

# 最新毕业报告总结 毕业实习总结报告(优质5篇)

随着社会不断地进步，报告使用的频率越来越高，报告具有语言陈述性的特点。报告的作用是帮助读者了解特定问题或情况，并提供解决方案或建议。下面我给大家整理了一些优秀的报告范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 毕业报告总结篇一

作为一名应届毕业生,没有任何工作经验和实习经历,如何才能较快地融入公司的环境中去?下面是本站为大家带来的毕业实习总结报告范文,希望可以帮助大家。

时间过的真快,转眼间已来到光大银行望京支行实习了一个月,时间虽然不长,但是却让我收获和成长了太多太多。我作为一名金融专业的学生,能够进入国有银行实习,的确是非常难得的机会。

下面我想从银行业务,银行软实力,银行理财产品、个人感悟和结束语五个大方面来向领导汇报一下我这一个月的收获:

### 一、银行业务:

这一部分主要是我所学到的一点基础的对私业务知识,根据这一个月实习所遇到的情况,基本的对私业务大体可以分为以下几类:开卡,存款,汇款,换汇,个人信息修改,提前还贷,理财产品购买,西联汇款等。

1、这些基本的业务大多属于重复性的机械性劳动,如果可以在这上面提高效率、节省时间,那么理财经理们就能有更多的时间去发展客户、维护客户。

基于上面的目的，我个人有一些不成熟的看法想向领导汇报：

不同的业务需要填写不同的单子，如果单以填写单子的平均速度来测算，理财产品购买和西联汇款两类业务所耗时间最长。

(1) 因为西联汇款的中国代理银行只有三家，所以来我行办理西联汇款的人比较多，其中又以外国人居多，他们中几乎没有人能够熟练的使用中文或者看懂汉字，所以在填单过程中极容易犯错，而西联汇款要求严格，单子上有一点点涂改都必须重写，这样不仅降低我行的办事效率、耗费资源，同时也浪费了客户的宝贵时间。

(2) 客户在购买理财产品时，理财经理需要指导客户填写多张单子，并需要查看客户的风险评估，同时还要打印产品说明书，这一系列服务的完成至少需要3到5分钟的时间，这还没有算上前期给客户介绍理财产品所耗的时间，如果在人多的时候容易应付不过来而犯一些低级的错误，例如：没有跟客户解释清楚产品到期时间而导致后期产生纠纷。

个人建议：

提前做好分类，很多固定环节可以提前准备，例如拿单子、打印产品说明书，这些都可以提前做好，等客户购买填单时一次性全部拿给客户，省去中间环节所耗时间。同时也可以让我们的大堂显得井井有条，不至于在人多时显得那么忙乱。

2、因为各种原因的影响，二楼的vip业务改到在一楼办理，这就让很多vip客户觉得自己并没有受到应得的vip待遇，经常遇到vip客户抱怨他们等待的时间太长。

个人建议：

(1) 让vip客户享有在任何窗口都可以优先办理业务的权利，

不要仅限于4号窗口。

(2)如果vip客户在某一时间段内人数较多，就尽量安抚客户情绪，如实的跟客户们解释说：行里领导已经意识到这个问题，所以正在着手对二楼进行装修改造，等完工后会给客户呈现出更高质量的硬件环境，请客户理解支持。

## 二、银行软实力：

让我最为钦佩、最为自豪并且让我学到的最有价值的，便是光大银行望京支行的软实力。下面分三个小方面来谈谈我对我们望京支行的软实力的理解：

### 1、 英明的领导：

一个好的领导，一个优秀的领导班子，可以充分发挥员工的潜能，我行的发展就充分印证了这一点：零售业务在兄弟支行中做的最好，几乎所有的考核指标都能够名列前茅。通过这一个月的实习，我深深的钦佩王行的领导力和亲和力，王行对全局的掌控，对细节的把握，对危机的处理等各方面堪称完美，我也非常幸运能够近距离的跟这样优秀的领导接触、学习。每天最让我感到兴奋的事，就是能够去王行办公室开会，听王行的讲话，每天都能让我有新的收获，新的启迪，我个人认为这是我望京支行最大的财富。

### 2、 优秀的理财团队：

银行的零售业务之所以做的这么好，与银行行理财团队的努力是分不开的。通过这一个月的接触，我发现理财团队里人才济济，各有特色：夏哥的仔细认真、不差毫厘，陆哥的营销能力和对大堂的掌控力，黄哥对高端客户的发展和把握力、出色的学习能力，安乐姐和思杨姐特有的亲和力和踏实肯干的工作作风，都让我受益匪浅。他们每个人都是我的老师，都是我学习的榜样，在他们身上所体现出的特质，可以让我

受用终生。

最让我感动的是这个团队的凝聚力，虽然各有千秋，各有长处，但丝毫没有影响他们之间和谐共处的氛围。每个人都尽可能的为他人着想，互相帮扶的同时又不失良性竞争，这种积极和谐的良性循环使我们的理财团队能够在王行的英明领导下不断取得更好的成绩。

### 3、光大银行特有的 阳光服务：

不得不承认，通过这些天的实习，一改往日我对银行的那种暮气沉沉、态度恶劣的形象，反之给我的感受是，光大银行真正把顾客放在第一位，用心服务，真诚服务，阳光服务。从来有迎声，走有送声、每天早晨开门五分钟的晨迎等细节方面的精益求精，到对一些刁蛮客户的危机处理上的有理有利有节，无不体现出我们银行特有的这种阳光服务精神，也充分落实了阳光在心，服务在行的品牌理念。

这里有两个比较有代表性的事例：一个是裴女士的活期宝事件。那天正好王行去总行开会，虽然已经临近下班时间，但是王行听到消息后立即从金融街赶回，耐心细致的亲自处理纠纷，直到最后成功的解决问题，让客户满意，前后耗费了大量的时间和精力，这样的工作作风在四大行是不可能出现的。第二个事例是：有一天早晨临近9点，此时外面正下着大雨，气温较低，有一个抱着小孩的中年妇女正在外面焦急的等待着，虽然还没有准时到9点，但是理财经理马安乐却主动要求先把门先打开，让抱着孩子的妇女先进来，别冻着孩子。

类似这些事例每天都在发生，无时无刻不让我感动和自豪，感动的是从上至下的这种阳光服务的工作作风，这种真正为客户着想意识已经融入到了行里每个人的血液中，已经形成了一种下意识的习惯而不单单是个别人的突发奇想。自豪的是我能够身处这样一个完美的工作氛围之中，深受周

围环境影响的我现在也不断的提高自己的，把 阳光服务 融入到我的日常工作和生活中，让我获益匪浅。

虽然银行的 阳光服务 已经日趋成熟，但是怎么样更好、更有效率的为客户服务，却是一个永无止境的课题需要大家去探索。

这里列举几个其它银行的比较有特色的服务方式，希望能够为领导层下一步的宏观决策提供一点微小的帮助：

1、 自助填单系统 。目的是利用客户在等待排队时，客户可以在自助填单机上通过二代身份证读取、全键盘手工输入的方式进行要办理业务的单据填写，系统会自动校验客户填写的信息是否合法，并进行填写指导提示，客户填写完毕，自助填单机直接在原始凭证上进行套打，形成的单据与银行现有的单据效率一样，不改变银行现有流程。

2、 引导员 体系。可以设一至两个 引导员 岗位，将一些如填单、交费等基础业务外包给专业的公司，这些公司为给我们提供业务精湛的引导员，帮助我们处理一些日常基本业务。

(注：以上两种方式都可以直接或者间接的减轻大堂经理和理财经理的工作负担，使他们能够 好钢用在刀刃上 ，将节省出来的时间和精力用在对中高端客户的发展和维护上面，毕竟这才是理财经理的核心职责。)

3、 加快推出 电子芯片银行卡 的步伐。最近有很多客户来我行询问关于更换电子芯片卡的相关信息，大堂里也早已挂出相关条幅，但是迟迟不见书面宣传材料或者相关信息。据了解，工商银行在这方面早已先行一步，将磁条卡全部更换为芯片银行卡。较之与普通磁条卡，芯片卡更安全、更便捷，全球至今没有出现被盗刷的案件。大堂前几天刚处理了一起信用卡被盗刷的案件：持有我行信用卡的客户被盗刷几万元，客户表示自己的卡从未离身，密码只有自己知道。芯片银行

卡必将是未来的潮流和趋势，我们光大银行如果能够提前抓住机会，也许就能吸引更多的客户前来办卡。

### 三、银行理财产品：

在我来望京报到之前，人力资源部就跟我说银行的零售业务是做的最好的。通过我这一个月的接触，确实是不同凡响，名副其实。

因为时间所限，我接触的最多的就是银行理财产品的营销，在这里我就浅谈一下我对银行理财产品的一点点不成熟的了解：

由于市场行情的持续低迷，基金和股票的收益率很低，投资者大多比较保守。虽然我行大部分理财产品不承诺保本，但是风险为两颗星的非保本浮动收益的理财产品因为年化收益率相对其它银行较高，风险相对基金类理财产品而言相对较低，所以深受客户青睐。这其中尤以短期理财产品(例如 t 计划 系列)的销售量居多。分析客户购买的动机：时间基本相同的情况下，t 计划的收益率平均要比 盈系列 高出零点三个百分点左右，基本上理性的投资人如果短期不使用资金的情况下，基本上都会选择收益率相对较高的理财产品。

### 四、个人感悟

这是我毕业后的第一次银行实习，也是至今为止收获最多的一次实习。

如果可以用两个字概括我所有的这些收获，那就是 充实 。这体现在以下两个方面：

- 1、业务能力上的 充实 。刚进我行的时候，我非常的浮躁，觉得自己无所不会、无所不能，眼高手低，所有刚毕业的大学生具有的种种缺点几乎都可以在我身上体现。但是随着自

己工作的开展，慢慢的发现原来一些在自己眼里并不那么起眼的工作却蕴含着巨大的智慧，任何小事都不是看起来那么小。而且随着学到的业务知识越多，就越感觉自己不知道的东西越多，需要提高的空间越大。就这样一点点积累，一步步努力，使自己的心慢慢的沉了下来，逐渐的克服了浮躁、眼高手低的缺点。正是因为业务上对我的锻炼，让自己感觉现在的我比之前踏实了很多，稳重了很多。

2、个人性格上的 充实。我行有这么完美的领导，这么高质量的团队，能跟这么多优秀的人一起并肩作战，共同奋斗，是我的幸运。通过与理财经理们在平时工作上的配合和互动，通过他们平日对我点滴的教导，我学到了很多道理，无论是做人还是做事。我相信这些道理会使我受用终生。他们身上所体现出的特质正是我所不具备的，正是我所需要学习和培养的。榜样的力量是无穷的，无论现在还是今后，我都将以这些优秀的人才为我的榜样和楷模。

## 五、结束语

通过这一个月实习，让我从一张白纸到对银行业务有了基本的了解，让我从一个毕业刚踏入社会的稚嫩学生到如今已有知名银行实习经验，从刚开始的举目无亲到现在跟很多优秀人才成为好朋友，我真的非常感谢上级领导能够给我这个来望京支行实习的机会，非常感谢望京的领导对我的关心和支持，感谢理财经理们对我的教导和照顾。

不管以后我选择在哪里实习，在哪里作为我事业的开端，我都会谨记这段难忘时光并充满感恩。真心祝福光大银行能够始终走在中国经济现代化的最前列，成为世界一流银行。祝愿光大望京支行能够延续辉煌，祝愿领导身体健康，万事如意！

## 一、实习综述：

实习前总听老师们和学长们说，我们这个旅游管理专业的同学大部分都是到酒店工作和实习的，当时还是不以为意的，到自己真的是去面对的时候，才实实在在的感觉真的是这样的吧。回想自己从面试到被录取，总是少不了同学们的理解和支持的，最终我实现了自己的初级目标 直奔北京中国的心脏所在。

我实习的单位是首都宾馆，隶属于国务院国家机关事务管理局，管理集团是以前是新加坡的著名酒店集团 文华 酒店管理集团公司。是中国最早的一批涉外四星级宾馆之一，在北京地区也是影响巨大的吧，不论从历史还是资历还是整体势力，在中国酒店业里也算是一个比较知名的航母。当时感觉自己是在庆幸的，真的。不过自己也是有一些的放弃的了。我放弃了去东莞一家豪华的商务五星大酒店 嘉华酒店。没有办法现实是残酷的，我们都必须面对吧。所谓一女只能嫁一男，虽然嘉华那边比较器重我，但真的对不起，我深深的感到为了自己的将来我必须去北京。不过还好老师们同学们包括嘉华那边的人事经理都带着理解，现在实习结束了，我真的深深的感激他们，发自内心的谢谢你们，谢谢！

## 二、酒店的简介：

1. 四星级饭店，通过iso9001和iso14001国际质量环境管理体系认证。
2. 位于市中心，周边有许多著名景点、公司和部委。
3. 高层客房俯瞰故宫及天安门广场。

客房全部翻修，宽敞明亮、设备齐全，有独立的淋浴间。

特设禁烟楼层、首都商务楼层和故宫观景房。

4. 一、二层餐厅(大堂吧、咖啡厅、四季厅、鲍翅酒楼)、会



议室、宴会厅及商务楼层可使用无线宽带上网。十八层特设网络中心，提供网吧及it服务。

实习真的是收获很大的，由于我在的餐厅是咖啡厅，算是一个西餐厅吧，所以感受最深的还是好好的学习英语，英语不行你什么都不是的。

三、实习目标：通过在酒店的实习工作，

1. 熟悉酒店的基本机构，以及每个工作机构的基本工作流程
2. 通过自己的努力实践自己在学校所学的一切关于酒店管理方面的理论和基本知识，
3. 在实际中提高自己对管理的理解和感悟
4. 为以后的工作打下基础，作好工作前的热身吧
5. 建立自己个关系网络，学会如何做人，在实际工作中，不断发现自己的缺点和优点，扬长弊短吧，希望自己不断的提高和更好的发展。
6. 在工作中学习在学校学不到的实际知识
8. 在工作中感受社会的变化，为将来的发展有个良好的调查吧。
9. 去北京感受北京的人文启发。
10. 在工作中学习别人的经验和其他同类学校同学的优点和长处，最后找到适合自己的工作方式，找到适合自己的发展轨迹。

最后希望自己在实习中有所收获，不要心高气傲，要平心静

气的塌实工作，会得到别人的认可和称赞的！

#### 四、实习经过：

我们是通过面试，并于首都大酒店签定了实习合同□

我于2月8日早上一个人到达北京西站，又是一个人到酒店的人力资源部报到，那时真的有些佩服自己的能力，只身一个人，什么也不怕，什么也不担心就那么去报到了。可能就是因为这样，酒店的经理对我的印象不错。

从2月9日开始体检，然后是不断的强化的培训，整整的好几个星期，到月底我们就分部门了，或许我的英语在我们这批实习生比较好，所以我被分到了西餐厅咖啡厅。三月开始正式上班，然后在餐厅自己的培训，感觉时间那时过的实在是太慢了，每天都在忙碌的培训中，因为我是新来的嘛，所以要吃的苦也是很多的 不管怎么样我都不断的告戒自己一定要忍住，一定要坚强，没有谁能拯救自己，也只有自己在不断的挣扎中不断的潜行和成功。

4月是自己一个转折点，我之前做个领位，做个盯台服务，做过自助餐服务，后来又是预定员，接着是走菜员，我成了餐厅里的万金油，那里需要，那里就有我的身影，那里有问题，那里我总会协助经理去处理，所以虽然我只是一个小小的实习生，但我的价值我的能力被经理们很看好，虽然我没有什  
么荣誉，但我知道自己的影响在那里的。收获是相对而言的，谢谢经理给我那么多的信任和期待，我知道再以后的工作中，这将是  
我人生很很大的财富，真的感激那些曾真心指导和帮过我的人们，谢谢你们！我会继续走好自己的每一个旅程，在将来的路上不断的加油，成功能够实现自己的理想和价值！！

#### 五、实习收获和心得：

实习已经结束，回忆自己的收获和心得，总觉得自己不管如

何还是有所得的吧，不管怎样，虽然我们没有拿到太多的荣誉，但内在的收获的提高是不可否认的，谁也不敢说自己就是混过来的吧。总的来说我的收获有以下几个方面吧：

1. 我学会了如何的做人和如何和人们尤其是那些难相处的客人和有特殊要求的客人，真的我们必须大度的接受，我们必须学会忍耐，不经历风雨不见彩虹，这句话真的真的太感人了。

2. 无论作什么一定要用心，否则你总是那个大家讨厌的人，不受欢迎的人吧，你要学会察言观色，要从客人的一个动作一个眼神中看到自己的不足，看到客人的要求，要有服务的意识和精神。就象我们酒店的一个领班所说：

服务要有灵性，否则自己很难在这里立足。

为加强青年学生思想政治工作，引导和服务学生健康成长，培养和提高学生实践能力，我针灸推拿系在校团委的指导下，积极响应号召，充满激情的开展了我系20xx年暑假社会实践。今年实践活动主题共为两个：

一为传承以往的“科技、文化、卫生”下乡服务活动，发挥专长，以“卫生下乡”作为主要工作内容。

我系今年共确定了4支校级“三下乡”社会实践重点小分队。分别是赴宁波镇海“三下乡”小分队、赴上虞“三下乡”小分队、赴海宁“三下乡”小分队和赴宁波奉化“三下乡”小分队。我系学生充分利用自身专业所学所长，发挥不怕吃苦，勇于奉献的精神，在火热的七月围绕医疗保健服务(包括健康普查、常见病的治疗、卫生常识宣传、普及医疗卫生知识、常规体检)、文化宣传、环保宣传、科技支农及企业帮扶、支教扫盲、文体联欢等开展了一系列活动。我们在活动前集中加强培训，开展动员大会，帮助各位同学在思想上、心理上、专业上、身体上做好准备。活动期间，针对需求开展服务，切实帮助群众解决实际困难，为群众带去实惠。在返校后，

我们也加强联系，对于活动结束后情况追踪了解并总结反思，交流体会收获，扩大教育成果。此次的“三下乡”活动扩大了我校在社会上的影响力，提高了大学生的社会适应能力及自我锻炼能力，以使理论与实际能力相结合，充分展现当代大学生的风采，达到了在实践中“长才干、作贡献、受教育”的目的。

二为广泛开展“感知就业”社会实践活动，将大学生社会实践活动与就业紧密结合，开拓社会实践新领域。“感知就业”活动具体围绕三方面内容展开：用人单位信息调查，采访校友，就业实践。

今年我系共有4组小分队申报院里的用人单位调查活动。暑假开始不久，个各小分队就奔赴宁波、舟山、桐乡、奉化等地开展活动。其中宁波队访问了11家医院，舟山队和奉化队调查了6家医疗单位，桐乡队也对4家单位进行了探访。他们获取了各单位的情况资料介绍，整理成为一份份宝贵的资料，为将来几年间我校毕业生择业就业提供了指导方向。在各组的实践成果中我们可以看到现今的就业形势：大部分医院青睐西医类毕业生，且很多都是要求本科以上学历，反而乡镇医院还是很需要本科毕业生的。当今对医学生的外语要求也比以前更高，要求我们毕业生的英语达到四六级水平，在计算机操作上也有一定要求。从调查结果上我们看到临床、护理等专业较为吃香，而我针灸推拿类则所需极有限。这个结果的呈现为我们敲响了警钟，因此要早做准备，学习刻苦全面，加强实践，做好吃苦、下基层的思想准备。

于此同时，我系有14支队伍分别在杭州、舟山、丽水、湖州、绍兴、等地开展了校友寻访活动，走访了近60家单位，寻访了105位校友。在这过程中，我们既有与校友见面时的激动，同时又被他们的经历所深深打动，有时还会因他们从事针灸推拿却发展的不甚顺畅的失落，但我们还是常常被大部分人的敬业爱岗精神所感动。各界的校友发展多面，有从事本行的、有转战商场的、有做领导干部的，但他们对于我们这些

师弟师妹们都很亲切，字里行间带着对我们的殷切期盼。他们给我们提出了很多宝贵的建议，如加强临床动手能力，多参加社会实践，要中西医全面发展，培养树立良好的医德医风等。很多校友都表示出了对学院及老师的眷念，纷纷询问学院目前的情况，并结合自身体会，对学校的工作提出了很多很好的想法，也表示了有机会想回到新校舍看看的愿望。

就业实践活动是由学生结合自身所学专业，自行联系到用人单位展开为期两周的实践锻炼，了解相关行业的工作流程以及对工作人员的素质要求，为以后就业打下良好的基础。我系部分学生选择了自行联系医院进行见习的实践。通过三年的理论学习，同学们都累积了一定的专业知识，使得这次的医院见习格外的有意义，收益非浅。在众多同学的心得体会里，大家都对此次的医院之行表示了肯定，见习使专业知识得到了进一步巩固和拓展，增加了对非本专业知识的了解，同时还深刻地认识到自身才识的浅薄，激发了学习的热情。带教老师的言传身教也给同学们留下了深刻的印象。

## 毕业报告总结篇二

毕业生实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段宝贵经历让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，，今天，本站小编为大家带来了毕业生实习总结报告范文，希望大家喜欢！

我很庆幸能与研究室的三位老师共事40天，他们非常重视实践工作，处处给予我指导和关心。期间我经历了许多充实的工作，虽然很多看起来是小事，微不足道，但从中可以学到的东西不是三言两语可以说得清的。在工作中遇到一些新情况时，几位老师总是主动向我说明，使我很快就融入了这个新环境。在40天的实习时间里，我越来越觉得研究室的三位老师对我的信任。管委会的一切信息和文件内容都是严格保

密的，但老师们非常相信我，给我看了很多材料，从中吸收营养。在要做出某项决策时，三位老师主动让我旁听，我觉得他们的谈话氛围很真诚，大家的交流中毫无芥蒂，给了我很多触动。这样的信任越发地增强了我的纪律意识和责任感，感觉老师们是真的把我当作他们的一员了。

另外，老师们对我生活上的关心也是无微不至的。因为我住的学校离管委会有一段距离，他们觉得8：00上班太紧张了，让我不用很早来，但我不愿迟到，实习的机会是很难得的，我现在争取每天提早20分钟到单位，这样可以提前打扫一下办公室，为三位老师创造一下优良的办公环境。40天来，我与管委会的老师们一起工作，一样早出晚归，在这个新集体里，我觉得很温暖，大家就像一家人一样。

虽然我们即将走向社会，但作为一个刚踏入社会的年轻人，几乎没有任何社会经验。可在实习期间的每一件小事中，我们能够体会到人际关系、机会、评价、竞争、成功、失败等各种我们在今后经常会遇到的事件，相信这些宝贵的经验会成为我今后成功的重要基石。而在这剩下的半年中，我们能再学些什么，再做些什么，这短短的40天能给我们很好的启示。

实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段宝贵经历，而这次实习的意义，对我来说已不再是完成学分、完成毕业实习的任务，而是我们真正在实践中开始接触社会、了解社会的一次重要机会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，增长了见识，开阔了视野，为我以后走上工作岗位打下了坚实的基础。

在与别人打交道时一定要主动积极。我自己本身是个相对比较内向的，不擅长主动和别人交流打交道，在此次实习中我也发现了自己的不足。比如在刚开始实习的几天内，我比较怯生，和办公室的几位同事打过招呼后就不敢说什么了。虽说我是怕影响他们工作，也因为不了解工作环境不能顺利交

流，但我也认识到了自己的不足，面对沉默不语的尴尬，自己有责任和义务去与别人主动交流。在公司里一个新的职工到来时很平常的，老师傅们也没有必要主动和一个新职工主动打交道，这时候你就应该主动去和别人交流，介绍介绍自己啊，拉拉家常，关心一下工作啊，都会让大家认识你，了解你，对你留下良好的印象。在后来的实习中我已开始能和大家愉快的交流，就是出于自己的积极主动。

在工作的时候同样也要积极主动地和别人交流。在今后的社会工作中，工作不再是一个人所能完成的，那是几个人或是一个团队的工作，而且你还必须去帮助别人或是接受别人的帮助已完成工作。因此你不能期望你自己一个人就能完成任务，或是看到别人有困难也不去帮助。虽然此次我是来实习的，由于对业务的不了解以及专业知识的不熟悉，只能够在领导的安排下进行一些相对简单的工作，但是我也很积极地去帮助别人完成自己力所能及的工作。就比如在实习中，在领导没有分配任务的空暇里，我就常主动询问周围的工作人员有没有需要帮忙的，有时候别人也不好意思麻烦我，我就主动承担他们的工作。这样子不仅锻炼了自己，帮助了他人，还融洽了你与别人之间的关系，在今后的工作中人家也更乐意与你交往了。

工作时一定要一丝不苟，认真仔细。一个职员在公司的大部分时间都是在工作的，这就要求他在这段时间内一定要小心谨慎，一丝不苟，不能老是出错。有时候一个失误不仅仅使你自己的工作进程受阻，还会影响他人，甚至受老板批评责备，因此认认真真的做每一件事情就显得尤其重要。为了不使自己前功尽弃，我们在刚开始工作的时候一定要慎之又慎，对自己的工作要十分重视，如果有必要一定要检验自己的工作结果，以确保自己的万无一失，在你对工作开始了解并熟练后，你会发现自已已能不用检验就能保证工作的质量了。而此时你也许不需要总是重复检验工作结果，但还是要对自己的工作认真对待，以免失误。

就像我在工作的时候，也犯下了不少错误，比如说领导交给我的文档资料整理任务，我在最后忘记把碎纸机关掉就匆匆跑去汇报任务了，机器一直开着影响了别人，领导批评了我，我也为自己的错误懊悔不已。还有一次我在做客户满意度回访的调查时，原以为经过前几次电话回访的经历，应付这次工作应该是小菜一碟，谁知道第一个电话我就犯了重大错误，我把客户经理的电话当作客户的号码给拨了过去，我还信誓旦旦地说：“您好，这里是中国移动定海分公司……”那人很惊讶的说它也是移动公司的，怎么客户回访她了，我也感觉很奇怪，直到那位客户经理拿着手机从隔壁办公室跑到我面前，我才发现自己犯了严重的错误。还好这次只是打错了电话，要是经常不注意自己的工作，可能会造成更严重的损失。

## 毕业报告总结篇三

实习很快就要结束了，十几年的学习生涯就要接近尾声，实习是我跨入社会进行的一个热身运动。毕业后，我们又迈入一个新的起点。新的旅程艰难又宽广，我们又要迎接新的挑战，实习其实就是把自己学到的知识运用到平时的实际工作中去，在实习中不断的磨练自己，增加一些实践经验，从中找出自己的不足之处，虚心学习一些实用知识，在实习工作中不断学习，反复推敲，事事总结，增加自己的经验。下面小编就和大家分享实习自我总结范文，来欣赏一下吧。

四个月的实习生活似弹指一挥间，从刚踏出学校大门时的失落与迷茫，到现在走上工作岗位的从容，坦然。我知道，这又是我人生中的一大挑战，角色的转换。

实习期间，对于任何工作一贯谦虚谨慎、认真负责。如今的我在现任部门多次受到主任的称赞。我想这除了有较强的适应能力和积极向上的心态以外，更重要的是得益于大学两年多的学习积累和技能的培养。



实习生活，给我仅是初步的经验积累，对于迈向社会是远远不够的。“吃的苦中苦，方为人上人”，我要恪守吃苦精神。因此，在今后，我会继续努力拼搏，抓住每一个机遇，迎接每一个挑战，相信自己一定会演绎出精彩的一幕。

刚进入市统计局的时候，很茫然，不知道要做些什么，领导叫做什么，我们就做什么，最开始的时候就是订一些文件，发放开会的文件，协助领导开会，倒茶水……这些都是很简单的任务，我们都很用心的去完成。刚开始来的时候，我们经常有饭局，老师教我们的餐桌礼仪只是在课堂上教，真正用到的时候，很茫然，也遇到了尴尬的时候，但是，就是因为这样，才会认识到错误，去改正错误。我们市统计局实习的一共有7个人，所以不是每天都很忙，也不是每天都有事情要做，很多时候我们都是呆在办公室里，一呆就是一整天，直到下班。后来慢慢走入正轨，我主要帮忙接收文件，打印文件等等，四月份，我与两位同学被调往贵港市港北区统计局帮忙，主要做的是接打电话，通知一些公司填表等等。在港北的工作，每天都非常的忙碌，一个月后，回到市统计局。

一、学习方面。

二、思想方面

三、工作方面

大学期间，我担任了两年的学生会文娱委员，在广播站任职。在与同学们相处的两年期间，我积极主动地为同学们服务，对工作热情，任劳任怨，责任心强，具有良好的组织交际能力，和同学团结一致，注重配合其他学生干部出色完成各项工作，促进了团队沟通与合作，得到了大家的一致好评。

毕业实习是每个大学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学不到的知识，

让我们在实际中体会理论，运用理论，受益匪浅，同时打开了视野，增长了见识，使我认识到将所学的知识具体应用到工作中去的重要性，为以后进一步走向社会打下坚实的基础，只有在实习期间尽快调整好自己的学习方式，调整心理，各方面都做好充分准备，去适应社会，才能被这个社会接纳，维持生存进而更好地发展自己。

实习时间□ 201x年11月23日至201x年12月28日

实习地点：广东省茂名市

实习公司□x工程有限公司

实习目的：一方面，了解企业管理的先进方式和现代化管理方法，提高调查研究、搜集资料、整理资料的能力，提高理论与实际相结合的能力；另一方面，深切体会人力资源管理的重要性和管理的程序，提高协同合作及组织工作的能力，培养独立分析问题和解决实际问题的能力。

实习基本情况：

201x年11月23日这一天我开始了我的实习经历。我怀着一颗激动而紧张的心踏入了茂名市利源电气工程有限公司，刚进入办公室的那一刻，我觉得我正在走进另一个领域，在这里我即将度过两个多月的时间，更会在这里认识更多的同事和朋友，学到更多的知识。我实习的茂名市利源电气工程有限公司简介：茂名市x工程有限公司是电白县x电局下属公司。证书编号□ b34940440x(x)162909延(x年9月11日)，从业人数：150人，经济性质：有限责任公司，主项资质等级：送变电工程专业承包三级。企业注册地址：广东省茂名市电白县工业园西区x号，邮政编码□ 525x□法人代表：戴x□联系电话□ 1342358x□注册资金：1205.04万(元)。

实习内容和方法：

在公司实习期间，我从事的是办公室文员工作，主要负责：接听、转接电话；接待来访人员；负责总经理办公室的清洁卫生；做好会议纪要；负责公司公文、信件、邮件、报刊杂志的分送等工作。

在做以上的工作的时候，我采用了看、问、学等方式，初步了解了公司文秘工作中的具体业务知识，拓展了所学的专业知识。我每次都是虚心向办公室的其他同事请教，学习，根据公司的规定，结合自己的理论基础、专业知识，争取有所创新，认真做好每一份工作。在实习完后，我不管是理论基础方面，还是实际工作能力方面，都有了很大的提升，为以后正式参加工作奠定了坚实的基础。

我从事的是办公室文员的工作，只要负责以下一些工作：接听、转接电话；接待来访人员；统计每周考勤并交财务做帐，留底；负责公司公文、信件、邮件、报刊杂志的分送做好会议纪要；负责传真件的收发工作；管理好员工人事档案材料，建立、完善员工人事档案的管理；做好公司宣传专栏的组稿管理办公各种财产，合理使用并提高财产的使用效率，提倡节俭；接受其他临时工作。

实习过程：

刚进公司时，对整个公司的工作非常陌生，文员工作也不知道从何下手，更谈不上管理。后来在公司领导和同事的指导下，开始对公司业务，对职位职责有所了解，并充分地应用在学校学到的知识，很快的了解了公司的运作流程。这些事情看上去很简单，但是真正实施起来难度不小，需要注意几个方面：1、工作流程的了解；2、应用专业知识的熟悉；3、人际关系的协调；4、与上司、客户和同事的沟通技巧等。这些在学校是远远学不到的，只能是大概的有些了解，并不是很清楚，经过一段时间的实践，才让我真正的全方位的了解，当然还有很多东西目前掌握的还不够，需要以后的多加了解和学习。

虽然一开始只是接听电话和传达旨意，但是这里还很有学问，你要注意语音语调等等一些细节，还有就是打复印等简单工作，看似简单，其实需要耐心和小技巧，还得注意时间分寸。要是接待来访客户就更是学问大了，你需要察言观色地了解他们的心理，了解上司的意图等等。由于我更多的是想了解整个公司的工作流程尤其是人力资源管理方面的知识，所以我经常性地努力争取更多的机会去接触专业知识多涉及到的领域，而不仅仅局限于完成文员的岗位职责。

尽管好多人都认为办公室文员是一“打杂”的角色，但是我一方面认真的学习和努力完成领导布置的任务之外，积极主动地争取更多的机会去接触其他工作。一开始会觉得很难堪，因为你实在是初出茅庐，尽管你是人力资源专业出来的，但是同事们特别是年龄大一点，职位高一点的员工一般都不会给你机会，也不会相信你，甚至有的还会给你脸色，要不就还会误会你的意思，以为你是在炫耀，要不就是邀功，其实这些都是在实习的时候我们要努力克服的。

我们唯有方法就是真诚和谦虚，还有不放弃的精神，比如在我的一再努力和请求下，我拥有更多的机会去参与部门里的其他工作，而不仅仅局限于了一个文员，印象最深的就是我硬是参加了实习期间公司招聘计划里的职责编写工作，尽管还是犯错了，但是我没有受到过多的责怪，相反经理还给我认真的上了一课，那真的是有一种“听君一席话，胜读十年书”的感觉。

但是其实我更多的感受还是做文员，针对文员这个职位的特点，最值得一提的便是对挫折的处理，具体遇到挫折时，我发现不妨从调整心态来舒解压力，面对挫折。遇到挫折时应进行冷静分析，从客观、主观、目标、环境、条件等方面，找出受挫的原因，采取有效的补救措施。树立一个辩证的挫折观，经常保持自信和乐观的态度，要认识到正是挫折和教训才使我们变得聪明和成熟，正是失败本身才最终造就了成功。学会自我宽慰，能容忍挫折，要心怀坦荡，情绪乐观，

发奋图强。善于化压力为动力，改变内心的压抑状态，以求身心的轻松，重新争取成功，从而让目光面向未来。复印、传真、公文处理等基本工作我都已熟练。而文员管理要制发文件，处理文件和管理文件。在各种文件中，大部分还具有不同程度的保密性，而且各级秘书人员经常接近领导，看一些重要文件，参加一些重要会议，所以，秘书人员在公共场合活动时要注意内外有别，把握分寸，对什么应该说什么不应该说要心中有数。

准确，是对工作质量的要求。文秘管理的准确性是指正确体现政策，正确表达领导意图，正确地办文办事，言行有分寸，文能达意。它在一定程度上保证领导工作的准备性。文秘管理的准确性，涉及的方面很多，简要地说，就是：办文要准，办事要稳，情况要实，主意要慎。而要做到这些，必须态度认真，作风过细，不能疏忽大意，不能马虎潦草。比如说办理公文，就要保证文件的质量，用词要准确，材料要真实，抄写要认真，校对要仔细，力求每一个环节都不发生差错。否则就会贻误工作，甚至酿成难以弥补的损失。

在我实习的过程中，既有收获的喜悦，也有一些遗憾。也许是实习日子短和我并非文秘专业的关系，对文秘的还有一些工作的认识仅仅停留在表面，只是在看人做，听人讲如何做，未能够亲身感受、具体处理一些工作，所以未能领会其精髓。但时通过实习，加深了我对文秘基本知识的理解，丰富了我的实际管理知识，使我对日常文秘管理工作有了一定的感性和理性认识。认识到要做好日常企业文秘管理工作，既要注重管理理论知识的学习，更重要的是要把实践与理论两者紧密结合。

实习总结：

从自身方面看，作为新人，犯错时不可避免的，但是工作，是要为自己行为负责。需要把自己的心态调整好。而知识的有限，令我在工作遇到很多问题，事倍功半的情况也常常出

现。缺少创造性的思维，很难在工作中创新。没有给自己在工作中定好位，被动的工作。

另外在工作学习上，我学会多积累，多总结的方法。古人云：“学而不思则罔，思而不学则殆。”在工地的实习中，我发现工程细节技术繁、杂、深。在这里好的记忆力是不足以与一支烂笔头相抗衡的，这就需要我们随时听，随时记。我们工程意识经验的质变就需要以知识积累的量变为基础。通过白天在工地上采集工程技术素材，晚上在写台前整理资料，每天我都能在临睡之前享受“知识夜宵”，从而使得自己尽快的成长起来。

最后在处理人际关系的能力上我也有了很大的提高。我们干工程的人每天要与各种形形色色的人打交道，这就需要我们摆正位置，正确处理好人與人之间的关系。古人云：“爱人者人恒爱之，敬人者人恒敬之。”人与人之间都是相互的，都需要互相尊重和帮助。我对人际关系的认识就是——你对别人的尊敬与帮助是一束入射光，你诚心的态度是一副镜面，而别人对你的尊敬与帮助是反射光。你入射光越强，诚心越真挚，那么镜面将会越光滑，反射光也会越强，此时我们的世界将充满阳光！

在这段实习的时间里，得到了领导和老员工的亲切关怀与照顾，从而让我更快地在工地这个大家庭里成长。由于我刚跨出校门，在社会阅历和工作经验上还较欠缺，还需要得到各位前辈的指点和自己勤学多问的学习。对于我们这些百卉含英的新人来说既是机遇也是挑战。这就要求我以主人翁的心态积极思考我们的优势和不足，在发展整体态势下，定位自己的目标，发掘个人潜力。作为新员工，我对自己的未来充满信心！

认识并融入这个团队，学习是拉近距离、融入团队的最好办法，也深刻体会到了团队的力量和魅力。

大学生实习自我鉴定模板：在这三个月实习里面，在领导和同事的指导下，向行业学习知识，向同事请教经验，传授工作技巧，正是在这个过程中，认识到自己的弱处。

实习期间我认真刻苦、吃苦耐劳，有上进心。为人诚恳、虚心好学、能够正确对待、处理生活及工作中遇到的各种困难，思想积极上进，接受能力和独立能力强，有很强的团队精神和集体荣誉感。做事认真负责，有很强的责任心。有强烈的上进心、事业心，有很强的对环境的适应能力，能很快融入集体。

在工作中遇到不懂的地方，能够虚心向富有经验的前辈请教，善于思考，能够举一反三。对于别人提出的工作建议，可以虚心听取。在时间紧迫的情况下，加时加班完成任务。能够将学校所学的知识灵活应用到具体的工作中去，保质保量完成工作任务。同时，我严格遵守我公司的各项规章制度，实习期间，未曾出现过无故缺勤，迟到早退现象。我脚踏实地的工作，努力做到最好，工作始终以“热心、细心”为准则。遇到不懂的问题，积极问同事，在同事的热心帮助下，问题很快就解决了，这简短的实习生活，虽然紧张，收获也很多。但给我的仅仅是初步的经验累积，对于往后迈出社会还是不够的。

通过实习我明白到：工作往往不是一个人的事情，是一个团队在完成一个项目，在工作的过程中，如何去保持和团队中其他同事的交流和沟通也是相当重要的。一位资深人力资源专家曾对团队精神的能力要求有这样的观点：要有与别人沟通、交流的能力以及与人合作的能力。合理的分工可以使大家在工作中各尽所长，团结合作，配合默契，共赴成功。个人要想成功及获得好的业绩，我牢记一个规则：我永远不能将个人利益凌驾于团队利益之上，在团队工作中，会出现在自己的协助下同时也从中受益的情况，反过来看，自己本身受益其中，这是保证自己成功的最重要的因素之一。

我相信通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

## 毕业报告总结篇四

年的大学生活是我人生的关键点。五年的校园生涯和社会实践生活我不断的挑战自我、充实自己，为实现人生的价值打下坚实的基础。一直都认为人应该是活到老学到老的我对知识、对本专业一丝不苟，因而在成绩上一直都得到肯定。医学是理论联系实际，所以在不满足于学好理论课的同时也注重于对各种临床知识的实践。

在大学期间，我始终以提高自身的综合素质为目标，以自我的全面发展为努力方向，树立正确的人生观、价值观和世界观。为适应社会发展的需求，我认真学习各种专业知识，发挥自己的特长；挖掘自身的潜力，结合每年的暑期社会实践机会，从而逐步提高了自己的学习能力和分析处理问题的能力以及一定的协调组织和管理能力。

思想上，虽还未成为一名党员，但始终以党员的要求来要求自己。时时刻刻的检查自己，让自己在思想行为方面能够作风优良、待人诚恳，能较处理好人际关际，处事冷静稳健，能合理地统筹安排生活中的事务。为社会为学校为同学为身边的人做事不再是觉得是一种累赘，而是很乐意的去做并且能够得到满足和快乐，不会去想做好自己的事情，别人的事情少管。并且一直在追求人格的升华，注重自己的品行。我崇拜有巨大人格魅力的人，并一直希望自己也能做到。在大学生活中，我坚持着自我反省且努力的完善自己的人格。现在我理解道理，乐于助人不仅能铸造高尚的品德，而且自身也会得到很多利益，帮助别人的同时也是在帮助自己。回顾



这几年，我很高兴能在同学有困难的时候曾经帮助过他们，同样的，在我有困难时我的同学们也无私的伸出了援助之手。对于老师，我一向是十分敬重的，因为他们在我彷徨的时候指导帮助我。如果没有老师的帮助，我可能将不知道何去何从。我现在领悟到，与其说品德是个人的人品操行，不如说是个人对整个社会的责任。一个人活在这个世界上，就得对社会负起一定的责任义务，有了高尚的品德，就能正确认识自己所负的责任，在贡献中实现自身的价值。

学习上，我没有让自己失望，成绩一直名列前茅。大学期间通过了大学英语国家四级，由于所学的是预防医学专业，因此非常注重将理论学习与实际问题相结合，大大提高了自己解决问题的效率，并且可以很好的理解课本上的知识。

生活上，我勤俭节约，严于律己。利用课余时间和假期时间在外面找兼职、做家教，也锻炼了我的社会交往能力。

作为一名20\_\_年大学应届毕业生，我所拥有的是年轻和知识。年轻也许意味着欠缺经验，但是年轻也意味着热情和活力，我自信能凭自己的能力和学识在毕业以后的工作和生活中克服各种困难，不断实现自我的人生价值和追求的目标。

总之，我充实地完成了自己的学生生涯，但“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”。在以后的日子中，我一定得更加严格要求自己，改正缺点，不断努力，不断进步。大学是人生一个里程碑，里程碑的周围往往有着很多很多的叉路口，而毕业则意味着我们不得不去选择一条路继续走下去。过去的一年中我经历了考研的失败，我没有放弃，始终坚信最适合我的始终在等着我，如今即将成为一名公务员这是我这一年之中不断努力学习与永不放弃的决心换来的。我会以更加坚定的决心和十倍的努力来应对以后的工作与学习。

## 毕业报告总结篇五

在今年的最后一个学年里，学校为我们安排了为期两个月的顶岗实习。我这次的实习单位也是自己找的□xxx广告装饰装潢。较之上次的那个公司，这是xx的最大装饰装潢公司。真的进入社会实习后，才体验到工作与我想象中的相去甚远，它并不是一件容易的事。

这已经是自己找的第二次实习工作了，有了一点经验，也就少了刚开始的那种不成熟思想。而且我始终相信，只要我认真学习，好好把握，做好每一件事，实习肯定会有成绩。但之后渐渐明白，其实是很多东西看着简单，要做好它却很不容易。不得不承认我的实习更接近于一次独立的学习，而不是一份工作。两个月，虽然短，对于我而言，却是一个很重要的转折。

首先，透过直接参与企业的运作过程，学到了实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论与实践知识都有所提高。其次，能拓宽视野，增长知识，提高我们的专业素质和职业道德。再次，也提高了我们的实际工作潜力，为就业和将来的工作取得了一些宝贵的实践经验。最后，也为我们毕业后走上工作岗位打下了必须的基础。

实习时间是从xx年x月xx日至xx年x月xx日，我们进行了为期两个月的实习，在这段实习中我真正融入了xxx广告装饰装潢公司的日常工作中。实习期间，我主要从事的工作是：参与杂志修改基础工作；收发文件，分发各科室报刊；熟悉办公软件操作；熟练使用办公设备等；学习文书档案整理归档工作；帮忙公司编写年鉴。在工作中体会了待人处事的方法，懂得了如何更好地处理好与领导和同事之间的工作关系。

### (一) 基本概况

虽然是在公司实习，但也不可能就真的只单纯做广告。还是

会经常出去走走，跟着那些带我的公司职员，虽然总觉得自己好像没做什么也很没劲，但此刻回头想想，才发现那都是一个学习的过程。我很荣幸自己走进了这家公司，尽管只是实习。学会严肃认真地工作，学会了虚心。这一次的实习让我真正感受到自己走进社会了，能切身体会到处在社会这个大群众中的种种。这次我少走了许多弯路，使自己进步得更快！

## (二) 主要成绩和存在问题

一个新环境总是需要时间来适应的，在公司，带我的是一个姓储的姐姐。年底公司也忙了起来，因为我在广告公司实习过一次，所以这次我倒帮上忙了。在公司我主要从事办公软件操作，文书档案整理归档工作，帮忙公司编写年鉴。有时也帮忙出去送一些文件，或者出去取一些资料。

同时我还接触了广告文案，记得上次实习的时我跟那个公司的婷姐学了点，索性也就带着再学，还帮了不少忙，出了不少点子。天气虽然冷，但是在那边人人对我很好很热情，这次能帮上忙真的从心底感到满足，也更自信。

在实习阶段后期，我协助秘书将单位xx年度公司资料进行了分类整理，从类别划分，确定保存正确，到用专门软件打印档案目录，装桢归档，我认识到学会现代化办公技术对于做好秘书工作是相当重要的。

实习期间我也很努力的将在学校学的理论知识转向实践方面，尽力做到与实践相结合。最值得鼓励的是，我和每一位员工的关系都处的很好，对储姐要求我做的每一件事也都做的很好。给他们都留下了一个很好的印象。

总是“书到用时方恨少”，平时还总觉得学的还不错，经过这次实习才明白我所了解的那些只是皮毛。像做一个广告文案，只有知识面越广阔才越能做的得心应手，当然，有一两

个专题是个性精通的就更好了。所以此刻觉得仍有很多知识要补，文字的东西总是相互关联，而又需要潜心积累的。

在短暂的实习过程中，我深深感觉到自己所掌握的知识的肤浅和在实际运用中专业知识的匮乏。在学校总以为自己学的不错，而一旦接触到实际，才发现自己明白的是多么的少，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。这也许是我个人想法，但是我们理解的教育和实践的确有很长一段距离。自己还真的就应再好好努力一下。此刻就边看书边练文笔，灵感上来就写写东西，还大胆发表。自认为这样学得很快，而且也有足够的动力。

### (三)心得、体会

获得工作上的进步只是其中的一部分，更重要的是，能在尚未走出校园时就有独立的工作和生活体验也无疑是难得而珍贵的社会体验。实习之后我最大的感想就是学校里面学的东西基本上是没什么实用性的。在实习的地方，什么都是从新开始。实习期间，我在公司里接触到的都是很实用的东西，不像课本知识那么理论而抽象。

而且，工作中很需要独立与人打交道的潜力。虽说一开始有人带，但困难天天会有，而且很多，因为是很实际的问题，很多时候也不得不茫然地应对。幸亏我有在小的广告公司实习过，总得来说在实习期还是很愉快的，更受到了很大的启发。自己感觉在知识、技能、与人沟通和交流等方面都有了长足进步。

总体来说，这次是对我综合素质的培养，锻炼及提高。实习中，我对广告日常管理工作有了进一步的了解，使我对广告有了深层次的感性和理性认识。我还学会了很多样办公自动化的运用。对档案管理这块也有了新的实践性的认识。

我坚信：只要用心发掘，勇敢地尝试，就必须会有更大的收

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的知识和宝贵的经验。现代社会注重复合型人才，我们学生需要在对专业知识精深的基础上，注重发展自己的多方面素质，提高自身的竞争力和价值。所以，我想我该学习充电的地方还是很多的！

在这次的顶岗实习中，我深深的感受到“社会”这个词。我不明白将来自己要应对的是什么样的工作，应对什么样的生活。但透过这次的实习，我意识到不管什么样的生活什么样的工作，我首先务必要做的就是应对自己，什么工作等等都是在战胜自己之后的事。

一个人在这个社会上生存，就必然会遇到这样那样的坎坷，没有必须的心理承受潜力和坚持应对困难的勇气与决心是不可能让自己长胜于他人的。社会远比我们想象的复杂，适应社会甚至站在社会之上，那更不是一件你我他随意能做到的事！

或许是这两个月在实习以外，应对的困难太多，肩负的压力太大，恍然自己还不足以肩负那么多的东西。这次的实习反而也让我开始有些害怕步入社会这个大群众中，开始更向往学习的生活。人，总是这样：身在其中，不知珍惜；抽身离去之时，方知悔己！

不管怎样样，我在实践中了解了社会，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，为我即将走向社会打下坚实的基础，所以还是很感谢广告公司为我带给这样一个学习和交流机会。