# 顶岗实习周记 药企顶岗实习周记心得体会(优秀10篇)

来源：网络 作者：落日斜阳 更新时间：2024-07-09

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。顶岗实习周记篇一作为一名正在求...*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**顶岗实习周记篇一**

作为一名正在求学中的学生，在求学期间能够接受到岗位实习的机会是非常幸运的一件事情。而在药企实习，更是有着不同于其他行业的特殊意义。药企实习的意义在于让我们深入地了解药品生产流程，自身的实践能够同理解到学习到的药品知识进行结合，更好地提升自己的能力和素质。本文将借助笔者在实习期间的经历，分享出我对药企顶岗实习的一些心得和体会。

第二段：分享实习过程中的感受

我所在的实习药企是一家大型制药企业，实习期间我主要负责参与到该公司生产中心的各项药品质量、质检、仓储和销售等工作中。刚开始，我对整个实习流程还存在一些迷茫，但是我的导师通过耐心、详细的讲解，让我快速适应并且熟悉了整个工作环节和流程。在实习的过程中，我意识到一个人的成功是需要团队协作的支持，通过和科室间的沟通和合作，能够使我完成自己的工作任务。因为同事之间互通有无，使得自己成为了一个团队的一部分，从而让我顺利地融入了团队当中。

第三段：讲述实习中的挑战与解决方式

在实习期间，我也遇到了一些具有挑战性的任务，例如质检的检测过程、销售的巡视过程等。通过团队的授予任务和监督，学习了一些针对这些挑战性任务的行之有效的解决办法。在质检的检测过程中，我经常和我的同事们进行互相掌握的沟通，同时向我的导师和领导咨询建议。在这个过程中，我不断重视和应用团队工作的重要性，也认识到了自己的工作中存在的优点和短板。不断地自我反省和改进，才能走向更好的职业道路。

第四段：总结实习的收获

在整个实习的过程中，我不仅学会了专业知识和理论，更从实战中学会了自我分析和合作，学会了树立自己理论和实践相结合的职业生涯目标。特别是深感到，自身所具备的职业操守和注重业务结果的态度是成功的关键之一，能够使我们达到更高水平，以更优越的姿态面对未来的挑战。同时，我还深刻地感受到了作为一名药品工作者所要承担的社会责任和道德应尽之责，这段经历不仅开启了我通向专业领域的大门，同时也成为了未来职业生涯发展的重要奠基石。

第五段：展望自己的未来

通过此次实习，我认识到巨大的工作压力和职责，我深知自己要继续努力、学习更多的知识和技能。我也恪守了自己作为一个药品工作者的权责，抱着对整个行业完美的追求，匡扶健康职业生涯飞跃的信念。从今天起，我将继续坚持深度学习和不懈努力。我相信只要努力付出，将能够不断提升自己的核心能力和素质，不断完善自己的药品科研和临床实践技能，最终成为一个对社会、对行业都有所贡献的优秀人才。

**顶岗实习周记篇二**

第一段：引言（200字）

顶岗实习是大学生们接触社会、锻炼能力、提升竞争力的重要途径。经历了一个月的顶岗实习，我深感其带来的深刻意义。在这个周记中，我将分享我在实习中的体会和心得，同时也希望能给其他即将经历顶岗实习的同学提供一些启示。

第二段：实习的挑战（300字）

首先，顶岗实习给了我一次真正融入企业的机会，也让我深刻体会到工作的压力和挑战。一开始，我对自己能力的不自信使我觉得无所适从，在项目中陷入困惑。然而，随着时间的推移，我逐渐适应了工作的节奏，并通过与同事们的交流获得了更多知识和经验。在这个阶段，我才明白了实习的真正意义不仅是为了完成任务，更是为了学习和成长。

第三段：实习的收获（300字）

在实习期间，我有幸参与了一个重要项目的策划和执行。通过与团队的协作，我学会了如何分解任务、制定计划，并与他人合作完成任务。在解决问题的过程中，我锻炼了自己的分析能力和解决问题的能力。此外，我还学会了如何在繁忙的工作中保持高效率和良好的沟通能力。这些经验将对我的未来职业发展起到重要的推动作用。

第四段：实习的反思（200字）

在实习过程中，我也发现了一些自身的不足。首先，我发现自己的时间管理能力有待提高。由于工作任务的增多，我常常感到焦虑和压力，效率也不高。其次，我意识到自己在团队中的协作能力还有待加强。尽管我能与同事们积极合作，但在一些困难的情况下，我往往会沉默不语。这些反思让我意识到在未来的学习和工作中，我需要不断提高自己的能力，不断面对挑战和困难。

第五段：总结与展望（200字）

通过这一个月的顶岗实习，我不仅收获了专业能力的提升，更培养了自己在工作中的责任心和团队意识。同时，实习也让我更加明确了自己未来的职业发展方向和目标。在以后的学习和工作中，我将更加注重提升自己的能力和技能，继续学习与成长，并为实现自己的职业目标而努力奋斗。

总之，顶岗实习是一次宝贵的经历，通过实践增长才能，才能不断提升自己。通过这次实习，我不仅积累了实践经验，也认识到自己还有很多需要提升的地方。我相信在将来的路上，只有不断努力和学习，才能为自己创造更好的机会和未来。

**顶岗实习周记篇三**

（一）来到 xx公司，了解公司的各项业务流程及各项规章制度。熟悉了公司的工作安排、人员分配、经营业务范围等。对市场有充分的了解和分析。互联网不仅仅是网络营销的工具和平台，也是一种新的市场环境。策划书中应对企业所处的网上网下环境进行分析，包括营销的宏观市场环境和微观市场环境，分析市场中的机遇和挑战。

（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。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，做起事情越来越顺手了，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，自觉努力去独自解决，这样对问题便能够有一个更深刻的了解，当解决问题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，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扬最大的效能。

（三）在工作的过程中，既有收获的喜悦，也有一些遗憾。也许是实习的日子短和我并非是xx专业的学生。在看待问题是仅仅停留在表面，只是在看人做，听人讲如何做，并未能够亲身感受、具体处理一些事情。但通过实习，加深了我对文秘基本知识的了解，丰富了我的`实际管理知识，使我的感性和理性认识。认识到要做好日常企业文秘管理工作，要注重管理知识与理论知识紧密滴相结合。

通过在职的一个多月里，我深感自己的不足，我会在以后的工作学习中更加努力，取长补短，虚心求教。相信自己会在以后的工作中更加得心应手，表现更加出色！不管是在什么地方任职，都会努力！

（四）这一周说说我的感想最深刻的还是交际方面的。象我一个人在外面，生活确实不容易。俗话说的好在家靠家人，在外靠朋友。出来交朋友是非常重要的，而看准人，看好人，交好人是更重要的，在结交新朋友之前要考虑好这个人是否值得自己去交，看准人是交朋友的一个重要条件，看好人则是交朋友的一个中心环节，交好人则是最简单的了。我的公司虽然不怎么大，但是有几个人就有几种不同的社会形态。有时候我都会不禁发出感慨，也许正因为社会上有写不同的人，不同的事，不同的物体才能构成这个复杂而又无奇不有的社会。社会真是让我感慨万千，如果说社会事大海，那我就是一滴水，终究会随着时间的流逝而滚如滔滔的大海随波逐流。

上笑脸相迎，背地里却勾心斗角不择手段，踩着别人的肩膀不断滴往上爬，因此刚出校门的我们很多时候吧无法适应。在电视上不止一次的看到职场的险恶，公司里同事之间的是非，我相我能做的就是“多工作，少闲话”。我是学电子商务的，在书本上学过的知识都是理论的，但从未付诸实践过，也许等到真正管理一个公司的时候，才能体会难度有多大。我们在老师那里或书本上看过的很多精彩的谈判案例，似乎轻而易举，也许亲临其境或者亲自上阵才能意识到自己能力的欠缺和知识的匮乏。实习这两个月期间，我拓宽了视野，整张了见识，体验了社会竞争的残酷，我的希望是自己在工作中积累各方面的经验，为将来自己走上创业之路做准备。

（六）在学校的时候，老师总强调我们要培养自己的自学能力，参加工作后才能深刻体会到老师的良苦用心。我担任的是文员一职，平时在工作中只是打打电话处理文件，几乎没用上自己所学的专业知识。在这个信息爆炸的时代，知识更新太快，靠原有的一点知识肯定是不行的。所以必须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。

由于自己是实习生，所以要早早的到办公室来打扫卫生，所以每天7点不到就得起床挤公交车，就算天气再寒冷在差，有时候公司业务繁忙，晚上或周末得加班，那留给个人支配的时间更少。虽说是实习也不能随心所欲地不想上班就不来，而在学校可以睡睡懒觉，实在不想上课的时候可以逃课，自由许多。每日重复单调繁琐的工作，时间久了容易厌倦。象我就是每天就是坐着接电话发发传真什么的，显得枯燥乏味。但是工作简单也不能马虎，你一个小小的错误可能会给公司带来巨大的麻烦或损失，还是得认真完成。

（七）“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力“。参加工作后才能更加深刻地体会到这句话的含义。除了英语和计算机外，课本上学的理论知识用到的很少。我担任的是文员一职，平时在工作中只是打打电话、处理文件，几乎没用上自己所学的专业知识。而公司的网站开发人员就大不一样了。计算机知识如新月异，在一个项目中，他们经常要求在很短的时间内学会用一种新的计算机语言进行开发设计，他们只能在自己以前的基础上努力自学尽快掌握知识。在这个信息爆炸的时代，知识更新太快，靠原有的一点知识肯定是不行的，我们必须在工作中勤于动手。

（八）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。很多时候觉得自己没有受到领导的重用，所干的只是一些无关重要的杂活，自己的提议活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。两个月是时间虽然不长，但是我从中学到了很多知识，关于做人，做事，做学问。

（九）工作中存在的不足：

b、 外来客人的接待和服务不够热情大方；做为办公室文员，做好接待工作是自己的本份工作。由于本人在这方面没有足够的经验，每次接待都不能做得很好。在以后的接待工作中，力求能做到热情周到，耐心细致。

（十）每日重复单调繁琐的工作，时间久了就容易厌倦。像我每天就是对着电脑打打字，显得枯燥乏味。但是工作简单也不能马虎，你一个小小的错误可能会给公司带来巨大的麻烦或损失，还是得认真完成。而像同公诉的网络推广人员每天都得打电话，口干舌燥不说，还要受气，忍受一些电话接听者不友好的语气，有些甚至说要投诉。如果哪家公司有意向的还得到处奔波去商谈。而事实上所有的业务并不是一次就能交易成功的，他们必须具备坚忍不拔的个性，遭遇挫折时绝不能就此放弃，犯错领导责骂时不能赌气就辞职。而网站开发人员就经常的喝咖啡熬夜干项目。一直以来，我们都是依靠父母的收入，而有些人则是大手大脚的花钱。也许工作以后，我们才能体会父母挣钱的来之不易。而且要开始有意识地培养自己理财的能力。我们刚毕业，工资水平普遍不高，除掉房租和日常的开支，有时候寄点钱给父母补贴家用，我们常常所剩无几，一不留神可能就入不敷出成为月光族，但此时我们在也不好意思伸手向父母要，因此很多时候我们要合理支配我们手中的这笔少的可怜的钱。

（十一）每个星期都有不同的事发生在我的身边，回头想想那些事，总是有些值得自己去学习回忆的，也许这些东西和我在一起，永远埋在我的脑海里。当年龄大了的时候说不定想起这些事，那时候就会茫然的一笑，感觉那时候的我真的是很幼稚。年轻，根本就不知道什么，就知道成天在外面瞎混。说到这些感觉自己现在有些远了，还是说现在的我吧！自己已经出来学校，不在像以前那样的单纯了，感觉到自己的肩上的担子好重，在往后接踵而来的不仅是工作上的烦恼，生活上，家庭里的就慢慢积累到自己的身上。也就是说在不知不觉中自己已经长大了不在是以前那个动不动就爱哭，流鼻涕的小女孩了。也许这就是我在实习中的认识，要是没有这样的经历，估计我还没有那么深刻的认识。

（十二）对于刚出来的我们来说，刚步入社会年轻好胜，心理比较浮躁是难免的，因为我们刚从学校里出来什么都不知道，不知道社会是什么样子，总是怀着好奇的心里去接触一下，总是想现实中的那么的好，但是往往会出乎人的意料，什么样的事情都会发生，什么样的事情都会发生，什么样的结果都是难以预料的，自己的前途仍是一片黑暗，而我感觉到有种认识是最可悲的，那就是不能够正确的认识自己的地位，拿不定主意，没有主见的人，往往经受不起一点诱惑或者是打击。这样的人在处理事上面优柔寡断，到最后往往受伤的还是自己，正所谓当断不断，所受其乱。这需要我们在以后的人生的道路上把握住方向，选择自己想要，所感兴趣的。

（十三）这次的实习，我对自己的专业有了更为深刻的了解，并且把它结合实际的经济生活中。面对许多非常棘手又无奈的问题，通过过去大学里所积累的知识，是远远不够的，因为那只是理论而已，我体会到了实际的工作与所学知识是有一定得距离的，与应用知识的距离就更为遥远。今后需要针对实际环境进一步学习相关的知识。特别关注现在的趋势，也许别人机会当做陷阱，但是自己要理智。我感觉对自己感触最深的是，提高自己交际能力，跟别人合作。在做事情上，要不断的独立思考，去发现问题，解决问题，提高自己的能力，发展自己的潜力，争取做到别人不会做的事，自己能够做出来。还要勤奋的动手，多亲手去做，提高自己的实战经验。这样才能在社会上立于不败之地。

（十四）人事文员是属于服务性质的工作，且比较繁杂。（1）每天我都认真做好各项服务工作，以保障部门工作的正常开展。（2）文员日常的工作内容比较琐碎，需要细心、谨慎，且不能疏忽大意，更不能马虎潦草。（3）建立当日备忘录。我将当天的工作列入到备忘录里，一项一项的去完成，以免出现遗漏现象。尽心尽责，认真做好本职工作和日常事务性工作，协助领导保持良好的工作秩序和工作环境，使各项档案管理日趋正规化、规范化。同时做好后勤服务工作，让领导和同事们避免后顾之忧，在部门经理的直接领导下，积极、主动的做好本部门日常内务工作。日常接待工作：接打电话时，使用文明语言，说话和气、热情，礼貌地接待工厂客户来访人员，对于遇到相关问题来咨询或者要求帮助的人员，我都会尽我所知给予解答或及时转达相关领导给予解决。

（十五）职场如战场，在职场上就要遵守它的规则。言行举止体现了一个人的基本素质，在陌生的环境与人相处更要谨慎。穿衣打扮也不能像在学校时那么随意，要注重个人形象，因为现在我不仅仅是个人也是代表了公司。不管在什么场合都必须做到面面俱到。现在才知道，踏上社会，我们要与形形色色的人打交道。看待问题的时候，不能只单纯的看表面。与同事之间相处，更应该主动嘘寒问暖。而在学校里的学的商务礼仪在此派上了很大的用场，让我在待人接物上能够应付自如。

（十六）态度决定一切。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, 有必要一定要检验自己的工作结果，以确保自己的万无一失.工作的时候我一直保持极大的工作热情，不仅顺利完成工作任务，工作之余还经常总结经验教训，不断提高工作效率，虽然工作中我也会犯一些错误，受到领导批评，但我认为这些错误和批评是能让我能在以后的工作中谨慎小心，提高工作效率。在和大家工作的这段时间里，他们严谨、认真的工作作风给我留下了很深刻的印象，我也从他们身上学到了很多自己缺少的东西。这次生产实习虽然说时间比较少，但是却让我了解了公司的企业文化、生产模式和质量体系管理等经验，这对我来说是很宝贵的。

（十七）复印、传真、公文处理等文秘工作我都基本熟练。文秘管理要制发文件，处理文件和管理文件。在各种文件中，大部分具有不同程度的保密性，而且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，文字能达意。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。

（十八）在工作中要尽心尽责，认真做好本职工作和日常事务性工作，协助领导保持良好的工作秩序和工作环境，使各项档案管理日趋正规化、规范化。同时做好后勤服务工作，让领导和同事们避免后顾之忧，在部门经理的直接领导下，积极、主动的做好本部门日常内务工作。

1、物资管理工作：制定公司日常办公用品购入和领用表，做好物资的领用管理，根据部门领用情况，进行领用登记。 2、文件管理工作：根据工作需要，随时制作各类表格、文档等，同时完成各部门交待打印、扫描、复印的文件等，对公司所发放的通知、文件做到及时上传下达。

2、不断学习。要不断的丰富自己的专业知识和专业技能。这会使你的工作更加得心应手。一个人在自己的职位上有所作为，一定要对自己职业的专业知识有所熟悉，对自己业务所在范围内的业务技能也要熟练掌握，这样才算是一位合格的技术人员。

3、学习在工作中有条理处理事情的方法。 4、费用申请单的规范填写、存档文件的正确装订方法。5、整理及归档方法。 6、internet的广泛运用，用心做好每一件事。9、认为是对的事情，就放胆努力去做，就算最后没有成功也没关系，至少曾经努力过。

（二十一）主要工作职责如下：

（1）日常文件、材料的收拾整顿、归档、保密

（2）坐班接待来访、对来访者进行指引、疏浚沟通

（3）电话接听、记实，重要

**顶岗实习周记篇四**

综上所述，数控技术的发展是与现代计算机技术、电子技术发展同步的，同时也是根据生产发展的需要而发展的。现在数控技术已经成熟，发展将更深更广更快。未来的cnc系统将会使机械更好用，更便宜。

共

4

页，当前第

4

页

1

2

3

4

**顶岗实习周记篇五**

本学期我任教八年级的物理教学任务，这一学期即将过去，总体看，我认真执行学校教育教学工作计划，转变思想，进取探索，改变教学办法，在继续推动我校“自主——创新”的探究式课堂教学模式的同时，把新课程标准的新思想、新理念和物理课堂教学的新思路、新设想结合起来，转变思想，进取探索，改革教学，收到较好的效果。现将本学期的教育教学工作总结如下：

怎样教物理，《国家物理课程标准》对物理的教学资料，教学方法，教学评估，教育价值观等多地方都提出了不少新的规定。无疑作为物理教师要置身其中去迎接这种挑战，这是我们每位教师必须思考的问题。所以我不断的学习让我有了鲜明的理念，全新的框架，明晰的目标，而有效的学习对新课程标准的基本理念，设计思路，课程目标，资料标准及课程实施提议有更深的了解，本学期我在新课程标准的指导下教育教学工作跃上了一个新的台阶，也算一个起点。

经过学习我体会到新课程标准不一样与以往的教学大纲，课前认真熟读新课程标准及新课程理念的相关资料，透彻理解并掌握新课程标准，力争在每节课前仔细阅读然后制定具体的教学方案，在上每一节课前，精心准备、认真备课，充分了解学生的学习状况，做到教学有的放矢，不打无准备之仗。从一学期的教学情景来看效果较好，学生的各项素质有较大的提高。新教材对教师的教学办法和教学资料等都没有过多的束缚，充分体现用教材教而不是教材，课前查阅大部份的资料根据学生的的基础制定教学计划、方案、教学设计等。

本学年我深知作为物理教师应是课堂教学的实践者，为保证新课程标准的落实，我把课堂教学作为有利于学生主动探索的学习环境，把学生在获得知识和技能的同时，在情感、态度、价值观等地方都能够充分成长作为教学改革的基本指导思想，把物理教学看成是师生之间学生之间交往互动，一同成长的过程，我们开展了团体备课，紧扣新课程标准，和我校“自主——创新”的探究式教学模式。最大限度的吃透教材，认真撰写教案。了实验探索问题的实践。

了后进生的指导力度。对后进生的指导，并不限于学习知识性的指导，更重要的是学习思想的指导，要提高后进生的成绩，首先要解决他们心里，让他们意识到学习的重要性和必要性，使之对学习萌发兴趣。要经过各种方法激发他们的求知欲和上进心，让他们意识到学习并不是一项任务，也不是一件痛苦的事情，而是充满乐趣的。从而自觉的把身心投放到学习中去。这样，后进生的转化，就由过去的简单粗暴、强制学习转化到自觉的求知上来。使学习成为他们自我意识里的一部分。在此基础上，再教他们学习的办法，提高他们的技能。并认真细致地做好查漏补缺工作。后进生通常存在不少知识断层，这些都是后进生转化过程中的绊脚石，在做好后进生的转化工作时，要异常注意给他们补课，把他们以前学习的知识断层补充完整，这样，他们就会学得简便，提高也快，兴趣和求知欲也会随之增加。

**顶岗实习周记篇六**

对于实习，算来已不是第一次了，但要论时间，这次却是要历时最长的一次了，当带着一份既欣喜又紧张的心情踏上实习征程时，我再次感受到了实习难，找实习单位更难！本跟徐晓丹老师说好了实习工作地点要在福州找的，但最终由于各种原因没能如愿，最终把毕业工作实习的地点落实到了福州空港。

10号，经过了前几天的调整，了解，我正式实习上班了，主要工作是负责接待顾客并向他们介绍各种品种质地的板材，进而完成木材销售。来南京，虽然我之前每个暑假都到过，但对于当地的方言还是一窍不通，这就给我的工作造成了很大的不便，虽然都讲普通话，但由于都操着各自的乡音，这就在一定程度上影响了交谈，有时一句话还的需要反复讲几遍才能把意思传达到，想来就觉的很无奈，只能后悔当时没把音发标准。做生意，搞销售，靠的就是一张嘴，口才好、把握分寸、恰当的讲，就容易把顾客的心抓住，从而就可能达成交易。这层道理我是明白，但真正到了自己去面对时，却发现由于性格内向，再加上缺乏锻炼，想要抓住顾客的心，还真有难度。于是3天下来，没能完成一桩交易，想来真的太差劲了。尽管这样，但我并不气馁，当有顾客来时或遇到同事，我还是微笑着和他们打招呼并招待他们，因为从前几次的实习后，我就养成了一个习惯，对人待物都讲究礼仪，见到顾客，不管交易能否达成，都不能给人以缺乏礼数的感觉，只要是踏进店的，我都会真诚的接待问候，让他们一进来就体验到被重视的感觉，我觉得，经常有一些细节的东西容易被我们忽略，比如轻轻的一声问候，但它却表现了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心，更是一种基本素质的体现。更何况出校前老师一再强调要以礼待人，不要给学校磨黑。

实习的第二个星期

不觉中，来这里实习已十来天了，虽然时间已接近两星期，但对一些木材的种类，用途还是不熟，只能基本辨别板材是杉木、红松等，但顾客要做家具、跳板时需要何种木材品种较好较合算时，却不能为其提供准确的信息。也可能正是由于这样，使本可以交易成功的跑去别家买。想来真不应该，我想这就是有没经验的区别吧。由于做的是木材原材料，因此，所接待的顾客一般都是做家具的木工和建筑工地的木工，偶尔有一些私人家买，但基本上数量不多，但对我来说，不管顾客来买多或少，我的服务态度是一样的，不会因为买少而冷落或不接待，在这周里，我还偶尔接接电话，通过电话来销售，由于之前的一些老顾客，和我们合作了很久，对我们的木材质量和价格也比较了解、放心，于是一般会通过电话来订购，而我通过电话订购，然后把相应的规格材料送去。这周主要工作还是和上周一样，虽然鼓噪了点，但对我来说，通过面对不同的顾客，却能使我各方面得到最好的锻炼。

实习的第三个星期

有时候出来社会做事或多或少可看到一些比较现实的社会现象，感受到某些事情的无奈。这周就在前天上午，正当我坐着无聊的时候，一个中年男人走了进来，我看到了就很热情的招呼他，并为他又是倒水，又是请座。本以为是来购买材料的，不想他问我老板在不？我说老板出去了，有什么事就找我吧！当我回答后，他没说什么就起身说等老板回来再说。当时就觉的很蹊跷，事后才知道是过来想找老板拿回扣。这对我来说简直是无法接受的事，但老板还是给了，说现在生意难做，同行竞争厉害，不给木工点回扣，他就找理由说材料质量不行，不能用，故意跟你刁难，使交易不能达成。为了生意有时候也不得不牺牲点利润，我想这就是社会黑暗的一面吧，然而我却无可奈何。

实习的第四个星期

要说在所做的工作中那种最累，我想这周所做的工作肯定是最累的，因为这周销售额比

较好点，本来可有可无的我突然间变的也忙起来，一些老主顾通过电话定购了材料，于是我不得不放着份内的事不做，做起了搬运工和送货员。先和同事把客户订的各规格又笨重的木材装上卡车，然后跟车把货送到指定的工地上去，要是遇到全部订规格材料还好，（因为规格材料只要数量x价格就可以了）结完帐就走，但大多客户往往是要自然宽的木材，这就需要拿尺子把自然宽的木材宽度量出来，然后求出面积和体积，按要求的立方数量送过去。虽然这小学生都会，但由于木材数量多，需要一个个量过去，就显的很烦琐了。

更要命的是这样要测量两次，运出一次，送到工地还要再一次，因为工地的验货员也怕数量不足，所以只能陪他们再量一次，真是赚钱不容易。其实那些事本不适合我做的，但既然在同一团体里，当他们忙不过来时，我能帮忙的还是帮了。

实习的第五个星期

时间过的真快，这周已到了我实习的第五周了，虽然经过前四周的工作，但对于销售还只是停留在产品的介绍上，还不能真真地把握客户的心，从而推销出产品，单从前四周的销售业绩来看就可以说明一些了，偶尔有卖但数量不多，这多少令我伤脑筋，虽然只是在实习，但临行前老师一再交代要将实习当做真正的工作看待，因此我觉的有必要检讨反思下为什么老是提高不了我的销售额，经过思考我发现，除了我个人原因外，还有一个重要原因就是，现在店里基本上销售出去的都是一些老客户，而新客户相对较少，再一个就是同行竞争激烈，有些客户对这里的价格或质量不接受而选择别家，这就造成了经过我手的销售就变的少了。

实习的第六个星期

这周除了现场销售外，还跟了老板一起进货去了，本是要去山东的，但后来联系了南京木材市场后，于是就决定去南京市区，经过了一个小时左右的车程，我们到了南京木材市场，市场很大，有一个个木材摊位组成，一个火车铁轨把市场分成了两半，而铁轨两旁主要堆放着从东北刚运过来的各木材品种、规格。经过了多家的商谈后，最终老板选择了一家材料质量好，价格相对公道的经销商，从那里进了几卡车木材。经过这次跟随，我发现，进货也有很深门道，并不是有钱就可以进到好货，因为木材不同于其他产品，做为原材料，它有结巴、可能腐烂或被虫蛀，在加工时可能有不符合规定尺寸、侧面弯曲、断裂的产品，不少经销商利用消费者对木材的一知半解，运用偷梁换柱、败絮其中、指鹿为马等手段“忽悠”消费者。要是在进货时不认真测量、观察或不懂货时，那么进回来的货就可能数量不足或因质量卖不掉而亏本。二是要提防经销商使用假尺假计算器而使进回来的数量不足掉。想来做生意的风险还真大。

实习的第七个星期

转眼间，七周的实习生活已接近尾声，回首这七周来的点点滴滴，喜忧参半，喜的是通过实习学到了一些东西，进一步接触了社会，忧的事现在实习单位难找，更不用说工作单位了，在实习期间业绩不好。通过这七周的实习，我发现现在所在的实习地存在着一些问题：

（一）还只是靠各地区之间的差价来赚取利润，在交通运输、信息日益便利、公开的今天，这样的经营方式我觉的发展空间将越来越小。

（二）家族式经营，经营管理理念不健全或基本上没有。基本上都是用自家亲属经营，没有专门的管理人才，这就存在了很多弊端，这种家族式经营发展到一定程度就容易出现瓶劲。当然这只是相对于正规的企业而言，作为一个店面，其发展经营模式可能也就那样吧。

1.从周一带着一颗忐忑不安的心到公司，到现在，我的实习时间已经过去一周了。在这一

我的实习单位是xxx人才开发中心有限公司测试评价部。由于这样那样的原因，我的办公桌最后不在本部门，而到了总经理室原总经理秘书的位置。周一那天我什么都没做，就不停的往“网络管理室”里跑。你见过刚重装了系统之后，启动要半个小时，命令要一分钟才能实现的电脑么？这速度让我怀疑是不是上天故意派这个电脑来锻炼我的耐心的呢？……实习的天我就在看着胥师傅修电脑的等待过程很快过去了。初来乍到的我，又分到了远离“人群”的一个人的办公室里，连个说话的人都没有。经常走错路了怎么办？“住”我里面房间的总经理是谁？厕所在哪里？好渴，可是柜子里没有纸杯了，在哪里可以拿呢？有人已经开始吃饭了，可是盒饭在哪里买呢？……一切事情都现实得让我一个人觉得无奈。人人都在做着自己的事情，谁又知道我是谁呢？我该去“打搅”谁呢？是那些“不起眼”的人们给了我温暖，修电脑的胥师傅，保安冯哥，清洁工林阿姨和戚师傅……这些我天有机会可以说话的“不起眼”的人，帮了我很多。我的笑换来他们的热诚，也是他们教会了我：无条件的尊重别人，你会获得更多的尊重；谦虚友善的对人，你会收获更多的意想不到。

以后的日子就在慢慢的适应过程中转瞬即逝。几经波折后换了一台好些的电脑，开始了校对试题的工作。从早到晚就做这么一件枯燥的工作，对我来说也是很挑战的。实在很累。心累，身体也累。更不幸的是我又生病了，每天下班回家的路上，觉得呼吸都费力。坐公交的时候，望着窗外的霓虹，感觉自己在不断缩小缩小再缩小，小到找不到了自己。

可是，庆幸的是，我这人比较乐观，从来只想着事情的好的一面。比如，电脑慢得我忍不住冲鼠标发脾气的时候，我就想：“老天看到我生气它就阴谋得逞了，我才不生气呢”；一个人在办公室实在感觉不到“人气”的时候，我就跑到那一边的测评部去溜达，或者出去和冯哥说会儿话；觉得工作枯燥的时候，我就想着：“我在校对它的时候，也相当于读了一遍这本书呢，以后见到相关知识，多少总会有点印象吧！”；在看到偏偏自己拿到的校对内容错误太多，怎么努力也提不高速度的时候，会觉得怎么倒霉的都是自己呢，可是又会转念一想：“多好啊，又有挑战自己的机会了”；一个人走路或者坐车觉得寂寞无聊的时候，就想：“这样多好，难得有这么多时间静下来去思考呢”……反正我总会为自己找到“借口”——这是好还是坏呢？不管好坏，是它让我舍弃了浮躁。

周仅仅是一个开始，我希望能够用自己的方式去坚持，希望能够一直保持学习的心态和劲头。加油！

3.在实习的第四周。在这一过程中，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。为以后正常工作的展开奠定了坚实的基础，从个人发展方面说，对我影响最大的应该是作为一个社会人工作作风以及在工作过程中专业知识对工作的重要作用，因为这些都是我在校学习中不曾接触过的方面，所以我将在报告中首先讲述我在实习期间积累的这方面的认识和经验。

毕业了实习是我们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根本就学不到的知识，受益匪浅，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。由于我所在的公司是北京驻乌的一个办事处，是一家私企，所以我刚开始的工作并不忙，没有感觉到很累。只是每天都要守在电话和传真机旁。很耗时间，第一天就因为坐了一天腰酸背痛的。

但是过了几天就稍有点习惯了，每天向我同一个办公室的女孩学习一些办公知识。刚步入工作岗位，才发现自己有很多都不懂的。现在在办公室，有闲的时候就会看一些会计方面的书，虽然自己所学的专业在此时没有派上什么用场，但我觉得应该多学点，有几个技能在以后找工作也可以给自己我几个选择。

刚开始就应该踏踏实实的干好自己的工作，毕竟又没有工作经验，现在有机会了就要从各方面锻炼自己。不然，想念以后干什么都会干不好的。

我现在的工作，相比其他人来说待遇挺不错的了，也不是和其他人比，工作也不是很难，很容易进入工作，关键是学习对人怎么说话、态度及其处事。由于经验少，我现在这方面还有欠缺。现在才明白，在校做一名学生，是多么的好啊！早晚要工作，早晚要步入社会，早晚要面对这些避免不了的事。

候业务完成。一直以来，我们都是依靠父母的收入，而有些人则是大手大脚的花钱。也许工作以后，我们才能体会父母挣钱的来之不易。而且要开始有意识地培养自己的理财能力，试想一下如果刚毕业，工资水平普遍不高，除掉房租餐费和日常的开支，有时候寄点钱给父母补贴家用，常常所剩无几，一不留神可能就入不敷出成为月光一族，通过，这次实习我深刻理解了父母赚钱养家的不容易，再也不好意思为了个人的不必要的花销向父母伸手要钱，因此我想到很多时候我们要合理支配我们手中来之不易的钱。同事相处踏上社会，我们与形形色色的人打交道。由于彼此存在着利益关系，又工作繁忙，很多时候同事不会像同学一样对你嘘寒问暖。而有些同事表面笑脸相迎，背地里却勾心斗角不择手段，踩着别人的肩膀不断地往上爬，实习日记（2）昨天没无像第一天那么去的迟，我准时去了单位。我手里无了办公室钥匙，和前台打个招待就进了自己的办公室。发现一个问题：咱们的副奸好象无早退的毛病。哎，带领嘛，以后不被他挑毛病我就很高兴了。我不断很自信，以为自己是劣秀的，但到那里来，感想自己什么都不会，连使用传实机和复印机都是同事教的。慰藉吧，哎，第一次嘛，渐渐就能实现了。可能第一天太闲，感想无点，但那是我自己选的，既然选了，我要果断的走下去。果此，我不抱恩，我置信我自己的威力。副分昨天9点才来，我内心想，昨天他还实给我面女，早退半小时。他给我一份厚厚的贸易资料和贸易计划书模板，叫我写份那个月的贸易计划书就走了。我哭，那些是什么啊？我不知晓什么是贸易计划书，对那个单位具体贸易计划也不领会，我怎样完成啊？我非常不安，阁下的同事告诉我：你不要太无压力，副分让你刚来就写那个，不是实反想用你写的内容，是想考核你的威力，同时更多领会你。副分一天很忙，没时间零天教我做什么，希望我理解，也希望我能很快顺当那个单位，为公司创制更多的财产。我真诚地露出腼腆的微笑：“谢谢先辈指导。”我不想问同事怎样写贸易计划书，也不知晓如何下手。突然想出一个办法，上彀查吧。我上彀查了两个小时的时间，究竟知晓贸易计划书的内容和格式怎样写。依照副分给的资料，我忙了半天究竟完成了贸易计划书！我内心万分冲动，已经是下午三点多了，瞥见阁下放的盒饭才知晓，我连午饭都没吃。两位同事正在冲灭我微笑。他们年龄都比我大不少，30来岁了。和他们比，我实正在是感想自己太老练了。我才想起来刚才他们劝我用饭，我都忘记吃了。我给他们看了贸易计划书，我不知晓内容写的怎样样，但自己感想还是挺满意的，同事也夸我，现正在的大学生文笔是好，咱们是落伍了。还实谦卑。副分昨天没无来，不过忙了一天的我，还是感想很充分。我究竟感想正在那家单位自己是无价值的。

**顶岗实习周记篇七**

新的环境，新的起点，我终于踏上了工作的旅途。回想在十多年里，学习生涯基本已经慢慢地沉淀了，而现在的我，要踏上了。今年寒假开始了我的第一份工作，代表我们要将学习知识用到实践中。当我第一次走进公司，我才真正认识到人生最实际的现实展现在我的面前。

能够在实习期间成为福州成凰商贸有限公司的一名普通的文职人员，深感荣幸。对于第一份工作来说我很满足，我对我文职工作的效率还是很有信心的。但是难的就是融入一个新的环境。在第一周里面，在业务主管和同事们的大力支持和帮助下，我认识了公司的一些职员，并对公司的事务有了一定的了解。

当第一次走进公司职员厅的时候，我听见那啪啪的键盘的敲击声，我感觉到这就是工作的地方，我有一种激动的感觉。心想，我也要和他们一样在快速的键盘声中来，进行我的第一份工作。这是工作是一次学习的好机会。当我收到第一份工作的时候，是一张半年度总结报告，需要我按照修改后的再打印一次。当我接到总结报告的时候，我快速浏览了一次，发现这些报告里面很多关于公司最近的状况，这时我觉得，虽然我的第一份工作是打字员，但是打字员这份工作是我走进事业的起步，在这些报告中，我们可以更好的了解公司的实际状况，从而学习到经验。所以我越来越觉得找到的这份工作很好。

常言道：工作一两年胜过十多年的读书。实习时间虽然才几天，但是我从中学到了很多知识，关于做人，做事，做学问。每日重复单调繁琐的工作，时间久了容易厌倦。“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。参加工作后才能深刻体会这句话的含义。我发现除了英语和计算机操作外，课本上学的理论知识用到的很少很少。我担任的是文员一职，每天都是整理文档，负责人员考勤，薪资福利，接听电话等工作，虽然工作简单但也不能马虎，一个小小的错误可能会给公司带来巨大的麻烦或损失，还是得认真完成。1个星期的实习时间看似不长，但是因为刚进公司，也许是最艰难的几天，需要适应的东西太多，我想我能够克服的，在克服的同时也尽量把工作做到最好。

迎来了第二周的工作，其实我觉得很幸运，在这寒冷的初春里，能够工作在拥有温暖的室内是一种福气。办公室文员，需要一份细心，需要一份电脑的基本技术，更需要一个会学习和热情上进的精神。

从第一周的慢慢了解，到第二周的加速工作，需要不断加强自己的细心。如果不细心，在文件上出现错误，如果后来发现错误了，那么我们将进行改正，但是这样会增加公司的办公使用材料费，这样不能够为公司带来节约；要是文件出现错误了后，未能及时发现，可能会给公司带来更大的不利影响。所以我们在工作中，作为一个女孩子来说，更需要细心的工作，因为这属于女孩子本来应具备的特性。

办公室文员，需要什么，也就是文件的整理和简单的电脑操作能力，和一定的文字能力。对于这些来说，我觉得我平时上网，和学校的学习，给了我这样的能力。我相信只要认真就能做好一件事情。

办公室文员，每天将面对公司的一些重要信息，虽然他们不能够在高岗上去处理公司的经济，但是他们在幕后学习，这是一种“偷学的本领”。对于一个刚刚出校园的大学生来说，这是一种必要的学习能力。在我打过的报告中，我看到了一个公司，需要很好的经营，离不开那每个部门的精心计算，只有这样，才能够更多的节约成本，才能够在经济活动中获取更多的利益。这样一个公司不断发展。

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，相信做起事情也会越来越顺手的。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。

第二周的我，真正融入了这个集体，我看了集体的协调过程，需要同事们的互相沟通，也需要领导与下属良好的关系，才能够将自己的事情做得更好。

第三周过去了，留下的是什么，是那些我键盘上我的指纹，是我的桌椅旁边垃圾桶里留下的几张垃圾纸，是点电脑里面留下的我输入过的文件复制本。这些都是三周以来留下的，这是一种纪念。

在这周里，我收到了业务主管的表扬，他说我细心，能够及时发现文件中的错误，并提出建议，我很高兴。为什么我会细心，是因为我在不断学习这个新的环境里面给我的知识。在实习过程中，学习了一些有关办公室文员的知识。我觉得比在学校学习的那些理论知识更加实用一些。这些特殊的知识，是公司内部制定的规则，我感受很深。觉得这些规则，或者说是这家公司办公室独有的办公室文化吧。这些无形的文化，真的很好，可能这也是公司发展较好的原因吧。“学会了婉拒”我发现一件事，就是：很多电话打来公司做推销的。我记得上一任文员跟我说，要懂得去筛选哪些电话才是真正对公司有用的，因为很多推销电话打来，而那些推销电话一般不用管。

这几天，我接过几次的推销电话。他们有的问题真的很懂得转弯，因为他们不直接向你推销东西，有的直接问老总的联系方式，有的打听业务部的事等，说到最后才露出马脚，原来是做推销的。之前问过老总，老总也说对于现阶段，所有的`推销电话都可以婉拒，因为公司的工程还在研究阶段，等到落实实施，自动会去联络相应的供应商。因此，当我再接到推销电话时，我跟对方说：你先把资料发到公司的邮箱，上头看过资料后，如果他们有意愿合作的，到时会联系您。有时也会接到一些广告的电话，这些人都来问老总的手机号。有一次，我接到电话时，老总正好站在我身边。那个电话是来告之展览会，邀请我们公司去参加。我知道我在这次的接电话处理得不好，因为电话里的人说一句，我就请问了老总一次。因为电话里的人说我们公司上一年参加过，今年再次邀请。而当我咨询老总时，老总说没有那一回事，并告诉我以后要自己判断好，不要随便就相信电话里的信息，学会去拒绝。

因此，在这几天，我发现学会婉拒，可以不让无聊电话妨碍了自己的办公时间。

我因为是个实习生，所以进入这个公司分配给我的是文职的基本工作，但是业务主管知道我是在校实习生，所以在这周他带我参观了公司的仓库，客服等地点，跟我讲述了很多公司运作的流程，让我更多地了解公司。我很感谢他对我关怀。虽然只是在该公司实习一个月，但是让我经验倍增。借先进的技术、优质的服务、雄厚的综合实力，公司与福建省和福州市市重点企业建立了长期合作关系。因此得知公司是个怎样的公司。我在公司虽然只是一个办公室文员，但是我很荣幸又一次这么好的机会到里面学习我就满足了，因为我能够进入这样的公司学到这么多的经验是实在是难的。虽然已经是第四周，但是仍然是充满的激情。在一份份文件在我的眼前过目的时候，便知道这个职位，需要职员的细心和保密精神。在文件里面有很多公司的机密，不能泄露，这正是考验职业道德的一面。我虽然只是在这个公司工作那么短的时间，但是我还是要忠于自己的公司，因为这个公司给了我一个尝试的机会，要好好努力，最后来个完美的结束。

在这一周里面，工作相对较多一点，我和其他的同事在这周都比较忙，因为这周公司业务相对较多，因为文件量也比较多点。正好是我在公司待了三个星期，然后我有熟练的的操作技术，因为工作起来，也不会那么烦忧。因此我们只有努力尽快完成工作，这样才能够使公司的我们的环节不再公司落后造成公司其他部门的不便。有的时候老板也会分配我做做其他部门的工作，起初我还在想自己又不是负责那块区域的咯，不过事后想想我应该庆幸和感谢有这样一个学习的机会，能够很好的提高自己、锻炼自己。人往往都是这样，没有经历过的话，永远都不知道事情到底是怎么一个样子，是真的那么难，还是并非如此，所以，不管怎么样，即使是自己完全陌生的事情，只要有机会，都一定要去尝试，努力去做好。因为没有经验，那么就需要做更多的准备工作。另外就是不要害怕失败，只要用心去做就可以了。等到熟练了，那么成功将是水到渠成的事情。

在不知不觉中，我发现原来我短暂的一个月就快要过去了，我已经来公司实习了一个月。突然有些感慨，虽然以后我并不一定会从事这个行业，这个岗位，但这次的经历却是实实在在的，就感觉自己每天都在进步，每天都能够接触新的事物，一点一点的吸收进去，更深刻的认识社会，认识社会中的各种人与人之间的关系，能更好地与人交流，处理各种人际关系。初踏社会便有了很深的感受，正应了那句话：社会是一所最好的大学。果然没错。

一个多月的时间，虽然短，但学到的东西可不少，如何快速的适应公司的环境，融入企业的团体，如何更好的跟同事沟通，更好的完成既定的任务。这些都不是信手拈来的，都需要一个逐步的从点到面的认识，也让自己对自己的能力更加自信，相信自己将来能够成为一个对社会有用的一员。

“处理人际关系”

身为办公室里唯一的一位文员，同样也是唯一一位上班时间必须在办公室办公的我很少会碰到其它的同事，因为我们公司是做节能的，大多数同事都是技术人员，他们的上班场合并不是在办公室。可是，当他们有时到办公室来办事的时候，我觉得大家都是同事，应该不要自己“耍高傲”。那样，实在是错误的！我身为公司的新人，很多事都要向他们学习，处理好人际关系，更加能让大家谈起来不要那么的冷淡。

因此，我尽量去记住每一个来过办公室的同事，在他们来到办公室的时候多聊聊，消除一下我这个新人与他们之间的陌生感。而且，他们也很友善，也愿意跟我交谈一下，指导一下我的工作等等。这些，我都很感激他们。就好像前两天，有一个同事来办公室报销他去出差的费用，我不清楚是怎么做的，但是他也很耐心的告诉我应该怎么去做，要注意哪些细节。我不止是公司里的新人，而且也是出社会工作的新人。很多事，不仅仅要靠自己去做，有良好的人际关系，做起事来不会走很多“冤枉路”，而是会事半功倍，自己获得的也会更多。一个连人际关系的人做事不会永远的成功，所谓“得民心者得天下”，虽然现在不是要“得天下”，但是为了自己的人生目标，确实要学会去处理好人际关系。

**顶岗实习周记篇八**

20xx年xx月x日这天，我到xx大酒店前台实习的第一天。实习，虽然不是真正的工作，但却是我工作生涯的一个起点，也是从学生过渡到工作人士的一个不可或缺的必经阶段。刚进入酒店的酒店前台毕业第一天，一切都很陌生，也很新鲜。一张张陌生的面孔，不认识可是都面带微笑很友善。有一位热心的同事，带着我逛这逛那，带我参观了一下公司的整体结构和各个部门，还给我介绍了几个同事给我认识。一周的时间很快就过去了，在这一周里，我尽量让自我更快地去适应环境，更快地融入这个大团体中，因为仅有和上司、同事都处理好关系，才能有利于自我工作的展开。

前一周主要是处于需要熟悉各基本情景的状态，这周一的快到中午的时侯，我被带到一位姐姐那，并被告知我以后就跟着她学，我很乐意，因为姐姐很热情地接待了我，还带着我和她一起吃了午饭，午时姐姐给我谈了一下她的工作概况和她的主要职责，我都记在了心里，因为这可能就是我将来要承担的职责。这一周，貌似对周围的人和事相对熟悉了，没有酒店前台毕业第一周那么手足无措，还有就是还好遇上了比较好的同事们，教会我很多东西。

今日已经是酒店前台毕业第三周了，我对公司的环境已经基本熟悉，同事的名字我也基本能叫上来了，我的办事效率也所以提高了不少，因为去一个地方找一样东西不用再东找西找东问西问了，看来融入环境对干好工作是很有帮忙的。这一周的主要工作是学接电话和其他公司进行业务上的沟通。在打电话的过程中，总会遇到一些困难。例如：对方说的专业词汇我不明白什么意思，根本无法交流，于是只能先记下来再向同事们请教，稍后再给对方回电话给出一个准确的答复。我就是在这样一个从不懂到懂的工程中逐渐积累了很多相关的知识。

周四午时，部门经理说要给我们培训，我以为是给我们讲一些关于酒店方面的知识，但她说的酒店前台毕业第一句话就否定了我当初的猜测。她说，只是想以聊天的形式，谈一下我们对未来的规划，并给出她个人对我们的一些提议。部门经理在酒店工作了五、六年，能够说是十分有经验了。她对人生有着独到的见解，用自身的经验现身说法。她告诉我们必须要重视对英语的学习，过硬的英语水平会在将来我们应聘工作时为我们增加成功的几率。哪怕是应聘和我们专业不对口的工作，即使专业性的知识并不很了解，但英语的听说本事强还是很有可能找到好工作的。除此之外，还提议我们去学一些手艺或继续深造，要有一技之长，从而拓宽我们的就业面，这样找起工作来就不那么困难了。

因为刚进公司的缘故，一些重要的事情我都没有涉及。我想仅有从最基本的开始干起，一点一滴地积累，做好我负责的每一件小事，让领导和同事放心，将来才能成就一番大事业。早上，我基本能保证提前到酒店，在开始工作的前一段时间，帮着收拾一下，让大家工作得更舒适，心境更愉快，也能多教我一些东西啊。这一周基本是在忙碌和琐碎中度过的，可是虽然是一些琐碎的小事，却和学校里很不一样，我感觉，每一件小事都需要我亲历亲为，经过付出自我的劳动换来的成果很有价值，也很值得。

在慢慢的学习与提高中，我的实习周期也已经快一个半月了。大致的工作流程我有了基本的了解，也接触了操作了，比如理解电话预定、登记入住房、收发传真等等。今日领班的问我打算实习多久，我说可能几个月的样貌，她问我以后打不打算留在酒店，我真有点不明白怎样回答她……有好几个同事都打算下个月辞职了，也来了很多的新人。酒店的人员流动量真是很大。不管怎样说，先做着吧，尽自我的本事去做好，先不研究太多吧。

今日酒店接了一个会议，房间基本全满了，客人们通常都是一批十几个左右的来，帮他们登记的时候常常忙可是来，大多数客人都是很好的，会很耐心的等，有些客人就没有那么多的耐心。周二那天遇到了一个携程的客人，一个五十多岁的中年先生，由于客房还没有做出来，一同事就提议他把行李先存起来，等客房做好了之后在入住，谁明白，那位先生突然就大发脾气，说什么酒店的管理怎样这样，为什么让他存行李？真是有点让人哭笑不得。我们只是好心提一些提议而已，结果还被客人骂了一顿，哎。

不知不觉时间快过俩月了。这周说一说我要负责的接待工作。就是负责接收信件，接待来访的客人，并把来访电话根据其需要转接到负责相关工作的工作人员的分机，方便他们直接进行业务交流。这也是我酒店前台毕业第一次做电话转机的工作，开始时有点紧张，担心张冠李戴，怕把来访电话转错部门，给同事的工作带来困扰和麻烦。好在几个电话接下来就适应了，发现这并没有想象中的那么复杂。这也算是我这次实习学会的另一项能吧！不管怎样，只要有收获就是好的，就算这一天天的付出没有白费！

一天某客人11点的时候打电话到前台说要退房，我接的电话，他问可不能够延迟到12点半，不收半天的房费，我问了领班，也帮这位客人修改了退房的时间。客人在12点的时候回到店，问我可不能够凭房卡打开门，我问他是不是刚才打电话的那位客人，他说是的，我说能够。之后客人下来说，他打不开门，领班告诉我房卡过了12点会自动消磁。然后那个客人就劈头盖脸的把我给骂了一顿，说什么耽误了他的时间之类的话，搞得人心境很不好。因为我以为只要在电脑上修改了资料就能够自动延房的。同事安慰我说没有什么，这个行业本来就是要习惯被客人骂，并且要在被骂的同时保证工作不出错。看来做酒店业真是要有一个良好的心态，抗压的心态。

在酒店的这段时间，我还是像刚来的时候坚持早上早点到酒店，帮同事的办公室收拾一下，我明白任何事情都是贵在坚持，虎头蛇尾的话，会给别人留下不好的印象，也不利于自我的发展。经过前几周的实习，我已经把前面的业务都基本学会了，但一接触新的业务，还是有一种挫败感。虽然在学校学习了那么多的理论知识，但真正运用到实践中还是需要一个过程的，我决定要抓紧时间里赶紧练习。这一周又是这么过去了，大家各忙各的，互相合作，每一个都是不可缺少的，各司其职，各尽其责，相处得也很融洽，我觉得很有收获。

**顶岗实习周记篇九**

1、 1月13日 星期四

实习的日子终于开始了，我一直都在盼着它快点到来，在学校学习的理论知识如果不能结合实践去理解，考试考再高的分数都是没用的，那根本不能说明什么，所以我想利用这次生产实习， 多学点在学校里学不到的东西，让理论结合实际，加深我对土木工 程专业的理解，也有助于以后的专业课的学习和掌握。

我选择了设计院作为实习地点，这主要是根据我个人的发展方 向来决定的，而且在设计院里除了可以了解建筑和结构设计方面的工作，还有机会下工地了解施工方面的知识进设计院实习可不是一件容易的事，这样一件复杂而有难度的事 在日记里就不多说了。终于，我进了一家私人承包的设计院，这里只有三十个人，设计院虽然不大，但听说接下的工程还不少呢，每个人都有一台电脑，和我原先想的差不多。很幸运的是，我刚来就有地方坐，还有台电脑用，正好我可以在这里制图，老师说过毕业设计的时候要用到，从事设计这方 面的工作也是必须要会使用这个制图软件的，但学校却没有开设这门课，我很是奇怪，有时间奇怪还不如抓紧时间自学呢，我从图书馆借 了一本cad教程，想利用暑假好好研究研究，现在看来，选择设计院 实习真是太明智了，有那么多老师可以问，学起来一定比在家里一个人摸索要快多了。

2、 1月17日 星期一

来这一个礼拜了,我的这台电脑老的真要掉牙了，速度慢就不说了，最不能容忍的就是死机，这边我才刚进入程序，那边鼠标 箭头就像给万能胶粘住了一样，动弹不得，只能重新启动，这时候有一个问题出现了，重启按键的弹簧应该是不行了，键按下去就再也弹 不回来了，逼得我不得不体罚这台主机，对其大打出手，拍拍、打打、弹弹，迫使它在外力作用下回弹出来，一小时死机三回都算客气的了， 渐渐的我也掌握了重启的技巧，现在死机对于我来说已经是小case了 除了麻烦点外，也没什么，我正好可以利用它重启的时间小小的休息 一下，长时间的面对电脑对身体和眼睛都不好，这也是长期从事设计工作的弊端啊！

3、 1月24日 星期一

今天，我照着cad教程操作了几个简单的命令，l是画直线，e是删除，s是拉伸，t是修剪，c是复制，m是移动......绘图的时候还可以设置对象捕捉的功能，用起来非常方便。这比起用手绘图要快多了，想到上学期期末的那几个课程设计手画的图，花了我多少时间啊，从早到晚不停的画，拿到电脑上，一个小时可以当一天来用。不过话又说回来了，只有通过手绘图才能加深对那些细部的理解和认识，为cad 制图打下坚实的基础。

4、 一月29日 星期六

从今天开始可以不用上班了，早上睡到自然醒。前段时间因为上班，起的特别早，因为家离上班的地方很远，要转车才能到，但这样的痛苦比起难得的实习机会，我还是觉得很值得。每次坐车我会选择靠前的位子坐，不舒服的时候我就想，等实习结束了，我就会用cad，会建筑设计了，一忘乎所以，注意力就被转移，好像也就不晕车了。

5、 2月14日 星期一

又开始上班了，快乐的时光总是短暂的。这里的每一个人画图的速度都相当快，我站在旁边看得时候， 往往是没看到他们敲击任何命令，只听到劈里啪啦的键盘声和滴滴的鼠标点击声，图形就很快的出图了，而我却连他们的画图思路都还没看明白。办公室里有个很好的同事，他家离我家很近，我就没什么不好意思的了，不懂的经常去问他，他人很好，只要他会的都告诉我。当然，在他们忙得时候我不会去妨碍他们的工作，我一般都会把不懂的问题先记下等到他们谁有空的时候，就拿去问个明白，画图的问题是逮到谁就问谁，建筑方面的问题当然就要问同事了。同事说做建筑设计一般最常用的就是天正cad软件了，他还还借了几本书给我看，都是关于这些软件的教程。

6、 2月22日 星期二

上午看了一会天正教程，这本书介绍的是天正的基本功能及操作方法。天正软件开发了一系列自定义对象表示建筑专业构件，具有使用方便和通用性强的特点。例如各种墙体构件具有完整的几何特征和材质特征，可以像autocad的普通图形对象一样进行操作，可以用夹点随意拉伸改变几何形状，与门窗按相互关系智能联动，大大提高编辑效率。做设计是不能完全依赖这些软件的，它们只是起着辅助的作用，所以在学校里的理论知识的学习还是很重要的，我们也必须清楚 的知道设计的每一步是怎么做的，为什么这么做，有多少种方法，每种方法又适用于什么情况。看来设计并没有我想像中那么简单，还要加倍努力啊！

7、 3月2日 星期三

天正第一步就要用到cad，我还要加紧练习啊，两天不画，我就忘了两个命令，这样可不行啊，还是应该先把cad掌握好，这是基础。

今天画图的时候遇到了一个小问题，选择对象的时候可以直接把鼠标指在编辑对象上，这对于一条直线来说，选择它很简单，但是要选择多条直线，或多个对象时，这种操作方法就太麻烦了，这时可以进行框选，先点击鼠标左键确定一个基点，再拖动鼠标可以拉开一个矩形框，把要编辑的对象都框在里面，松开鼠标，可以发现被选中的对象都变成了虚线表示，这比逐一选择要省时省力多了。 但是也有不足的地方，这样框选往往会选择上不需要编辑的线条，这时，可以按住shift键，再点取不需要的对象，它就会变成实线表 示，如果框选时选择上了太多不需要编辑的线条，按住shift键在进行点击的次数可能会比直接选取点击的次数还要多，就算我在框选的时候特别的小心，还是会不可避免的选上不需要的线，因为它们就穿插在里面。我觉得这很麻烦，看来这应该是cad不够完善的地方吧。

快下班了，同事们开始聊起天来，我找到张哥想问问他们画图的时候有没有好的办法来对付这种情况，张哥笑着说，这很简单啊，他随便从桌面上打开一张图示范给我看，让我仔细观察鼠标拉出的框有没有什么区别，原来还真不一样呢，有时候是虚线框，有时又是实线框，虚线时框的对象必须完整的被框在里面才能被选中，只框到一部分的是不会被选中的，但实线框就不同了，只要被框到的 线会统统被选中。而实线框和虚线框的操作区别就在于拖动鼠标时 是向左还是向右，向左拉时，无论是向上还是向下都会出现虚线框,向右拉时则会出现实线框。

8、 3月8日 星期二

这两天都在练习cad，毕竟是基础嘛，一定要扎实了。我从做建筑设计的同事那借了一张比较简单的住宅平面图来作样图练习， 画了一上午才画好两个房间，因为昨晚回去以后又看了会书，我知道了首先画图的时候应该建个图层。比如说，轴线是一个图层，通常是用红色点划线来表示，也就是说这张图上所有的轴线都是这样表示的，墙体、门窗、楼梯、细部、文字、标注等都应各设一个图层，颜色的设置最好是有所区别，看图和绘图以及修改时都会很方便。所以我一开始很认真的设置了图层，照着书一步一步做下来,虽然是慢了点，但是熟练了以后速度一定会提高的。

9、 3月19日 星期六

星期六也上班不知道是不是设计院的特色，虽然院长没要求我一定要来，但是既然来到这里实习，就要和上班一样，反正在家里也没什么事做，在这里还可以画图学本领呢。

通过几天的旁站（就是站在旁边看这里的人画图），我发现每个人的画图思路都不一样，同样的目的却可以通过不同的方法去达到。如何做到最快，不光是要靠敲击键盘速度和灵活的鼠标运用，更重要的还是由画图思路来决定的，如果思路不对，可能会让我们在画图的过程中走弯路，做重复劳动，甚至是无用功，白白浪费了宝贵的时间。所以说思路很重要，要想掌握正确的绘图思路，也是必须要靠长期的绘图经验积累，多思考，多总结。

10、 3 月21日 星期一

又是新的一周开始了，上个星期主要还是练习cad，现在我已经可以画一些简单的建筑平面图了，从一开始图层的建立到最后的尺寸标注，图案填充等细部的处理。cad入门不难，但要用的好，还是要花功夫的，这就是时间的问题了。

今天的任务还是练练cad，巩固上周学的一些命令，我打算这周天正的书好好看看，配合电脑操作，加深印象，再加上这里的名师指导，学起来一定事半功倍。

我一边画图一边把用到的不一样的命令记在纸上，防止忘记， 毕竟才开始学，我认为记下来还是很有必要的，以后回忆起来也很方便，不用再翻书，或是问人了。

11、 3月30日 星期三

今天了解一些东西，首先，是对建筑的整个流程的了解。建筑物的形成、流程如下：投资商投资--国家审核批准--设计院做出建筑方案--中标--设计院进行建筑设计（包括建筑物正，立，剖面，水电，供暖的设计）--建设部审核批准--施工单位施工--监理进行审核--施工完成，交工--装潢公司进行装修--交工-- 由投资商和房产公司进行买卖。整个过程中，建筑的设计部分占了相当重要的位置。所以设计的时候，每一步都要按照规定，每一步都要谨慎。设计时也有它的过程：做建筑方案（必须符合结构要求）--进行平面设计（设计的同时，由结构师就行调整，平面做法应符合结构要求，调整的同时，结构师进行结构设计，两者属于同步进行，同步完成）--立面，剖面设计--水电，供暖，电梯设计。对这一些方面有了大致的了解后，我们进行了实际操作--绘图。绘图所用程序为auto cad--计算机辅助设计。程序具有二维，三维绘图功能。我所做的工作就是建筑物平.立.剖面的二维绘制。绘图，要先对功能进行了解，再就是熟悉里面各个工具的用法。绘图的时候也有步骤：轴线--墙体--门窗--楼梯--屋内布置--标注。还要一边绘制一边修改。刚开始画一些简单的房屋平面图，学着用快捷键做图。在绘制的过程中也遇到一些困难，如弧线与直线的交接，图形的闭合，楼梯的绘制，在做这些的时候经常出现错误，影响下一步的操作。在这些操作中，就需要有足够的细心和耐心去修改。

12、 4月4日 星期一

明天是清明节，放假三天。可以不用早起了，在家画画图看看规范，昨天晚上下载了个规范，原来有许多东西不是你想怎么画都行的。

13、 4月12日 星期二

经理让我做一个商业楼的设计施工图，这是我是第一次离开学校，在设计院做施工图，他们的时间要求紧迫，周期短，我要跟上他们的进度。一开始以为会很顺利，因为我把它想象的太简单了，结果没有自己想的那么简单，后来在方案中发现了很多问题，很多地方不符合规范的.要求，由于住宅的面积已经在总图中确定，所以导致后面功能分区的修改很受限制。因此我领悟到，做设计的时候一定要将规范弄得非常熟悉，要不然就会使后面的施工图难以进行下去。到了最后还是没做出多少东西来，由于这个工程急用，经理就接手亲自做了，很可惜。由于真正施工图的详图深度比较深，有许多规范都不知道，所以感觉很沮丧，所以需要虚心学习，查看更多资料。随着施工图的进一步深入，该练习画详图了，这可是我的弱项，因为在学校基础不牢，真正标准的详图还不知道是什么样子的，有些做法我也根本见都没见过，所以搞清楚花了很多的时间，压力很大阿，经理为了让我们进步都快些，下班后就加班加点的让我们练习熟悉。

14、 4月18日 星期一

我终于知道晒图是怎么回事了，今天主任给我三张图，是硫酸纸的那种，让我拿到一楼的图文设计室去晒图。下去后我把图给了那里的工作人员，跟她说各晒两份，就先上楼了。回去以后，主任问我图晒好了没，我很奇怪的说，刚送下去，他说图很急，让我下去等着，晒好了就拿上来，我心想那要等到什么时候。可没想到我到了图文设计室，看见已经有两张图已经晒好了，这也太快了，我以前一直以为晒图是一个相当复杂的物理化学反应过程，可没想到跟复印一样简单,只不过用的是一种特殊的黄绿色的纸，把硫酸纸覆在上面，放进一个能放出紫光的机器里过一遍，图就这样晒好了。

15、 4月28日 星期四

今天上午办公室可热闹了，来了好几个房产公司的人，应该可以称他们为甲方代表。院里根据他们的要求已经出了效果图，不过好像甲方不是很满意，该项目是一个县级市的商业步行街，甲方觉得还是最好把入口处的石门去掉，效果会更好。建筑方案是吴工做的，原先设计的时候就是根据甲方的要求来做的，甲方要求做石门，显得气派，现在效果图出来了，又觉得不是很理想，要求设计院重新设计，把石门去掉。等甲方走了，我问吴工这种情况多不多，他说太正常了，这样的重复劳动对于设计院来说是家常便饭，这次不过是去掉一个门，基本上不会牵扯到太多东西，所以改动的工作量也不是很大，有的时候甲方会全盘否定你的设计方案，你就必须得重新设计，现在的甲方都很挑剔，设计费可没那么容易拿。看来做哪一行都不容易啊！

16、 4月6日 星期五

我就随张工去了古冶，这里有个工程，他说可以顺便带我去看一下这里一个工程的工地，我当然是求之不得了。

工地上钢筋很多，有些工人正在对钢筋进行处理，也有的楼板上绑扎钢筋，我和赵工说了一下就和带我们来工地的何工一块去楼板上，我去看了一下工人绑扎钢筋的操作。他们是在筑模，张工说这些钢筋的绑扎也是特定规定的。我在上建筑概论实践课里也有看过这个，当时没有在意，所以也不大清楚钢筋绑扎的规定。于是我请教何工细说了一下。

钢筋绑扎前先认真熟悉图纸，检查配料表与图纸、设计是否有出入，仔细检查成品尺寸、心头是否与下料表相符。核对无误后方可进行绑扎。采用20#铁丝绑扎直径12以上钢筋，22#铁丝绑扎直径10以下钢筋。

我看到的主要是梁与板的钢筋绑扎。

（1）纵向受力钢筋出现双层或多层排列时，两排钢筋之间应垫以直径15mm的短钢筋，如纵向钢筋直径大于25mm时，短钢筋直径规格与纵向钢筋相同规格。

（2）箍筋的接头应交错设置，并与两根架立筋绑扎，悬臂挑梁则箍筋接头在下，其余做法与柱相同。梁主筋外角处与箍筋应满扎，其余可梅花点绑扎。

（3）双向板钢筋交叉点应满绑。应注意板上部的负钢筋（面加筋）要防止被踩下。

（4）框架梁节点处钢筋穿插十分稠密时，应注意梁顶面主筋间的净间距要有留有30mm，以利灌筑混凝土之需要。不只这些，还有不少的规定和要求我只能自己去查资料了，何工一时也讲不完的。他还有提到钢筋的绑扎接头的搭接长度在末端距钢筋弯折处，不得小于钢筋直径的10倍，接头最好不要在构件最大弯矩处。

由于天气较热，我们只是看了一会就回去了，不过还是很感谢张工的讲解。

17、 4月10日 星期二

上午,主任拿来一张硫酸图纸让我照着画,因为这张图纸的电子版丢失了。主任给了我两天的时间来完成这项任务，哈哈，我练的cad终于派上用场了。

这是一张楼梯的大样图，有一个剖面图，五个平面图和四个楼 梯板配筋图，我初步估计了一下自己的实力，大概要花上一天半的时间才能完成，再加上修修改改什么的，两天时间刚刚好，不过还是要抓紧啊，怎么说第一次的任务一定要保质保量的按时完成啊！

我不停的画了一上午，脖子都有点酸了，才画好一个楼梯剖面图。可能是因为有几天没练了，况且还是第一次画楼梯，速度一开始还是慢了点，下午就好多了，到下班的时候我已经又画好了五个梯平面图，明天画剩下的四个配筋图应该没问题，看来我的速度还行啊！

18、 4月16日 星期一

早上来的第一件事就是打开电脑继续画我的楼梯图，奇怪了， 怎么只有昨天上午画得楼梯剖面图，下午画的平面图怎么没有了呢？昨晚我和同事们是一起下班的，不会有人再用这台电脑，我画得图也就不会被误删掉。张哥问我画图的时候有没有保存，对啊，我好像只顾着赶进度不停的画，却忘记了保存，唉，这就叫欲速则不达啊，张哥笑着说他刚来的时候也是什么都不懂，没有随时保存的习惯，有一次辛辛苦苦画了一天的图在突然断电后全 部丢失了，重画一遍是小事，这个小小的失误不仅造成了人力、 时间及资源的浪费，甚至带来直接的经济损失，决不可小视。只要养成习惯，你会觉得随时保存操作起来是一件很自然的事，张哥一边说着边帮我把电脑默认的自动保存时间改为5分钟，这样即使我忘记了保存，电脑也会每隔５分钟自动保存一次的，以后画图就万无一失了。

19、 4月21日 星期六

20、 4月24日 星期二

上午一直在看探索者教程，了解了主要的结构建模步骤。他们忙不过来，让我也帮忙。

首先是从主菜单进入人机交互建模，内容是

1、各层平面的轴线网格，各层网格平面可以相同，也可以不同。

2、输入柱、梁、墙、洞口、斜柱支撑、次梁、层间梁的截面数据， 并把这些构件布置在平面网格和节点上。

3、各结构层主要设计参数，如楼板厚度、混凝土强度等级等。

4、输入作用在梁、墙、柱和节点上的恒、活荷载。

5、定义楼面荷载标准层和各层上的楼面恒、活均布面荷载。

6、根据结构标准层、荷载标准层和各层层高，楼层组装出总层数。

7、设计参数、材料信息、风荷载信息和抗震信息等。

8、对上一步所建模型进行检查，发现错误并提示用户。根据上下 层结构布置状况作上构件连接。

第二步是楼板楼面的详细布置，主要内容有

1、各房间预制板布置

2、楼板上开洞口

3、修改调整各房间楼板厚度

4、设现浇悬挑楼板

5、设置各房间错层

6、布置砌体结构的圈梁

这一步也是把前面建模和后面各设计cad联系的必要的一个操作步骤。

第三步，生成荷载信息

1、在各荷载标准层上修改调整各房间的恒、活均布面荷载数值。

2、楼面荷载传导计算，生成各梁与墙及各梁之间的力。

3、结构自重计算。

4、恒活荷载向底层基础的传导计算。

最后，各类荷载的显示校核，打印输出。不过有点难，看不太懂，隔行如隔山啊。

1.

实习周记,顶岗实习周记,会计实习周记

2.

顶岗实习周记

3.

法院顶岗实习周记法院实习周记,法院顶岗实习报告

4.

会计顶岗实习周记|会计专业顶岗实习报告周记

5.

教师顶岗实习周记,师范生顶岗实习周记

8.

护士顶岗实习周记

**顶岗实习周记篇十**

时间很快就过了三个星期了，在这个星期里，我已经接触到了对产品的检验，已经能够自己独立的分析一些简单的电路原理。

对于公司的产品种类，我在这三个星期之中都是只接触到同一种型号，因为这种型号的产品比较畅销，所以这个星期我都是非常的辛苦，非常的累。尽管如此，下班后还是要写周记的，毕竟才一个星期一篇。

这一个星期我学会了检测产品，对产品的检测包括很多的方面，例如要检验电源是否正常，工作电压有没有达到标准，产品的绝缘性能是否达到标准等。

从安装到测试，我在一点点的进步，一个产品是否能正常的使用，在出厂产质量是否过关，这都需要质量检测人员细致的检测。

有这个星期，最让我一件难忘的事情是：有一天，我在安装一块电源板的时候发觉有一颗螺丝和其它的不同，我认为它是无关大雅的，然而负责带我实习的一个同事却对我说，这个螺丝是不符合标准的，要重新换上去。我说，这不是很重要吧?他对我说：别看这是细小的螺丝，可是它能对产品带来非常大的隐患，如果这螺丝掉了下来，随时都可能让线路板短路。

我听了觉得非常的惭愧，同时也暗下决心：以后做事一定要细心，绝不能抱有侥幸的心理。

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