

2023年员工的收获和感想 以收获心得体会 (精选8篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

员工的收获和感想篇一

随着社会进步和人们对精神世界的需求不断提高，人们开始更加注重给予自己内心的滋养和提升。在这个过程中，我们常常会有一些收获和体会。下面我将分享我近期的一些收获和体会，希望能够给读者带来一些启示和思考。

首先，我从阅读中获得了许多收获和启发。阅读是我最喜欢的一种学习方式，通过阅读，我可以接触到各种各样的观点和思想，开阔自己的视野。最近我读了一本名为《活法》的书，这本书讲述了一个成功人士如何能够拥有丰富而有意义的人生。通过阅读这本书，我意识到人生并不只是为了赚钱和追求成功。人生的意义在于如何活得更加有内涵和意义。书中还强调了人与人之间关系的重要性，我们应该建立和谐的人际关系，尊重和关爱他人。这本书让我意识到人生应该是一个全面发展的过程，不仅要关注物质方面，还要注重精神层面的提升。

其次，锻炼身体是我近期的一大心得体会。过去，我总是觉得锻炼身体很累，很耗时间。但近期，我开始重视锻炼，每天定期去健身房锻炼。我发现，锻炼不仅可以让我更加健康，还可以提高我的注意力和思维能力。每次锻炼后，我都会感觉到身体和精神上的放松和愉悦。这让我意识到，只有拥有一个健康的身体，我们才能够更好地投身于工作和生活中。

同时，锻炼也使我更加自律和坚持，因为只有坚持下去，我才能够看到进步和成果，这也是我在锻炼中的一个重要心得。

第三，与各个领域的人交流是我最近收获的又一个重要体验。我参加了一个学术研讨会，那里有来自不同领域的专家和学者。在这个研讨会中，我有机会与他们交流并分享自己的研究成果。通过与他们的交流，我不仅学到了更多新知识，还发现了自己的不足和不完善之处。与他们的交流和思辨也使我思考更加深入和全面，提高了我的思维和逻辑能力。这个经历使我意识到，通过与不同领域的人交流，我们可以拓宽自己的视野，开拓更多的可能性。

第四，我从自己的失败中获得了宝贵的经验和教训。最近，我参加了一次面试，但最终没有被录取。刚开始的时候，我感到很失望和沮丧，但随之而来的是对自己的反思和改进。我回顾了自己的面试过程，找到了自己的不足之处，并制定了改进的计划。这次失败让我明白，失败并不可怕，关键是要在失败中寻找经验和教训，并不断改进自己。只有通过失败，我们才能够成长和提升。

最后，我从每天的反思中获得了一些宝贵的体会。每天晚上，我都会反思一天的收获和不足之处，并制定明天的目标和计划。通过反思，我能够更好地观察自己的行为和思考方式，并及时调整自己的状态和方向。这种反思让我更加自律和有目标，让我更加清楚自己想要什么，以及如何去实现。

总之，通过阅读、锻炼身体、与不同领域的人交流、积极面对失败和每日反思，我获得了很多收获和启发。在这个过程中，我明白了人生的意义和价值不仅在于物质方面的追求，而是应该更关注精神层面的提升。我也意识到只有拥有一个健康的身体，我们才能够更好地投身于工作和生活中。同时，与不同领域的人交流、正视失败和每日反思，也是我们成长和提升的重要途径。希望我的经验和体会能够给读者带来一些启示和思考，让我们每个人都能够更好地成长和进步。

员工的收获和感想篇二

第一段：引言，说明主题重要性和个人重视程度（200字）

在我们生活和学习的过程中，我们都会遇到各种问题和困难。而从这些问题和困难中我们却能够获得宝贵的经验和教训，这就是心得体会和收获。心得体会和收获是我们对经历的总结和思考，它们是我们前进和成长的动力，因此它们具有重要的意义。在我的成长过程中，我积极总结心得体会和收获，并且不断更新和应用它们。通过这篇文章，我将分享我对心得体会和收获的理解和感悟。

第二段：说明心得体会和收获的来源和作用（200字）

心得体会和收获来自于我们的经历和观察。当我们遇到问题时，我们通过观察和分析，尝试找到问题的原因，然后总结出解决问题的方法。这个过程就是我们获取心得体会和收获的过程。心得体会和收获是我们的财富，它们可以帮助我们更好地面对困难和挑战。同时，心得体会和收获也是我们进步的催化剂，它们可以激发我们的思考和创新，帮助我们找到更好的解决问题的办法。

第三段：举例说明心得体会和收获的实际应用（300字）

我曾经在自学编程的过程中遇到了很多问题，但是通过不断总结心得体会和收获，我慢慢找到了适合自己的学习方法。我发现每当遇到难题时，我可以先静下心来思考问题的本质，然后找到问题的关键点，解决问题变得更加容易。我还学会了通过互联网搜索和请教他人来解决问题，这为我提供了更多的学习资源和帮助。通过这些心得体会和收获，我提高了自己的自学能力，不仅学会了编程，还学会了如何更好地解决问题。

第四段：探讨心得体会和收获的价值和意义（300字）

心得体会和收获是我们经验的凝聚，是我们成长和进步的源泉。通过总结和反思，我们可以更好地认识自己，发现自己的不足和优点，从而改善和提升自己。同时，心得体会和收获还可以帮助我们更好地与他人沟通和合作。当我们将自己的心得体会和收获分享给他人时，不仅可以帮助他人解决问题，还可以激发他人思考和启发他人的创新能力。心得体会和收获是一种无形的财富，它们不仅可以帮助我们解决问题，还可以推动社会的进步和发展。

第五段：总结并展望未来（200字）

通过总结心得体会和收获，我认识到它们对于个人的发展和学习意义重大。在未来的学习和工作中，我将继续总结和应用心得体会和收获，并且主动分享给他人。我相信通过不断总结和应用心得体会和收获，我将不断提升自己的能力，实现自身的价值。我也希望通过分享心得体会和收获，能够帮助他人克服困难，实现自己的目标。让我们共同努力，不断学习和成长，不断总结心得体会和收获，共同创造美好的未来。

员工的收获和感想篇三

第一段：引言（150字）

在过去的日子里，我度过了一段充满挑战和收获的时光。在这段时间里，我经历了许多困难和考验，但也从中获得了许多宝贵的经验和体会。通过不断思考和反思，我终于明白了成功的真谛。在这篇文章中，我将分享我在这段时间里的收获和心得体会。

第二段：勇敢面对困难（250字）

在面对困难时，我最重要的收获之一就是要勇敢面对挑战。曾经有一次，我遇到了一项看似无法完成的任务。在困境中，

我学会了坚持不懈和持之以恒。我明白了挑战和困难是成长的机会，而不是障碍。通过与团队合作和积极的态度，我不仅解决了问题，还获得了更多的信心和自信。

第三段：正确管理时间（250字）

另一个重要的收获是学会正确管理时间。过去，我常常被琐事和拖延所困扰，无法高效地完成工作和学习。然而，通过学习时间管理的技巧，我逐渐改变了这种状况。我设立了明确的目标，制定了合理的计划，并学会了优先处理重要的任务。这样，我能够更好地掌握时间，提高效率，同时也获得了更多的空闲时间。

第四段：发展人际关系（250字）

除了在自我管理方面取得进步外，我在人际关系方面也获得了宝贵的经验。通过与不同背景和个性的人相处，在困难和冲突中，我学会了沟通和妥协。我明白了团队合作和互助的重要性，也意识到了每个人都有不同的思维方式和价值观。通过倾听和理解别人的观点，我能够更好地与他人合作，取得更好的成果。

第五段：自我反思和未来规划（300字）

通过这段时间的经历，我意识到自我反思和不断学习的重要性。在过去的日子里，我通过思考自己的优势和不足，明确了个人的目标和愿景。我意识到每个人都有自己独特的才能和激情。因此，我决定进一步发展自己的才能，并为实现自己的梦想而努力。无论遇到什么困难，我都会保持积极的态度，坚持不懈地追求自己的目标。

总结（100字）

通过这段时间的经历，我收获了很多宝贵的经验和体会。勇

敢面对困难，正确管理时间，培养良好的人际关系以及自我反思和规划，这些都是我在这段时间里的重要收获。我相信，这些经验将成为我今后发展和成长的坚实基础，并帮助我实现自己的梦想。

员工的收获和感想篇四

时间过得真的是好快呀，转眼间高一一年的工作就快要告一段落了。由于这一届高一采用的是新课改后的教材，所以把我这一年的教学心得体会说一下。

我感觉到每次要上一节物理新课的时候，都要思考许久来寻求新的教学方法。还感觉到自己都“害怕”上课了，主要原因在于担心对于新课程的思想和要求把握不好。而给我最深刻的感受就是新教材对于每一个知识点所采取的都是渗透的思想来试图让学生递进式的掌握以及学生对新课程的学习上存在许多问题。

我认为在新课程观念下，好的课堂应该是老师采取探究式的教学方式，由学生利用互相讨论、积极思考，自己在老师的引导下完成一些物理概念及公式的推导；还有对于物理的探究式实验也应该在老师的知道下每位学生设计实验方案来自主实施。即：1. 注重体验。2. 适度探究。3. 把握节奏，面对高考。4. 寻求好的方式方法去解题。

在新课程的实施过程中，我感到对于物理的新教材的跨度比较大，因为以前的教材是从力开始的，而新教材是从运动开始的，这样学生对于运动学的学习方面所收到的效果和我预想的差距较大。还有对于渗透思想在新教材的体现虽然想法很好，但是我认为也是有弊端的，因为这样学生对于知识点的学习就很零散，这样系统性就不是很强了。具体的来说抓好以下几点：

a. 养成画图习惯。图象是最直观的思维辅助形式，正确解决

物理问题的前提是建构正确的物理图景。画图不完整，或根本就不画受力图，正确的结果往往难以得出。而且这种不良的习惯一旦养成，那么当遇到较为复杂的问题时，思路很容易受到文字的误导和干扰，思维空间受到束缚。

b.字母、符号的规范化书写。尤其是一些易混的字母从一开始就要求能正确书写，对于字母的上标和下标的书写也是同学容易忽视的地方。

c.“必要的文字说明”是对题目完整解答过程中不可缺少的文字表述，它能使解题思路表达得清楚明了，解答有根有据，流畅完美。

d.物理规律的基本方程式是主要的得分依据。写出的方程式必须是能反映出所依据的物理规律的基本式，不能以变形式、结果式代替方程式。同时方程式应该全部用字母、符号来表示，不能字母、符号和数据混合，数据式同样不能代替方程式。演算过程要求比较简洁，不要求把大量的运算化简过程写到卷面上。

对于现在的新课改，我主要的学习方式是看些新课改的书籍，但是这样的不足在于不能及时了解其他学校实施新课改的近况和他们是如何理解新教材的；缺点在于光看书籍不能尽早把握新教材的主体思想，所以以后可以采取多种学习方式来学习新课改的思想。

以上是仅是我个人的一点体会而已。

员工的收获和感想篇五

转变学生的学习态度和方式，让学生积极、主动学习，学会学习，是时代发展对教育的要求。我校积极学习生本教育，以课堂改革为突破口，进行“生本教育”。从接触“生本教育”开始，我发现生本教育与我校的教学模式有异曲同工之

处。随着生本教育课题在我校的不断深入，我对其有了更加全面的认识，我认为，若将生本教育更好的融入到我校的数学教学模式中，相信我们的课堂一定会大放异彩。

自我校开展“生本教育”实验以来，我主动学习，同时也听了不少生本实验课。生本教育带给我惊喜、欢乐与新的教育教学理论知识胜过这期间的困惑。通过学习生本教育理念，我豁然开朗。我们原来的教学基本上是一种师本的教学模式，只考虑到了自己的教，未考虑到学生的学，这是以教定学，学生的思维和表现在这样课堂教学氛围中因受到局限。学生学习数学的热情仍然不高，两极分化严重的现象仍未改变。

而生本教育指出，学生是教育的主体，教育是为学生服务的，要以学生为本，以学定教。我认识到师生关系并不是单纯的主客体关系，而应是一种伙伴关系、朋友关系，无论是在课堂中，还是在课外都应该彼此尊重、信任。同时，我校的一些同事正在开展生本教育实验，取得不错的效果。为此我也“蠢蠢欲动”，开始在我的课堂进行生本实验。以下是我在数学课堂中对生本教育的点滴实践。

在生本教育中，“前置预习”是整个教学环节的开头一炮，所以我非常注重学生的预习指导。只有做到以任务为导向，明确方向，预习才有效。尤其是数学课，“前置预习”决定着这节课的成败。我通常在课前给学生布置好预习任务，充分发挥学生的主体作用，让学生明确预习目标，做到有的放矢。我大概提前三天左右布置下一课的预习，以便让学生有充裕的时间去预习。

成立“数学学习讨论小组”。生本教育认为学生是天生的学习者，具有学习的天性，他们喜爱讨论，也能够通过讨论深化对知识深度的认识。因此，“生本数学”要考虑的问题就是讨论的生本化。我一般是根据学生的学习基础、能力等因素，按照“互补互助、协调发展”的原则灵活分组，合理分配小组成员，让每个组员明确各自职责。由于每个学生各司

其职；少了盲目性与争吵，小组合作变得快乐而有效果。但要注意的是，各小组成员的分工不是固定不变的，让每个学生小组中的四个角色的工作都有所了解、都会做，并且明白这四项工作都是缺一不可的。

过去，在学生接触一种新例题时，我们总是先把这种知识点滴水不漏的讲给学生，然后再举几个例句让学生理解。通过生本教育的学习，我认识到学生内在潜能的无可限量。于是，前不久在上新课时，我尝试了用生本教育上了一堂课。在学生前置预习十分充足的基础上，我在黑板上先例举了几道新课中的题。然后由小组讨论，通过观察，小组讨论，小组派代表发言，小组间相互补充，最后得出了结论。更令我吃惊的是，有个小组还指出了要引起注意的地方。正因为学生自身主动的学，学生学得轻松，是“水到渠成”的感觉。

“小立课程，大作功夫”，看似那么简单，却又蕴藏着深奥的哲理；看似离我们很远，其实就在我们身边。在生本的数学课堂上，我把活动的空间交给了学生，把表现的机会还给了学生，极大地挖掘了学生内在的潜能，增强了学生的自信心、表达能力、创造力以及合作学习的能力，使学生能自主地、快乐地学习，真正地培养了学生学习数学的兴趣，激发了他们学习数学的热情。我愿意在“生本数学”中，做学生生命的“牧者”，去点燃学生的学习的火把。

课改心得体会收获

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

员工的收获和感想篇六

第一段：介绍主题并引出观点

收获心得体会，是每个人在经历过一段时间的学习、工作或生活后，对自己的思考、感悟和总结。它以分享个人的心灵触动和成长经验为主要目的，旨在提供给读者一种积极向上的力量和实用的经验。在这个信息爆炸的时代，当人们沉浸在各种繁忙的事务中，收获心得体会可以帮助我们反思自己的所思所做，进而实现成长和进步。

第二段：生活经验的收获

每个人的生活中都会有一些重要的经验，这些经验常常是我们从失败、挫折或成功中汲取的营养。比如，我曾遇到过一次事故，正是这个意外让我深刻认识到生命的脆弱和宝贵。之后，我更加珍惜时光，学会规划和照顾自己的身体和心理健康。同样，我在工作中也受益于各种经验的积累，例如学会合理分配时间，处理人际关系，提高工作效率等。这些经验的收获，使我在工作和生活中不断积累，不断成长。

第三段：学习心得的收获

学习是一个人整个人生中最重要的个人投资。通过学习，我们能够不断掌握新的知识和技能，并将其应用于实际生活中。在学习过程中，我们也会获得丰富的心得体会。比如，我在学习中逐渐转变了对常识的认识，知道通过思考、实践和观察，我们可以发现许多有趣的现象。同时，我还发现了学习

乐趣的重要性，只有兴趣才能持久，只有乐趣才能坚持。在如今这个信息爆炸的时代，学习的方式也在不断改变和更新，我们可以利用各种资源，提高学习效率和质量。这种学习心得的收获，帮助我不断进步，不断发展。

第四段：人际关系的收获

人际关系是一个人在社会中的重要环节，对于个人的成长和发展有着深远的影响。通过与家人、朋友和同事的交流和相处，我认识到一个人的成长需要支持与帮助，也需要包容与理解。在人际关系的收获过程中，我逐渐学会与人沟通和协调，尝试着换位思考和理解他人的观点和感受。这使我在处理人际关系中更加从容和自信，也让我在工作中更加顺畅地与他人合作。与此同时，我也学会了放下过往的纠结和固执，接纳他人的不同观点和价值观。这种收获让我能够更加坦然面对人生中的挑战和困难。

第五段：总结全文并表达对未来的期望

通过收获心得体会，我深刻认识到只有不断总结经验和思考，才能使自己不断成长和进步。通过总结生活经验、学习心得和人际关系的收获，我意识到人生的道路上充满着挑战和机遇。我将继续保持积极的学习态度，不断充实自己的知识和技能。同时，我也将继续加强人际关系的建设，与更多的人进行真诚而深入的交流。我相信，只要我能够持之以恒地收获心得体会，我一定能够在人生的道路上越走越远、越走越高。

员工的收获和感想篇七

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，是自己所学到的理论知识有用武之地，只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与时间相结合。另一方面，实践卡可以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。因为环境不同，接触的人与事不同，从中学到的东西自然就不一样。要学会从实践中学习，从学习中时间。而且中国的紧急飞速发展，在拥有越来越多的机会的同是，也有了更多的挑战。对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学号学校所学到的知识，好药不断充生活中，实践中学其他知识，不断从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

短短两个月的工作过程是我受益很大。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。

第一要真诚：你可以伪装自己的面孔，但绝不可以忽略真诚的力量。记得第一天来这里时，心里不可避免的有些疑惑：不知道老板怎么样，应该去怎么做，要去感谢什么等等。踏进大门后，之间几个陌生的人用莫名而疑惑的眼神看着我，我微笑和他们打招呼，尴尬的局面理科得到了缓解，大家都很友善的微笑欢迎我的到来。从那天戚，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声好。

第二是激情与耐心：激情与耐心，就像火与冰，看是两种完全不同的东西，却能碰撞出最美丽的火法。

第三是主动出击：当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中，在实习旗舰，我会主动的协同同事工作，主动的做些力所能及的事，并会几级的寻找合适的时间跟他们交流。谈生活学习以及未来的工作，通过这些我就同事们走的很近，在实习中，他们会教我怎么做事见什么样的人说什么样的话，使我觉得花的了很多收获而且和他们相处的很愉快。

第四是感受到学校和社会的距离：在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。在这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎么做

人，，移提高自己的能力。记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是学学搞笑，学生还终归保持着学生的身份，而走进企业，接触各个的客户，同事，上司等等，关系复杂。得去面对从未面对过的一切。在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的只是一点都用不上的情况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式是的就能完成一线任务，有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学的这么吃力呢？这是社会与学校脱轨了吗？也许老是是正确的。虽然大学生生活不像踏入社会，但总算是社会的一部分，这是不可佛人的事实。作为一个新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。毕竟，四年大学念完后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一份子了。要与社会交流。为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格，对社会有用的人才，多接触社会是很有必要的。

回顾实习生活，感触是很深，收获是丰硕的。

在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学的知识肤浅和在实践运用中知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作无从下手，茫然不知所措，这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到时间，才发现自己知道的是多么少，这是真正领悟到学无止境的含义。

实习是每个大学生必须拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多课堂上根本就学不到的知识，也开阔了视野，增长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。

实习心得体会和收获四

大学生外出实习，已经是相当正常的事情。因为实习是每个学生踏入社会的桥梁，它是每个大学生踏入社会的一个中转站。有学校安排，有自己申请，但是目的都是让自己学到更多的知识，拥有更多的工作经验，不指望在以后的工作会一帆风顺，但是实习后再参加工作，会有良好的基础，在工作中不会像个无头苍蝇一样到处乱撞。

在学校的安排下，我和同学在老师的带领下到xxxx车间进行实习，工作实践，培养我们的动手能力。在老师的带领下，我们来到工厂，首先讲的是车间的规章制度，然后说一些注意事项，在老师的带领下，我们先看着那些前辈操作，在一旁学习，听他们讲工作流程。然后在他们的指导下开始动手操作，刚开始我们很不熟练，但是慢慢的我们开始单独工作，虽然有的时候速度跟不上，但是进步还是很大的，我相信熟能生巧，水滴石穿。这个社会是现实的，不管是什么都会从利益出发，人的贪婪永远是改变不了的。就算我们出来实习，也是有所图，不然什么收获都没有，做什么都没有了意义，现在就来谈谈我这次实习心得体会及收获。

在这次的实习中，我们明白了这个社会不断在进步，如果我们停滞不前，迟早会被这个社会所淘汰，只有不断学习新的知识，不断的用知识来武装自己的大脑，才会更好的工作。在工作中，要虚心好学，做事勤快，严格遵守公司企业的规章制度。在工作时要认真，如果出了什么差错后悔都晚了。

而我在实习的过程中，收获也是相当的多。在实习中我们将课堂上学到的理论知识运用到工作实践去，在这个磨合的过程中，我们更加了解社会工作，对自己所学专业也更加的了解，从中我们还掌握了一定的工作经验。在实习中，我们明白了自己的不足，然后我们会弥补我们的不足，让我们自己做到最好。在实习中，收获最大的应该就是工作经验，这些只有在动手实践中慢慢的积累，在课堂上是学不到的，我也知道了工作经验和理论知识都是一样的重要，缺一不可，所以在以后我会不断努力。

谢谢学校安排的这次实习，让我成熟了很大，实习结束后，我发现我的心理年龄长大了很多，做事做人也会更加为重了。在实习中少不了老师同学还有前辈的支持鼓励，谢谢你们。

实习心得体会和收获五

毕业实习是每个学生走向社会、走上工作岗位必不可少的一个重要环节，通过实习在实践报告中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，受益匪浅，也打开了视野，增长了见识，为我以后进一步走向工作岗位打下坚实的基础。

作为学生的我，开始了我的第一份煤矿实习工作，如今，半年的实习生活已经结束了，回顾实习生活，感触很深，收获颇多。

第一天去上班的时候，刚开始我还觉得蛮紧张的，再和他们的交流之后，我渐渐的放松了自己。我每天都坚持提前上班，可以在其他人到来之前，把每个办公桌收拾整齐，这样办公室的人一到来就可以立刻投入工作。其实，我一直认为每个人都有他自己的优点，而且都有发挥它的地方，而我的实习经历正应了我的想法。当然，由于刚到矿办公室，对工作惯例不熟悉，有些事情我也处理得不是很恰当，但我勤于向他们请教，慢慢地也熟悉了单位的办公。我知道第一次出错并不可怕，可怕的是一错再错。在平时，我仔细地观察办公室人员的办公方式，希望能够精益求精，更好地完成。

在办公室，闲的时候就会看看网上的一些好的文学作品，练习打打字，因为在矿办公室我主要从事打字工作、文件的分法、报纸的分法，经常要以打文件为主，我知道，这不仅要看打字速度快还要对电脑熟悉，尤其是没有其他工作人员帮忙的情况下，我能够完成接待任务。

刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知

失措，这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这一段时间所学到的经验和知识大多来自领导和办公室工作人员的教导，这是我一生中一笔宝贵财富。

这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。

发现学习和交流的重要性和必要性。发现一些实习生跟老师像朋友一样相处，老师有什么事都喜欢找他们帮忙，有什么机会也会首先想到他们。并非他们巴结或有后台。而是他们用朋友的态度相处。另一方面一个人掌握的信息多、技能多，能帮助别人的地方也多，帮助别人多了，别人也愿意帮助你，而你的人脉也广了，掌握的信息也越来越多。这样就形成一个良性循环。

要改变一个人的行为首先得改变他的思想，大多数时候你以什么心态对别人，就会得到怎样的回报。深刻的意识到自己再不能处于独处的状态了。独来独往，别人不主动自己也不理会。把自己个在自己自己的小空间了。总担心别人的看法，把别人想的难以接近。开放的态度使人更快更好的成长。

员工的收获和感想篇八

本次实习我们主要是学习两钠（硝酸钠、亚硝酸钠）生产车间的化工流程。

在这实习的时间里，我收获了很多的东西，这些都是我在学校里和课本上找不到的，现在我们即将踏入社会，这些实践性的东西对我们来说是至关重要的，它让我们脱离了书生的稚气，增加了对社会的感性认识、对知识的更深入的了解。

在以前的头脑中，我认为的工作都是很美好的，我想企业和

工厂应该都是挺漂亮、挺大起的。现在不都是在讲环保、讲生态化吗，将来的工作环境肯定是整洁美丽的，工作应该也是有趣轻松的。我就是怀着这种憧憬到了我们的实习工厂。一下车我就傻眼了，天哪！这个地方到处都是刺鼻的气味，第一天由工厂领导带我们参观了生产线、工人师傅给我们进行了入厂安全讲座。第二天我们就正式进入车间参加生产。我们四人一组，每个车间的师傅负责带我们生产学习，现在的化工厂自动化程度比较高，工人劳动相对比较轻松，但是一般一个岗位一班就一个人，一班的时间是8个小时，也就是说，工人师傅要一个人在一个岗位上一呆就是八个小时。一开始我们都觉得不可思议，对于我们来说，在学校里有丰富多彩的娱乐活动和同学朋友，这八个小时单调的工作难以想象，但是随着与工人师傅共同工作的时间久了才知道自己的想法是多么的幼稚，我们现在吃穿不愁，但是真正到了社会上，首先我们的自己养活自己！然后的为家庭担起相应的责任！我们必须靠自己的劳动来实现这些！这时我们就不会觉得这八个小时是多么的漫长了，因为这八个小时的背后是我们劳动换来的收获。

在实习时的工作学习同时让我认识到社会是残酷的，没有文化、没有本领、懒惰，就注定你永远是社会的最底层！但同时社会又是美好的，只要你肯干、有进取心，它就会给你回报、让你得到自己想要的！

总之，虽然实习的时间很短，但对我来说，收获是很大的。我会更加珍惜我的学习，并且用实习的心得时时激励自己！