# 关于大学生支教工作心得怎么写(5篇)

来源：网络 作者：寂静之音 更新时间：2025-06-14

*关于大学生支教工作心得怎么写一一、 思想上，遵守校纪校规，为人正直，稳定、谦虚。事业心、进取心强，能设身处地为 人着想，热爱集体。要做一个具有良好专业技术水平又有高尚职业道德的优秀员工，爱岗敬业、诚实守信、遵纪守法、奉献社会。二、学习上，目...*

**关于大学生支教工作心得怎么写一**

一、 思想上，遵守校纪校规，为人正直，稳定、谦虚。事业心、进取心强，能设身处地为 人着想，热爱集体。要做一个具有良好专业技术水平又有高尚职业道德的优秀员工，爱岗敬业、诚实守信、遵纪守法、奉献社会。

二、学习上，目标明确，刻苦勤奋，成绩优良，学好专业课同时高度重视基础课程和课外的学习，使自己全面发展，培养合理的知识结构，注意提高独立思考，解决问题和学习的能力

三、工作上，积极肯干，责任心强，细心，独立又协同，有创新能力。

四、生活上，艰苦、不赶时髦，积极参加适当的体育煅炼以保持健康体魄，充足精力、有良好的日常生活习惯，喜欢听音乐，看书和旅行，团结、关心、帮助同学并与他们融洽沟通，适应性较强。

当然还存在一些缺点，经验、阅历较缺乏，不善于自我表现等。“学而后知不足”今后要更努力学习并将所学知识应用于实践并再深入研究，坚持学习企业、经济管理知识，使自己成为既会技术又懂管理的复合型人才

进入大学学习至今已经一年多了，时光飞逝，这一年多时间我感觉的了在大学学习的快乐和深厚的同学友谊。校园生涯和社会实践生活中我不断的挑战自我、充实自己，为实现人生的价值打下坚实的基础。

学习方面:首先是我端正了学习态度。在我考进大学时，脑子里想的是好好放松从重压下解放出来的自己，然而很快我就明白了，大学仍需努力认真的学习。看到周围的同学们拼命的学习，我也打消了初衷，开始大学的学习旅程。其次是极大程度的提高了自己的自学能力。由于大学的授课已不再像高中时填鸭式那样，而是一节课讲述很多知识，只靠课堂上听讲是完全不够的。这就要求在课下练习巩固课堂上所学的知识，须自己钻研并时常去图书馆查一些相关资料。日积月累，自学能力得到了提高。再有就是懂得了运用学习方法同时注重独立思考。古话说的好，授人以鱼不如授人以渔，我来这里的目的就是要学会“渔”，在学习时，以“独立思考”作为自己的座右铭，时刻不忘警戒。

思想方面，我追求上进，思想觉悟有了很大的提高。我热爱祖国,热爱人民,坚决拥护共产党领导和社会主义制度。我觉得一个人的价值是由他对社会对别人所做的贡献来衡量的，我加入中国共产党的原因也是要努力实现自我价值。我认真学习党的各种理论，并努力把他们付之于实践，对党有了更加清晰的认识。

今后打算:来大学就上要学习的，如果没有学到真正的知识，不仅对不起自己，更对不起在家辛辛苦苦的父母。在大学的日子已经过去了一大半了，剩下的日子一定要精打细算，好好学习!一下是对自己的要求: 第一，把学习当作大三生活的主要任务，至于其他的事情次要，甚至可以放弃。 第二，努力提高自己的学习成绩，向党组织靠拢。 第三，养成良好的学习和工作习惯，克服以前的不良习惯。 第四，努力学习英语，争取大三过英语四级!第五，加强专业知识的学习。

**关于大学生支教工作心得怎么写二**

这次，我有幸成为到xx公司实习生的一员。之前两次实习，因为各种因素影响没有大凌丰公司进行实习。这次，我必定尽力把自己的设计做得更好。

初到公司，秀姐和公司其他同事热情的接待我们。简单地收拾下行李，安顿下来就正式工作了。先进行工作车间的参观，主要是让我们更好地了解不锈钢产品的生产流程与工艺。这一部分对于我们日后设计有很大帮助。首先，这样能更好地确定设计方案能否适合生产；其次，能否有效地，控制生产成本的关键所在，譬如钢板冲压成型的配件成是铸钢成型配件的成本数倍；最后，虽然了解的不锈钢的加工工艺，其实大部分的五金工艺都大致可行，可以让自己在工艺认识上有所获益。

虽然未正式的公布设计具体内容。但问题已经出现了，重点是伙食问题。大概，因为广州地区与浮云的饮食习惯有所不同，饭堂的菜色，大家都似乎都不太满意。另外，午饭时间常常需要长时间排队取饭，一排起码半个钟。这样对中午休息的时间受到一定程度的影响。可喜是公司的努力，饭堂为我们15名实习生另外烧一桌饭菜，并开设小房间给我们用午饭。感谢公司对我们的支持，并经过实习期间观察，公司对我们实习生的确是优待的很。很多正式入职的文员，其实也是每天在饭堂打饭吃的，一样要排半个小时的队。

实习期间正式的设计内容公布了，中式炒锅和汤锅。这个设计题目的确很难，正如秀姐和钟sir所说，在凌丰生产的所有不锈钢产品中，最难设计的就是这两样了。这两样是中国家庭必备的，功能基本、而且单一，可以设计和改进的一般只有把手的配件。但是正是这样难设计才要更卖力地去设计，因为这样的市场是最大的。秀姐还希望我们能在各种条条框框下进行突破，带来更多功能上的创新。我们也知道任务很艰巨，来得这里实习，就必须迎难而上，对公司负责、对学校负责、对自己负责。

每天朝八晚六地工作着，数日过去，大家似乎一筹莫展。不知不觉中期汇总的时间越来越迫近。作为一个大三的实习生，其实我自己感觉到压力其实很大的。这次实习一行15人，还有一部份是08级的师弟师妹和09级的两个师弟。作为实习团队中设计经验相对比较丰富的一员，一要瞻前，做的方案要比其他人好、多；又要顾后，不能多于天马行空，要符合用户需要、符合生产要求。说真的，实在忙不过来。无奈之下，只能放弃功能上的突破，在造型上下工夫，设计一系列的炒锅与汤锅。

还遇上另外的问题就是分组问题了，一方面大家缺少以小组形式做设计，所以造成许多沟通上的阻隔。在整个设计过程中，小组讨论和分析归纳做得太少，结果造成大家各做各的。我这组的指导设计师是星哥，大家又因为对工作氛围的不习惯，根本不敢去找设计师讨论，担心对设计师工作有影响。这一方面的问题在中期汇总，得到有效改善了。

中期汇总会议上，秀姐与钟sir明确地指出，可以自由地让自己寻找适合自己的设计方法，工作时间可以随意地去与设计师们沟通、交流。秀姐并对设计内容进行修正，可以任意设计以不锈钢为主要材料的产品。在这里不得不说下，xx公司的企业文化，在会议上与日常工作，大家都叫秀姐、源哥、钟sir。我们只知道秀姐是产品开发与检测部的主管、钟sir是设计主管、源哥是检测的主管，他们的具体职位和职称实在不知道。不过的确整个公司的企业文化很浓厚，没有什么上级对下级摆架子的情况，工作上大家都以轻松愉快的心情去完成。尽管中期我们交出来的方案并不是太理想，但会议中我们对公司企业文化有新的认识，更大胆地去想去设计了。

经公司的安排，去了国恩寺参观，又去了肇庆九龙湖进行拓展训练。一方面减轻了工作带来的压力，同时更好地对公司的其他员工进行交流。

简单总结下公司的设计环境，整个环境是比较轻松，以自主设计为主定期汇重方案。作为一个实习生，感觉公司的设计气氛不浓厚，缺少设计的步骤和大量的设计方案。虽然每星期整个设计部都会进行会议，但感觉设计交流不足和缺少调研。或许公司有完整的设计步骤，只是我看到了一部分；或许许多企业设计工作就是这样，是我这样一个未出茅庐的大学生想不通；又或许和老师口中的设计公司每天加班赶方案不停地修改差太远。另外一方面，就是企业和学校进行实习活动，学生可以得到实习机会、锻炼设计能力，企业可以从学生设计中找到设计灵感和方向并能宣传企业文化。这个的确是一个双赢的活动，可是，个人感觉企业比较把重点放左后者。整个实习过程大家设计上的交流依然欠缺，尽管在中后期有改善，但依然不足。或许有很多原因，最近设计部任务比较繁重、企业不希望放过多资源去培养等其他原因。总体来说，感受企业文化足够，无论伙食和游玩，设计培训力度不足，导致工作散漫。

后十天的工作过得特别地快，每天一早起来打声招呼、一个点头、一个微笑就开始工作。晚上闲聊、玩玩游戏。大家都熟悉了环境，设计的思路又开阔了。今天吃了个下午茶，明天出去吃个饭，后天去游泳。不知不觉间已经到了最后总结的日子了，

我感觉自己算不上出色地完成设计任务，但大家的确很好地完成了设计，在总结会议上得到了秀姐和其他领导的赞赏。

20天的实习真的转眼就过，最后一天晚上大家一齐出去吃饭。明天大家就回广州了，谈不上各散东西，但大家各忙各的，要好象实习的20天那样同吃同住一起工作、一起玩乐的机会变得很小。到这里，难免有点伤感。但我珍惜这份友谊。

新的学期不到半个月又要开始了，到时我就以大四身份需要满街跑找工作了。不能停下来，设计水平必须快速提高，时间不等人，加快步伐，为自己日后迎接挑战作好更多准备。

**关于大学生支教工作心得怎么写三**

书香万卷，那些长长短短的词句，终究是听过千万遍的经验。路远万千，那些明媚鲜研，最终也只留悠悠一叹。回忆如暮，淡泊如素，如听闻的呓语，把冷月寂然轻诉。

都说“读万卷书，行万里路。”实习是每一个大学生必经的一段经历，它使我们在实践中了解社会，巩固知识。实习又是对每一位大学生专业知识的一种检验，它让我们学到了很多在课堂上根本学不到的知识，提升我们的业务水平，教会我们与人相处的技巧，培养我们团队协作精神，锻炼我们待人处事的能力。实习在帮助我们应届毕业生从校园走向社会起到了非常重要的作用，因此学校给予了高度的重视。通过生产实习，让自己找出自身状况与社会实际需要的差距，并在以后的学习期间及时补充相关知识，为求职与正式工作做好充分的知识、能力准备，从而让我们缩短从校园走向社会的心理适应期。

我的生产实习共分为两个阶段。第一阶段在xx省中小企业人力资源服务中心进行为期x个月的实习。首先简单介绍一下我的实习单位：这是政府扶持、促进中小企业发展和向政府反映中小企业呼声的桥梁与纽带，与其他依法设立的各类中小企业专业服务组织和社会中介机构互为补充、相互支持、协调发展，是xx省中小企业服务体系的核心机构。在这里的实习只有x个月，我主要负责为人员职称评定表加盖公章，整理考试人员资料。

从最初盖的公章有重影，到现在的干净利落，我想，我们学到的不仅仅是如何盖好公章，还有如何对待日复一日枯燥的工作，调节自己身理和心理的不适。以后无论从事何种职业，都各有各的辛苦，学会调节，才能更好的工作与生活。后x个周，主要就是学习《人才服务手册》，整理考试人员资料。短短的一个月，我明白了xx省中小企业人力资源服务中心工作内容的繁琐，明白了部门是如何进行内部管理的，自己如何与其他智能部分合作协同更好地实施上级的政策。以小窥大，以此及彼，便可以了解到中央政府怎样运用一级一级的权利机关，怎样搭建一个完善的管理架构以保证整个国家有序的运行。

第二阶段是在xx有限公司实习。xx有限公司成立于20xx年。公司于20xx年x月xx日在全国中小企业股份转让系统正式挂牌。与前一阶段事业单位的工作不同，xx公司每天都很繁忙，在实习期间，我主要负责为前来办理业务的人员抽号，引导他们到相应窗口办理业务。指导客户填写表格，解答他们的疑问。收集客户资料，为客户提供正确的投资建议。“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在这里工作，仅仅有专业知识是不够的，还需要“耳听八方，眼观六路”，时刻保持高度警惕的工作状态，为客户提供最优质的服务。

在服务中心的工作，让我学到了如何与人交往，也学到了怎样把一件简单的工作做好。在xx公司的实习，提高了我的专业知识技能，也锻炼了我的自学能力，教会了我如何收集重要客户信息。通过这些工作，我从中学到了许多新的知识与技能，同时提高了我对已有知识的运用能力。

岁月如歌，倚门回唱，指缝间匆匆漏走的时光，点点散落在未明的尘世。看不透几许未艳而枯的苞蕊，道不明几声如歌如泣的回环，缝隙斜阳静成灰，浮华如斯东逝水。x个周的时光匆匆又匆匆，却让我获益匪浅。时光飞逝，为期x周的生产实习生活已经结束了，在这一段美好的时光里，我接受了很多的锻炼，更为重要的是，我从中学到了许多书本上没有的知识。

首先，要牢固树立“六种意识”，即出门在外的安全意识，服从管理的纪律意识，珍惜生产实习的机遇意识，吃苦耐劳的锻炼意识，团结努力的合作意识，热情大方的的形象意识。这六种意识是保证我们顺利完成实习的前提条件。虚心学习的态度，是这次实习的思想基础。对于我们这些在校大学生来说，有很多东西等着我们去学习，在我们的身上还有很多不足和缺点，需要在实践中予以克服。因此我们必须做到勤于学习、善于学习。遇到不懂的地方，要多问，多请示，不可乱作主，想当然。不该问的坚决不问，不该说的坚决不说。只有认真落实安排，严格遵守纪律，才能扎实完成任务，全面提高自身素质，为更好的服务社会打下基础。

其次，“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。这次实习后才深刻体会到这句话的含义。把工作学习化，学习工作化，打破学习与工作的严格界限，将二者融为一体，从而利用一切机会最大限度地扩大学习成果，并在第一时间将学习成果应用到工作实践中去。这次实践中，我体会最深的，就是“干中学”和“学中干”是我们每个人操作最简便、时间最充裕、成效最显著、素材最鲜活的学习方法。同时在这次实践中也让我明白了我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到难题，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被社会所淘汰。

第三，要善于沟通。沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。要建立和谐的人际关系网络，和谐的人际关系是我们开展工作的助推器。而这些，都要自己主动去做。认识一个人，首先要记住对方的名字。了解一个人，则需要深入的交流。凡事都要虚心，懂礼貌，学会如何待人接物。实习中，为前来办理业务的人员提供帮助、值班时跟来访人员的交谈、与同事的交流，这一切的一切都能够锻炼我们的交流能力，使我的沟通能力得到进一步的提高。在这x个周的实习生活中，我与各位前辈以及同事们的关系是十分融洽的，他们给予了我热情的指导，可以说没有他们的指导和帮助，我很难完成平时的工作。在此我向他们表示由衷的感谢。

第四，在一个新的工作岗位上，必须懂得“六个做到”：

(1)做到快速适应，熟悉所在部门单位的人员，适应新工作的流程，了解自己的工作内容。

(2)从小事做起，哪怕是打扫卫生、装订档案、加盖公章、整理资料的工作，也是对我们的一种锻炼。

(3)积极主动，能争取到xx省中小企业人力资源服务中心实习是很难得的机会，我们应该珍惜每一次工作的机会，积极主动承担自己的工作任务。

(4)学有所思，实习如果只是一味的鹦鹉学舌，把本职工作做好，而没有思考为什么要做，或者有没有其他的方法可以使工作做得更好，那么这次实习的收获就会大打折扣。“学而不思则罔，思而不学则殆。”对我们大学生来说，所有岗位的工作都是一个学习的机会，平时只能从他人那里获取一个岗位的信息，现在就是一个切身体验不同工作岗位的机会，所以我们需要学习的东西还有很多，平时的工作就是学习的最好机会，我们要善于学习，善于思考。

(5)深入基层，深入到我们最想了解的客户身边，了解他们的偏好，了解他们的需求，为他们提供最适合他们的投资建议，这样不仅能提高我们的服务水平，还能提升我们的人际交往能力。

(6)学有所悟，学习知识的同时，我们还要有一些自己的感悟，在与他人交流中得到升华。实习之后的所感所悟，需要我们把心中所想写为文字，化为实际行动，真正体会到生产实习的意义。

最后，在实习动员会上，老师说过“读万卷书，行万里路”，暑期生产实习就是我们“行万里路”的时候。在“路”上，我们要时刻问问自己，能不能做到以下五点，即提笔能写、开口能说、有事能办、问策能对、无事能想。这不仅是实习期间的要求，无论以后我们处于何种岗位，这都应该是我们工作的基本要求。通过这次见实习，我们在这五个方面的能力已经有所提升。即使以后走出校园走进社会，我们也会以这五个标准来严格要求自己的。

这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实习，还是一次人生经历，是一生中宝贵的财富。虽说生产实习中收获颇丰，但同时也看到了自身还存在着不少问题。第一，专业知识欠缺，学习涉及的面太窄，学到的知识太单一，没有形成一个很好的体系。明显感觉到“书到用时方恨少”。第二，联系实际的能力太差，学到的知识不能运用到实践中去，依然停留在“纸上谈兵”的阶段。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏，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，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。第三，对社会交际礼仪，待人接物等方面的能力还有待加强。古人说：“人无礼则不立，事无礼则不成，国无礼则不宁。”一个人不学“礼”、不懂“礼”，缺少社会礼仪知识和规范意识，就不能在社会上立身。在今后的工作和学习中，我一定要加强对这些方面的训练。

感谢学校给我们提供这么一次接触政府机关单位，了解事业单位工作流程的机会。还有进入xx公司，将理论联系实际的机会。同时也让我们锻炼了自己，看到了自身存在的不足。今后，我要参加更多的社会实践，弥补自身存在的缺陷，磨炼自己的同时也让自己不断地成长。

微风细卷，时光浅白。其实，看惯了夏衰秋来，本应淡对花落花开。一个月的时间悄悄流逝，转眼又到了分别的时候。“千里之行，始于足下”，这x个周短暂而又充实的实习，是我人生的一段重要经历和一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有很大帮助，是我走向社会的桥梁和过渡。在这里学到的一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。读万卷书，不如行万里路。未来的人生路还很长，但我相信这次经历对我以后人生路的选择，会有很大的帮助。

书香万卷，那些长长短短的词句，是多少人用亲身实践换来的经验。路远万千，那些明媚鲜研，成为生命中最辉煌的悠悠一叹。少年不管，光阴如箭，因循不觉韶光换。读过太多书，走过太多路，恍惚中，看见那么多背影渐行渐远，才惊觉，指缝太宽，时光太瘦。珍惜每一次经历，让他们划下浓墨重彩的一笔。

**关于大学生支教工作心得怎么写四**

很多大学生实践都是到农村中或是去公司、进单位，很少有直接下工厂的，这是因为工厂一般都很嘈杂，而且还是比较脏乱，所以都不愿意去。其实我觉的要是去工厂实践，能更好的接触到产品是如何生产出来的，还有对实践生是很有挑战性的，如果做的好将很有成就感。

我就是在这样的想法下决定走进工厂实践的，不为别的，就为走进工厂能够更近的接触到生产第一线，看到工人们在那里忙碌，我也会替他们感到忙碌的。就这样我走进了工厂。

为期两周的金工实践结束了，可那轰隆的机床声、炽热铁块在水中冷却时的汩汩声、锻造时的撞击声，以及师傅们爽朗的笑声，依旧萦绕于耳边;闪亮的火花、刺眼的弧光、金属的光泽，还有师傅们的笑脸，仍不时浮现于眼前。要问此刻是什么感觉，我只能回答:蓝领的感觉!

实践开始前上了半天的理论和安全教育课，这多少让我开始有些紧张。说实话关于车床的知识，我并没有掌握多少，大屏幕上机器复杂的影子也让我头晕转向，颇有望而生畏之感。更可怕的是，安全教育的片子里不断播放意外事件的实例，让我倍感担心，似乎来这里实践生命必将悬于一线。实践到底是个什么样子呢?不过多难，我想我也会和别人一样挺过去的。

实践的第一个工种是铸造，也是留给我最深刻印象的。说白了，那天的实践任务就是“玩泥沙”;但这可是专业地“玩”。以前总纳闷那些一模一样的东西是怎么弄出来的，觉得很玄乎;现在知道它们很多是可以通过铸造来生产的。在师傅的指导下，我花了九牛二虎之力终于把模具弄出来。看着自己的作品，心中油然升起成就感，以至最后要拆毁时几次下不了手。

第二天的工种是电火花加工，它是在加工过程中通过工具电极和工件电极脉冲放电间的电腐蚀作用进行加工的一种工艺方法。我们要做的工作就是设计工件，并把工件放置好，对好刀，其他事情就交给电脑完成了。电火花加工使我第一次亲眼见识并运用现代化先进工业设备的，原来“科学是第一生产力”并非空话!

接下来是热处理实践，它是指金属材料在固态下通过加热保温各不同方式的冷却，改变内部组织，获得所需性能的工艺方法，包括退火、正火、淬火、回火和表面热处理等。鉴定金属的属性，尤其是含碳量，可观察火花的特性而得。把一金属块放到飞速转动的砂轮机上打火花，从节花、颜色、线型等可把金属大致归类。原本觉得普通得不能再普通的火花居然匿藏着这些玄机，真让我大开眼界。

锻造实践的那一天，是我最累的一天。一天的努力，把一段铁圆柱锻造成一块六角形的零件，看似简单，当中的付出只有我们这些“业余工人”才能体会得到。空气锤固然神奇，一下子就把铁柱锤扁了;但精细的加工，如把铁块打成六角形，还是得用传统的人工打铁。在一锤一锤的铿锵之中，我平生第一次感受到“锻炼”的最原始含义。只有经历重击，忍受苦楚，棱角才会显现，光辉才会耀眼。

离开工厂，心中总有一句言简义深的话:纸上得来终觉浅，投身实践揽真知。

现在回来写我的实践报告，感觉自己仍然置身与工厂之中，在师傅的帮助下努力的做着东西，那电扇火光的感觉真的是很刺激，我临走时都不舍的走了，就是想多学点东西。其实我所学的专业和进工厂几乎不搭边，可是我学的就是那种感觉和那种事必躬亲的样子，看到自己作出来的东西，怎么都觉得很顺眼。

在这期间使我养成了不管遇到什么困难都不能被它吓倒，从不轻言放弃的品格。人要想实现自身的价值一定要顽强坚持的性格，勤奋努力的生活作风，而且还需要随时都有一个积极向上的心态。这样你就可以做到不管遇到什么挫折，什么困难，你都可以克服，即使遇到失败那也是短暂的，你完全可以吸收经验教训，再次站起来。

我坚持认为大学生就应该在假期的时候应该出来实践一下，这样对我们以后在社会上成长有很大的好处，在社会上很好的生活也是一门学问，学不好的话就会在社会上混不好，穷困潦倒一生。每个人都不会看到自己将来是这个样子，所以你就必须得走出去，看未来，学习更多的知识和学问。我相信每个人都不会混的差的。

**关于大学生支教工作心得怎么写五**

时间飞逝，还有半年就要告别大学生活了，即将踏入社会。我们明白随着中国在国际贸易中地位的不断上升，以及在我国加入世界贸易组织和全球化进一步发展的新形势下，对于我们国贸专业的学生们来说，或对于作为将来从事国际贸易方面业务的我们来说，去外贸公司实习对我们来说十分重要。这次我有了一个很好的机会就是去外贸公司进行实习。

短短的实习期已经结束，静下心来回想这次实习真是感受颇深。我们明白实习是大学教育中一个极为重要的实践性环节，透过实习，能够使我们在实践中接触与本专业相关的一些实际工作，培养和锻炼我们综合运用所学的基础理论、基本技能和专业知识，去独立分析和解决实际问题的潜力，把理论和实践结合起来，提高我们的实际动手潜力，为将来我们毕业后走上工作岗位打下必须的基础。透过这段时间的\'学习，从无知到认知，到深入了解，渐渐地我喜欢上这个专业，让我深刻的体会到学习的过程是最美的，在整个实习过程中，我每一天都有很多的新的体会，新的想法。

回顾我的实习生活，感触是很深的，收获也是丰硕的。这次的实习，主要是与非洲、中东、印度等地方的外国商人做生意，他们在我公司下订单，我们再把订单下到厂里，从中赚取差额。这次的实习经历我对外贸这个专业有了更加理性的认识和更深刻的体会。

透过这次的实习，我由第一天的拘谨，对什么事情都充满着好奇，转而逐渐适应了这样的生活，做事情按部就班，循序渐进。这次的实习，让我懂得了许多，明白了许多，大学文凭其实只是一块敲门砖。进入工作单位后，大家都是从头开始，凡事都要自己去摸索，没有人会手把手教你。所以，我们有必要培养主动学习潜力和创新潜力，务必努力提高自身的综合素质，适应时代的需要。虽说大学文凭只是一块敲门砖，但是个人的综合素质却仍是你就业时的重要筹码。首先是学习成绩，用人单位认为成绩的好坏从必须程度上说明了你学习潜力的强弱，所以，学习成绩是他们十分看重的一点。因此，我们首先要学好自己的专业知识。其次，他们看重的就是就是我们的社会实践潜力。这一点就要看我们平时的实际动手及操作潜力。

经过这段时间的实习，我主要有以下几点感想：

第一，要有坚持不懈的精神

作为在校生，我们不管到哪家公司，一开始都不会立刻给工作我们做，一般都是先让我们熟悉公司的工作环境，时间短的要几天，时间长的要几周，或更长的时间，在这段时间里很多人会觉得很无聊，没事可做，便会产生离开的念头，在这个时候我们必须要坚持，不能轻易放下。

第二，要勤劳，任劳任怨

我们到公司去实习，由于我们不是正式职员，所以公司多数是把我们当学生看待。公司在这个期间一般不会给我们什么重要的工作去做，可又不想让我们闲着，因此，他们会交给我们一些比较简单的工作。与此同时，我们就应自己主动找一些事情来做，从小事做起，刚开始也只有这样。

第三，要虚心学习，不耻下问

在工作过程中，我们肯定会碰到很多的问题，有很多是我们所不懂的，不懂的东西我们就要虚心向同事请教，当别人教我们知识的时候，我们也就应虚心地理解。同时，我们也不要怕犯错。每一个人都有犯错的时候，工作中第一次做错了不要紧，重要的是知错能改。

第四，要确立明确的目标，并端正自己的态度

平时，我们不管做什么事，都要明确自己的目标，就像我们到公司工作以后，要明白自己能否胜任这份工作，关键是看你自己对待工作的态度，态度对了，即使自己以前没学过的知识也能够在工作中逐渐的掌握。因此，要树立正确的目标，在实现目标的过程中必须要多看别人怎样做，多听别人怎样说，多想自己就应怎样做，然后自己亲自动手去多做。只有这样我们才能把事情做好。

透过本次的实习，我还发现自己以前学习中所出现的一些薄弱环节，并为今后的学习指明了方向，同时也会为将来的工作打下一个良好的基础。，但这次的实习为我们带给了一个很好的锻炼机会，使我们及早了解一些相关知识以便以后运用到以后的业务中去。透过这次的实习，我熟练地掌握英语口语，能够自如地与外国人交流，同时让我懂得英语真的很重要，我明白只有透过刻苦的学习，加强对业务知识的熟练掌握程度，在现实的工作中才会得心应手，应对自如。

总体来说，这次实习不仅仅仅是锻炼了我在贸易操作方面的一些技能，同时，经过这次实习，我还从中学到了很多课本上所没有提及的知识，还有就是在就业心态上我也有很大的改变，以前我总想找一份适合自己爱好，并且专业对口的工作。可此刻我们都明白找工作很难，要专业对口更难，很多东西我们初到社会才接触、才学习。所以我此刻要建立起先就业再择业的就业观。应尽快学会在社会上独立，敢于参加与社会竞争，敢于承受社会压力，使自己能够在社会上快速成长。总的来说，作为一个快要毕业的大学生，无论是在今后的工作或是生活中，实习都将成为我人生中一笔重要的资本。

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！