# 工程造价周记(精选8篇)

来源：网络 作者：红尘浅笑 更新时间：2024-07-25

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。工程造价周记篇一实习第一个礼拜，算是适应期，工程造价实习周记。主要了解...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

**工程造价周记篇一**

实习第一个礼拜，算是适应期，工程造价实习周记。主要了解一些公司的背景、产品、发展方向等。另外，尝试更同事多沟通，从交谈中也能够学到不少东西。同事们都很热心，很照顾我，经常在我碰到困难的时候便主动伸出援助之手，令我非常感动。

几天之后开始在同时的帮带下，做一些业务相关的活，主要是在一旁协助处理一下简单的事情。也就是打基矗可别小看了这些活，虽说简单，但都是疏忽不得的，每件事情都至关重要，因为它们都是环环相扣的。为了保证最后能够成功，前面的每一步基础都要打好。

为了能够真正的学到知识，我很严格的要求自己去做好每一件事情，即使再简单的事情我都会认真考虑几遍，因此，虽然做得不算快，但能够保证让同事们满意。同事通常也不催促，都把任务安排好，然后便交给我自己去处理，同时还不时提供一些帮助。等慢慢熟悉起来，做起事情也越来越顺手了。

第一个礼拜的实习，我可以简单的总结为几个字，那就是：多看，多问，多观察，多思考!

一方面要发扬自主思考问题的能力，在碰到问题的事情，自觉努力去独立解决，这样对问题便能够有一个更深刻的了解，当解决的时候也会获益良多。

另一方面，要发扬团队精神。公司是一个整体，公司产品是团队的结晶，每个人都需要跟其他人更好的沟通和交流，互相帮助，合力完成共同的目标，团结众人的智慧才能够发挥最大的效能。

**工程造价周记篇二**

时间如梭 ，转眼之间我已经从学校走出来，暂时进入社会这个大舞台。从开始放假走出学校，我就一直在犹豫，是在家里专心准备接本考试，还是先找工作，一边工作，一边学习。后来经过我自己的深思熟虑，终于下定决心。要先用心学习考完试后再找工作。之后经过几个星期的努力，考试有了好结果。自己才松了口气，准备利用这几个月的时间走进社会，找个工作，检验一下自己在学校里学的知识是否能应用到实际的工作中，也想了解一下上班族的心情，工作状态，和那种巨大的工作压力。这对于在大学期间完全没有任何工作经验的我，也算是一种历练，也为将来自己找到更好的工作做准备。所以这次的实习，算是我的第一份工作，很难得的的经历。不知道工作中会遇到怎样的挫折，当然我知道这些担忧都是无用的，不管怎样都是我必须要经历，要面对的，只有靠我去奋斗去努力了。回忆起学校的日子，那里的压力没有在社会上的大，走上社会我们要面对的更多各种各样的问题，比如如何处理好与同事间的关系、领导间的关系，在学校我们学到的仅仅是一些理论知识而已，只有在社会上我们才能学到真正的知识。虽然我写的看似简单，但这都是我内心所想，所要做。若不拼搏永不会成功！

这一周对上一周的想法采取了具体的行动。家里帮我找了一个很不错的实习单位。单位虽说不是很正规，但对于我这种实际意义上的初学者来说，所是个不错的地方，方便我可以从基础开始学起。开始上班的第一天，师傅并没有交代给我任何的任务，只是带我去刚刚开始施工的工地看了看，了解了一下施工的大概过程、施工机械、施工方法等一些比较基础的问题。并且就地给我讲来讲关于独立基础的问题。看完工地师傅带我回到了公司，一进屋子感觉好不自在，好紧张，好拘谨。师傅把我介绍给大家认识，很奇怪大家没有任何反应，并不像我想象中的那样，感觉不是很欢迎我，心里有点小小的不安。但这些都没什么，不重要，刚来到一个陌生的环境都是这样的，你不能左右任何一个人的思想，所以不所谓啦。

这个星期没有安排工作给我。师傅看我有些基础，就让我自己照着图纸练习。用手算完工程量后，再用软件算一次，看看最后的数据是否一样。按照师傅的要求，我看是自己练习，师傅也没有时间指导我。就这样一个星期下来，我对于软件的熟悉程度有了很大的提高。继续努力！

刚刚来到新的公司，陌生的环境，陌生的人和事，让我感觉很不自在，很是拘谨，努力让自己的微笑减少少言语上的笨拙。第一天来到公司就不如我想象一般的顺利。从来没有过的被那么多人忽视的感觉，突然间发现跟人相处原来并不像我想象中的那么简单，这跟学生使其完全是两个概念，现在的人比起学校里同学的单纯真的相差太多。上一个星期算是来公司的第一个星期，是适合过度期。上一周，我用了四天的时间去熟悉图形算量软件，熟悉图纸，了解工程造价这项工作的步骤，基本职责。并且我自己可以用软件算量，数据跟手算的量完全一样。

这周依然如上周的工作一样，自己继续练习软件，不会的不懂的地方可以问其他同事，但是我现在还没有问过他们任何问题。和新同事的关系进展的也不如我想象的的那样顺利。这些都是次要的，最主要的就是我要在最短的时间内学好软件，能够应用自如。通过我自己的练习，我还学会了土方和基础这两部分在软件里的画法，这是在学校课堂里老师完全没有见过的知识。上班的时间练习算量，而下班的时间又要忙着修改毕业设计，写实习报告，真是及其忙碌的一个星期啊。

现在真的能够深切的体会到时间如流水，这句话了。转眼间又过了一个星期。又在公司里呆了一个星期，除了我自己的技术方面有所提高，其他方面均毫无进展，不过有些同事对我的态度有些许的改观，对我很好。她们的态度让我感觉没那么不自在了。这个星期师傅还安排我和其他几个同事，去上了广联达钢筋抽样软件的学习。还好在学校学习的知识还没有忘。因为上的基础班，老师讲的很细致。那么多的钢筋一根一根的画起来虽说是不难，但必须非常仔细的看图纸，看什么样的钢筋具体分布在什么位置。这次学习又在以前的基础上进行了加深、巩固。

工作了真的体会了当初在学校上课时老师学的话，有时间，有经历的时候不学，等到你真的想学的时候那就真的晚了。特别后悔大一的时候没能好好的学习施工技术那门课，还有大二上的结构力学，还有最难的钢筋。现在特别想回到学校里，再听一次课，再上一遍，可是这是不可能的。一味的后悔过去，倒不如努力的学习去赚取美好的未来。少壮不努力，老大徒伤悲，虽然知道意思，但从来没有在意过。现在好好好好的努力学，努力工作！

**工程造价周记篇三**

本站小编近日了解到，同学们正在进行工程造价顶岗实习，本站小编收集整理了一些关于工程造价顶岗实习周记的精彩范文，欢迎阅读与参考。

工程造价顶岗实习周记(一)

这次顶岗实习大约二十二周，时间很长。对于这次实习我很期待，希望我能有更多的收获和进步。这次实习将理论知识跟深入地与实际相结合，突破了书本上的限制，考验我们的能力。同时这次实习也是我们大三毕业生在毕业前的一项必要的经历，意义重大，是我们离开校园步入社会的考验。现在仔细想想，自己在学校里学的东西还真的是挺少的，进入社会去实习吧，总能够学习到一些知识，所以要认真对待这次实习。

第一周实习呢，总的来说也没干什么，也就是先到公司熟悉环境之类的。第一次到实习公司的时候，心里还是有点害怕的，毕竟对那里的环境还是比较陌生的，人也都不熟悉，需要适应环境。而且，总感觉自己什么都不会，就是怕自己看图纸看错了或是算量算错了。不过接下来和别的同事多多接触，慢慢的习惯就好了。同事们看我小，对我都很好。我有不会的东西，他们也都教我。实习呢，是一个很好的锻炼我能力的机会，我正好可以趁这次机会多锻炼自己。让自己在这次顶岗实习中学到更多的东西。

这次的实习，我主要学的是预算方面的。像我在学校里学的有关预算的知识都是很浅显的，我刚开始主要就是看一些有关预算的书籍，了解预算的一些规则，掌握最基础的工程预算。比如，工程造价定额计价方法与工程量清单计价方法就有区别的：预算定额，是规定消耗在合格质量的单位工程基本构造要素上的人工、材料和机械台班的数量标准，是计算建筑安装产品价格的基础。而工程量清单是表现建设工程的分部分项工程项目、措施项目、其他项目、规费项目和税金项目的名称和相应数量等的明细清单。定额计价采用的是工料单价法，而清单计价采用的是综合单价法。其实，要想算量，必须要把图纸弄透，把工程量计算规则牢记。这样做预算才更快一些。

虽然手里拿着图纸，但是看的也不是很懂。只是慢慢地看，慢慢地去研究。如果还有不懂不会的.地方就去请教别人。

工程造价顶岗实习周记(二)

实习中我主要做了看图纸、熟悉规范·定额，做简单的造价，预算，标书和在施工现场做材料员等实践。现在回头看，我还是做了很多工作。首先我简单的汇报一下，刚进公司我对规范，定额做了再次温故，详细的看了几个工程的投标过程，编写了一份标书。为了能更明白的了解设计者的设计原理，我将办公室里的图集看了个遍，对图纸进行了深入的研究，争取把每处不明白的地方都弄明白。看不懂图就不能做出合理的造价，所以看图确非常重要。然后我算了某个工程一部分的工程量，又对现行的工程进行了核量，虽然没有被采用只是试算。但我发现随着新的定额的推出、新价目的推出、新计算建筑面积规则的出现等，自己所学的专业知识用上的并不多，让我不得不重新学习新的计算方法。在这个信息爆炸的时代，知识更新的速度太快了，靠原有的一点知识肯定是不行的。我们必须时时刻刻在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。但也是有很大收获。

之后我也下工地进行了实践，在书本上学过的理论知识，似乎通俗易懂，但从未付诸实践过，等到真正做出一套大楼的造价时，才会体会到难度有多大;也许亲临其境或亲自上阵才能意识到自己能力的欠缺和知识的匮乏。有时我空出一部分时间观察施工过程。该工程是框架剪力墙结构，目前在基础施工中。我对其钢筋和基础桩做了深入了解。如切割，坡口加工，断桩情况等。为防治断桩的主要措施是混凝土浇注过程中，应随时控制混凝土面的标高，提升要准确可靠，并严格遵守操作规程。严格确定混凝土的配合比，混凝土应有良好的和易性和流动性，坍落度损失应满足灌注要求。我在工地还做了材料员。不过我只是简单负责结构材料领发，根据工长签发的领料单，在额度范围内发料，并做及时记录。这次实习对我来说是受益非浅的.我就快毕业走向社会了,相信这次实习对我日后参加工作有帮助.

通过实习这两个月期间，我验证和巩固充实所学的理论知识，加深了对相关内容的理解，接触课堂以外的实践知识，加深了解了对本专业的需要。培养了独立进行资料收集和解决问题的能力，拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而更多的是希望自己在工作中积累各方面的经验，充分展示自我的个人价值和人生价值。为实现自我的理想和光明的前程努力。

工程造价顶岗实习周记(三)

实习第一个礼拜，算是适应期。主要了解一些本站公司的背景、产品、发展方向等。另外，尝试更同事多沟通，从交谈中也能够学到不少东西。同事们都很热心，很照顾我，经常在我碰到困难的时候便主动伸出援助之手，令我非常感动。

几天之后开始在同时的帮带下，做一些业务相关的活，主要是在一旁协助处理一下简单的事情。也就是打基矗可别小看了这些活，虽说简单，但都是疏忽不得的，每件事情都至关重要，因为它们都是环环相扣的。为了保证最后能够成功，前面的每一步基础都要打好。

为了能够真正的学到知识，我很严格的要求自己去做好每一件事情，即使再简单的事情我都会认真考虑几遍，因此，虽然做得不算快，但能够保证让同事们满意。同事通常也不催促，都把任务安排好，然后便交给我自己去处理，同时还不时提供一些帮助。等慢慢熟悉起来，做起事情也越来越顺手了。

第一个礼拜的实习，我可以简单的总结为几个字，那就是：多看，多问，多观察，多思考!

一方面要发扬自主思考问题的能力，在碰到问题的事情，自觉努力去独立解决，这样对问题便能够有一个更深刻的了解，当解决的时候也会获益良多。

另一方面，要发扬团队精神。公司是一个整体，公司产品是团队的结晶，每个人都需要跟其他人更好的沟通和交流，互相帮助，合力完成共同的目标，团结众人的智慧才能够发挥最大的效能。

工程造价顶岗实习周记(四)

实习中我主要做了看图纸、熟悉规范·定额，做简单的造价，预算，标书和在施工现场做材料员等实践。现在回头看，我还是做了很多工作。首先我简单的汇报一下，刚进公司我对规范，定额做了再次温故，详细的看了几个工程的投标过程，编写了一份标书。为了能更明白的了解设计者的设计原理，我将办公室里的图集看了个遍，对图纸进行了深入的研究，争取把每处不明白的地方都弄明白。看不懂图就不能做出合理的造价，所以看图确非常重要。然后我算了某个工程一部分的工程量，又对现行的工程进行了核量，虽然没有被采用只是试算。但我发现随着新的定额的推出、新价目的推出、新计算建筑面积规则的出现等，自己所学的专业知识用上的并不多，让我不得不重新学习新的计算方法。在这个信息爆炸的时代，知识更新的速度太快了，靠原有的一点知识肯定是不行的。我们必须时时刻刻在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。但也是有很大收获。

之后我也下工地进行了实践，在书本上学过的理论知识，似乎通俗易懂，但从未付诸实践过，等到真正做出一套大楼的造价时，才会体会到难度有多大;也许亲临其境或亲自上阵才能意识到自己能力的欠缺和知识的匮乏。有时我空出一部分时间观察施工过程。该工程是框架剪力墙结构，目前在基础施工中。我对其钢筋和基础桩做了深入了解。如切割，坡口加工，断桩情况等。为防治断桩的主要措施是混凝土浇注过程中，应随时控制混凝土面的标高，提升要准确可靠，并严格遵守操作规程。严格确定混凝土的配合比，混凝土应有良好的和易性和流动性，坍落度损失应满足灌注要求。我在工地还做了材料员。不过我只是简单负责结构材料领发，根据工长签发的领料单，在额度范围内发料，并做及时记录。这次实习对我来说是受益非浅的.我就快毕业走向社会了,相信这次实习对我日后参加工作有帮助.

通过实习这两个月期间，我验证和巩固充实所学的理论知识，加深了对相关内容的理解，接触课堂以外的实践知识，加深了解了对本专业的需要。培养了独立进行资料收集和解决问题的能力，拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而更多的是希望自己在工作中积累各方面的经验，充分展示自我的个人价值和人生价值。为实现自我的理想和光明的前程努力。

工程造价顶岗实习周记(五)

一、顶岗实习单位简介

浙江天城建设工程有限公司现有注册资金2024万元。固定资产1477.9万元，流动资金8688.4万元，公司下设有分公司，共有职工1168人，一、二级建造师30人。具有工程技术人员158人，其中高、中级职称人员32人。拥有相适应建筑工程施工设备机械156台(套)，总功率为4592.6千瓦。十几年来公司在省、市、县有关部门的关心和支持下，企业的规模逐年扩大，综合能力不断提高，使企业步入了正规化，专业化的轨道。同时加强企业内部管理制度，先后培训了一批技术骨干，并向社会招聘了一批优秀的高级专业人才，使公司的形象在实践中不断提高，在稳定中求得发展，公司建立了一套以总经济师为主的经营管理责任制，以总工程师为主的生产指挥管理制，以总会计师为主的经济核算管理制，健全了各类工作岗位目标责任制，在质量、安全、技术施工管理及财务部门都明确了各自的管理职责，真正充分发挥了领导的决策才能与职能部门的作用。先后承建：给排水工程、管道、桥梁道路、古建筑、小区市政配套、景点开发、公墓等工程。

上述工程无论在竣工时间，工程质量和使用功能上都受到用户和有关部门的好评。几年来，工程质量竣工验收合格率达100%。优良率达70%以上，均未发生过重大安全事故，曾多次荣获建筑部门颁发的质量管理荣誉奖。并连续多年被省、市、县授予先进企业和“重合同、守信用”二a单位，被财税部门评为“a级纳税信用”企业。

目前所处的岗位是资料员，但是不是主要做资料，主要在现场观摩学习，作为作为实习生，也没什么重要的事情让我着手干。

二、顶岗实习照片(略)

三、实习内容及过程

我这几个月来的实习任务主要是施工现场资料员和预算员。其实做得最多的还是在施工现场观摩，熟悉施工环境并且结合施工现场学会更好地识图。

**工程造价周记篇四**

本站发布精选工程造价实习周记范文，更多精选工程造价实习周记范文相关信息请访问本站实习报告频道。

实习日记1

今天来到公司都迟到了，公交车错过了几趟，好在也没迟到好久，通过今天上班的所见所闻自己对造价这一方面也有了自己的一些见解。

从事建筑工程预算很重要的一点是要真正学会看懂图纸。通过这段实习期间的练习，我总结了几点关于看图纸的经验：首先，看图纸时应该总体阅览一下总说明及其有关于此套图纸的补充和联系单等，其实较完整的翻阅一下整套图纸是很重要的，这样心里会对它有一个整体的了解，知道自己所算的是什么样的建筑，万万不可拿到一份图纸没仔细看说明就开始埋头苦干，那样可能会造成事倍功半的效果。其次，算工程量时要从基础一步一步的算起，扣除该扣的，比如后浇带每层都应扣除，加该加的，如上翻梁之类的。不可以像以前一样挑自己喜欢的先算了，要一点点的算，这样漏掉的会少点，省得到后来再去翻算，这样会更麻烦，同时也比较容易出错。第三，每层都有不同的东西，要细细研究，不要急，不要自己嫌麻烦，因为工程量小而忽略不计。宁可先算了，以后不计入价了再删。这些是计算工程量时该注意的一些细节。要想掌握好预算这一行的技能，还是比较难的，不过我相信在师傅的帮助指点下，自己加倍努力，我会一步步前进的。事实证明，生产实习工作中只有通过不断的努力、不断的尝试、不断的积累，才能发现自身的不足，在弥补不足的同时，便实实在在的提高了自己。所以，不管怎样，努力去做，告诫自己：只要用心，就能做得更好!

实习日记2

今天，吴老师要出差，临走前把她新领的任务交给我，叫我先试着做做，初算一下，把资料准备好、整理好。我凭着对待新事物的兴奋和尝试的冲动，接受了任务，刚开始做着还比较顺利，每天都要算很久，后来发现事情越做越多，找了下原因，发现原来是自己没有安排好计划，几个项目掺在一起便没了头绪，这样不仅事情没法完成，还给自己平添了许多无谓的负担，得不偿失。我和李华重新从熟识图纸开始，接着收集资料(包括施工规范、设计文件、勘测资料和各种定额、验收规范等)。读透定额，掌握相应定额工程量的计算内容及方法和调整系数的关系后，计算相应分部工程量。其实我发觉前辈们做事很值得学习的，前辈们做事很讲究条理，前辈们遇到问题会一步步去解决。而不是惊慌失策。多和同事交流，同事们都有丰富的工作经验，能从中学到不少社会经验，也可避免走一些弯路。在这里，要勤学好问，多与人交流，要以诚待人，这些都让我学到了很多。

这次参与就业实习，是我第一次正式与社会接轨，踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每天在规定的时间上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事。我们的肩上开始扛着责任，凡事得谨慎小心，否则随时可能要为一个小小的错误承担严重的后果、付出巨大的代价，再也不是一句对不起和一纸道歉书所能解决的。

实习日记3

从事造价这一段时间来，我发现我在学校里学的广联达算量软件只是一些皮毛，可以说是基本上都不会。我的计划是先学会手算，手算学会之后再去学算量软件，打算从网上搜索一些相关视频来学习下，我想那样应该会容易点。虽说现在要学的东西有很多，但也只能一步步慢慢来，学会一样再去学另一样，操之过急的话可能到头来什么也没掌握好。我现在的目标是稳扎稳打，步步前进。争取在公司早日立足下来，现在刚开始做预算是用手算的，手算是很考验人耐力的，像一个工程要计算的地方有很多，不能随便舍弃，任何地方都要细心的对待，如果我一着急就会让自己很不细心的犯下一些错误，昨天忙得一塌糊涂，把数据拷回家，白忙乎了大半夜，也没算出个之乎者也。今天我和李华先从图纸上下手，我搬来整套图纸开始仔细阅读图纸，由于图纸量比较大，有一些地方要看好几遍才能看懂，对于一些看的不是很懂的地方我及时做好笔记，等着请教师傅。一天的时间在不知不觉间过去了，又一次看图纸看的这么累，深深体验到了工作的辛苦，发现在学校里的生活是相当的安逸，心里也有了一些想法。看图纸就花了我好多时间，不懂的地方还真的是很多，感觉到还有很多地方要加强学习。感觉自己在学校的时候还是不够努力哦。了解整个工程之后，就开始计算工程量了，先算平整场地，然后计算挖基础土方，土方回填，基础工程算完之后算砌筑工程等等。具体的我也不一一道来了，计算基本的工程量都还是不难的，主要就是一些复杂的地方不会算，遇到不会的地方就等请教师傅了。

实习日记4

今天到达公司后，陈老师告诉我，又有一个新工程要计算了。陈佳老师刚刚把工程的资料拿到手，分给我和李华一些看看，叫我们协助她完成。

我领受任务后，就马上先去看总说明，看完图纸的建筑说明之类的，对工程的具体情况也有了大致的了解：建筑工程名称是郊区巴山屠宰场，建设地点是群星村，建筑面积为两万多平方米，结构类型为框架结构，建筑层数为2层，建筑高度是8米。说是屠宰场，其实里面的结构就和厂房差不多的，基本上是空旷的，像墙体什么的很少，计算的工程量可以说是挺小的，所以说心理面还是比较有信心的，相信自己能把一整套图纸都计算下来。接下来我又大致看了下整套的图纸，心里大概也有了个底，就开始正式计算工程量了。

通过这次参与计算工程量才知道自己在学校里计算工程量的步骤和公司里的不同，像在学校，一般是挑自己会算的和简单的先算，好像也没具体分类，感觉比较的杂乱，很容易遗漏掉一些东西，准确度自然也就不高。而现在，在师傅的指导下，知道该怎样一步步来计算，先计算什么，后计算什么都有了计划。哪些部位是算体积，哪些部位是计算面积，在计算中都知道区分。在慢慢计算中也能发现一些新问题，碰到不会算的再去请教师傅，一整套图纸算下来感觉还是比较顺手的，虽说还是存在有错误，但通过错误的教训，对知识点就能有更深刻的认识和体会。

实习日记5

今天早上一大早温度就很舒服，这样的天气心情也好了许多。现在是我实习的第三周了，为了提高我的实习效率，我打算改变的的做事态度与做事的方式。

今天在办公室我依旧是看那些定额与价目表，看的困了我就换换别的书本，我随身所带的就有一本土木工程预算的房屋构造学。我今天开始变被动为主动，我给一段时间就在同事们边转转，一方面是看看特闷是怎样作图的，做的都有哪些项目;一方面我等看他们那个有什么需要，主动帮他们，这样可以和同事们拉近关系，让他们对我有好的印象，有空闲时间的时候就可以问他们预算方面的知识，那个时候说话也就不那么拘谨了，可谓是一举好几得啊!!我看这样对一个新手说很值得。这样的一天!下来，就我自己感觉他们不管对我是好印象还是坏的看法，总之我的目的有个进步，我觉得有成果!!继续会更好!离开学校也有一段时间了，不知不觉实习也有了一段日子，我常常在想自己实习这段时间以来自己学到了些什么，得到了些什么，每每想到这些问题的时候自己就绝得自己还需要更加的努力才行，加油吧，努力实习争取学到更多的知识。

**工程造价周记篇五**

工作内容及心得体会：

第一周实习，总的来说也没干什么，也就是熟悉熟悉环境、看看书之类的。第一次到实习公司的时候，心里还是有点害怕的，因为要经过严格的面试和笔试、，毕竟我在学校主要学的是房屋建设方面，现在让我做电力建设方面的，我还是比较陌生的，我想想自己平时在学校也没怎么学习，哪里会做呢？但想想应该造价都应该差不多，所以咬牙就在这呆下来了实习也是我第一次与专业有关的实习，心里挺感慨万千的。

这次的`实习，我主要学的是土建预算方面的。像我在学校里学的有关预算的知识也不多，我刚开始领导给了我几本江苏省电力建设的地方定额，主要就是熟悉一下电力建设的基本内容，了解预算的一些规则和套价，掌握基础的工程预算，同时也给了我一部分图纸给我结合书看。看了才发现电力建设和房屋建设的差别还是有很大差别的。

来到这里才发现自己以前在学校学的东西挺少的，那简直叫九牛一毛，社会上要学的东西太多了，专业知识、综合知识、为人处事等等。一周的时间很快就过去了，原以为实习的日子会比较枯燥的，不过老实说第一周的实习还是比较轻松愉快的，呵呵，俗话说万事开头难，我已经迈出了第一步了，在接下去的日子里我会继续努力的。

工作内容及心得体会：

新的一周的实习生活又结束了，我已经慢慢适应了新的环境，渐渐的融入了工作中，在这一周里总体我还是有收获的，实习结束后有必要好好总结一下。第一周实习也没做什么，第二周指导师傅给了我三本电力建设行业的行业定额书，同时也把面试时的图纸给了我让我边看定额边学着计算，这就算是正式开始学预算。拿到定额书我没有急于的开始计算，而是先把定额书里的计算规则看了一遍，然后把图纸看了一遍大体了解要算的工程量，才开始了我的预算之路，由于对计算规则的不熟悉和对图纸很多地方的不懂，所以只能边看边计算。所以计算速度可想而知了，虽然慢是慢了点但我一点都不在乎，因为我知道学习的过程是漫长的不是一天两天就可以学会的，要慢慢来“心急吃不到热豆腐”。本来我们这个专业就是要有很好的耐力，像一个工程要计算的地方有很多，一急就会漏掉很多，在慢慢的计算中我就发现了自己太多的问题，很多不懂感觉压力挺大的，但我必须接受这过挑战。下定决心后我就把书籍和图纸结合看同时把学校的计算例子也拿来对照，实在不懂的地方就问师傅和同事，他们都很乐意给我讲解，对于我提的问题他们都建议我去现场看看，但我要一个月后才可能去现场，想想其实一个月也挺短的，这一个月在公司就好好熟悉计算规则和图纸，经过这周的计算我发现其实电力建设和我再学校学的也有很多相似的，只是很多东西是我在学校从没遇到的，所以在以后的日子里我要多多的看书学习。

第二周就在忙碌而充实中度过了，期间脑海里有过一些想法，对自己未来要从事的工作有过思考，尽管现在只是一个想法在脑海里，但我相信有了这个想法我会更努力的学习。

工作内容及心得体会：

很快两周的实习生活过去了，第三周的实习生活又紧张而忙碌的开始了。这一周所做的事和上周基本一样，早上上班提前半小时去把办公室打扫干净，把开水烧好，然后就开始做自己的事情。在这一周感觉没有没有前两周学着那么吃力了，慢慢的熟悉了图纸和20xx版电力行业定额，根据计算规则计算就可以了，计算速度也提上来了，估计这周可以把空压机房的工程量算完，到本周四我就把图纸算完了，于是整理了一下就拿给师傅检查了一下，师傅看完了跟我指出了我有一些地方漏算的，如一些预埋铁件我没有注意到，装饰算错了等一些问题，然后叫我回去好好在看看图纸和定额书把算量补全。

把漏算的东西通过查看图集和看计算规则慢慢的把它部全和修正后，徐师傅又找了一套图纸给我叫我核对一下我们公司于业主方的概算方面的方法差异，叙师傅给的是一份她做过的电子工程量，这中间的差异就是使用的方法不一样，但结果都一样，通常情况都是我没直接用计算式表达出计算结果，但业主方打破了传统的方法他们直接用excel工作表就表达出来了，看着非常的简介工整舒服，通过核对比较我发现这个不是适合每一个人的，他这个表达方法需要我们非常的熟悉办公软件，才会很快，不然就会工作效率非常低，[工程造价管理实习周记]但这是一个非常好的思路，值得我们借鉴。

总的通过这次计算，我的收获还是挺多的，比如以前没有接触过预埋件，这次在这里接触到了而且学会了一些基础的埋件标号，如：“l75x10”的预埋件，表示的就是：75乘75mm的10mm厚的等边角钢，如果不是等边角钢就要书写成：l75x45x10等。还有就是初步了解了预埋铁件的重量是可以查金属词典得到的。

生活并不简单，我们要勇往直前！再苦再累，我也要坚持下去，只要坚持着，总会有微笑的一天。

工作内容及心得体会：

很快一个月的时间就这么过去了。原本以为可以很快就去现场实习了，但这一周公司把我从本部大楼调到了我住宿小区这边的办公楼学习，来到这边我和另一个新来的都被安排在会议室学习，这边的汪师傅就带我们介绍了这边所有经营部的师傅给我们认识，在这边总共有两位师傅是土建方面的师傅，其他都是搞安装、电气、燃机方面的师傅。所以不言而喻汪师傅就成了我在这边学习的指导老师了。

第一天熟悉环境后，我们就回会议室完成在大楼没完成的任务，第二天汪师傅看我们完成了工作就拿来了一份：“淮阴燃机300mw热电二期工程”的工程量分包结算给我们，叫我们对照图纸审核工程量，我不知道这是不是公司给我们布置的真正的工作，但我非常认真的对待这次审核工作，因为我知道这是一次很好的学习机会，在这次审核工作中我主要负责“补给水升压泵房、汽化风压机室、综合管道支架”这三份图纸工程量的审核，刚刚拿到图纸一看感觉应该比较简单，但当我下手去审核时才发现，其实不是想像的那么简单的，首先我们要跟着别人的思路去检查别人有没有算错是很费时的，有时一个工程量就够我思考很久，慢慢的我在不断的审核中摸索出自己的工作思路，那就是遇到看不明白的就自己算一遍，如果结果一样就说明是正确的，不一样就按自己的来计算，这样我的工作效率就提升上去了。还有就是我们在审核时不要拿到图纸就急于去审核，我们要先熟悉图纸，把图纸上的文字说明和详图仔细看一遍才下手审核，这样可以帮我们在审核中避免错算，比如：有一些工程量变更、图纸变更等都会造成我们的审核错误。

工作内容及心得体会：

又是一周快过去，在单位呆已经不知不觉进入了第二个月了。时间过得真快，怎么自己都没有感觉呢？回想这周所做的事情一定要好好终结终结。记录下在这里的点点滴滴。

这周实习主要学习怎么运用博微电力工程造价软件。平时在学校都是接触的是广联达、晨曦、鲁班软件，从没遇到过什么博微软件，哎，反正不管多学总没坏处。同事拿来了光盘和加密锁，为我安装了软件。之后同事先自己操作一遍，然后让我再自己操作。让我不懂先看说明书摸索着学习，如果实在看不懂就去请教指导师傅。慢慢的其实发现也没有想象中那么难学，都跟学校学的差不多，只是有一点点变化而已，这就更加增强了我学习的信心。摸索没多久师傅就让我把上周审核的工程量在软件上试着套价，他说这样才会发现问题，掌握问题，不断在工作中得到新的知识。

在这次的学习软件和套价中，首先，我们要学会查阅其他与造价有关相关书籍和各种文件资料，比如要知道人工、材料、机械等的调整系数是在哪里查阅，各种费率的取定等等，都需要我们对基本知识掌握和对查阅资料的熟练，这样才会在工作中提高效率。其次我没还必须在套价前做好准备工作，那就是我没审核工程量时，要把混凝土等的强度等级，碎石粒径一定要搞清楚，是标注在工程量计算书上，否则套价时会非常麻烦，因为我们套价时要知道套什么强度、什么粒径的混凝土等，所以算工程量时把该标的都标清楚。

这一周还是过得比较充实的，加油，为了美好的明天，加油、加油。

**工程造价周记篇六**

又到星期五了，时间过的好快啊，因为礼拜一是中秋节所以我们单位放假，因此我的时间减少了一天，使得这个礼拜过的很忙碌。

这个礼拜，我忙着上个礼拜的未完的工程，由于上周出错了，所以周二我打算重头开始计算。这一次，我看的很认真，发现了许多的问题，但是这礼拜同事们都去旅游了，我的师傅也去了，留下来的就只有严工和徐工了，但他们也不是都在办公室，经常跑出去看现场。所以一有时间我就去问。进过了四天的时间，让我终于完成了上周的工作，柱、梁、板、墙体基本完成了。在这次的操作中让我更深刻的学习了柱、梁、板、墙体的计算规则，同时也让我加深了品茗软件的操作技巧，相比较上个礼拜，我现在的操作已经算是快速了。以下是我应用品茗的一些体会：1在图形算量中，对柱的位置的确定的时候，可以按住ctrl键加然后左键按住柱。2在工程量计算中，踢脚线的计算中，第一次计算工程量的时候柱子的工程量已经包括在其中，但是柱子的踢脚线的工程量又计算了一遍。（刚开始我这里就重复了一边）3不懂就不要乱点击（一次我不小心点到了品茗捕捉之后不能复制了）4在进行板的.绘制的时候，要将其覆盖所有的构件！！！用直线画，不要用点绘制。一定要将柱子和梁覆盖完整。(这点是同事告诉我的）5在查看柱的位置是可以点偏心设置，这样方便查找。（只是教程讲的）就这样吧，在以后的学习品茗软件，我把自己的一些体会记录下来，这些以后就会成为我的财富。加油！软件这东西还是多多运用 熟能生巧，也加深对软件的记忆。

又到星期五了，时间过的好快啊，因为礼拜一是中秋节所以我们单位放假，因此我的时间减少了一天，使得这个礼拜过的很忙碌。

这个礼拜，我忙着上个礼拜的未完的工程，由于上周出错了，所以周二我打算重头开始计算。这一次，我看的很认真，发现了许多的问题，但是这礼拜同事们都去旅游了，我的师傅也去了，留下来的就只有严工和徐工了，但他们也不是都在办公室，经常跑出去看现场。所以一有时间我就去问。进过了四天的时间，让我终于完成了上周的工作，柱、梁、板、墙体基本完成了。在这次的操作中让我更深刻的学习了柱、梁、板、墙体的计算规则，同时也让我加深了品茗软件的操作技巧，相比较上个礼拜，我现在的操作已经算是快速了。以下是我应用品茗的一些体会：1在图形算量中，对柱的位置的确定的时候，可以按住ctrl键加然后左键按住柱。2在工程量计算中，踢脚线的计算中，第一次计算工程量的时候柱子的工程量已经包括在其中，但是柱子的踢脚线的工程量又计算了一遍。（刚开始我这里就重复了一边）3不懂就不要乱点击（一次我不小心点到了品茗捕捉之后不能复制了）4在进行板的绘制的时候，要将其覆盖所有的构件！！！用直线画，不要用点绘制。一定要将柱子和梁覆盖完整。(这点是同事告诉我的）5在查看柱的位置是可以点偏心设置，这样方便查找。（只是教程讲的）就这样吧，在以后的学习品茗软件，我把自己的一些体会记录下来，这些以后就会成为我的财富。加油！软件这东西还是多多运用 熟能生巧，也加深对软件的记忆。

**工程造价周记篇七**

本站发布工程造价实习周记范例，更多工程造价实习周记范例相关信息请访问本站实习报告频道。

工程造价实习周记（一）

实习中我主要做了看图纸、熟悉规范·定额，做简单的造价，预算，标书和在施工现场做材料员等实践。现在回头看，我还是做了很多工作。首先我简单的汇报一下，刚进公司我对规范，定额做了再次温故，详细的看了几个工程的投标过程，编写了一份标书。为了能更明白的了解设计者的设计原理，我将办公室里的图集看了个遍，对图纸进行了深入的研究，争取把每处不明白的地方都弄明白。看不懂图就不能做出合理的造价，所以看图确非常重要。然后我算了某个工程一部分的工程量，又对现行的工程进行了核量，虽然没有被采用只是试算。但我发现随着新的定额的推出、新价目的推出、新计算建筑面积规则的出现等，自己所学的专业知识用上的并不多，让我不得不重新学习新的计算方法。在这个信息爆炸的时代，知识更新的速度太快了，靠原有的一点知识肯定是不行的。我们必须时时刻刻在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。但也是有很大收获。

之后我也下工地进行了实践，在书本上学过的理论知识，似乎通俗易懂，但从未付诸实践过，等到真正做出一套大楼的造价时，才会体会到难度有多大；也许亲临其境或亲自上阵才能意识到自己能力的欠缺和知识的匮乏。有时我空出一部分时间观察施工过程。该工程是框架剪力墙结构，目前在基础施工中。我对其钢筋和基础桩做了深入了解。如切割，坡口加工，断桩情况等。为防治断桩的主要措施是混凝土浇注过程中，应随时控制混凝土面的标高，提升要准确可靠，并严格遵守操作规程。严格确定混凝土的配合比，混凝土应有良好的和易性和流动性，坍落度损失应满足灌注要求。我在工地还做了材料员。不过我只是简单负责结构材料领发，根据工长签发的领料单，在额度范围内发料，并做及时记录。这次实习对我来说是受益非浅的.我就快毕业走向社会了,相信这次实习对我日后参加工作有帮助.

通过实习这两个月期间，我验证和巩固充实所学的理论知识，加深了对相关内容的理解，接触课堂以外的实践知识，加深了解了对本专业的需要。培养了独立进行资料收集和解决问题的能力，拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而更多的是希望自己在工作中积累各方面的经验，充分展示自我的`个人价值和人生价值。为实现自我的理想和光明的前程努力。

工程造价实习周记（二）

实习第一个礼拜，算是适应期。主要了解一些公司的背景、产品、发展方向等。另外，尝试更同事多沟通，从交谈中也能够学到不少东西。同事们都很热心，很照顾我，经常在我碰到困难的时候便主动伸出援助之手，令我非常感动。

几天之后开始在同时的帮带下，做一些业务相关的活，主要是在一旁协助处理一下简单的事情。也就是打基矗可别小看了这些活，虽说简单，但都是疏忽不得的，每件事情都至关重要，因为它们都是环环相扣的。为了保证最后能够成功，前面的每一步基础都要打好。

为了能够真正的学到知识，我很严格的要求自己去做好每一件事情，即使再简单的事情我都会认真考虑几遍，因此，虽然做得不算快，但能够保证让同事们满意。同事通常也不催促，都把任务安排好，然后便交给我自己去处理，同时还不时提供一些帮助。等慢慢熟悉起来，做起事情也越来越顺手了。

第一个礼拜的实习，我可以简单的总结为几个字，那就是：多看，多问，多观察，多思考!

一方面要发扬自主思考问题的能力，在碰到问题的事情，自觉努力去独立解决，这样对问题便能够有一个更深刻的了解，当解决的时候也会获益良多。

另一方面，要发扬团队精神。公司是一个整体，公司产品是团队的结晶，每个人都需要跟其他人更好的沟通和交流，互相帮助，合力完成共同的目标，团结众人的智慧才能够发挥的效能。

实习第二周开始，已经逐渐进入状态。开始独立接触一些业务，公司也知道对于销售，我是一个很新的新手，所以刚开始让我做的，主要是通过电话跟客户沟通。

现在开始便需要跟客户交谈，要能够很好的领会客户的意图，同时准确的向客户传达公司，以及公司产品相关的信息。这就要求我对公司本身的一些业务流程和产品特点有相当的熟悉。于是每天上班我都会比同事去的早一些，准备一些资料在身边已被随时查阅，当然如果这次信息能够放在脑子里那就更好了，于是我一有空就多看几遍，慢慢的熟记在胸。

工作进行的还是比较顺利的，通常每天都要接受好多个电话，电话通常都较短，只需要简单的作一些相关的介绍即可，当然也有些客户需要更详细的信息，于是我需要对全局都做一番描述，力图让对方更深的了解我们的产品，最重要的是让他们觉得我们的产品是非常出色的。虽然自认为口才并不好，但我能够把事情描述的比较清晰，如此也令客户满意。而每次让客户满意的挂电话的时候，自己心里都会觉得很踏实，虽然已经讲的口干舌燥了，但一想，也许我刚才一番话就搞定了一笔生意，即使再辛苦也是值得的。

工作都是辛苦的，特别是周末前的一两天，电话特别的多，似乎大家都想在周末前做完一些事情，等到放假的时候可以安心的休息。

电话一多就容易乱，幸好有同事在旁边一同应付，更多的时候他们帮我，有时候我也帮他们。大家互相帮助也使问题容易解决得多了。

周末的时候，经理请我吃了一顿饭，对我关照有加，并表示对我这段时间的工作非常满意。

**工程造价周记篇八**

学 号：2011090118

专 业：工程造价专业

班 级： 工程造价专业01班

指导教师： 赵晓明

作为工程造价专业的大学生，我很荣幸能够进入工程造价专业相关的岗位实习。相信每个人都有第一天上班的经历，也会对第一天上班有着深刻的感受及体会。尤其是从未有过工作经历的职场大学们。

头几天实习，心情自然是激动而又紧张的，激动是觉得自己终于有机会进入职场工作，紧张是因为要面对一个完全陌生的职场环境。刚开始，岗位实习不用做太多的工作，基本都是在熟悉新工作的环境，单位内部文化，以及工作中日常所需要知道的一些事物等。对于这个职位的一切还很陌生，但是学会快速适应陌生的环境，是一种锻炼自我的过程，是我第一件要学的技能。这次实习为以后步入职场打下基础。第一周领导让我和办公室的其他职员相互认识了一下，并给我分配了一个师父，我以后在这里的实习遇到的问题和困难都可以找他帮忙。

一周的时间很快就过去了，原以为实习的日子会比较枯燥的，不过老实说第一周的实习还是比较轻松愉快的，嘿嘿，俗话说万事开头难，我已经迈出了第一步了，在接下去的日子里我会继续努力的。生活并不简单，我们要勇往直前！再苦再累，我也要坚持下去，只要坚持着，总会有微笑的一天。虽然第一周的实习没什么事情，比较轻松，但我并不放松，依然会本着积极乐观的态度，努力进取，以最大的热情融入实习生活中。

虽然第一周的实习没什么事情，比较轻松，但我并不放松，依然会本着积极乐观的态度，努力进取，以最大的热情融入实习生活中。

过一周的实习，对自己岗位的运作流程也有了一些了解，虽然我是读是工程造价专业，但和实习岗位实践有些脱节，这周一直是在给我们培训那些业务的理论知识，感觉又回到了学校上课的时候。虽然我对业务还没有那么熟悉，也会有很多的不懂，但是我慢慢学会了如何去处理一些事情。在工作地过程中明白了主动的重要性，在你可以选择的时候，就要把主动权握在自己手中。有时候遇到工作过程中的棘手问题，心里会特别的憋屈，但是过会也就好了，我想只要积极学习积极办事，做好自己份内事，不懂就问，多做少说就会有意想不到的收获，只有自己想不到没有做不到。

第二周实习快结束了，来这里有一段时间了，虽然同事们都很好，工作也轻松，对工作的环境有一定的了解，但真正在这里生活了，还是会觉得有些不适应。与当初想象中的职场状态似乎有些差距，我相信我会适应职场生活。

不知不觉进入了实习的第三周，生活还在慢慢的适应，每天按部就班的工作。除了学习岗位相关的业务知识，我还加强大学工程造价专业相关知识与自己岗位相结合，努力让工程造价专业相关知识应用到实际工作中。实习不想在学校，很多工作遇到的很多问题都只能自己钻研，不过好在有很多资料可以查，大学里学习的工程造价专业相关知识能够帮上忙，也不枉大学的学习。不懂时就查查资料，也培养了自学能力，同时了解许多相关的知识，一举多得。

经过2个多星期的正式实习工作，我已经慢慢适应这样的作息和工作方式了。以前在学校的时候，有时候偷懒或者身体不适，就会请假或者逃课，老师也会很理解很包容我们这群他眼里的“没长大的孩子”。但是现在开始上班，同事中没有人再会把我们当成孩子，也不会像老师那样宠溺和包容我们。不管是谁，迟到都是会受到领导的批评。所以每天早上都不敢偷懒，准时起床去上班，有时候为了不迟到，不吃早饭都是常态。为了给大家留下好的印象，我都要提早去办公室，把办公室清扫一下，再给大家打上热水。虽然都是一些微不足道的小事情，但是也算是给这个办公室做出的一些贡献。

第三周实习快结束了，我相信下个星期我能做得更好，每天进步一点点。

这周头一天星期一，我终于接到实习以来的第一个真正的工作任务。虽然在这儿实习了快一个月了，但是工作的内容无非是协助同事，帮帮忙，打打杂。大部分的时间都是闲着的，我的师父今天终于分配给我第一个工作任务，我充分利用了大学里面学习的工程造价专业相关知识，把第一个任务圆满完成。师父说，通过他的观察，说我态度积极，并且耐的住性子，已经初步通过了他的考验，所以分配给我一个工作任务，对我进行进一步的考验。这个看似简单的工作任务就是耐心和细心，一个小小错误就会导致所有的错误。我想说，师父，我准备好了，我会认真完美的完成这个任务的，一定不会让您失望。

接下来几天，开始正式接手相关工作，因为是新人，所以在实际执行过程中有很多的缺陷与不足，还好有师傅的指导，我顺利地完成了工作任务。几天的实习加学习使我深刻感觉到，以前自己对课本的知识掌握的不够透彻，也不能很好的将理论与实际相结合。感觉有很多东西要学习，所以总是感觉时间不够用。因此，我给自己制定了一些计划和目标，首先了解现行的一些规范、看工程造价专业相关书籍、学会熟练使用办公软件，掌握工作方面的细节问题，努力提高自己的工作修养。

转眼之间，实习已经过去了一个多月。经过几天的忙碌，终于完成了实习以来的比较大工作任务，而且是比规定的时间提前了一天。为了确保这个工作任务完成的更加完美，我对任务的各个环节进行了不下十遍的检查，确保不出现一个错误。

星期三的早上，因为紧张又因为兴奋，很早的就跑去上班，将做好之后的数据放在师父的桌子上，等待师父的检查。在等待师父到来的这段时间里，时间好像变得特别慢，每一分钟都好像在跟我作对，就是过不去的感觉。后来师父终于来到了办公室，我假装镇定的跟师父说，任务已经做好了，放在你桌子上了。师父只是微微的点了点头，说，知道了。这多少有点让我失望和担心，师父完全没有说什么时候会去检查，也没有布置给我下一个工作任务。之后我又再次陷入了无所事事的工作状态。

在空闲时间，结合工程造价专业，我努力学习与岗位相关的知识，为以后的工作打下牢固的基础。要多想多思考多问、多问why；对知识要学精学透，不能广而不精。最重要的是建立起自信，相信自己。给自己准确定位，并朝着这个方向不懈努力。记得一定要言出必行，说到做到！

过两天的苦研，我终于能基本看懂结构施工图了。经过前期实习后，我大概了解了整个工作程序。今天我开始正式参与部分核心工作了，师傅给我布置了一个任务。大学里面学习的工程造价专业的知识能真正得到实际应用，我很高兴，这是他对我的一次考验，同时也给了我一次机会。因此，我要尽力做好它。

工作过程我得出了一些体会：我工作过程要相信自己，如果做不到这一点，你就无法成为一个好的职员或者好的领导。一个相信自己的人，才会在走路时神采飞扬，让老板看上去你有无穷的精力；一个相信自己的人，才会在待人接物时落落大方，这一切能帮助老板培养对你的信心，必要时才会委你以重任。你怎么对待别人，别人就会怎么对待你。在工作中，要待人如待己。在你困难的时候，你的善行会衍生出另一个善行。在别人遇到困境时，热情地伸出援手。在职场上，尽可能地做一个与人为善的好人，这样，当你在工作上不小心出现纰漏，或当你面临加薪或升职的关键时刻，可尽可能减少别人放冷箭的危险。

今天指导师父说十分钟后让我和陪他一起去其他单位参观学习，让我带上笔和笔记本，他还跟我说了一句，“上次的那个任务完成的很漂亮，圆满到达了我的要求，我很满意。”他还表扬我工程造价专业相关基础知识非常扎实，是他见过工程造价专业学生中动手能力比较强的学生。当时我差一点儿兴奋得尖叫出来。几天的努力总算我的努力没有白费，没有什么能比得上得到师父的认可更加让我激动了。

通过这段时间的了解，原来师父并不是看上去那样一个不起眼的人，听同事说了很多他厉害的事迹，如果能从他身上学到东西，对我这次实习所得和以后的职业发展之路一定有很大的帮助。在外面的路上，师父说，这几天我的任务就是在上次的基础进行扩展。

本周我总结出：在职场上取胜的黄金定律之一便是要有责任心，凡事尽力而为，并且要任劳任怨。在工作上，永远不要试图去敷衍自己的老板。有人曾经访问过许多在事业上功成名就的人，他们一个共同的特点便是，在工作上投入的时间及精力，远远要比工作本身所要求的多。我相信我能做的更好。

周一开始我跟其他几位同事去分部工作，所以最近上班的场所一直都是在单位分部，每天早上到总单位之后，就直奔单位分部。在单位分部虽然没有在办公室那么舒适和轻松，但是毕竟现在是有目标要去达成，所以比在前一段时间在办公室时更加的充实，时间也会觉得过得更加快。

在这期间，单位分部的工作人员都对我很好。在实际工作中，大学里面工程造价专业的知识还是不够用，很多需要在工作中继续学习，因此我在工作岗位上遇到了一些麻烦。同事们在知道的我的工作任务后，都积极主动的帮助我，告诉我他们总结出来的区别，让我突然觉得每个任务都能轻车熟路，因为他们的帮助，让我完全加快了我的工作进程。想真正地做成一件事情，需要你有锲而不舍的精神。不管我们想在哪个领域做成一件事情，如果你已经认准了目标，那就一定坚持不懈地做下去。罗马不是一天建成的，只要你一天天用心地去做，总有一天，量变会发生质变。

这一周，我总结了工作过程中的关于挫折的感悟。在工作过程经过遇到一些挫折。关于挫折，早有职场高手总结出至理名言：“人在职场飘，哪能不挨刀？”这是一种对工作洒脱的态度。对待工作的挫折，就稍微转换一下努力的方向。说不定更好。另外一点也很重要，困境中请你自己鼓励自己，不到万不得已，请不要把自己的底牌亮给别人。要知道，困难时要求得到的帮助，价码总是会更贵一些的。

这周星期一是我实习单位，10周年庆祝活动，同事们就提议说晚上搞个聚会，没有结婚的人都可以参加，结了婚的也可以参加，正式员工可以参加，实习员工也可以参加。虽然我来的时间不长，但是同事们说我必须参加，不许找借口不去。我想这是个很好的机会让我更加了解这些对我这么好，这么照顾我的同事们。我对他们说过，这里的工作氛围让人感觉好轻松，每个人都好亲切。他们告诉我，除了主任是本地人，其他的工作人员都是来自五湖四海，本来就是背井离乡，所以大家在一起就难免变得互相理解，互相帮助，人在外，谁没有个难处呢。是啊，人在外，谁没个难处呢。多么朴实却温暖的一句话。

这周即将结束，我发现工作作中遇到问题，我们最好采取请教的态度与口吻与他们说话，

虽然他们现在的职位和你同等或者还不如你，但三人行必有我师，或许他们就掌握着很多工作中实用的东西。刚刚参加工作或者新到一个单位，应该如何与周围的同事相处，这对新走上工作岗位的年轻人来说极为重要。学会与人相处，可以让你少走弯路，尽早成功。其实，每一个人要取得成功，仅有很强的工作能力是不够的，你必须两条腿走路，既要努力做好自己分内的工作，又要处理好人际关系。

不知不自觉中在实习已经两个多月了。很多时候觉得自己没有受到领导重用，所干的只是一些无关重要的杂活，自己的提议或工作不能得到老板的肯定。做不出成绩时，会有来自各方面的压力，老板的眼色同事的嘲讽。而在学校，有同学老师的关心和支持，每日只是上上课，很轻松。常言道：工作一两年胜过十多年的读书。两个月的实习时间虽然不长，但是我从中学到了很多知识，关于做人，做事，做学问。“天下英雄皆我辈，一入江湖立马催。”从学校到社会的大环境的转变，身边接触的人也完全换了角色，老师变成老板，同学变成同事，相处之道完全不同。在这巨大的转变中，我们可能彷徨，迷茫，无法马上适应新的环境。我们也许看不惯企业之间残酷的竞争,无法忍受同事之间漠不关心的眼神和言语。

前段时间，需要大学里面关于工程造价专业毕业的一些杂事请假，再次回到办公室上班，有种久违了的感觉。还是一样很早的来到办公室打扫卫生，插上饮水机电源，烧好开水，再把今天的新报纸换上。没想到这已经成为我一曾经的懒人的习惯了，现在觉得做完了这些心里才觉得踏实。同事们逐渐开始来上班了，没想到每个人都还记挂着我回学校的这段时间，说我不在的时候他们还是很希望我能早点回来的。而且还告诉我，我的师父更加担心我，怕我适应不了工作环境，不过来实习了，每天都知情同事来询问我的情况。这些温暖的关怀总是鼓舞着我，让我更有动力前进。虽然本来以为实习生会受到欺负，但是每个人都对我很好，这样的工作氛围，谁会不安心工作，老板又怎么会担心员工跳槽呢。

一些人来说，工作却并不等于事业。在他们眼里，找工作、谋职业不过是为了养家糊口、混日子而已。现实中，我们常常会看到两种不同的人，一些人即使天天加班但却乐此不疲，而有些人偶尔加一次班就牢骚满腹。

今天是我在这里工作的最后一周，也是在这里实习以来最冷的一天，但是我还是想把工作做得有始有终，所以还是冒着寒风很早的去了办公室，做着我每天早上都会做着的“琐事”。经过三个月的相处，大家都已经很熟悉了，完全突破了我刚来时感觉的那种巨大的年龄代沟阻碍，办公室的同事用心的指导我，毫无保留的告诉我他们的经验，不让我走弯路。这段时间的成长，我最应该感谢我的师父，他虽然表面对我很严厉，但是却是一直非常用心的教我，让我在最短的时间里学到最多的东西。一直觉得自己是个很幸运的人，总是遇到好人，帮助我成长。这次实习，有苦，有辣，有酸，有甜，让我的生活变得充实，也认识到很多重要的新朋友。完成了最后的交接工作，我就能很安心的离开实习单位，回我大学完成工程造价专业的毕业设计内容了。

经过三个多月的\'实习，我明白一个人工作累了叫个苦本是情理之中，然而，这其中却蕴含着对工作的的态度。不叫苦的人把工作当成自己通向成功的一条必经之路，叫苦的人却把工作当成一种自己并不情愿的劳役。为什么会出现两种截然不同人呢？首先，我们要明确什么是工作和事业。“工作”是指个人在社会中所从事的作为主要生活来源的一项活动。“事业”指人所从事的具有一定目标、规模和系统，对社会发展有影响的经常活动。一般来说，事业是终生的，而工作是阶段性的。工作往往是对伦理规范的认同，比如自己从事了某项工作，获得了一定报酬，伦理规范就要求他尽心尽力完成相应的职责，如此才能对得起自己所获得的报酬。事业则往往是自觉的，是由奋斗目标和进取之心促成的，是愿为之付出毕生精力的一种“工作”。

是一帆风顺的，只要勇敢去面对人生中的每个驿站!这让我清楚地感到了自己肩上的重任，看清了自己的人生方向，也让我认识到了文秘工作应支持仔细认真的工作态度，要有一种平和的心态和不耻下问的精神，不管遇到什么事都要总代表地去思考，多听别人的建议，不要太过急燥，要对自己所做事去负责，不要轻易的去承诺，承诺了就要努力去兑现。

实习单位也培养了我的实际动手能力，对工程造价专业发展有个更高的认识。通过工作，增加了实际的操作经验，对实际的工作的有了一个新的开始，更好地为我们今后的工作积累经验。

我知道工作是一项热情的事业，并且要持之以恒的品质精神和吃苦耐劳的品质。我觉得重要的是在这段实习期间里，我第一次真正的融入了社会，在实践中了解社会掌握了一些与人交往的技能、工程造价专业的相关实践技能，并且在次期间，我注意观察了前辈是怎样与上级交往，怎样处理之间的关系。利用这次难得的机会，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

回想自己在三个月这期间的工作情况，也有些不尽如意。对此我思考过，学习经验自然是一个因素，然而更重要的是心态的转变没有做到位。现在发现了这个不足之处，应该还算是及时吧，因为我明白了何谓工作，懂得了大学里学习的工程造价专业的知识与工作的相关性，如何应用到实践工作中去。在接下来的日子里，我会朝这个方向努力，我相信自己能够把那些不该再存在的“特点”抹掉。感谢工程造价专业老师们在这段时间里对我的指导和教诲，我从中受益非浅。

我会把这此实习作为我人生的起点，与时俱进，紧跟工程造价专业的发展方向，在以后的工作学习中不断要求自己，完善自己，让自己做的更好。

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