

# 毕业实习单位及主要内容 毕业实习实习报告(通用8篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 毕业实习单位及主要内容篇一

20xx年2月9日至20xx年3月21日，我在xx集团有限公司行政部办公室担任文员..以下是我的文员实习报告，请大家给出宝贵的意见和建议。

实习，顾名思义，就是在实践中学习。经过一段时间的学习，或者当学习接近尾声的时候，我们需要知道我们学到了什么，或者如何在实践中应用。因为任何知识都源于实践，都属于实践。因此，我们应该把它付诸实践，以考验我们的学习。此时此刻，我们正面临毕业，实习对我们来说越来越重要。刚刚结束的实习，可以说是我大学四年中最艰难最充实的一段时间。

努力是因为刚踏上工作岗位，有很多方面不能很快适应；充实是指在这段时间里，我学到了在校园里学不到的知识和技能，提高了自己各方面的素质。同时实习也给了我必要的工作经验。为以后寻求好的职业打下基础。文书实习报告范文。现在稍微冷静一下这几天工作中的成绩和不足。一是总结经验，二是系统了解自己的工作情况。

xx集团有限公司前身为xx皮鞋厂，成立于1988年，1995年成立集团公司。现已发展成为集制鞋、房地产、外贸、酒店、娱乐、网络技术于一体的非区域性企业集团，员工3800余人。目前□xx鞋业生产基地为主营业务，位于中国鞋都工业园腾飞

路2号，占地近百亩，建筑面积12万平方米。拥有意大利、台湾省等国家和地区生产的先进制鞋生产线15条，年生产潜力1000万双，产品销往德国、法国、美国、西班牙、俄罗斯、日本等国家和中国内陆。

xx集团是xx首家聘请海外职业经理人担任公司高管的民营企业，积极寻求在产品研发和技术创新上与国际接轨。从20xx年开始，公司每年聘请西欧国家的一流设计师进行xx产品的同步研发，在鞋业新品种开发方面一直处于领先地位，并建立了标准化实验室。20xx年，公司通过与德国dhm公司的合作，实现了人与国外的结合，率先在全省民营企业中通过了sa8000社会责任国际标准体系认证，使企业的就业环境、劳动权益保护和产品环保达到了相关国际标准，从而打破了贸易壁垒，为企业更好地进入国际市场铺平了道路。

“的公司精神以人为本。树立和谐劳动关系理念，逐年加大对员工福利和文化生活设施的投入，为员工精心办理合作医疗、工伤等各项劳动保障。20xx年，将耗资1000万元建设一个面积近20xx平方米的员工活动中心，设有放映厅、ktv、健身房、台球室、乒乓球室、网吧。并创办了xx报社和电台，以满足员工日益增长的精神文化需求。

在这一个多月里，我的主要工作信息是协助办公室工作人员做行政部的各种人事和日常行政工作。在这个过程中，我使用了阅读、提问、学习等方法，并初步了解了公司办公室文员的具体业务知识，拓展了我所学的专业知识。首先总结一下我所有的具体工作材料：

1. 接到申请人的电话，给申请人一个简单的首字母，送各部门经理复试；
2. 试工单通知复试考生试工并完成报名；

3. 协助新员工的培训，如入职培训和阶段性培训；
4. 向各级领导发送文件，签收文件；
5. 整理和保管附属卡，留笔记；随时整理员工档案归档；
6. 复印并快速打印办公室文件、发送传真、接收办公室表格等。；
7. 协助办理新员工入职手续，员工调动和离职手续；
8. 计算管理人员的每月考勤，并将考勤明细发送到各部门进行核实和签字；
9. 输入月度罚款和奖励，输入员工养老保险信息；
10. 制作20xx年全厂管理人员年休假表；
11. 协助接待最大的客户，德国的戴希曼。
12. 领导安排的其他工作，做好办公室工作计划。

以上是我的实习报告。回顾这一个月半的工作经历，虽然有泪有苦，但最重要的还是经验和收获。记得在公司的第一天，被安排在一个办公室文员旁边学习。真的，第一天最难熬。随着从学校到社会环境的改变，身边的人完全换了主角，老师变成了老板，同学变成了同事，相处的方式也完全不同。只有亲身经历过的人才能体会到大家都把你当隐形人的感觉。还好宿舍的女生对我很好，告诉我她们刚出来上班，从被人当隐形人开始，从打杂的过来，劝我站起来继续过来。

我开始接触的工作是招聘。我还是一个刚开始工作的新手，但是招人有点紧张和兴奋。我们公司主要是做鞋业的，有很多关于鞋业的专有名词是我从来没有接触过的，所以有很多

工作是不熟悉的，比如开发部的制袋，汽车包，质量部的成型产品检验和检验，针车质检和检验；规划、下料等。普通仓库。这些与鞋业相关的工作，听的多，问的多，也自然明白一些。报考的人多了，我发现了一个差别，就是南北的差别。

在南方，他们大多在20岁左右出来找工作。即使在我们办公室，也有两个工作一年的女生。而北方大部分地区则是刚大学毕业□20xx年步入社会。从北方找工作到南方找工作的年轻人，年龄大，没有经验。所以，为了尽快融入南方快节奏的社会，我想更加谦逊地吸收那里的一切。

## 毕业实习单位及主要内容篇二

实习，顾名思义，就是通过实践来学习。经过一段时间的学习，或者当学习接近尾声的时候，我们需要知道我们学到了什么，或者如何应用到实践中。因为任何知识都源于实践，都属于实践。因此，我们应该把它付诸实践，以考验我们的学习。

实践是学生从理论走向实践的重要环节，也是学生从学校走向生产岗位的第一步。要把学生培养成为理论知识和实践知识兼备的新一代全面型人才，不仅要通过实验室实验培养，更要走进社会，真正走到第一线去了解 and 认识具体的工作过程。这样才能达到教学目的。

实习是如此难得的锻炼机会。通过实践，让学生用在学校学到的理论知识灵活地指导实际工作，发现问题，分析问题，最终解决问题。根据实际的工作过程，培养学生的思维和观察能力，进一步了解实际的生产设备、控制方法和处理过程，从而整合知识点，拓展知识面，帮助学生养成遵守规章制度和纪律的良好习惯，为以后的上班打下坚实的基础。

20xx年x月x日20xx年x月x日

XX

## XX汽车维修厂

XX汽修厂位于XX，该公司的主要业务是汽车维修和销售汽车零部件。其行业有：制造业、交通运输设备制造业、汽车制造业、汽车修理业。

在这次实习中，我担任了XX汽修厂的采购员。以下是我日常工作的基本内容：

1. 负责完成集团公司下达的配件销售和利润目标以及工厂下达的配件销售任务。
2. 协调计划、采购、调度、仓储、配送、仓储管理(岗位间)之间的工作关系，明确工作流程，保证各环节工作顺利进行，不断提高备件供应的满意率、准确率、完好率。
3. 建立采购供应业务档案，掌握不同运输方式的运输天数和费用，确定最佳采购计划。
4. 采购管理，及时、适当、适合质量和价格，并与制造商保持良好关系；按计划采购，特殊情况下有权进行临时调整。
5. 在采购过程中，应加强检验，配件的品牌、规格和数量应准确，配件的首次检验应认真完成。
6. 在入库验收工作中，应配合计划员和库管员对配件进行二次检验，并对配件的质量、品牌、规格和价格进行合理的说明。
7. 紧急和零星采购应进行充分的询价、比价和议价，并根据采购程序给予优先考虑。

## 8. 接收其他临时工作。

### 1. 工作收获：

- 1) 工作敏感度得到提高，工作进度和结果能主动向领导汇报；
- 2) 工作适应能力逐渐增强，后期安排的工作现在得心应手；

### 2. 工作中的缺点：

工作照顾还是欠缺；在日常工作中，我们经常因为不够细心而浪费时间或重复做一遍。我相信在接下来的工作中，我们会认真、仔细、再仔细的完成每一项工作。

从离开校园到进入社会，初出茅庐的我经历了一个变化的过程，从在学校里充满幻想，到接近现实，逐渐成熟，融入社会竞争。下面，我结合自己的实际工作，对这次实习做一个总结。

### 1. 努力工作，不断进步。

获得雇主的信任需要一些时间。所以养成吃苦耐劳、不怕困难、不怕挫折、脚踏实地、不遗余力的工作态度是非常重要的。勇于实践，勇于创新。改进方法，注意工作方法。

### 2. 虚心豁达，包容他人，建立良好的人际关系。

在人事工作中，和各个层次的人打交道很重要。如员工、经理、特殊人员、求职者等。刚接触人事工作的时候，也有很多不适应的地方，犯过错误。有时候觉得自己做的很好，在上级眼里会有很多缺点，所以应该虚心接受上级的建议，在工作中提升自己。

在一个企业，建立良好的人际关系更重要。我曾经以为社会就是这么现实，人们斤斤计较，不敢为了小利益去面对。但

是要了解社会，就要经历这个过程。企业在运行，部门之间的工作联系至关重要。所以要学会做人，和各部门的工作人员建立良好的人际关系，在工作中互相沟通，和不同性格、不同志向的人接触。“求同存异。，不要在背后说别人坏话，不要在意一时的得失。

### 3. 心态好，学会自信。

虽然我是个成年学生，但我们也可以创造属于自己的天空。法国哲学家鲁君曾经说过：“自信是你事业的奇迹。有了它，你的才能可以用之不竭。再有才，没有自信的人也不会有成功的机会。”社会是一个大舞台，涉及到不同的角色。只要有自己扎实的专业知识、技能和基础，也能得到用人单位的肯定。另外，不管工作单位是在城市还是郊区。我们都应该有一个积极乐观的精神状态，有一双发现美的眼睛，能够通过自己的努力改变和适应周围的生活环境。之前也向往过市区那种生活，但是工作两个月，觉得最重要的因素是哪里适合自己的未来。

### 4. 培养自己终身学习的能力。

刚进入社会工作，各方面知识都比较肤浅，要努力学习，接受和掌握新知识，在实践中提高自己的采购知识和职业道德。有各种办公软件，一定要在实践中一步一步学，虚心求教。在今后的工作中，应该研究和改进与人打交道的方法。业余时间要积极参加公司组织的各种培训教育。这些东西不是在学校都能学会的，要靠自己努力。

## 毕业实习单位及主要内容篇三

首先，在大学期间，我们学习了大量有关贸易和国际经济的理论知识。然而，在实践中应用这些知识远比在课堂上学习来得困难，因此大多数贸易学生需要进行实习来增强他们的专业知识和技能。我也有幸在一家大型进出口公司实习，从

我的经验来看，实习是一种宝贵的学习手段，可以帮助我们更好地理解和应用我们在课堂上学到的知识。

其次，我通过实习学会了如何运用专业知识解决实际业务问题。在进出口公司工作期间，我接触了许多贸易履行的流程和程序。在与各个部门的同事合作时，我学会了应用自己在贸易课程中学到的理论，如海关规定和贸易术语。这不仅帮助我们完成了工作，还提高了我们的专业水平。

其三，实习还让我意识到贸易行业的尝试和风险。贸易不仅仅是单纯的买卖好货，更多的情况下是风险和不确定性加上真正的商业交换。市场的流动和的竞争带来各种可能性和挑战，作为一名实习生，我需要学会如何思考和应对这些问题，不仅仅依靠认真工作，同时建立正视挑战的自信。

接着，我从实习中学会了在不同语言环境下有效地沟通。由于我实习的公司所处的市场有多语种的需求，我需要通过识别和理解不同的语言和文化背景与不同的领域对话。通过这样的实践学习，我学会了更加有效地与他人交流和沟通，不论是通过口头或书面方式，我都能够更好地表达自己并理解对方的需求。

最后，实习让我更加认识到自己的职业规划，个人兴趣和价值观。通过在公司的实习经验，我在贸易职业中找到了自己的方向和兴趣所在，并且我也发现自己希望在未来的工作中追求更高的数据分析和管理工作角色。这样的精神和价值体系也是我在公司和整个社会发挥更大使命和价值的意义所在。

总之，实习对于贸易学生来说是非常重要的一步，他们通过实习可以更好地掌握经验和技能。同时也能更好地塑造职业想象和发现行业发展趋势。我希望未来更多的贸易学生能够积极尝试各种实习机会，不断发现自己的职业方向和信念，也能够为所在企业和其他社会成员创造更大的价值和意义。



## 毕业实习单位及主要内容篇四

在大学的最后一年，毕业实习是每个学生必须经历的事情，也是实际锻炼个人能力、提升职业素养的机会。作为一名贸易专业的学生，我的毕业实习就在贸易公司展开。在这段时间里，我经历了很多，也学到了很多，下面就给大家分享一下我的心得体会。

### 第二段：了解行业

在实习的第一天，公司的领导带我一起参观了整个公司。我发现在贸易公司，了解产品和行业知识非常重要。只有全面了解了自己所处的行业，才能更好的为客户提供服务。同时，在实际工作中也要不断的学习和了解行业的新动态，保持与时俱进的行业认知。

### 第三段：锻炼工作能力

在实习期间，我负责了很多工作内容，其中最多的就是维护客户关系。维护客户关系不仅仅要有良好的沟通能力和语言表达能力，同时还需要有较强的工作能力和协调能力。在实习中，我体验到了在工作中不断的挑战和锻炼，也学到了很多关于如何协调各种资源，如何处理客户投诉等问题的解决方案。

### 第四段：职业素养的提升

在实习中，我意识到职业素养的重要性。例如，在工作中需要注重细节，了解各种文件和协议，遵守公司规章制度。同时，还需要具备较强的沟通、协调、组织等领导能力。这些细节方面的要求和领导能力的提升都是能够培养我们成为优秀的职场人才的必要条件。

### 第五段：实习的收获

在实习期间，我学到了很多专业知识、增强了与人交际的能力，提升了职业视野，拓宽了自己的职业边界。在实际工作中，除了需要不断的学习和成长，还要不断地总结和反思，并对自己的职业规划有深入的思考。在未来的发展中，我会一直秉持期待和信念，努力工作，为公司发展出一份力，成为一名优秀的职场人才。

结尾：

通过这次实习，我深刻认识到经验是成功的基础，努力工作是保持竞争力的法宝。我相信，只要不断学习和进步，我们一定会在职场中取得自己的一番作为。

## 毕业实习单位及主要内容篇五

1、较全面、深入地了解相关工作的关系及重要作用，熟悉现行管理体制及实务操作技能，使学生对所学专业有更为全面的认识。

3、有针对性地锻炼学生观察问题、分析问题和解决问题的能力，促进学生将所学理论与实践相结合，培养他们脚踏实地、扎扎实实的工作作风，为今后较顺利地走上工作岗位打下一定的基础。

二、将有那些实习内容，学生通过一段时间在相关岗位上的具体操作练习，应了解实际工作中具体作业流程及不同模式，从而使已学过的专业知识与实践相结合。本实习原则上应选择与市场营销专业知识相关的部门进行，内容包括商品销售、市场调查研究、生产与供应、开拓市场等。毕业实习的基本内容：

1、收集实习岗位相关资料，了解实习单位的组织机构，尤其是旅游企业管理组织机构的设立及其职责权限的划分情况。

2、参与实习单位的工作过程。

3、观摩实习单位的工作活动。包括：商品销售、市场调查研究、生产与供应、开拓市场等。

4、在实习报告中分析评价实习单位管理制度的制定和执行情况与不足，并提出合理化改进意见。

通过毕业实习，进一步掌握本专业的基本理论与技能，在实践中印证自己所学的知识。作为一个实践型专业的毕业生，更要在实习中善于发现问题，并培养分析问题、解决问题的能力，为撰写实践报告和走上工作岗位打下基础。

本次实习，学生要自主选择一个具体领域，深入到其内部进行实践，将所掌握的旅游管理专业的综合知识运用到该行业中，提高在相关领域的实际技术水平，并初步培养动手能力，为毕业时顺利走向工作岗位打下良好基础。其基本目的是了解所在地区、所在行业部门的一般概况，所在单位的性质、职能，经营、管理水平，特点与创新，发现存在的问题，运用相关知识进行原因分析，提出相应的办法与策略等。

## 毕业实习单位及主要内容篇六

作为一名医药方向的学生，我有幸在大四的时候进入了一家知名药厂进行为期三个月的毕业实习。在这段时间里，我有了很多珍贵的经历和体会，学到了很多专业知识，也锻炼了自己的实践能力。以下将结合自身经历，详细阐述我在药厂实习中的心得体会。

### 第二段：实践中的专业知识的应用

在母校的课堂上，我们学习了很多理论知识，而在实习中，我才真正意识到这些知识的价值和应用性。我学习到了药物的生产过程，包括原料采购、药物制造、包装运输等环节，

并积极参与其中。通过与公司的老师和技术人员的交流和指导，我逐渐掌握了药物生产中的关键技术和操作规程。在实际操作中，我要紧密注意药物的纯度、配方比例和生产过程的各个环节，确保产品的质量符合标准。通过这样的实践，我不仅对以前学到的理论知识有了更深刻的理解，同时也提高了我的实践能力。

### 第三段：团队合作与沟通能力的提升

在药厂实习期间，我深刻感受到了团队合作的重要性。由于药品生产环节繁多，每一个环节都需要各个专业和岗位之间的紧密配合才能顺利进行。我在实习中主动与各个部门的同事进行交流和协作，学习他们的工作经验和技巧。通过团队合作，我了解到一个成功的药厂离不开每个环节的优秀员工的共同努力。另外，在团队合作的过程中，我也逐渐提升了自己的沟通能力。在与同事的交流中，我学会了如何表达自己的观点，学会了如何倾听和理解他人的意见。这样的经验对于我今后的工作和生活都有着积极的影响。

### 第四段：学会解决问题与应对挑战

在药厂实习期间，我遇到了许多问题和挑战，如生产出现的技术难题、设备出现的故障等。面对这些问题，我学会了沉着冷静地分析和解决。对于技术难题，我通过请教老师和经验丰富的工作人员，他们给予我宝贵的指导和建议。在解决设备故障方面，我参与了维修团队的工作，学会了如何分析故障原因、进行修复和保养。通过这些经历，我不仅增强了自己的问题解决能力，还培养了自己适应快节奏和高压力环境下工作的能力。

### 第五段：思考与感悟

通过这次药厂实习，我对未来的职业规划有了更清晰的思路。首先，我意识到人才的培养和实践经验的积累是极其重要的，

更加坚定了自己继续深造的决心。其次，我明白了专业知识的学习只是打下了基础，只有结合实践才能真正掌握。最后，通过参与药厂的生产过程和团队合作，我感受到了探索与创新的重要性和乐趣。在以后的工作中，我将继续努力提高自己的专业能力，追求卓越。

综上所述，在药厂毕业实习期间，我锻炼了自己的实践能力，提高了专业知识的应用能力，也学会了解决问题和应对挑战的能力。这段经历让我更加明确了自己的职业规划，并为将来的工作打下了坚实的基础。我深刻体会到“学以致用”的意义，相信这次实习对我未来的发展有着积极而深远的影响。

## 毕业实习单位及主要内容篇七

证明人：

\_\_\_\_\_(实习单位盖章)

\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

兹有\_\_\_\_\_ 学校\_\_\_\_\_ 学院\_\_\_\_\_ 专业\_\_\_\_\_ 同  
学于 \_\_\_\_\_ 年\_\_\_\_月\_\_\_\_日至\_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_月\_\_\_\_日  
在\_\_\_\_实习。

该同学的实习职位是 \_\_\_\_\_。

该学生在实习期间工作认真，脚踏实地，虚心请教并且努力掌握工作技能，善于思考,能够举一反三。善解人意，积极配合领导及同事的工作，虚心听取他人意见。在时间紧迫的情况下，能够加时加班完成任务。能够将在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，本公司将要求该学生严格遵守我公司的各项规章制度，实习

时间，服从实习安排，完成实习任务，尊敬实习单位人员，并能与公司同事和睦相处。与其一同合作的员工都对该学生的表现予以肯定。

特此证明。

证明人： \_\_\_\_\_(实习单位盖章)

\_\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

### 实习证明

兹有\_\_\_\_\_学校\_\_\_\_\_专业\_\_\_\_\_同学  
于\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日至\_\_\_\_\_  
年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日在\_\_\_\_\_实习 该同学的实习  
职位是\_\_\_\_\_ 该学生实习期间工作认真,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,并能够  
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,加班加点完成任务.能够将在学校所学的知识灵  
活应用到具体的工作中去,保质保量完成工作任务.同时,该学  
生严格遵守我公司的各项规章制度.实习时间,服从实习安排,  
完成实习任务.尊敬实习单位人员.并能与公司同事和睦相处,  
与其一同工作的员工都对该学生的表现予以肯定.

特此证明.

\_\_\_\_\_ (实习单位盖章)

\_\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

### 学 生 实 习 证 明

兹有 学校 同学于 年 月 日至 年 月 日在 大学生就业实习  
基地实习。

特此证明。

武汉大学生就业实习基地(实习单位盖章)

二00 年 月 日

实习证明

某某在实习过程中表现良好，很好的完成了各项工作，达到了要求，主要表现如下：

一、能够服从公司的安排，认真做好交给的工作，把学到的书本知识运用到实际工作中来；

四、能够自觉遵守公司的规章制度和劳动纪律，诚实守信，显示了当代大学生的良好品德。

特此证明

某某有限公司公司地址：

联系人：

联系电话：

公司落款、盖章

2015年某月某日

xx同学于xx年考入学校。在班上立场坚定，能够同党中央保持高度一致，并认真学习党的各项方针政策和三个代表的重要思想。在学校曾担任过学院青年志愿者协会副会长和文艺部部长、纪检部部长、班级团支部书记等职。具有一定的领导、组织、沟通、协调能力。在工作上该同学能做到勤勤恳恳，认真负责，精心组织，力求做到最好的态度。具有较强

的学习素质和较强的独立工作能力，并善于与老师和同学合作，乐于助人。多次被评为“学院优秀学生干部”、“学院优秀团干”，学习成绩优秀，每年都年获得“学院三好生”称号。特此证明 作为学校的教导主任，我愿意推荐该同学到贵单位工作实习，请接受。 谢谢！

学校盖章 xx年xx月xx日实习证明 兹有 学校 同学于 年 月 日至 年 月 日在 在我办为期一月的寒假实习。期间，工作积极，成绩突出 该同学不断加强专业知识和理论知识的学习，工作中，严格要求自己，关心集体，较好地完成了各项工作，现已结束。 特此证明□xx省xx办(实习单位盖章)

## 实习证明

兹有 大学 学院 专业学生 现在我公司进行实习，期间担任工作，情况属实，特此证明。

公司地址：

联系人：

联系电话：

公司落款、盖章

## 实习证明

该同学的实习职位是\_\_\_\_\_

该学生实习期间工作认真，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. 能够将在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，该学生严格遵守我公司的



各项规章制度. 实习时间, 服从实习安排, 完成实习任务. 尊敬  
实习单位人员. 并能与公司同事和睦相处, 与其一同工作的员  
工都对该学生的表现予以肯定.

特此证明.

\_\_\_\_\_ (实习单位盖章)

\_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

该同学的实习职位是 \_\_\_\_\_

该学生实习期间工作, 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. 别人的工作建  
议, 可以虚心. 在紧迫的情况下, 加时加班任务. 能够将在学校  
所学的知识灵活应用到的工作中去, 保质保量工作任务., 该学  
生遵守我公司的规章制度. 实习, 服从实习安排, 实习任务. 尊  
敬实习人员. 并能与公司同事和睦相处, 与其一同工作的员工  
都对该学生的予以肯定. 特此证明.

\_\_\_\_\_ (实习盖章)

\_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

兹有 大学 学院 专业学生 现在我公司实习, 期间担任 工作,  
情况属实, 特此证明。

公司地址:

人:

电话:

公司落款、盖章

一

兹有xx学校xx同学于xx年xx月xx日至xx年xx月xx日  
在\_\_\_\_\_公司\_\_\_\_\_实习。期间，工作，成绩。

该同学专业知识和理论知识的学习，工作中，要求，集体，  
地了工作，现已结束。

特此证明。

实习

(实习盖章)

二

在 \_\_\_\_\_ 大学生就业实习基地实习(/或者 \_\_\_\_\_  
公司 \_\_\_\_\_ 实习)。

工作期间，地帮助了 \_\_\_\_\_ 作了 \_\_\_\_\_。( /可  
选)

特此证明。

\_\_\_\_\_大学生就业实习基地(/或者 \_\_\_\_\_ 公司) (盖章)

日期

## 毕业实习单位及主要内容篇八

贸易毕业实习是一次难得的机会，让我们有机会将学校中学到的知识应用到实践中。在这个过程中，我们不仅能够锻炼自己的能力，还能够学到更多关于贸易的知识。在接下来的文章中，我将分享我在贸易毕业实习中的体会和经验。

## 第二段：学到的知识和技能

在贸易毕业实习中，我学到了许多关于贸易的知识和技能。首先，我了解到了更多贸易合同和协议的细节和要求。其次，在接触到不同的贸易形式和贸易现象时，我也学会了更加灵活的解决问题的方法。此外，我还学会了如何撰写商业文件、编写商业邮件以及其他与贸易相关的专业技能。

## 第三段：人际交往和合作

在贸易毕业实习中，我有机会与不同层次的人交往和合作。我在公司和客户之间建立了良好的关系和沟通合作。尤其是在协调商业文化和贸易规范时，我发现通过互相交流和倾听，可以达到更好的效果。此外，与更有经验的同事共同工作也让我受益匪浅，能够在实践中更好地了解业务处理和行业标准。

## 第四段：了解自己

贸易毕业实习不仅教会了我贸易知识和技能，还让我了解了自己。在实践中，我发现自己的不足之处和需要提高的地方。通过不断的学习和积累，我逐渐提高了自己的工作能力和专业素养，并较好的融入到团队中。此外，贸易毕业实习也为我未来的职业发展提供了更加清晰的方向和目标。

## 第五段：总结和感受

贸易毕业实习是一次重要且不可错过的机会。通过实践，我不仅学到了更多的贸易知识和技能，还提高了自己的专业素养和人际交往能力。此外，在实践中，我也深入理解了职场和社会的运作模式，并从中汲取到了无穷的智慧和经验。因此，贸易毕业实习是一段非常有意义的经历，也是我人生中难忘的一部分。