# 大学生假期实习报告范文

来源：网络 作者：心上人间 更新时间：2025-06-06

*读万卷书，行万里路。在大学接受了两年的教育，包括理论学习和实务操作，假期寻找实习单位，让自己所学的在生活中体现出来，同时增长见识，也就是理论结合实际，学以致用。为帮助大家学习方便，小编收集整理了大学生假期实习报告5篇,希望可以帮助您，欢迎借...*

读万卷书，行万里路。在大学接受了两年的教育，包括理论学习和实务操作，假期寻找实习单位，让自己所学的在生活中体现出来，同时增长见识，也就是理论结合实际，学以致用。为帮助大家学习方便，小编收集整理了大学生假期实习报告5篇,希望可以帮助您，欢迎借鉴学习!

**大学生假期实习报告1**

为期x周的钳工实习结束了，在实习期间虽然很累，但我们很快乐，因为我们在学到了很多很有用的东西的同时还锻炼了自己的动手能力。虽然实习期只有短短的x周，在我们x年的大学生活中它只是小小的一部分，却是非常重要的一部分，对我们来说，它是很难忘记的，毕竟是一次真正的体验社会、体验生活。

要进行钳工实习，安全问题肯定是摆在第一位的。通过师傅的讲解，我们了解了实习中同学们易犯的危险的操作动作。比如在车间里打闹嬉戏，不经师傅的许可便私自操作机床，以及操作时方法、姿势不正确，等等。一个无意的动作或是一个小小的疏忽，都可能导致机械事故甚至人身安全事故。通过这次钳工实习，我了解了金属加工的基本知识、基本操作方法。主要学习了以下几方面的知识：金属加工基本工种包括钳工、车工、铸焊工等的操作。

一、辛苦的钳工

在钳工实习中，我们知道了钳工的主要内容为刮研、钻孔、攻套丝、锯割、锉削、装配、划线;了解了锉刀的构造、分类、选用、锉削姿势、锉削方法和质量的检测。首先要正确的握锉刀，锉削平面时保持锉刀的平直运动是锉削的关键，锉削力有水平推力和垂直压力两种。锉刀推进时，前手压力逐渐减小后手压力大则后小，锉刀推到中间位置时，两手压力相同，继续推进锉刀时，前手压力逐渐减小后压力加大。锉刀返回时不施加压力。这样我们锉削也就比较简单了。同时我也知道了钳工的安全技术为：1，钳台要放在便于工作和光线适宜的地方;钻床和砂轮一般应放在场地的边缘，以保证安全。2，使用机床、工具(如钻床、砂轮、手电钻等)，要经常检查，发现损坏不得使用，需要修好再用。3，台虎钳夹持工具时，不得用锤子锤击台虎手柄或钢管施加夹紧力。

接着便是刮削、研磨、钻孔、扩孔、攻螺纹等。虽然不是很标准，但却是我们汗水的结晶，是我们两天来奋斗的结果。

钳工的实习说实话是很枯燥的，可能干一个上午却都是在反反复复着一个动作，还要有力气，还要做到位，那就是手握锉刀在工件上来来回回的锉，锉到中午时，整个人的手都酸疼酸疼的，腿也站的有一些僵直了，然而每每累时，却能看见老师在一旁指导，并且亲自示范，他也是满头的汗水，气喘呼呼的，看到这每每给我以动力。几天之后，看着自己的加工成果，我们最想说的就是感谢指导我们的老师了。

二、轻松的车工

车工不是由数控来完成的，它要求较高的手工操作能力。首先老师叫我们边看书边看车床熟悉车床的各个组成部分，车床主要由变速箱、主轴箱、挂轮箱、进给箱、溜板箱、刀架、尾座、床身、丝杠、光杠和操纵杆组成。车床是通过各个手柄来进行操作的，老师又向我们讲解了各个手柄的作用，然后就让我们加工一个主轴两个小轮和两个大轮。老师先初步示范了一下操作方法，并加工了一部分，然后就让我们开始加工。车床加工中一个很重要的方面就是要选择正确的刀，一开始我们要车个锉刀把。这对我们这种从来没有使用过车床的人来说，真是个考验。

不停的转动横向和纵向的控制手柄，小心翼翼的加工，搞了整整一个下午，自以为差不多的时候，准备在加以最后一刀，却操之过急，把圆弧的直径车小了!我痛心不已，惨啊!最难受的是站了一整天，小腿都疼起来。但当把车好的零件交给老师时那种成功的喜悦使我忘记了站得发疼得小腿。这种成功的喜悦只有通过亲身参加实习才能感受得到。

身为大学生的我们经历了十几年的理论学习，不止一次的被告知理论知识与实践是有差距的，但我们一直没有把这句话当真，也没有机会来验证这句话的实际差距到底有多少。钳工实习给了我们一次实际掌握知识的机会，离开了课堂严谨的环境，我们感受到了车间中的气氛。同学们眼中好学的目光，与指导教师认真、耐心的操作，构成了车间中常见的风景。久在课堂中的我们感受到了动手能力重要性，只凭着脑子的思考、捉摸是不能完成实际的工作的，只有在拥有科学知识体系的同时，熟练掌握实际能力，包括机械的操作和经验的不断积累，才能把知识灵活、有效的运用到实际工作中。钳工实习就是培养学生实践能力的有效途径。这里是另外一种学习课堂。通过我们动手，对掌握的理论知识进行补充与质疑。这与传统的课堂教育正好相反。这两种学习方法相辅相成，互相补充，能填补其中的空白，弥补其中一种的一些盲点。通过钳工实习，整体感觉实际生产方式还是相对落后，书本中介绍的先进设备我们还是无法实际操作，实习中的设备往往以劳动强度大为主要特征，科技含量较低，但还是有一些基本知识能够在实践中得到了应用。

三、危险的焊工

在电焊实习中，我们了解了电焊的实质，电焊机的组成与焊条的构成;学会了选用焊条的种类和如何操作电焊机。这次为期数天的电焊是我们参与实践活动的很重要的一部分，在老师的带领下通过一定的动手操作实践，掌握了某些技能，在这数天的实习中我对电焊的焊接操作等电焊常识等有了一定的了解和深刻体会。学到了很多在课堂没学到的知识，受益匪浅。

**大学生假期实习报告2**

今年上半年，我在\_公司进行了工商管理实习工作｡在实习中，我在公司指导老师的热心指导下，积极参与公司日常管理相关工作，注意把书本上学到的工商管理理论知识对照实际工作，用理论知识加深对实际工作的认识，用实践验证所学的工商管理理论，探求日常管理工作的本质与规律｡简短的实习生活，既紧张，又新奇，收获也很多｡通过实习，使我对日常管理工作有了深层次的感性和理性的认识｡

我所实习的\_公司是以水工､市政､工民建､路桥､安装工程等为主要经营项目的国有大型骨干建筑施工企业，回顾实习生活，感触是很深的，收获是丰硕的｡实习中，我采用了看､问等方式，对\_公司的日常管理工作的开展有了进一步的了解。

一、实习问题

市场观念和经营体制不适应公司快速发展的要求，市场开拓的步伐与企业快速发展的要求有差距;经营体制还不完善，经营队伍､经营人员的责权利还有待于进一步提高｡施工组织管理观念有待进一步转变，在施工过程中按照施工合同要求进行施工组织管理的意识不强，施工管理现状与施工管理科学化､规范化存在较大差距，只是我们有的项目在开工初级阶段和施工过程中难以进入状态，不能满足业主要求｡

成本意识不强，成本控制水平不高，个别项目不存在管理粗放､施工大手大脚的现象，向管理要效益､向科技创新要效益的意识还没有牢固树立起来，以至于我们的成本控制与先进的施工企业还存在较大的差距，市场竞争力不强｡对分包队伍的管理制度和管理程序化还不完善，在分包合同管理发面存在程序不衔接､管理不闭合的现象;项目部对分包队伍达管理的重视程度不够，在管理手段和制度落实上存在薄弱环节｡依法治企､依法维权和自我保护意识不强，不能够充分运用法律手段维护企业利益，特别是领导干部的法律知识和依法治企的意识还不适应市场经济的要求｡

二、实习建议

企业的发展取决于经营的质量和效果，只有广开源头，多揽工程，企业发展才有保障｡随着市场竞争的日益激烈，干好在建工程是承揽后续工程､开辟新市场的必然要求和前提条件｡因此，我们要进一步强化生产是经营继续的观念，干精品､打品牌，树立一流的企业形象｡

三、实习总结

短暂的实习转眼而过，回顾实习生活，我在实习的过程中，既有收获的喜悦，也有一些遗憾｡那就是对企业管理有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，加深了我对工商管理基本知识的理解，丰富了我的实际管理知识，使我对日常管理工作有了深层次的感性和理性认识｡认识到要做好日常企业管理工作，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相结合｡

**大学生假期实习报告3**

营业厅实习工作已经开始一周了，虽然时间不长，但我感受颇多，理解在服务行业工作中的不易。对营业厅内的工作人员有了更深入的了解。我们知道，中国移动的企业文化是“正德厚生、臻于至善”，这就要求我们的员工不仅是业务方面的能手，而且还应该是有爱心、有热心、有恒心的高素质员工。

通过前台实践工作使我对营业厅内的业务办理流程有了更深入的了解：理论来源于实践，实践能更好地检验理论。说起容易做起来难。在培训的学习过程中，我们总是不以为然。当自己真正上台操作时，才发现不是丢东落西就是手忙脚乱无从下手。可想而知，在以后的实际工作中，一定要脚踏实地，时刻保持谦虚谨慎的态度。此外，在熟悉业务流程之后，我发现有些流程过于繁琐及重复。这就导致在为客户办理业务时不能按照规定时期准确而快捷办理。也许这有可能引起了很多客户在业务受理过程中的不耐烦。在工作中我也碰到过，由于长时间的等待让他们产生了不满的情绪从而造成了冲突。所以，这一点应该引起我们的深思。

最近公司正在开展”优质服务迎奥运，喜迎盛事添欢心”营业厅服务提升活动，各营业厅要组织开展以”一迎二问三告知”要求每个营业员在接待用户过程中，务必做到”面带微笑”“站迎站送”，”双手递单”“唱收唱付”等等。我想到了培训第一天老师说的话，移动不是卖手机的，是卖服务的!确实，从它们的服务态度能够看得出来，移动之所以能够发展到今天这一步，离不开严格的规范和优质的服务。

既然我选择了这个行业，我就要对自己的工作负责，对移动公司所有用户负责，尽我自己的能力为客户提供更好更多的服务。

**大学生假期实习报告4**

20\_年\_月，我在\_汽车服务有限公司进行维修实习活动。在这\_个月的时间里，我对汽车维修服务站的整车销售、零部件供应、售后服务、维修以及信息反馈等有了一定的了解和深刻体会。临安立达汽车服务有限公司是一个拥有定点、配套、直接提供的一流维修设备：举升机、轮胎动平衡机、车身校正架、烤漆房等，还拥有先进的进口检测仪器：电脑检测仪、点火测试仪等，及使用于维修业务的计算机网络。宽敞、整洁的业务接待大厅和服务周到的客户休息室为客户提供舒适的环境，宽敞的维修车间，设置4个标准工位充分满足维修作业的需要。规格齐全，优质纯正的配件是\_系列车辆运行的安全保证。\_汽车服务有限公司是一个中型的汽车维修服务中心。主要维修：\_、\_、\_、\_等国内大众车型。

一、实习目的

1、熟悉汽车修理环境、修理工具。为将来工作打下基础。

2、通过现场维修实习和企业员工的交流指导，理论联系实际，把所学的理论知识加以印证、深化、巩固和充实，培养分析、解决工程实际问题的能力，为后继专业知识的学习、课程设计和毕业设计打下坚实的基础。

3、维修实习是对学生的一次综合能力的培养和训练。在整个实习过程中充分调动学生的主观能动性，深入细致地认真观察、实践，使自己的动手能力得到提高。

二、实习内容

这家公司不但拥有一批高素质、高技能的汽车维修技术人员，而且从国内、外购进一批先进的汽车维修检测设备。例如：电脑检测分析仪、喷油清洗设备等等。使得该厂软、硬件兼备且完善。

拥有完善的维修服务流程，流程如下：

1、汽车保养

汽车保养是很重要的，买的一辆新车，首先要懂得如何保养。汽车保养需要做的几项工作：

清洁汽车外表，检查门窗玻璃、刮水器、室内镜、后视镜、门锁与升降器手摇柄是否齐全有效。检查散热器的水量、曲轴箱内的机油量、油箱内的燃油储量、蓄电池内的电解液液面高度是否符合要求。检查喇叭、灯光是否齐全、有效，安装是否牢固。检查转向机构各连接部位是否松旷，安装是否牢固。检查轮胎气压是否充足，并清除胎间及胎纹间杂物。检查转向盘的游动间隙是否符合标准;轮毂轴承、转向节主销是否松动。检查离合器和制动踏板的自由行程是否符合规定。

检查轮胎螺母、半轴螺栓是否牢固可靠。起动发动机后，察看仪表工作是否正常，倾听发动机有无异响。检查车辆有无漏水、漏油、漏气、漏电等四漏现象。检查拖挂装置工作是否可靠。

机油的作用主要是对发动机进行润滑、冷却、密封、清洁、防锈、防腐若没有机油，汽车的心脏就不能正常运转。使用矿物油，一般5000公里换一次机油。正确的换油标准是以引擎运转时间来计算的。(自估平均时速：公里/小时)X(100小时/矿物油-200小时/合成油)=换油公里数。

汽车制动液检查与更换：汽车行驶一定的时间就要检查制动液，必要时需更换。制动液在使用一定时间后，会出现沸点降低、污染及不同程度的氧化变质，所以应根据气候、环境条件、季节变化及工况等及时检查其质量性能，做到及时更换。普通工况下，制动液在使用2年或5万公里后就应更换。原则上，不同型号的制动液不能混用，以免相互间产生化学反应，影响制动效果。不同车型，使用的制动液也往往不同。制动液有矿物油型制动液、合成型制动液等类型。合成型制动液具备很多优点被普遍使用。

此外，在更换制动液时应使用专业更换设备，这样更换制动液更彻底，不残留杂质，避免出现气阻，并能有效避免人工更换制动液常出现的问题。如制动发软、放液(气)阀的损坏。

2、发动机火花塞的更换

虽说在时间和行驶里程上没有更换机油要求得严格。但如果长时间不更换火花塞，也会影响发动机工作及寿命。火花塞一般分为两种，一种是普通型，这种火花塞使用寿命是两年或四万八千公里。另一种铂金火花塞，这种火花塞由于使用了铂金材料，因此寿命可达十二万公里或五年。大多数汽车的火花塞可以自己更换，尤其是四缸发动机更为容易。全世界的家用小汽车火花塞只有两种尺寸，你如果想自己更换火花塞，可到\_制定汽车零部件商店，报上你汽车的年代及型号，购买和你汽车匹配的火花塞，然后向服务生借用更换火花塞的工具便可自己更换。

3、汽车雨刷器常见故障诊断以及挑选方法

上刮100万次以上。据国际驾驶安全调查显示：雨天驾车，由老化雨刷引起的交通事故率比平常高出大约5倍!

这不，眼看着天气暖和了，雨季就要来了。如果您的雨刷器有什么故障，得赶紧想办法修复。我们特地利用周日的休息时间，走访了几家汽车修理厂的师傅们，得到的答案就是：对症下药根据雨刷不同的病症给以不同的诊断方法。

雨刷硬化：更换雨刷或橡胶片：不知您注意到没有?雨下得很大时使用雨刷感觉不错，可是当下小雨启动雨刷时，就会发现雨刷会在玻璃面上留下擦拭不均的痕迹;还有的时候会卡在玻璃上造成视线不良。这种情况表明雨刷已硬化。若排除此故障，应先了解一下雨刷的工作原理。原来，雨刷是借马达的转动作用，靠连接棒转变成一来一往的运动，并将此作用力传达至雨刷臂及雨刷本身。当雨刷的橡胶部分硬化时，雨刷便无法与玻璃面紧密贴合，或者雨刷一有了伤痕便会造成擦拭上的不均匀，形成残留污垢。

雨刷或雨刷橡胶片的更换很简单，但在更换时应注意，车型及年份不同，雨刷的安装方法及长度不同。有的雨刷只需要更换橡胶片即可。

1、雨刷臂如果是可立式的就立起来，如果是不可立的屏蔽式，先将玻璃面弄湿，当雨刷在较易更换的位置时将马达开关定在OFF。

2、雨刷的安装方法有U钩型、螺丝锁定型。钩型者只要将钩子拉起来雨刷即可拔下。

3、取下来的雨刷与新装的雨刷的长度比一比，看看是否相同，再观察一下安装方法是否相同。

4、将雨刷尽量按原来的方式插入，使其固定。

5、将挡风玻璃弄湿，观察雨刷的动作是否正常。

雨刷臂的故障，更换雨刷臂：雨刷借助雨刷臂弹簧的力量而与挡风玻璃紧密接触。当弹簧的张力变弱时，会由于高速行驶时带给挡风玻璃的强大风压而使雨刷浮起或挂在挡风玻璃上。为了彻底排除此故障，整组更新雨刷臂：

1、将雨刷臂安装部分的套子拆下来。

2、将固定用的螺帽转松后拆下。

3、将雨刷臂放于直立的状态，然后稍稍动一下就会脱落。

4、在新的雨刷臂上换上雨刷本体。

5、在雨刷的停止位置将螺帽转紧，最后将盖子装上就好了。

三、实习总结

虽然我们在这家公司实习的时间很短，但是我们在这家公司去学到了很多我们想学习到的知识，使我们对汽车行业有了更进一步的了解，我知道自己在学校学到的东西很少，还有很多是我们不知道的。在实习期间我们认真和师傅们学习汽车方面的知识，积极动手，培养了我们吃苦耐劳的精神，认真了解是车身的构造。完成了汽车拆装的目的，达到了我们实习的要求，我们在企业里，了解到很多企业文化和企业管理体制。使我们不紧在自己的专业有了突破，也在学习到许多关于企业管理方面的知识。总体来说我成功的完成了这次实习，为我以后的工作道路上起着很重要的作用。

**大学生假期实习报告5**

离开校园，步入社会。我们已经不再是生活在象牙塔里的人了。而今，到了我们依靠自己而努力的时候了。

一、实习目的

1、毕业生实习是为了完成学校规定的教学任务。

2、锻炼自己动手能力，熟悉企业中人力资源管理的运作体系和管理流程，将所学的理论知识运用于实践当中，加深理解并巩固所学专业知识。

3、了解企业需求，加深对企业的认识，适应企业工作环境，为今后工作打下基础。

4、提高自己认识问题、分析问题、解决问题的能力，为今后走向社会做好思想准备和业务准备。

二、实习时间

20\_年x月x日――20\_年x月x日

三、实习单位

\_有限公司

办公地址：

\_省\_市\_东路56号

四、实习单位概况

\_保险设备有限公司于19\_年6月23日在\_省\_市共和东路56号注册成立，公司成立之初主要经营保险柜档案柜，公司规模比较小，注册员工人数只有30人，注册资本258万元人民币。经过多年的发展，公司有了一定的改善，产品销售良好，在当地已是家喻户晓。公司本着诚信经营的宗旨，继续为社会服务。

五、实习内容

我的实习主要分为三个阶段：

第一阶段：从x月x日―x月x日，我主要是办理了相关的入职手续，接受了公司为期三天的培训，对工作做了简单的学习和认识。

刚到\_保险设备有限公司，公司文化、制度工作内容什么都不熟悉，公司主管和她的助理分别对我进行了系统的培训，其中主要讲到公司的产品、公司的制度、业绩、工作内容及人力资源管理用到的一些工具、注意事项和保险意识等内容。培训内容丰富，进度较快;讲授内容广泛而灵活，这让我能更快的适应接下来的工作。

第二阶段：从x月x日―x月x日，主要是在人力资源部主管的领导下学习日常人事管理，像员工打卡、统计员工工资、日常办公室表格的制作、公司招聘、新员工入职、老员工离职、培育新人等事务。

在公司平时没什么特别难的事要做，我的职责主要负责查看员工打卡记录。主要是看员工是否正常上下班，有没有早退或迟到的现象，因为公司还在发展阶段，很多东西还很不规范，还需要有人;通知一下上层领导交代的任务和指示。公司上层领导交代的任务和指示通常是发给主管的，她平时很忙，我在她手下做事，一般情况就是我帮她传达下去的，除非特别重要的任务，她才会亲自去传达;公司员工工资的统计和发放。主管第一次交给我这个任务的时候，我还很茫然，一方面公司有会计处，应该由他们去做，另一方面我也不知道如何去完成。但当主管说只是为了能让我学到更多的东西、锻炼一下我、让我放心大胆的去做时，我才鼓起勇气去做。我耐心细致的收集能构成员工工资的资料，像基本工资、加班工资、全勤奖和绩效奖金等，然后制成表格，交给主管审批，最后由我交给会计处去发放;新员工入职手续的办理和老员工离职手续的办理。\_保险设备有限公司员工流动比较大，经常有新员工进入或老员工离职的事件发生，而我作为学过人力资源管理专业，又是公司人事部的，自然要帮他们办理一些手续。其实我觉得人资这一块还是比较好做的，主要是拿一些基本资料给他们填，在他们不懂的时候再指点一下他们，填好后拿给主管审批，之后就没我什么事了。制作办公室表格。主管在不忙或者我当前工作急需用到表格的时候，会交我制作一些办公室表格，其实我在学校也学过一些表格的制作，像EXCEL、PPT等，但在工作中发现很多不适用，现在想想自己在学校学到的也只不过是一种方法罢了。主管就会耐心、细致的交我一些实用的办公室表格制作方法，好让我能运用它们去处理一些涉及到表格的问题。

其实让我觉得最感兴趣的事是我在公司实习的时候，公司因为自己的发展，人手不够，进行了一次招聘活动，我也很有幸的参与了，这让我知道了招聘的进行是那么的复杂。一个有效的招聘涉及到的步骤很多，像需求分析、成本预算、招聘方案制定、招聘实施、后续评估等一系列步骤，这其中还分很多，很细，这让我觉得自己所学专业终于体现出了它的价值，也让我懂得了每一件事的成功背后都不是那么容易的，自己以后要更加努力对待。

其它也就没什么事了，中间无聊了几天，经常反思自己，完善自己。第三个阶段：从x月x至结束，我离职过程及培养我的交接人。

因为自己实习快结束了，所以要培养出一个新人来顶替我的这个位子，我作为当事人，也必须承担起这份责任。后来公司找来个储备人才，但不是人力资管理专业的。我对他进行了3天的培训，让他跟着我身边学习，好让他更快的适应人力资源管理这份工作。

六、实习感悟

首先，感谢学校对这次实习的大力倡导和支持，感谢\_保险设备有限公司给我的这次实习机会，感谢\_保险设备有限公司人力资源部的所有同事在这段时间里给我的帮助和指导，也感谢所有对我的实习工作支持的公司其他部门的同事。这段时间的实习，我感受颇多。有句话说得好，“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”，书本学来的东西，终究是要经过实践的，实践才是检验真理的标准。

记得刚进\_有限公司的那几天，感觉一切都是陌生和全新的。陌生的面孔、新的工作环境和各种部门等等。企业不是学校，这是一个可以把知识转化为社会财富的“梦工厂”。在最初的几天里，办公室表格不会制作、复印机不会使用、招聘方案不会制定、工作流程不清楚、接听电话不知道如何回答、员工反映的问题也不能及时解决，这些都是在平时学过或者见过的，但现在什么都不会。一切都是从零开始，然后就是不断的请教和问，拿不定的就去找部门的主管确认。这让我感觉到，实际的东西与学校学得的书本知识差距还是很大的，书中都是一些纯理论，在实践中不一定都能运用上，有时实践没有理论想的那么理想，理论与实际的结合还是需要磨练的。

通过这一个多月的实习，对\_有限公司有了一定的了解，在人力资源管理制度的现状方面也有了比较全面的认识。根据这段时间所接触工作的内容和日常工作中所遇到以及通过观察所得，觉得\_保险设备有限公司在人力资源管理这块还存在着一定的问题，像公司人力资源管理制度不健全：人力资源管理的多个环节仍处于传统的人事管理阶段，没有形成规范的制度化;公司组织结构和岗位设置不合理：部门之间相互交错，因人设岗;公司员工的培训开发与职业生涯规划匮乏：公司重管理、轻开发，没有对员工做出一个清晰的职业生涯规划等，这些可能多多少少会影响到个人的发展，但后来反思意识到，公司正处于发展当中，很多事情还做不到那么正规化，对我来说公司只不过是提供了一个实习的平台，很多原因还应该从自己的身上去找，从那时，我才发现自己还有很多不足之处：第一，缺乏工作经验。因为自己缺乏经验，很多问题而不能分清主次，还有些培训或是学习不能找到重点;第二，工作态度有时不够积极。在工作中仅仅能够完成布置的工作，在没有工作任务时虽能主动要求布置工作，但若没有工作做时可能就会松懈，不能做到主动学习;第三，人力资源管理专业知识还不够扎实，实际操作能力还比较差，沟通协调能力需要进一步的提高，应对复杂的现实情况处理能力还很欠缺。发现了自己的不足，我想还应该从以下几方面来完善自己，弥补自己的不足。

1、自主学习。工作后不再象在学校里学习那样，有制度约束着，而是一切要自己主动去学去做。有时候寻求别人的帮助是必要的，但靠人终归是要靠自己，别人不可能帮助自己一切、一辈子，所以自己通过学习别人的工作经验，处事方法，多去思考，才是正确的。

2、积极进取的工作态度。自己要充分意识到：在工作中，不只为公司创造了效益，同时也提高了自己，象我这样没有工作经验的新人，更需要通过多做事情来积累经验。特别是现在实习工作并不象正式员工那样有明确的工作范围，如果工作态度不够积极就可能就没有事情做，所以平时就更需要主动争取多做事，这样才能多积累多提高。

3、做事应该踏实、细心。所有的领导都喜欢做事细心、踏实的员工，对于我们实习生而言，更应该认认真真的工作，毕竟我们又没有工作经验，现在有机会了就要从各方面锻炼自己。

4、建立有效沟通，与同事、领导之间建立良好的人际关系。沟通是门学问，是人跟人的相处，本来没那么困难，都是我们这文化和氛围里面常常扭曲了很多事情，弄的好像觉的人跟人沟通很困难，其实不困难，是不正常的扭曲，把我们的想法弄弯了，大家都这样想沟通就简单了。我们在公司里工作，与部门内人员、与领导、与其他部门的同事之间都应该建立有效沟通，与他们建立良好的人际关系，只有这样，我们才能以一个良好的心理状态投入到工作中去。

5、对工作充满热情和信心。不管在哪个行业，热情和信心都是不可或缺的。

热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗;耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精。激情与耐心互补促进，才能碰撞出最美丽的火花，工作才一能做到。刚开始进入一个领域，接触一份新的工作，都要有热情和信心，同时也要懂得主动出击，只有这样才能更好的与同事熟悉，更好的进入状态，融入工作。

6、学会独立思考问题，独立解决问题。在学校，有一个在各方面都很接近的群体，很多问题都比较容易沟通、较容易理解和能得到较好的解决。初涉社会，我们要面对各种各样的人，要面对形形色色的事，孤独无助时必须要发挥自身的主观能动性想办法，寻求一切可能的途径解决问题。

7、加强专业知识的学习。掌握专业知识很重要，这关系到在工作中的信心和解决难题的能力问题，自己必须加强专业方面的知识积累，拓宽知识面，让自己能更好的适应工作要求，尽量少出错。

实习就是一个发掘问题、检验知识、锻炼能力的过程，关键是能找到问题的要点和解决办法，不断在错误中成长。这段时间的磨练，使我懂得了企业人力资源管理运作的基本流程，对招聘工作也有了一定的了解，锻炼了实际操作能力，对以后的学习和工作都有很大的帮助，很感谢\_保险设备有限公司给予的这次宝贵的实习机会。虽然，这次短暂的实习结束了，但对我来说这只是一个开始。我坚信这段难得的实习经历将是我今后事业成功的奠基石。

style=\"color:#FF0000\">大学生假期实习报告

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn