# 【精选】大学生实习心得体会九篇

来源：网络 作者：空谷幽兰 更新时间：2024-10-13

*【精选】大学生实习心得体会九篇当我们对人生或者事物有了新的思考时，心得体会是很好的记录方式，如此就可以提升我们写作能力了。那么好的心得体会是什么样的呢？下面是小编为大家整理的大学生实习心得体会9篇，仅供参考，大家一起来看看吧。实习的时间过得...*

【精选】大学生实习心得体会九篇

当我们对人生或者事物有了新的思考时，心得体会是很好的记录方式，如此就可以提升我们写作能力了。那么好的心得体会是什么样的呢？下面是小编为大家整理的大学生实习心得体会9篇，仅供参考，大家一起来看看吧。

实习的时间过得也真快，在这段时间里，我学到了很多在学校了学不到的东西，也认识到了自己很多的不足，实习让我感觉受益匪浅。现将实习心得体会汇报如下：

首先对于实习的认识。实习是一种对用人单位和实习生都有益的人力资源制度安排。对接受实习生的单位而言，是发展储备人力资源的措施，可以让其低成本、大范围的选择人才，培养和发现真正符合用人单位要求的人才，亦可以作为用人单位的公关手段，让更多的社会成员了解用人单位的文化和理念，从而增强社会对该组织的认同感并赢得声誉。

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。所以我们想要更清楚的认清自己，认清自己的方向，实习就是非常有必要的一段过程。

对于我们学生，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，获取在社会上生存的能力。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。然而步出象牙塔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。

从小学到大学，每个不同的阶段，我们所扮演的角色就会不一样，虽然我们一直都在不断的成长。工作后不再像在学校里学习那样，有老师，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高自己，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。只有有了方向，我们人生的那搜船才能顺利的到达成功的彼岸。

工作并不是一个人的事情，是一个团队在完成一个项目，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。要有与别人沟通、交流的能力以及与人合作的能力。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。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，在团队工作中，会出现在自己的协助下同时也从中受益的情况，反过来看，自己本身受益其中，这是保证自己成功的最重要的因素之一。

人生是一场负重的奔跑，需要在很多岔路口作出选择，这次的实习，让我体会到选择人生方向的重要性，还有团队合作精神和个人的上进心也是非常重要的。

实习是每个大学生都要去经历的一个过程，而我也正在经历着这一过程。回顾过去的一个多月，好像看到了自己迷茫、不知所措的样子。不知道自己都经历了什么。

还记得初到学校实习的我可以说什么都不明白，以为实习不会很累，觉得对于自己来说是可以去应付的。但是，结果恰恰相反，初次上课后的感想就是学生太吵，个个都有自己的想法和意见。有些学生甚至还会站在你的对立面去上课。那个时候的我说实话真的感觉很累，很迷茫。不知道自己到底应该怎么去做，这个时候指导老师给了我很多意见，他告诉我面对学生一定要有威信，一定要让学生懂得纪律的重要性，但也不是一味的发火，因为和学生的关系不能处于一种特别僵硬的状态，教师要学会用幽默的语言来化解所有的尴尬。

或许是刚刚实习的原因，刚解决一个问题的我又迎来了第二个问题，上课声音不过洪亮有力，发出来的声音过于散，上课时不懂得借助工具的帮助。指导老师告诉我上课说话的时候一定要用丹田发力，上课的时候可以借租口哨，不会的自己一定要去练和学习。实习的时候一定要懂得去问去学，那样才对以后踏上工作岗位有很大的帮助。

教案?可能是大多数刚刚踏上教师岗位的实习老师的通病，一份拿得出手的教案一定是进过反复修改的。或许在大学里我也写过很多份教案，也学习过如何去写有一份教案。但好像到了实习学校后我写出来的东西并得不到指导老师的满意。那一刻我发现我的指导老师特别的严厉，会把所有的问题都指出来让我去改。但是，这样一次次的严厉教学我不知道对于我来说是好还是坏。一次次严厉的否定，我感觉自己的内心好像有那么一刻在否定自己，高觉自己没那么有信心了。感觉自己想要的到老师的肯定，只能自己努力去做事情，把老师所布置任务都努力去完成，达到老师的标准。

时间总是过的很快，两周的电工实习结束了。经过两周的实习，我们最后完成制作了一个充电电源，虽然很累，但感觉很有成就感。

在电工实习期间，我们学习了初步的锡焊以及印制电路板的设计，元件测试和充电器的制作，最后是Protel99课程设计。刚开始，锡焊，一个既熟悉又陌生 的概念，从开始的兴奋到后来的痛苦，一遍遍的焊接，看焊点，反反复复，基本上掌握了要点。如果说焊接是体力劳动，那么印制电路设计就是脑力劳动，远比体力 劳动恐怖，最后在无数次的改动中结束。然后就是充电器制作，按照老师的指点，进行的有条不紊，很顺利，通过了检测。最后是Protel99课程设计，从最 初的盲目布线到有条理，收获不小，但在最后布线时，怎么都不能将老师的要求满足—-RL两端都能接出去，后来请教同学，查看资料，最终解决了问题。可 以说，两周的电工实习，学到了不少东西，动手能力得到了提高，更重要的是有了一种精益求精的追求，获益匪浅，而且理解了一个道理，什么都是一门学问!

两周，需要学的东西很多，而且有些东西，比如焊锡，并不是在短时间就能掌握的，必需靠长时间的练习去把握，理解。所以任务对我们来说显得很重。但不知道为 什么，学校只给我们排了两周的电工实习，而且其中还插了英语、复变函数和体育课，使得原本就不够的时间更加捉肘见襟。我们不得不在实习期间牺牲休息时间， 两个星期，我们午睡是在实验室度过，更别说课间休息了。中午基本上是吃完饭就回实验室，有的时候遇到不好解决的问题就更不用说了。所以两周下来，只有一个 感觉，时间紧，任务重。

希望学校能合理安排实习时间，毕竟实习是一次很重要的机会。对我们动手能力的提高有极大的好处，我们都必须珍惜。

对于“见习”，我还是又憧憬又惶恐的。憧憬是因为见习是一次理论联系实际的机会，将学了四年的理论去应用于临床，实在是非常新鲜而有意思。然后，要在病人身上操作，要想真正地透过症状看到疾病本质，心中却没底，便难免惶恐了起来。 也曾问过不少实习同学，各说纷纭。总之是“如人饮水，冷暖自知”。但有一点是明确的使用懂得知识的真正掌握是把它用于实践，用实践来验证及巩固所学。学会如何与病人、老师交流is very important!不善于与人接触是我的一大弱点，那种胆怯与不自然会使我失去很多的学习机会，所以我觉得沟通也是一门艺术，学好了将使你受益匪浅。经过这近几个月的见习，我也有了这层体会。在此，我总结了以下几点

一、 理论知识的问题：以前当的一直是学生，学校是以学生为中心的。而中国式的教育一向是填鸭式的：被动地接受那么多的知识，虽然考试考了那么多次，但现在我的知识在脑海中似乎没了踪迹，只好不断翻书。当在老师的提问下一次次哑口无言时，才认识到自己记的粗浅，没有时间经过的记忆犹如沙滩上的足迹，当时似乎深刻明显，却耐不住时光的清洗。

二、 角色转化问题。见习刚开始，很多东西都不了解，虽然以前也曾见习过，但真正的要实际操作了，我仍觉得底气不足。我会不会弄错了，万一弄错了怎么办。干事情总是缩手缩脚，加上跟我一块见习的同学表现都很好，我觉得老师都喜欢她们，事情似乎也轮不到我头上，每天盲目跟着做基础护理，跟着操作。本想说“让我也试一下”，但又不敢。因此，我觉得角色转化是个坎，我一定要努力克服这一点。方法主要是靠主动吧，我发现，只要主动提问，主动提出操作的要求，老师都是很乐意教的。不能再像在学校里那样等着老师要求干什么了。

三、 胆魄的锻炼。面对病人，特别是见到血是经常的，看到病人痛苦地呻吟，特别在操作的时候，心总会提到嗓子眼，因此而小心翼翼，束手束脚，反而会给病人造成更大的痛苦。因此，胆魄得锻炼得大一点，再大一点。胆大心细是我追求的目标，只有准确迅速才能早点解决病人的痛苦。

四、无菌观念和规范化操作。在见习这段时间，每个老师都强调无菌观念，因次，我深刻认识了无菌观念，操作中便不自觉地去遵守。而规范化操作也实在是个很保守和安全的做法!至于新办法，创新思维，那也得熟悉情况了再说吧。

五、微笑服务：在这里，我看到的是笑容可掬的脸孔，也都觉得特别地漂亮与可爱，让我有种感觉，如果我是一位病人，我会毫不犹豫选择住在这里。因此我也要求自己不把情绪带到工作中，每天保持阳光灿烂的笑容，让病人感到温暖! 总而言之，这五个月，是适应的过程，很多不足之处需要改进，这是学习的过程，很多观念得到修正，虽然辛苦疲惫，但是我相信自己肯定能克服的。这只是见习之初，今后还需要不断地摸索，同时必须对自己有所要求，才会有所收获。我想接下来的实习是一个挑战，也是一种机遇，我一定要好好把握这个机遇。

在几个月的实习生活以来。我学会了很多，也懂得了很多从生活中没发获得到的知识和道理。回顾实习期间以来，从那天真的我直接到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，只有自己勇敢地面对人生中的每一个挫折和失败，才能通往自己的罗马大道。在实习期间里，我有失落过，烦恼过，悲伤过。有时觉得自己放手让时间在自己的手里流走，可能是或者我的缺陷和不足。但我知道这是上天对我的一个考验，但在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用于扬长避短的方法来促进自己，提高自己的综合水平能力。在学习方面虽然自己普通平凡，但是我会努力提高，做到最好，不管遇到什么困扰我都不会跌倒，我会不懈努力。在这几个月的锻炼里，给我仅是初步的经验积累，对于迈向社会远远不够的，因此我要努力获取更多的经验和社会实践能力，我的未来不是梦，只要自己努力过，成功是不会拒绝你的。

1、严格遵守单位各项规章制度。上班伊始，我认真学习实习单位的各项规章制度，并牢记于心，时刻提醒自己严格遵守单位各项规章制度。如坚持每天上班提早到单位，打扫办公室卫生，为同时创造一个干净的工作环境。

2、认真学习有关专业知识。我在办公室经常看一些关于写作的书籍，参考一些机关文件及以往的资料，试着写一些心得体会，并向前辈老师请教写作相关的知识。

3、主动与同事交流，了解单位情况，听取同事对自己的批评和建议。

4、积极参加单位组织的活动，如负责帮助国培计划。

要知道作为一个即将面临毕业的大四学生，通常对自己的今后，感到很迷茫，而且有一种眼高手低的通病。经过这几个月的实习锻炼，让我认清了自己，并改掉眼高手低的毛病，真正地从基础做起，从小事做起。

教务处作为一个综合性地科室，担负着上情下达、下情上报、对外交往和后勤服务等繁重工作，处于协调各部门、连接领导和基层的枢纽地位，是学校的信息中心、服务中心、参谋中心、运转中心和指挥中心。做为教务处的一员，不是简单的往凳子上一坐，听听电话，发发文件，需要的是眼活手快、会写能跑。因此，今后我要加强这方面的锻炼与学习。

以往自己总是很懒，不愿意做事，总感觉什么事一定会“船到桥头自然直”，因此实习期间吃了不少的苦。经过同事们的帮助，自己渐渐的适应了新的工作环境，也学到了学校书本上没有的知识与同事相处的方法和积极地工作态度。

经过这几个月的实习，收获良多，同时也认识到自己的不足。在工作上，有时比较粗心大意，不够细心，干事谨慎有余，以至于缩手缩脚；在生活上，对于自己要求不太严格，在学校的一些坏毛病没有彻底改正，自己做错事时，带有一种得过且过的心态；在写作上，基础比较薄弱，脑子里装的东西少，写东西时需要辅助工具，比如电脑等，不能独立的完成写作。

1、加强相关业务知识的学习，提高写作能力。多看有关写作方面的书籍，经常阅读文件。

2、积极参加自学考试，从中提高自己的认知水平，改变心态。

3、爱岗敬业。

最后，其实在我看来，做任何工作，不外乎要好好的生活。所以，我对自己定的标准是，竭尽全力的做好自己应该做的事，同时也要尽最大的力量保证自己的身体健康，保障自己良好的生活状态。坦白讲，这是我过的最充实的一次实习，之所以说充实，而不是单纯的累，是因为我学到了很多我渴望的知识，补充了很多我需要的技能，得到了心理上极大的满足。生活于我，就像一杯淡香飘远的清茶，值得静下心来，抛开杂念，细细品味。很开心自己能在迈出大学校门之前，这样标准化的过了一段职业人的生活，对自己的专业、工作态度以及心态都是一次很好的磨练。

实习结束了，但是新的生活正在慢慢展开。正是有了这次“职业人”的经历，在最后一年的大学生活中，我会好好把握每一次学习的机会，有意识的锻炼自己职业化的思维模式，以真正的职业标准要求自己。这样，在我一年后脱离了母校光环的时候，能够真正的在这个挑剔的社会上拥有自己的一席之地。最后，还是要感谢一个人—老师。这个老师对我的影响很大，他不是一个人，而是很多个在我的成长过程中无私的帮助过我的人们。他们是师长，是朋友，是同事，是每一个在我的成长道路上为我指明方向的人。没有他们，我不能这样健康的成长。

时间过的真快，转眼间，在宝鸡高新区管委会的实习就要接近尾声了。在这近40天的时间里，我感到自己收获了许多，不仅有学习方面的，而且实践能力上也得到了提高，这些对我来说受益非浅。

当初，在集体动员会上，系领导向我们指出，在实习中可能会经历一些困难，思想上也会有一些变化，但我们大学生首先要端正实习态度，踏踏实实地做好每一天的工作，要和单位同事和睦相处、坦诚相见。那时，我就在心里暗暗下了决心：一定要好好珍惜这次实习机会，努力做好工作，认真的向老师、向前辈们学习。

带着一身稚气，带着青春的热情，我踏上了人生第一个工作的征途，迈入了一片更为广阔的舞台。那天下午，我怀着激动与忐忑的心情，在系领导的带领下，和几位同学一起来到了高新区管委会。人教部的华老师先给我们介绍了一下管委会的基本情况和发展目标，然后按个人的性格特点进行分配，我被安排到了研究室。

研究室是高新区管委会的一个重要部门，主要负责高新区发展情况的研究性工作和宣传报道。第一天，唐主任就告诉我，这个部门对文字处理的能力要求很高，专门为管委会的方案目标进行分析研究，是管委会的智能团。我心里一寒，虽然我有一定的写作水平，但是对政治理论性的文章，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么短的时间里完全掌握的，他建议我在实习期间多看、多想、多总结，才能尽快的了解研究室运作的体制，了解其存在的意义。

我曾经构思过实习时的悠闲与轻松。殊不知，现实给我敲响了警钟，我发现书本上所学的知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，常常是从早到晚，电话铃声不断，大部分是与其他高新区之间的业务联系及其对外宣传报道方面的事项。当遇到高新区有重大活动时，事情更是多得忙不完，唐老师要忙着为领导写讲话及负责拍照事宜，其他两个老师要将整个活动形成书面材料《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非常快，丝毫没有机关事业单位“一张报纸一杯茶”的混日子心态。此时，在指导老师的谆谆指导下，我明白了，在任何时候，我们对待工作都要高标准、严要求，做到精益求精。

我很庆幸能与研究室的三位老师共事40天，他们非常重视实践工作，处处给予我指导和关心。期间我经历了许多充实的工作，虽然很多看起来是小事，微不足道，但从中可以学到的东西不是三言两语可以说得清的。在工作中遇到一些新情况时，几位老师总是主动向我说明，使我很快就融入了这个新环境。在40天的实习时间里，我越来越觉得研究室的三位老师对我的信任。管委会的一切信息和文件内容都是严格保密的，但老师们非常相信我，给我看了很多材料，从中吸收营养。在要做出某项决策时，三位老师主动让我旁听，我觉得他们的谈话氛围很真诚，大家的交流中毫无芥蒂，给了我很多触动。这样的信任越发地增强了我的纪律意识和责任感，感觉老师们是真的把我当作他们的一员了。

另外，老师们对我生活上的关心也是无微不至的。因为我住的学校离管委会有一段距离，他们觉得8：00上班太紧张了，让我不用很早来，但我不愿迟到，实习的机会是很难得的，我现在争取每天提早20分钟到单位，这样可以提前打扫一下办公室，为三位老师创造一下优良的办公环境。40天来，我与管委会的老师们一起工作，一样早出晚归，在这个新集体里，我觉得很温暖，大家就像一家人一样。

通过手工做账会计实习，对实际会计业务的操作，首先让我们又再次更好、更深入的学习和掌握了会计知识；另外，让我们理解明白了作为会计的谨慎性，不仅仅是在处理某些业务的时候，而是在各个方面都必须做到仔细，认真，还需要又足够的耐心。还有就是会计数据的\'真实、完整，即便是做错了，也应该按照规定进行修改，要让他人知道错误所在。最后，应该强调的是任何的实务操作都需要基础理论的支持，会计也是如此，通过实习我也看出了我的会计专业知识的匮乏，不够仔细和深入，在今后的学习及工作中还应继续努力。

通过手工财务管理实习，让我认识到了作为一个企业，财务管理的决策占据十分重要的地位。主要表现在以下几个方面：

①通过对财务报表、财务指标的分析，我们可以看到企业历史的经营情况和发展趋势，以找到更好的管理决策方法改进原有的经营管理模式，提高企业的发展能力及社会的知名度。

②通过科学的预算管理，我们可以早一步知道企业未来的经营情况，如有不足之处即可尽快进行调整，尽早弥补损失。

③通过投资可行性分析，我们就不会出现盲目上项目的情况，只有充分可行的项目，在考虑了各种风险的基础上，我们才能予以考虑项目可行。

④通过流动资产运营分析，我们可以掌握更好的现金持有量、最佳订货批量，选择适当的现金折扣条件。

⑤总之，财务管理能让公司更加科学的管理和决策。

将计算机的快捷、方便、准确运用于会计的实务操作，对会计的发展来说是一个突破性质的飞跃，但同时也暴露出很多会计电算化的弊端，比如说会计电算化就需要一个对财务权限管理严格、明确的环境以及对数据具有良好管理的环境。而针对个人来说，同样也需要具备良好的职业道德，在会计电算化中，我们可以对凭证进行无痕迹修改、个人的用户密码容易被窃取或泄漏……但从总体上说，会计电算化有其独特优化的一面，就拿用友u8来说，具有很多手工会计不可及的优点：

①可以严格进行用户权限控制，出现越权时计算机就会出现提示或是禁止该项操作。

②会计科目拥有辅助核算和科目受控系统，这样既方便了会计工作，又可以使会计的具体工作责权分离。

③各个模块的初始化工作为今后的业务处理提供了很大的方便。

④填制凭证时，计算机会自动算数，不平或有其他问题时，禁止保存。

⑤用友u8还为用户提供了各种帐表，适合不同类型的查询。

⑥记账的便捷：计算机在几秒钟内即可完成较手工来说繁琐而又容易出错的记账工作。

⑦自定义结转：对于每月都会发生的业务，可用自定义结转来定义公式，到时自动生成，大大简化了工作量。

轮到骨科实习，这裏给我的感觉事黑黑的，冷冷的。本来在骨科应该有很多的东西学到的，但却是以愿为的系我什么都学不到，还可以总结到一句话，这里的实习可以说付出了感情，收获了痛苦！

轮科的第一天，我被安排到邓艳桃老师带，以前已经见过她一次的，因为她带我的同学，我知道她也是杏坛的，所以一开始知道要跟那个老师觉得很开心的，但没有到半天的时间，我就开始觉得难堪了，因为我觉得老师跟我的想法有了很大的分歧，觉得很不开心。首先就是打肌肉注射，老师说我定位错了，但是我在注射室的两个星期都是这样定的，而且完全是书本上这样的为什么会错呢？更奇怪的是病人已经打了很多天了，针口都在这个位置啊！天啊……不知道怎么办好了，只好说要去看书。

在骨科每天都是忙着探热，量血压，写病历，就什么东西都没有过的，最简单的敷药都是在最后两天跟总带教老师上班的时候学的，因为我根本连动手的机会都没有，老师都让我看着她做。所以每天都是在看着时间过的，过的非常的痛苦。

搞到这样我不知道是我自己的问题还是什么，但是有一样我可以肯定的就是我尝试过努力寻找其中的原因，得到的答案是，我是有错误，但老师也有，我已经尽量去改正了，但感觉上老师还是不那么喜欢我，我都没办法，只有做好自己的本分，学习我应该学的就好了。

虽然我没有资格去评价老师，但是我觉得人与人之间最基本的尊重是一定要有的，但我觉得我在我带教老师身上得不到应有的尊重。这是我最感到伤心的一点。其他的学不学习到东西都不必说了。我敢说我对她是敬佩有加的，因为她毕竟是我的老师，但我不知道她是怎么想的，总而然知我自己问心无愧。

最后感谢骨科所有的老师，特别是总带教老师对我的教导和帮助。也希望骨科能够继续学习其他科的一些带教上的优点，更加完善带教水平。

今天是我实习的最后一天，回首过去一个月里在单位的点滴，依然激动不已，因为在那里我经历了许多第一次，第一次和领导近距离接触，第一次帮上司整理资料，第一次出街做志愿者。正是这些大胆有益的尝试逐步使我意识到积极主动地参与社会生活锻炼的重要性。

在那里，我始终记住我此行的目的：我是来做事的。因而始终保持着积极肯干的心态，由此也赢得了上司的认可和高度评价。没错，无论在任何时间，任何地点，积极负责任地去做事是成就个人良好印象的重要因素，也最终会得到大家的喜爱。

另一方面，我也意识到自己的不足之处，那就是专业知识不够牢固扎实，要知道，大学生毕业后是靠专业吃饭的，谁的专业知识和实践技能高，谁就是社会的有力竞争者。而作为大学生的我，此行感触颇深的就是每当别人询问我的专业时，我始终不能自信地说出来，因为连我自己也不能对我的专业知识有很好的把握，毋用说应用到实践中去了。咋一听，我的专业似乎技术含量很高，由此也引发了别人对我专业的高评价，因而对我也有很高的期望值，而实际上我知之甚少，

一旦在工作上遇到这种问题只会造成更大的尴尬，这是我今后必须努力解决的问题。

在个人专业知识不足的情况下，个人的素养就显得尤为重要了，保持谦虚、积极肯干的心态可以最大限度的减轻个人缺点造成的影响，无论是对领导，还是对同事，谦虚有礼都是为人的根本，这一点我深有体会，出去工作不同于学校生活，工作讲究的是效率，是办事的效果，追求的是踏实，准确。因而对个人的纪律要求也必须严格，比如说上班要准时，工作期间要务实，用“少说话，多做事”这个词来形容最准确不过，试想，一个在上班期间只会夸夸其谈的人，谁会喜欢？只有那些认真，踏实的帮领导办实事的人才会得到肯定。

如果说在学习工作上要保持“低调”，那么在与人交往当中就要“张扬”，就是要大胆地、主动地去认识别人，寒暄也好，客套也罢，给人一个友好，大方的印象，对自己是一种大胆的锻炼，对别人也是一种尊重，这就是人际交往的一部分。

还有，在实习的过程中，我终于体验到了办公软件的广泛应用以及自己的孤陋寡闻。有一次领导让我打印一份公文，其中就有我很不熟悉的东西，最终还得领导亲自动手，让我好生尴尬。别看自己经常接触的word文档简简单单的，其实大有文章。同理，其他软件的知识也应用很广泛，这些都要求我们在学校要多接触，多练习，别把太多的时间都花在上网，只有在学校就打下牢固的知识基础，早作准备，将来才能在工作上得心应手。

这次实习俨然让我扮演了一次“跑龙套”的角色，上到做领导助理，下到打扫卫生，斟茶递水，无所不能为，值得一提的是，我对此没有任何怨言，相反，我觉得这是对我的器重。甭管其他同学是怎么看的，也许其他同学表面没事，心里一万个抗拒，但是我是发自内心的感到自豪，因为在学校我代表自己，但出到外面，我代表的却是华师的名誉，因而我必须做好我的本分，干出我的精彩。事实上，听其他学校的同学说，上级的领导对我的办事态度表示赞扬，他们也称赞我有责任感，我想我最大的收获莫过于此了。我为华师争了光！

虽然领导对我的工作没有给予太多的关注，实际上，你的所作所为，领导都看在眼里，我的务实精神终于得到了回报，当我把实习鉴定表交给我们科长的时候，尽管科长在这段时间都忙于“创卫”的工作，没有几分钟坐在办公室，但是科长还是很愉快地坐下来，具体向我询问了要求，认真的给我填了那张表，且评价中肯扼要，足见领导对我的重视。更令我感动的是，当科长得知我的实习就要在今天结束，明天就要回家的时候，他下午就让我搁下手头上的任务，叫我收拾好行李，亲自开车重新带我兜了一圈荔湾区石围塘街，平时不多话的他一下子跟我在车上谈了很多，我明白科长的用意。最后科长送我到公交站，让我早点回去，我就这样恋恋不

舍的跟科长道别了。

感谢我的上司，感谢科长，感谢城管科，这次实习让我见识不少，收获不少，终不枉此行！

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找