# 2024年实习感想感受汇总(九篇)

来源：网络 作者：梦里花落 更新时间：2024-12-28

*20\_年实习感想感受汇总一中国网络通信有限公司(cnc)是在国务院、信息产业部的直接领导和大力支持下组建的新一代电信运营企业，致力于新一代电信基础设施建设，提供全方位宽带电信服务。中国网通承担建设与运营的“中国网通宽带高速互联网(cncne...*

**20\_年实习感想感受汇总一**

中国网络通信有限公司(cnc)是在国务院、信息产业部的直接领导和大力支持下组建的新一代电信运营企业，致力于新一代电信基础设施建设，提供全方位宽带电信服务。

中国网通承担建设与运营的“中国网通宽带高速互联网(cncnet)”，是中国技术最新、带宽最宽、容量最大的新一代开放的ipoverdwdm全光纤电信网络，提供语音、图像、传真、数据等全方位的基本于ip技术的高品质电信服务。

高州网通公司是中国网通的子公司，是一家全方位综合性的电信企业。它与中国网通40g带宽的高速国际互联网无缝连接，采用千兆以太网技术建成宽带城域网，真正实现千兆百兆到小区、到大楼，为各种宽带接入服务提供了一流平台。立足于高州用户的需求，利用其管理、技术、人才和服务优势，发展更多的服务模式和多种增值业务，提供一流的产品和服务，为高州城市信息化服务，实现“人人拥有宽带，沟通与光同速”的宽带梦想。

我进入网通后学到了很多知识、经验、技术等等，这让我长了很多见识，现在我就快要毕业了，现总节如下：

刚进入网通的时候，我对网通并不了解，面对这个陌生的环境，只能慢慢的去适应它了。

实习一个月后，拿到了实习工资是那么的兴奋，到了第二个月后，我继续跟着师傅，虽然我基本上可以自己独立了，但我的经验还是很少。

春节过了以后，我就开始独立干活了，虽然我基本上是独立做单子，但很多时候还是要打电话问师傅如何做。

三个月后，我已经能独立做事情了，到了十月份，出现了雷击事件，这是我在网通公司实习以来面对的公司的第一件紧急事件，这次事件正好发生在“十一”黄金周，我还是基本上完成了自己的任务。

在以后的实习时间里，也有同样的事件，但我还是在努力工作，顺利地度过了。

经过这段时间的实习生活，让我学到学校学不到的知识，让我增加了阅历、提高了工作能力，以后我会继续努力的

时间过得真快，转眼间实习期已有三个月过去了，在这段日子里使我感触很深。

天下没有白吃的午餐，在这个优胜劣汰，公平竞争的社会，这符合社会发展规律和法则。科技日新月异，知识天天变，我们必须顺应潮流，时时鞭策自己，业余多充电，紧跟时代步伐，才不致于被淘汰，遭遇下岗。因为天下没有白吃午餐，铁饭碗已不复存在。谁想再一张报纸一杯茶混日子肯定混不下去了。你要证明自己的实力，就要做出一定成绩来，你要想保住自己的饭碗，就必须勤奋工作并且干出成效。

不必苟求专业对口，因同专业的求职者太多，竞争过于激烈，因此，找到一份专业对口的工作，便成了一件难而又难的事。有时候历经千辛万苦也未必能如愿，这时，我们不必气馁——何必苟求专业一定要对口呢?若过于单一的求职观念，又谈何能走出求职的困境呢。事实上，只要是囊中之锥，故在哪里，都会有穿囊之本事。反之，如果求职者素质和觉悟不高，即使找到了专业对口的职位也将碌碌无为，或成不了什么气候。

好马也要吃回头草。不知谁说过这样一句酸味十足的话“好马不吃回头草”。其实，此言既妄且廖，一一求职择业不同于沿街乞讨，面子与自尊，不应该成为绊脚石，唯实际与务实才是求职择业的主要命题，现实就是现实，时代呼唤聘才与择业不拘一格，谁若再抱“好马不吃回头草”的传统观念，肯定要被人贻笑大方了。

莫贬低他人。一个人的人格和素质通常可以从语言上表达出来，凡论人是非或者自大自夸的是求职应聘时的大忌，纵使求职者发表欲强，因为主考官，急需了解的只是求职者的业务素质及对工作的态度和看法，而一个爱搬弄是非，不知天高地厚的求职者往往是令人生厌的。

推销自己，不唯文凭，拥有显赫的学历自然可喜可贺，倘若没有，也不必灰心丧气，瞄准机会，旦有可发挥自己特长的职位，敢于毛遂自荐，自我推销，便会成功面试莫夸耀昔日成绩，俗语说：“好汉不提当年勇”，如确定有值得引以骄傲和自豪的成就，那也是已经成为历史的事情，故没必要刻意渲染和炫耀，大可轻轻带过，淡然处之。否则就成为人性的弱点和遗憾。

找工作莫怕起点低，如今适逢下岗成为热门话题，求职愈来愈难，广大求职者不妨打消传统观念，学会审时度势。

降低要求，不怕起点低，要有从奴隶到将军的信心和勇气，倘能脚踏实地，一步一个脚印，纵使平凡的工作也能成就一番轰轰烈烈的事业。

**20\_年实习感想感受汇总二**

一、实习单位简介

1.1关于\_\_\_银行

至20\_\_年\_月底，全行注册资本为\_\_亿元人民币，营业网点近\_\_家，员工总数超过\_\_\_人。截至20\_\_\_年末，\_\_\_银行总资产约\_\_\_亿元，各项存款余额已超\_\_\_亿元。至20\_\_年底，各项贷款余额\_\_亿元，实现拨备前利润\_\_亿元。

据英国《银行家》杂志统计，按一级资本排序，在20\_\_年度全球1000家大银行中，\_\_\_银行排名第235名;在国内所有入围银行中，排名第19名。

\_\_\_银行以“建设成为公司治理完善、机构布局合理、业务功能齐全，资本充足、管理精细、风险可控、业绩优良的区域性便民银行”为战略目标，坚持以“三农”、中小企业和社区居民作为主要客户群体，发挥特色优势，调结构促发展，防风险严管理，抓服务树形象，强基础推改革，全面提高经营管理水平和市场竞争力，努力把自身建设成为一家服务大众、贴心周到的便民银行。

1.2服务社区居民，践行“便捷服务心体验”

\_\_\_银行致力于向社区居民提供便捷、便利、贴身、贴心的金融服务。推出的金融便利店是一种创新的金融服务网点，它把自助机具与人工服务相结合，功能涵盖了四位一体的自助银行、个贷服务中心、个人理财中心和业务营销中心。如今，金融便利店附近的社区居民除可24小时享受自助服务外，还可在下班后获得错时、延时金融服务。

\_\_\_银行推出的“\_\_理财”系列理财产品，至今保持了“各类各期产品收益实现率100%、客户投诉率为零”的记录，并在全国“\_\_奖20\_\_年度金融理财产品评选”中荣获了“银行理财——年度银行理财成长奖”。根据\_\_\_大学信托与理财研究所的统计报告：截至20\_\_年12月，\_\_\_银行理财综合能力排名从20\_\_年4月的第33位上升了10位，跃居第23位的水平。

“二手房买卖直通车”业务是\_\_\_银行大力探索个人住房贷款经营模式的创新之举，它保证了可靠的房屋来源，安全的资金交易，合法便捷的手续，提供省钱、省时、省力的房屋买卖服务平台。

近期，随着中心城区\_\_支行、\_\_支行的相继开业，\_\_\_银行加快了调整网点布局、完善服务网络的步伐，这是对全行“做强郊区、拓展城区、立足上海、辐射周边”市场定位的有力推进和全面实施，也是进一步配合各区域社会和经济发展规划，为客户提供更为完善、便利的服务网络的重要举措。

1.3\_\_\_银行的业务

商业银行业务是\_\_\_银行的传统主营业务，包括公司金融业务、个人金融业务及金融市场业务。

1)公司金融业务

公司金融业务为\_\_\_银行业务利润的主要来源。包括存款业务、贷款业务、金融机构业务、国际结算及贸易融资业务、其他公司金融业务。

2)产品服务创新

\_\_\_银行配合公司客户最新业务需求，组合和创新公司金融产品;加大与金融同业的产品合作，积极开展同业间公司信贷资产的转让业务;推出融易达(基于应收账款的融资服务)、通易达(应收账款质押开证)、融信达(基于投保出口信用险的应收账款的融资服务)和融货达(货物质押融资)等产品，进一步丰富了“达”系列贸易融资产品种类。

3)个人金融业务

个人金融业务为\_\_\_银行战略发展重点之一。包括储蓄存款业务、个人贷款业务、个人中间业务、“中银理财”服务、私人银行业务、银行卡业务、渠道建设。

4)产品服务创新

依托全球服务网络和多元化服务平台，\_\_\_银行为客户提供全方位金融服务，不断创新推出本外币理财新产品。继续推动海外财富管理专柜业务，为客户跨境资产配置提供了便利。

5)金融市场业务

\_\_\_银行金融市场业务主要包括：本外币金融工具的自营交易与代客业务、本外币各类证券或指数投资业务、债务资本市场业务、代客理财和资产管理业务、金融代理及托管业务等。\_\_\_银行主要通过在\_\_、\_\_、\_\_设立的五个交易中心经营资金业务。

6)产品服务创新

新产品的设计与报价能力是\_\_\_银行金融市场业务主要竞争优势之一。\_\_\_银行始终秉持以客户需求为导向的创新理念，凭借在外汇业务方面的丰富经验及战略投资者的专业知识，致力于通过开发创新及度身订造的资金产品及服务吸引客户。

二、实习目的

(一)了解认识金融行业尤其是银行业的各种知识，丰富知识水平。

(二)锻炼自己的工作实践能力，提高自身的人际交往能力与吃苦耐劳的精神，培养岗位适应性。

(三)增加社会阅历，拓展人脉资源，完成实习规划。

(四)实习期间保持与单位领导员工的良好关系，通过自身实习表现给用人单位留下良好印象，争取校招绿色通道或者单位留用意向。

三、实习岗位及工作内容

实习岗位：

个人金融部银行卡助理营业部大堂经理助理。

工作内容：

个人金融部银行卡助理：

1、通过学习部门信用卡业务相关知识，掌握有关办公操作流程，了解部门对公和对私业务的具体操作，引导客户办理具体业务。

2、整理归档客户信用卡档案，实现客户资料，协助部门完成客户个人及企业贷款的办理及贷后的跟踪核查和不良贷款催收工作。

3、协助完成部门全辖员工的绩效考核报告及数据录入工作。

4、协助部门完成月度工作报告，进行相关表格数据的格式调整，在部门工作繁杂时负责部门业务通讯的转接工作。

营业部大堂经理助理：

1、学习银行前台的各项工作以及银行的各项理财产品、担保贷款业务、银行卡、信用卡的各种详细情况，协助大堂经理处理银行各项日常工作。必要时协助柜台和理财经理处理银行客户数据与对客户进行及时回访。由于是男性职员，同时也担当银行的日常安保工作，当然只限于维持大堂秩序。

2、协助大堂经理处理银行大堂事宜，如引导客户，为客户介绍理财产品，解决客户与银行有关的问题。参与银行厅堂销售的各项布置与客户营销。

3、协助柜台工作，指引客户填写各种表格回单，帮助柜台疏导客户。进行银行高端产品对vip客户的针对性推广等。

4、协助理财经理处理银行客户数据，主要完成客户购买理财产品或者办理各种功能性银行卡后的数据录入和数据分类工作。

5、客户回访工作，主要在客户购买理财产品成功之后电话告知客户做一个继续追踪，以及在理财产品推出之前协助告知一些重要客户，或者给陌生客户做电话拜访工作，宣传理财产品等。

四、具体实习内容

学习相应理论基础知识及银行相关各种文件，学习了柜面操作基本知识以及人民银行下发的各种文件。大堂经理助理是连接客户、柜面人员、客户经理的纽带，因此首先就得学习柜面的相关知识，才能更好的解答客户问题，引导客户办理相关业务，维持大堂秩序，减轻柜员的工作量，提高整体服务效率。柜面相关知识主要有五大部分：对公业务，对私业务，联行业务，授信业务，公共业务。其中具体包括对凭证及相关传票、操作流程、交易代码的学习。在学习的过程中，要非常用心，因为这些知识点既散又细，而且对于一位银行服务人员特别是柜员来说，任何一点细小的规定如果操作失误就可能酿成不可估量的后果。同时还要学习人民银行下达的相关文件，结合商业银行的内部规定变动了解银行改革的方向和动态。只有全面了解了这些文件规定，才能树立更强的服务意识和竞争意识，以优质的服务让顾客满意，以强劲的竞争力为银行争取更大的生存空间。

学习大堂营销技巧及解答客户咨询。在大堂工作要特别注重礼仪，礼仪是人们在交往活动中形成的行为规范与准则，成天与客户打交道的经理，代表着企业的形象与信誉，所以一切都要谨小慎微。要做好大堂经理助理的工作就必须做到以下几个方面：干练，稳重，自信，亲和。对顾客的需求要能够迅速作出反应，对大堂里出现的不同问题要能够表现出遇事不慌的心态，机智的处理并解决出现的状况，作为一个大堂经理要能够以低姿态友善地与客户沟通、交流，但也不能唯唯诺诺，在任何时刻我们都应该对自己充满信心。在客户迷茫时，我们为其指明方向;在客户遇到困难时，我们施予援手;当客户不解时，我们耐心解释;当客户不满时，我们及时安抚。随时随地，急客户所急，想客户所想，以完美无缺的服务去赢得每一位客户的信赖。让每一位客户感受到我们的微笑，感受到我们的热情，感受到我们的专业，感受到宾至如归的感觉。营业中的礼仪主要有四大内容：(1)解答客户问题。(2)营业中分流客户。(3)维护大堂秩序。(4)适当理财产品的营销。所以，作为一名大堂经理要有丰富的知识，随机应变的能力，以及善于营销的口才。

五、实习心得与体会

经过这次毕业实习，使作为新入社会大学生的我更加深刻地认识了社会，熟悉了工作岗位和工作要求，端正了工作态度。与此同时，在两个多月的工作相处中，与同事们培养了深刻地友谊，拓展了人脉，培养了礼仪，从而拓展了作为商科学生的商业素养，为以后的工作打下了坚实的基础。

通过这次实习，与实习相伴的是对银行业务的深入理解和对银行具体工作认知的改观，更加深刻地认识到银行工作的细致和严谨，也理解了银行对客户银行卡收取年费的合理之处。考虑对银行资源的高效利用，银行对其收取年费，避免了客户办理多张银行卡对银行资源的不合理占用，从而避免了银行卡档案的冗杂，减轻了银行卡档案和管理的操作难度，与此同时，促使客户合理利用手上有限的银行卡，提高安全意识，也减少了针对银行卡骗贷及核呆等贷后工作的工作量，维护金融安全。

在实习的过程中也伴随着对银行业务团队的认识和尊重，正是因为中行高素质的员工团队，通力合作，共同为部门成就而不断努力，才铸就了一个团结、负责的大企业的形象。

通过这次实习，我更加清晰的认识到银行已经由原来的专业银行向全能型商业银行的转变，银行已经由原来的货币银行转变为现在的万能银行。现代商业银行除了经营传统的存贷业务之外，同时还经营基金、保险等金融业务以及贵金属工艺品等保值增值类产品，分散经营风险，减少主营业务所造成的风险，而且积极拓展银行的中间业务，提高中收，有利于增强银行的灵活性，扩大赢利点。银行作为特殊的企业，有着特殊的监管机制，在经营过程中必须兼顾盈利性、流动性与安全性的“三性”原则。盈利性是目的，安全性是根本，而流动性是前提条件。商业银行在经营过程中必须统筹考虑三者关系，综合权衡利弊，不能偏废其一。在保持安全性、流动性的前提下，实现盈利的化。而现在能够积极拓展银行的中间业务，对于银行自身发展而言，无疑将会极大的增加银行的业务范围与经营能力，整体促进银行良性发展。尤其作为一名管理类专业的学生，看到中行历经百年，在外汇，贵金属工艺品等方面领军其他银行的时候，心里对以后的工作也是充满期待的。但同时也发现自己在口语方面的不足。

作为一名刚毕业的大学生，尽快实现角色的转变，是一个大学毕业生刚步入社会时所面临的首要任务。对于刚毕业的大学生来说，一开始就做一番伟大的事业并不现实，而是必须从最细小的工作中做起，甚至还要一遍遍的重复那些“细小”。这不仅要我们从行动上改变，更要先从心理上、思想上接受并改变，要充分认识到伟大都是从平凡累积起来的。正如书中所说，成功是一种努力的累积。平凡的人乃是一种无过高期望但又极认真生活的一种人。首先态度是乐观的，将人生视为一种在不断奋斗中的历练，经得起人生的大起大落，能够以宽容的胸怀善待一切。总是将复杂的事简单做，简单的事重复做，重复的事快乐做，快乐的事用心做。要是想变得伟大，其实不一定要成就辉煌的功业，因为构成伟大的决定性因素，恰恰在做得比平凡者更平凡而已。认清了这些以后，角色转变也就不再是问题。通过这次的实习，我对银行工作有了详尽而深刻的了解，也是对未来参加工作的试炼。是大学生涯中甚至是人生中很重要的一部分积累和经验，这在我以后的学习和生活中都会发挥着很重要的作用。而这次的毕业实习无疑成为了我踏入社会的一个平台，为我今后踏入社会奠定了良好的基础。

**20\_年实习感想感受汇总三**

一、实习意义：

阶段实习教学是专业教学方案的重要组成部分，是实现本科教学培养目标的重要教学环节，是全面贯彻党的教育方针，实现理论教学与社会实践相结合的重要方式。在实习过程中，我们可以学习到在学校里学不到的东西。像沟通技巧，一些社会礼仪和人际关系的处理方法等等。阶段实习为大三的学习提供了参考，更为大四的就业奠定了基础。

今年暑假，我有幸来到浙江嵊州瑞丰村镇银行进行为期一个月的实习。作为一个大学生实践是必不可少的，因为只有通过实践才能真正懂得课本中的知识。我很感谢瑞丰村镇银行的领导给我这个学习的机会，让我的金融知识不仅仅局限于书本，而在于实际，更好的了解到当下的银行业情况以及银行各种业务的操作流程，为以后的工作打下坚实的基础。

二、实习单位介绍

浙江嵊州瑞丰村镇银行是绍兴市首家村镇银行，由浙江绍兴县农村合作银行主发起，18家法人公司参股成立的新型村镇股份制商业银行，注册资本1.76亿元，总部设在浙江省嵊州市区，占地面积13万平方米，建筑面积6万多平方米。该行内设办公室、人监部、信贷部、财计部、稽核部、综合业务部、保卫部、合规管理部等“七部一室”。浙江嵊州瑞丰村镇银行主要为辖区内农民、农业、农村及社区经济提供金融服务，可经营吸收公众存款，发放短期、中期和长期贷款，办理国内结算与票据承兑与贴现等业务。这对于解决我市农村金融机构网点覆盖面低、金融供给不足、竞争不充分和农民贷款难，支持农民创业创新和农村经济发展，具有十分重要的意义。 此次，我主要是在信贷部进行了实习。浙江嵊州瑞丰村镇银行作为服务地方经济的农村合作金融机构，它的信贷服务对象主要是个体工商户、中小企业等等。在信贷业务方面，瑞丰村镇银行首先是抓好优质工业企业的贷款授信工作。每年年初，在组织信贷人员全面调查摸底的基础上，切实加大对符合国家产业政策、产品有市场、企业守信用、发展前景较理想的优质企业的贷款授信力度。其次是根据市委市府确定的重点工业企业和重点税源企业名单，切实加大对开户在合作银行的重点工业企业和税源企业的信贷支持，并在利率执行上给予一定的下浮优惠，促进其经济发展。嵊州瑞丰村镇银行虽然是一个小银行，但对我来说仍是一个象牙塔，是一个学习的殿堂，我很高兴能在这里学习一个月。

三、实习内容

紧张有序的实习生活让我一改从前自由散漫的作风，自觉融入到这个优良的工作环境中去。生活节奏变得规律，每天准时上下班，生活变的非常的充实。

在实习的一个月中，我从最简单的理论知识开始，先了解了各种业务的内容、办理流程及条件，之后再进行了各种业务的简单操作，把之前学的业务知识运用到操作中。

下面对我实习时所学的业务知识做一个归纳：

储蓄业务

储蓄部门实行的是柜员负责制，就是每个柜员都可以办理所有的储蓄业务，即开户，存取现金，办理储蓄卡等，凭证不再像对公业务部门那样在会计之间传递，而是每个柜员单独进行帐务处理，记帐。但是每个柜员所制的单据都要交予相关行内负责人先审核，然后再传递到上级行“事后稽核”。

财务会计业务

对公业务的会计部门的核算(主要指票据业务)主要分为三个步骤：记帐、复核与出纳。这里所讲的票据业务主要是指支票，包括转帐支票与现金支票两种。对于办理现金支票业务，首先是要审核，看出票人的印鉴是否与银行预留印鉴相符，方式就是通过电脑验印，或者是手工核对;再看大小写金额是否一致，出票金额、出票日期、收款人要素等有无涂改，支票是否已经超过提示付款期限，支票是否透支，如果有背书，则背书人签章是否相符，值得注意的是大写金额到元为整，到分则不能再记整。对于现金支票，会计记帐员审核无误后记帐，然后传递给会计复核员，会计复核员确认为无误后，就传递给出纳，由出纳人员加盖现金付讫章，收款人就可出纳处领取现金(出纳与收款人口头对帐后)。转帐支票的审核内容同现金支票相同，在处理上是由会计记帐员审核记帐，会计复核员复核。这里需要说明的是一个入帐时间的问题。现金支票以及付款行为本行的转帐支票(如与储蓄所的内部往来，收付双方都是本行开户单位的)都是要直接入帐的。而对于收款人、出票人不在同一家行开户的情况下，如一些委托收款等的转帐支票，经过票据交换后才能入帐。

很显然，会计是很忙的，进行财务会计业务操作时最重要的是要细心，要耐心，千万不能浮躁。

信贷业务

由于目前的实际情况，中小企业、个体工商户、个人独资企业融资难，尽管央行一再出台有关鼓励银行向中小企业贷款的方案，但是，在各个银行内部都有严格的控制。嵊州瑞丰村镇银行也是如此。所以，银行目前也投入了个人贷款领域。需要注意的是，银行的个人贷款业务并不是直接将款贷给个人，而是与商家签订一定的协议，其实是将款贷给商家，然后商家把商品卖给个人，个人再还款给银行。银行在与商家签订协议时，审查商家的证件是否齐全。而个人要向银行提供有关的收入证明，身份证明等。一般都是以购买的标的物作为抵押，最常见的就是动产抵押(如汽车贷款)和不动产抵押(如住房贷款)。信贷部门实行的是审贷分离制，就是进行贷款客户开发与具体发放贷款，审核贷款可能性的工作人员是各司其职的。

四、实习心得

经过在浙江嵊州瑞丰村镇银行的一个月的实习，我从客观上对自己在学校里所学的知识有了感性的认识，使自己更加充分地理解了理论与实际的关系。我这次实习所涉及的内容，主要是银行储蓄业务、财务会计业务、信贷业务等等，当然还有一些打杂的小工作，像分类书信，打word文档，折对账单等，这些打杂的小工作也让我学到了不少东西。在学校期间，我就已经学习过一些关于银行方面的课程，例如《货币银行学》、《银行经营管理学》等等，无疑这都为我在银行的实习打下了一定的基础。

在这次实习过程中，让我得益最深的就是能够到信贷部和财计部学习，在这些部门中我学习到了平时书本没有详细介绍的知识，这使我对自己的专业有了更为详尽和深刻的了解，也是对这两年大学里所学知识的一个巩固与运用。显然的，只有理论没有实践，那只是纸上谈兵，根本就无法真正掌握这些知识，只有将理论运用于实践，才能真正掌握理论，下一次才能更好的将理论运用到实践中去，这次实习真的让我学到很多知识，学到了只靠书本无法理解的知识。

此次实习使我体会到了实际的工作与书本上的知识是有一定距离的，并且需要进一步的再学习。这次实习的业务多集中于比较简单的会计业务和信贷业务，但是，这帮助我更深层次地理解银行相关业务的流程，使我在银行的基础业务方面不在局限于书本，而是有了一个比较全面的了解。俗话说，千里之行始于足下，这些最基本的业务往往是不能在书本上彻底理解的，所以基础的实务尤其显得重要.从这次实习中，我体会到，如果将我在大学里所学的知识与更多的实践结合在一起，用实践来检验真理，使一个本科生具备较强的处理基本实务的能力与比较系统的专业知识，这才是我学习与实习的真正目的。

**20\_年实习感想感受汇总四**

短暂而令人难忘的电子工艺实习已经结束，在枯燥的专业基础课的学习之余，能够接触到这么一门极其舒缓身心实习，尽管只有短暂的四周，却也让我们从沉闷的心境中解脱出来，着实令人精神为之一振。

电子工艺实习是一门技术性很强的技术基础课，也是我们理工科进行工程训练，学习工艺知识，提高综合素质的重要实践环节。从第一周到第四周每周周二下午四个小时来进行这次实习。

在这次电子工艺实习中，我收获颇多，自己的实践技能提高了，对工艺流程的认识丰富了，自己学习生活的热情也提高了。

下面我再谈谈在实习中实实在在遇到的问题与实习心得体会。

实习第一天，通过看录像中电子工艺实习的范围与技术，还有录像中老师高潮的技艺让我艳羡不已，这个下午，我对电子工艺实习有了初步的认识，对电路板，电路元件有了一定的认识，对我接下类的三周的实际操作给予了一定的指导。

第二周，拿到了一些导线，电阻等电路元件，老师发的电路板极其结实，真真不怕敲，不怕磕，刚开始，我拿着电烙铁的手不争气的晃，不过，一会就慢慢熟识了，心定下来了，手也有力度了。

我再说说焊接的过程。先将准备好的元件插入印刷电路板规定好的位置上，待电烙铁加热后用烙铁头的刃口上些适量的焊锡，上的焊锡多少要根据焊点的大小来决定。

焊接时，要将烙铁头的刃口接触焊点与元件引线，根据焊点的形状作一定的移动，使流动的焊锡布满焊点并渗入被焊物的缝隙，接触时间大约在3-5秒左右，然后拿开电烙铁。拿开电烙铁的时间，方向和速度，决定了焊接的质量与外观的正确的方法是，在将要离开焊点时，快速的将电烙铁往回带一下，后迅速离开焊点，这样焊出的焊点既光亮，圆滑，又不出毛刺。

在焊接时，焊接时间不要太长，免得把元件烫坏，但亦不要太短，造成假焊或虚焊。焊接结束后，用镊子夹住被焊元件适当用力拔一下，检查元件是否被焊牢。如果发现有松动现象，就要重新进行焊接。

在第三，四周，我们开始了我们最后的万用表的焊接，想到平时在物理实验室里用的万用表现在可以经自己的手焊接出来，心中难免有些许激动。

最后，在结课时，拿着自己的万用表，会心的笑了。总体上焊接的还不错，测量了一下，各个功能良好，准确度还挺高的，看来，以后可以带着自己的万用表去实验室了。

电子工艺实习让久在课堂的我切身的感受到作为一名电子工艺人员的苦与乐，同时检验了自己所学的知识。电子工艺更让我深深地体会到人生的意义——世间无难事，只要功夫深，铁杵磨成针!

总之，这次实习让我受益匪浅，它不仅带给我很多的知识，还让我有了一个美好的记忆。当然，我知道，能有这么大的收获，不仅离不开指导老师的悉心教导与关怀，也离不开学校为我们提供了这么好的实习环境和实验设备，让我们能够真正的体验到电子工艺实习的魅力。我学会了很多，收获了很多，每当看到我可爱的万用表，我就会想起我这段美好的时光——电子工艺实习。

**20\_年实习感想感受汇总五**

最新机械专业实习的感想与心得大全

经过半年的实习在各方面我都有了量的积累质的飞跃，学到了许多书本中学不到的东西既学习了知识又培养了能力，实现个人素质的提高，同时也认识到从理论知识到实践经验运用的过程中还有一定的距离，我深知以现有的知识水平还不能赶上钢结构事业发展的速度，我将以充沛的精力全身心的投入到工作中去努力提高自己全方面的素质。下面由豆花问答网小编来给大家分享机械专业实习的感想与心得，欢迎大家参阅。

机械专业实习的感想与心得

我是机械学院学院\_\_级的学生，我从\_\_年9份开始学习有关机械专业的知识今年的7月份大概有两年的时间了，在这两年的时间里我学习了有关机械的相关课程，具备了部分的能力。今年暑假我投身到实习的大军中，找到了某公司进行实习，下面就我的实习感受，将暑期实习工作总结报告如下：

1)感受到了公司中真是气氛。

我在编写程序的时候觉得其中一个地方要按我以为的怎样怎样写，后来项目经理在测试的时候发现了问题，和其他程序员的模块衔接出现了一些乱码，就是用全角的中文输入时会出现乱码状况，项目经理就很气氛，把我给批了一顿。但是当时感觉自己的想法没有错，却没有想到会出现乱码状况，才发现自己学的还是不是很系统。项目经理的话或者说老板在公司中就是头儿，服从，其实也是职员该做的事情。

2)学会了沟通和处理问题的能力。

和需求公司的人聊他们的需求的时候，那个人对网站的一些术语不是很懂，就需要我们用最通俗的话去和他们沟通交流，在做项目的时候得学会和同事交流沟通，相互帮助相互的发现彼此的问题，团队精神在尤其是做项目最后的时候得以体现。同时明天沟通交流的重要性，比如我的程序中我没有用过全角的汉字输入测试过，但是项目经理就查出来了，如果让其他同事帮我测试下，说不定就可与避免这种问题。毕竟一个人的能力不可能样样都通。同时做事情一定要细心，遇到任何事情都不要慌张。

3)我快速学习的能力也得以提升。

在学习中老师不肯能把所有的东西都教会你，在学校中老师只是大概提了一些的东西甚至一点都没有提到的知识，在做项目的时候却用到了。就需要你快速的学习能力，接受能力，并且把所学到的东西快速的运用到实践中去，做好工作计划，让工作有条有理。

实践，就是把我们在学校所学到的理论知识}，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识}有用武之地。只学习不实践，那么所学就等于零。理论应该与实践相结合。而另一方面，实践可以为以后找工作打下基础。通过，这段时间的实习，我学到了一些在课堂上学不到的东西。因为在这里身处的环境不同，所接触的人与事也不相同，从中学到的东西自然就不一样了。要学会在实践中学习，从学习中实践。

通过这次工作实习让我学到了很多，而当初参加暑假工作实习的目的是对自己这一年来的所学到计算机知识、所培养的能力以实践的方式来检验，培养自己主动学习知识、分析问题、解决问题的能力和团队合作精神与人协调处理事物的能力，学会了用工作计划来约束自己，虽然这次实习没能全面的学会，但是也让我稍稍的浅尝了滋味，让我提高很多，这次实习真是受益匪浅。

机械专业实习的感想与心得

实习目的：通过接触和参加一线工作，了解本公司的实际加工制作和安装过程，对钢结构有一个比较深刻的认识，为以后的工作打下基础。

实习内容：在车间参加钢结构的放样、切割、钻孔、剖口、焊接、矫正等工作。并参与了钢结构的现场安装施工，学习钢结构工程的施工技术和施工组织管理方法，学习和应用有关工程施工规范及质量检验评定标准，学习施工过程中对技术的处理方法。

实习概况：在车间参加刚结构的加工制作实习，在南京德基广场工地参加钢结构安装实习。遵守车间和工地安全规章制度。出勤率高。积极向工人师傅请教。对钢结构的加工制作以及安装等有了很具体的了解。同时对部分工程进行了实践操作。实习期间完成了实习任务，达到了实习目的。

工程简介：南京德基广场装饰工程，位于南京新街口。我公司承建的是幕墙及天幕钢结构部分。总工程量为一百多吨。幕墙由九根高约四十米的格构式钢柱和多根圆弧钢梁组成。天幕是由十三根鱼腹梁和相应的檩条、拉条构成。

第一部分 加工制作

加工制作是钢结构工程由图纸变为实物的第一步，所以是十分重要的。它的好坏直接决定着以后安装的顺利与否以及最终的工程质量。了解它对我以后的设计工作也有很大的帮助。

(一)(一)放样

放样工作包括以下内容：核对图纸的安装尺寸和孔距，以1:1的大样放出节点，核对各部分的尺寸;制作样板和样杆作为下料、弯曲、铣、刨、钻孔等加工的依据。放样时要注意考虑加工余量。焊接构件要求按工艺要求放出焊接收缩量。不同规格、不同牌号的零件应分别号料，同一种材料按照“先大后小”的原则依次划线。

(二)(二)切割

钢材下料常用气割、机切和锯切等方法，其中气割的质量最不稳定。所以在进行气割时一定要要由有工作经验的工人师傅来操作或在旁边指导。

(三)钻孔

孔的加工在钢结构制作过程中占有一定的比重，尤其是在网架的球加工过程中，钻孔占了整个工序的大部分。钻孔的加工方法可分为划线钻孔和数控钻孔。钻孔的设备有悬臂式钻床、立式钻床和数控钻床。网架的球加工主要使用立式钻床。球加工的过程是先在球上切削一个面，切削厚度由螺栓直径决定。以48mm为界，48mm以下为5mm，以上为8mm。再在这个面上钻孔，以这个孔为基准面确定加工其他孔。

(四)剖口

对于需要对接焊接的构件，一般需要进行剖口。

1.1.对于板材，可是用铣边机。铣边机对钢板焊前的坡口边、斜边、直边、u形边缘，可一次铣削成型。工作效率高，能耗少，操作方便。

2.2.对于钢管，可直接用车床进行剖口。一些口径较小的管子甚至可以直接用车床进行割削。

3.3.对于其它一些形状复杂的构件一般用气割机进行剖口。这种方法简单易行，效率高，能满足开v形、x形坡口大的要求。但在切割后一定要注意清理干净氧化铁残渣。

(五)(五)焊接

焊接是钢结构加工制作过程中最重要也是最难控制的一个环节。钢结构常用的焊接方法有手工电弧焊、埋弧自动焊、二氧化碳气体保护焊等。

(1)埋弧自动焊适用于较长焊缝，如焊接h型钢;它的焊接质量稳定，利于自动化生产;但是它需要专门的生产线，设备占地面积大，不利于搬运。

(2)二氧化碳气体保护焊主要用在重要构件拼装上，它的优点是焊接质量较稳定，效率高，连续性好，是我们厂车间最常用的焊接方式。(3)手工电弧焊效率较低，质量稳定性随操作者波动较大。但是它有携带方便的特点，是工地现场最常用的焊接方法。

由于焊接是通过高温将金属融化将它们连接在一起，然后再冷却。这使得焊接部位难免出现一些缺陷。如气孔、夹渣、咬边、焊瘤等。这些缺陷会直接影响到焊缝的受力性能。咬防治这些缺陷，就必须严格按照焊接操作规程来操作，焊工要有上岗证。

焊缝的检测方法是根据焊缝等级来确定的。钢结构的焊缝等级分为三级。三级是最低一级，通常只需要用肉眼观察外表就行了;一、二级则需要进行超声波探伤，检查比率分别为100%和20%。

(六)(六)矫正

当构件经过前面一系列的加工程序后，会出现弯曲、凹凸不平等现象，这是就要对构件进行矫正。

矫正的方法主要有机械矫正、火焰矫正、手工矫正等。

1.1.机械矫正适用于批量较大、形状比较一致的钢材和构件的矫正。如焊接h型钢。

2.2.火焰矫正较为灵活，对于变形较大的构件也能处理。但是对于火焰的温度、加热的方法等不容易准确掌握，因而质量没有机械矫正稳定。

3.3.手工矫正具有灵活简单、成本低的优点，但准确度差。只能适用于对尺寸精度要求不高的构件。

(七)(七)表面处理

这是钢结构构件出厂前的最后一道程序。一般有除锈和喷漆组成。其中除锈这道工序的先后由于加工对象的不同而不同。例如网架的杆子是在其它加工完成之后再由抛丸机来除锈;而格构式柱则由于体积的原因必须在一开始就要进行抛丸除锈。

第二部分 钢结构的安装

钢结构的安装是把运到现场的各种构件用电焊、高强螺栓、普通螺栓等方法连接起来成为一个整体。

我这次实习时所参与的是南京德基广场工程是一个幕墙工程。它的安装难度在于要把九根在地上拼接好的长四十多米的钢柱吊起并准确挂到四十米高的悬挑钢梁上。由于工程地处南京市最繁华的新接口，四周仅有宽六七米的很狭小的一块空地可被使用。而汽吊的展开宽度就有三四米;且当时施工时正处冬季，白天短，夜晚长，工期又紧。但是由于动工前准备工作做得充分，施工组织得周密，使得我们克服了各种困难，如期完工。

由于钢柱是由两根直圆钢管和一根圆弧钢管组成的格构式柱，每根重达7.7吨，重心有偏移，且钢柱长度较长。为了能使钢柱准确而平稳得吊装到指定位置，我们采用了两点递送法。准备了两台汽吊，以一台七十吨的汽吊为主吊，另以一台二十吨的汽吊为副吊。吊点分别为柱长的1/3处。主机在上，承受钢柱的主要荷载。副机在下，配合主机起钩，随主机的起吊，副机行走或旋转，将钢柱脚递送到柱基础附近后，副机摘掉钩子卸载，最后由主机和3吨铁葫芦将柱子安装就位。在这样一次安装过程中，协调指挥相当重要。要同时指挥协调两台吊车、40米高处悬挑梁上和底下柱脚处的安装人员。如果一个环节出了问题，那将造成不可想象的后果。但现场的施工人员很好地协调指挥全过程。这令我大开眼界。

除了钢柱外，天幕的鱼腹钢梁的安装也是一个难点。由于造型的需要，鱼腹钢梁有一半是没有肋板的，而梁因为考虑到热胀冷缩必须设计成一端简支一端滑动的简支梁，且梁的两端有一定的高差，这就造成了在安装后出现了沉降不均匀的现象，使得后装上的檩条高低不平。这些直接影响了后续玻璃的安装。最后我们想了个办法，用千斤顶从低位的滑动支座处将沉降过大的钢梁顶上去的办法将梁矫正。后来在装完檩条后装拉条时有出现了同一问题，也是采用这一办法解决的。

通过这次现场施工实习，我不但学到了高大构件的吊装过程，还从天幕的安装中得到了一点启示，那就是在设计这种拱行简支梁时，要考虑到他们的沉降是否均匀，他们的水平变形是比较大的。

机械专业实习的感想与心得

今年暑假,学院为了使我们更多的融入社会，了解更多有关于我们机电专业的知识和所从事各种设备制造,发电设备,运输机械,工业产品加工,各行各业的自动生产线等的设计与维护,尤其是机电系统的设计与维护.这个专业在社会不同岗位的分工和职责。所以我们自己找了份工作来了解社会体验生活。

九月份的时候我在南京彤利机械制造厂当检验员我所了解的当把调节好的机器并按正常程序启动正常运转后，被成型的木料从机器的右端经两边的限板和中间的输送辊推动下进入机器内部。再有两个输送轮带动木料进入成型区，有上下左右4至7把高速旋转刀具同时对木料进行削边成型。最后由左边的软输送轮将半成品木料送出机器。在刀具旁设有强力的吸尘装置，切削废料由吸尘口吸走。切削过的成品木料四面比较平整。将交下一道工序，即宽带砂光机。

成型机特点：

生产效率高

一共有7把旋转刀具可供选择，各把刀具互相无干扰，手动调节内外距离和进给速度。

运行可靠，自动化程度高

在调好了机器以后，在没有特殊情况下，操作员只用进料出料就可以了。操作安全。

操作方便，维护简便

宽带砂光机工作原理：当机器按正常程序启动并正常运转后，被磨板坯从机器右端经限板装置和输送辊推动下首先喂入上、下粗砂辊。被高速旋转着的砂带同时磨削板坯上、下二面，实现定厚磨削，最后经出料端的清扫辊清除残存表面的粉尘并送出机器。各砂辊和清扫出料辊皆有强力吸尘装置，磨削粉尘由吸尘口吸走，磨削后的板坯最终获得一表面平整、光滑、厚度尺寸符合要求的成品。该机主要用于人造板的定厚磨削、粗砂和光整磨削、精砂。诸如刨花板、中密度纤维板、石膏刨花板或其它木质人造板表面的砂光，使板厚精度和表面粗糙度符合一定的要求。

砂光机特点：

精度高

磨削后工作厚度公差±0.1mm之内。

加工质量好

只要合理地选择砂带，即可得到满意的表面粗糙度。

生产效率高

四个砂架、二个粗砂架上、下对顶布置，二个组合砂架上、下错开布置，一次通过即可完成双面定厚磨削和光整磨削，进合具有手动和自动功能，进给速度4-24m/min无级可调，自动进给系统，具有防过载自适应负载的能力，故能充分发挥机器效率。

更换砂带迅速

在操作侧更换砂带只需几分钟时间

运行可靠，自动化程度高

机器采用一整套机械电气、液压、气动最新技术，并设有可靠的互锁和安全保护装置，可防止误操作发生事故。

调整、维护、操作、方便可靠机器运行情况，操作台上各仪表均有显示。

上合页：其实这个步骤没有什么东西可以写。这到工序是完全手工的!不过是要了解各种不同合页与各种不同尺寸的panel的配对和安装方式。这个在这里就不一一举例了。

实习心得：

在实习过程中，我不仅从企业职工身上学到了知识和技能，更使我学会了他们的敬业精神。感到了生活的充实，以及获得知识的满足。真正的接触了社会，使我消除了走向社会的恐惧心里，使我对未来充满了信心，以良好的心态去面对社会。同时，也使我体验到了工作的艰辛，了解了当前社会大学生所面临的严峻问题，促使自己努力学习更多的知识，为自己今后的工作奠定良好的基础。

这篇范文引起很大的反响啊。

机械专业实习心得感想

机械专业实习的感悟心得

20\_建筑专业实习心得感想范文材料

机械专业实习工作总结

机械专业实习自我鉴定

**20\_年实习感想感受汇总六**

学校安排我们一周时间在x见习。见习过程中，时间过很快，这次见习令我感受颇多!一方面，我深感知识学问浩如烟海，使我不得多看一些书籍;另一方面，我也深深地体会到教学的深刻内涵。

从小以来，在我心里，老师犹如蜡烛，燃烧着自己照亮别人，老师总是毫无保留的把自己知道的全部交给学生，对于老师，学生的成功就是自己的成功，学生的进步就是自己的进步。对于老师，酸甜苦辣才是真正的生活。教育见习，可以说让我更进一步接近了这个职业，也更深刻地认识了这个职业!

见习期间，虽然只是去听课，但我和每一位实习生一样，经历了许多的第一次：第一次面对2个班的学生们陌生而热情的脸庞;第一次批改作业和批改试卷;第一次听到有人对我喊：“老师好!”的声音;第一次去监考，从学生到老师角色的转换。这些尝试使我的成长又来一个新的飞跃!这次见习是我们师范生将理论知识付诸于时间的必需环节。

这一周的时间体验虽然很短，但我收获了很多，综合素质得到了较大的提高，体会了作为一名数学老师的艰辛劳累，也明白了作为一名老师的光荣和责任!

我听到的第一堂课是一位语文老师的课，就让我佩服不已。那老师讲得那么有激情，讲得深入浅出，能够引导学生积极思考!听课和以前不一样了，以前是以学生的角度，重点在于学习知识掌握和知识，而现在是以一个实习老师的身份听课，要观察老师的教态，教学形式和教学方法，以及如何巧妙处理一些意料之外的突情况。

这次我主要听初二的课，每次的听课我都认真的做好听课笔记，想想指导老师的教学方式的优点，好好学习。听取教学经验丰富的老师讲课，不但可以学习他们的教学方法，总结他们的教学特点，还可以与他们交流，探讨教学方案，这样自己在教学方面才能得到提高。

通过一周的见习，我得到了一次较全面的，系统的锻炼，也学到了许多书本上所学不到的知识和技能。在一位同学向我请教一个问题后，从这件小事中，我体会到了一句话：“想要给学生一滴水，老师首先得具备一桶水或者更多的水。”我们教师就是要不断的学习。因此在以后，我更要丰富自己多方面的知识。

见习的经历虽然已经过去，可我还是会回头去看一下我在x留下的脚印，因为那是我充满挑战和希望的开始!见习虽然结束了，但见习的意义是深远的!通过见习我们学到了很多东西。我们对于教学工作有了更进一步的认识。教师工作平凡见伟大，培养学生的工作神圣而又艰辛。教育教学见习是我们今后从教所迈出的第一步，它给我们未来的教师生涯添上了浓重的一笔。在教师这个工作岗位上，我们将脚踏实地地一步步走下去，为党和人民的教育事业作出自己的贡献!

**20\_年实习感想感受汇总七**

现在找一份好的工作已经成了很大的奢望，也许有个别幸运的人能够找到一份很好的工作，但是绝大部分人只能从最底层开始干起，虽然这是就应做的事情，但是我们不就应这样感受，好工作并不必须就好，只要你努力，总会有出头之日的，这是事实，不要质疑，只要有潜力，就必须会成功!

有的人有的时候常常问自己：活着是为了什么其实对于我来讲，很简单“为了以后更好的活着”古语说过：“好死不如赖活着”真的。其实没有必要那么消极的应对现实，有很多事情都不是自己想得到的结果，但是我们又不能去改变，只好默默的去忍耐;只有在这个过程当中你才能战胜自己，超越自己;

当我在工作中遇到挫折的时候，我会问自己一句话!!““难道没有别的方法能够解决了吗””!!(不妨自己去试一下)那样会更好的激发出你的潜力，敢于去应对现实。确实有的时候很委屈，很不服。但是你回头想想，我为什么会不服。一是：性格问题，我就不服这个事情;二是：我不服的就是，别人能做到，其实我也能做到;有个节目叫《挑战主持人》上面有句话说的个性的经典：“也许你不服，但你被淘汰了”难道在那个节目上的选手差距很大吗不!其实都是平等的，谁把自己的才能发挥的淋漓尽致谁就不会被淘汰。回头看看自己，在你的群体中，你自己是在一个什么位置。不要把自己看的太厉害，那样你会“悄然走开”也不要把自己看的太没用，那样你会“猪狗不如”凡事都要把心态摆正，根据自己的状况去做自己该做的事情，如果这个事叫我去做，我会去怎样做;先在自己心中摆个谱子。去做的时候你就不会“不卑不亢”机会都是留给有准备的人!

我们一天比一天越发的成熟，想的事情也一天比一天越发的老练。在我的中作日子里，我总结了一下(个人的工作经验)：

1、要有敬业的精神，忠诚自己的公司和职业，不要吃着碗里的看着锅里的，其实刚一开始工作，公司都是差不错的，公司给你的机会也不尽相同，单肯定都是一些基础性的工作，绝对不会让你一进公司就独立的承担工作，所以，即使让你打扫厕所来，也要做到在打扫厕所的员工中，你是的，要有敬业的精神，忠诚自己的公司和职业，如果你在最基础的岗位上都能够做得，公司会看得到的。

2、要明白自己为谁而工作，这个你们自己去想吧

3、心态要好，要有归零的心态，进入工作岗位，要一切从头学起，在大学你再怎样优秀，到单位里你也只是一个新员工，也要从头做起;

4、要谦虚好学，不懂就要问，哪怕是最简单的问题，也要问个清楚，

5、要有职责心，要敢承担职责，不要怕犯错误，其实在进入公司初期，领导们是允许你犯错的，毕竟大家都是凡人，关键是你在犯错之后敢不敢承担职责，能不能在犯错后有所收获，能不能吸取教训，

最重中之重的问题，也许是我们工作的绊脚石：不要认为自己一毕业就要拿几千一月的工资，你要明白你刚进公司能给公司带来什么，能给公司创造利润吗所以千万不要给公司讲什么工资多少，一个月给你5000，你能做的了5000的工作吗所以必须要踏实，清楚自己的斤两，先不要管工资多少，看重的就应是这个工作的机会，你工作表现好了，自然工资就高了，明白吗

说了好多，主要是好长时间没写了，工作很忙。此刻自己有时间了，换工作岗位了，有自己的时间了。也许说的这些在很多人面前“班门弄斧”了。

此刻我在公司的工作已经上了轨道了，我也能够独自的参加某一项项目了，我明白自己的潜力在公司中不算是的，所以一向在努力。就应抱有这种心态，只有自己去努力了，才对得起公司给的薪水。没有努力就得来薪水，这在哪里都是说但是去的。因此努力成为我永远奋斗的目标!

实习心得感想3[\_TAG\_h2]20\_年实习感想感受汇总八

教育实习感想 时间过得很快，转眼间实习就结束了，从现在往前看，感觉两个多月一转眼就过去了。最开始去到附中实习的时候，第一感觉就是学校好偏僻！感觉车站到学校好远，当我拿着那些重重的行李以及在很热的天气里出去买日用品的时候，都很后悔当时回四川实习了。不过招聘会开始的时候就不这样想了。

去学校的那天很匆忙，感觉马不停蹄。第二天就开始实习了，在最开始的几天，我感觉度日如年，成天也没有做什么事儿，但是就觉得很忙，可能就是瞎忙。过了一段时间以后，都习惯了，就感觉没那么忙了。在附中实习的这一段时间，学到的东西很多，虽然现在还体现不出来，但我想以后工作就能体现出来了。

在进行学科实习的同时，我们也实习班主任工作。我在高二三班跟着唐老师学习，唐老师很负责任，人也很好，国庆的时候还顺路载我回家。在这段时间里，跟着唐老师学习了很多东西，对班级管理也有一定的了解。但从这个过程中，我也发现我在班级管理方面一点不擅长，可能角色还没有转换过来。除了班主任之外，还有我的学科指导老师也特别好。她只带了我一个实习生，办公室也只有我们两个人。她除了给我讲教学方面的东西，也会讲一些其他的人情世故，跟着她我学了很多东西。很幸运能遇到这么好的两位老师，现在实习结束了，感觉对他们还很舍不得。不过总的来说，实习结束了我还是很高兴的。总而言之，实习生活跟我想象的太不一样了。

实习感想

实习感想 (精选20篇)

毕业实习感想

植物学实习感想

心理健康教育心得最新感想

**20\_年实习感想感受汇总九**

今年xx月xx日，我到x办事处实习。在这一个月的实习里，我的主要任务是协助公司销售部各职员的工作，具体包括打印、复印、传真、查账、对帐、统计数据、上网推广，网络销售，联系客户，介绍产品等等。这段时间的经历，让我亲身经历了公司的生活，不仅熟悉了销售业务，更看到了公司销售过程中的许多内容，理论上实践上都有了较大的飞跃。

通过此次实习，我进一步的了解电子商务，更深的理解所学的基本理论，基本知识和基本技能，联系了社会，结合了实践，锻炼和提高理论联系实际的能力，分析问题解决问题的能力和社会工作能力也有所提高。

通过这次实习我更加了解并熟悉了b2b及b2c的流程,收获很多。下面先阐述一下我对电子商务优劣势的认识:

(1)使买卖双方信息交流低廉、快捷。信息交流是买卖双方实现交易的基础。传统商务活动的信息交流是通过电话、电报或传真等工具，这与internet信息是以web超文本传输不可同日而语。

(2)降低企业间的交易成本。首先对于卖方而言，电子商务可以降低企业的促销成本。即通过internet发布企业相关信息和宣传企业形象，与按传统的电视、报纸广告相比，可以更省钱，更有效。因为在网上提供企业的照片、产品档案等多媒体信息有时胜过传统媒体的“千言万语”。据idc调查，在internet上做广告促销，可以提高销售数量10倍，而费用只是传统广告的1/10。其次对于买方而言，电子商务可以降低采购成本。

传统的原材料采购是一个程序繁锁的过程。而利用internet，企业可以加强与主要供应商之间的协作，将原材料采购和产品制造过程两者有机地结合起来，形成一体化的信息传递和处理系统。据通用电气公司的报告称：它们利用电子商务采购系统，可以节约采购费用30%，其中人工成本降低20%，材料成本降低10%。另外，借助internet，企业还可以在全球市场上寻求最优价格的供应商，而不是只局限于原有的几个商家。

(3)减少企业的库存。企业为应付变化莫测的市场需求，通常需保持一定的库存量。但企业高库存政策将增加资金占用成本，且不一定能保证产品或材料是适销货品;而企业低库存政策，可能使生产计划受阻，交货延期。因此寻求最优库存控制是企业管理的一个目标之一。以信息技术为基础的电子商务则可以改变企业决策中信息不确切和不及时问题。通过internet可以将市场需求信息传递给企业决策生产，同时也把需求信息及时传递给供应商而适时得到补充供给，从而实现“零库存管理”。

(4)缩短企业生产周期。一个产品的生产是许多企业相互协作的结果，因此产品的设计开发和生产销最可能涉及许多关联企业，通过电子商务可以改变过去由于信息封闭而无谓等待的现象。

(5)24小时无间断运作，增加了商机。传统的交易受到时间和空间的限制,而基于internet的电子商务则是一周7天、一天24小时无间断运作，网上的业务可以开展到传统营销人员和广告促销所达不到的市场范围。

通过这次实习我对自己的专业也有了更为详尽而深刻的了解，也是对这几年大学里所学知识的巩固与运用。从这次实习中，我体会到了实际的工作与书本上的知识是有一定距离的，并且需要进一步的学习。这个实习这帮助我更深层次地理解现在的网络营销。不再局限于书本，而是有了一个比较全面的了解。实践暴露了我许多知识上的不足，也是对理论知识的一种补足。此外，我还结交了许多朋友、老师，我们在一起相互交流，相互促进。

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！