

最新工作心得体会和收获和体会(优秀10篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。优质的心得体会该怎么样去写呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

工作心得体会和收获和体会篇一

在实习期间通过理论联系实际，不断的学习和总结经验，巩固了所学的知识，提高了处理实际问题的能力，为毕业设计的顺利进行总结了经验。

实习中的感悟

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。

一、 继续学习，不断提升理论素养。

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。

校园，走向社会为国家、为人民更好服务做好了准备。

工作心得体会和收获和体会篇二

工作是人们生活中不可避免的一部分，正如俗语所说“不劳则无获”。在工作中，我们学习到了很多知识和技能，并在其中不断成长和积累经验。工作虽然有时会让我们感到疲惫和压力，但是每当我们成功完成一项任务或者取得一些成就时，都会有很大的满足感和成就感。下面我就来分享一下我在工作中的体会和收获。

第二段：初始的困惑和迷茫

开始工作时，我感到非常的困惑和迷茫，不知道该如何开始，也不知道自己想做什么。这时候我意识到，自己需要学习新的知识和技能，并在工作中不断实践和总结。因此，我开始主动主动与同事交流，寻求他们的意见和建议，并参加各类培训和学习。逐渐地，我便懂得了企业文化、业务流程和工作规范，也开始慢慢适应工作的节奏。

第三段：工作中的成长和收获

在工作中，我逐渐取得了一些成绩，如被评为优秀员工、客户满意度得到了提高等等。这些成绩的取得源于我不断地学习和积累经验。同时，在工作中我也学到了很多宝贵的人生经验。例如，如何与同事相处、如何与客户沟通、如何处理问题等等。这些经验，不仅在我的工作中发挥了重要作用，也对我的日常生活产生了影响。让我学会了更多合理的处理方式。

第四段：心得体会

在工作中，我得到了很多锻炼和成长的机会，这些经历帮助我不断成长。我体会到了自己的不足和缺点，同时也认识到了自己的优势和闪光点。我学会了如何在工作中保持积极、勤奋和敬业的态度，更重要的是，我懂得了如何以客户为中心，注重服务和质量。这些方面的知识和经验，都使得我在工作中变得更加专业和成熟，也使得我在团队中扮演更重要的角色。

第五段：总结

总之，工作是人们成长和发展的的重要阶段。在工作中，我们学习到了很多宝贵的经验和知识，也发现了自己的优势和不足。同时，通过不断的实践和尝试，我们逐渐变得专业、成熟和富有创新精神。与此同时，我们也收获了满满的快乐，这些快乐源于我们取得的成就和工作中的交流。让我们向着更高的目标努力吧！

工作心得体会和收获和体会篇三

当我步入中学后，迎来的第一件事就是军训。

军训，顾名思义，就是过军人式的生活。一大早，我就带着兴奋和紧张踏上了去八七三四部队的征程。

终于到了八七三四部队，有人告诉我军训是一个五味瓶，包含着酸、甜、苦、辣，还有咸。

军训的第一天，我们就见到了教官，他那黝黑面庞上严肃的表情，让我不知所措，心里琢磨着这里的生活如何？苦日子就开始了。天气热的厉害，把院子里的绿色植物晒得垂头丧气的，而我们，可也算倒霉了，要在这暑气灼人的天气下进行军训，一个上午，我们就在立正和稍息中度过了。累就不说，可不知道这种苦日子还有多久。

终于完成了一天的军训，心里头怪怪的：不由自主想起妈妈，不知不觉，两行金豆豆落下来，整理好自己的情绪后，才会发现自己嘴里还有咸味，原来是眼泪。

水是人的生命之源，军训的这几天内，我才真正体会到这句话的含义。你说，刚结束完训练，好不容易可以休息一下，到楼下打水，哎！水早已不翼而飞了。

就这样度过了一天，第二天，教官把我们请到草地上享受阳光，就嘀咕了一句，老师就罚我们女生尝尝五十个俯卧撑的滋味，可累坏了我们了，全校十几个班，只有我们班的女生得到特殊的照顾，脸上不由热辣辣的。

一转眼，四天的军训就要结束了，这几天，最让我感动就是真情的流露，师生的照顾，这是我苦中最大的快乐，当我坐在回校的车上，即将离开这片曾经折磨过我的土地时，心里酸酸的，两行清泪又流下来了。就这样的一段生活，使我在汗水中慢慢变得坚强，如果让我把军训生活比作一种蔬菜的话，我会把它比作苦瓜，虽然苦，但对人益处很大，一个也是如此，没有汗水，你怎么可能会自立于社会之难呢？生活是一位智慧的长者，是一位博学的老师，它常春风化雨，润无声地给我们指点迷津，给我们启迪，但要交上这个朋友，必须从每一步起。

此时，我的耳边又响起教官说的一段话军训的目的不只是为了教会我们立正，稍息，更主要是教会，培养我们的自制力，良好的学习习惯和优良作风，树立我们吃苦耐劳的精神，让我们在将来的人生路上走好每一步。是的，吃为苦中苦，方为人上人，坚持到底就是胜利。

工作心得体会和收获和体会篇四

销售工作可以说是一个极具挑战性和成就感的职业。在这个行业中，我不仅学到了很多关于销售技巧和市场营销的知识，

还经历了许多宝贵的人生经历。通过与客户的互动和不断的努力，我取得了一些令人满意的成绩，并从中获得了一些宝贵的心得体会。

首先，在销售工作中，我学会了与人相处。作为销售人员，和客户的交流是非常重要的。我经常会与各种各样的人打交道，从各行各业的企业家到普通消费者。通过与不同的人交谈，我学会了如何倾听和理解他们的需求，并识别出如何满足这些需求的方法。我明白了每个人都有自己的独特性格和价值观，只有通过与他们建立良好的关系，才能获取更多的销售机会。

其次，销售工作让我逐渐成长为一个优秀的沟通者。在销售过程中，良好的沟通是成功的关键。我学会了如何清晰地表达自己的观点，以及如何提问和回答问题。通过不断地练习和实践，我越来越擅长于与客户进行深入的交流，找出他们的需求并提供解决方案。我明白了一个事实，那就是沟通的效果不仅仅取决于我说了什么，还取决于我如何表达和传达我的信息。

除了与人相处和沟通的能力，我还从销售工作中学到了持久的耐心和坚持不懈的品质。在销售过程中，有时客户不会立即做出决策或接受我的提议。但是，我学会了不放弃，并且要持续地跟进和推动。我发现坚持不懈和积极主动的态度可以产生非常显著的结果。有时，当我遇到艰难的挑战时，我会回想起自己在过去成功的销售案例，这激励着我坚持下去，直到取得进展。

同时，销售工作也让我意识到了自己的潜力。在开始这份工作之前，我对自己的销售能力缺乏自信。然而，在销售的实践中，我发现自己能够通过不断的学习和实践成为一名出色的销售人员。我逐渐发现自己的潜力，并为自己的成长感到自豪。通过设定目标并努力追求，我开始相信自己可以做到并取得成功。

最后，通过销售工作，我学会了如何面对挑战和压力。销售是一个竞争激烈的行业，每天都会面临各种各样的压力和困难。然而，我通过调整自己的心态和采取有效的应对策略，成功克服了许多困难。我明白了挑战和压力是发展和成长的机会，只有通过面对和应对，才能不断提高自己的能力和经验。

在销售工作中，我获得了很多成就和收获，从中学到了很多宝贵的经验和教训。与人相处、沟通能力、持久的耐心和坚持不懈的品质、发现自己的潜力以及面对挑战和压力的能力，这些都是我在销售工作中得到的宝贵收获和心得体会。我相信这些经验将在我未来的职业生涯中继续发挥重要的作用。无论我走到哪里，我都会将这些宝贵的经验和心得牢记于心，并继续不断地完善自己。

工作心得体会和收获和体会篇五

很早就听人说，“为师当学魏书生，从教当学魏书生”。

这是对当代名师魏书生一生忠于教育事业的赞美。同是三尺讲台，魏老师却能做得这样有声有色，有滋有味，并以高尚的人格、崇高的师德成为当代教师学习的楷模。。

我觉得魏老师的成功有一个不容忽视的因素，那便是魏老师说过的民主、科学。民主与科学，是魏书生教育思想的两个核心内容。他立论的基础是，“用孩子心灵深处的能源，去照亮孩子们的精神世界，显然是最节省能源的方法。我们不能把学生当作没有思想，没有情感的被动的受管理者，而应该把他们当作有思想、有意志、有情感的主动发展的个体。成功管理的前提是尊重他们的意愿，尊重他们的人格，把他们当作实实在在的‘人’，而不是驯服物。”所以他与学生“商量”。

魏书生不仅以“德”治班，更是以“法”治班。在他教的班

级中，制定的法规就有30多项，语文教学中的34件事都精心地按时空顺序做了周到的安排，在班级里做到了“事事有人管，人人有事做，时时有事做。”其精心、周到、严密的程度令人惊叹。从常务班长的职责，到课代表的职责，从备品的承包责任制到所有物品的具体负责人，无一不显出他管理方法的与众不同。他的一日常规、一周常规、学期常规、学年常规，看了让人瞠目结舌。正因为工作如此细致，也就形成了一个良好的班集体。也让我想到，班主任工作，一定要细，一定要实，要有科学的管理方法。

但我认为魏老师尊重学生的平等人格，原谅学生的缺点，关心学生，信任学生，理解学生才是成功的关键，也就是对学生深深的爱和满腔热忱的责任感。只有爱学生，才会为学生当前的健康成长想奇招、妙招和实招；只有对学生有责任感，才会对学生未来的幸福明天找准支撑点和出路，最大限度地调动学生主动参与的积极性，最大程度地解放学生的个性与创造性。

情心和责任感，有一定心理承受力的全面发展的有用人才，我首先就要使自己成为这样的人。

二、一视同仁，严格要求

心，使他们与老师产生敌对情绪，达不到教育的效果。

三、信任学生，尊重学生

渴望理解，渴望信任是人们的一种正常需要。对于青少年学生来说，信任更是推动其上进的力量。我们低年级有不少同学在学习上有困难，有的同学是因为学习目的不明确，有的同学是因为自己贪玩，有的同学是因为家长溺爱，教育方式不正确，从而造成了他们纪律和学习成绩等各方面都比较差，常受到老师的批评。通过一段时间的观察，在掌握了一些学

生的基本状况后，我采取各种方法帮助他们克服了懒惰心理，校正了不良学习习惯，使他们变得爱学习了。作为班主任，我亲近他们，尊重他们，在学习上耐心引导，生活中热心关怀，经常同他们交谈，了解思想状况，抓住时机，尽量做到多表扬，多鼓励，多给他们改错的机会，树立自信心，使他们感受到来自各方面的帮助，尽快提高学习成绩。

四、正确评价，鼓励学生

生不歧视，注意发现优生的不足，防微杜渐；善于发现差生的闪光点，并使之发扬光大。

工作心得体会和收获和体会篇六

品质是企业发展的重要支撑。在当今市场竞争日益激烈的环境下，品质工作越来越受到重视。作为一名品保人员，我非常幸运地加入了一家大型企业的品质部门，参与了多个项目的品保工作。在这个过程中，我收获了很多经验和成长。本文将分享我的品保工作心得体会及收获，希望与各位读者分享。

第二段：团队合作的重要性

我所参与的品质工作都是团队合作完成的，一个小小的偏差可能会导致整个项目的失控。因此，团队合作是十分必要的。在品保工作中，每个人都负责一个细小的环节，环环相扣，牵一发而动全身。在团队合作中，队员相互协作，相互依赖，通过通力合作才能最终达成任务目标。因此，培养团队的合作意识，建立团队协作的文化，是品质工作的重要保障。

第三段：数据分析的重要性

品保工作的重要性在于确保产品的质量，而数据分析是提高

品质的关键环节。数据分析可以挖掘潜在的问题，为品质提升提供数据依据。数据分析需要统计和整理大量的数据，同时对数据进行可视化和清晰地表达。因此，掌握数据分析的技能是品保工作的重要技能。我们需要掌握和使用各种数据分析工具，如Pareto图、散点图和直方图等等。

第四段：缺陷分析的技能

缺陷分析是提高品质不可少的环节。品保工作中，缺陷分析可以针对产品出现的问题，快速准确地找到根本原因。在实际操作中，我们需要收集数据和相关的情况描述，并根据问题的性质和数据采用不同的分析方法，如因果分析法□5W+2H分析法等等。通过缺陷分析，我们可以深入地了解产品出现问题的原因，从而提出改进措施，使得产品的品质得到提高，满足客户的需求。

第五段：始终追求卓越品质

在品保工作中，我们始终需要追求卓越品质。成熟的品保体系和顶尖的品质管理体系、不断改进和提升产品品质是企业发展与竞争的要素之一。提高品质需要始终保持高度谨慎的态度和专业掌握技能的能力，通过持续改进，优化产品和服务的价值。从我参与的多个项目经验来看，品质不仅是企业的责任，也是品质工作人员的责任。只有发扬细节精神，严格执行规范流程和标准，不断提高综合素质和技能水平，才能做好品质工作。

结尾：总结

品保工作是企业的核心职能，品保人员在工作中需要始终坚持高度谨慎的态度和专业掌握技能的能力，通过持续改进，优化产品和服务的价值。在今后的品质工作中，我将继续注重团队合作意识的培养，掌握好数据分析技能以及缺陷分析的方法和技能，不断追求卓越品质，服务于企业的品质目标。

工作心得体会和收获和体会篇七

在“课内比教学、课外访万家”活动中，力争实现“全参与、全覆盖”即学校教师全部参与、覆盖所有学生家庭。通过这个活动的开展，进一步垂炼教师教学功底，增进学校与家庭、学校与社会、教师与家长、教师与学生之间的理解，增强育人意识、责任意识，促进学校教育和谐发展。

为保证活动有效落实，特成立我校“课内比教学、课外访万家”活动领导小组。

组 长：曹克松

副组长：赵 文 牟成孟 张新华

成 员：杨大华 赵世海 袁玉全 李本春 严 丽

办公室主任：马朝清

具体分工如下：

校长曹克松亲自挂帅，负责导向及解决在活动中遇到的难点问题。

副校长赵文负责具体按方案实施。

马朝清负责收集整理档案资料。

领导成员负责参与研讨、实施全过程。

“课内比教学”活动以教导处为龙头，以教研组为阵地开展“学、研、上、评、写”的活动即组织教师学习理念、研讨教法、上研究课、组织评课、写心得体会。“课外访万家”以实地走访为主要形式，班级家访以班主任为主，科任教师随班参与，覆盖全部学生家庭。对于外地学生充分利用

互联网、电话、信函等辅助形式进行。

- 1、组织教师认真学习教育新理念，学习全县教育工作会议精神，加强师德师风建设，规范教育教学行为，练教师教学功底、促进教师专业成长。
- 2、了解学生家庭基本状况和在家的学习习惯、生活习惯等。
- 5、宣传有关学生健康成长的心理、生理、安全等方面的知识；
- 6、听取家长对学校及教师工作的意见和建议。

“课内比教学” 一是要做到校长挂帅亲自抓，分管教学的领导具体抓，通过组织教师认真学习提高认识，创新思路、营造氛围、全员参与、激发教师的积极性。二是要规范档案建设；三是要建立考评机制。

“课外访万家”要面向全体学生，特别要突出重点，做到“六回访”；要落实家访内容，做到“六必进”；要讲求实效，做到“六知道”；要遵守纪律，做到“六不准”。一是实行“六回访”。即生活有特殊困难的学生家庭，学习困难的学生家庭，留守儿童家庭（单亲家庭），思想、学业上有重大变化的学生家庭，外来务工子女家庭，随班就读残疾学生家庭，在此次实地走访的基础上，建立跟踪回访制度。二是实施“六必进”。即教育的政策措施进家庭，贫困生资助方案进家庭，学困生转化措施进家庭，家庭教育指导进家庭，心理生理健康辅导进家庭，教师个性化关爱进家庭。三是做到“六知道”。学生知道教师家访的目的和意义，家长知道学生在校学习表现情况，家长知道学生的任课教师情况，教师知道学生的家庭情况成长环境，教师知道家长对孩子的希望和期盼，学校知道家访收集的家长意见和建议。四是坚持“六不准”：不准要求家长安排车辆接送，不准借家访名义向家长提出任何私人要求，不准收受家长馈赠的钱、物，不准接受家长的吃请和报销开支，不准参与家长组织的娱乐消

费活动，不准利用知悉或者掌握的招考等教育信息向家长谋取利益或以家访名义进行有偿家教。

工作心得体会和收获和体会篇八

第一段：引入员工工作的重要性和对未来的意义（200字）

在职场中，员工通常会投入大量的精力和时间在工作中。工作不仅提供了一份经济收入，更是一个展示个人能力和实现自我价值的平台。通过努力工作，员工可以与他人合作，获取实践经验，提升专业技能，并建立起在行业中的声誉。因此，每个员工都应该牢记自己的工作目标，并从工作中收获到各种心得和体会。

第二段：工作中的挑战促使个人成长（300字）

在工作中，随着职业的发展，员工可能会遇到各种挑战。这些挑战包括面对复杂的问题、做出重要的决策、应对高压和工作与生活的平衡等。然而，正是这些挑战推动个人成长和发展。通过解决问题、克服困难以及应对压力，员工可以不断提升自己的思维能力、管理能力以及抗压能力。这些宝贵的经验和能力将不仅在工作中受益，也会对个人的未来有着积极的影响。

第三段：工作中的合作与团队精神（300字）

在大多数职位上，员工需要与同事合作以完成共同的目标和任务。与他人合作不仅可以提高工作效率，还可以促进个人能力的发展。在团队合作中，员工可以学习分享经验和知识，倾听他人的意见和建议，并学会有效地解决冲突。通过与其他人合作，员工也能够建立起自己在团队中的声誉，并发展自己的领导能力。工作中的合作也使得员工更容易建立起人际关系网，这将有助于他们未来的职业和个人发展。

第四段：工作中的成就感与满足感（200字）

工作中的成就感和满足感来自于员工对自己所做工作的认可和回报。当员工的工作受到认可并取得成功时，他们会感到自豪和满足。这种感觉不仅激励着员工继续努力工作，还增强了他们对自己能力的信心。此外，工作中的成就感还来源于员工对所贡献的价值的认识。当员工意识到自己的工作对组织和团队的发展产生了积极的影响时，他们会感到满足和愉悦。这种满足感促使员工更加积极地工作，并向更高层次的工作挑战。

第五段：结论（200字）

在工作中，员工不仅可以通过挑战和合作提升自己的能力，还可以获得成就感和满足感。从工作中收获的心得和体会将引导员工更加专注于工作目标，并努力不懈地超越自我。通过努力工作，员工将不仅在工作中不断成长，也会为自己的个人和职业发展奠定坚实的基础。因此，我们每个员工都应该在工作中珍惜每次机会，不断总结经验与教训，从工作中收获更多的心得和体会。

工作心得体会和收获和体会篇九

在现实社会中，可能有些生活上比较艰难不如意的人，他们的世界成天被抱怨、痛恨、敌视等不良念头占据着。

他们认为这个社会对自己不公平，或者是所在公司老板对自己不器重，或者是自己的父母无权又无势，没有办法给他们创造一个美好的未来，但是他们却没有想过主观上的原因。

其实归根结底还是自己的原因，只是，人们总是难以意识到这一点。

没有也不愿意去仔细想想自己生活得这样糟糕，和自己主观

上有什么关系，也不去想想自己下一步该怎么办。

事实上，那些拥有世界上最好的命运的，都是积极奋勇努力的人。

我们不能决定自己的出生，但我们却能决定自己将来的一生。

奋勇努力的人，手上都握着通往好运的金钥匙。

面对挫折、不幸，我们能做的最好的事，就是反思，然后积极努力。

当你走在一条陌生的道路上，你要走你认为对的路。

因为路是由自己选择的。

只有走下去才知道他正确不正确。

谁都不知道明天会发生什么，但只有行动才能决定下一秒你的未来。

勇敢地去设想自己的目标，才能够勇敢地去实现！

不幸终究会过去，没有任何人能说不幸会一直停留而不离去。

有一天，当我们蓦然回首的时候，往事已成云烟。

但我相信，曾经的那份坚持一定会让我们瞬间感到涤净心灵。

心中会有一个声音在默默地告诉自己：我曾来过这个世界，青春没有虚度，人生路上印有我的足迹。

持续不断，坚定向前，只有不断超越自我的人，才是一个真正聪明人。

人生在世，每个人都有自己的独特的禀性和天赋，每个人都有自己独特的实现人生价值的切入点。

你只要按照自己的禀赋发展自己，不断地超越心灵的绊马索，你就不会忽略了自己生命中的太阳，而湮没在他人的光辉里。

工作心得体会和收获和体会篇十

工作实习是大学生必不可少的一部分，其重要性不言而喻。通过实习，我们不仅可以亲身感受职场的氛围和工作的节奏，更重要的是能够学习到大量的实践经验和应用技能，为将来找到一份好工作打下基础。

二、主体1：实践经验和职业态度的培养

在我进行的这几个月的实习期间，我学到了很多工作中具体操作相关的知识和经验，包括如何高效利用时间、如何处理同事的投诉、如何在短时间内解决问题等。这些东西是在课堂中永远无法得到的。此外，在实习中，我还学到了应具备的良好职业态度：工作责任心、时间观念、沟通与协作能力等，这些都非常重要。

三、主体2：专业知识的实践运用和学习

实习过程中，我还学到了众多的专业知识并进行了实践运用。我主修的是计算机专业，但课堂上教授的理论知识与实际操作还有很大差距，而在实习中，我才真正学到了如何开发软件、如何运用编程语言等。这让我对计算机专业有了更深入的了解，帮助我更好地准备自己的职业发展。

四、主体3：与同事的沟通和交流

在实习中，我也了解到与同事沟通和交流的重要性。每天早上我们需要开会讨论当天的任务，同时也可以交流经验和想

法。通过与同事的沟通 and 交流，我不仅可以学到他们的工作方法和经验，更能够了解到公司的发展方向和未来的发展方向。

五、总结：工作实习的收获与启示

回想这段实习经历，我获得了很多，收获颇丰。除了实践经验和专业技能，我还学到了职业素质和与人相处能力。在未来的工作中，我将更加努力地应用这些经验和技能，努力提高自己的能力和素质。工作实习是成长的一个重要过程，也是我们开启职业生涯的门户，我将努力不懈地走好每一步。