# 有关物流中心实习周记范文汇总

来源：网络 作者：倾听心灵 更新时间：2024-07-02

*有关物流中心实习周记范文汇总一经过一下午的调整，2月18日，我们正式走进德邦。上午我们在人力资源部刘先生的安排下，参加了公司的培训。记得我们五个人穿着正装，胸前佩戴着兰州大学校徽，走进培训室的那一刻，我的心情很复杂。其实，相信我们每个人心里...*

**有关物流中心实习周记范文汇总一**

经过一下午的调整，2月18日，我们正式走进德邦。上午我们在人力资源部刘先生的安排下，参加了公司的培训。记得我们五个人穿着正装，胸前佩戴着兰州大学校徽，走进培训室的那一刻，我的心情很复杂。其实，相信我们每个人心里都明白，我们走出来，走进德邦，代表的是兰大人。培训课在很轻松的气氛中开始了，鹿宁老师以幽默自如的口吻开始了讲课，主题是调整心态。学员都做了自我介绍，鹿老师先做了示范，首先，我是\_\_\_，我有3个优点……，2个缺点……，最后总结。课堂上，我了解到，参加培训的人都是在公司工作了两年以下的年轻员工。鹿老师把所有学员按精英德邦人分成了5队，每队选出一名队长，并为大家做风采展示。之后老师让我们5个人也分别做了自我介绍。在课上，鹿老师讲了25种让你快乐的方法和18种保持良好心态的方法。他以自己渊博的知识给学员带来一个个生动的小故事和富于哲理的话语，这激励着、感染着我们每一个人。第二堂课的时候我们还做了游戏——“人椅”，结束后，学员都各自谈了感想。我想，其实每一位刚刚走进公司的人，都应该接受这样一些培训，因为它是在传达一种理念、一种文化。让每一位员工去认同德邦，认同它的一点一滴，才会用心去工作。老师的每一句话，都传达着一种思想。很喜欢这样一句：献身于你的工作，但别变成它的奴隶。之所以选择这句话，是因为，我觉得自己一直是一个太好强的人，无论是工作，还是学习、生活，我都会尽最大努力去做到最好，不会吝惜时间和精力，像一匹永不知疲惫的马，被驱使着似乎永远都不知道休息。只是，那一刻，我懂了，以后的日子，我依然会好好工作，但绝不是一台机器。我知道，有一天，我会变成他们的主宰。

2月18日下午，在人力资源部何涛先生的带领下，我们参观了公司总部，办公楼、营业部、汽运偏线、汽运统计部、外场等。下午3点左右，我们对鹿宁老师进行了个人专访。从何涛先生口中，我们还得知了，鹿宁老师是公司的金牌讲师。鹿老师，很和蔼，非常健谈，这是我对鹿老师的第一印象。在谈话中，我们得知，鹿老师从来没有进入过大学校门。用他的话来说，进入德邦是个误会，在德邦的发展是个奇迹。他高中毕业后，便进入国企当了工人，一干便是16年，那个年纪，别人还在吃喝玩乐，无所事事的时候，他在读书。实战营销18年，在自己奋斗的那段日子里，他依然坚持着读书的习惯，并且所有的工资都用来买书，文学的，管理的，哲学的，历史的，心态的，涉猎了很多，而且喜欢写东西，曾经的一篇文章获得了国际征文奖。他说，他当时只是想，只要能留下一本书，怎么样都无所谓。也许这个想法听起来很简单、很幼稚，但却非常朴实。知道现在，他仍然每天都坚持读一点东西。我想，一个人，好的习惯容易养成，但坚持下去恐怕是件难事。后来，抱着到沿海地区闯一闯的心态，他来到了广州，来到了德邦的招聘现场，最后成了德邦的一名员工。初进德邦时，他是一名普通的营业员，但是就是凭着自己的努力和多年的营销经验，业绩不断提高，3个月后，他成了经理，以后几乎平均每个月都为公司盈利300万元。但是他没有止步，公司开办培训班的时候，他报名参加，并主动要求让他试一试，给大家讲课。我想他是很感谢那次机会的，因为那一次，他一炮打响，也从此走上了自己的培训生涯。如今，他已经在德邦有5个年头了，他实现了自己的目标，08年全国巡回演讲。如今的他是德邦的高级培训师，享受着高级待遇，是受人尊敬的鹿老师，现在，他还是公司的一个小股东。他感谢德邦给了他这一切。我们也相信，鹿老师的路没有尽头，因为他用行动践行着一切。

在鹿老师那里，我们也了解到，德邦在08年被一家非常著名的培训机构评为最具学习力的公司，公司近年来一直致力于实行人性化管理，越来越关注员工的生活和福利。09年，公司总部将要进军上海，驰骋长三角，打造受人尊敬的企业，成为中国物流企业的领头羊。访谈的最后，鹿老师也对我们提出了建议：作为大学生，很重要的是坚持，要不怕失败，不要在乎待遇，少说话、多听、多做事，多与人沟通和交流，也要关注自己的口才。以后走上工作岗位，做人要诚实，做事，不能怕、更不能后悔，犯了错误，敢于承认，更要勇于改正，最重要的是要有高度的执行力。访谈结束了，相信每个人都感触很多，我想，当时，每个人都在想着不同却又相同的事。

2月18日，我们正式开始了在德邦的实习。我和程远强学长被分派到东平营业部，马雪被分在广州汽运偏线，马骁学长在人力资源部，谢子恝在广州汽运统计部。

第一次走走进营业部大厅，首先就会看到写着“全程呵护，放心托付”的德邦物流的标志。在柜台上，摆着价格表，另一面便是德邦的长青法则：我们的使命——为中国提速;我们的愿景——成为中国人首选的国内物流运营商;我们的核心价值观：成就客户——竭尽所能满足客户;卓越运作——没有好的运作，一切都是白费;创新发展——要做创新的人，不做教条的猪;长远视角——30年后成功才算成功;激情进取——绝不被淘汰。在每一台工作的电脑屏幕上，都有标准服务用语：业务咨询：您好，德邦物流。请问您贵姓，有什么可以帮到您?可以留下您的联系方式吗?感谢您的来电，再见，祝您心情愉快……每一位员工，从经理、主管、到普通营业员，都穿着齐整的工装。这一切都体现着德邦人在追求着更好的服务。

由于第一次接触，我们两个对所有的工作都很陌生，不知道该做些什么，也不知道怎么做。整个一上午，都处在无所事事的状态中。还发生了一件很尴尬的事，由于其他人都在忙着开单发货，我们两个便坐在一个椅子上挤在一台电脑前，浏览一些公司的相关资料，这时，发货部的一个姐姐过来提醒我们，这样坐不得，我们两个才意识到，这是在公司，不是在学校，而且是在面对客户的第一线。部门不一样，工作性质也不一样，在营业部，要注意自己的一举一动，随时保持最佳的形象。下午上班后，经理找我们谈了话，让我触动很大，当时的原话已经记不清了，但是，我明白他的意思。他说，两年前，我也和你们一样，有着大学生在校园里养成的固有的清高和对踏入社会的不适应，你们很单纯，但是既然来到这里，就要把自己融入这个集体，把自己变成局内人。在这里，没有人应该或者必须去帮助你，告诉你该做什么，需要你主动地去问别人，寻求帮助，获得真正有用的东西。原来一上午的“不理不睬”是在观察我们。下午的工作变得轻松了一些，引导客户填单发货，为客户倒水，引导客户去外场，在电脑前看营业员如何开货单，这看起来很简单，因为有专门的金蝶eas系统，只需工作人员将所有数据填上，打印出来即可，货单一式五联，第三联是交给客户的。然而其中有好多要注意的地方，每张货单都有不同的单号，货物的始发站和目的站，走货方式，包括空运和汽运，提货方式，包括送货上门、自提等，包装情况，是纸袋、纤袋，还是木架等，其中还有发货人和收货人的姓名及联系方式，货物保价，发货时间等很多细节。不同的目的地，不同的运输方式，不同的提货方式，发货价格是不同的。

两天的实习，我们还参加了部门的一个会议，终于对整个流程有了一个比较清晰的了解。我也深深体会到，一个不小心的错误，一个微妙的环节出错，都会产生不必要的麻烦，甚至会给公司带来巨大的损失。开单的时候，要对送货的货物非常留意，如果电话号码写错，地址不问明白，该加收的不加收等等，都会严重影响派送时效，不仅会使到达部门很为难，甚至会引起顾客的投诉，到达部门的差错率也会非常高。自提货物的地点也不能马虎，要注意哪些部门不能到达，开哪个营业部方便顾客提货。价格方面，各个专线和偏线的底价，外发公司的要价等等都要记住，对待不同的客户要有不同的方法，当然最好的是参照标准价格表。要从客户的角度出发，采用哪种运货方式、提货方式最省钱、省时，久而久之，赢得客户的信赖，公司的利益也可以最大化。还有标签，如果写错，可能导致走错货，三两件的货物最好用大笔清晰地描出来。

我所在的营业部是24小时营业，工作人员采用三班倒的上班制度，员工平时吃饭都很简单，一般没有休息。而其他部门正常工作时间是上午8：00—12：00，下午1：30—5：30。大家经常加班，很少按时下班，似乎已经成了习惯。客户比较少的时候，我们会登陆员工的oa系统，上面信息量很大，分了好多版块，可以看到公司各个部门近期动态。我们看到很多员工发的帖子，内容包括方方面面，有正面的，也有负面的，很高兴网站上有这么一个公开的地方能让员工畅所欲言。这些也从一个侧面反映出，自从03年“分家事件”以后，德邦员工从上到下对金大和新邦(分出去的两家物流公司)一直很敏感，力争在各方面做到最好，尤其是对员工的管理。

平时，在和员工的聊天过程中，我们也了解到，德邦的员工都很年轻，他们中有很多人也是大学生，有本科生、研究生，也有硕士生、博士生，但没有几个真正是物流专业毕业的。员工在一个部门工作的时间不会很长，一般不会超过两年，然后就会被调到其它部门。当然，这与公司的管理制度有着必然联系。另一方面，员工的晋升速度也很快，一般3~4个月或7~8个月就可以做到部门经理，然后到大区经理，再到部门总监。过快的晋升速度，必然会产生一些问题。部门经理作为一个管理者，缺少扎实的、必备的管理知识和管理思想，缺乏过硬的管理素质。实习期间，也发生了一次客户上门质问索赔的事件，具体经过我没有完全了解，因为当时客户很多，但是，后来了解到是因为客户的

货物发生大量破损，而这边又不知道是哪个环节出了问题，到底该谁负责，。而当时，客户态度很强势，经理似乎一时也不知该怎么办，显得有些急躁，不停地打电话，幸亏当时主管及时出面与客户好言协商，客户的情绪才慢慢稳定下来，经过一个多小时，事件才平息。站在客观的角度看，这种情况是不可避免会发生的，而作为部门的主要负责人，遇到紧急情况，更应该沉稳，万不可急躁，否则会适得其反。

与此同时，我们也了解到，公司相关部门也在各方面加强管理，做到专业合理。近年来，公司也一直致力于人性化管理，如实施6s，发放小孩补助，组织旅游，集体婚礼，开晨会等。公司部门间、岗位间、员工间的专业性不是很强，相关的责任到职能部门、运作部门、经营部门，到营业部、柜台和外场，没有绝对明显的界定。公司营业部很多柜台员工经常帮助外场搬货，这一方面可以说是员工的奉献，体现了“责任无边界”的心态，同时也从一个侧面反映出德邦员工的辛苦。

三天的参观实习确实很短，我很庆幸自己还学到了一些皮毛。真正走进了一个企业，你才会切身体会到它内在的一些东西。如果还有时间、有机会，我一定要挖掘出德邦更多的东西，和大家一起分享。一句句朴实的祝福，带着沉甸甸的希望，我们踏上了返校的旅程。

**有关物流中心实习周记范文汇总二**

经过一个学期的(仓储管理与配送中心)的学习，对仓储和配送的定义，基本功能，各个工作流程有了一定的理论基础，但是我们在学校接触的大多是理论知识，缺乏实际操作经验，为了以后能更好的适应工作和学习，把理论和实践结合起来，提高实践动手能力。

学校给我们物流专业的同学安排了为期两天的室内实训，以便我们掌握仓储和物流的一些基本操作。两天的实训转眼间就要结束了，回顾这两天的实训，收获了不少，但也看见了自己的一些不足。这两天的实训让我们更加了解仓储与配送有效相结合的意义，学以致用。

一. 前言

1. 时间：xx年xx月xx号—xx号

2. 地点：xx市xx区xx南岗基地

3. 对象：xx物流企业集团有限公司

4. 范围：xx地基的a,b仓库

5. 目的：综合实训是物流管理专业实践教学体系中重要组成部分。通过学生全面运用所学理论和专业知识，在物流实训仓库实体观摩和了解货物运输与配送的有关操作，进行物流综合实训培养学生物流管理和具体物流实务综合技能。让学生全面掌握采购、仓储、运输、配送业务管理的操作技能;成为德智体全面发展的应用型人才。主要是结合所学专业知识与技能进行实际能力的训练，是对所学的专业知识进行全面的了解、理解、掌握，并能灵活应用。

6. 经过：培训员带我们去仓库参观

7. 采用的方法：参观，了解

8. 调查对象的基本情况、历史背景：宝供物流企业集团有限公司(ics group co.,ltd)创建于1994年，总部设在广州，是国内第一家经国家工商总局批准以物流名称注册的企业集团，是中国最早运用现代物流理念为客户提供物流一体化服务的专业公司，也是目前我国最具规模、最具影响力、最领先的第三方物流企业，公司的目标：创造世界一流的物流企业。注重沟通

9.调查后的结论：更深刻了解物流管理中仓储与配送的有效结合会提高作业效率的。

二.主体

在自动立库实训项目中，我们了解并接触了自动化立体仓库。这也是此次实训的关键，主要是了解自动化立体仓库的工作原理，理解设备在入库、出库、移库的应用，并掌握控制系统的操作。在这次实训中，培训员带我们进入宝供的b仓库那里参观就说，从中我们可以根据仓库的货物的储存量可以预测市场的需求关系，在货架区中，出货频率高的在最下面，出库频率小的就在最上面，这样做的目的就是为了提高货物出库的频率，提高作业效率。

货架与货架之间的宽度就只有1.7米，只能让一辆叉车作业。采用大进大出的原则，尤其是食品最注重批次的进出，其中那些订单都是由系统分配的。成品、出口品在出入库时根据定单或出口装箱单出库，一定要坚持“先进先出”原则，特别在出口方面。

还有出口时，装箱单上的箱号和封号要填写正确，为了做到先进先出，可否在填制一张记录单用于记录每一货品每次入库的数量和同一生产日的数量,出库时进行“先进先出”销帐，并记录余数。其中在那些货架中我们留意到一些货柜上写着“10—1--86”，培训员跟我们解释是第10巷道、第1层有86个货物，这些都是我们从课本上学习不到的。

在进库这个项目中，也分为工厂入库和外省工厂。工厂入库：货物从工厂直接转运过来cdc中转仓库，宝供帮客户管理，把那些产品的代码和数量记录下来，每天大概安排15辆货车来运货，在搬运或储存的过程中如果出现了产品变形，应该根据质量实检报告这份单据来找原因，还有要在进出登记记录本上记录进出的货物数量。

外省工厂：直接采用汽车运输，在运输的过程中可能会被拍照，然后卸货给客户，反馈给客户。货物在仓库的步骤是，先给客户配货，然后扫描货品。[\_TAG\_h2]有关物流中心实习周记范文汇总三

我叫，于20xx年7月14日进入公司工作，光阴似箭，一晃一年多的外运生活快过去了，工作以来，在单位领导的精心培育和教导下，通过自身的不断努力，无论是思想上、学习上还是工作上，都取得了长足的发展和巨大的收获，

思想上，自觉遵守我司的规章制度，坚持参加公司的每次的培训。以严谨的态度和积极的热情投身于学习和工作中，曾为自己的平凡而失落过，也曾为日子的日复一日而迷惘过，然而日益激烈的社会竟争也使我充分地认识到成为一名德智体全面发展的优秀工作者的重要性，同时也积极的向党组织进行靠拢，于20xx年的7月1日像党递交了申请书，并时时刻刻接受党的考查，希望早日加入中国共产党。

学习上，严格要求自己，凭着对专业知识和技能的强烈追求，端正工作态度，作到了理论联系实际;除了专业知识的学习外，还注意各方面知识的扩展，广泛的涉猎其他部门、学科的知识，从而提高了自身的一专多能的长处及思想文化素质，包括生活中也学到了养成良好的生活习惯，生活充实而有条理，有严谨的生活态度和良好的生活作风，为人热情大方，诚实守信，乐于助人，拥有自己的良好做事原则，能与同事们和睦相处。由于我所学专业离物流行业不相关，从没有放弃学习理论知识和业务知识学习理论的同时，把工作中的实战联系到理论知识上，使理论水平变得更简单。

工作上，本人自20xx年7月14日至20xx年11月4日，一直负责报关申报工作并协助各岗位同事工作。一直在操作中心工作，主要负责资料申报工作和单证客服工作，不管走到哪里，都严格要求自己，刻苦钻研业务，争当行家里手。就是凭着这样一种坚定的信念，我已熟练掌握报关申报、仓单统计等业务，成为资料组的全能的资料员。

记得，刚进物流行，为了尽快掌握物流行业务，我每天都提前一个多小时到岗，除了在工作态度我尽心尽力，在公司组织的各项活动中我也积极响应，经常参加单位组织的各类活动以及同事聚会。

在此，对所从事过的和现正从事的岗位工作作一小结。操作中心资料员主要负责报关资料的登记、整理、派发。具体内容主要包括四个方面：1、报关单的申报、打印。2、报关资料的派发，入仓单的修改、打印，入仓单的资料补充(商品编码及副计量)，工作量的统计录入，经海关审核后的黄单和经补充资料后的绿单的派发。3、报关单的核销单跟踪签收(由受理状态转为申报状态)，应客户后期办理退税、核销所须打印出报关单、入仓单和出仓单。4、转关司机本的登记、派发，手册的签收、派发。我主要负责第1方面的工作，期间因工作需要也从事过第3和第4方面的工作。总的来说，第2方面的工作较易出现差错，尤其是入仓单的资料补充方面。由于刚开始经验不足，我在工作过程中就曾经出现过这些差错。比如：报关单反复重报，开始工作时速度较慢等，总体来看，在为期一年多的资料员岗位工作中，我经过不懈努力取得了一些成绩和进步：熟悉掌握了相关岗位工作的操作程序并积累了一定的经验;对公司的流程有了更为全面更为具体的认识和了解;在工作中锻炼了发现单证问题的警觉性并及时加以解决的能力;认真细致地完成工作任务，协助单证加速流通，尽快通关。

单证客服员主要负责接收客户递交的报关资料并完成报关资料的初审或填制工作，审核报关资料符合报关单的基本填制要求后，参照业务系统数据，对比无误后进行跟踪，再将单证交付审单员审核;对于报关中出现的任何问题，第一时间与客户进行沟通，迅速解决。在客服工作中，为了能更好的服务客户，针对不同层次、不同需求的客户，我给予不同的帮助和服务，这就要求着我不仅要有全面的专业知识和广泛的信息来源，与各部门也要保持紧密的联系。更重要的是传达信息的急时性、准确性。这些从前所学到的也就让我在客服的工作得心应手。于此同时加强与同事间的密切配合、团结协作、彼此之间相互体谅，形成一个团体力量，这样更能提高工作的效率和进度。由于刚到客服工作还有许多业务不够熟悉，从刚开始不敢接客户电话和不能够快速的独立操作，别人急自己更急。现在还在慢慢的熟悉、争取早日的在不用师傅带的情况下独立更好的完成一个优秀客服员的职责。

最后，我想说的是，作为我司的一员，一直秉承小收获多奉献的理念。今后工作的努力方向：发扬吃苦耐劳精神。面对督查事务杂、任务重的工作性质，不怕吃苦，主动找事干，做到“眼勤、嘴勤、手勤、腿勤”，积极适应各种艰苦环境，在繁重的工作中磨练意志，增长才干;发扬孜孜不倦的进取精神。加强学习，勇于实践，博览群书，在向书本学习的同时注意收集各类信息，广泛吸取各种“营养”;同时，讲究学习方法，端正学习态度，提高学习效率，努力培养自己具有扎实的理论功底、辩证的思维方法、正确的思想观点、踏实的工作作风。力求把工作做得更好，树立公司的良好形象。

以上是我对一年来思想、工作情况的总结，不全面和不准确的地方，请领导和同志们批评、指正。我始终坚信一句话“一根火柴再亮，也只有豆大的光。但倘若用一根火柴去点燃一堆火柴，则会熊熊燃烧”。我希望用我亮丽的青春，去点燃周围每个人的激情，感召激励着同事们一起为我们的事业奉献、进取、立功、建业……

**有关物流中心实习周记范文汇总四**

一、实习目的

(一)实习目的

初步认识社会，进一步了解货代以及物流运输组织与管理的相关知识，做到学以致用，把从学校学到的理论知识与实际工作中的实践贯穿起来，从社会实践中，逐步完善自我、发展自我，最终完全融入现实生活当中，做一名言出必行、知识与能力兼备、符合社会主义发展目标的合格大学生。

(二)实习注意事项

1、勤学苦练，善于创新，善于思考。

2、纸上得来终须浅，绝知此事要躬行。

3、灵活处理人际关系(同事关系、上下级关系、客户关系)。

4、严格遵守公司的各项规章制度，切勿感情意气用事。

5、要注意安全，做工作要认真。

二、实习过程

(一)业务熟悉

第一天走进宽敞明亮的办公大楼，心情特别激动，期待着成为其中的一员。当走进办公室的一刹那，就遇见了当时的经理，他带着我们两个人认识了一下公司的业务人员，他们很热情地介绍了自己的职务和姓名，这使得我俩刚到非常温馨。简单聊了几句后就开始介绍我们的工作性质和工作任务安排，最后经理还做了简短的讲话欢迎我们的到来，并祝我们工作顺利。

接下来就是让我们熟悉业务，公司专门找了一位业务精英来给我们介绍，从他那里获悉业务的基本内容。我们今后主要做的是联系客户、接洽业务、签订合同、成交货物等几个方面。联系客户就是先与下级客户沟通，问清楚客户是什么产品，规格怎样，价格如何，数量多少，注意事项等;然后再寻找上级客户，说清楚下级客户的要求，若能够满足就签合同。或者进行相反的操作流程，由上到下，其结果一样。公司与上下级客户签完合同就到了运输与交货阶段，风险是无处不在，规避风险是关键，尽可能的完善合同进行规避风险，若仍发生了风险，那就要找到合理的、人性化的处理方式。事后通过同事，我认识了全国公路运输协议、货运的单证该如何填写、其中的注意事项又有哪些等等。

从以上的介绍当中，我深悉业务员工作的艰辛与繁琐，必须处理好每一个细节与环节，否则就会酿成大祸;更艰难的事还有不定期出差，因为我们做的是货运专线，两个地区的业务都要做好。这些更是一个刚出校门的大学生所不熟悉的，因此，要想在最短的时间内适应眼前的工作，就必须付出百倍的努力，做到不怕吃苦，不怕受累，坚持到底。

(二)业务操作

刚才在业务熟悉当中已经作了简单的介绍，那仅是从同事口中获悉，以下是通过实践，自己的体会所得。我公司主要从事乌鲁木齐到克拉玛依的专线货运代理，我们的工作性质就是业务员，前期的主要工作任务就是到乌鲁木齐的各大市场、物流园区(华凌、陶瓷市场、汽配城、机电市场、板材区、美居物流园等)做公司的宣传并联系客户，到最后就是洽谈业务、签定合同。

具体业务操作如下，以我们做的第一笔具体业务，也是我们第一天做出的业务为例，简单的介绍一下其过程。

1、建立业务关系

我们主要是通过到各大市场、物流园区(华凌、陶瓷市场、汽配城、机电市场、板材区、美居物流园等)做公司的宣传，与办事处或者个体营业者交换名片，然后将名片反馈回公司，再通过电话联系来确定业务合作关系。他们需要发货的时候，会提前给我们打电话，我们会按照货物的数量联系车。量少的货物会直接送到公司在各大时常附近设立的收货点，要是量大的时候公司会派车去接货。

2、报价与确认

我们会根据货物的价格、规格、含量、数量等具体情况给出具体的价格，因为刚开始对市场的价格了解不够，自己不能报出价格的时候，我们会让经(!)理直接联系客户做出回答或者是客户和经理联系。当经过双方的友好协商对价格达成共识后，接下来又到了下一步签订合同。

3、签订运输合同

签订运输合同这一环节并不是很复杂，只是存在一方要与我公司签订运输合同，也就是货主;签合同要注意的事项有：合同条款要求严谨，责任风险要求划分清楚，违约及补救要求详细明确，纠纷解决办法要求得当得体，合同有效期限等等。商榷了有关运输、装卸、仓储等事宜，还规定在接收到我方的提货通知后要即使提货，否则后果自负。

4、付款与收货

等到货物从货主那里换装完毕后发往目的地后，大约需要一到两天的时间。货物到站后，返回到货通知，同时在目的地提供发货通知，以便双方及时提货。若出现短量现象，应该按照合同条款作出处理。当对方提货是我们会收取运费，当然收取的运费会比给司机的运费要多的多，公司就是从货物运费与司机运费的差价中获取利润。

(三)出差洽谈业务

提到出差，对于很多不经常或没有出过远门的人来说，出差是一种很美好的事情，但是对于一个四处跑业务的业务员来说，出差是一种悲哀。虽说花公司的钱去公费旅游，但是身体是自己的，出差也不是旅游。不管出差有多么残酷，对于一个还没有正式参加工作的大学生来说，算是一件新鲜事，也算是一种考验。刚进公司不久，我就和我的搭档要去克拉玛依出差了，临行前领导千叮咛万嘱咐了一番，做好会谈纪要，要与每个客户交换名片。此次出差收获很多，与客户谈判技巧，以及各方面的商务礼仪等等，让我感到自己知识的浅薄和对社会的不熟悉。与客户的商务谈判。首先要建立在业务熟练的基础上，三句话不能离开老本行，什么市场行情、产品信息掌握的都应该非常熟练，不能让对方的问题困住自己，即便真的不知也要礼貌的回复，即显出业务员的修养和素质，也反映出业务员的敬业精神。各方面的礼仪包括很广，例如乘车座次礼仪，商务着装礼仪，送顾客礼物的讲究等等，都有待日后慢慢领悟，要时刻用心去体会，用眼去观察，用耳去聆听，用神去领悟。

(四)人际关系的处理

人际关系的处理是从人出生到死亡都所不能逃避的事情，在我们呱呱坠的那一刹那就要去体会母爱和父爱，等到我们上了学又要去接触老师和同学，等到大学毕业参加工作又要去处理同事关系、上下级关系、客户关系，等到结婚生孩子后，你的身份和责任又发生了变迁，又要面对妻子儿女，其实在此过程中，你也是个处理着邻居关系、亲戚关系、朋友关系等等。总之，关系无处不在，只要你在社会上生存，你就无法逃避，只能慢慢去适应它，处理好了这将是一笔财富，你的前程将是一片光明，否则，你将会被世人所遗弃。

此处我将简单介绍一下同事关系、上下级关系、客户关系。

1、同事关系

能否建立良好的同事关系，是考验员工人品的试金石。

虽然，我们不能说一个具有良好人品的人就一定拥有良好的人缘，但我们可以肯定的是，一个道德品质低下，人品低劣的人绝对不会拥有好人缘。俗话说：物以类聚、人以群分。一个正常的人，谁愿意与人品低下的人为伍呢?所以，人品好坏是决定人缘好坏的决定因素，当然，还必须掌握一些交际艺术。

首先，必须确立一个观念：和为贵。和同事相处是一件容易的事。和谐的同事关系让你和你周围同事的工作和生活都变得更简单，更有效率。要想拥有和谐的同事关系，还必须记住一句话：“君子之交淡如水”。因为公司是一个充满了太明显的竞争和利益冲突的场合，影响和干扰人与人之间的亲疏远近关系的因素实在是太多了。好朋友之间太容易出现矛盾和裂痕，而这种矛盾和裂痕基本上是不可能避免的，就算人的主观上有再好的希冀也难以避免。

其次，必须学会尊重同事。在人际交往中，自己待人的态度往往决定了别人对自己的态度，因此，你若想获取他人的好感和尊重，必须首先尊重他人。要做到尊重同事，就必须自觉保守同事的秘密。总之，一句话，就是不能让嘴巴给自己惹祸。古人说“祸从口出”，在公司，这种人际关系圈子里面，这句话应该被每一个人写在自己的办公桌上，时刻警醒自己!

再次，要尽量避免与同事产生矛盾。瓜葛和冲突有些是表面的，有些是背地里的，有些是公开的，有些是隐蔽的，种.种的不愉快交织在一起，便会引发各种矛盾。同事之间有了矛盾，仍然可以来往。同事之间有了矛盾并不可怕，只要我们能够面对现实，积极采取措施去化解矛盾，同事之间仍会和好如初，甚至比以前的关系更好。

最后，要学会与各种类型的同事打交道。每一个人，都有自己独特的生活方式与性格。在公司里，总有些人是不易打交道的，比如傲慢的人、死板的人、自尊心过强的人等等。所以，你必须因人而宜，采取不同的交际策略。

我最直接的同事也就是我的同学，我们的实习期间一直配合的很默契，没有一次争论和不满，工作上大家协调，没有去想谁做的多谁做的少，我们只是在尽心尽力的完成共同的工作，达到共同的目标。在这间公司里，我发觉我的同事们都很好，这里的人际关系也很简单，大家之间没有那种猜疑和利益之争，让人感觉就好像在一个大家庭里共同生活，为一个共同的目标而共同努力。

2、上下级关系

任何组织在诞生的同时都会产生一种关系，这就是上级与下级的关系。一般情况下，人们在与自己同等级、同层次的人讲话时，表现比较正常，行为举止都会比较自然、大方。但是，在与比自己地位高的人交往时，就可能感到紧张;表现比较拘谨;相反，在与社会地位低于自己的人讲话时，就会表现得比较自如、自信，甚至过于随意。

上下级之间的关系应该是领导与服从，管理与执行的关系。领导是个体引导群体活动达成共同目标的一种行为。领导的内涵是通过深远持久的个人影响力，激发员工的主观创造意愿，给员工的不是单纯的压力而是制造更多的原动力，让员工在领导刻意营造的工作氛围中，主动工作、自愿努力。“无规矩，无以成方圆”。管理就是制定规则和制度，监督并促使规则和制度有秩序地运行。管理概念中控制的成分比较大，强制执行的色彩比较浓，领导制定规则，教导或强制员工按照规则行事，并形成习惯性机制的目的是使工作有效率地、良性循环地展开，保证组织的高效运转和绩效的达成。企业要保证经营的连续性，就应该全面处理好上下级关系。

上下级之间应明确各自的职责。作为管理者应该懂得：下级的绩效就是上级的绩效，上级的核心工作就是协助下级成功，如此上下级就有了共同的目标和利益，再加上职责分明，工作起来就能够有条不紊。同时，上级和下级因为各自所处的位置不同，思考问题的角度也会有差异，如果长期缺乏交流、沟通，常常会产生一些矛盾和隔阂，久而久之，自然会产生关系紧张等问题。因此，上下级之间有必要经常相互沟通，从而建立彼此间的信任。

建立良好的上下级关系，要有正确恰当的心理定位。作为上级，要有“师者”之心，负责“传道授业”，要让下属明确企业的核心价值观，将企业文化渗透到思想并转化为行动，做下级行为的标杆和楷模。有了模范，就有了规范，企业文化就不再是空洞的理念，落地生根成为员工的行为准则，进而全面展示出企业的精神风貌。一个合格的领导还必须是一个兼职心理医生，当员工的思想情绪偏离目标轨道或进入盲区时，能够走进员工的内心世界，关注并感受员工的喜怒哀乐，通过有效沟通，对症下药来赢得员工的忠诚和信赖。

作为下级，也必须认清角色给予自己恰当的心理定位。员工应该把自己当成“士兵”，以服从为天职，具有“忠诚、勇敢、努力完成”等优良品质。在企业中，员工的使命当然就是高效执行，执行力是对下属能力的最基本要求，执行力的缺失也是领导最不能容忍的行径之一。“忠诚”就是忠诚于企业忠诚于使命，个人利益服从整体利益。“勇敢”是在工作中不把难题推给领导，敢于挑重担甚至独当一面。“努力完成”就是把执行贯彻到底，把事情做得有始有终。

良好的上下级关系能够打造融洽和谐的团队，实现企业与员工的共赢。

3、客户关系

刚开始做业务时，我就确立一个理念，做业务就是做人，就是在锻炼自己的语言沟通能力。我喜欢我的物流管理专业，但是前期的业务工作，是我踏入社会的地一步。

自我介绍之后，接下来要做的事情并不是销售，在这个时候销售是不可能成功的，因为客户还没有对你产生最起码的兴趣，或者对你的信任还不够，所以这个时候首先要进一步发展你与客户之间的关系，使客户对你的信任有所增加，这样才有可能进入到销售环节。

例如通过观察迅速找到一些你与客户共同的经历(同学、同乡，或者共同去过某一个地方)，找到一个话题，拉近与客户的关系。如果实在没有找到这样的事情，就要试着寻找一切可能与客户产生友谊的联系。

例如浏览客户墙上的画或者观察桌上的照片，其目的就是要找到一个共同的经历，拉近你和客户之间的关系。只有与客户之间有了一定的信任以后，才有可能转入到业务介绍的对话。如果客户还没有对你产生兴趣，千万不要急着谈论业务，一定要找出某种轻松愉快的话题，建立融洽的氛围，然后才可以进入到业务谈判。

事实上，经过这次的实践，证明这个理念是正确可行的，我认为，不管是什么客户，我都会无坚不摧，每战必胜，尽管这句话非常张狂，但事实如此，仔细分析，我认为以情动人的销售技巧应该包括以下诸如方面，好的客户关系究竟是怎么形成的?(1)具备最起码的业务技巧，这一点不需要我多说;(2)积极、乐观的人生态度，一个好的业务人员应该极其自信，用热情感染客户;(3)对于一个女孩来说，良好的素质和微笑可以让自己获得很多意外地帮助;(4)真诚、善良的心灵，很多人做业务久了，一看就很精明，很势利，其实很多客户不愿意与这样的业务人员打交道，太累。一个善良的人，他的眼睛中流露出的光芒是柔和的，光明的，能够照亮人的心灵，几乎所有客户都喜欢这样的业务人员，甚至内心不设防;(5)不要提防客户，把他们看成自己的朋友、同学、师长和亲人，人心是肉长的，如果我把一个年龄大一些的客户看成了父亲，年龄相差不大的客户当成兄弟姐妹，真的从情感上对他很好，他怎么会不接纳、帮助我?(6)以客户为中心，切实考虑他的工作的压力，生活的重负和心灵的疲惫，力所能及地从经济、情感上为他着想。

三、实习总结

通过近六个周的实习，我深刻的感受到自己各方面的不足，从学校里学到的知识的确不少，但是来公司后发现用处不大，一切都得从头开始。即便这样，我工作的非常开心，整日弥漫在工作的气氛当中，使我的神经放松，我知道工作的过程中会遇到很多困难，但我相信前途是光明的，机会总会给那些准备充分的人。

实习期间我收获颇丰，商务礼仪的实践运用，例如待人接物的方式、商务人士的着装等;合同条款的商议与确定，例如责任风险的划分、纠纷问题的解决、(!)付款时间与方式、合同的有效期等;让我懂得了人与人之间是平等的，是应该相互尊重的;以上在公司的学习到的知识是无法从学校获得的，因此我很珍惜来之不易的工作，不管将来如何，我都会以此为荣、以此为戒，教育自己，做工作要诚实守信、敢作敢当。

此外，在经理和司机师傅的介绍下或者通过自己的观察学习，我们还认识了很多不同的车型，如：113、122、123桥的车，各种(长度不同的)厢式货车，一拖二的半挂车，一拖三的半挂车，前四后八、前二后一等平板和半护栏车，半挂解放(双桥)等等。

这次实习，让我对货运市场有了清楚的了解，懂得也很多货代方面的知识，也看到了货代市场的极大发展前途，也让我看到了货代市场竞争的残酷，在市场有序化中逐渐的被淘汰掉，情况比较好的还可以获得有限的生存空间。在货代行业的发展速度较快的同时，由于政府的法规建设滞后，市场运行机制发育不健全等等，市场竞争日趋激烈，货代企业面临着来自多方的挑战而陷于被动，主要表现在下列几方面：

(1)承运人的挑战

不少货代公司或者规模比较小的托运部采取短期利益行为，直接把优惠、甚至超优惠的运价放给货主以及一些大的办事处，运价低于货代企业的协议价，严重影响了货代企业经济利益，削弱了货代企业对办事处的竞争能力。

(2)货主的挑战

货代企业作为货主的代理，根据我国民法通则精神，代理人在接受委托、履行代理职责中，如无自身过失，不承担任何责任，但在实际业务中很多货主企业不理解法制精神，以致货运业务中出现问题，货主单位往往转嫁到货代身上，以致货代企业目前在业务营运上冒无限的风险，而获极微薄的利润。另外，由于某些货主单位中个别人的过分要求，致使货代企业盲目奔波，无效劳动，有的甚至要求货代企业做出违法违纪的行为，货代企业如有怠慢，将面临失去货源的威胁。

(3)同行企业的挑战

某些货代企业中现在有一种不好的想法，明知有些做法(如接受非法办事处的挂靠、转借发票等)违反了政府部门对货代行业的管理规定，也不符合行业规范，但出于自身利益考虑，认为“我不做、别人也会做，与其让别人做，还不如我自己做”，形成了恶性循环，互相残杀，败坏行业风。

上述货运市场存在的问题，既损害了货运代理企业的利益，又破坏了公平、公开、公正的市场竞争原则与货运市场的正常经营秩序，严重影响了货运代理业的健康发展。为此，我提出以下建议：

1、尽快制定适合我国国情的综合性、权威性法律、法规，完善法制建设;

2、加强部门之间的协调，明确行业分工;

3、允许多种体制经营国际货代企业，允许企业向境内外聘用人才;

4、建立监督机构，健全监督机制，完善税收管理，联合工商、税务、海关、银行、外管等各有关行政职能部门，加大检查、执法力度;

5、尽早成立全国性的国际货代行业协会，协助政府部门协调企业的关系;

6、建立国际货代提单注册备案登记制度，特别是对分运单要加强监管;

7、编制统一的教材，分层次对行业从业人员进行业务培训，提高从业人员的业务、法律和道德水平;

8、尽快解决某些办事处的非法经营问题。

四、实习心得

在我的实习期当中，有开心也有难过的时候，有难忘的事情，也有碰到困难问题的时候，这一切我都一直努力地去克服，并尽自己最大的努力去做好!我相信，事在人为，有志者事竟成。真的很感谢我的老师，我的同学，我的公司!感谢你们对我的信任和支持!谢谢你们!而我在未来的人生和工作道路上了，我会更加努力用心的走下去……

**有关物流中心实习周记范文汇总五**

作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，在同事的帮助下，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。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。

我始终相信是这次的实习给了我很多感悟，虽然艰辛，但收获颇丰，甚至认为对他以后的道路都有很深远的影响，因为我在实习时学会了坚强和坚持。这次实习顺利结束了，但我明白：今后的工作还会遇到许多新的东西，这些东西会给我带来新的体验和新的体会，因此，我坚信：只要我用心去发掘，勇敢地去尝试，一定会有更大的收获和启发的，也只有这样才能为自己以后的工作和生活积累更多丰富的知识和宝贵的经验。在实习期间，虽然很辛苦，但是，在这艰苦的工作中，我却学到了不少东西，也受到了很大的启发：

1、打好基础非常重要;因为基础知识是工作的前提。

2、实际工作与书本知识是有一定距离的，需要在工作不断地学习。即使毕业后所从事的工作与所学的专业对应，仍会在工作中碰到许多专业知识中没有的新知识，所以要想胜任工作，必须边工作边学习，通过不断的学习获取更多新的知识。进一步提高自身综合素质，才能适应当今社会对人才的需求。

3、学到了友善。在日后的工作当中只要我友善待人，一定能让人有好印象，做起事情来自然事半功倍。

4、学到了拼搏。人生的道路有起有伏，犹如运动比赛，有开心，有失意，要经得起考验，需要不断的拼搏。在21世纪的今天，人们的工作和生活水平都在提高，不会拼搏的人自然会被社会淘汰。

5、学会了忍耐。我认为“忍耐”是学生步入社会的基本功。刚出来做事，谁都要受气，要是不忍耐，就非常容易与人发生口角，使自己不能愉快地工作，久而久之，就会形成紧张的人际关系，这样一来，就会给自己的工作造成被动、压力，严重的还会使自己根本无法开展工作。

生活的美好，社会的精彩，我要好好读这本书，并且要读透它，因为它记载了我的历史，因为它铸造了我的能力，因为它提练了我的精华，因为它修正了我的态度，因为指引我走上正确的人生道路，树立了我正确的人生观，为我步入社会打下了良好的基础。

经过这次的实习和存在的不足，让我明白了今后应如何去发展，需要注意的扬长避短。确立好目标，继续前进。实习是学生在向社会积累经验的时候，所以实习是学生转向社会的必经之路，虽然我在这次的实习工作与数控专业无关，但从中我也能够学到很多知识，比如人体的结构，病源的分析，健康养生等相关医学知识。从中我深深体会到课本上只是虚幻的理论，而不是实践的真实。所以不管我们从事什么职业，工作的内容如何，只要是自己认真思考选出的结论，我们都要努力学习，做什么都要学会从零开始，一直到享受满载而归的快乐。有得必有失，有取也有舍。我相信有三十六个行家，行行出壮元，总有一个属于我。

物流行业实习心得模板2

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！