助下,我也逐渐了解到如何去做一个项目,因为项目不大,参与人员不多,所以一开始我跟进去了,从立项,从业务方那获取需求,项目规划设计,代码开发等等,N多事情一下子蜂拥而至,呵呵,感觉一下子忙得不亦乐乎,虽然很忙,经常会加班,但是感觉很充实,这也是真正锻炼自己的机会。

实习期间,真正理解到了从校园到社会的转型是一个需要自己不断努力的过程,更要感谢学院给我们提供这样一个机会,使我们在正式步入社会前就丰富和历练了自己,为我们的人生画卷上又增添了浓重色彩的一笔。

航行毕业实习心得体会 篇5

在学校工作的日子里,我深刻的明白自己的工作是需要做到“严,细,实”三点,下面我简单的谈谈。

第一点“严”，就是要严肃认真，对待工作不能敷衍和马虎，特别是我们从事的电力行业，不严格要求自己，危险随时都会出现，是用无数血的教训写出来的，只有认真地把书面的知识运用到实践中去，正所为理论联系实际，一切安全事故都能避免，另外领导也要对下属严格要求，不能听之任之，更不能护短。

第二点“细”，主要是细心和细致，我们应细心地分析事故原因和细致地解决各种问题，努力地工作和改善自己的生活环境，在工作上尽量地做到循规蹈矩。

第三点“实”，我觉得对人要实在，不虚伪，对待工作，要实事求是，包括领导干部，能办的事就办。

每日的工作内容：

- 1、负责学校正常供电及各类供电设施的维护维修。
- 2、检查督促安全用电和节约用电制定的贯彻执行，定期检查学校供电系统，发现问题及时处理。
- 3、遵守电工安全操作规程，严禁违章作业，防止线路，设备和人身事故的发生。
- 4、保管好各类工具，节约用料，搞好废旧材料的回收利用。
- 5、改进服务态度，提高服务质量，及时处理用电过程中出现的问题。

6、服从主管领导，遵守劳动纪律。

7、完成领导交办的其他工作，有那些地面，地转坏了及时用水泥和硅胶修补好，学校开关也及时关好，等等。

航行毕业实习心得体会 篇6

根据我校专业教学计划的安排，每年的第五个学期开始进行专业实习，专业实习对每个人来说都是一种检验。于是，__年7月初开始在__市__有限公司进行专业实习，而这为期一年的实习确实使自己学到了很多书本上所学不到的知识，也促使我电子商务有了更深入的了解，特别是在B2B方面，为以后自己的工作打下了一个坚实的基础。

一. 实习时间

__年7月7日到__年6月__号

二. 实习单位

__市__有限公司

三. 实习科目

电子商务

四. 实习流程

主要工作内容是通过各种途径展开淘宝、阿里巴巴站外营销，包括但不限于SNS、SEO、EDM、论坛等，利用各种营销工具，开展店铺营销和促销，提高店铺转化率和客单价。其细分为：

1、负责阿里巴巴贸易平台上的诚信通账号的操作管理和产品信息的发布，以及客户的开发和维护，利用各种网络渠道进行推广宣传公司的产品和服务及其在阿里巴巴的商铺，通过网络渠道扩大公司产品的销售额，了解和搜集网络上各同行及竞争产品的动态信息等。

2、同时对淘宝店铺的客服工作，充分利用淘宝联盟资源，开展、管理淘宝客，提高联盟渠道收益，并利用直通车、钻展、超级麦霸、淘宝社区等手段进行商品和店铺推广。

五. 实习收获

通过这次实习我更加了解并熟悉了 B2B 及 B2C 的流程,收获很多. 下面先阐述一下我对 B2B 的认识:

B2B 电子商务是指企业与企业之间，通过 Internet 或专用网方式进行的商务活动。这里企业通常包括制造、流通(商业)和服务企业，因此 B2B 电子商务的形式又可以划分为两种类型，即特定企业间的电子商务和非特定企业间的电子商务。特定企业间的电子商务是指在过去一直有交易关系的或者在进行一定交易后要继续进行交易的企业，为了相同的经济利益，而利用信息网络来进行设计、开发市场及库存管理。传统企业在供销链上，通过现代计算机网络手段来进行的商务活动即属此类。非特定企业间的电子商务是指在开放的网络中对每笔交易寻找最佳伙伴，并与伙伴进行全部的交易行为。其最大的特点是：交易双方不以永久、持续交易为前提。与传统商务活动相比，B2B 电子商务具有下列 5 项竞争优势：(1)使买卖双方信息交流低廉、快捷。信息交流是买卖双方实现交易的基础。传统商务活动的信息交流是通过电话、电报或传真等工具，这与 Internet 信息是以 web 超文本(包含图像;声音、文本信息)传输不可同日而语。(2)降低企业间的交易成本。首先对于卖方而言，电子商务可以降低企业的促销成本。即通过 Internet 发布企业相关信息(如企业产品价目表，新产品介绍，经营信息等)和宣传企业形象，与按传统的电视、报纸广告相比，可以更省钱，更有效。因为在网上提供企业的照片、产品档案等多媒体信息有时胜过传统媒体的千言万语。据 IDC 调查，在 Internet 上做广告促销，可以提高销售数量 10 倍，而费用只是传统广告的 1/10。其次对于买方而言，电子商务可以降低采购成本。传统的原材料采购是一个程序繁琐的过程。

而利用 Internet，企业可以加强与主要供应商之间的协作，将原材料采购和产品制造过程两者有机地结合起来，形成一体化的信息传递和处理系统。据通用电气公司的报告称：它们利用电子商务采购系统，可以节约采购费用 30%，其中人工成本降低 20%，材料成本降低 10%。另外，借助 Internet，企业还可以在全球市场上寻求最优价格的供应商，而不是只局限于原有的几个商家。(3)减少企业的库存。企业为应付变化莫测的市场需求，通常需保持一定的库存量。但企业高库存政策将增加资金占用成本，且不一定能保证产品或材料是适销货品；而企业低库存政策，可能使生产计划受阻，交货延期。因此寻求最优库存控制是企业管理的一个目标之一。以信息技术为基础的电子商务则可以改变企业决策中信息不确切和不及时问题。通过 Internet 可以将市场需求信息传递给企业决策生产，同时也把需求信息及时传递给供应商而适时得到补充供给，从而实现零库存管理。(4)缩短企业生产周期。一个产品的生产是许多企业相互协作的结果，因此产品的设计开发和生产销最可能涉及许多关联企业，通过电子商务可以改变过去由于信息封闭而无谓等待的现象。(5)24 小时/天无间断运作，增加了商机。传统的交易受到时间和空间的限制，而基于的电子商务则是一周 7 天、一天 24 小时无间断运作，网上的业务可以开展到传统营销人员和广告促销所达不到的市场范围。

六. 不足之处

经过此次的实习，发现自己存在很多的不足之处，最明显的问题就是自己的沟通技巧不能，根本达不到客服人员基本标准，在接下来的日子里，一定要好好加强这方面的学习，同时做到多于同事之间进行沟通，通过在实际生活得到充分的锻炼。电子商务的方法与技巧掌握不是很好，应该在网络营销工具上作进一步的学习。

实习结束了，并不意味着我们的学习也画上句号。

七. 对专业建设建议

针对自己在本次实习的过程中，觉得我们专业应该加强在网络营销方面的知识系统的学习。同时应该让同学们学习的过程中有更多的实践操作机会。理论知识的掌握故也应有一定的要求。

如今，我们已经进入到了电子商务时代，电子商务市场的发展前景是十分诱人的，这是毋庸置疑的。未来的电子商务，中小企业将会占大多数，像马云所说的：小是美好的。中小企业成为了亚洲经济发展的火车头，也是全世界电子商务的未来。

航行毕业实习心得体会 篇 7

我是社发公司里的一名档案员，在这个疫情期间，透过实习工作我了解到工作的实际需要，在学校学习是为了能够适应社会的需要，透过学习保证能够完成将来的工作，为社会作出贡献。然而步出象牙塔进入社会是有很大大落差的，能够以进入公司实习来作为缓冲，对我而言是一件幸事，透过实习工作了解到工作的实际需要，使得学习的目的性更明确。

“爱岗才能敬业”，我热爱并珍惜自己的岗位，珍惜所做的每样工作，珍惜与其他同事学习的机会，甚至珍惜在这炎炎夏日付出的汗水。我坚信自己的努力必须会有回报，而我将会仍然继续热爱自己的工作。最重要的是需要积极进取的工作态度，像我这样没有工作经验的新人，更需要通过做事情来积累经验使自己有所提高。我希望自己能够在实践中了解社会，开阔视野，为我将来的工作打下基础。

航行毕业实习心得体会 篇 8

通过实习，我意识到工作往往不是一个人的事，而是一个团队完成一个项目。在工作过程中，如何与团队中的其他同事保持沟通也很重要。一位资深人力资源专家曾认为，团队精神需要与他人沟通和合作的能力。合理的分工可以让大家在工作中各尽所能，团结协作，共同努力，走向成功。

如果一个人想要成功，想要获得好的表现，我会牢记一条规则：我永远不能把个人利益放在团队利益之上。在团队合作中，我将受益于自己的帮助。另一方面，我也会从中受益，这是保证我成功的最重要因素之一。

我相信通过我自己的不断努力，我可以表现出极大的热情，一旦爬到顶峰，人们就会看到我的雄心壮志，并不断提高我的整体素质。在与社会接触的过程中，可以减少磨合期的碰撞，加快融入社会的步伐，让自己在人才高地站稳脚跟，扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

航行毕业实习心得体会 篇9

毕业实习心得体会及收获

20__年11月1号，当驶向工厂的大巴开出学校的大门，我的心中一种波澜骤起，真的要离开这个生活学习了三年的地方，然而未来前途却是一片迷茫。当几个小时的奔波后，到达了河北南玻，气势恢宏的工厂大楼震撼了我，触动了我，然而未曾料想在这里度过

最艰苦的五个月后，我选择了离开，因为这不是我实现理想的地方，但这段经历让我有着深刻的体会，学到的，失去的都是一笔人生财富。

在南玻的日子让我学会了很多，也理解了很多。

这里充满了求实的作风，求实的性格。也许正是南玻“求实”的文化塑造了这种南玻人的品质。这里的每一个员工，敢于直白的说“我不会”，而不是搪塞，因为不会才有学习，才有进步；敢于承担责任，每一次事故，大家都会剖析自己，做出改正，即使知道会有相应的处罚，也绝不推卸；敢于尝试，每一次创新都需要不断重复失败来积累经验，但南玻人孜孜以求。这种品质打动了，也改变了我，因为担当就是求实的精神。

这里充满了关心与爱护，也充满了无奈与彷徨。在这里不缺乏上级的关心，班中兄弟的照顾，老员工的爱护，新员工的尊敬，这也是我做出离开决定时最不舍的温暖。最值的回味的是学习操作知识的日子，师傅讲述的那么认真，那么仔细，偶尔也会为一个问题引发争论，甚至争到面红耳赤；最值得提起的是掏玻璃的工序，那段日子难熬，使人崩溃，但却记忆犹新；最值得留恋的是班组的聚餐时光，大家之间的兄弟情始终牵扯着我，努力做好自己。但我依然选择了离开，因为我有自己的方向。

理想与现实一次次的碰撞，让我找准自己的人生方向。我不知道这样说对不对，一个人在踏入职场生涯的前期，最要看懂的不是工作待遇如何，也不是自己的获利收益，而是自己喜欢什么，给自己定一个值得去奋斗的目标，值得去追求的理想。在南玻的日子，我像所有工人一样，生活节奏慢了下来，时间变得无聊，生活变得乏味，对外界的了解变得少之又少，每天最好的交流就是和工友打打篮球，上上网。我试着学习专业知识，提高自我素质，来影响别人，但却发现慢慢变化的却是自己。大环境造就了人，也改变了人，这段时间我思考了很多，也试过改变自己的初衷，但最终失败了，因为我知道自己需要怎样的方向。

在南玻的感触很深，让我对它有了深深的眷恋，但它的成长也需要南玻人不断探索。

在河北南玻的这段日子，我并没有放弃自己的梦想，而是在不断学习，从而也发现南玻的缺失，或者说是制造行业的普遍现象——离职漩涡。在制造行业，人员流动最大的就是基层员工，他们的不断流失对企业本身就是一种巨大的伤害，然而人力的高管们认为成本低廉就好，但正是这样，导致了企业文化的流失。

那么基层员工为什么会不断流失呢？我在南玻有了深深地体会，也发自内心的提出自己的感悟。

基层员工在劳动的最底层，他们最关心就是待遇和自身的发展空间。南玻在这两方面做得很好。就待遇而言，在玻璃行业已经是

不错的选择;就发展空间而言,合理的晋升制度,外聘与内升相结合,张弛有度。但为什么员工会选择离开呢?该如何解决难题呢?

一、基层员工的生活很乏味,工作环境压力充斥。

制造行业的员工大多是倒班制，工作生活昼夜不分，时有加班，员工的生物钟总处于紊乱之中，增加了他们对工作的反感。工作之余，除了睡觉休息之外，很少人愿意出来活动，这样慢慢的，生活变得单一无趣。本来员工的素质就不是很高，领导的要求严格，他们便压力倍增，性格变得急躁。

航行毕业实习心得体会 篇 10

这次的实习，也是我毕业前最后的一次学习和锻炼的机会，我也是去珍惜了，岗位上做好工作，在岗位上收获的不但是工作的一个经验，也是一次工作的机会，同时也是交到了很多的朋友对于自己以后职场的路，也是会有帮助的。

学到的，更多是工作的技巧，而学校里面的理论，可能短时间来看对于自己工作并不是有很大帮助，但是只有懂得了这些理论基础，那么处理工作起来也是会更为顺手的，而这也是相辅相成的，我也是很感激在校的所学，当初看起来很是枯燥，但是只有到了工作里头才会明白懂得这些，那么对于自己工作也是会更好上手的。很多同事讲的事情我也是一听就明白了也是更容易理解，这也是自己理论扎实的原因，当然依旧还有很多要去学的，而实习也是让我更加的明白，到了社会，不再有老师的帮助，一切都是需要去靠自己的努力才行的，而不像在学校是可以轻松的去学习的，要为生活而努力。

航行毕业实习心得体会 篇 11

毕业实习环节是大学生在完成全部课程之后、走向社会之前最真实的一个模拟实验，对于我们会计专业的学生，平时注重理论学习，缺乏实践锻炼，因此实习显得尤为重要。此次会计实务实习目的主要是为了透过写会计分录，填制各种凭证到记账、报表等一系列实务实训，提高我们的实际应用水平，使得我们能够真正系统的练习财务会计核算的基本程序和具体方法，进而加强对我们以前所学专业理论知识的理解，提高我们实际操作的动手潜力，提高运用会计基本技能的水平。

在本次 20__ 年的实习过程中，我系统掌握了填制和审核原始凭证与记账凭证、登记账簿、以及编制报表的会计工作技能和方，而且对所学理论有一个较系统、完整的认识，透过此次实习，我们将会会计理论和会计实践相结合，并有以下深刻体会。

一、扎实的理论知识是前提

在实习以前，我总以为透过学习，自身所学的会计理论知识已经扎实，主观认为所有的工作都一样，只要掌握了规律就没什么问题。但是实际过程中我才发现，我们平时所学的远远不够，在细节方面更是错误百出，比如我们书写的技能，如金额的大小写、日期书写的规范性等等。此外，我们根据相关的实习数据资料，在填写原始凭证、记账、编制各种账表时屡屡受阻，回想原因，大多都因为平时理论知识不够扎实，经不住实战的考验，这也是我在本次实习过程中得到的一个重要教训。

二、理论联系实际是关键

透过此次的实习过程我还发现，仅仅有熟练的理论知识对于我们会计人员来说是远远不够的，我们已经学习了这么长时间的会计，能够说基本上对会计已经耳熟能熟了，有关会计的专业基础知识、基本理论、基本方法和结构体系，我们都基本掌握。但是在这次实习过程中仍然很吃力，这使我认识到会计理论如果离开实践过程皆为零，实际操作对于会计人员来说至关重要，离开实践环节的会计理论只是纸上谈兵，在财会人员的工作中行不通。

三、足够的耐心、细心是保障

会计工作本来就是繁琐的工作，在这次实习的过程中我们深刻体会到了一点。在开始的实习过程中，整天要对着那枯燥无味的账目和数字而心生烦闷、厌倦，以致于简单的填写凭证、记账都会错漏百出，试算不平。出错越多，越是心浮气躁，越是心浮气躁，出错就越多，构成恶性循环。到之后，我认识到了这一不足之处之后，就静下心来，仔细研究分析，不但速度加快了，效率也提高了，起到了事半功倍的效果。因此，在财会工作中切忌粗心大意，马虎了事，心浮气躁。其实做任何事都一样，都需要有一颗平常心。

对学生而言，实习可以使每一个学生有更多的机会尝试不同的工作，扮演不同的社会角色，逐步完成职业化角色的转化，发现自己真实的潜力和兴趣，以奠定良好的事业基础，也为自我成长丰富了阅历，促进整个社会人才资源的优化配置。作为一名学生，我想学习的目的不在于通过结业考试，而是为了获取知识，获取工作技能，换句话说，在学校学习是为了能够适应社会的需要，通过学习保证能够完成将来的工作，为社会作出贡献。然而步出校园步入社会是有很大落差的，能够以进入公司实习来作为缓冲，对我而言是一件幸事，通过实习工作了解到工作的实际需要，使得学习的目的性更明确，得到的效果也相应的更好。

再次，我要总结一下自己在实习期间的体会。一是自主学习——工作后不再象在学校里学习那样，有课堂，有作业，有考试，而是一切要自己主动去学去做。只要你想学习，学习的机会还是很多的，老员工们从不吝惜自己的经验来指导你工作，让你少走弯路；集团公司、公司内部有各种各样的培训来提升自己，你所要作的只是甄别哪些是你需要了解的，哪些是你感兴趣的。在我们实习的单位里，我就遇见了几个非常和善的老员工，只要问他们的是技术上的问题，他们都会一一作答，使我了解到，原来理论跟实际是有很大的差距的。二是积极进取的工作态度——在工作中，你不只为公司创造了效益，同时也提高了自己，象我这样没有工作经验的新人，更需要通过多做多问来积累经验。特别是我们的工作并不象正式员工那样有明确的工作范围，只是自由观摩，如果态度不够积极

就可能没有事情做，所以平时就更需要主动争取多做事，这样才能多积累多提高。三是基本礼仪

——步入社会就需要了解基本礼仪，而这往往是原来作为学生不大重视的，无论是着装还是待人接物，都应该合乎礼仪，才不会影响工作的正常进行。这就需要平时多学习，比如注意其他人的做法或向专家请教。四是为人处事——作为学生面对的无非是同学、老师、家长，而工作后就要面对更为复杂的关系。无论是和领导、同事还是客户接触，都要做到妥善处理，要多沟通，并要设身处地从对方角度换位思考，而不是只是考虑自己的事。

我想，通过这次实习让我认清了自己的很多不足和缺点。第一个就是缺乏工作经验。因为自己缺乏经验，很多问题而不能分清主次，还有些培训或是学习不能找到重点，随着实习工作的进行，我想我会逐渐积累经验的。第二是工作态度仍不够积极。在工作中仅仅能够完成布置的工作，在没有工作任务时不能主动要求布置工作，若没有工作做时就会松懈，不能做到主动学习，这主要还是因为懒惰在作怪，在今后我要努力克服惰性，没有工作任务时主动要求布置工作，没有布置工作时作到自主学习。第三是工作时仍需追求完美，在工作中，不允许丝毫的马虎，严谨认真是时刻要牢记的。第四是学术上不够钻研。这是由工作性质决定的，也是我自己选择的，因为在我看来，只有被市场认可的技术才有价值，同时我也认为自己更适合做与人沟通的工作。但我毕竟是一名专科生，需要作一些基本的实际工作，这就需要我个人多关注科研的最新进展，同时，这也对我的工作有促进作用。

扎实的专业知识是提高工作水平的坚实基础。在学校学习专业知识时，可能感觉枯燥无味，但当工作以后，才会发现专业知识是多么的重要。如我学的电控技术。机械原理，液压与制动，汽车构造这些是必须知道的，因为在日常工作中要处处用到。但我要想提高我的工作效率，工作质量，这些知识只是知道是远远不够的，而是要精通。做为生产技术，在汽车行业来说就是设备方面的权威，若没有扎实的机械知识，在这方面你怎能服人那？遇到设备问题怎能快速有效的解决呢？工作中不但要有良好的工作态度，而且还要有很好的表现力。中国有句俗语：踏踏实实做人，老老实实做事。在今天，只是老老实实，勤勤恳恳做事是不够的，你还要学会适时地，恰当地表现自己。

让老板知道你做了什么，让老板知道你的存在是必要的！这样你才有发展的可能，别人才会认可你，承认你！团结协作，善于沟通。团结协作指的是部门内部。你这个部门肯定不止你一个人，作为部门担当，你若想把本部门的事做的出色，那你必须把部门成员团结起来，发挥集体的力量，那样才能事半功倍！虽然我们这次的实习没有考虑这些，但我想这些都是在以后的工作学习中都非常必要的。善于沟通是指部门之间。任何一个公司都是由众多部门组成的。部门之间的沟通是必要的也是必须的。总之，用知识武装自己来，学会做人，学会做事。你才能成功！

我坚信通过这一段时间的实习，从中获得的实践经验使我终身受益，并会在我毕业后的实际工作中不断地得到印证，我会持续地理解和体会实习中所学到的知识，期望在未来的工作中把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而努力。在这半周的时间里，我受益非浅。我在那里不仅学到了许多关于专业的知识，最重要的是进一步体会到了做人的原则。公司的宗旨是：规规矩矩做人、踏踏实实做事。在去公司的第一天，老师们就教导我们做人一定要正直、要实事求是，诚以待人，人品对一个人来说非常重要的。我充分的体验到了你如何待人，他人也会如是回报。总之，在公司的半周时间里，我们脱离了学校的庇护，开始接触社会、了解我们今后工作的性质。不但增长了专业知识，还学习到了不少为人处是的方法。

十几年的学生生活，即将划上一个句号。在公司实习的这段时间，我懂了不少东西。大人们都说刚毕业的学生身上总存在着许多让公司老板头痛的“特点”，现在我终于亲身体会到了。以前作为一名学生，主要的工作是学习；现在即将踏上社会，显然，自己的身份就有所变化，自然重心也随之而改变，现在我的主要任务应从学习逐步转移到工作上。这半周，好比是一个过渡期——从学生过渡到上班族，是十分关键的阶段。回想自己在这期间的工作情况，不尽如意。对此我思考过，学习经验自然是一个因素，然而更重要的是心态的转变没有做到位。现在发现了这个不足之处，应该还算是及时吧，因为我明白了何谓工作。在接下来的日子里，我会朝这个方向努力，我相信自己能够把那些不该再存在的“特点”抹掉。

感谢学校给我们这次宝贵的实习经验，同时也要感谢老师对我们的细心指导。本次实习所学到的这些知识很多是我个人在学校很少接触、注意的，但在实际的学习与工作中又是十分重要、十分基础的知识。通过本次实习我不但积累了许多经验，还使我在实践中得到了锻炼。这段经历使我明白了“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”的真正含义——从书本上得到的知识终归是浅薄的，未能理解知识的真谛，要真正理解书中的深刻道理，必须亲身去躬行实践。

我来到了__市龙马机械制造有限公司(__市机械厂)。该厂是福建省最大的载货汽车、低速货车、多功能拖拉机生产企业，是原农业部农用车定点生产基地，现有员工 450 人，20__年完成工业产值 2.5 亿元。公司生产的福建牌汽车、龙马牌低速货车是中国名优产品，多功能拖拉机是省优产品，荣获中国低速货车(农用车)十大知名品牌、福建名牌产品、飞马奖、诚信单位等荣誉称号。该厂于__年取得 iso：质量管理体系认证证书和__年国家强制性产品 3c 认证，__年度、__年度连续两年被评为福建省民企 300 强企业。

该厂主要产品有轻、中、重型载货汽车及底盘，低速货车，多功能拖拉机，洒水车、吸粪车等专用汽车，集装箱牵引车等。目前经国家发改委批准上公告的有汽车 35 种，低速货车 16 种，多功能拖拉机 8 种共计近 60 种产品。企业的营销网络已遍布全国各地，形成集市场研究，整车销售，技术服务，配件供应四位一体的营销服务体系。

怀着一颗好奇的心，我坐上了该厂生产的农用车，在一位叔叔的带领下参观了整个厂区。叔叔介绍说为进一步发挥技术优势，推进产品结构的提升换代，公司投资了 3 亿元在龙州工业园区建起了占地 13 万平方米的汽车生产线，现在已建成车架、车厢、总装、涂装、冲压、焊装、车桥等共计 7 万平方米的生产车间，年可生产 3 万辆的汽车及低速货车。另外还有 170 亩生产用地正在规划中。我不禁感叹，这么大的工厂要走一圈都得花上许多时间吧。参观完工厂，我就该开始我的实习工作了。

我被分配到的第一份工作就是在冲压车间工作，由于没有技术，像机床，铲车之类的我就不能用了，所以车间主任分配给我的工作就是分类材料。我抬头望了望车间，车床的轰鸣声不绝于耳，原来钢板就是在这里被一个个不同大小的机床截成不同的形状，再运到不同的车间进行深加工，最终成为一辆车的。回头看了看我即将工作的地方，各式各样的铁质工具，或摆在架子上，或堆在箱子里，有些还挂在墙上。我不禁蒙了，这么多东西，我一个都叫不上名字，该怎么分类？在旁边阿姨的指导下，我才知道，原来每个材料都有自己的图号，就好似每个人都有名字一样。我的工作就是把刚从仓库送来的各种不同规格的材料放在指定的位置。说来这个工作也不困难，但因为对材料图号的不熟悉及分放位置的不确定，运来的一箱材料我着实花了三个小时才摆好。摆好材料也差不多到了下班时间，因为不断的弯腰低头，回到家后有一种骨头要散架的感觉。

冲压是汽车制造所有工序的第一步，成卷的钢板首先要在切割机上切割成不同规格的小板，然后由冲床进行初始的切割，在进行简单的冲孔，切边后，就会进入真正的冲压成形工序。冲压成形由冲床和模具实现，模具的作用非常大，模具的质量直接决定这工件的质量。每一个工序大多都是先经过冲压成形，然后再经过冲压，切边，翻边等等工序最后才会成为所需要的工件。刚开始工作特别容易感到累，车间主任对我非常关心，总是把最轻的活交给我做。我也主动会去干一些重活，像切片的时候我也会在一旁帮忙，希望多体验一些不一样的工作。

后来的几天时间我又被调去不同的车间尝试不同的工作，在焊接车间我负责给即将焊接的钢材上红漆；在涂装车间由于粉尘比较大，所以我的工作是将喷好漆的车头推到空旷处晾晒；而在仓库的工作，我本以为会是最轻松的，其实不然，由于进库出库的货物非常多，而且每种型号的材料需求不同，为此我经常是忙的焦头烂额。

作为一个女生到汽车工厂里工作确实非常的辛苦，在厂里都是一些粗重的活，而且正赶上农用车生产的旺季，每天的工作量都非常的大。但是想想那些同龄的工人不是都做得好好的，我知道千万不能再把自己当一个孩子来看待了，毕竟已经 20 岁了。在后来的工作中，我认识到要做好工作不但要认真，而且要有责任心，一个人在工作岗位上的那份热情，不管这份工作是高贵还是贫贱，都应该用一颗认真的心去对待。在实习的过程中，我认真、负责地做好每一件自己该做的事，对自己产生的疑问，都得到了一个满意的答案。原本以为自己已经学会了一些基础的知识就够用了，可到了真正实习的时候才知道原来自己要学的东西还有很多，以后自己要走的路还很长，不能只安于现状，一定要勇往直前。我也认识到和同龄甚至比我们还小的老工人进行交流的重要性。他们多是在初中毕业后就出来打工了，我虽然受过高等教育，但在社会实习经历上我远远不如他们。十几年的学习时间让我忽视了实习。只学不实习，那么所学的就等于零，而实习也可为以后找工作打基础，理论应该与实习相结合。相信参加过实习的人都可以深刻的体会到这些道理。通过几天的工作我积累了社会经验，使我在社会中接触各类人群时有了更灵活的应对手段，使我学会了去与人接触认识，并且与人交流，使我在此过程中，充分地克服了自己害羞畏缩的心理，使我在与陌生人的接触中多了一份自信，添了一份自如。

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/837001013062006164>