

# 最新大学生毕业实习心得体会实用(实用15篇)

学习心得可以让我们从过去的经验中吸取教训，避免犯同样的错误。接下来，让我们一起来看看以下实习心得范文，体味实习中的点滴收获和感悟。

## 大学生毕业实习心得体会实用篇一

首先，我想通过在我们学校基层人民检察院的实习，获得一次认识社会的机会。社会是法律学科的源头，没有社会就没有法律，法律因社会的需求而产生，所以认识社会是一个法科学生能够真正学好法律的必备条件。

其次，我想通过此次在市中区人民检察院的实习，来了解一下处于基层的人民检察院所处理的案件的特点，包括案件的来源、数量，案件的性质等等。从而在此基础上发现基层人民检察院在办理刑事案件过程中所遇到的问题并提出解决问题的方法。

最后，我想把在课堂上学到的理论知识运用到社会实践当中，以达到学以致用为目的。法律是极其讲求实践的，所以实践应是法律的出发点和归宿。

在检察院实习，有法律实务方面，也有法律理论方面，由于我主要在批捕科实习，所以更多的是做一些法律实务方面的工作。批捕科的工作是环环相连，从接到案件到做出决定，任何一个环节都必不可少，都非常重要。实习这一个月我的主要工作集中在以下几方面：

第一、翻阅卷宗，协助检察官制作阅卷笔录。

侦查监督科的主要职责是审查公安机关提请批准逮捕犯罪嫌

疑人的卷宗材料，以及做出是否批准逮捕的决定。内江市市中区人口密度大，经济发展不平衡，直接导致刑事案件的发生率较高。单从一般的刑事案件来看，这一个月来，我们科一共办案三十八件，涉及人数达四十人之多，也就是说，平均每天我们科要收到一到两个案件。公安机关移送的卷宗材料是认定犯罪嫌疑人是否构成犯罪的主要证据，我们都必须逐一审查。有的案件复杂，卷宗材料厚达七八十页，每天的工作量相对较大，通过这一个月高工作量的实习，我深刻体会到理论知识不足会严重影响工作效率，特别是刑法和刑事诉讼法在实践中运用最广泛。所以，学好这两门学科对于任何一个将从事法律职业的人来说，都具有重要的现实意义。

## 第二、到看守所提讯犯罪嫌疑人。

这是案件承办人制作阅卷笔录的一个辅助工作，公安机关移送提请批准逮捕的卷宗材料内有一项重要证据是犯罪嫌疑人的供述，为了行使好法律赋予检察机关这一监督职能，对每一个犯罪嫌疑人，我们都要认真、仔细地讯问，核实公安机关制作的讯问笔录是否真实、合法。实习这一个月，每次去看看守所提讯，我都要协助案件承办人做好讯问笔录，偶尔也讯问犯罪嫌疑人。在制作讯问笔录的过程中，由于批捕科只对犯罪嫌疑人的行为是否构成犯罪予以认定，所以我们的工作主要是核对公安机关获得的证据是否真实，以及犯罪嫌疑人构成何罪。在记录的时候，不必字字都记，记上主要犯罪事实即可。

## 第三、参与案件的讨论，并做好讨论案件笔录。

这是在前两项工作的基础之上，在承办人审核了卷宗材料之后，由检察长主持的对案件进行研究的会议。首先，由案件承办人简单介绍案情，然后提出本案中存在的问题，由大家共同讨论，得出结论。最后由检察长做出是否批准逮捕的决定。这一环节尤为重要，特别是大家在对犯罪嫌疑人主观行为方面的认定时，可能会持不同的意见，同时，主观行为也

是认定犯罪嫌疑人是否构罪的重要证据，所以，在记录的时候，一定要综合大家的意见，然后把问题和结论都写清楚。

#### 第四、法律文书的写作。

在检察院这一个月，写得最多的法律文书是批准逮捕决定书，还有其他文书，如检察意见书，补充侦查提纲，逮捕决定书等。批准逮捕决定书是人民检察院对公安机关提请批准逮捕的犯罪嫌疑人，依法审查批准逮捕所制作的文书，这种文书一般都有固定的格式，是由存根、正本、副本、回执组成的四联填充式文书。由于法律文书对当事人具有绝对效力，所以在填写的时候，不能有丝毫差错，包括犯罪嫌疑人的姓名，犯罪事由等。制作法律文书一定要有一颗细致的心，经过反复查看后，才加盖人民检察院的公章，然后送达公安机关。

第五、登记案卡。从工作流程来看，这是工作的最后一项，即将犯罪嫌疑人的主要信息登记在互联网上，以备后查。这一项也要求细心，因为案卡要在互联网上公布，一旦公布，就会成为查看犯罪嫌疑人有无前科的重要依据。

在检察院为期三个月的实习，使我对现实中的一些问题有了更深层次的认识。

首先，学习法律的必要性。通过实习，我了解到整个社会对法律的需求是如此强烈，也了解到普通民众法律意识的淡薄，很多案件是行为人对法律认识不够才导致其走上犯罪的道路。如果不考虑犯罪嫌疑人的家庭和自身因素，从社会大环境来说，我觉得社会也是有一定的责任。所以，在全国开展普法教育，不能只是一个口号，要真正落到实处。作为一个法科生来说，在学好理论知识的同时，还要树立起强烈的正义感。法律本身对司法工作者的自身素质要求较高，一部良法在高素质的司法人员那里能够体现立法者的本意，并且达到良好的社会效果。相反，则会与法律背道而驰。所以，在理论学习的基础上，我们要不断提高自己的综合素质，为社会的公平与正义献出自己的绵薄之力。

其次，要树立法律的权威，法律的生命在于执行，检察院作为国家司法机关，是公权力的行使者。既然法律赋予了其监督权，就要敢于监督，勇于监督，做好法律的捍卫者。为建设社会主义法治国家贡献力量。

再次，通过查阅卷宗和提讯犯罪嫌疑人，我发现大多数犯罪嫌疑人没有良好的家庭教育环境，过早踏入社会，找不到立锥之地，在想不到求生办法的情况下才铤而走险，迈出犯罪的第一步。再有就是青少年犯罪现象较为突出，令人担忧他们大多都是实施的暴力型犯罪，如抢劫、抢夺。当我们在提讯青少年犯时，情不自禁的为整个社会叹一口气，由于青少年处于心智发育的关键时期，难免会受到社会上不良风气的影响，周围环境的好坏，在很大程度上会左右青少年的成长。所以，对降低青少年犯罪率，我们需要动员全社会的力量。

最后，从具体工作来看，第一，要有认真负责的工作态度，无论是同事还是领导交办的任务我们都要认真对待，力求做到最佳。作为法律职业人员一定要细心，法律是一门技术性较强的学科，由于法学理论与司法实践之间的差别要求我们在将法律运用于实践时一定要细心，否则，将漏洞百出。第二，在工作中要注重沟通、协调。人要融入社会就必须与他人建立良好的人际关系，与他人之间的沟通与交流便是重要一步。任何人都不可能掌握所有知识。知识的不对称会导致工作的被动，降低工作质量；所以，人与人之间相互沟通，协调，培养团队精神将有利于提高工作效率，促进工作顺利进展。第三，分清轻重缓急，有条理地做事。

三个月的实习，在学到很多司法程序方面的知识以外，还学会了如何做人，如何处理人与人之间的关系。社会是一个复杂的群体，各种利益的驱使会使人性变得扭曲，我们要以正确的态度对待每天发生在身边的小事。

## 大学生毕业实习心得体会实用篇二

之前的我无比的等待自己能够赶快结业，赶快的踏入作业中，更是能更好的去为自己的日子而尽力，可是这在一次的亲自的感触了作业的艰苦之后，才真实的感觉到校园日子的夸姣。

这次的实习也是公司给到我的很好的一个时机，不仅仅让我逼真的感触到了作业的魅力，更是让我在其间学习到了许多在校园中彻底没有感触到的东西，一起也让我对自己的日子有更多不一样的感触。刚刚开始自己的作业时也是十分的振奋，更是在其间都能够感触到极大的新鲜感，也因为我是来进行实习的，我们都知道我身为大学生仍是什么都不明白，所以我们给我的照顾也是十分的多，更是让我对作业有一个逐渐的增加的进程。

大部分的时刻都是在领导和搭档的带领下进行作业，先由他们对这份作业进行解说，随后再经过自己的尽力去完结好自己的作业，当然这样的方法也是有让我较为逼真的感触到作业的魅力，以及自己完结好作业的成就感。也正是这样的方法让我在其间得到了较好的生长，也让我逐渐的学会独立思考，更是能赶快的将领导的解说进行消化。

在实习中所完结的作业更是让我在其间收成到了不少，一起完结的作业使命也是对我有十分大的鼓舞，更是让我觉得在作业中所支付的一切都是值得的。当然为了完结好这份作业，我也是尽或许的让自己去处于学习的状况，不管是在课堂上的学习，仍是在作业之余的学习，都有在尽力的让自己去提高，也是为了让自己的能够真实的适合于这份作业，一起也让我能够在自己的作业上有更好的完结度。

当然在这份实习作业上也是让我有十分大的动力去完结每一项使命，更是让我在其间有感触到许多的高兴，一起也让我对日子有了更大的等待。或许我在这份作业上的成果并不行优异，可是我的这些尽力都满足让我在其间去收成到更多，

一起也让我能够更好地打开自己的作业。也正是这份作业让我对作业，对日子，对社会有了愈加深入的感触，一起我也逐渐的找寻到自己往后的方针。现在的我并不老练，更是在许多的方面都有短缺，所以我更是给会十分的本意让自己去最好每一点工作，一起也让自己能够有更大的生长。

立刻到来的结业正是让我去面临这个严酷的社会，我仍是会坚决的去学习，争夺经过自己的尽力让这个国际承受我，更让身边的每一个人都看到我的尽力与生长，我信任我定是不会负了自己。

### 大学生毕业实习心得体会实用篇三

作为一名学生，需要的是知识的增长，而作为一名老师需要的东西太多。不仅在工作生活上，还是在人际交往中需要的东西都太多了。生活上独立了。我们实习老师都自行一起承担着生活的各个方面——吃饭，备课，提水，洗衣服等等都要自己安排。我们一起商量并不断探索，生活由乱到稳。愉快的合作给我们的生活带来了许多便利，为我们更好的工作提供了保障。

工作上，自己是由一名学生刚刚转变为一名老师，虽然有扎实的学科知识，还有一些教学的理论知识，可这远远不够。通过一周的备课，给学生上课，与老师的沟通，认识到了自己的不足：课的重难点的把握，课堂时间的把握等等。自己带着一腔热情来到这里，也曾经畅想过自己上课时的情景，可实际往往与想象有一定的'差距。实际情况告诉我：一定要成长!我渴望成长，希望自己能把工作做好。我告诉自己一定要多看书，多学习，多向当地老师请教，多研究。

课堂上，自己虽然和学生年龄只差五六岁，不会有太大的代沟，但还是不能调动学生学习的积极性。对学生的了解不够，自己对这一年龄段的学生的共同点有所了解，认识到需要针对不同的学生要采取不同的方法。

于是我告诉自己：首先要和他们的任课老师及班主任多沟通，再就是要和学生在课下多沟通，多交流，去了解他们，提高课堂学习效率。再有一点就是老师的教学经验这一很大的财富，让自己叹服，应多学习，我想这会让自己受益匪浅。

通过这一周，我最大的感受就是我要成长，成长为一名优秀的教师。而成长的途径还是学习——学无止境！

## 大学生毕业实习心得体会实用篇四

xx年03月26日，我到了xx实习单位(华洋鑫电子科技有限公司),直到xx年04月01日实习结束。我在实习是，该公司教我们做鼠标，虽然说，很难、很难，但是在该部门大指导下，我渐渐学到了许多鼠标组装与维护知识经营状况，及管理体制，以及基本业务。我在实习期间我感觉很累，当教导老师帮助我时，无私的告诉我“好好做”使我精神上感觉到，我要坚持，我从那时就自我决定“我要努力向同事学习，不懂就问，认真完成领导和同事交给我的每一项工作”

### 实习感想

我是一个学生，第一次出来实习，也许是第一次使我领悟颇多吧!我们这次实习不是很久，仅仅6天。在这6天里我感觉我好累时间过的好慢。但是我学到了很多，让我知道了爸爸妈妈赚钱的辛苦，他们一天到晚都在忙，每天如此，我会努力的，这份工作它把从前对工作的体会和对社会的看法又多了一成领悟和见解，也算是有所成长，付出也有所得到了。

在这6天的学习生活以来。我学会了很多，也懂得了很多生活中没发挥得到的知识和道理，回顾实习的前几天，从那天真的我经历了生活中的挫折和失败，到现在稳重和冷静的我，使我明白了一个道理：人生不可能存在一帆风顺的事，只有自己勇敢的面对人生的每一个挫折和失败，才能通往自己罗

马大道。在这6天里，我曾失落过，烦恼过，有时觉得自己放手让时间在自己的手里流走，可能是我的不足吧。但我知道这厮上天对我的一个考验吧，但在我每次失落的时候我都会反省过来，告诉自己清楚自己应该做的是什么，在挫折面前我们应该善于扬长补短的方法来促进自己，提高自己的综合能力，在学习方面虽然学的不怎么好，但是我会努力的，会做的更好，不管遇到什么困难我都不会跌倒，我会不懈努力，从实习的情况中。我觉得自己应该发奋学习。我会一步一个脚印。

我知道，在这又是我人生中的一大挑战，角色的转换，这除了有较强的适应能力和乐观的生活态度外，更重要的是在一年的学习积累的技能的培养，在这里我知道我的未来会有光辉灿烂的一天。将来要在有用的基础上做一个出色的人。

## 大学生毕业实习心得体会实用篇五

### 1.1 实习单位简介

\*\*有限公司坐落于河北省石家庄市国家级高新技术开发区天山大街南段，享有便利的信息和交通优势。公司成立于xx年3月，5月份通过了河北省药监局g s p认证现场检查，7月份取得了认证证书。公司注册资金500万元。公司经营进口、国产、合资厂家不同规格的各类中西成药、化学药品、医疗器械、化学试剂、保健用品等4000多个品种，其中区域优势品种就有200余种。公司秉承“诚实守信、稳健经营、务实创新、追求卓越”的经营理念，坚持以战略管理为核心，以业绩提升为目的，以规模管理手段为内容，持续观念创新，制度创新，管理创新，以市场为导向，以品牌和文化为根本，以效益为中心。公司本着以客户为核心的个性化服务理念，以健全的质量体系、快捷的速度、最低的成本和完善的服务，满足客户的需求，以完善的基础设施和专业化服务，赢得了客户的长期信赖。公司还建立了科学的选人用人机制，对内公平，对外开放，营造良好的人际氛围。用企业的价值观来塑造人、



凝聚人。用企业的战略鼓舞人，实现人力资源的最佳配置，为员工提供施展才华的平台。通过经济运行质量的提高、销售网络覆盖面的扩大，迅速提升区域竞争力，实现超常规发展。xx年实现销售收入二亿多元，成为区域内的龙头企业之一。公司还具有良好的终端网络，在全省已与一千多个药房，九百多个厂矿医院、军区干休所、社区卫生服务站以及个体门诊建立了良好的业务往来。针对石家庄市，公司专门成立了市内配送库，配有21名员工，8部车辆专门配送，保证药品在二十四小时内配送到位，赢得了客户的一致好评。相信在未来的几年里，经过跨跃式的发展我公司将成为华北地区网络最全、成长最快、实力最强的医药批发企业。

## 1.2 实习目的及意义

- 1、检验和考察了我们对所学专业知识和技能的理解和掌握程度，锻炼了我们综合运用所学专业知识和技能，分析解决工作中实际问题的能力。
- 3、通过实际工作中与他人的广泛接触，进一步锻炼了我们的表达能力和交际能力，培养了我们的团队意识。
- 4、进一步熟悉连锁企业工作的主要内容和职责要求，做好就业的心理准备和知识储备。

二 实习时间 \*\*\*\*年xx月9日——\*\*\*\*年xx月27日

三 实习单位 \*\*\*有限公司

四 实习岗位 出库员 兼 拼箱员

- 1、了解企业的经营思想和战略方针，了解企业制度形式、组织机构设置情况，分析其存在的合理性。
- 2、了解并分析企业的经营项目和内容，了解企业是否重视市

场调查工作，是否建立起科学的市场信息收集和信息管理系统，企业市场信息的来源渠道是什么，市场环境对营销活动的影响。

3、重点了解企业的采购、物流、销售情况、促销情况、定价情况、运营情况，观察并思考企业工作人员遇到问题的解决措施。

4、了解各部门的职能和管理控制措施，思考各部门职能是否得到了充分的发挥。

5、了解并分析企业管理中的困难和障碍，思考解决的措施或方案。通过完成上述实习内容，对企业建立起完整、全面、清晰、深入的认识。

## 六 实习要求

1、 仓储物必须保证无霉变、无损坏。

2、 仓储物资应按规格型号，按品种分类保管，不准乱放。

3、 搞好仓库的“四防”工作，确保仓库安全。

4、 仓库单据的记录要与实际相符。

5、 对仓库管理中出现的问题，要及时解决，自己解决不了要向领导汇报。我所在的仓库主要储藏成品货物。整个仓库分三个区分别储藏三个不同厂家的货物。每个厂家都有几十种不同商品，需根据产品批号码放于不同的货位。在实习中我发现入库在管理中是较为重要的一个环节。每周我们的仓库都有几次大批量的进货。信息员首先要接收并打印出入库通知单，接着通知仓库管理员准备接货。

## 七 实习过程

在爱普医药材公司实习的三周里，我明白了采购、运输、存储、拣选、配货、发运等一系列的医药物流运作都需要严格按照gsp的规定进行操作，并在全程实行批号的严格管理及监控。另外，由于药品的经营，目前既有批发和零售的业务。又有针对连锁店的配送服务。因此，在实习中，我既会有整箱的操作，又会有拆零的配送。

我所在仓库的仓储，我实习期间操作了包括收货、存货、取货、配货、发货等环节。我们的仓库根据订单、出货单的不同，向单一用户或多个用户发货。一般来说，用户需要多品种货物，因此在发货之前需要配货和包装。我们认识到仓储设施为仓储现代化提供了基础条件，而科学管理则是实现现代化目标的必备条件。必须综合运用现代化科学管理方法和现代信息技术手段，合理有效地组织、指挥、调度、监督物资的入库、出库、储存、装卸、搬运、计量、保管、财务、安全保卫等仓储的各项活动，才能达到高质量、高效率，才能取得较好的经济效益。在实习的这期间，我对于仓储的批号管理,有以下情况:

这种方式比较简单。就是在开票环节，开票员按照”先产先出”和”先进先出”的原则,选择相应的批号，进行出库，并打印发货单。交仓储发货人员进行发货。这种方式仓储管理与购销相对独立，仓储管理只设置了发货员、内复核和外复核三个岗位。但这种方式计算机的出库与实物出库不同步，宜造成开票人员无货开票的问题。这种方法主要适宜于医药生产企业的仓储管理和经营品种比较少、品种的批号少、规模比较小的经营企业，不适合大型医药批发企业。

## 二是批号的管理定位在库房

主要是将出库环节定位在仓储。开票人员开票时，不管药品的批号，并打印汇总单，交结算台进行结算处理。这种方式在仓储内设置了出库员、发货员、内复核员、外复核员和批号调整员等岗位，计算机的出库和实物的出库是同步的。这

种方法适宜于医药批发企业进行大进大出的出库批号管理，同时对效率没有严格的要求。不适宜于零散发货量都比较多的医药企业。

## 八 实习心得

通过本次的实习，我还发现自己以前学习中所出现的一些薄弱环节，并为今后的学习指明了方向，同时也会为将来的工作打下一个良好的基础。，但这次的实习为我们提供了一个很好的锻炼机会，使我们及早了解一些相关知识以便以后运用到以后的业务中去。通过这次的实习，我能够自如地与人交流，同时让我懂得交流真的很重要，我知道只有通过刻苦的学习，加强对业务知识的熟练掌握程度，在现实的工作中才会得心应手，应对自如。

## 大学生毕业实习心得体会实用篇六

时间过的真快，转眼间，在海规生物科技有限公司的实习马上就要接近尾声了。在这半年多的时间，我学到了很多，不仅有学习方面的，更学到了很多做人的道理，对我来说受益匪浅。做为一个刚踏入社会的年轻人来说，什么都不懂，没有任何社会经验。不过，在老师和师姐的帮助下，我很快融入了这个新的环境，这对我今后踏入新的工作岗位是非常有益的。

除此以外，我还学会了如何更好地与别人沟通，如何更好地去陈述自己的观点，如何说服别人认同自己的观点。相信这些宝贵的经验会成为我今后成功的最重要的基石。实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段经历，它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，增长了见识，为我们以后更好地服务社会打下了坚实的基础。这次在海规生物技术(上海)有限公司为期7个月的实习生活，对我而言有着十分重要的意义。它不仅使我在理论上对生物技术这个领域有了全新的认识，而且

在实践能力上也得到了提高，真正地做到了学以致用。

刚接触论文课题时，我对自己能否完成它曾表示怀疑，也为自己长期存在的惧怕动物的心理所左右。可是，现实的脚步声却是那么地清晰、有力。在一次次理论与实践相结合的过程中，在老师们悉心指导下，我不但对elisa有了系统的理解，从无数次的失败中吸取了宝贵的经验教训，而且随着时间的推移，自己的意志也得到了磨练，恐惧心理也逐渐地消失了。我时刻提醒自己，唯有不断努力，才能与时俱进。总之，这次实习的意义，对我来说已不再是完成学分、完成毕业实习的任务，而是在开启“生命之旅”大门的过程中迈出了第一步。我一定会好好地珍惜这个机会，并为自己所喜爱的生物科技努力贡献自己的聪明才智。

我在海规生物科技(上海)有限公司做生产实习和毕业设计总共半年的时间。在这半年的时间里，我受益匪浅。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。海规公司的宗旨是：规规矩矩做人、规规矩矩做事。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，在海规公司的半年时间里，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。在海规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6个月，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。感谢老师们在这段时间里对我的指导和教诲，我从中受益匪浅。

## 大学生毕业实习心得体会实用篇七

xx个月多月的实习工作结束了。在这xx个多月中，自己学到了很多，成长了很多，收获了很多。所以自己很感谢这次实习，谢谢工作单位的指导老师和同事，也谢谢自己在刚开始很焦虑的时候没有选择放弃。

自己在这次的实习过程中，专业技能上真的是有很大的提高。虽然以前在学校也做过实践活动等之类的工作，但那些都是不成体系的。在这次实习工作刚开始的时候，我真正的察觉到了自己本身有很多不足之处。以前在学校所涉及到的只是做xx的推送，而到了实际工作中，我的工作不再是简单的xx推送，而是整个xx运营。运营的话就不单单设计xx文章的编辑和排版，还涉及到后台的数据收集，数据分析等，包括还需要懂一些营销方面的知识。这些对于刚进入工作岗位的我来说，压力还是很大的。所以在刚进入单位的一周时间里，我都是在焦虑不安的情绪中度过的，我不知道我怎么做才能更好的去完成工作。很幸运的是，我的实习单位指导老师李宏宇老师帮助了我很多，包括从很小的事情开始教我，让我更快的熟悉了我的工作和调整了自己的心态。还有同事们也很照顾我，在日常的工作中大家都是帮助我做很多的事情，让我一个刚进入单位的实习生没有了那么多的陌生感和紧张感。在他们的帮助下，我一点点的提高，一点点的改变。

除了专业技能上有所提高之外，也学到了在工作中如何为人处世。在学校里，接触的范围相对较小，类型相对单一，关

系比较纯洁，所以并不太需要考虑为人处事的问题。但进入到工作中发现，为人处事真的是一门大的学问。

自己首先明白的是，不管任何时候，真诚都是十分重要的。刚开始实习的时候，因为和周围的人不熟悉，自己很紧张，也不知道要做什么工作，但同事们真诚的态度和帮助让我的不安感消除了一大半。然后我自己明白了，自己的工作氛围是真诚和谐的，所以不必紧张和不安，安心的做自己，把自己真实的想法和态度表现出来，这样大家才会更多的接受你。另外，除了和同事相处，和领导相处也很重要。和领导更好的沟通和交流，能够在各个方面获得帮助。不管是自己的职业生涯还是个人技能的提高，同时也能够拥有更多的好的机会。其实我也没有很多的机会跟领导进行直接的沟通，但如果有机会的话，我会好好把握住机会去展示自己。

以上基本上就是我在这实习期间学到的宝贵经验。通过这次实习，自己为以后的工作积累了一些经验。除此之外，在这次的实习工作中，我也更了解了新媒体运营工作的性质和特点，也更加明确了以后自己的工作方向，对自己有了更加精准的定位。

总的来说，自己在实习期间还是挺辛苦的，但这一段经历在人生当中还是很重要的。带着这几个月的收获和思考，我在以后的工作中一定更加努力，提高和完善自己。

## **大学生毕业实习心得体会实用篇八**

时间过得可真快，一眨眼的的时间我作为一名幼儿教师的实习期就已经结束了。回顾这段时期，我有过迷茫，有过不确定，也有过想要放弃的时候，但是到最后我都坚持了下来。而现在，熬过了艰难的顶岗实习期，熬过了一段磨合期和不适应期，我也总算是迎来了我正式工作的日子。

来到幼儿园的日子，可以说是我读大学以来过的最艰辛但也

是最充实的一段日子。在这段日子的开头，我过的异常的艰难。因为，我刚到学校，没有一个老师和同学是认识的，同学们看我很陌生，我看他们更加陌生。面对我第一次的实践工作，心里面也是充满了不安和紧张，我甚至不知道自己要干什么，只知道自己被分配在了大班老师的手下，协助他做教学管理工作。上课的时候，我就站在课堂后面，看着老师教孩子们学习，老师叫我的时候，我才上前帮一下忙，检查一些孩子们的作业，在那个时候，我才感觉自己是有了一点用处的。其实，我挺敬佩老师，他能把如此枯燥乏味的知识教的那么的引人入胜和生动形象。总是能够把课堂气氛调动起来，让同学们都参与到其中。然后再看看我自己，好像什么都不会，连最简单的带小朋友玩游戏的工作也时常做不好。

所以在那段时期里，我不断的产生自我怀疑的想法，又不断的纠正自己这个错误的想法，状态很不好。

好在后来得到了老师对我的很多鼓励和帮助，我又开始慢慢的对自己重拾起了信心，开始主动的帮老师承担起的教学任务和管理班级的任务。在老师的带领和指导下，我也越来越进步，起先对课堂教育还很生疏，后来慢慢的就变得越来越熟练了。虽然还是没能做到像老师那样的应对自如，但是我对我之后自己的工作也有了信心和肯定。

现在的我，面对未来，不会再有迷茫的时候，面对工作的发展，也不会再有不确定的时候，面对幼儿教师的这个身份，更不会再有想要放弃的时刻。因为，我知道，我将会在幼儿教育的这个行业里生根发芽下去，我会不断的吸取养分，补充营养知识，让自己成长成一颗苍天大树，能让孩子们都可以来我的树荫下乘凉，能让自己有足够的力量来保护他们。

## 大学生毕业实习心得体会实用篇九



转眼间毕业实习结束，现结合自身情况，谈谈个人的心得体会，本文为毕业大学生的实习心得体会，欢迎大家阅读借鉴。

## 一、实习目的

这次实习是我们毕业前的一次综合性实习，

本次实习为了拓展我们的知识面，扩大与社会的接触面，增加我们在社会竞争中的经验，锻炼和提高我们的能力，以便在以后毕业后能真真正正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，学校允许我们根据自己所学的知识及兴趣爱好寻找单位实习，进一步运用所学知识分析和解决实际专业问题，提高我们的实际工作能力，为毕业实习和顶岗实习打下良好的基础。

## 二、实习前的准备

因为学校允许我们自己寻找实习单位，所以在实习前的一周我们不停的搜索各方面的信息。还是找不到合适的，感觉找份好工作真的是不易。就在我们要放弃的时候，看到了川菜府酒楼的招聘信息，因为我们是实习、短期的，怕老板不用我们，于是抱着试一试的心态去了，没想到何老板进行交谈后，老板很爽快地聘用我们了。在经历过无数次找工作失败的挫折后，我们自己对自己说，这次一定好好的做。

## 三、实习的内容

“川菜府酒楼”顾名思义，是饭店。它位于翟营南大街卓达商贸广场，规模属于中小级，一共三层楼：一楼大厅、二楼卡间、三楼雅间。大厅和卡间可坐客人一到四位，雅间可坐客人八到十四位不等。

而我和小齐(齐华卿)在这做的是服务员，下面就我们的工作

内容和服从的规章制度作简单的介绍:我们和厨师们一样都是上午九点上班,上班后先打扫卫生,然后十点开饭,十一点迎客,下午两点下班同样也是我们吃饭的时间,下午五点上上班,上班后也是打扫卫生迎客,晚上九点吃饭,九点半下班。服务员、传菜生和吧台均属于前厅,厨师们属于后厨。其中,我们前厅三天一倒班,两人值班,必须有一人在大厅,不值班的人可以到点就下班,而值班的人得等客人走后才能休息,休息时大厅里也必须留一个人,这是我们的值班制度。因为我们这有三个楼层,所以服务员也不是固定的呆在那个楼层,同样也是三天一倒。

服务员的具体工作:上班后打扫各自负责的楼层,摆好餐具,打好热水,收拾好后等着上客,客人来后倒茶水点菜,说到点菜,现在一般稍微有点规模的饭店都用点菜宝,当然我们也不例外,他跟手机差不多,很好学,几分钟就能学会。点完菜后就等着传菜生传菜,看到他们后接过来去上菜,上好菜后如果不是很忙的话可以休息一下,然后客人用完餐后买单,等客人走后,收拾桌面就是收台、撤台和摆台,大致就这样。

#### 四、实习体会

实习,就是把我们在学校所学的理论知识,运用到客观实际中去,使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践,那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面,实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习,学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同,接触的人与事不同,从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习,从学习中实践。而且在中国的经济飞速发展,又加入了世贸,国内外经济日趋变化,每天都不断有新的东西涌现,在拥有了越来越多的机会的同时,也有了更多的挑战,前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了,中国的经济越和外面接轨,对于人才的要求就会越来越高,我们不只要学好学校里所学到的知识,还要不断从生活中,实践中学其他知识,

不断地从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

短短1个月的工作过程使我受益匪浅。不仅让我开阔了眼界，最主要的是懂得了如何更好的为人处事。当今社会一直处在加速的发展变化中，所以对人才的要求也越来越高，我们要用发展的眼光看问题，就要不断提高思想认识，完善自我。

今年\*月份，我正式走进罗蒙公司开始了自己人生中的第一份实习工作。由于我是应届毕业生，本身对企业的经营方式等都很陌生，公司让我们的北方区经理刘总带我学习，以师傅带徒弟的方式，指导我的日常实习。在刘总的热心指导下，我依次对公司的基本产品、产业结构、信息化实施进行了了解，并积极参与相关工作，注意把书本上学到的管理理论知识以及信息管理的相关知识对照实际工作，用理论知识加深对实际工作的认识，用实践验证大学所学确实有用。以双重身份完成了学习与工作两重任务。跟公司同事一样上下班，协助同事完成部门工作；又以学生身份虚心学习，努力汲取实践知识。我心里明白我要以良好的工作态度以及较强的工作能力和勤奋好学好来适应公司的工作，完成公司的任务。简短的实习生活，既紧张，又新奇，收获也很多。通过实习，使我对宁波服装企业的生产、管理工作以及发展前景有了深层次的感性与理性的认识。

在公司我主要的工作任务是与华北区分公司的联系，统计每周的销售情况，还有参与了公司春夏、秋冬产品的发布、订货会。罗蒙的春夏、秋冬产品订货会是公司的重要活动，决定了公司春夏、秋冬产品的区域性分配情况，以及每个分公司能够上架的物品情况。为了扩大公司对分公司的控制力，公司将每年的订货---生产---发货机制改为了，市场调研---生产---分配机制，加强了公司对终端市场卖场的控制力。由于缺乏经验，我在期间做数据统计的时间走了很多弯路，给同事的工作带来了很多麻烦，但是我们经理没批评我，而是让我继续认真的把事情做好，我很受鼓舞，同时也很努力的去

把事情做好。

实习生活，感触是很深的，提高的方面很多，但对我来说最主要的是工作能力的进步。毕业实习主要的目的就是提高我们应届毕业生社会工作的能力，如何学以致用，给我们1次将自己在大学期间所学习的各种书面以及实际的知识，实际操作、演练的机会。自走进罗蒙开始我本着积极肯干，虚心好学、工作认真负责的态度，积极主动的参与企业市场调查、产品跟踪、产品销售、以及对企业的各种产品的了解，对企业分公司的熟悉，让自己以最快的速度融入公司，发挥自己特长。同时认真完成实习日记、撰写实习报告，成绩良好。实习单位的反馈情况表明，在实习期间反映出我具有较强的适应能力，具备了1定的组织能力和沟通能力，能很好的完成企业在实习期间给我布置的工作任务。 实习收获，主要有4个方面：

- 1、通过直接参与企业的运作过程，学到了实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高，圆满地完成了本科教学的实践任务。
- 2、提高了实际工作能力，为就业和将来的工作取得了1些宝贵的实践经验。
- 3、学生在实习单位受到认可并促成就业。并为毕业后的正式工作进行了良好的准备。

通过实习，我对我国服装行业品牌的发展有了大致的了解，也准备在实习结束后，借回校的机会，抓紧时间，学习更多相关的理论知识，提高自己的专业水平，为正式工作做好准备。思想上的转变，我本次实习还有的收获是通过自己的观察和与同事的交谈思想有一个很大的进步，人生的价值观。我一直以为现实生活中人都是为了金钱在活，为金钱在工作，几乎没有人在为除金钱之外的事情在努力，而这些金钱的拿来干嘛呢？要买房子，要买车子，要享受生活,,,记得在和公司领导依次交谈中他说过这样1句话：“一个优秀的男人，所追求的就是房子这么简单？他所追求的是能呼风唤雨！”的确，一个优秀的男人所追求的就是表面上的东西吗？“钱多少无所

谓，关键在于一个人的档次问题！”档次？什么是档次，就是你素养，你所懂得的，你所成就的，，，，很多，这些才是真正的实力，这些才是一个优秀的男人的所要追求的，作为优秀的男人更多应该追求深层次的东西，一个人要有他自己的内涵！从一开始赤裸裸的来，到现在即将沉甸甸的回去，惟有短短的两个月时间，就让我如此受益非浅，如此感慨万分！

个人情况：本人xx年至20xx年就读于山东南山学院机电工程学院。在校期间曾任班长，团支书等职，并多次被评为“优秀班干部”和“三好学生”。xx年12月至今，实习并就职于昆山中发六和机械有限公司。实习期间任生产技术，现任生产技术担当。主要负责本公司和设备维护与管理，新产品的投产准备工作和产品品质问题的分析与解决。

公司规模：本公司位于江苏昆山出口加工区。公司成立于xx年9月。占地23750平方米。从业人员约400人。本公司是由日本中央发条株式会社(80%)和昆山六三机械工业有限公司(20%)共同投资900万usd兴办。本公司主要产品为汽车用控制线缆：包括门锁线缆，开启线缆，窗户控制器线缆，停车制动器线缆。本公司生产线主要分dl线(短线)和openner线(长线)。dl线又分open线和lock线。公司已由最初的1条dl线(包括1条open线和1条lock线)，发展到今天的4条dl线和2条openner线。二期工程正在筹建中。

工作业绩：本人从事工作以来，除了日常设备维护与管理，保证生产线的正常运行外，主要负责了第三、四条dl线和openner2线的投产准备工作(主要是设备的安装与调试，投产新产品的试生产)并分别于xx年6月和12月顺利投产。

工作心得：本人从开始工作到现在已有一年半的时间，在这期间，我学到了许多，也悟到了许多。主要有以下几点：

3. 不但有良好的工作态度，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！

4. 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！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。像我们公司，工场包括制造课，生产技术课，质量课和生管课。我们生技课是为制造课提供技术指导和设备维护的服务的；我们做的初品（试生产品）又要经过质量课检验合格后才能量产；生管发行新产品看板时又要委托我们先做初品等等。和任何一个部门沟通不好都会遇到不必要的麻烦。所以，团结、沟通是非常必要的！总之，用知识武装起自己来，学会做人，学会做事。你才能成功！

时间过的真快，转眼间，在海规生物科技有限公司的实习马上就要接近尾声了。在这半年多的时间，我学到了很多，不仅有学习方面的，更学到了很多做人的道理，对我来说受益非浅。做为一个刚踏入社会的年轻人来说，什么都不懂，没有任何社会经验。不过，在老师和师姐的帮助下，我很快融入了这个新的环境，这对我今后踏入新的工作岗位是非常有益的。除此以外，我还学会了如何更好地与别人沟通，如何更好地去陈述自己的观点，如何说服别人认同自己的观点。相信这些宝贵的经验会成为我今后成功的最重要的基石。实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段经历，它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，增长了见识，为我们以后更好地服务社会打下了坚实的基础。这次在海规生物技术(上海)有限公司为期7个月的实习生活，对我而言有着十分重要的意义。它不仅使我在理论上对生物技术这个领域有了全新的认识，而且在实践能力上也得到了提高，真正地做到了学以致用。

刚接触论文课题时，我对自己能否完成它曾表示怀疑，也为自己长期存在的惧怕动物的心理所左右。可是，现实的脚步声却是那么地清晰、有力。在一次次理论与实践相结合的过程中，在老师们悉心指导下，我不但对elisa有了系统的理解，从无数次的失败中吸取了宝贵的经验教训，而且随着时间的推移，自己的意志也得到了磨练，恐惧心理也逐渐地消失了。我时刻提醒自己，唯有不断努力，才能与时俱进。总之，这次实习的意义，对我来说已不再是完成学分、完成毕业实习的任务，而是在开启“生命之旅”大门的过程中迈出了第一步。我一定会好好地珍惜这个机会，并为自己所喜爱的生物科技努力贡献自己的聪明才智。我在海规生物科技(上海)有限公司做生产实习和毕业设计总共半年的时间。在这半年的时间里，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。海规公司的宗旨是：规规矩矩做人、规规矩矩做事。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，在海规公司的半年时间里，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。在海规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6个月，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。感谢老师

们在这段时间里对我的指导和教诲，我从中受益非浅。

## 大学生毕业实习心得体会实用篇十

一、作为一个会计人员，工作中一定要就具有良好的专业素质，职业操守以及敬业态度。

会计部门作为现代企业管理的核心机构，对其从业人员，一定要有很高的素质要求。

二、作为一个会计人员要有严谨的工作态度。

会计工作是一门很精准的工作，要求会计人员要准确的核算每一项指标，牢记每一条税法，正确使用每一个公式。

会计不是一件具有创新意识的工作，它是靠一个又一个精准的数字来反映问题的。

所以我们一定要加强自己对数字的敏感度，及时发现问题解决问题弥补漏洞。

三、作为一名会计人员要具备良好的人际交往能力与专业的职业道德。

会计部门是企业管理的核心部门，对下要收集会计信息，对上要汇报会计信息，对内要相互配合整理会计信息，对外要与社会公众和政府部门搞好关系。

在于各个部门各种人员打交道时一定要注意沟通方法，协调好相互间的工作关系。

工作重要具备正确的心态和良好的心理素质。



记住一句优秀的团队早就优秀的个人。

四、作为即将成为这个社会的一名新人，我通过这次会计实习中领悟到的很多书本上所不能学到的会计的知识和积累，以及题外的很多做人做事道理。

是我在学校不能学到的。

五、在知识经济时代，会计教育培养的是高素质的“通才”，教师不仅仅是传授专业知识，更重要的是给学生创造一个有利的学习、生活氛围，本着能构建完善的知识结构和能力结构，拓宽知识背景和能力基础的原则，让学生学会“做人、做事、做学问”。

一个人只要一、二个月不学习，就会落后，会计人员将不断回归教育，“活到老、学到老”正是为此需要做了很恰当的诠释。

在知识经济时代，知识将不断创新，“不创新，就灭亡”，就会计教育而言，一方面，它要求培养的人才具有独立思维的能力、分析和解决问题的能力、自我认识和评价的能力等；另一方面就是要不断地进行自我充电，让自己具备更坚实的理论知识，相信知识能给自己带来财富，带来机遇，注重知识更新的动态。

通过毕业实习是学生更直接接触企业，进一步了解企业实际，全面深刻地认识企业会计的实际运营过程，熟悉和掌握市场经济条件下企业的会计运营规律，特别是企业市场营销工作的基本规律；了解企业运营、活动过程中存在的问题和改革的难点问题，并通过撰写实习报告，使学生学会综合应用所学知识，提高分析和解决企业市场营销问题的能力，并为撰写实习报告做好准备。

在两个月的实习时间里，我在我的实习单位，了解和研究了

企业主要的一些基本会计情况和问题，现作出以上报告。

本次实习是我大学生活重要的里程碑，其收获和意义可见一斑。

首先，我可以将自己所学的知识应用于实际的工作中，理论和实际是不可分的，在实践中我的知识得到了巩固，教学能力也得到了锻炼；其次，本次实习开阔了我的视野，使我对现在的企业会计，工作生活有所了解，我对会计分录、记帐、会计报表的应用也有了进一步的掌握；此外，我还结交了许多朋友、师兄，我们在一起相互交流，相互促进。

因为我知道只有和他们深入接触你才会更加了解会计工作的实质、经验、方法。

为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

在这次的社会实践中，我明白了很多事情，也改掉了很多毛病。

我知道挣钱的不容易，工作的辛苦，与社会的复杂多变，毕竟学校太单纯了。

为了适应社会，我们要不断的学习，不断的提高自己，在实践中锻炼自己，使自己在激烈的竞争让自己能有立足之地！虽然大学生活就要结束，但是对位于我们来说新的人生起点才刚刚开始，在这半年的实习时间里我真的觉得自己视乎长大了很多，不在像学校那样的无忧无虑或许学校的生活对于我们来说的美好的，但是我们总学会独立，学会去成长。

学会在社会中生存。

我相信只要自己努力，我们一定会早就属于自己的明天。

自从3月3日以来，经历了进修学校5天的岗前培训，来到了xx实验。

现如今已经四个月过去了，还有两天我们就要离开这个我们生活了半年的地方，心中不知是何滋味。

在这里，教了六个班的地理课，每天忙忙碌碌的，没有时间想别的事情，影响心情的只有孩子们、孩子们和孩子们，时而开心，时而难过。

听着孩子们叫我“老师好”，看着孩子纯真的笑脸，看着孩子们见到我时激动地心情，我真正的感受到我是一名教师，我是一名受孩子们喜爱的老师。

现如今，作为老师的我，不知道该对孩子们说些什么。

在这个学校，有过担心和难过，有过拼搏与努力，有过开心与快乐，在这段时间里，我们经历了许多，相依相伴、无怨无悔的小伙伴，我们一起的活动、游玩以及每天的一日三餐，我们都一起度过；自己努力后收获成功的喜悦，当看到成绩单上鲜红的第一名时，我有的只是欢喜和骄傲，我为你们的努力而欢喜，为你们的成功而骄傲；当我作为一名教师去教导自己的学生时，同时也在潜移默化的在激励自己，不知不觉中我们变了，我们懂得更多了。

我承认在这段时间我收获了许多，也许自己是感受不到的，但是在外人眼里，在别人看来，你变了，你不在是一个懵懂无知的少年，你不在是一个单纯的孩子，相反，你是一个真正的成年人，是一位社会人，是好多位孩子的老师。

我长大了，我成熟了。

即将离开这个地方，这时的我，只有迷茫的心情，我也不知道该在这里说些什么，看着现在的我，早已褪去了当时初来

学校时稚嫩的脸庞，胆怯的眼神，忐忑的内心，眼神中多出了一份自信，脸上增添了一份成熟与睿智，而内心也早已恢复了往日的平静。

就如，我们是相识已久的老伙伴。

在这里，有我激扬的青春，有我挥洒的汗水，有我拼搏的身影，有我天真的笑脸，我真正的努力过。

半年过去了，我不奢求孩子们会记住并感激我，也不奢求学校的一草一木会记得我，我只希望在我以后的日子里，想起这段时光，能有一个美好的回忆，在这里，我曾经度过了一段无悔的青春。

起走过的日子，不禁想起自己的中学时代，也深感如今的学生比我们过去多了一份顽皮，一份灵活，一份大胆。

学生的能力一代比一代强，要求也越来越高。

因此，要想在学生中树立起好老师的形象，还需要走一段不寻常的摸索之路。

在实践期间，我们的主要任务是班主任工作和教学工作。

班主任是班级工作的组织者、管理者和策划者，也是学校管理的中间力量和骨干分子，对良好班风和校风的形成起到举足轻重的作用。

## 大学生毕业实习心得体会实用篇十一

### 一、实习目的：

通过本次实习，我更全面的掌握了我所学专业的知识，并且扩宽了自己的知识面，学会将理论运用在实践，调和理论与

实际的关系。在实习期间，培养了良好的职业道德，在工作上恪尽职守，学习如何成为一个综合型人才。

## 二、实习时间：

20\_\_年\_月——20\_\_年\_月

## 三、实习单位与简介：

南昌立正传媒有限公司，南昌立正文化传媒有限公司，位于新建县长堍镇友谊路59弄1栋1单元401户。主要负责公司业务，广告推广，活动策划，会议会展，旅游策划，国防教育，户外拓展等项目。

## 四、实习内容：

还记得刚到公司的时候，我负责的是速记，排版，校对，打印的工作，工作虽然简单，但是需要的经验与知识不少啊。刚开始着手的一个项目是活动策划，活动策划的内容很多，我需要时间把手稿速记到电脑上，然后一遍又一遍的校对，一句话到一个字，都是关键，都不能出差错了，校对完成后，对它进行排版，最后打印，这就是我的工作。看似简单的工作，却需要认真，认真，再认真的去完成。

在公司工作前期，因为我还是未毕业的学生，没有工作经验，所以公司的同事都很帮助我。我性格内向，遇到问题也不会主动的去询问，但是同事们都会主动问我是不是遇到问题，并且很有耐心的为我解答，那时候，我懂得了不懂就要问，我懂得了做一个谦虚的人。往后的工作里，我都会不懂而求解惑，知道把问题提出来，解决问题，才是对的。知识就是这样累积的，经验就随之而变得更加丰富了。

我还知道，工作往往不是一个人的事情，是一个团队在完成一个任务。在工作的过程中如何去保持和团队中其他同事的

交流和沟通也是相当重要的。在这里的工作中让自己深深懂得了团队工作的重要性。每一次的工作，我都会和负责项目的同事先沟通，了解项目，才能更好的修改策划，在速记、校对的过程中，还需要有同事的协助，自己不是万能的，工作是需要合作的，只有和同事很好的合作，才能做出一份完美的策划，随后的行动才能确保万无一失。因此我知道，合理的分工可以使大家在工作中各尽所长，团结合作、配合默契、共赴成功。我懂得了，个人要想成功及获得好的业绩，必须牢记一个规则，我们永远不能将个人利益凌驾于团队利益之上。

## 五、实习总结：

在这短短一个月时间里，我学到了很多在课堂上学不到的东西？感觉受益非浅，仿佛自己一下子成熟了，懂得了做人做事的道理，也懂得了学习的意义。时间的宝贵？人生的真谛。明白人世间一生不可能都是一帆风顺的？只要勇敢去面对人生中的每个驿站，同时在这工作学到了很多很多，懂得了以前只是感性认知的道理到在实践中上升为理性认知，在和不同的人一起工作时慢慢的找到自己的缺点与借鉴别人的优点，深深懂得了团队合作的重要性，1+1大于2的道理、也懂得了既然选择一个工作就不计收获的把它做到自己的最好，不要怕吃苦，也懂了不要抱怨生活什么，生活中一切都是公平的，吃亏一直都是福！

通过这次实训，一方面学习到了许多以前没学过的专业知识与知识的应用，另一方面还提高了自己动手做项目的的能力。本次实训，是对我能力的进一步锻炼，也是一种考验。从中获得的诸多收获，也是很可贵的，是非常有意义的。在实训中我学到了很多新的知识。是一个让我把书本上的理论知识运用于实践中的好机会，原来，学的时候感叹学的内容太难懂，现在想来，有些其实并不难，关键在于理解。

## 大学生毕业实习心得体会实用篇十二

目前，就中国国内大学毕业生的就业情况来看，当今大学生的就业形势确实不太乐观。就好像许多人所说的那样，如今的大学生，毕业之后也就有可能意味着失业。这一情况至少是能折射出这样一个简单的问题：当今的大学毕业生与以前相比，在数量上大大上升了许多，然而在质量方面却是下降了很多。数量上升而质量下降是一个令人可悲可叹的事实。我们现在是大四的学生，即将要踏入一个全新的生活圈子，我们该如何找一份好工作，更好地立足社会是我们面临就业的一个严峻的问题。所以，在这学期开展的一门《大学生就业指导》课程是很有必要，这是一盏明灯，他帮助我们毕业生释疑解惑，调整心理状态，为对以后就业问题很懵懂的我们指明了方向。

作为应届毕业生，我深切地感受到所面对的就业压力和严峻的就业形势。作为快要走出大学校门的毕业生，既然我们能认识到当前这一严峻的就业形势，我们就得做好迎接挑战的准备。只有正确地认识到就业形势，才能更好地不断锻炼自己，提高自己和充实自己，排除我们前进的障碍，抓住机遇发展自己。而大学生就业指导课正好为像我这样迷茫着的大学生提供了宝贵的信息，在课堂上老师所讲授的内容值得我们参考并应用到实际中去。我印象最深的一堂课是我自己作自我介绍和老师为我们讲求职材料准备。老师提供了机会给我们，让我们在课堂上作自我介绍，亲自感受一下面试时的情况。虽然只是一种模拟的场合，在台上也只是一分钟的介绍，但是我并没有忽视，而是做好准备，因为我知道机会是留给有准备的人。站在讲台的一刻，我感受到无形的压力，同时也很紧张，所以说话不是很流利，但是因为做了准备工作，所以思路还是清晰的，不至于临场发挥时不知所措。其实，怯场和紧张感可能都是由于我们经验不足，缺乏在众人面前发言的机会而导致的，所以我认为，在踏入社会前，我们必须抓住每次机会去锻炼自己，表现自己，积累更多的经验，让自己在锻炼的过程中越来越强大，越来越优秀。作为

一名应届毕业生，同时也是一位求职者，我们需要准备的最基本的就是自己的求职材料，如简历、求职信等。如何完善自己的简历，为简历锦上添花，让hr眼前一亮是我们要学习的内容。在课堂上老师也很详细地跟我们说明简历上每个要点该如何突出自己的优势，不能过于平淡也不能浮夸。简历需要创新，才能吸引眼球，赢得更多的面试机会。另外老师说到面试时的着装问题，说到如何注重自己的形象时，我也受益匪浅。

作为一名当代大学生，知识分子的象征，应该具有解决问题的思维与能力，面临着就业危机，应当视危机为挑战，努力让自己脱颖而出。

在我们面对社会之前，我们要做的就是准备，因为有准备我们才不必盲目，也不必彷徨，才会成为自己的主人，这是个充满竞争的社会，胜利者往往是有所准备的人，所以要注重知识的积累。虽然知识不等同于能力，但没有知识很难说他是一个能力的强者，所以我们要不断积累，积累到一定的程度，当机会来临时，我们便可以迎难而上，也许机会不那么容易把握，但它总是留给有准备的人。

再者，综合素质也是非常重要的。综合素质包括综合知识水平及人的自身道德修养、心理健康素质及专业外的其他技能。在招聘方为买方市场的前提下，招聘方会在递交求职申请的众多大学生中选择最优秀的人才，如果专业水平不高，必定成为淘汰的第一批。另外，道德水平低的必定处理不好团队合作中的人际关系。最后，在招聘人数有限的前提下，招聘方必会择优选择，所以综合素质高的大学生，从主观上是拥有一定优势的。在就业大军沉甸甸的形势之下，许多毕业生会受不住就业压力，导致表现出自卑、自弃的心态，从而影响自己的前途。所以对于求职的大学生，我们要经得起挫折。在求职中遭受挫折并不可怕，可怕的是意志从此消沉，逃避求职就业。面对挫折，我们要沉着冷静，有足够的胸怀，及时调整自己的心态。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，



我们要以平和的心态从容应对挫折。

社会是很现实的，我们不能期盼社会能为我们做些什么，但是我们要知道能为自己做些什么，理想与现实往往有差距，所以我们要学会走出去，去接触社会并了解他，俗话说知己知彼方能百战百胜。大学生理论与实践难以结合是当前面对的主要问题，是否能把理论运用到实践中是企业选人的主要标准。所以我们要注重动手能力的培养，做到学有所用、学以致用，让行动证明我们的一切。

对一个有上进的'人来说,自学能力永远都很重要,不论你学的是什么专业,没有一定的自学能力往往很容易被社会淘汰。所以,每个人都要有自我学习的意识和付之以行动的务实精神。社会也是一个大学堂,我们要学的还有很多,不是我们在学校学得好,出去就一定能找到好工作。所以我们要认清事实,并不断实现自我优化,自我提升。

最后,我们择业要与社会需要相辅相成。许多大学生对自己未来就业的职业及薪酬定位较高,而在金融危机之下,招聘方提供的岗位远远不及大学生理想中的状况。所以,我认为对于毫无经验的我们应稍微放低要求,选择先就业再择业,获得工作后积累经验,再慢慢向理想中的工作进军。一个人的职业前途是与社会息息相关的,只有准确把握社会需要,紧跟时代的发展步伐,选择的职业才有发展潜力,个人在职业方面的努力和投入才会增值,才能获得比较大的发展空间。所以,在选择职业时,我们不能完全凭主观意志和愿望行事。如果个人的择业脱离了社会和市场需要,将很难被社会接纳。只有把社会需要和个人的理想、抱负和志趣结合起来,才有成功的希望。

上了《大学生就业指导》课后,我获益良多,对于求职,我有了一个比较清晰的思路,感觉踏实了,也从一个迷惘的求职者渐渐变成一个有准备的求职者。现实不如理想般美好,我们不应该对现实渴求什么,而是要踏踏实实地走好每一步。

作为当代大学生，面对如此严峻的就业形势，应当认清自己的方向，坚定信心，以自信、自强、自立的形象迎接挑战，实现自己的目标。

## 大学生毕业实习心得体会实用篇十三

个人情况:本人xx年至xx年年就读于山东南山学院机电工程学院.在校期间曾任班长，团支书等职，并多次被评为“优秀班干部”和“三好学生”.xx年12月至今，实习并就职于昆山中发六和机械有限公司.实习期间任生产技术，现任生产技术担当.主要负责本公司和设备维护与管理，新产品的投产准备工作和产品品质问题的分析与解决.

公司规模:本公司位于江苏昆山出口加工区.公司成立于xx年9月.占地23750平方米.从业人员约400人.本公司是由日本中央发条株式会社(80%)和昆山六三机械工业有限公司(20%)共同投资900万usd兴办.本公司主要产品为汽车用控制线缆:包括门锁线缆，开启线缆，窗户控制器线缆，停车制动器线缆.本公司生产线主要分dl线(短线)和openner线(长线).dl线又分open线和lock线.公司已由最初的1条dl线(包括1条open线和1条lock线)，发展到今天的4条dl线和2条openner线.二期工程正在筹建中.

工作业绩:本人从事工作以来，除了日常设备维护与管理，保证生产线的正常运行外，主要负责了第三、四条dl线和openner2线的投产准备工作(主要是设备的安装与调试，投产新产品的试生产)并分别于xx年6月和12月顺利投产.

工作心得:本人从开始工作到现在已有一年半的时间，在这期间，我学到了许多，也悟到了许多。主要有以下几点:

3.不但有良好的工作态度，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

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！

4. 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！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。像我们公司，工场包括制造课，生产技术课，质量课和生管课。我们生技课是为制造课提供技术指导和设备维护的服务的；我们做的初品（试生产品）又要经过质量课检验合格后才能量产；生管发行新产品看板时又要委托我们先做初品等等。和任何一个部门沟通不好都会遇到不必要的麻烦。所以，团结、沟通是非常必要的！总之，用知识武装起自己来，学会做人，学会做事。你才能成功！

时间过的真快，转眼间，在海规生物科技有限公司的实习马上就要接近尾声了。在这半年多的时间，我学到了很多，不仅有学习方面的，更学到了很多做人的道理，对我来说受益非浅。做为一个刚踏入社会的年轻人来说，什么都不懂，没有任何社会经验。不过，在老师和师姐的帮助下，我很快融入了这个新的环境，这对我今后踏入新的工作岗位是非常有益的。除此以外，我还学会了如何更好地与别人沟通，如何更好地去陈述自己的观点，如何说服别人认同自己的观点。相信这些宝贵的经验会成为我今后成功的最重要的基石。实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段经历，它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，增长了见识，为我们以后更好地服务社会打下了坚实的基础。这次在海规生物技术(上海)有限公司为期7个月的实习生活，对我而言有着十分重要的意义。它不仅使我在理论上对生物技术这个领域有了全新的认识，而且在实践能力上也得到了提高，真正地做到了学以致用。刚接触论文课题时，我对自己能否完成它曾表示怀疑，也为

自己长期存在的惧怕动物的心理所左右。可是，现实的脚步声却是那么地清晰、有力。在一次次理论与实践相结合的过程中，在老师们悉心指导下，我不但对elisa有了系统的理解，从无数次的失败中吸取了宝贵的经验教训，而且随着时间的推移，自己的意志也得到了磨练，恐惧心理也逐渐地消失了。我时刻提醒自己，唯有不断努力，才能与时俱进。总之，这次实习的意义，对我来说已不再是完成学分、完成毕业实习的任务，而是在开启“生命之旅”大门的过程中迈出了第一步。我一定会好好地珍惜这个机会，并为自己所喜爱的生物科技努力贡献自己的聪明才智。

我在海规生物科技(上海)有限公司做生产实习和毕业设计总共半年的时间。在这半年的时间里，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。海规公司的宗旨是：规规矩矩做人、规规矩矩做事。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，在海规公司的半年时间里，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。在海规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6个月，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。感谢老师们在这段时间里对我的指导和教诲，我从中受益非浅。

## 大学生毕业实习心得体会实用篇十四

还在学校的时候，我认为社会离我们很遥远，即使在大学期间我也进行过去数次的社会实践，但却依旧没有将自己当做是一名真正的工作者。可现实却到来的飞快，转眼间我们已经来到了大学的末期，并接受了实习的任务。

在这次的实习中，虽然地点同样是社会，但我却是带着成为一名工作者，一名社会人士的心态来到了这里。深入社会后，我经历了许多在工作和生活上的磨砺。虽然都顺利得到了解决，但这些经历，也给我留下了深刻的印象。在此，我将这段实习的心得体会记录如下：

上次来到社会，我带着一半玩乐一半体会的心态在社会浅层进行了一些暑假工的体验，当时的我只觉得社会其实和学校差不多远，只不过是不同的地方默默地努力。

但此次，再入社会，我开始认识到在今后，自己可能要更长时间的留在这里，就不禁开始打量着这里。通过自我的感受和分析，我认识到社会不仅仅是工作和努力的地方。这里有着不同的环境、人际，并且充满了竞争和奋斗！比起过去的校园生活，社会显然更加精彩，而且也更需要我们努力！因为在这样竞争激烈的环境下，只有拼搏才能带给我们真正的收获。

在工作中，虽然还算不上是正式的员工，但在实习的工作中，我们也一直是以同样的要求和目的去要求和管理自己。

工作期间，我从这份实习的工作中认识到了许多东西，知道了专业的方向、明白了未来的发展，但更重要的是，通过在工作中的对比我清楚的认识到了自己作为一名xx工作者能力上的不足！这是我在学校中所不曾体会过的。

过去在学校里，专业知识即使有一些的差距，但基本上老师

教导的东西我都有掌握，并学会使用。但如今在社会中，仅仅会用学校中的那点知识已经不足以对工作有太多帮助。这让我意识到了竞争，明白了社会并不是学习的终点。正因为来到了社会，我们才应该更加努力的提升自己，让自己更加进步！

在实习的生活中，我认识了很多社会上的朋友。他们在工作、生活、人生经历……这些复杂的问题上都有着自己的经验和体会。通过和他们的交流，我也收获了许多意外的知识，并在生活上也变得更加顺利，扩展了自己的人际圈子。

此外，我也渐渐适应了社会中的独立和每天的时间规划，这使得我很好的融入了身边的环境，斌越来越像一个真正的工作者。相信在这次的实习结束后，我也一定能更好的认识社会，并在社会中去追求自己的理想，取得优秀的成绩！

## 大学生毕业实习心得体会实用篇十五

两周的机械课程设计结束了，说是两周，实则拖延到三周，因为期间我连续有三门课程要考试，因而无暇搞设计，两周的时间紧迫，于是不得不晚上和周末抽时间来继续搞设计，时间抓的紧也很充实。

作为一名工科学生，我觉得能做这样的课程设计是十分有意义。在已度过的两年半大学生生活里我们大多数接触的是专业基础课。我们在课堂上把握的仅仅是专业基础课的理论面，如何往面对现实中的各种机械设计？如何把我们所学到的专业基础理论知识用到实践中往呢？我想做类似的大作业就为我们提供了良好的实践平台。在做本次课程设计的过程中，我感慨最深确当属查阅了很多次设计书和指导书。为了让自己的设计更加完善，更加符合工程标准，一次次翻阅机械设计书是十分必要的，同时也是必不可少的。我们做的是课程设计，而不是艺术家的设计。艺术家可以抛开实际，尽情在幻想的世界里翱翔，我们是工程师，一切都要有据可依.有理可寻，

不切实际的构想永远只能是构想，永远无法升级为设计。

说实话，课程设计真的有点累。然而，当我一着手清理自己的设计成果，漫漫回味这3周的心路历程，一种少有的成功喜悦即刻使倦意顿消。虽然这是我刚学会走完的第一步，也是人生的一点小小的胜利，然而它令我感到自己成熟的许多，另我有了一中“春眠不知晓”的感悟。

通过课程设计，使我深深体会到，干任何事都必须耐心，细致。课程设计过程中，许多计算有时不免令我感到有些心烦意乱：因为不小心我计算出错，只能毫不情意地重来。但一想起老师的孜孜不倦的教诲，想到今后自己应当承担的社会责任，想到世界上因为某些细小失误而出现的令世人无比震惊的事故，我不禁时刻提示自己，一定要养成一种高度负责，认真对待的良好习惯。

这次课程设计使我在工作作风上得到了一次难得的磨练。短短三周是课程设计，使我发现了自己所掌握的知识是真正如此的缺乏，自己综合应用所学的专业知识能力是如此的不足，几年来的学习了那么多的课程，今天才知道自己并不会用。想到这里，我真的心急了，但我不泄气，我会继续努力，弥补以前的不足，不断完善自己。

最后，我要感谢我的老师，是您的敬业精神感动了我，是您的教诲启发了我；感谢我同组的同学，是你们教会我团结。