

# 2023年超市防损员的工作心得(模板9篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 超市防损员的工作心得篇一

首先很高兴有机会作为管理培训生进入xx实习，在这个的家庭里我了解了超市运营基本常识，认识了很多朋友。一切对我来说都是新鲜的，也是陌生的。

第一天很荣幸地听了店长主持的周会议，90分钟的会议全是数据、表格展示却给我莫大的震撼。超市工作不是简单地各部门把东西卖出去，还有系统的内部管理工作包括制定销售目标、制定工作计划、控制商品存货、定价、处理顾客投诉、消除内部损耗、员工工作时间合理调配等等。战略管理、商品管理、卖场管理、行政管理任何一个环节都有大量的工作。这次会议是超市工作的缩影，是全面认识超市工作难得的机会，让我深刻体会到自己零售知识贮存的空白，不消极怠工，学习、学习、再学习是在工作和业余时间不变的任务。

我被分在了纺织部实习，这一周除了在办公室学习就是在纺织部卖场帮助促销人员为顾客提供服务。虽然一周的时间不长，但是在王经理和部门同事的帮助下我掌握了纺织部的相关工作，包括收货、堆垛、促销、打价签、价格核对。也在卖场了解纺织部门的各种产品，熟识产品或产品包装上应有的标识，以及责任区域内商品的名称、规格、用途、等级、和保质期等商品知识。帮助促销人员回答顾客问题促进销售、打磁扣、站岗，特别是保暖内衣这种季节性促销产品。通过几天的卖场实习，我个人认为超市营运管理工作虽然简单但

需要我们认真对待，注重细节。价格管理商品采购、订货、验收、销售各个过程都要监督和控制。百佳订货和销售是分开的，实际到我们的工作中就是收货时要核对货品编号、条码，每天定期进行价格检查，及时打印价签更改变价商品的价格，保证每项商品不可有两个不同价格标签。卖场商品也需要认真分析商品特点，再结合超市促销活动进行成列达到易见、易找、易选的目标，一般抵挡次排在最外面，吸引顾客，努力防止商品损坏和失窃。每天认真检查商品，快销售完且存货不足是商品要安排摆放其他商品；畅销商品收货后应尽快列出；允许退货的滞销商品应尽快退货；定期核查电脑里面数据与当前存货是否相同；价签与商品是否一致还原顾客错放商品；褪色、破损或遗失的价签要及时更换。

春节将至超市营业额也猛增，在王经理的正确领导及纺织部全体员工的团结合作下我们及时对商品排列进行调整、美化，对顾客进行贴心服务，促进销售，我们部门的营业额同比去年显著增长。但是我想如果能够适当的改善袜子、内裤、内衣整体位置布局，将会更方便顾客的购买。首先男士内裤、袜子夹在男士保暖内衣盒女士保暖内衣之间，女士保暖内衣的客流量明显减少；其次大多都是家庭妇女来购买内裤男士、女士内裤分开，不方便；最后女士内裤独占一个大牌面，商品没有丰实感且太高顾客不易拿取。最后就是有很多顾客询问收银台、出口等等，可以适当在通道设置一点路标。

回顾这一周的工作，自己整体上因为参加营运时间较短，经验少，操作不够自如。超市运营管理要学的东西多而细，只有自己积极主动才能真正有所收获胜任自己的工作。刚刚毕业的我们应该比别人更加努力，一方面在公司学习超市管理如商品的成列、盘点、价格检查等具体环节，把理论知识消化贯通在运用到实际工作中。另一方面通过了解最新市场信息，查阅超市营运的相关的专业资料，使自己的全局思路更加清晰，全面提高自己的业务水平和管理水平，为公司发展奉献自身全部的能量。是更好的为超市来带利益。

最后特别感谢部门王经理、孙主管的悉心指导以及纺织部其他同事、促销人员的帮助。

## 超市防损员的工作心得篇二

近期，我有幸在一家知名超市完成了一段为期两个月的物流实习。通过这段实习，我不仅获得了实践经验，更深刻了解了超市物流的重要性以及我个人在这一领域的发展方向。在这篇文章中，我将分享我在超市物流实习中所获得的心得体会。

首先，我深刻认识到物流对于超市运营的重要性。作为一个零售企业，超市的核心目标是提供优质的商品和服务，同时保持良好的库存管理。物流环节的高效运营不仅可以减少超市的库存成本，还可以提高商品周转率，避免商品滞销。通过实习，我亲眼目睹了物流团队的辛勤工作和高效配送，他们无时无刻都在为超市商品的上架和销售提供保障。物流的迅速和准确对于超市销售业绩的提升有着不可忽视的作用。

其次，实习让我意识到物流工作的挑战和复杂性。在超市物流职场中，各种因素都会影响到工作的顺利进行，比如交通状况、天气情况甚至物流人员的素质。一次货物配送的成功需要物流团队成员之间的紧密协作和协同配合。同时，物流工作也需要高度的时间管理能力和应急处理能力。在实习中，我参与了货物整理、验收、打包和配送等环节，深刻体会到了这些工作背后的辛苦和挑战。只有通过高效的团队协作，才能应对突发状况并保证货物的准时运达。

在实习过程中，我也积累了一些关于物流职业的经验和技能。首先是沟通能力的提升。在日常工作中，我需要与供应商和仓库人员进行有效的沟通和合作。通过与各方的良好协商并遵守工作流程，我学会了如何妥善处理物流中的各项事务。其次是对于数据分析和仓库管理软件的熟悉。物流工作离不开数据的收集和分析，我在实习中通过运用软件进行数据录

入和分析，更好地理解了物流管理的核心内容。最后是对于仓库布局和货物整理的规划能力的培养。仓库的整洁度和货物的摆放方式都对物流的高效运转起着重要作用。通过实践，我逐渐掌握了仓库管理的技巧和原则。

通过这段实习，我对物流职业的发展也有了更深入的思考。超市物流作为零售业的重要组成部分，不仅是一个繁忙而复杂的领域，也是一个充满挑战和机遇的行业。我意识到，想要在物流行业取得成功，除了基本的专业知识和技能，还需要具备团队合作、应变能力和领导力等软实力。我将继续努力学习提升自己，在这一领域找到适合自己的发展方向。

总结起来，通过超市物流实习，我深刻认识到物流对于超市运营的重要性以及其中的挑战和复杂性。我通过这段实习积累了一些关于物流职业的经验和技能，同时也对自己的未来发展方向有了更清晰的认识。我相信，通过自己的不断努力和的学习，我一定能够在物流行业取得成功并为超市的发展做出贡献。

## 超市防损员的工作心得篇三

从20xx年8月12日至20xx年8月24日。我在xx购物广场工作。

十二天xx购物广场蔬菜区的工作，是我收获了很多，我也初次的融入社会。常听学长说在学校学的知识不实践，不运用便都是死知识。以前总认为学长们把事情说的夸大化，但经过这十二天的工作，我的观点改变了，并且我认为一次实践比将理论知识抄上一百遍好得多。

早上、晚上我都有固定的上下班时间和我以前的假期生活截然不同。高中毕业的那个暑假。天天无所事事的我，偶尔会和同学上网吧消遣时间和父母去超市购物。每回上超市都会看到服务员在各区为购物者服务，认为这种工作是在容易不过的，这次自己亲历了这份工作才知道其实并不容易。

我每天早上七点开始上班到下午五点下班，第一天刚上班便跟工作人员学习如何摆放蔬菜。xx点超市正式开始营业，购物者开始陆陆续续的进入超市，我和同事在蔬菜区为购物者服务，要站在自己负责的区域看管自己所要负责的蔬菜，刚开始对于这份工作感觉很新奇，自己终于有一天也成为了一个超市的服务员。在工作时间要一直站在自己的区域内，还要不断将购物者买走的蔬菜补齐，在购物者挑选完蔬菜后再将蔬菜重新摆放成原有的样子，两天下来我对这份工作已经没有了原有的新奇取而代之的是一种厌倦，厌倦这种只为人服务的工作、厌倦格式化的工作。第三天可以说我是带着情绪在工作，年长的同事看到我的表现告诉我要去适应社会，而不是抱怨，想了想他的话感觉到自己的做法的错误。后来我每天都会很认真的工作，将自己负责的蔬菜摆放好，方便了购物者的购物需求。

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，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。这几天的工作我要看管我的责任区、帮助他人推上货车、要观察顾客对每类蔬菜的购买量。这些都是在学校里无法感受到的，而且很多时候，我不时要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去 做，而且要尽自己的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。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。而这里是工作的场所，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样做人，以提高自己的能力！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，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。而走进社会，接触各种各样的顾客、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。

十二天的工作很快的就过去了，我也很好的完成了我的工作，我第一次的走上了社会、认识了社会、了解了社会。以后我还会有同样的经历，现在我可以说我加入了社会，有了自己的第一笔金！

## 超市防损员的工作心得篇四

第一段：介绍实习背景及目的（约200字）

超市物流是现代物流行业中的重要组成部分，其目的在于保证商品能够快速、准确地送达消费者手中。为了更好地了解超市物流的工作流程和运作模式，我参加了一次为期一个月的超市物流实习。我希望通过这次实习，能够深入探究超市物流的工作方式和面临的挑战，同时提升自己的实践能力和专业素养。

第二段：实习中的重要工作任务（约300字）

在超市物流实习期间，我主要分为两个部分进行工作。首先，我被分配到仓库管理部门，负责日常的物资调度和库存管理工作。这项工作需要我细心、耐心和严谨的态度，以确保商品的储存和分发能够高效有序。其次，我还参与了超市的货物配送工作，负责协调供应商和超市之间的运输，确保货物能够按时到达超市。这项工作需要我具备良好的沟通和协调能力，以应对突发情况和解决各种问题。

第三段：实习经历给我带来的启示和收获（约300字）

通过这次实习，我深刻认识到超市物流工作的重要性和复杂性。一方面，超市物流直接关系到商品的销售和消费者的购物体验，因此质量和效率都必须得到高度重视。另一方面，超市物流面临着数量庞大、品种多样的商品，需要具备编制计划、协调供应链和处理突发事件的能力。实习期间，我不断学习和提高自己的专业技能，提高工作效率和准确性。同时，我也认识到沟通和团队合作的重要性，只有与仓库人员、供应商和上级领导密切配合，才能够顺利完成工作任务。

#### 第四段：实习中遇到的挑战及应对策略（约300字）

在实习期间，我也遇到了一些挑战，最主要的是配送工作中的时间紧迫和突发情况的应对。有时候供应商的货物没有按时送达，或者超市的销量出乎意料地增加，这时候我需要迅速调整计划、协调资源，以确保货物能够准时到达超市，并且能够满足消费者的需求。面对这些挑战，我学会了保持冷静和灵活应对，积极寻找解决问题的方法，并且及时向上级汇报。同时，我也积累了一些应对突发事件的经验和技巧。

#### 第五段：对未来发展的展望（约200字）

通过这次超市物流实习，我对物流行业有了更加深入的了解，并且意识到自己的兴趣和潜力。我希望能够继续深耕物流领域，不断提高自己的专业素养和实践能力。在未来的发展中，我希望能够通过自己的努力和实践经验，成为一名优秀的物流专业人才，在超市物流行业中有所作为。我相信，只要不断学习和进步，我一定能够取得更好的成绩和更大的突破。

#### 总结：（约100字）

通过这次超市物流实习，我不仅加深了对物流工作的理解，提升了自己的实践能力，还获得了宝贵的经验和启示。这次实习为我未来的职业规划奠定了坚实的基础，并且让我对自己的人生发展充满信心和希望。我将继续努力学习，不断进

步，为实现自己的物流梦想而努力。

## 超市防损员的工作心得篇五

首先很高兴有机会作为管理培训生进入xxxxxx实习，在这个的家庭里我了解了超市运营基本常识，认识了很多的朋友。一切对我来说都是新鲜的，也是陌生的。

第一天很荣幸地听了店长主持的周会议，90分钟的会议全是数据、表格展示却我我莫大的震撼。超市工作不是简单地各部门把东西卖出去，还有系统的内部管理工作包括制定销售目标、制定工作计划、控制商品存货、定价、处理顾客投诉、消除内部损耗、员工工作时间合理调配等等。战略管理、商品管理、卖场管理、行政管理任何一个环节都有大量的工作。这次会议是超市工作的缩影，是全面认识超市工作难得的`机会，让我深刻体会到自己零售知识贮存的空白，不消极怠工，学习、学习、再学习是在工作和业余时间不变的任务。

我被分在了纺织部实习，这一周除了在办公室学习就是在纺织部卖场帮助促销人员为顾客提供服务。虽然一周的时间不长，但是在王经理和部门同事的帮助下我掌握了纺织部的相关工作，包括收货、堆垛、促销、打价签、价格核对。也在卖场了解纺织部门的各种产品，熟识产品或产品包装上应有的标识，以及责任区域内商品的名称、规格、用途、等级、和保质期等商品知识。帮助促销人员回答顾客问题促进销售、打磁扣、站岗，特别是保暖内衣这种季节性促销产品。通过几天的卖场实习，我个人认为超市营运管理工作虽然简单但需要我们认真对待，注重细节。价格管理商品采购、订货、验收、销售各个过程都要监督和控制。百佳订货和销售是分开的，实际到我们的工作中就是收货时要核对货品编号、条码，每天定期进行价格检查，及时打印价签更改变价商品的价格，保证每项商品不可有两个不同价格标签。卖场商品也需要认真分析商品特点，再结合超市促销活动进行陈列达到易见、易找、易选的目标，一般抵挡次排在最外面，吸引顾



客，努力防止商品损坏和失窃。每天认真检查商品，快销售完且存货不足是商品要安排摆放其他商品；畅销商品收货后应尽快列出；允许退货的滞销商品应尽快退货；定期核查电脑里面数据与当前存货是否相同；价签与商品是否一致还原顾客错放商品；褪色、破损或遗失的价签要及时更换。

春节将至超市营业额也猛增，在王经理的正确领导及纺织部全体员工的团结合作下我们及时对商品排列进行调整、美化，对顾客进行贴心服务，促进销售，我们部门的营业额同比去年显著增长。但是我想如果能够适当的改善袜子、内裤、内衣整体位置布局，将会更方便顾客的购买。首先男士内裤、袜子夹在男士保暖内衣盒女士保暖内衣之间，女士保暖内衣的客流量明显减少；其次大多都是家庭妇女来购买内裤男士、女士内裤分开，不方便；最后女士内裤独占一个大牌面，商品没有丰实感且太高顾客不易拿取。最后就是有很多顾客询问收银台、出口等等，可以适当在通道设置一点路标。

回顾这一周的工作，自己整体上因为参加营运时间较短，经验少，操作不够自如。超市运营管理要学的东西多而细，只有自己积极主动才能真正有所收获胜任自己的工作。刚刚毕业的我们应该比别人更加努力，一方面在公司学习超市管理如商品的成列、盘点、价格检查等具体环节，把理论知识消化贯通在运用到实际工作中。另一方面通过了解最新市场信息，查阅超市营运的相关的专业资料，使自己的全局思路更加清晰，全面提高自己的业务水平和管理水平，为公司发展奉献自身全部的能量。是更好的为超市来带利益。

最后特别感谢部门王经理、孙主管的悉心指导以及纺织部其他同事、促销人员的帮助。

## 超市防损员的工作心得篇六

第一段：介绍实习背景和目的（200字）

作为一名大学生，在大学期间参与实习已经成为我们提高自身专业素养的必经之路。最近，我有幸在一家超市进行了为期一个月的顶岗实习。实习期间，我担任收银员的岗位，目的是通过实践来提升自己的沟通能力、团队合作能力和服务意识。

## 第二段：实习过程的总结和感悟（300字）

## 第三段：团队合作的重要性（300字）

在实习期间，我深刻感受到了团队合作的重要性。在超市这个大环境中，每个人都有自己的职责和任务，只有通过合作才能发挥出最大的效能。我与其他收银员之间相互帮助，共同解决工作中的难题，形成了紧密的合作关系。我们通过分享经验，加深了对工作的理解，并逐渐提高了工作效率。团队合作不仅可以提高工作效率，还可以减轻个人的工作压力，更好地满足顾客的需求。在这个过程中，我明白了只有真正懂得尊重他人、相互合作，才能获得更好的结果。

## 第四段：与顾客的互动与服务意识（300字）

在超市实习期间，我有许多与顾客互动的机会。通过与顾客的交流，我明白了顾客是超市的重要支撑，是我们工作的重要对象。我学会了倾听顾客的需求，并根据他们的要求提供符合他们期望的服务。顾客的满意度是我们衡量服务质量的最重要标准，作为一名收银员，我通过微笑、友好的问候和耐心的回应，尽量满足顾客的要求，并为他们创造一个舒适的购物环境。通过与顾客的互动，我更加明白了服务的重要性，也提高了自己的服务意识。

## 第五段：实习的收获和对未来的展望（300字）

通过这次超市顶岗实习，我深刻体会到了工作的辛苦和重要性，学到了许多在课堂上无法获得的宝贵经验。同时，我也

从团队合作、顾客互动等方面提高了自己的专业素养和人际交往能力。这次实习使我对未来的职业规划有了更清晰的认识，我将更加努力学习专业知识，不断提升自己的能力，为将来的职场生活做好准备。

总结：通过这次超市顶岗实习，我收获了很多东西，包括与团队合作、互动顾客以及提高服务意识有关的经验。这次实习让我明白了工作的辛苦和重要性，并为我以后的职业生涯做好了充分准备。我相信，通过这次实习，我已经在提升自己的素养和能力方面迈出了坚实的一步。

## 超市防损员的工作心得篇七

### 第一段：引子（200字）

超市作为日常生活中不可缺少的一部分，是人们购买日用品和食品的主要场所之一。作为一名大学生，今年暑假我有幸在一家超市进行了为期一个月的顶岗实习。这次实习经历不仅让我深刻体会到了超市运营的辛苦，还使我在沟通、服务和管理等方面取得了较大的进步。

### 第二段：沟通与服务能力提升（200字）

在超市的顶岗实习中，我主要负责接待顾客、解答顾客提出的问题，以及处理一些顾客投诉。这期间，我与很多顾客进行了沟通，并帮助他们解决问题。通过这种与人沟通的实践，我逐渐锻炼了自己的沟通能力，学会了倾听、明确问题和表达观点的技巧。同时，我更加明白了在顶岗服务中需要耐心和友好的态度。与顾客进行的互动，使我从理论层面转化到了实践层面，认识到了顾客需求背后真正的合理性和现实性。

### 第三段：管理意识的增强（200字）

在超市顶岗实习的过程中，我还有机会参与到一些管理工作

中，例如库存管理、商品陈列和店内整体布局等。通过这些实践，我深刻认识到了管理的重要性和挑战性。为了高效地完成工作，我学会了制定合理的计划和提高自己的时间管理能力。此外，实习经验也加深了我对团队合作的认识和理解。在与同事共同完成任务的过程中，我明白了团结协作的重要性。

#### 第四段：困难与挑战（200字）

在实习期间，我也遇到了一些困难和挑战。超市工作时间较长，我需要连续站立工作，这对于一个长期习惯于课桌前的学生来说是一种考验。此外，处理复杂的投诉和纠纷案件也需要相应的耐心和应对能力。这些经历让我更加坚定了自己的意志，并使我更好地面对困难，勇于挑战。

#### 第五段：实习收获与总结（300字）

通过这次超市顶岗实习，我不仅获得了沟通和服务能力的提升，还锻炼了自己的管理意识和团队合作能力。我更深刻地理解了超市运营的辛苦与不易。同时，实习经历也使我更加坚定了将来从事相关行业的信心和决心。在未来的工作中，我将更加注重沟通和服务质量，并进一步提高自己的管理能力，以更好地适应竞争激烈的商业环境。

总结：通过这次超市顶岗实习，我收获了沟通、服务、管理等多方面的经验和能力。同时，我也感受到了顶岗实习中的困难和挑战，但这些困难并没有阻挡我前进的步伐。相反，我通过努力和坚持，逐渐成长并取得了进步。这次实习不仅对我的专业和职业发展起到了推动作用，更在人生道路上给予了我宝贵的经验和教训。我深信，这次顶岗实习将成为我人生中一个重要的转折点，对我将来的发展产生积极而深远的影响。

# 超市防损员的工作心得篇八

超市顶岗实习是大学生职业素养培养的一项重要内容，为了提高自己的实际操作能力，我决定参加这次实习。实习前，我仔细阅读了相关的实习手册，了解了超市的运营模式、产品种类以及销售策略。同时，我也通过与同学讨论，充分了解了超市顶岗实习的目的和重要性。这些准备工作使我对实习有了全面的了解，提高了我对实习的期望和要求。

## 第二段：实习的过程和体会

超市顶岗实习的第一天，我来到了超市，迎来了不一样的工作场景。我被分配到了某一部门，负责货架的摆放和商品的陈列。一开始，我觉得这是一项简单的工作，但实际上却对我的动手能力和观察力提出了挑战。货架的摆放需要根据商品的分类和销售情况进行调整，以便顾客能够更方便地找到所需商品。在这个过程中，我学会了如何细心观察商品的销售情况，并根据实际情况及时调整货架的陈列。通过这个实习过程，我深刻体会到了超市产品陈列对销售的重要性以及运营策略对销售的影响。

## 第三段：悟到的职场思考

通过实习，我也开始思考一个职场中有关的问题。比如，如何和同事相处、如何处理顾客的投诉、如何提升销售业绩等等。在和同事相处方面，我发现团队合作和沟通十分重要。只有通过团队合作，才能更好地完成任务，提升工作效率。在处理顾客投诉方面，我意识到顾客的满意度是超市经营的核心，只有真诚地对待顾客的投诉，并积极解决问题，才能提升顾客的满意度。在提升销售业绩方面，我发现观察和了解顾客的需求是非常重要的。只有根据顾客需求，展开销售工作，才能达到销售目标。

## 第四段：收获与反思

通过这次超市顶岗实习，我不仅学到了许多实际操作的技能，也明白了一个职场人应有的素养和工作态度。在实习期间，我努力融入团队，学会了与人合作的重要性；我勇敢承担责任，学会了怎样应对工作中的困难；我虚心学习，接受同事和领导的指导，成为了一个具备职业操守的员工。通过实习的全过程，我不仅提高了专业知识和技能，更重要的是心态上的成长，明白了工作是什么，如何去做一个合格的职场人。

## 第五段：对未来的展望

这次超市顶岗实习不仅是一次对自己的考验，也是一次对自己职业规划的重要机会。通过实习，我意识到自己在某些方面还存在不足，比如与人沟通的能力以及处理问题的决策力等等。未来，我将用心学习，提升自己的能力，寻求更多的实习机会，为将来的就业做好准备。同时，我也会根据实习中的经验，对自己未来的发展方向做出适当的调整和规划，为实现职业目标奠定扎实的基础。

通过这次超市顶岗实习，我深刻体会到了职场的现实和挑战，通过不断学习和实践，我相信我能够成为一名优秀的职场人，为实现自己的职业目标而努力。

## 超市防损员的工作心得篇九

不知不觉中，两个月的时间过去了，这段时间里，自己学到了很多平时接触不到的知识，并且学会与顾客的沟通技巧，以及处理问题的应变能力，最重要的是自己通过工作实践，知道工作态度的重要性，只要心态改变，外界环境就会随之改变。在校园里学到的知识毕竟有限，如果能结合实践就会有更大的收获。

学校安排的实习非常有意义，用人单位和实习生都有受益。对用人单位而言，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，也可以作为用人单位的公关手段，让更多的社会成员（如实习生）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。

我想学生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，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。

实习过程中我不断学习总结，发现刚刚接触一份工作不可急功近利要脚踏实地自主学习，不能完全依赖，要自己总结思考，下次就不会犯同样的错误。最为重要的就是要有良好的工作状态，积极进取的心态，这样才能做好事，做对事。同时还要学会与他人配合，孤军奋战不仅效率低而且紧不慢。为人处世是我一辈子都学不完的知识，要多听多看，谨言慎行才好。我分别阐述一下自己的观点。

- 1、自主学习。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'经验来指导我工作，让我少走很多弯路。我所要做的只是甄别哪些是我需要了解的，长此以往就会找到自己感兴趣的。

- 2、积极进取的工作态度。在工作中，我不只为公司创造效益，同时也提高了自己，象我这样没有工作经验的新人，更需要通过多做事情来积累经验。特别是现在实习工作并不象正式员工那样有明确的工作范围，如果工作态度不够积极就可能

没有事情做，所以平时就更需要主动争取多做事，这样才能多积累多提高。

3、团队精神。工作往往不是一个人的事情，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。一位资深人力资源专家曾对团队精神的能力要求有这样的观点：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。

4、基本礼仪。步入社会就需要了解基本礼仪，而这往往是我们不大重视的，无论是着装还是待人接物，都应该合乎礼仪，才不会影响工作的正常进行，这就需要平时多学习。我们每天要重复多少次“欢迎光临”“欢迎再次光临”连自己都数不清，我们以热情的口吻说的时候，顾客会非常高兴，使其产生愉悦的购买心理。反之，会使顾客产生厌烦情绪，甚至吵上一架，这样就得不偿失了。

5、为人处事。作为学生面对的无非是同学、老师、家长，而工作后就要面对更为复杂的关系。无论是和领导、同事还是客户接触，都要做到妥善处理，要多沟通，并要设身处地从对方角度换位思考，而不是只是考虑自己的事。

通过本次实习，我的能力也有所提高。做事情会比从前更有耐心，更加细心，在工作态度上也有很好的转变。本次实习也为我即将步入社会工作奠定了基础，让我更加坚定自己的信念，努力奋斗，自强不息。

言语是无力的，要付诸于行动才行啊，这次实习为我们即将步入社会奠定了基础，我要一直保持这种工作热情和积极的



态度面对接下来的挑战。

在以后的工作中，势必强化改正，力求坚守好每一班，把握好每一个细节，让自己的情绪收放自如，真正做到尽善尽美！