

最新顶岗实习收获与体会(优秀6篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

顶岗实习收获与体会篇一

我非常的清楚我们是__年3月11日来到我这个实习学校的，也是我的母校，时隔六年我又回到了我的母校实习，这是多么令人兴奋得一件事情啊！然而时间匆匆，转眼间，顶岗实习工作已进入尾声，回顾这半年的实习生活，我真的是感慨颇多呀。这半年的顶岗实习生活给我感受最深的就是：顶岗实习对每一个想成为老师的人来说，都有着十分重要的作用，是我们师范生将理论知识付诸于行动的必要环节。在这生活工作的这段时间里，在指导老师的指导帮助下，我收获到了很多在学校里学不到的知识。综合素质得到了很大的提高，体会到了作为一名教师的光荣与责任，同时也明白了成为一名优秀的教师需要付出的艰辛与劳累！

现在转眼之间实习已经接近了尾声，回想起这半年的顶岗生活，所有的所有就剩下沉淀在心中的一份对教师行业的憧憬以及与孩子的那份责任，以及承担这份责任的历练以后的成果。

想一想着半年，说是半年，但是只有刚刚好的四个月的实习生活，真的锻炼了我自己不少的能力，让自己活的了好多的知识，提升了不少的能力，而且还在生活中，从和学生的交往中获得了不少的快乐，现在我来总结一下这四个月的生活和学习中的快乐吧！

在生活和学习中，我们实习生一共是来了六个，唯独我自己是男的，但是还不错，宿舍里有一个保定一中来实习学校支教的

体育老师,这样才让我的生活更加的丰富,要不然只有我自己一个人一个宿舍的话,那就会被闷死的。这是宿舍方面。那么平常吃饭方面我们是怎么生活的呢?下面我来慢慢给你们解释。我们一共是六个人,然后呢只有我自己是男生,并且我还是小组长,所以说我就更加有这方面的担当了。所以我充分的发挥了男子汉主义,平常抢着做饭,这样这几个月,首先提高的就是我的厨艺,其次呢,就是办事效率。我们实习生相处方面,我们相处的很好,特别的和谐和团结,这是我自己心里最欣慰的。

下面我来说一说实习中获得的知识和能力

实习的目的及要求

教育实习是师范生培养过程中一个极为重要的实践性教学环节,旨在通过实践锻炼,提升师范生的教育教学能力和水平,使其具备成为优秀教师甚至人民教育家的基本素养。本次教育实习是以定岗的形式进行的,因此,对于师范生来说,主要是完成相关学科的教育教学工作,培养和锻炼其综合运用所学的基础理论、基本技能和专业知识的能力,以及独立分析和解决实际问题的能力;对于置换的原中学老师来说,主要进行教育教学的经验交流、理论学习和实践检验,从而进一步改进自己的教育教学理念和方法,为推进新课程的教育教学工作做好充分准备。

2、备课教学工作的第二个方面就是备课。一般在实习的第一周以听课为主,但听课的同时要准备好自己上课的内容,也就是备课。备课是教学的开始,备课不仅仅要联系书本上的内容,还要和学生的实际生活相联系,还要考虑学生原有的知识水平,学生的接受能力,学生对课堂的反应,教学实际情景等方面的情况。在老师指导完初稿后,会再次整理,整理后交给高老师检查,然后才可以上讲台讲课。这一系列的环节我都非常认真地对待,以争取在讲台上发挥出更加好的效果。在教学中我的角色是地理老师兼音乐老师,这样让我

充满了自豪感，还有无线的成就感，为什么呢?因为我喜欢别人叫我全能。

3、讲课教学工作最重要的环节就是上讲台讲课，这个步骤是把前面所有工作拿到实际环境中去的重要一步。在这个过程中，就可以看到每位教师的真正实力，每位教师是否在面前的过程中认真对待，是否把上讲台讲课当作一件重要的事，是否对实习学校、对学生负责。教师既要讲授知识，又要管理课堂纪律，并且与学生进行个别交流。我在刚开始时心情特别紧张，由于经验不足和应变能力不是十分强，课堂出现了实习老师经常会犯的问题：备课“太完美”了，一直按自己的思路讲，不够顾虑到学生的反应；语速过快、提问技巧不够到位等，但这些问题在经过指导老师的提点后在后面的课中逐渐得到了改善和克服。

4、作业练习教学工作的最后阶段是检查教学效果的环节——练习和作业，从中我可以知道自己上课中存在的问题，然后根据此进行查漏补缺。其中学生们做的同步练习和作业是一方面，另一方面是上课的时候讲解课堂练习。我认为讲解是最考验每位老师的，因为这既可以检验出每位老师的思维敏捷度，又可以检验出他们课堂反应能力。以上就是教育工作的整个过程。在这个过程中，我做到了认真仔细的备课，虚心听取指导老师的意见，用心修改教案，重心放在讲课上，课后耐心回答学生的问题，重新修改教案，认真批改作业等等。这一系列的环节我都非常认真对待，使得我的课堂知识点到位，讲课思路清晰，得到了指导老师的肯定。在讲课的过程中，我深深的体会到作为一个老师，俗话说得好：要给学生一滴水，自己要有一桶水。

顶岗实习收获与体会篇二

顶岗实习是职业技术学院面临毕业的大专学生的一门重要实践性课程。通过顶岗实习可以让我们把在学校里学到的理论知识与工作实践有效的结合起来。顶岗实习不同于课堂教学，

课堂教学中，老师讲解，我们领会，而顶岗实习则是在企业的大环境里、在领导的指导下，由我们自己去实践学习。通过实际操作，一方面可以巩固在书本上学到的理论知识，另一方面，可以获得在书本上不易了解和不易学到的实际知识，使我们在实践中得到提高和锻炼。

顶岗实习也是学院教学的重要补充部分，它与我们今后的职业生活有着最直接的联系，顶岗实习可以让我们逐渐完成从学生到社会工作者的过渡。因此顶岗实习是学校为社会培养技能型人才，实现我们人生价值的主要途径。它不仅是校内教学的延续，而且还是校内教学的总结。

一、思想上

通过过这次顶岗实习，我感觉自己最大的变化就是思想变得成熟了，不再像学生那样幼稚了，开始学会用成人化的思维去思考问题处理事情，开始懂得任何事情的完美都必须付出十分艰辛的努力，社会是很现实的，也是很公平的，一份付出就会有一份收获，不要幻想未来，要做一个有思想有目标有计划的实践者。同时我也体会了作为一个社会工作人员要担得起“责任”二字，每个人都要认真努力，对自己的工作负责，一丝不苟的做事，任何一点细微的疏忽，将给企业本身造成一定的经济损失，也会给个人的安全造成一定的影响。

二、工作上

在京东方实习的这段时间里我学会了严谨的工作态度，精益求精的工作作风，增强了我的团队意识和团队协作能力。在这里我从事的助理工作，设备都比较昂贵，检查时需要仔细判断，运输和放置时需要格外小心，任何一个小的失误就会给公司造成不小的经济损失。同时个班组就是一个团队，每个人都要为这个团队做出自己的努力才能够换来团队的发展，团队的发展才能让每个人都受益，让公司受益。

三、生活上

养成了良好的生活习惯，保持身体健康。广泛的参与公司的举办的业余活动，丰富自己的业余生活，白夜倒班对身体的伤害很大，但制造业这种生产形式就注定了这样的工作规律，所以日常生活中保持良好的生活习惯对身体健康有着直接的影响，上四休二也给我们预留了相对充裕的时间，参加业余活动能够很好的调节身心，减轻压力。出门在外也第一次体会到了公司与学校的差别，懂得了如何来克服这种不适应。

三、实习心得

顶岗实习是我们初步踏入社会的开始，也是我们真正踏上工作岗位的垫脚石，只有这一步走稳了，以后才会更顺利，曾经我一直坚信自己的能力，但是在短暂的实习过程中我深深的感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。最终通过自己不断地学习，同时也在大家的帮助下慢慢的开始适应，开始独立的完成工作。

顶岗实习收获与体会篇三

其实，以前对于出纳这份工作究竟是干什么的，以及怎样干有过一定的了解，只是实操之后才会发现很多实际的工作和自己以往想象的是有很多不同的，这需要重新学习。当然很大一部分还是一样的。

很快我们就开始了公司的运营，通过开会讨论，我们确定了公司的名称，经营方向，各个成员的职务，应该做的工作，并且明白实习应该按章程准则经营公司。而我的工作岗位是出纳。

一、出纳每天的工作及注意事项

出纳每天的工作是，是记帐凭证的制作，记帐凭证的订制，支票的填写，对银行对帐单的记录，计算印花税以及登记日记帐等等。很多细节问题需要注意，比如就整个出纳工作流程而言，我们要登记凭证，但凭证不是随便登的，就记帐凭证而言，它是由出纳对审核无误的原始凭证或汇总原始凭证，按其经济业务的内容加以归类整理，作为登记帐簿依据的会计凭证。记帐凭证按其反映的经济业务内容或者按其反映的内容是否与货币资金有关可分为收款凭证，付款凭证和转帐凭证。。我们填制记帐凭证要严格按照规定的格式和内容进行，除必须做到记录真实，内容完整，填制及时，书写清楚。此外，还必须符合下列要求：摘要栏是对经济业务内容的简要说明，要求文字说明要简炼，概括，以满足登记帐簿的要求。应当根据经济业务的内容，按照会计制度的规定，确定应借应贷的科目。科目使用必须正确，不得任意改变，简化会计科目的名称，有关的二级或明细科目要填写齐全，记帐凭证中，应借，应贷的帐户必须保持清晰的对应关系，一张记帐凭证填制完毕，应按所使用的记帐方法，加计合计数，以检查对应帐户的平衡关系，记帐凭证必须连续编号，以便考查且避免凭证散失，每张记帐凭证都要注明附件张数，以便于日后查对。

出纳顶岗实习总结范文出纳顶岗实习总结范文凭证就已经应该注意这么多了，作为出纳整个全面的工作要注意的事项显然很多。以印花税为例，公司在年初都要计算公司业务购销合同的印花税，以便及时缴纳国家统一规定的印花。（我们是虚拟印花）。课本上说，印花税是对经济活动和经济交往中书立，领受凭证征收的一种税，其特点是征收面广，税负轻，由纳税人自行购买并粘贴印花税票完成纳税义务。而我也是作为出纳第一次去购买250元的印花税，我才第一次明确了印花税这样一个概念。但事实上，我们操作得并不是很规范。因为在实际操作中，贴印花税时，公司的产品购销合同的统计按业务部门的编号来统计，比如公司有几个业务部就分几个表来一一统计，且公司产品购销合同的业务员属于哪个业务部，这个公司产品购销合同就被统计在业务员所属的业务

部，以便查找。产品购销合同须统计序号，业务员，供货单位，合同编号，商品品名，合同金额，税率，然后根据合同金额及税率计算印花税额，现在公司的印花税率是千分之三，最后在统计表格的下面写上填写制表人的姓名，这样这项统计工作就结束了。之后公司的财务人员还要做在合同的背面贴印花税票的工作。但显然我们没有这些程序。不过，我们还是比较严格地按照金额贴了印花税，并且给税务部门审核了。

二、实践工作中出现的问题

我有一些凭证和帐面临着重做的命运。而且最后也是真的重做了。这就提醒我们做出纳也好，做会计也好，一定要小心谨慎，认认真真，贪图一时的方便，害的只会是自己，甚至会影响整个公司的运作。而事实上，通过不断地学习和修正，我对这份繁琐的工作有了更深的理解。我的工作内容是登账，收付货款，开增值税发票。可以说既简单又繁琐。例如登账，全公司的分类账全部由我来逐笔登记汇总。庞大的工作量、准确无误的帐务要求，使我必须细心、耐心的操作。经常是一天下来眼花缭乱的。而这些往往是需要耐心和细心的，我知道一切不容易。而且本公司第20xx年的业务开展得非常好，所以我们年尾有超过一亿的银行存款。但喜人的成绩背后，每一笔分录都必须小心谨慎地记录。

三、实习总结

这次的实习等于帮我全面地复习了一下会计知识，它逼着我重新打开课本看，也逼着记住了很多专业知识，尽管这个过程是系相当辛苦。别人说，出纳这份工作不好做，出了社会就知道，对此，我深有体会。不过，随着社会经济创新以及知识经济时代的逐步来临，不断地学习新的知识早已经显得十分重要。经常会听到那些会计师们说要勤于学习，提高自身素质。还告诉我们知识是浩瀚的海洋。对于还是学生但马上要走出社会的自己来说，也是一样的道理。我们一生所能

学到的知识相以于这片海洋来说，是及其的渺小。随着对财务信息处理要求的日益提高，对财务工作者的要求也越来越高。因此尽管是小小出纳一个，刚学的还是相当多的。

“做一行，爱一行。作为出纳，我明白身上的责任。总而言之，通过erp模拟实习，我对出纳这个岗位的工作有了比较深刻的理解。

顶岗实习收获与体会篇四

一、授课方面

在开始，感觉时间有些把握不好，每次准备都达不到自己的理想状态；便慢慢的揣摩着指导老师的授课方式，不断的模仿着，然后在模仿后有添加着自己的思路 and 想法。在将近一个月的学习与时间中逐渐克服了自己授课内容方式单一、课上互动过少。但是，课上气氛不够严谨或者说学生在授课时态度不够严肃，这个问题还是需要不断的克服，在慢慢的实习路中这个问题虽然说通过强调纪律解决了，但是还是不够圆满，希望在将来会找到一个更加合理的解决方案，尽量不令学生太过拘谨也不过分的轻松导致课上纪律难以维持。

在这里，学到了怎样利用导学案来引导学生在整堂课的学习思路，帮助学生更好的理解教师授课的内容安排。由于是高一，所以这里的实验比较少，通过与老师沟通尽量做了一些可以做的实验，在实验中不断纠正着学生在实验室不良的习惯例如：随意打闹、对待仪器不轻拿轻放、随意放置实验用具等。

二、课堂管理方面

对于我们这些新来的实习老师会面对各种挑战，课堂纪律问题是最令人头疼的一个大问题。想在不影响正常教学的前提下尽量与同学们处好关系，但是那个与学生相处的度怎么都

不好把握，通过一次次的与那些表现不好的学生谈心甚至批评教育才慢慢的有了一点好转，关于这一点我觉得的最开始一定要树立起威严，尽量严格要求学生与自己，将课堂秩序维护好后慢慢学生习惯了严谨的教学气氛后可以适当的宽松一下来联系实习生与学生之间的关系，在以后的教学中可以添加一些具有趣味的互动活动。总的来说，实习生与学生之间的关系很微妙，既要保持一种师生关系又要体现朋友的友谊，关于怎样与学生相处，相处的度的把握至关重要，这个需要具体联系实际通过不同磨合调整才能够达到理想的状态。

三、日常作业处理方面

通过处理日常作业可以在一定程度上了解学生对知识的掌握情况，并且针对学生表现的不足可以进行有针对性的纠正或者进行知识的讲解。在批改作业方面要对体现出来的错误在课上进行明确纠正，关于其他比如字迹、格式的内容可以联系将来的考试或者其他进行强调。还有就是根据学生作业完成情况可以更加合理的安排教学内容，及时调整学习新课与复习的次序。再次，通过作业完成情况可以一定程度上了解学生的品行，找出是否存在抄袭的现象，一经发现应采取相依措施来杜绝抄袭的再次发生。

四、课下谈心方面

课上老师与学生接触很短的时间，最长的时间便是课下。利用课下，以实习生的身份亦师亦友的同学生谈心聊天，通过课下轻松的气氛聊天可以很顺利的掌握班级最新动态也可以加深与学生之间的情感，便于以后在班级展开活动或者调动课堂气氛，这对我们来说很重要。几乎可以说利用好了课下的时间便能够使课上发挥会更高的效率，因此必须利用课下重视课下。

五、课上多媒体运用

上课，尤其是化学课枯燥的讲解没有多少效果，或者说起不到充分调动学生兴趣的作用，这个时候多媒体的利用便可以弥补这一点。平时上课会运用一些与化学相关的实验视频来增加学生的学习兴趣和吸引力。还有就是通过多媒体观看一些相关视频，令学生在轻松的观赏视频过程中能够不经意将复习并记忆一些知识。但是，关于怎样选取那些资源是十分重要的，在选取时既要考虑是否涉及所要展现的知识点又要考虑是否合适学生的理解能力，再次就是要考虑学生的是否会对这些感兴趣。总之一资源是否合适运用要综合考虑许多方面。

另外，学生平时如果表现很好，进行适当的奖励便很有必要。我会选取一些励志的电影或者小视频找一个合适的时间，令大家在繁忙的学习中可以得到适当的放松，在放松中通过电影学习其中展现的人生哲理，为以后的学习或生活补充一点心灵的鸡汤。

六、课外知识的补充

书本上的知识总是有限的，相比与书上的知识有事作为过来人的我的一些学习心得或者生活经历都是一种不可忽视的财富，作为财富的主人的我会不定时的将他与众人分享。比如一些中考是应注意的事项或者容易犯的错误，还有就是碰到某种情况我是怎么做的收到了什么结果。看着他们的作业上用胶带粘出来的小洞，我会提醒他们这在中考或者高考有可能会减分甚至被当作作弊的来处理。

书本上的知识很重要，但是适当的扩展一下知识对学生将来的发展有很大的益处。而且，书本的知识是必学知识，但是扩展的知识在某些时候的考试中会作为一些拓展性质或者材料性质的题出现，这个时候如果提前对知识有一定的了解便会在做题时感到十分轻松。

实习之路走着并不轻松，但是路边的风景却一定值得欣赏。

在这为期三个月的顶岗支教实习的生活中认识了许多个性鲜明的学生，了解了教育前线的现在状况，熟悉了一线教师的日常工作，明白了教师的教学艰辛。现在回头想想都有一种犹如坠入梦雾的感觉。在三个月中有过成功的欣喜，也有失败的苦恼，还有师生关系处理不好的痛苦，以及师生和谐的得意。总之，这三个月经历了一段不同以往刻骨铭心的生命之路。在这一段不凡的生命之路上随着从始点到终点的行进，我在教学活动的技能各方面都有了很大的提升。我坚信这半年所获得的看不见但是可以真切感受的能力的提高会令我在未来的生活又多了一项资本，利用这半年的收获可以更好的为生活打拼。

我实习，我快乐；我实习，我收获；我实习，我感恩。

顶岗实习收获与体会篇五

回首这半年的历程，脑海里留下了深深的印迹，在这半年里我学会了很多，也认识了很多真诚的朋友和善待我的师傅。

20xx年x月，我离开学校来到呼和浩特中燃城市燃气发展有限公司进行实习。呼和浩特中燃城市燃气发展有限公司是集煤化工生产、天然气输配、燃气工程设计安装和维修服务为一体的中外合资企业。公司主营业务为燃气供应、燃气销售服务、燃气管道安装及焦炭、苯、煤焦油生产等。

公司成立于20xx年x月，是原呼和浩特市煤气有限责任公司通过增资扩股，吸纳香港联交所上市公司——中国燃气控股有限公司的全资子公司——中燃投资有限公司的投资后成立的，属于中外合资企业，是自治区目前规模最大、实力最强的燃气企业。

公司煤化工系统始建于上世纪七十年代，曾是内蒙古唯一的独立型焦化厂，为自治区地方工业的发展做出了很大的贡献。

而我进入的就是呼和浩特市中国燃气的焦化分公司的甲醇项目进行实习，能来这样的企业实习我认为是一个很好的锻炼自己的机会。

由于我们新进入公司工作，所以我们先进行了七天的学习，学习企业的文化，工作的方向。让我们对呼和浩特中国燃气有了一个认识。呼市中燃作为一个新兴的企业，它有着自己的企业文化和历史，而它也正在努力的完善着自己的企业文化，努力的去书写自己的辉煌历史。也正因为这种努力和发展才造就了如此辉煌的企业。

在为期一周的企业文化学习以后，我被分到甲醇项目的空分工段进行学习培训，空分对于甲醇来说是个独立的岗位，它主要给甲醇转化送氧气和整个生产工序的氮气供应，以及对外销售产品氧气和氩气。我们知道空气中主要成份是氧气和氮气以及氩气、二氧化碳等等多种气体，而空分顾名思义就是把空气分离，利用各气体的液化温度不同给空气进行降温，净化，分离就得到某一种纯净的气体。

在顶岗实习的过程中我明白了许多。首先明确顶岗实习的目的，在于通过理论与实际的合、学校与社会的沟通，进一步提高学生的思想觉悟、业务水平，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作能力以及待人接物与外界沟通的能力，以便把学生培养成为具有较强实践能力、良好职业道德、高技能、高素质的，能够主动适应社会主义现代化建设需要的高素质复合型人才。“顶岗实习、工学合”是现代职业教育的一种学习模式，是把生产劳动和社会实践相合的一种人才培养模式。其基本形式是学校与企事业用人单位合作培养学生，学生通过工学交替完成学业。生产实习是我们学院为培养高素质工程技术人才安排的一个重要实践性教学环节，是将学校教学与生产实际相合，从而为毕业后走向工作岗位尽快成为业务骨干打下良好基础。通过生产实习，使我们了解和掌握了车间管理、生产技术和工艺过程；使用的主要工装设备；产品生产用技术资料；生产组织管理等内容。在这次生产实习过

程中，不但对所学习的知识加深了了，更加重要的是更正了我们的劳动观点和提高了我们的独立工作能力等。

通过这次实习，我发现了自己看问题的角度，思考问题的方式也逐渐开拓，这与实践密不可分，在实践过程中，我又一次感受充实，感受成长。

1、要有较强岗位意识。

作为一名毕业生，毕业后走向社会，大多是从事一线工作，有劳动性的，有营销性的，基本上都要从基层做起，这是高职生必走之道。每一个岗位都有他特有的作用，干一行，爱一行，专一行，是一种岗位责任，是一种职业品质，用人单位很注重这种品质。这种岗位责任是一名员工走向成功的必经之路。要增强岗位责任，就必须顶岗深入到生产一线进行脚踏实地的工作，兢兢业业的去做，只有这样，才能磨练和增强他们的岗位责任感，这是现代社会对高职生的基本要求。

2、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。

3、要明白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。我在这方面得益于在学校学生会

的长期的锻炼，使我有一个比较和谐的人际关系，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，缺乏对相关行业的标准掌握等。所以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。

4、要不断积累社会经验。

增强社会经验，也是增加工作经验。一名毕业的大学生在面对用人单位面试时，别人很自然要问到你有无工作经验，这道门槛拦住了不少大学生。因此，顶岗实习不仅仅是一种劳动锻炼，更重要的是通过实践增强工作能力，增加工作中的沟通和适应能力，增强做人的才干；实践出真知，实践长才干。有了适当的顶岗实习并能顺利拿到一份顶岗实习合格证，这对今后走向社会，应聘岗位时，无疑是非常有益的。

5、要认真学习企业的科学管理技能。

管理是一门科学，更是一门学问和艺术。科学的管理，能给企业插上腾飞的翅膀。我们选择学生顶岗实习的平台时，选择一个好的企业，特别是科学管理好的明星企业，对实习学生来讲，无形中就会增长他们的科学而严谨的管理意识。在这种环境下，企业员工综合素养有较大提升。用他们自己的话说：“从中兴走出去的员工，可以胜任其他企业的主管”。企业一席话，证明管理出效益，管理出人才，管理促发展的硬道理。因此，我们的实习生，就是要在这样的明星企业去磨练，去锻炼，在实践中增长管理才干，增长做人的才干。

实习就这样了，我们也将正式走出学校，走进社会，这段实习生活是一个很好的锻炼机会，他让我真正的懂得了学校和社会的不同，也真正的让我从一个学生转变为一个男人。为自己的未来奋斗的人，为将来打拼，这种感觉很好，虽然在这段期间有谢不适应，也有过要放弃这份工作去找个轻松点

的活，但我最后还是干到了现在，我想我在未来的一段时间还会干下去，并干的更好。

这段时间我成熟了，想问题不在那么简单，我会在深思后再做决定。工作让我学到的不仅仅是工作的知识，更重要的是我学会了怎样去面对社会上的各种问题。我想在未来我会走的更好更远。我会为自己的将来努力，努力去创造我自己的历史！

顶岗实习收获与体会篇六

时光飞逝，转眼间顶岗实习已经三个月了，在这短暂而又充实的实习时间里，有过欢乐，有过收获，然而也有过沮丧，有过茫然，有过挫折。其中滋味，仅有切身其中的我这个实习生才能明白。顶岗实习时间虽然短暂，但对于我这个大学生，却有着很多影响，回想这三个月的实习，感慨颇多。总的来讲，最深的感受就是：实习工作和在学校学习是完全不一样的两种生活方式。学校里同学们比较简单、单纯，成绩的优异是首要奋斗目标，日常作息时间随课程安排，能有充足的休息时间。而实习工作中则需要陌生人打交道，要学会为人处事的道理，大家都是以利益为先，不像学校学生们那么单纯。

顶岗实习期间，我进取主动与他人沟通交流，从沟通交流中看看和同事有没共同爱好，更好的建立共同话题，这是提升人际关系的好办法。我每一天也进取主动的工作，努力的充实自我，让自我学到的更多，慢慢的提高工作效率。工作之后，还会主动和同事聚在一齐讨论工作上的事情，从而获得工作经验。在这三个月的顶岗实习中，同事们都对我悉心帮忙和指导，再加上我自我的不断努力，各方面都取得了必须的提高。

还记得刚到公司顶岗实习的时候，我先理解了公司的培训，对公司的业务往来和基本情景有了必须的了解，同时，我也

意识到那里的一切对我这个大学生来说都是新鲜的，在那里我能学到很多东西，也能更好的展现自我的才能。

实习期间，我有不懂的问题就会去请教有经验的同事，他们也会耐心的为我解答，可能看我是个实习生，不管是在工作上还是生活上，大家都对我很照顾，这让我很感动，在实习期间，我也严格遵守公司的规章制度，不迟到，不早退，进取主动的完成上级安排的实习任务。

经过实习，我明白了学无止境的道理，对于这个不断发展壮大的社会，我们这些大学生仅有经过自我的不断努力才能适应社会的迅速发展，优胜劣汰这个道理是恒古不变的道理，我们要不断的学习知识，在实习中发现自身的不足之处，在加以改善，这样才能在社会中占一席之地。