

毕业的心得(精选10篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

毕业的心得篇一

实习的时间快而短暂，不知不觉时间已悄然流逝。回想这段日子，我有失落过，开心过，认真过，我觉得这段日子很值得我珍惜。

通过这次的实习，将课堂的理论知识与实际操作的实践相结合，了解他们之间的异同点，也更清楚地认识到，理论学习与实践操作之间存在着怎样的差距。

众所周知，毕业实习是学生大学学习很重要的实践环节，实习是每一个大学毕业生的必修课，它不仅让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，还使我们开阔了视野，增长了见识，为我们以后更好把所学的知识运用到实际工作中打下坚实的基础。通过生产实习使我更深入地接触专业知识，进一步了解环境保护工作的实际，了解环境治理过程中存在的问题和理论和实际相冲突的难点问题，并通过撰写实习报告，使我学会综合应用所学知识，提高分析和解决专业问题的能力。

在几个月的实习生活里，我学会了很多东西，也懂得了很多在学校没法体会到的知识和道理。回顾几个月以来，从那天真的我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：人生不可能是一帆风顺的，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。在这几个月里，我有失落过，烦恼过，悲伤过，失败过，但我知道这是上天对我的一个考验，在每次失败的时候我都会反省自己，告诉自己清楚自己应该做什么，在挫折面前我们应该善于用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，但我会努力提高，做到最好，不管遇到什么困难我都不会气馁，我会努力不懈，争取做到最好。

毕业的心得篇二

时间过的真快，转眼间，在xx医院的实习就要接近尾声了。在这半个月的时间里，我感到自己收获了许多，不仅有学习方面的，而且实习能力上也得到了提高，这些对我来说受益匪浅。

对于我这个只有半年学医经历的学生来说，应该从医院中最基础的护理工作开始。来到医院，我对一切都感到新鲜和畏惧，即使自己曾以病人的身份到过此地。

镜中的我，穿着干净的白大褂，戴着洁白的帽子和口罩，想想自己第一次穿着白大褂的那份自豪，心底的那份坚定与自信油然而生！

看起来简单的护理工作，让我开始有些手忙脚乱。原本的自信荡然无存。我开始虚心向护士学习，紧紧地跟着护士，寸步不离，年轻的护士耐心地给我讲解着关于护理的知识。慢慢地，我穿梭在各个病房，了解了她们的护理术语和一些日常工作。

我协助护士接诊病员，做好四测（测血压、测体温、测脉搏、测体重），熟练地掌握了血压及体温的测量方法，接触配液环节，在严格坚持“三查七对”（三查：操作前查、操作中查、操作后查；七对：对床号、对姓名、对药名、对浓度、对剂量、对方法、对时间）的原则下，并为病员配液。

终于有了我实习的机会，想着护士叮嘱我的操作要领，端着装有止血带、胶布、碘付的器皿，来到病房。面带着微笑：“阿姨，该打针了！”我给病人绑上止血带，用碘付进行消毒，然后拿起针头，小心翼翼地扎入病人的血管中。看见管中有回血，一种如释重负的感觉蔓延全身。想不到，身平第一次扎针竟然会如此的顺利！

短短的15天医院实习结束，终于可以喘一口气了。想想这么多天的忙碌，再想想每日辛苦战斗的护士们，才知道护理工作的不易。

毕业的心得篇三

转眼间暑假又过了，又迎来了充满挑战新学期。本人在宏达器材厂的会计部进行了社会实践学习，以下是本人此次学习的一些心得和体会。

器材厂的会计部并没有太多人，设有一个财务部长，一个出纳，两个会计员，而教导我的是老会计霞姐。刚到会计部霞姐就叫我先看她们以往所制的会计凭证。由于以前的暑假有过类似的社会实践经验，所以对于凭证也就一扫而过，总以为凭着记忆加上大学里学的理论对于区区原始凭证能够熟练掌握。也就是这种浮躁的态度让我忽视了会计循环的基石——会计分录，以至于之后霞姐让我尝试制单的良苦用心。于是只能晚上回家补课了，把公司日常较多使用的会计业务认真读透。毕竟会计分录在书本上能够学习，可一些银行帐单、汇票、发票联等就要靠实习时才能真正接触，从而有了更深刻的印象。别以为光是认识就行了，还要把所有的单据按月按日分门别类，并把每笔业务的单据整理好，用图钉装订好，才能为记帐做好准备。

耐心和细心是很难胜任的。因为一出错并不是随使用笔涂了或是用橡皮擦涂了就算了，每一个步骤会计制度都是有严格的要求的。例如写错数字就要用红笔划横线，再盖上负责人

的章，才能作废。而写错摘要栏，则能够用蓝笔划横线并在旁边写上正确的摘要，平常我们写字总觉得写正中点好看，可摘要却不行，必须要靠左写起不能空格，这样做是为了防止摘要栏被人任意篡改。对于数字的书写也有严格要求，字迹必须要清晰清秀，按格填写，不能东倒西歪的。并且记帐时要清楚每一明细分录及总帐名称，不能乱写，否则总长的借贷的就不能结平了。如此繁琐的程序让我不敢有丁点马虎，这并不是做作业时或考试时出错了就扣分而已，这是关乎一个企业的帐务，是一个企业以后制定发展计划的依据。

所有的帐记好了，接下来就结帐，每一帐页要结一次，每个月也要结一次，所谓月清月结就是这个意思，结帐最麻烦的就是结算期间费用和税费了，按计算机都按到手酸，并且一不留神就会出错，要复查两三次才行。一开始我掌握了计算公式就以为按计算机这样的小事就不在话下了，可就是因为粗心大意反而算错了不少数据，好在霞姐教我先用铅笔写数据，否则真不明白要把帐本涂改成什么样貌。

从制单到记帐的整个过程基本上了解了个大概后，就要认真结合书本的知识总结一下手工做帐到底是怎样一回事。霞姐很要耐心的跟我讲解每一种银行帐单的样式和填写方式以及什么时候才使用这种帐单，有了个基本认识以后学习起来就会更得心应手了。

除了做好会计的本职工作，其余时间有空的话我也会和出纳学学知识。别人一提起出纳就想到是跑银行的。其实跑银行只是出纳的其中一项重要的工作。在和出纳聊天的时候得知原先跑银行也不是件容易的事，除了熟知每项业务要怎样和银行打交道以外还要有吃苦的精神。想想寒冷的冬天或者是酷暑，谁不想呆在办公室舒舒服服的，可出纳就要每隔一两天就往银行跑，那就不是件容易的事了。除了跑银行出纳还负责日常的现金库，日常现金的保管与开支，以及开支票和操作税控机。说起税控机还是近几年推广会计电算化的成果，什么都要电脑化了。税控机就是打印出发票联，金额和税额

分开两栏，是要一齐整理在原始凭证里的。其实它的操作也并不难，只要稍微懂office办公软件的操作就很容易掌握它了。可是其中的原理要完全掌握就不是那么简单了。于是我便在闲余时间与出纳聊聊税控机的使用，学会了基本的操作，以后走上工作岗位也不会无所适从，因为在学校学的课本上根本就没提过这种新的机器。

是的，课本上学的知识都是最基本的知识，不管现实状况怎样变化，抓住了最基本的就能够以不变应万变。如今有不少学生实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，可我觉得，要是没有书本知识作铺垫，又哪应付瞬息万变的社会呢经过这次实践，虽然时间很短。可我学到的却是我一个学期在学校难以了解的。就比如何与同事们相处，相信人际关系是现今不少大学生刚踏出社会遇到的一大难题，于是在实习时我便有意观察前辈们是如何和同事以及上级相处的，而自我也尽量虚心求教，不耻下问。要搞好人际关系并不仅仅限于本部门，还要跟别的部门例如市场部的同事相处好，那工作起来的效率才高，人们所说的“和气生财”在我们的日常工作中也是不无道理的。并且在工作中常与前辈们聊聊天不仅仅能够放松一下神经，并且能够学到不少工作以外的事情，尽管许多状况我们不必须遇到，可有所了解做到心中有数，也算是此次社会实践的目的了。

会计毕业实习心得体会及收获

毕业的心得篇四

经历半年的实习，在省一站工作的这段时间，我和单位的职工及领导都相处得非常融洽，大家对我也关心，时常给我鼓励和帮助；我工作的时候也是认真谨慎，不仅顺利完成工作任务，工作之余还经常总结经验教训，不断提高工作效率，虽说工作中我也会犯一些错误，从而受到领导批评，但我认为这些错误和批评是能极大的促进我的工作热情，让我能在以后的工作中更加的谨慎和小心，提高工作效率。在和大家工

作的这段时间里，他们严谨、认真的工作作风给我留下了很深刻的印象，我也从他们身上学到了很多自己缺少的东西。这次实习虽然有酸甜苦辣，却让我在社会中学到了很多学习期间无法了解的社会经验，这对我来说是最宝贵的东西。

这次实习我总结了以下几条经验，在以后的生活中如果能够更好的总结和应用这些实践经验，将会使我在以后的人生道路中受益匪浅。

第一：在与别人打交道时一定要积极主动。我自己本身是个相对比较内向的人，不擅长主动和别人交流打交道，在此次实习中我也发现了自己的不足和缺点。比如在刚开始实习的几天内，我比较怯生。起初和单位的几位同事打过招呼后就没在说什么了，下班后也是一个人玩手机，没有主动和大家进行沟通。由于和他们年龄有较大差距，怕跟他们交流不来，也因为不了解工作环境和工作流程不能很好的交流和沟通。我也认识到了自己沟通上的不足，面对沉默不语的尴尬，自己有责任和义务去与别人主动交流。在单位里一个新的职工到来时很平常的，老师傅们也没有必要主动和一个新职工主动打交道，这时候你就应该主动去和别人交流，介绍介绍自己啊，拉拉家常，关心一下工作啊，都会让大家认识你，了解你，对你留下良好的印象。在后来的实习中慢慢的在一起时间久了，大家也就对彼此多少有些熟悉了，渐渐地能和大家一起愉快的交流，就是出于自己的积极主动。

在工作的时候同样也要积极主动地和别人交流。在今后的社会工作中，工作不再是一个人所能完成的，那是几个人或是一个团队的工作，而且你还必须去帮助别人或是接受别人的帮助已完成工作，就是的团队合作的精神。因此你不能期望你自己一个人就能完成任务，或是看到别人有困难也不去帮助。虽然此次我是来实习的，由于开始对生产的不了解以及专业知识的不熟悉，只能够在领导的安排下进行一些相对简单的工作，但是我也很积极地去帮助别人完成自己力所能及的工作。就比如在实习中，在我提前完成领导分配的任务后，

我就常主动询问周围的员工有没有需要帮忙的，有时候别人也不好意思麻烦我，我就主动承担他们的工作。这样子不仅锻炼了自己，帮助了他人，还融洽了你与别人之间的关系，在今后的工作中人家也更乐意与你交往了。

以确保自己所做的万无一失，时常应该反省自己最近一段时间的工作情况。在你对工作开始了解并熟练后，你会发现自己已能不用检验就能保证工作的质量了。虽然如此，也不能骄傲，不能对自己有所懈怠，还是要对自己的工作认真对待，以免造成失误。

第三：在工作岗位上一定要勤于思考，不断改进工作方法，提高工作效率。单位的日常工作都会比较繁琐，而且几天下来也会比较枯燥，就是需要你多动脑筋，不断地想方设法改进自己的工作方法，寻找或是设计简捷的流程，提高工作效率，减少工作所需时间。实际上勤于思考在工作中是很重要的，在思考如何提高工作效率的同时，自己也能够学到更多的知识，掌握更多的技能。当你在较短的时间内就完成了自己的工作，你将留下更多的时间去放松，去学习，去和别人打交道，这对你来说是百利而无一害的。我个人是一个比较喜欢创新的人，在工作的时候不喜欢单调、枯燥、机械的处理任务，因为本来这类任务的处理是有规律的，完全不需要重复地做，如果动一动脑筋使用批处理或是其他方法就能大大减少处理的过程和步骤，从而减少工作时间，提高工作效率。就比如我在实习的时候，第二个反应釜升温时，以前做法是升温锅炉能加满冷水重头开始烧水至沸腾，再利用蒸汽加热反应釜。改进方法是在第一个反应釜加热完毕后，加热锅炉内分多次加入冷水，保持总有足够的气压用。对加热过程进行了优化，提高了工作效率，减少了工作时间。同时我也充分使用时间差来提高自己的工作效率，使工作进程提高很多，减少近一个小时的工作时间。第四：要有丰富而扎实的专业知识和专业技能，这会使你的工作更加得心应手。一个人在自己的职位上有所作为，一定要对自己职业的专业知识非常熟悉，对自己业务所在范围内的业务技能也要熟练的

掌握，这样你才算是一位合格的工作人员。在工作的时候，拥有丰富专业知识和较高业务水平的你将会发现自己在工作时左右逢源，在处理各种难题和困难都能迎刃而解。

毕业的心得篇五

短暂的三个星期的实习很快就结束了实习中的所见、所感铭刻于心。在老师与响水矿领导的安排下，我们体验了煤矿人的生活，他们对生活坚定不移的追逐令我们心生敬意，他们吃苦耐劳、拼搏进取的创业精神是我们学习的榜样。实习的过程就是不断吸收经验，联系生产实际的过程。我们的实习分为两个部分，课堂讲授、现场教学。真正走到了实习现场，听着矿上领导的耐心讲授，我才发现自己懂的东西太少了。以前的“优越感”一下消失，我开始沉思了，在学校里学习的知识到了现场变得扑朔迷离。我的脑海里一下涌现出了很多的问题。此刻我才真正体会到实习的意义。

本次实习使在校里的最后一次，在实习之前我就有作好了认真收集资料，向矿上员工认真学习的准备。我们实习的单位使位于六盘水的响水煤矿。在这年产量1000万吨的大型煤矿生产企业里，广泛聚集了采矿行业的工程技术精英。作为采矿专业的学生，进入里面学习无疑会有了归属的感觉，我们会受益匪浅。

在响水矿的实习中我发现，单位都有严格的规章制度，“无以规矩，不成方圆”，不管是单位还是机关，没有科学的组织管理，企业使不能正常运作的。作为一名采矿专业的大学生，将来都要从事技术管理工作，因此，科学的技术管理，良好的专业素质必不可少。所以，在实习的过程中，所有的同学都自觉遵守纪律，听从老师和矿上领导的安排，我们的实习才得到了圆满的完成。

本次实习也是在收集资料，为毕业设计作好素材的过程。生产用图纸、技术文件、实习笔记的收集必不可少。这一次的

实习与前面的认识、生产实习有很大的不同，以前的实习中，我们的资料主要是老师们与矿上领导联系收集，我们只有依赖老师，没有做到独立。我们即将走上工作岗位，就应该自己去解决问题，以后我们的任务将由学习转为工作。所以，我们自己去找矿上领导，技术人员收集资料，交流专业心得，锻炼了自我，处理问题的能力和素质得到了检验与提高。

参观、做实习笔记使我们实习的主要内容。真正走到了现场，才发现我们的所知的确很贫乏。现场的一切事物比起书本上的知识要复杂很多。所以，理论联系实际，还要有必要的学习和实践。鉴于此，我们根本缺乏的工作经验使我们必须虚心向工程技术人员学习，并要认真总结。我相信这将为以后的毕业设计以及工作、学习带来更多的裨益。

实习结束了，我也时常想起很多问题。比如说：工作、学习，以及以后怎样走出校园，步入社会。在矿上实习期间，我们真正体会到了矿上职工们的生活，跟着他们进行井下、地面参观，听他们谈起工作中的琐事，或激情高昂，或冷静沉思。我想：我们以后的生活也应当使这样吧！每当讲到我们现在的生活时，他们总是劝导我们要珍惜现在的读书时光，还要我们努力提高自身素质，学会做人、学会做事。是的，在实习中我才发现自己的不足，专业素养的贫乏使我想起了在学校里时我们其实可以在努力一些，把更多的知识溶入脑海。另外，就本人而言，还存在很多的不足，在实习期间的我与矿上职工、领导交流不够。人要立足与社会，拥有良好的生活、工作空间，就需要有沟通、交流。在工作单位需要把握与上级、同事的关系，团结一致，才能如期圆满完成工作任务；在家里也需要和睦相处，让每一个人都和谐美满。生活时常赐予我们机会，认识到自己的不足当然要改正，我会不断总结自我，弥补缺陷，力争毕业后早日实现由学生到矿上员工的转型。

实习任务已基本完成，我觉得每一个人都应认真总结，我们会发现收益颇多。实习中，我们收集了既符合情况又经过分

析的实际活资料，为毕业设计的构思打下了坚实的基础。更重要的是，我们又收获了学习与生活的点点滴滴，相信这将以后工作和学习增添新鲜的动力。

最后，我由衷感谢学校及矿上领导对我们实习工作的大力支持，感谢老师们的殷切指导及关怀，我会努力塑造自我，争取在毕业之前取得最大的进步，在平凡的岗位上干出不平凡的事来！

毕业的心得篇六

1. 基本情况：位于北京市朝阳区南磨房路29号旭捷大厦(中华新闻报社)

北京海淀区万寿路乙十五号南楼二层(中国教育电视台)

2. 单位简介：《中华新闻报》是中华全国新闻工作者协会主办的中央级媒体，创刊于1993年5月5日。作为全国新闻行业的权威性报纸，中华新闻报的定位是：立足传媒界、报道传媒界、服务传媒界、开拓界内外。由于覆盖了全国各地的报刊、电视台、电台、有线电视台、网络媒体、新闻传媒教育部门、新闻传媒研究机构，以及党政机关、企事业单位的宣传广告部门、广告中介单位、传播策划公司、新闻器材产销企业等，中华新闻报被誉为“媒体中的媒体，新闻中的新闻”。

中国教育电视台(cetv)创办于1986年，是国内唯一的国家级专业电视台，隶属于教育部，接受国家广电总局的行业指导。

初步认识：报纸是一种舆论工具，它对于社会舆论导向产生重大影响，特别是在我国社会经济的转型和攻关阶段。报纸内容坚持的四个基本点——时政新闻是支点，娱乐新闻是亮点，社会新闻是卖点，经济新闻是看点。我有幸在《中华新闻报》的时政专题部，能够多的了解社会的现状和表象。电

视有声色全貌的优势，通俗易懂，受众范围较广，所以在舆论引导和信息传递以及教育作用方面的作用更明显，实习期间，我在教育电视台的《公益》（《点燃希望》）和《孕婴专家》以及新创办的《奇罗星》栏目组学习过一段时间。给我印象最深的是在《奇罗星》的策划和拍摄过程，真正体会到了作为一个电视人的辛苦，希望它在七月份顺利播出。

毕业的心得篇七

通过实习我了解到在今后的生活中要更多的向前辈学习和自我努力。我国的保险事业已经发生了翻天覆地的变化，人们的保险意识得到了很大的提高，保险队伍的素质也得到了加强。通过这几天的学习和和大家的教导，我对保险的了解更多了，特别是对于理赔方面的医疗费用审核报告计算做起来也比较得心应手了。我相信保险这个行业是非常有生机的，因为就整个世界来说风险是无处不在的，只有在有风险的地方就需要保险。而且保险行业也需要更多的专业人士，而我将来就是这其中的一个，我感到非常的荣幸。相信自己，我会做的更好！

实习让我们学到很多课本上没有的知识，通过参观实习，我们也亲身体会到，工人师傅们对待工作一丝不苟的精神，就如同我们应该对待学习一样，容不得半点虚的，特别是我们学工科，知识的掌握不允许有一点马虎，否则，后果不堪设想。

通过实习，我们对现代加工方法有了一定的认识，与传统的加工方法相比，提高了加工生产效率，大大减少了劳动力，减轻了劳动工人的作业强度。也让我们真正认识到科学技术是第一生产力的重要性。同时，我们也认识了机械方面的先进技术和高科技领域，使我们以后从事机械方面的发展有了新的认识。

本次实习，开阔了我们的视野，使我们的理论和实践结合在

一起，也使我们对课本一些比较模糊的概念、抽象的原理有了一个崭新的认识和理解。使我们对以往所学的知识有了更进一步的巩固，对以前没接触过的知识有了深刻地了解，让我们对所设计的课程的具体结构有了深入认识。同时，我们对工艺有了更深一不得了解，为我们以后从事工艺方面的工作打下了坚实的基础。

本次实习为我们毕业设计提供了一些新的思想和发展空间，同时也为我们以后的工作打下了良好的基础。

以上就是可圈可点小编为大家整理的的相关内容，可圈可点为大家带来最新学习资讯，了解更多相关资讯，请关注可圈可点网！

毕业的心得篇八

作为一名即将毕业的大学生，我实习的目的很明确，就是获取工作经验，将理论与实际工作相结合，所以第一天我就下定决心要好好干。走进公司的那一时刻，我就感受到那种很强烈的工作氛围，无论是从墙上张贴的图片和标语以及各种报表和数据，都给我很大的新意，我想这也许就是我想要的生活，一种不断挑战自我，实现自我的工作。

由于刚刚从学校来到公司，作为一名新人，尽快熟悉岗位职责和业务流程是十分必要的，在这里我感受到自己的不足。因为学校学的是书本的知识，只是停留在理论上，但在平时的工作中，理论有时候是用不上的，所以处理好这样的转变是关键。

经过九天的实习，渐渐地我对公司运输生产的整个操作流程有了一个较完整的了解，尽管岗位职能与所学专业仍有较大的差距。通过实习，我拓宽了自己的知识面，现把学习体会

总结如下：

此次毕业实习，我领悟了“理论与实践的结合才是硬道理”，掌握了运用所学知识解决处理实际问题的方法和技巧，学会了与员工同事相处沟通的有效方法途径，积累了处理有关人际关系问题的经验方法，同时我体验到了社会工作的艰苦性。实习中也暴露出自己的很多缺点和不足，我想这对我以后的工作和发展都是有较大限制的。人们常说，大学是个象牙塔。确实，学校与职场、学习与工作、学生与员工之间存在着巨大的差异。从校园走向社会，在这个转换的过程中，人的观点、行为方式、心理等方面都要做适当的调整。所以，不要老抱怨公司不愿招聘应届毕业生，有时候也得找找自己身上的问题。而这次实习提供了这样一个机会，让我接触到真实的职场，有了实习的经验，以后毕业工作时就可以更快、更好地融入新的环境，完成学生向职场人士的转变。

在实习的那段时间，也让我体会到从工作中再拾起书本的困难性。每天较早就要上班工作，晚上按时下班回家，深感疲惫，很难再有精力静下心来看书。这让我更加珍惜在学校的时光。

实习工作已经划上了句号，但留在心中的回忆与感受却是久久难以忘怀的。在这九天中，我紧张过，努力过，开心过，醒悟过，自信过。这些从未有过的经历让我进步，成长了许多，学到了一些在学校未曾学过的东西。接下来需要做的就是调整心态，踏实勤奋地进入到自己的下一个角色，做好自己的阶段规划，树立远大的理想，并为之努力奋斗。

对于人生中初试职场的经历——实习，每个大学生有太多辛酸体味，也许在某年以后你会为今日的风采而骄傲，但那段殷实的日子总让你回味什么，试图写下点什么。

20xx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。这种品质打动了我也改变了我，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。

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。

二、现有的培训大多是形式，很难做到真正深入员工内心。

三、大多制造企业中的学习专业知识的氛围不浓烈。

如果有相互学习，相互研究，乐于精通琢磨的学习氛围和条件，大多数人不是迫不得已绝对不会离职的，因为觉得自我还不够成熟，需要学习来充实自己，也给了自己学习的理由。这些就需要引起相关部门的重视，因为这也是企业文化

建设的重要环节。我在校期间的“教师给课题—自己学习—答辩汇报”模式的项目化教学是一种不错的利于工厂工人之间学习的方式，既促进交流，又提高学习积极性，有利于培养专业人才。

四、沟通不仅是一个部门的事情。

制造企业有一个弱点，即各部门的工人只理解自己工序的事情，而不懂其他工序，平级之间缺乏横向沟通，减少了创新优化的机会。我实习时所在的生产线冷端工人不了解热端工艺，热端工人又不懂冷端操作，总存在技术上的误区，导致生产事故发生，这就需要横向沟通，互相了解知识，互相配合。需要多组织，两个工序的工人互相交流学习。

五、员工更需要切身的关心。

现有的制造业大军中，有一半以上的工人来自非公司所在地，属外乡劳动力。受中国传统文化的影响，大部分人到中年以后都会选择“落叶归根”，然而这部分人又是掌握企业技术核心的阶层，他们的离去对企业是致命的损失，所以在对他们待遇提高的同时，应更多关心家庭问题和社会问题。某企业每在年末会对企业的员工进行一次地毯式的谈话，让员工表露心声，尽可能的满足，甚至超额度满足，以留住人才，公司的人性化管理感动很多员工，做到了来一个留一个的目标。

六、校企联办，组合人才培养基地。

这是一种发展趋势，许多有实力的企业都在开发自己稳定的人才供给基地，这样很能针对自己企业的特点和需要选择性的培养专业人才。近几年，随着高校毕业生数量顶峰的远去，即将呈现出劳动力供给不足的局面，加之中国进入老龄化年限，制造业将面临招聘难的局面。开发自己专属的人才基地，实行校企联办模式，即抓住了专属人才，也降低了培训教育

的费用，同时硬化了人才的专业素质，。这样的例子有很多：吉利大学就是一个典型，以吉利集团的汽车产业为依托的汽车大学；当然，也有大学塑造企业的神话，北大方正集团成为了北京大学的经济支柱产业。但总归校企联办已然成为一个企业做大做强趋势。

在南玻的实习生活让我对自己有了更新的认识，也对工作有了更深入的了解，对企业有了自己的看法，自己的见解也许是幼稚的，但是是我在这个充满磨练的实习期里最真实的感悟！

最后，我想真诚的感谢南玻给了我这次实习机会，感谢老领导、老员工给予我诚挚的关怀和照顾，感谢老师们为我们成熟成长所付出的艰辛努力！

大四下学期的实习，对于应届毕业生的我们来说是将理论知识与实践相结合的重要途径，以及进入社会参加工作前的必经阶段，实习经验也是对于我们四年专业学习的系统回顾和升华，对于我们将要走入社会的学生来说是一次熟悉社会，了解社会的好机会，所以这次实习具有很重要的意义。

一直以来，我们作为学生，只是一味地获取知识，真正实践的机会是很少的，我们工科学生的实习主要是对生产环境的熟悉，对先进技术的了解，以及我们所学知识涉及生产实践领域。通过实习，我深切感触到了我们所学知识过于浅薄，还不能解决工程中遇到的技术难题，在工程应用中实践经验太少。由此看来，认真对待这次实习，并在这个实习的过程中多学习、多积累，是我们必须要做到的。

我所实习的单位是湖北省漳河土木工程设计院，它直属于湖北省漳河工程管理局，是湖北省水利厅的下级单位。由于湖北省漳河工程管理局是一个以防洪、供水为主，兼有发电、水产、旅游、水电建筑安装、航运等综合效益为主的单位，所以我在其土木工程设计院实习期间也比较多的接触到关于

水利工程中涉及的工程设计、评估、监理、建造等方面的工作。通过这次在设计院实习，我受益匪浅，不仅学到了许多专业知识，而且还从老一辈的工程专家那学到了许多做人处世的道理，现将实习以来的心得体会及实习情况总结如下：

这次实习是比以往任何一次实习都更具有针对性和实践意义，不仅是由于自己的重视，还因为在系统学习了大学四年的专业知识之后，作为应届毕业生的我在实习过程中受到了许多长辈和老师的重视和严肃专业地指导，使我更充分地理解了专业知识学习在实践中的利用，进而在今后的工作和学习中更好地掌握和运用专业技能。

我实习的主要目的有以下几点：

3. 了解水利枢纽的组成与总体布置，各种水工建筑物的作用，组成建筑物及运行管理；
4. 通过了解水利工程规划、设计、施工和运行管理的基本步骤，加深对工程施工技术、施工组织和施工管理知识的理解。

在实习中，我主要的任务和内容是：

2. 通过对观音寺大坝的实地考察，初步了解和认识大坝等建筑物的形式选择和特点；
3. 通过在设计院实习过程中多接触工程实例，阅读已完成的工程项目资料，熟悉施工技术，施工技术、管理以及工程监理业务，积累关于工程实施过程前期、中期和后期的大概工作流程。
4. 了解工程建设的一般过程和工程设计报告编写的主要过程。

在我的实习过程中，主要接触的是观音寺大坝工程的概况。观音寺大坝系漳河枢纽主体工程，坝址位于观音寺下游2.5公

里处。拦截漳河主河道142.6公里，控制流域面积1957平方公里，库容近8亿立方米。坝型为粘土斜墙土砂石组合坝，高程129米，最大坝高66.5米，坝顶长度630米，坝体工程量544万立方米。而在实习期间，观音寺水电站正进行更新改造。观音寺水电站地处湖北省荆门市东宝区漳河镇境内，位于漳河水库观音寺大坝坝后右侧，观音寺水电站作为代燃料电站进行更新改造，装机2400kw□设计多年平均发电量707.5万kwh□按照无人值班(少人值守)原则进行设计和建设，它主要包括，建筑工程(包括发电厂房工程、尾水洞工程、集中控制室升压变电站工程、其它工程)，机电设备及安装工程(水力机械及辅助设备、发电设备、升压站设备、电气二次设备、厂用电设备、照明设备、防雷与接地工程、电缆桥架工程、消防工程、集中控制中心设备、电工实验设备)，金属结构设备及安装工程(基础埋件及金属结构、水机层金属结构)，临时工程(导流工程、施工道路、隧洞临时支撑、施工用临时房屋其它临时工程)。

在对这个工程实地实习及考察中，我发现以前课本上学的知识都是工程管理中最基础的内容，所运用的模型和原理也是最简单的类型。但随着我国建筑行业的日趋规范和完整以及人民群众对建筑物安全、合理、经济的更高要求，工程上很容易出现各种问题和疑惑，如何快速正确地处理好这些问题？我想，那便是运用我们所学的知识 and 原理，根据问题具体找出“瓶颈”所在，找到突破口去解决好。其实，这些基本知识和原理很多我们都学过，但如何将他们联系起来，用于解决和工程中的实际问题，则需要我们在实践中不断学习和总结。

所以，经过这1个多月的实习，我的感受是“学以致用”的另一方面是“以小见大”。

许多知识、原理往往是解决问题的关键。在实习过程中，遇到很多关于施工过程中工程监理的实际问题，例如我对工程采用基础静压桩法和锚杆固定的处理方案十分不解，因为静

压桩比现浇混凝土桩经济费用高。因此，我推测是该工程地基土质软弱或砂化严重，我向项目负责人请教后得到了肯定。因为在学基础工程后，我一直记得授课老师这样告诉我们：如果地基承载力满足要求，应尽量少使用静压桩，静压桩费时而且费用大，也就是这个小道理，才让我产生上面的问题和疑惑。有些问题看似复杂，其实换个角度或换种思维可能就简单的多了。所以，除了将所学的运用于工程中，还应注意灵活、熟练掌握和运用那些看似再简单不过的原理和方法，从小处、细微处着眼，兼顾全局，一定能够更好地解决问题。

其次，通过这次施工实习，使我更清醒地意识到施工管理的重要性。

无论是从事设计还是施工或监理工作，我们都应该注重提高施工管理效率。这次施工实习的工程实施过程中，他们的先进管理理念和方法都值得我们学习。

最后，通过这次施工实习，使得我更全面地明白了今后的努力方向。

其实，在这么短暂的施工实习中真的很难学到更多的知识和技能。但是，在这几天的施工实习中我从更全面的角度认清了今后所从事工程管理工作所需努力的方向。正如在实习中老师和工程师所说：“毕业后从事土木工程技术工作，需要的是谦虚和学习”。的确，从大学毕业走上新的工作岗位后，我们所面临的如同一张白纸，一切都是新的，一切都在等待我们去努力。因此，面对那么多长期从事水利工程的同行前辈，他们工作经验比我们丰富，知识学的比我们扎实，学识比我们渊博，我们只有耐下心来，虚心向他们请教学习，我们才会有更大的进步，我们也才会在工程管理这一艰苦而又充满挑战的工作领域取得更大的收获。

另外，在这次毕业实习环节中，我也发现自己存在的一些不足和缺点，主要有以下两点：

一、专业知识掌握的不够全面。

尽管在学校认真学习了专业知识，但是当前所掌握的知识面不够广，尚不能轻松胜任工程管理工作，因此，尽管在不久的将来走上工作岗位，但我应该将所从事的工作看作是新的学习的开始，只是在实践中学习，才会掌握更多专业知识和技能。

二、专业实践阅历远不够丰富。

由于专业实习时间较少，因此很难将所学知识运用与实践中去，通过实践所获取的阅历更是很短缺。所以，今后我们在工作岗位上，一定要抓住机会，多向从事水利工程的前辈学习，同时要转换学习方法和态度，改变以往过于依赖老师的被动吸收学习方式，应主动积极向他人学习和请教，同时加强自学能力和驾驭解决难题的本领。

总之，我会好好体会这次实习给我带来的成果，我相信这对我今后的工作中是极其有帮助的。人生的路还很漫长，事业路上的坎坷谁都不能预测，但是我们却要牢记优胜劣汰这条亘古不变的原则，在这个处处充满挑战的社会我们只能让自己不断加强。确定好自己的人生目标，扎扎实实的工作，把自己融入社会，让自己适应社会的发展需求。这次毕业实习的时间虽然不是很长，但我得到了很好的实践机会，同时更为自己以后的工作和学习作了很好的铺垫。

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 and 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很多关于专业的知识,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。

不知不觉中，我已经在社会岗位上度过了六个月的时间，这六个月的日子是我从青葱校园走向复合型社会的过渡期，也是我人生历程中很重要的一个转折点。

作为大学生涯的最后一课，实习不仅重要更有其独特性，正是通过实习，让我逐渐掌握怎样把学校教给我的理论知识恰当地运用到实际工作中，让我慢慢褪变学生的浮躁与稚嫩，真正地接触这个社会，渐渐地融入这个社会，实现我迈向社会独立成长的第一步。

站在时间的这一端倒回去看，五个月的实习经历教会我许许多多的东西，无论是对我以后的职业生涯还是对于我的人生来说，都是有益的。

感触挺深的，总结起来，那就是要认认真真做事，对自己负责。

用姜汝祥博士的话来说就是：

从依附型向独立型转变，坚守原则去执行；

从服从型向主动型转变，积极主动去执行；

从个体型向团队型转变，协同一致去执行；

从避责型向守责型转变，承担责任去执行；

从封闭型向分享型转变，开放心态去执行。

第一、我们要学会自己独立，不养成依赖的习惯

社会是一个复杂的社会，适者生存也是社会一成不变的潜规则，当我们还是学生，我们可以躲在温室里，可以依赖，也可以无条件地索取，一旦踏入社会，我们就必须让自己独立起来，要学会选择，学会自己作主，没有谁可以帮谁一辈子，社会是一个竞争的社会，我们处的时代讲究优胜劣汰，不能独立，势必就要被社会淘汰。所以，我们要学会摆脱依赖的心理，让自己慢慢独立，自己为自己负责。

第二、在物欲纵流的现代社会，要做到不随波逐流，保持真我，坚持做自己。

社会是一个大染缸，形形色色的人都有，不公平的现象也会有。社会终究是社会，它不是校园，也不若校园里的一切那么简单明了，单纯透明。社会充斥了成人之间的明争暗斗，面对这些我们无力改变的状况，我们能做的，就是坚持自我，不随波逐流。

中国台湾著名的作家刘墉说过，在我们每个人的心里，都应

该有这么一座堡垒，在平时的时候可能显示不出其重要性，但是，一旦遇到特殊情况，我们可以一退再退，但是，退到不能再退，我们誓与堡垒共存亡。

这也就是告诉我们，什么叫原则。

在工作中，我们可以忍受，可以退避，但是，我们不能放弃我们自己的原则，我们要坚持做自己，端正做人，专心做事。

第三、工作的时候，要做到眼看四方，耳听八方，也就是要眼到手也到。工作的事情，要主动地去做，而做任何的事情，都要勤快。

作为办公室的一个新人，在这个新的环境里，勤快一点总是没错的。论辈分，办公室的同事都是我们的长辈，论资历，我们又都只是初出茅庐，没有一点社会工作经验，出于对前辈们的尊重，也是为自己创造学习的机会，办公室的小事我们都要主动勤快地去做，不要认为自己主动多做一些事情就是自己吃亏，其实，事情做的比别人多并不一定就是自己吃亏了，有时候恰恰相反，我们做的愈多，我们得到的学习机会就愈多，便愈能锻炼我们自己。

我们的主动积极会给我们创造更好的环境和的机会，只有去做，去付出，才会有收获。

第四、营造良好的人际关系网，有助于你的工作顺利进行。

感触挺深的，总结起来，那就是要认认真真做事，对自己负责。

用姜汝祥博士的话来说就是：

从依附型向独立型转变，坚守原则去执行；

从服从型向主动型转变，积极主动去执行；

从个体型向团队型转变，协同一致去执行；

从避责型向守责型转变，承担责任去执行；

从封闭型向分享型转变，开放心态去执行。

第一、我们要学会自己独立，不养成依赖的习惯

社会是一个复杂的社会，适者生存也是社会一成不变的潜规则，当我们还是学生，我们可以躲在温室里，可以依赖，也可以无条件地索取，一旦踏入社会，我们就必须让自己独立起来，要学会选择，学会自己作主，没有谁可以帮谁一辈子，社会是一个竞争的社会，我们处的时代讲究优胜劣汰，不能独立，势必就要被社会淘汰。所以，我们要学会摆脱依赖的心理，让自己慢慢独立，自己为自己负责。

第二、在物欲纵流的现代社会，要做到不随波逐流，保持真我，坚持做自己。

社会是一个大染缸，形形色色的人都有，不公平的现象也会有。社会终究是社会，它不是校园，也不若校园里的一切那么简单明了，单纯透明。社会充斥了成人之间的明争暗斗，面对这些我们无力改变的状况，我们能做的，就是坚持自我，不随波逐流。

中国台湾著名的作家刘墉说过，在我们每个人的心里，都应该有这么一座堡垒，在平时的时候可能显示不出其重要性，但是，一旦遇到特殊情况，我们可以一退再退，但是，退到不能再退，我们誓与堡垒共存亡。

这也就是告诉我们，什么叫原则。

在工作中，我们可以忍受，可以退避，但是，我们不能放弃我们自己的原则，我们要坚持做自己，端正做人，专心做事。

第三、工作的时候，要做到眼看四方，耳听八方，也就是要眼到手也到。工作的事情，要主动地去做，而做任何的事情，都要勤快。

作为办公室的一个新人，在这个新的环境里，勤快一点总是没错的。论辈分，办公室的同事都是我们的长辈，论资历，我们又都只是初出茅庐，没有一点社会工作经验，出于对前辈们的尊重，也是为自己创造学习的机会，办公室的小事我们都要主动勤快地去做，不要认为自己主动多做一些事情就是自己吃亏，其实，事情做的比别人多并不一定就是自己吃亏了，有时候恰恰相反，我们做的愈多，我们得到的学习机会就愈多，便愈能锻炼我们自己。

我们的主动积极会给我们创造更好的环境和的机会，只有去做，去付出，才会有收获。

第四、营造良好的人际关系网，有助于你的工作顺利进行。

毕业的心得篇九

通过这次实习加深了我们对社会复杂现象的认识，增长了见识。实习给了我们这些身处象牙塔的人一次缓冲的机会，明白了社会是与校园完全不同的。我们要学习的还有很多，我们要思考的还有很多，我们要想通的也有很多。

这次实习使我对就业形势有了进一步的认识。总体的就业形势不容乐观，我们必须不遗余力的去提升自己，不断的充实自己，才有能力迎接社会给我们的一次次的挑战。

这次实习过程，给自己敲响了警钟，为今后的学习指明了方

向。更震撼了自己的心灵，使自己的心态回到现实中，用现实的眼光去看待自己与社会。

这次实习真的带给了我很多，有经历总会有收获。

最后，我得感谢学校领导和老师给我们这次机会，我们会更加努力，不辜负领导和老师对我们的期望！

毕业的心得篇十

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。