# 大四大学生实习工作总结报告

来源：网络 作者：梦中情人 更新时间：2025-03-16

*大四大学生实习工作总结报告7篇大四大学生实习工作总结报告大家会写吗？总结必须有情况的概述和叙述，有的比较简单，有的比较详细。以下是小编精心收集整理的大四大学生实习工作总结报告，下面小编就和大家分享，来欣赏一下吧。大四大学生实习工作总结报告【...*

大四大学生实习工作总结报告7篇

大四大学生实习工作总结报告大家会写吗？总结必须有情况的概述和叙述，有的比较简单，有的比较详细。以下是小编精心收集整理的大四大学生实习工作总结报告，下面小编就和大家分享，来欣赏一下吧。

**大四大学生实习工作总结报告【篇1】**

一、实习的目的与意义

在本科专业教育中，实习是一个重要的实践性教学环节。通过实习，可以使我们熟悉外贸实务的具体操作流程，增强感性认识，并可从中进一步了解、巩固与深化已经学过的理论和方法，提高发现问题、分析问题以及解决问题的能力。下面，我将实习工作总结如下，敬请各位提出宝贵意见。

在公司具体实习过程中，能够接触国际货物买卖实务的具体操作，进出口的成本核算、询盘、发盘与还盘等各种基本技巧，还能对某一行业深入彻底的了解并能切身体会到国际贸易中不同当事人面临的具体工作与他们之间的互动关系，接触公司制定的各种战略以实现跨国经营和良好的市场运作；认识供求平衡、竞争等宏观经济现象，能够接触真实的商务实战，了解自身存在的不足，并积累一定的经验，为将来走上工作岗位打下良好基础。

二、实习内容

\_\_\_\_年12月末，我开始了校外实习生活，初次来到上海，在陌生与盲目中寻找实习单位，又在努力和热情中寻找希望，终于在1月里的一次晴天中来到了\_\_集团，在HR的介绍下，了解到\_\_集团创立于1965年，以销售AMANO品牌打卡钟起家，如今企业版图涵盖办公设备（OA）、家具、通讯商品等领域，公司遍布大陆、日本、美国及新加坡等地；商品阵容包括办公室自动化设备、办公家具、手机门号以及资讯软体等。

\_\_的OA事业稳健发展，年年取得60%以上的市场占有率；办公家具事业更以市场领导之姿，推出全台首创的“家具租赁”专案；而在行动通讯领域，\_\_拥有二百多家连锁通讯门市，目前也整合资源，朝的专业手机通路迈进。\_\_有四十年丰厚的实战经验，俨然成为特色的综合性行销集团。在新加坡，公司以销售各类型事务用计算器、办公室用碎纸机、护贝机为主，亦针对SOHO族提供事务用品、耗材的销售，在新加坡也成功进入市场并迅速建立了品牌声望。

在日本，\_\_公司成立于1976年，总部设立在日本东京，立志于开发世界科技经济实力第二大的日本市场，不断运用其强大的销售通路与团队合作力量，以合理的价格和高品质的服务来满足世界上最为苛刻的市场标准。同时通过近30年的日本市场运作经验，使“AURORA”产品在日本的品牌价值得以不断的提升，来实现\_\_集团在日本的深远发展，作为一家大型跨国公司，\_\_凭借高素质的员工队伍、雄厚的实力、丰富的经验、良好的信誉、先进的技术及精良的设备，可为各种规模的公司、企业提供办公设备和专业的技术保障。公司总经理对行业和企业优势进行评价，并且向我们介绍了集团跨国经营策略和对市场分析，让我们受益匪浅，之后，在一名同仁带领下，我分别拜访了集团大陆事业部的成功客户，有汇丰基金、上海通用、花期银行和百思买国际等等国际上声名显赫的大公司，在与这些顾客进行简单的攀谈中，体会到\_\_公司的经营理念和发展规模，并丰富了我对公司的认知。

在随后的一周里，我来到集团的OA公司，进行真正是实习过程，刚到公司的时候，助理拿了许多关于公司和产品的资料让我详细阅览，资料中多次提及公司的经营理念和产品的专业术语，大多是英文和日语，由于刚刚走出校园，懒散的心态使我并没有认真的去学习和体会，以至于在后来的实际操作中出现了严重失误。在公司的实习过程中，还接触到了大型公司的ERP系统，每位员工都能够通过ERP系统进行日常的作业，集团可以通过ERP系统，对供应链实行有效的管控。集团的供应链管理在业界享有很高的知名度，正是如此，公司在跨国发展中实习了有效的成本管控和生产经营。

接下来的日子里，我在同仁的带领下不断的学习和实践。经过一阵时间的产品资料的熟悉，经理让我们实际的操作，在学校里我们学到里很多理论知识，什么外贸术语，寻发盘、商务谈判等等，但是真让我一个人开始操作，真就不知道如何起步，因为我不知道该如何开发客户，如何进行有效的沟通，因为我们是专门的销售公司，负责对内和对外产品销售工作，因此并不涉及产品的生产研发，这是其他分公司的事，所以我们日常的工作很大一部分都是用来进行开拓市场和联系客户，因为是实习生，公司对我们并没有十分严格的要求，我们在老员工的指导下，学习怎么有效的进行市场开拓，起初对于开发客户很胆怯，国内的还好点，国外的由于英语水平的限制，通过电话根本不能进行有效沟通，只能通过E—MAIL套用教材中的例子，这样才得到了一些有效的信息。

在一次与外国公司驻中国办事处的沟通中，因为对公司的认知和我对产品优势的大致阐述终于激发了对方的采购欲望，在第3天的有效沟通中，对方提及了一个相当专业的问题，问到我们产品的墨粉规格和机器预热和输出最快时间差，这样的问题对于外商，你必须给予准确到位的回答，因为这是顾客的购买点，由于之前的大意，我遗憾的失去了一次非常好的机会，随后的时间里，逐步加强了对产品详细的了解和说明，为应对客户的各种问题做充分的准备，进一步准备之后，又重新进入了实际操作，开始联系客户，报价，谈判等等。

因为公司经常有产品发出，因此也接触到了相关的合同、发票和其他的单据，之前的这些单证在上课时都接触过，但是理论和实践不同，实际操作起来才发现这些单证的重要性，一点疏忽就能造成不必要麻烦，这些单据大大加强了我们的实践操作能力，也让我们对如何填写这类单据有了进一步的认识。总之，凡事都需要虚心用心的学习，这样才能够掌握实践的操作。

在公司实习的过程中，有幸参加了一次集团一年一度的过关斩将活动，活动是在公司位于上海嘉定区的培训基地举行的，主要目的是锻炼和提高业务水平，分为4关，建立有效客户，产品展示，议价，交易。在各个环节都有经验十分丰富的经理把关，我们实习生作为观摩，学习实际工作中的技巧和积累经验，在活动结束后，公司的崔处长进行了总结，并对所有同仁给予殷切的期望。

在公司最后的几天里，我们来到了公司的博物馆，来切身感受公司的文化，仔细聆听公司工作人员的介绍，对\_\_集团创立以来的文化和理念有了更深层次的认识，在他们的眼中企业是一个团队，讲求团队力量的发挥；经营更是一项长期竞赛，要发挥“众人同心，其利断金”的加乘力量，企业才能持续成长。\_\_现阶段在务实与创新的行动纲领下，未来的经营策略仍将积极开创，确实掌握产业趋势，延伸核心事业和相关产业的发展。展现\_\_集团自创品牌国际化的自信心与企图心。鲜明的红色标志，象征\_\_集团如旭日东升般，散发着光明与活力；同时在内涵上，秉持着稳健踏实的一贯经营风格，蕴含创新突破的经营魄力。

**大四大学生实习工作总结报告【篇2】**

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，这是我一生中的一笔宝贵财富。

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。

**大四大学生实习工作总结报告【篇3】**

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的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，菜发现自己知道的是多么少，这是菜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。

**大四大学生实习工作总结报告【篇4】**

成为一名教师已经一个多月了，成为一名合格且优秀的老师一直是我的目标，我认为教师必须“树立正确的教育观、质量观、人才观，具有良好的师德。教师要热爱学生，尊重学生的人格，面向每个学生，平等、公正，因材施教，要逐步掌握对学生进行发展性评估的方法，促进他们健康成长和发展。下面我就来具体谈谈如何成为一名合格且优秀的老师。

一、更新观念，认同素质教育，打好基础

更新教育观念，认同素质教育，是教师的当务之急，要把对素质教育的认识与理解落实到自己的思想和行动上，树立正确的教育观、质量观、人才观。尽快地从应试教育的樊笼里跳出来。“应试教育”使肩负科学发展和社会进步的“祖国未来”束缚在考试的枷锁下，教育已经成为制约中国未来发展的最大因素。所以教师首先需要转变传统的“应试教育”思想刻不容缓，要真正把培养学生获取知识的能力作为教育的重点，使他们走上工作岗位后，能够不断地和有效地更新、掌握所需的科学知识，、以适应实际工作的需要去创造性地工作。

二、强化师德，展现人格风采，挺起脊梁

一般来说，学生都对教师有着一种特殊的信任和依赖感，他们把教师看成自己学习上的导师、德行上的榜样、生活上的参谋。任何一个成功的人，无不受益于教师高尚人格的影响。一个教师要教育学生具有高尚的人格，自己必须做到言行一致，表里如一，以身立教。此外，教师人格的力量还应以先进的思想、优秀的品德、良好的作风、渊博的学识去教育和影响学生，带动学生去追求理想的人格。

三、狠练内功，积极参与实践，构建主体

教师的职责是教书育人。教书育人是一门科学，也是一门艺术。要教好书，育好人，教师必须坚持不懈地练好教学基本功，不断地探索教育的规律和技巧，努力提高自身的业务水平，增强育人能力。教师既要有比较扎实的专业知识，又要有相关学科的一般知识，要转变教育观念，屏弃传统陈旧的教法，运用教育教学规律，掌握科学的教学方法和教育法、心理学等基本理论，并将其有效的创造性地运用于实践。在实施教育的过程中，在向学生传授知识，训练技能的同时，教师还要不断地更新知识，加强进修，提高教书育人的能力，用真才实学去教育学生。

总之，真正成功的教学过程，必定是升华为审美境界的艺术欣赏过程；是教与学双方思想交流、感情共鸣，情与理完美统一的过程。在这样的教学过程中，教师高尚的师德得到张扬，人格风采得到了高度展现，渊博的知识积累得到了全面调动。他们在知识的海洋里纵横捭阖，潇洒自如，尽情风流。学生在这样优秀的教师本身的独特师德魅力，人格力量，学识风范所感染、吸引下，于不知不觉的撞憬中找到寄托、顿悟、共鸣以及理想的影子。

**大四大学生实习工作总结报告【篇5】**

时间过得真快，转眼间，两个月过去了。在这段时间里，我感到自己收获了许多，不仅有学习方面的，而且时间能力上也得到了提高，这些对我来说受益匪浅。

当初，在学校里调皮捣蛋的我们，如今到了社会上才知道父母的不易，工作开始，或许有些不适应，是因为刚从学校出来，过去习惯与恬美，幽静的校园，没有受过磨练，所以刚开始工作的几天，我慢慢地去适应工作，努力使自己完成从学生到教师的角色转变。虽然在工作生活中，总会遇到一些困囊，但我知道，有所成就的.人从来就不畏惧困难，我相信我们能克服一切的困难，把这顶岗实习工作做好。

我很荣幸成为曲寨中学的实习教师，希望我们能在这里发挥出自己的潜能，作出相应的贡献。工作刚开始，首先了解了教师职业的神圣和职责。虽然这里工作环境有限，但是这里是我实习工作的起点，只有将最基本的工作做好，认真听课学习优秀前辈经验，我才能熟练地掌握授课的技能。我也会在以后的工作学习中不断要求自己，完善自己，让自己做的更好。

环境可以平凡，但是不要甘于平凡。任何事情，只有做与不做，没有能与不能，只要去做了，相信总有成功到来的一天，我们和这里的老师一样，会认真努力，我相信工作能磨练认得意志，别人能坚持，我们也能！

在实习中我们也经历了一些困难，思想上也有了一些变化，但我们作为实习生首先要端正实习态度，踏踏实实地做好每一天的工作，要和其他老师和睦相处，坦诚相见，我在心里暗下决心，一定要珍惜这次实习机会，努力做好工作，认真的向其他老师学习。

带着一身稚嫩，带着青春的热情，我踏上了工作的征程，走上了一片更为广阔的舞台，我们怀着忐忑的心情走上了讲台。

我曾经构思过实习时的悠闲与轻松，殊不知，现实给我敲了警钟，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，每天的与学生相处在一起我才知道，做老师这个职业的神圣以及我们身上的责任。

我很庆幸和当地老师相处的这些日子，他们给予了我很多帮助，我们每天过得都很充实。在实习的这段日子里，我教学生语文给他们猜谜语听他们唱歌，学生们也都很喜欢我，让我真的很开心，同时也感觉到自己的付出得到了回报。渐渐地，我们从一个初出茅庐的小毛孩到现在的老师，是要经过多大的风雨啊。

实习是每一个大学生必须拥有的一段宝贵经历，而这次实习的意义，对我来说已不再是完成顶岗实习的任务，而是我们真正在实践中开始接触社会，了解社会的一次重要机会；让我们学到了很多在课堂上学不到的东西，增长了见识，开阔了视野，为我们以后走上工作岗位打下了坚实的基础。

**大四大学生实习工作总结报告【篇6】**

两个多月的实习，对于刚踏入社会的我们，是一种锻炼，也是在积累经验。为我们以后真正进入课堂打下坚实的基础，提高专业技能和专业水平。刚进入职场，情绪难免有时会有些冲动，心情难免会有些烦躁。但对于我们来说，都是非常正常的。事事都不可能那么顺利，有时难免会向朋友、同学抱怨这抱怨那。当我们面对做自己不想做的事情，而非要强迫自己去做，觉得非常痛苦。现在我们应该这样想，自己已经不再是学生了，是个职业人了，要有追求和责任。虽然只是实习阶段，更应该给自己一个明确的定位，才会有动力。竟然选择了，不管以后的路多艰难，我跪着也要把它走完。有时候想想，自己一个月下来，自己也成长了许多。

一个月的时间，过得开心自己觉得时间过得很快，过得不开心就像过了一个世纪。可能就是心态不好吧，心态好的人做什么事情都更理性，更淡定，至少心情不会那么烦躁。八月份，每个新老师都充当了许多不同的角色，老师、保姆、助教、市场销售、课程顾问等等。说起来还真是挺累的，而且每天上班都超过原有的规定时间，虽然有时会有点抱怨，但是我们还是能学到很多东西，觉得还是很开心。在教学中，遇到一些问题，我会主动向老教师请教，寻求一下他们的想法和意见，自己及时总结每天跟着老师进班，借鉴一下他们的教学模式，自己加以创新，才能更快的提升自己。

大学所学的那些专业知识，根本无法全部运用在真实的课堂，而要在实际情景中磨练。我们学校对每个老师的要求都挺高，对不同年龄阶段的小孩，我们应该采用什么教学模式。所以我们每天都要比别人多付出多一点，纠正自己的缺点，让自己快点成长。每天给自己一个明确的目标，给自己制定一个两年的规划，具体时间该做什么？俗话说：机遇总是留给有准备的人。曾经天天午休看管小老外，我们既可以学习他们国家的语言，又可以了解幼儿的心理。培养自己的耐心，怎么更好的教育小孩？有时候停下来想想，这根本就跟我的专业没关系，为什么还要要求我们这样做？能把幼儿教好，以后不管任何阶段的小孩，都能用适当的方法处理。

有人说：世界上最难的两件事情：一是把别人的思想转化为自己的思想；二是把别人的钱转化自己的钱。有时候我们看待事情要用正确的方法，不能听别人的消极意见，而是自己要有主见，我们可以用正确的方法引导别人。

我们现在主要是学到东西，积累经验，不管多累，我们都应该挺下去。选择大于努力，想清楚：我能做什么？我想做什么？我该做什么？我该怎么做？准确的自我定位。任何时候，不要为失败找借口，要为成功找方法。

**大四大学生实习工作总结报告【篇7】**

首先、毕业实习的顺利进行得益于扎实的专业知识。

用人单位在招聘员工的第一要看的就是你的专业技能是否过硬。我们一同过去的几位应聘者中有来自不同学校的同学，有一部分同学就是因为在专业知识的掌握上比别人逊色一点而落选。因为对于用人单位来说如果一个人有过硬的专业知识，他在这个特定的岗位上就会很快的得心应手，从而减少了用人单位要花很大的力气来培训一个员工。

第二、在工作中要有良好的学习能力，要有一套学习知识的系统，遇到问题自己能通过相关途径自行解决能力。因为在工作中遇到问题各种各样，并不是每一种情况都能把握。在这个时候要想把工作做好一定要有良好的学习能力，通过不断的学习从而掌握相应技术，来解决工来中遇到的每一个问题。这样的学习能力，一方面来自向师傅们的学习，向工作经验丰富的人学习。另一方面就是自学的能力，在没有另人帮助的情况下自己也能通过努力，寻找相关途径来解决问题。

第三、良好的人际关系是我们顺利工作的保障。

在工作之中不只是同技术、同设备打交道，更重要的`是同人的交往。所以一定要掌握好同事之间的交往原则和社交礼仪。这也是我们平时要注意的。和谐的人际关系，能为顺利工作创造了良好的人际氛围。

另外在工作之中自己也有很多不足的地方。例如：缺乏实践经验，缺乏对相关技能知识的标准掌握等。所在我常提醒自己一定不要怕苦怕累，在掌握扎实的理论知识的同时加强实践，做到理论联系实际。另一方面要不断的加强学习，学习新知识、新技术更好的为人民服务。

通过这次毕业实习，把自己在学校学习的到理论知识运用到社会的实践中去，一方面巩固所学知识，提高处理实际问题的能力。另一方面为顺利进行毕业设计做好准备，并为自己能顺利与社会接轨做好准备。毕业实习是我们从学校走向社会的一个过渡，它为我们顺利的走出校园，走向社会为国家、为人民更好服务做好了准备。

经过过去一个月的实践和实习，我对未来充满了美好的憧憬，在未来的日子，我将努力做到以下几点：

一、继续学习，不断提升理论素养。

在信息时代，学习是不断地汲取新信息，获得事业进步的动力。作为一名年轻人更应该把学习作为保持工作积极性的重要途径。走上工作岗位后，我积极响应单位号召，结合工作实际，不断学习理论、技能知识和社会知识，用先进的理论武装头脑，用精良的业务知识提升能力，以广博的社会知识拓展视野。

二、努力实践，自觉进行角色转化。

“理论是灰色的，生活之树常青”，只有将理论付诸于实践才能实现理论自身的价值，也只有将理论付诸于实践才能使理论得以检验。同样，一个人的价值也是通过实践活动来实现的，也只有通过实践才能锻炼人的品质，彰现人的意志。

从学校走向社会，首要面临的问题便是角色转换的问题。从一个学生转化为一个单位人，在思想的层面上，必须认识到二者的社会角色之间存在着较大的差异。学生时代只是单纯的学习知识，而社会实践则意味着继续学习，并将知识应用于实践，学生时代可以自己选择交往的对象，而社会人则更多地被他人所选择。诸此种种的差异。不胜枚举。但仅仅在思想的层面上认识到这一点还是不够的，而是必须在实际的工作和生活中潜心体会，并自觉的进行这种角色的转换。

三、提高工作积极性和主动性

一个月的实习期很快过去了，是开端也是结束。展现在自己面前的是一片任自己驰骋的沃土，也分明感受到了沉甸甸的责任。在今后的工作和生活中，我将继续学习，深入实践，不断提升自我，努力创造业绩，继续为社会创造更多的价值。

最后感谢单位领导和部门领导以及师傅们对我的支持和帮助，我会继续努力的。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！