

公司总经理助理实习报告

篇1：公司总经理助理实习报告

一、实习目的

通过在XXX公司的实习，了解公司的主要开展业务情况，了解了公司的工作流程。通过实习使我更多地接触社会，实践于社会，从而培养了严谨的工作作风、初步的实际工作能力和根底的专业技能，为将来走上工作岗位打下良好的根底。

二、单位及岗位介绍

1、公司简介

XXX公司创始于XXX年，位于中国汽车零部件制造基地—江苏省***市界牌镇，是以生产制造各种汽车灯具、塑件、钣金和SUV、皮卡车身、轿车等各型汽车车身、车灯、内外饰件及消防车、特种工程车、消防器材为主的大型综合性企业集团。

2、岗位介绍

行政助理就像是兢兢业业的管家，可以将企业这个大家庭中杂乱无章的事务管理得井然有序，在各种行政事务方面帮助和服务于公司员工，通过安排主管日程、填写计划列表、处理信息需求、制作数据报告、安排会谈会议、接待客户来访、维护记录管理，完成文件归档等各项工作，从多方面综合性地完成高质量的行政管理工作。

三、实习内容

作为一名实习生我进入了XXX公司，担任其汽车研究院院长的行政助理。作为院长助理，我主要负责的职务是：

行政上包括公文的写作、会签、复印、扫描及部门文件等资料的收/发、归类、存档;接收集团及其他部门的各类文件、联络函等;部门车间工具、固定资产等设施设备做好领用/借用登记，因此我接触掌握了一些办公用品，如传真机、打印机等的基本操作，部门领导办公室、会议室等日常清洁工作;人员来访、会议等接待事宜对一些相关客户的安排处理及经理指示的传达，了解了公司办公的基本情况;负责部门用车(公司车辆)加油、办理厂区行车通行证、部门电器电路故障，安排司机接/送客户或领导;

财务上负责部门各类费用款项申请、报销，部门人员出差、办理公司事务等产生的因公费用;采购上每个月要向公司领导申请购买劳保用品和车间所需要的工具及物料;人事上负责部门人员的考勤事宜及人员的入职、离职办理情况，部门人员花名册的整理。

开始实习时，刚进入陌生的环境，难免会有些紧张，我所在的岗位和我所学

的专业是完全不同的，不明白行政助理主要做什么，从何下手，同事们也很友善，会主动告诉我需要做什么，怎么做，让我学到了更多有用的东西。助理的工作性质杂乱、繁多，工作强度很大，有时候我会整个上、下午都在面对着电脑打着似乎永远打不完的文件直到累得腰酸痛。由于我的任务比较琐碎繁杂，所以做事情要分主次、有条理。说着容易，做着难，基本上每天都要收发文件及申请、核销各种费用，手头有许多事情需要完成，当然这时候就要将重要的事情放在首位，把所有事情的主次顺序排好，这样就不会乱。我偶尔在闲时也还会跟他们去车间，看他们装车、拆车，了解汽车上更多的知识，在办公室，有时候就会看一些汽车方面的书，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，不能把苏学的专业给忘了，在以后找工作也可以给自己几个选择。

刚开始进入办公室工作的时候，其实应该说是学习的成分更大一些，对于领导安排下来的工作我总是手忙脚乱的完成，并且很多都还是要重新再返工才能算真正完成。所以我时常会感到沮丧，会觉得没有信心，常常错误百出，领导和同事们都很融洽，他们不但没有嘲笑我的错误还积极帮助我，指出我工作中错误的同时还耐心的教会我解决问题的方法，有时他们还会传授他们的工作经验给我，所有他们教会我的将使我一生受用。作为同事，他们真诚的关心，主动帮我分担消极的情绪开导我，教给我生活总有解决不完的困难事要快乐的面对直到解决。让我这个初出茅庐的大学生深深感到了我在工作团队那种平等与融洽的工作氛围。在同事的悉心帮助、教诲下，我虚心请教，认真学习。渐渐的，我感觉到工作没有那么吃力了，逐渐变的轻松起来，院长对我的夸奖也渐渐的多了起来。

四、实习总结或体会

在这次实践学习中，我学到了很多知识，这以后在我的工作中都会起到很大的指导作用的。助理工作要求有很强的文字表达能力和逻辑思维能力。为了提高自己的写作能力，我从研究已成的材料入手，细心揣摩，边写边改，并请周围经验丰富的同事和领导提出意见和建议，然后再开展深入加工，经过反复推敲，最后定稿。对工作中存在的问题，我积极动脑，想办法为领导献计献策充分发挥了助手和参谋作用。对于要印发的文件，我每次都开展认真的核稿和校对，至少三遍以上，并请其他同事帮助把关，减少了出错的几率，保证了文件准确及时发放。实习期间复印、传真、公文、电脑处理等琐碎工作我都基本熟练。在公司里，我们始终要保持精神饱满，以充分的精力和自信去迎接各种挑战。常规的机械的事务性工作，应该一丝不苟，兢兢业业地做好。在助理这个职位上技术性的劳动并不多，大多是些琐碎重复的工作，也需认真地对待才行。实习是我步入社会的第一课，它教会了我怎样待人接物，如何处理各种事情。虽然在短短的两个月里看到的只能是工作的一个侧面，学习的只能是一些初步的方法，但这些对于我是非常重要的。这次实习还告诉我，在社会这个大学堂里我还是个小学生，还有很长的路要走。要抱着谦虚慎重的态度，无论大小认真踏实地完成每一件事，走好每一步。

篇2：公司总经理助理实习报告

20xx年X月，我正式进入无缝钢管厂专用管分厂，直接进入电工工段进行实习，由于刚进厂的时候对于设备和线路还不是很熟识，所以主要是跟随师傅熟识环境，了解外围的

电路及电气设备，以及轧制的工艺流程的各个详情。在经过了长时间的实习之后，今年3月份我以优秀的表现进入了电气组连续我的工作和学习。在部门领导的关心和带着下，也为了确保生产和提高效率，我们常常要做一些小的改造和创新。在参加这些项目的同时我也在不断的积累阅历、增长见识。

比方说，穿孔p1操作台和操作室距离并不远，但是在生产过程中一线操作工常常要两边跑，就是由于p1操作台根本无法实施掌握，而只能在操作室进行掌握。为此我在部门领导的带着下，对p1操作台的故障进行了排查，最终发觉是连接两端的网线被废弃轧制工具砸断了，正好仓库还没有这个型号的网线，于是我们尝试用红黑麻花网线替代它，最终实现了p1操作台的正常使用，保证了生产的效率。

再有，水压机操作台，停料处有料的时候被测料是不能翻料的，可是相反的结果消失了，只有停料处有料的时候才能翻料否则就不能翻料。测水压的过程是用plc和接近开关掌握的，可是在程序上找不到任何毛病，于是我们便在接近开关处进行查找，最终我们发觉翻料处有一个接近开关坏了，在更换了之后最终恢复正常。

assel作为轧制过程中最重要的步骤之一，与最终成品品质有着莫大的关系。所以我们在此处的改造也是比较多的，常常要依据详细状况做出相应的调整。最近的新产品219系列是以往我们从来都没有生产过的，在工艺组做出打算和改革方案之后，我们也对轧制过程做了细致的分析，我们一改平常的轧制速度，将轧制速度降低，避开速度过快造成毛管过弯而造成卡管现象，以保证钢管可以顺当的通过主机。在轧制出来之后，要用地滚把高温的钢管带到常化链床上，可是由于温度过高常常会对钢管造成创伤，影响管子的品质。针对这一问题，我们特殊在assel主机的一侧加了两台风扇，轧制完成之后，稍加冷却后再将其用地滚拖出来，保证了管子的质量。

辊道作为生产过程中的基础设备常常会被损坏，尤其是减速箱和电机都很简单损坏，这就要求电机是极其稳固的，不能伴随着运转而大幅度摇摆，为此我们讨论在电机下面加一个底座并用支座与其焊接，这样就可以到达固定的效果，削减电机因摇摆而造成的损伤了。

作为生产二线的一员，尽自己的努力保证生产，看到生产过程是如此的红红火火，心里自然是布满了喜悦和骄傲感。在今后的工作中，我会更加努力的工作，提高自身技术水平，为企业多做一些奉献。

篇3：公司总经理助理实习报告

实习时间：2011年12月8日—2012年2月20日

实习地点：广东省广州市

实习目的：

本次实习是对大学四年期间学习的专业知识的一次全面实践性练习，其目的在于积累社会经验，通过实践加深对工商管理基础理论和基本知识的理解，将课堂知识与现实工作进行结合，达到理论与实践相结合的目的。希望通过本次的实习经历，亲身体验让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，更重要的是检验一下自己所学的东西能否被学有所用，找出自己的不足之处，以便更好的取长补短，提高个人素养，为即将进入社会做好准备和进行必要的热身及适应。

实习单位介绍：

XX技术有限公司是专业生产冰箱冷柜用各类蒸发器、冷凝器。主要产品有层架式蒸发器、板管式蒸发器、翅片式蒸发器、盘管式蒸发器、钢丝冷凝器及其它管类配件。公司以“质量至上，信誉第一”为宗旨，以“诚信为人，绩效为本”的理念，致力推行ISO9001质量管理体系，凭借“先进设备、优秀人才、精湛工艺、卓越品质和至善服务”赢得了广大客户的信赖与支持。

二、实习工作内容：

(一) 实习岗位简介

本人所在工作岗位是总经理助理，主要工作是辅助总经理的工作。由于这项工作便于对企业整体运作模式的观察，因此担任此项实习工作更能够将学过的专业知识与实际相对比。

在实习期间，我主要完成以下五个方面的工作：

- 1、接听来访电话、客户接待、邮寄快件等日常行政事务；
- 2、办公用品等采买和管控，各类资产的建档、维护管理；
- 3、人员的考勤管理和月考勤统计；
- 4、负责公司产品宣传文章的撰写；
- 5、完成领导交办的其他工作。

(二) 实习内容及过程

进公司的第一天，人事部门的一位前辈热情的接待了我，填表格、递交资料，参观公司。前辈给我介绍了一下公司的大概情况，比如说公司的文化理念、经营理念、管理理念、工作作风等等。在与总经理进行了简单的面谈之后，我翻阅公司的相关资料，熟悉和了解了公司的状况，包括其规模、部门、人员分工等。这里员工的热情让我没有一点陌生感，刚来时的忐忑也随之烟消云散。

据我所知公司效益良好，处于稳步上升时期。公司内部设置大约也和其他同级公司相似：公司总经理，负责整个公司的统筹与管理；下设业务部、制作部、设计部、以及安装部等。因为公司规模不大，内部员工可以灵活的交叉运作，我也得以参与了数个客户的文案、创意、客服等方面的开发和交流，获得很多难得的学习和锻炼的机会。

在开始的工作中，由于对人员和工作环境还不太熟悉，因此工作效率比较低，也出现了一些错误，比如发错设计图、文件指令下达效率低等，但是经过后来的弥补，没有造成经济损失，同时总结经验教训并且努力在与员工沟通和协调方面下功夫，了解人员关系，适应企业环境，渐渐比较熟悉的掌握了业务技能，后面的类似工作便能应付得比较得心应手。

通过一段时间的工作实践，基本的了解了公司的设计流程。首先是客户提出对产品的要求，然后设计主任根据客户的需求程度，合理的分配任务，尽量在现有产品的技术基础上加入新的设计让客户满意。因为大部分的客户还是不了解设计的，他们更多地追求设计时效性，明艳、鲜亮的色调是客户的首选，因为他们认为这样会更好服务消费者的眼球。但是种种提出的要求如果把握不好，就会造成设计的庸俗化和产品的缺漏性。

经过了的锻炼，使我学到许多在课本中无法涉及的内容。到后期的实习中，因为对工作流程比较熟悉了，领导对我们这些实习生也提高了信任程度，就安排在前辈的带领下，实习生和客户接触。与客户直接接触，我们工作的目的就是要让客户满意，当然在不能缺乏创意的同时，还要兼顾它在市场上的时效性。并不是说，有创意的设计就一定适应市场的竞争，这就涉及到设计的营销与管理的重要性。如何让设计达到预期的市场效应，首先就要对所涉及到的市场进行剖析性分析，找到最恰当的目标消费群，进行市场定位，然后确定项目的核心，一切设计行为都围绕着核心概念展开，这样才能使策划项目不偏离市场。与客户接触的工作，令我大开眼界、长进不少：我学会了怎样探索、开发和利用一切可以利用的资源 and 途径去更可靠更完备地获得想要了解和得到的信息；锻炼了自己的口才和交际能力，特别是与自己的工作、利益密切相关的同事、上级领导或其他人交流和沟通的艺术和技巧；更好地领悟到了怎样运用自己的专业知识、头脑去客观冷静地审查、分析、判断问题

在这类技术设计公司里面，我第一接触到了“设计管理”这个概念，并且知道了“设计管理”这个专业在中国也仅有几岁的生命，这是中国设计行业走向成熟后必然要出现的新的研究领域。而我们正是应社会发展的需要而出现的综合型人才，不仅对基础设计理论能够熟练的运用，对管理学、市场营销、财务管理等各个方面也都要有初步掌握，并且能在设计与管理两者之间找到最好的平衡点。这也是我进公司后，要努力的方向。

三、实习收获与体会

通过这次的实习，我对自己的专业有了更为详尽而深刻的了解，也是对这几年来大学里所学知识的巩固与运用。在实习过程中，实践与理论相结合就是一门大的学问，需要我们自己去亲身体会。在学校的时候我们总是一味的去学习理论知识，很少将其运用到实践中去，因此过多的缺乏实践，导致我们实践能力不强，很难真正的融入到社会当中。通过近几个月的实

习，我明确认识到实践的重要性。实践中蕴涵着无穷无尽的知识，这些知识需要我们在实践中去发现、去总结。在实习单位中有许多同事，他们没有受过正规的大学教育，但是他们仍然做出了良好的业绩，在公司占据了一席之地，为公司和个人都带来了良好的效益。这一切证明了实践出真知，实践是认识发展的动力和源泉。其实“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。而这一次的实习，帮助我更深层次地理解企业运行的模式，对专业学习和今后的工作提供了极大的帮助，使我在工商管理专业方面，不在局限于书本，而是有了一个比较全面的了解。

在实习期间，我帮忙接电话，复印资料，整理文件，参加各种会议组织和实施等，无不感受着工作的氛围，这些都是在学校里无法感受到的。在大学，只有学习的氛围，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每个人都会为了取得成就感和获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自身能力。记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，还始终保持着学生的身份。而走进工作单位，接触各种各样的同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。在这次实践中，我感受很深的是，学校的理论学习很多，几乎是面面俱到；而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。要感谢老师孜孜不倦地教导，我比一部分人具有更高的起点，有了更多的知识层面去应付各种工作上的问题。

这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的，做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处，是现代社会做人的一个最基本的问题，对于自己在校大学生，面临踏入社会的人来说，需要学习的东西还很多，他们就是最好的老师，正所谓“三人行，必有我师。”回想这次实习，我从接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。千里之行，始于足下。这对我以后走向社会起到了一个桥梁作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，对将来走上工作岗位也有很大帮助，同时也让我明白了许多做人道理，向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位的各项规章制度，与人文明友好交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这一个月所学到的经验和知识大多来自领导和同事的教导，这将是我一生的财富。

“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”通过几个月的实践学习，我学到了许多在校园内无法学到的知识，这些宝贵的人生经历将激励我在以后的人生路上勇于实践，开拓创新，为人生的下一次辉煌奠定坚实的基础，成为我受益终生的宝贵财富。

最后，感谢广州夏雪制冷技术有限公司总经理袁伟和先生给我这样一次宝贵的学习机会，以及单位的其他同事对我的教导和帮助！

篇4：公司总经理助理实习报告

实习目的：

为了巩固大学期间所学到的商务英语专业知识,提高实际操作技能,丰富实际工作和社会经验,掌握操作技能,将所学知识运用于实际工作.

实习内容 :

按照老师的安排,我制定了相应的实习计划.在这个公司里我的主要工作是总经理助理,协助总经理做一些日常工作,比如商业计划书的制定和一些文件资料的翻译等等.

实习心得体会 :

两个月的实习,让我学到了很多在书本上没学过的东西,也让我对这个社会有了更多深入的了解.我认为学我们这个专业或者说在做总经理助理这个工作时应当具备以下几种能力 :

(一) 交际能力 : 善于与他人交往是做这项工作应具备的首要能力.说到底,助理其实也是一种服务人员,而服务人员就必须懂得如何与他人接触.“他人”既包括外部的客户,也包括内部的同事和领导.我们必须学会如何与他人建立和维持关系,学会倾听别人的意见表达自己的想法,注重交往艺术,能够区别不同性别,不同场合,不同年龄,不同文化背景的人应采取交往方式,对自己一定要有正确的定位,才能在工作中提供优质的服务.

(二) 合作能力 : 助理工作不像某些物质工作那样工序分明,无论是在前台还是在后台的服务都必须与公司的上司、下属、同事、顾客、供应商等进行合作.另外,做一名助理还应当有全局观念,较强的协调沟通意识,学会与供应商协商,与同事合作,充分发挥不同角色的作用,利用现有的各种因素为公司提供满意的服务,发挥助理的中介、纽带作用.

(三) 学习能力 : 在我看来,整个实习过程既是我向用人单位提供服务的过程,也是一个学习的过程.助理必须根据公司和客户的具体需要确立服务方式,我们如果越了解他人的期望,就越能为他人提供优质的服务,而市场需求的不断变化就要求我们应有不断学习新知识、新技能的能力,有较强的适应能力.我刚到单位的第二天,副总就要求我为公司写一份商业计划书,但我连商业计划书的格式是什么都不知道,最后只有闷在办公室通过上网查询,才学习到商业计划书的写作方式,该计划书完成后,虽然在实际内容上与副总要求的有所差距,但我的学习能力却得到了用人单位的肯定.

(四) 教育、说服能力 : 在工作过程中,助理往往会成为经理和其他工作人员之间的“传声筒”,负责着将上级的指示传达给下级,将下级意见反馈给上级的任务,如何给有效的促进二者之间的交流,助理就必须通过语言去吸引人,打动人,说服人的能力,懂得清晰、简洁、明了的表达中心思想,为上下级提供准确易懂的信息,也就是说,在这样一个信息沟通的过程中,个人沟通能力直接影响着沟通的结果.

(五) 企业环境、顾客知识 : 在工作过程中,对企业内部环境,对市场情况,对顾客的特点掌握的越全面,就越能为单位提供满意的服务,平时工作时要善于观察,还要学会换位思考.

根据企业本身的特点调整自己的服务方式.可以使我们的工作更顺利的完成.平常工作不忙的时候.我都会到各个部门去转转.像销售部、生产部、财会部、售后服务部等等.这样不仅会使我更快的了解公司内部的情况.还可以更快的让我溶入这个环境.毕业实习报告

(六) 文化修养: 要与公司其他员工进行良好的沟通.我认为文化修养也是应必备的素质.具备广博的知识和良好的精神面貌才有利于交流.

(七) 技术性能力: 技术性能力是完成某一项具体活动所需要的本领.有些公司往往通过培训.使工作人员掌握一定的操作程序.适应岗位的需要.而对于某些新招聘的人员来说.具备某方面的技术性能力往往是进入某一行业最起码的要求.作为我们专业的学生.我们的优势技能就是对英语的熟练运用.我之所以能够应征到这个公司来做助理.很大程度上也是因为这个优势.

(八) 管理能力: 我们在工作过程中.需要与别人建立联系.管理别人.激励别人.处理冲突.控制情绪等等.这一切都与管理能力有关.对于大部分学生来说.会认为对这一能力的要求往往是针对决策层或管理层而言的.但是市场导向的管理体制中.企业组织从“金字塔”型组织结构转变为“倒金字塔”型组织结构.服务工作的决策权也从管理部门和职能部门转移到服务工作第一线.所以说.管理能力不再是高层管理人员的“专利”而是我们刚步入社会的大学生要具备的必要的的能力.

对外语系实习的就业建议:

经过这次实习.我深切的感受到了平常系领导和老师们所说的我们的专业优势: 商务知识和语言的结合.这使得我们在用人单位招聘时有了一些优势.但我同时也感觉我们也应当在一些方面改进一下:

(一) 加强对口语的训练: 口语是我们在应聘的时候的一关.只要招我们这个专业毕业生的用人单位.首先要检验的就是我们的口语.虽然我们系里请来了外教.安排了许多口语课.但我们开口的机会其实很少.而且其中有些外交也是名不副实的.口语课其实成了花架子.希望系里能够找到更切实有效的方法来解决这个问题.毕竟.一口流利的口语是许多学生所追求的.这也是我们的“门面”.

(二) 多增加学会实习的次数.增强学生的实际动手能力: 我们学习的知识偏重于理论.实际运用到的技能往往和我们所学的有很大的差距.动手能力差是我们的普遍特点.我刚到实习单位的时候甚至连复印机、传真机都不会用.我们日常所学的课程中.像《外贸函电》这类实用价值非常大.但实际运用起来有些时候与书本也是有差距的.所以.我认为我们应当多开一些实习课.让学生有更多的机会走出去.刚毕业的大学生既然没有什么工作经验.那么就应该在实习经历上为自己加分.

篇5: 公司总经理助理实习报告

一、实习时间

2019年x月x日至x月xx日。

二、实习地点

xxx有限公司。

三、实习报告内容

(一) 实习单位情况

xxx有限公司是xxx集团旗下xx资源集团所属全资子公司。集团主要业务涵盖四大领域：林浆纸工业，农产品工业，特种纤维素与纤维素纤维，能源开发。xx纸业有限公司，主要从事高档文化用纸的生产和销售。集团旗舰品牌“xx”牌办公用纸完全采用可再生的相思树种植纤维生产，品质和性能优于同类产品，销往全球xx个国家。

(二) 实习内容

短暂的实习生活除了工作经验和知识上的丰硕外，最大的收获莫过于“转变”二字——从校园思维模式到职场思维模式的转变，为今后尽快适应融入职场生涯奠定了基础。说到从校园思维模式到职场思维模式的转变，就不得不提到角色定位。从进入公司伊始，就要求自己以职场人员的标准要求自己，不能将学生行为带到工作环境中，但是在学习新的问题时依旧要像学生那样保持谦虚的态度。以下是我这x个月的实习工作的总结：

其一是加强英语的学习。对于助理这一职务虽然频繁的应用英语，但作为自己的专业却可以成为我的优势。可是，在实习的过程中这个优势却并不怎么突出，这是由于我对英语还处于会而不精的原因。所以，在以后的学习中我要通过扩大词汇量和增大阅读面来提高自己的英语水平，使自己的优势更加突出。

其二是加强沟通能力。通过实习，我发现，专业知识固然重要，但良好的沟通能力是让别人发现自己能力的前提，对于助理这个职位来说，沟通能力更是包括了一个人从穿衣打扮到言谈举止等一切行为的能力。通过在日后的交际中来提高我的沟通能力一定会在我以后找工作的过程中起到事半功倍的作用。

其三增强前提是奉献的意识。因为是突出个性自我的关系，在这一方面我做得很不够。我们虽然一在日常的工作和生活中接受了团结合作的重要性，停留在这个大家都认同的概念中，可能会进一个误区，理论正确行动却没有效果，这就要求我们每个人增加奉献精神，一个人若不懂得在团队中主动奉献，能力再好也会变成可有可无的角色。应该把自己所拥有的知识能力奉献出来才能促进团队的进步，并使自己的能力得到认同。

其四是学习忍耐，社会不像学校，它关系网错综复杂，没有人可以无条件的接受你的一切情绪，俗话说，忍一时风平浪静，退一步海阔天空，要保持宽容的心态，在风平浪静时海阔天空处才能更好的获得成功，处理好一切关系。

其五是要做好身边的每一件事。现在我的人生观和过去有些不同，曾经年少轻狂，好高骛远，总觉得明天肯定会很美。现在，在我心中定义的美跟以前不同，得到的方式也不同。现在的美是一种踏实的感觉。而且是通过自己的坚持不懈的努力得来的。

(三) 实习心得

当踏出了大学这扇门，就意味着要踏上职业生涯的道路，对于应届生的我来说，还没有足够的社会经验，经过了这x个月我学到了很多，感悟了很多；特别是在公司领导和同事的关心和指导下，认真完成领导交付的工作，和公司同事之间能够通力合作，关系相处融洽而和睦，配合各部门负责人成功地完成各项工作；积极学习新知识、技能，注重自身发展和进步，我学会了很多技能，增加了相关的经验。现将这x个月工作遇到的困难及心得总结如下：

在实习中遇到的困难不少。

一、公司是家外资企业，我英语底子不太好对我工作造成了比较大的困扰。首先英语口语部流利与外籍员工沟通的时候不太顺利。除此之外，与公司内部高层发邮件也需用英文发。虽然对中国员工没有要求要用英文，但在外资企业一般人都习惯用英文，如果我用中文回复同事特别是领导的英文邮件时，似乎显得不太礼貌。其次对于公司电脑的英文系统不熟悉。再者，公司内部文件很多是英文版，而且对于人事资料需要翻译成英文做录入记录。

二、公司内部文件的处理很大部分是用excel完成的，我在大学时对这个软件用得不多，还不太熟练。

三、我非人力资源管理专业毕业，对于人力资源管理的工作这是第一次接触。有很多知识值得我继续学习。对于自己遇到的困难，我也会不断总结。并且通过不断地虚心努力地学习，去解决现在的问题。

在这x个月的实习过程中，我得出以下几点心得：

一是低调地做人，高调地做事。我到公司工作以后，要知道自己能否胜任这份工作，关键是看你自己对待工作的态度，态度对了，即使自己以前没学过的知识也可以在工作中逐渐的掌握。态度不好，就算自己有知识基础也不会把工作做好，多听、多看、多想、多做、少说就是我的态度，我刚到这个岗位工作，根本不清楚该做些什么，并且这和我在学校读的专业没有必然的联系，刚开始我觉得很头痛，可经过工作过程中多看别人怎样做，多听别人怎样说，多想自己应该怎样做，然后自己亲自动手去多做，终于在短短几天里对工作有了一个较系统的认识，慢慢的自己也可以完成相关的工作了，光用嘴巴去说是不行的，所以，我们今后不管干什么都要端正自己的态度，这样才能把事情做好。

二是少埋怨。有的人会觉得公司这里不好那里不好，同事也不好相处工作也不如愿，经常埋怨，这样只会影响自己的工作情绪，不但做不好工作，还增加了自己的压力，所以，我们应该少埋怨，要看到公司好的一面，对存在的问题应该想办法去解决而不是去埋怨，这

样才能保持工作的激情。

三是注重信息的反馈。在工作中，一定要记住要及时向上级报告工作的进度。不要等这个任务完全做完再上交报告，有些工作持续的时间比较长，需要及时报告。等到领导亲自来问你进度时，领导对你的印象已经不好了。

四是虚心学习。在工作过程中，我们会碰到很多问题，有的是我们懂得的，也有很多是我们不懂的，不懂的东西我们要虚心向同事或领导请教，当别人教我们知识的时候，我们也应该虚心的接受，不要认为自己懂得一点鸡毛蒜皮就飘飘然。

五是错不可怕，就怕一错再错。每一个人都有犯错的时候，工作中第一次做错了不要紧，公司领导会纠正并原谅你，但下次你还在同一个问题上犯错误，那你就享受不到第一次犯错时的待遇了。

“在大学里学的不是知识而是一种叫自学的能力。”当我真正走上工作岗位时才深刻的体会到这句话的含义，除了英语和计算机操作外，课本上学的理论用的很少，我担任的助理一职平时做些接待客户、处理文件，有时觉得没有太多挑战性，而同公司的网站开发人员就大部一样了，计算机知识日新月异，他们不得不以自学尽快掌握新知识，迎接一个一个新的挑战，如果他们之靠在学校中学到的知识肯定是不行的。我们必须工作中勤于动手，不断学习新知识积累经验，没有自学能力的人迟早会被企业和社会淘汰。

我最大的感悟就是真诚所至，金石为开。不管多难做，做好自己的那一份，总有一天会有收获，只是时间的问题。但如果你不去做，这一天永远不会像天上掉馅饼那样到来。就像士兵突击中的许三多，从泥巴到尖子只是做与不做的区别。

另外，人际关系的处理也很关键，虽说在工作中能力必须有，但如果没有同事的合作与包容，你可能什么都做不了。以前可能是因为电视剧看的太多的原因，我总是感觉职场上充满了明争暗斗，要处事圆滑甚至耍些小聪明才能生存。但在与同事相处的过程中，我觉得更重要的是放大别人的优点，缩小别人的缺点。多站在别人的立场上想问题。

还有就是坚持的重要性。实习中自己的感悟。我觉得，整个人生有因就有果。只有做好身边的每一件小事，才能得到所谓的善果。针对大学生眼高手低的特点更应重视坚持的重要性。也许我们所不在意的一件小事，就是我们的一个机会。要想长成参天大树就要靠坚持靠积累。

篇6：公司总经理助理实习报告

2012年1月17日到2012年2月17日一个月期间，我在北京拍卖有限责任公司(简称)总经理助理兼日语翻译岗位实习。这是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。北京歌德拍卖限责任公司是一家民营企业。歌德有自己的规章制度，每天服从公司安排，在做人做事方面严格要求自己已经成为我刚进入公司的首要任务。每天在规定的时间内上

下班，我的工作范围是直接面对总经理，因此不想销售人员和行政部门有团队的合作，毕竟总经理主力不需要人手很多，目前总经办除了我以外还有一位女同事，比我早到这家公司很多年，业务方面和公司的各个细节都十分了解，我作为一个新人，刚刚工作就被安排在总经办从事总经理助理这个职务起初自己也着实没有想到。不过正是由于自己日语方面的一技之长，才能使我更快速地接触到歌德的高层领导。

作为小助理，在工作中要时刻注意总经理的日程及行程安排，帮助总经理拟定好日程计划，有变动时要及时通知总经理。平时的工作中，总经理安排的各项事务都要做到井井有条，记录在案。进入公司以后马上就迎来了工作的第一次挑战，由于我所在的是一家拍卖公司，业务范围自然是古董，字画，瓷器，名酒等的拍卖，因此我需要了解公司大体的拍卖流程和操作方法。这就花费了我不少的时间，从上网找资料到自学相关同事，一点一滴的积累也是我对歌德有了进一步的了解。公司近期进了一批动画片原稿，作为助理兼翻译，我的工作自然又多了一项，那就是翻译，虽然一直十分喜欢动画片，可是对动画片原稿的相关资料我可是一无所知，于是我展开了大海捞针似的搜集资料，雅虎拍卖，日本代购，淘宝等等几乎所有有关的拍卖、网购网站都被我查了个遍，科所了解的东西还是少之又少，没办法上日文网站看看去，于是我算是在工作中第一次正式运用到了我的日语专长。找资料的过程虽然不简单，但却是我增长了不少见识，对比价格，质量等等。随后一系列陌生的工作随之而来，资料整理完毕，以为告一段落，可是三月份的拍卖会近在眼前，还有许多前期的工作没有做，总经理一边询问我动漫的情况、市场，一边把后期的工作直接一股脑交给了我，他的理由是：公司就你懂日语懂动漫，所以就你上。于是我又硬着头皮做起了拍卖会的准备工作。奇怪这些应该都不是总经理助理份内的工作。没办法，实习生就要任劳任怨勤勤恳恳。到库房对拍品的确认，拍照使我对库房的工作流程有了进一步了解，到编辑部与美编沟通，了解编书细节，图录的编辑原来是拍卖会至关重要的化解，图录质量的好坏直接决定着拍卖会的成功与否。原来美编的工作也不简单。再到相关动漫资料的收集，我以为就已经接近尾声了，原来重头戏在后面，最难的正是资料的收集，有些动画片原版的资料国内网上根本就没有，扒遍了日语网站，挠头的对专业词汇和外来语进行翻译，猜译，总算是整理出了每一部动画片的资料，这次的翻译实践对我来说是次绝佳的挑战。首先，与之前做的翻译作业相比，这次翻译任务相当艰巨，让我第一次全身心的严肃认真对待翻译。其次，这次翻译让我了解到动漫产业专业术语的新领域，在翻译的过程也增进了对这个新领域的了解；再次，这次的翻译给了我一次把课堂所学的翻译理论应用于实践中的机会，在不但的比较，推敲，衡量，找到最佳字词句的过程中，我也慢慢领悟到翻译的真谛。最后，这次翻译实习也是次难得的经历，进一步锻炼我的翻译水平，今后的笔译和口译的深造铺砖添瓦。

这次翻译实践让我对如何做好翻译，如何提高翻译水平有了更加深刻的理解和感悟。首先，必须真正理解所要翻译的材料；其次，用“忠实而通顺”地传达原作内容。最后，审校译文。由于初次接触到动漫产业中跨文化交流的话题，初读原文时一头雾水，不知所措，也无从下笔。而无法理解原文的内容自然也就无法表达。于是我在网上查看了中文日文的背景资料后，再重新阅读原文。通过这次翻译实践也让我认识到想要成为一名合格的译者，第一，中文水平要高，要打下扎实的汉语基础，特别是要下工夫提高自己的汉语表达能力；第二，外文水平要高，特别是要具有很强的阅读理解和鉴赏能力；第三，知识面要广；第四。要熟悉并掌握基本的翻译技

巧。在今后的日语学习中，我会更加严格要求自己，在这四个方面多下工夫，争取做一名合格的译者。这样价钱对比，尺寸介绍，图片编辑，资料整理??总算是系统化了。我的工作中心也从动画片原稿拍卖的前期准备中回到了总经理助理的职务上。在工作中我学会了使用扫描仪、传真机、打印机，这些在我看来理所当然就会的东西其实也并不简单，真正实践起来才知道每一件小事要做好都不容易。日常的工作很琐碎，签字，盖章，打印，复印，送交财务，订机票，查资料??起初的那点新鲜劲儿也快磨没了，不过既然要做就要做到最好，在工作中我仍然努力学习，虚心请教，主力的工作看似简单，其实没一个细节都在考验你的能力。日程的记录是否详细，没有丢项落项，总经理交代的事情是否件件完成并且记录在案，方便日后查询。各个档案贵的钥匙是否贴好标签，妥善保管，件件细致入微，却都是很重要的事情。

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。

“天下英雄皆我辈，一入江湖立马催。”从学校到社会的大环境也完全换了角色，老师成老板，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过得很快，但是我从中学到了很多知识，关于做人，做事，做学问。

在做人方面：

诚信，对于一个人，一个企业甚至一个国家来说都是其立于不败之地的重要条件，这一点我有着深刻的体会。在实习过程中，我遇见了很多这样的事情，这让我更加深刻地体会到诚信在人们日常生活中的重要作用，一个人只有诚信做人，才能在自己有困难的时候得到别人的帮助，从而顺利地完成自己想要做的事情；一个企业只有诚信经营，才能使自己的经营活动更加顺利地展开，即使企业遇到了一时的困难，其他企业也会因为其以往的诚信经营，而给予力所能及的帮助，帮助企业度过难关，在激烈的市场竞争中做大、做强；一个国家也只有具备了诚信的民族品质，才能在激烈的全球竞争中取信于其他国家，为其国家的发展创造一个良好的周边环境，让我们整个国家在一个更加和谐的周边环境里去积淀更深的民族文化内涵和历史底蕴。在学校的时候我很少去认真严肃的对待这个问题，自己没有一个很好的原则，因此在以后的生活中做人要以诚信为本，因为它已经成为我现在乃至以后所坚守的原则了。

另外具备强烈的责任感也是非常重要的，热爱实习岗位，积极承担岗位职责，才能不断提升实习效率。“爱岗才能敬业”，热爱实习岗位才能完成好实习任务。在实习过程中，我努力培养自己对实习岗位的热情，珍惜在岗位上的每一分钟，努力学习岗位上的相关知识，积极承担岗位上的责任义务，努力做到能够独立顶岗，能够独立完成岗位上的相关操作，对岗位

技能知识做到“懂，会，做”。

一份劳作，一份收获，有付出才有收获，我坚信自己的努力一定会有回报，而我将会仍然继续努力。

在做事方面:

在实习过程中，虽然作为新人我也犯过这样那样的错误:总经理来客人了我却不知道要端茶倒水，忘记锁会议室的门等等??但歌德给予给我的是积极的态度和遇到问题以后马上改正并处理的机会，让我们有战胜一切困难的坚定的信念。我每天都会把一天的工作进行总结整理并记录在本上，大到会议记录，小到在办公室吃梨时，总经理推门而入的尴尬??这些都是对我一天工作下来的总结，有不足之处，还有一些值得表扬的地方。在歌德拍卖的实习使我的做事能力得到了很大的提升，目标感强烈，有一个很好的心态，特别是在具体工作方面，是在处理问题是能够更加细致，更加稳妥，克服了以前毛手毛脚丢三落四的毛病。

在人生的道路上，必须要有一个强烈的目标，朝着自己的目标不停的奋斗，鼓起勇气用坚定的信念做航线，才能战胜急流险滩，到达成功的彼岸。当然一个很好的心态也是决定成功的关键，消极的人用消极的心态去做事，积极的人用积极的心态去做事，反而成功的机率会更大。

在以后的生活当中无论是做人做事，我们都应该做到德才兼备，人生之舟，必须用高尚的品德做舵，用丰富的知识做帆，用坚定的信念做航线，才能战胜急流险滩，到达成功的彼岸。

在做学问方面:

在实习过程中，实践与理论相结合就是一门大的学问，需要我们自己去亲身体会。在学校的时候我们总是一味的去学习理论知识，很少将其运用到实践中去，因此过多的缺乏实践，导致我们实践能力不强，很难真正的融入到社会当中。通过一个月的实习，我明确认识到实践的重要性。实践中蕴涵着无穷无尽的知识，这些知识需要我们在实践中去发现、去总结。在实习单位中有许多同事，他们没有受过正规的大学教育，但是他们仍然作出了良好的业绩，在公司占据了一席之地，为公司和个人都带来了良好的效益。这一切证明了实践出真知，实践是认识发展的动力和源泉。其实“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的的能力”。参加工作后才能深刻体会这句话的含义。我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。

“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”通过一个月的实践学习，我学到了许多在校园内无法学到的知识，更加坚定了我今后的职业规划和理想。这些宝贵的人生经历将激励我在以后的人生路上勇于实践，开拓创新，为人生的下一次辉煌奠定坚实的基础，成为我受益终生的宝贵财富。在两个多月的实习过程中，我对整个销售行业的运作模式和日常操作程序都有了

一定的了解。在此过程中，我不仅在我的专业知识领域有了新的突破和进展，同时，也在我的人生经历中增添了非常重要的一节，这将是我一生中珍贵的财富。

毕业实习，是学生从学校步入社会的过渡阶段，是让学生在真正出社会之前，对社会的提前适应阶段。三年的大学生活虽然不能说是完全的与社会脱节，毕竟还是离现实有一段距离。通过毕业实习，让我切实的体会到了工作的艰难与不易。它教会了我运用所学知识去解决现实问题，更教会了我怎么去与人沟通交流，怎么样做一个合格的业务员。这次实习不仅使我更加了解了销售这一行业，从中学到的知识也将使我在从事其他行业工作中也非常受用。

通过这次实习，我深切的了解到，独立和好学是一个实习生首先应该具备的。只有培养自身的独立能力，不过分的依赖，自己主动的去发现问题解决问题，这样我们才能真正地提高自己处理问题的能力，才能在工作上得到进步。另外，在工作上，有问题，有不懂应该大胆请教，而不是不懂装懂。“三人行，必有我师”，我们该学该问的不仅仅限于我们的同事，前辈，各种形形色色的人，每个领域，都有我们要学该懂的东西。通过学习，才能独立工作，积累经验，最后得到的才是最适合自己的东西。另外如何与人和睦相处，良好的进行沟通，是一名实习生必须要学会的。努力把自己培养成为一个德才兼备，更好的去适应社会环境的人而努力~

以上是我的工作总结，这是一段充满挑战和收获的经历，这是一段充满幸福和快乐的旅程，这是一段充满挫折与反思的人生，这是一件我们一生用心珍藏的礼物，这是一个不老的故事，是我们这一个大家庭用情感书写的传奇，这一切必将是我生命中不朽的记忆，必将给我们以后的人生打下坚实的基础，必将是我生命中丰硕而宝贵的精神财富。