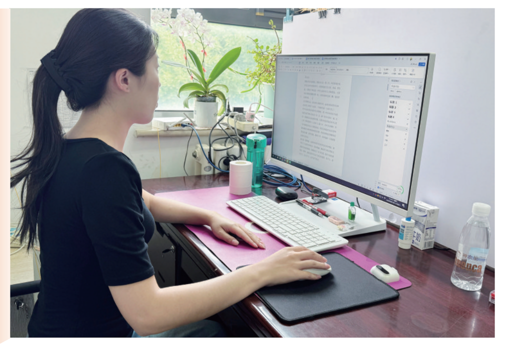
见习砺青春 实干赴韶华

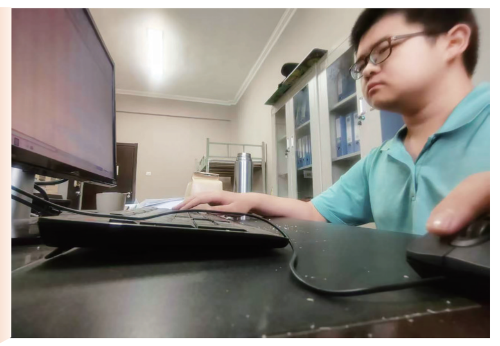
编者按：

门头沟区2026年大学生政务见习营汇聚了来自清华大学、北京大学、北京师范大学、中央民族大学等43所高校的100位优秀青年学生，在我区33家单位开展了为期一个月的政务见习。在这里，青年们褪去青涩稚气、锤炼实干本领，在岗位实操中积累经验、增长才干，在服务中体悟初心、读懂责任。本期刊发专版，以见习周记的形式，全景展现他们从青涩入职、熟悉工作、深度实践到蓄力成长的完整蜕变历程。



邓妍

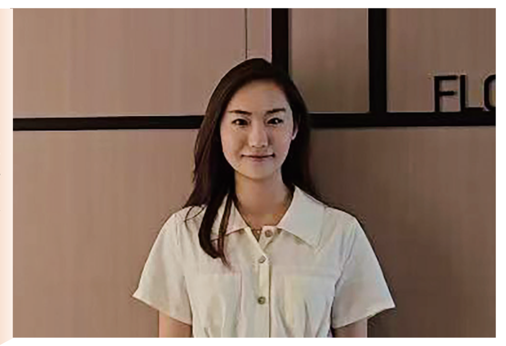
胡天怡



黄灵杰

江灏

李天任



鲜舒凡

许振宇

朱玉童

第一周：初见政务，满心期许

初印象

◆ 这是我在京门商投公司党建部见习的第一周，心里是压抑不住地兴奋。

入职前，我既紧张又期待。一方面，我虽然是一名中共党员，大学期间也做过团支书，但团务和党务终究有所不同，对接下来该怎样开展工作，心里多少有点没底。另一方面，我又很向往国企的工作氛围，能在这里见习，内心充满欢喜。

报到当天，沫姐领着我挨个认识各位领导。原本以为会是挺严肃的环节，没想到每走进一间办公室，迎面而来的都是一句句带着笑意的“欢迎”。话虽不多，但却让我紧张的心情慢慢放松了下来。

坐到工位上后，沫姐把公司的行政制度和党建制度发给了我。我认真地学习了一遍，逐条标注重点，比较快地建立起对国企党建工作规范的基本认知。

当天，我还协助核对了一些基础资料，内容密密麻麻全是数字和年份，乍一看有点枯燥，但沫姐跟我说：“党建部的每一张纸，都关系着制度的运转。”我把这句话工工整整地抄在了笔记本的扉页上。国际中文教育专业教会我如何讲述“中国故事”，而这里的每一份文件、每一次核对，都是在为“门头沟故事”打地基。这一周像推开了一扇门，我想留下来认真看看。

◆ 第一次以政务见习生的身份走进门头沟区委社会工作部，我对“社会工作”四个字既熟悉又陌生。熟悉，是因为它常常出现在书本、新闻和政策文件里；陌生，是因为真正坐进办公室，看着一份份材料、一场场会议、一项项工作按照节点有序推进时，我才发现，基层治理并不是一个抽象的概念，而是由无数细密而具体的工作共同托举起来的。

这一周，我第一次参加了门头沟区第七届社区优秀工作专业人员培养相关会议。坐在会场一侧，我从最初努力辨认会议中的专业表述，到慢慢听懂大家讨论背后的逻辑：社区工作者如何成长，专业能力如何提升，优秀经验如何沉淀并发挥带动作用。过去我理解的社区工作，更多的是“为居民办事”，这次听会让我意识到，高质量的基层治理，还需要一支懂群众、懂方法、能协调、善创新的专业队伍。

会议之外，我也在悄悄观察身边的前辈。电话里的耐心沟通、材料中的反复核对、讨论时对一个措辞的仔细推敲，都让我感受到政务工作的“细”。这里很少有轰轰烈烈的瞬间，却处处需要认真与责任。门头沟正不断积蓄“三大产业”发展新动能，而基层社会治理就像城市发展的底盘，稳稳承接着人与社区最真实的需求。

◆ 7月20日，周一早上8时30分，我站在门头沟区供销社的办公楼前，抬头看了一眼蓝天，深吸一口气才迈进去。办公室在五楼，走廊很安静，只有键盘的敲击声和偶尔的电话铃声。李书记热情地接待了我，并为我引荐了单位的宋主任和指导我工作的田姐。在他们的介绍下，我了解了门头沟区供销社是公有制集体企业，下辖回收公司、贸易大楼两个直属单位，以及6个基层供销社。这时，我才意识到门头沟区供销社的影响原来遍布门头沟的每一个镇。

第一天做的最多的事是认人、认门、认流程。等到要做的介绍工作基本完成，我鼓起勇气问书记：“请问，今天我该做什么？”她想了一下说：“我们最近在设计合同内控制度，这方面你有什么建议吗？”毕竟是初来乍到，还是第一次实习，听到这话我头脑一片空白，又害怕说错话，竟然什么也说不出来。书记似乎也看出了我的为难，改口道：“你还是先从比较基础的工作做起吧。”于是，我观察起前辈们是怎样工作的，其他时间也看看有关内控制度的资料。

事后我反思道：我害怕什么呢？我来这里就是实践学习的，没有经验是很正常的事情。正所谓“不知为不知，是知也”，以后我应该虚心求教，多观察，多做事。怀着这样的心情，我开启了我的见习之旅。

◆ 本周正式进入门头沟区档案史志馆地方志科见习。来之前以为档案工作就是收收文件、存存资料，对档案史志工作承担的意义估计不足。真正接触了具体工作，才发现责任不轻。

本周主要任务是整理已故地方史志专家潘会楼同志遗留的个人藏书和资料，总数约数百册。内容是逐册登记书目信息、分类编号、按馆内规范建立电子目录。资料中既有正式出版物，也有大量手稿、剪报和地方文献，年代跨度较大，整理时需要仔细辨认与核对。有的手稿纸张泛黄发脆，翻的时候要格外小心；有些剪报没有标注来源，需要根据内容判断归属。一上午只能登记十几本，比我预想的慢很多，因为每本都要核对书名、作者、出版社和出版时间，还要判断属于哪一类别。通过这项工作，我对门头沟区的历史沿革和地方文献有了更直观的了解。

本周还担任了见习营临时党支部第三小组组长。在临时党支部书记许振宇同志的指导下，参与组织了一次破冰文体活动。这些事务虽然琐碎，但让我体会到集体活动中分工配合的重要性。

一周下来，最直接的感受是史志资料的积累确实琐碎不易，每一项登记都马虎不得，因为将来查阅者要依此检索，记错一条就可能导致别人白跑一趟。

◆ 虽然我是一名土生土长的门头沟人，但这是我第一次以见习生的身份进入大峪街道。星期一上午8时30分，我准时抵达。党群办的宋主任为我介绍了各科室的职能与近期工作重点。我被分配到了宣传科，大峪街道下辖10余个社区，日常宣传任务涵盖政策解读、新闻报道及专题视频制作等多个方面，工作节奏较快，宣传内容多样。

下午，宋主任为我安排了工位，还找了一些近期的宣传资料让我学习，我逐条翻阅了街道近期围绕社区治理、便民服务、文化活动等主题制作的各类宣传作品，对基层宣传工作的定位和风格有了初步感知。虽然第一天还未参与实质性工作，但这种从“观察者”转向“参与者”的身份切换，令我印象颇深。

接下来几天，我参与到宣传科的日常工作中。我和同事将各类宣传海报分发至各社区，张贴完成后拍照存档。此外，我还编写了一部分街道公众号的文本内容。第一周的见习让我对基层宣传工作有了更具体的认识。它看似由贴海报、写推送等一件件琐碎而具体的事务构成，但每一个环节都需要用真心和耐心去认真对待。在我看来，所谓见习，就是这样从旁观到实操的转变，在具体事务中慢慢积累，逐渐融入。

◆ 这是我第一次真正走出校园、走进基层办公环境。刚踏入办公室时，我带着十足的新鲜感，也藏着初入职场的局促与忐忑。看着各位前辈有条不紊处理日常工作，严谨又踏实的工作状态，让我彻底褪去了学生的松散状态，真切感受到政务工作的正式与严谨，也对接下来的见习生活充满期待。

我跟随单位前辈前往华远铂园青年会客厅，参加组宣信息专题培训。培训没有空洞的理论灌输，都是贴合街道社区工作的实用内容，让我明白基层宣传不是简单的拍视频、写文字，而是真实记录社区工作、讲好身边民生故事。

培训结束后，我承接了宣传视频的出镜和配音工作。这是我入职后第一次独立参与政务宣传实操，配音时反复录制、对比修改，出镜时不断调整状态，力求画面和声音都贴合基层宣传氛围。这次实操也让我切实把在校所学的播音表达专业知识落地运用，真正实现了理论对接实践。

第一周的见习简单却充实，没有复杂的工作，却让我对基层政务工作有了全新的认知。接下来，我会保持谦逊踏实的心态，主动学习、认真实操，积累基层工作经验，踏踏实实做好每一项基础工作。

◆ 7月的京西山峦叠翠，我怀着几分忐忑与憧憬，第一次走进门头沟区政府大院。院内绿树掩映，办公楼庄重肃穆；科室里忙碌有序，步履匆匆间透着政务工作的严谨高效。作为区委组织部人才科见习生，同时担任政务见习营临时党支部书记，我在这紧张有序的氛围里，正式开启为期一个月的见习生活。

第一周的事务细碎而繁杂：为了方便管理见习营，我先后创建查寝共享文档、梳理全营宿舍名单、协助分发生活用品与医疗物资等。同时，为高效回应大家的疑问，我牵头搭建答疑共享文档，统一收集共性问题、集中反馈答复。这些看似琐碎的事务，是我对政务工作的第一堂入门课——原来政务工作的严谨，就藏在每一次核对信息、每一遍清点物资的细节里。

此外，在参与科里HICOOL活动的企业对接工作时，我真切意识到门头沟对人工智能等“三大产业”的高度重视；在组织第一周破冰活动时，我慢慢懂得，活动策划不止是纸面流程，更要把每一处衔接都落到实处；在主持第一期人才微沙龙时，我也触摸到了门头沟引才聚才的工作脉络……

回望这一周，从书本到实践，我已踏出第一步，对接下来的见习满是热忱与期许。

◆ 初入永定镇人民政府民生保障办公室，全新的工作环境、规范的办公节奏，让初出校园的我充满新鲜感，也带着一丝青涩的懵懂与期待。科室的哥哥姐姐们待人温和、十分热情，面对毫无基层工作经验的我，始终耐心指导、细致包容。

本周，我正式开启见习学习，从最基础、最细碎的内勤工作起步。在孙欢科长的悉心带领下，我尝试上手档案整理、资料归集、文件梳理等基础工作。看似简单重复的事务，实则大有学问，不仅考验细心与耐心，更让我真切体会到政务工作一丝不苟、严谨务实的工作作风。每一份规整的档案、每一份有序的资料，都是机关高效运转最真实的体现。

走出书本课堂，直面基层一线，是一次全新的蜕变。短短一周的初体验，让我跳出了理想化的学生视角，初步读懂了基层工作的真实模样。基层工作没有想象中的轰轰烈烈，更多是日复一日的细致坚守，于细微处守初心、于平凡处担使命。

初见即美好，入局皆可期。在接下来的见习生活中，我将保持空杯心态，虚心求教、踏实笃行，认真学好每一项基础业务，积累基层工作经验，在点滴实践中锤炼自我、稳步成长。

第二周：躬身入局，渐入佳境

再了解

◆ 如果说第一周是“看”，这一周便是“做”。

周一到周三，我集中制作了2024—2026年公司系统党员培训工作情况统计表。这是一项很考验耐心的任务，我需要根据文件逐一填写培训名称、参加人员、培训总人次、培训时间、主办单位等信息。面对这些材料，需要仔细梳理核对。每填完一张表，我都会回头检查一遍是否填写正确，三张表全部做好后，又整体复核了一次，确保数据准确无误。

周二下午，我参加了党员大会，第一次近距离了解公司接收预备党员的完整流程，每一个环节都严谨而庄重。那天，我深刻感受到：党务工作绝不只是写写划划，而是对每一名同志政治生命的负责。

周三到周五，我主要埋头于归档文件，按照年份对数百份党建资料逐一制作归档目录，全部完成后又仔细检查了一遍，以防遗漏信息。周五下午，在“以案为鉴、以案促改”警示教育大会结束后，我第一次独立撰写了商投信息初稿。坐在电脑前敲字时，我从“听会的人”变成了“记录的人”，需要提炼会议核心要点、把握文稿表述规范，能真切感受到责任开始落在肩上，也能感受到领导们对我的信任。每一步，都在帮我离党建工作的内核更近一些。

◆ 这一周，我接到了一项新的任务——围绕门头沟社区公共资产规范运营开展初步调研。

刚拿到任务时，公共资产运营对我而言还是一个略显宏大的词：哪些资产属于社区公共资产？它们由谁管理、如何使用？怎样既做到规范运营，又让有限的空间和资源更好地服务居民？一个个问题，也成为我进入这项工作的入口。

我发现，政务工作中的调研绝不是简单搜集资料，而是要先把问题想清楚，再从纷繁的信息中抓住真正有价值的部分。前辈也提醒我，既要关注管理是否规范，也要关注资产是否真正“活”起来、能否回应居民需求。这让我第一次体会到，一项看似普通的调研任务背后，其实连着治理效能，也连着群众生活。

我还参加了市级书记工作室工作情况汇报会，以及楼门院治理、议事协商相关交流。我逐渐明白，基层治理没有可以机械复制的标准答案，真正有效的方法，往往来自对社区特点和居民需求的准确把握。

政务工作的“严”体现在规范，“实”体现在结果，“细”则藏在每一个不能被忽略的环节。我也开始学着追问：这件事为什么要做？怎样才能做得更好？最终，又能为居民带来什么？

◆ 第二周开始我跟着田姐做一些具体的业务了。印一些红头文件算是最简单的任务，也会检查文件是否有错字或表述不通的地方。除此之外，还要帮忙录入会议数据并整理成台账，虽然是比较机械重复的工作，但我也通过这些记录观察党总支平时是如何工作的，如何响应上级指示与国家号召的，使我有所收获。在这之后，我接到了一个比较复杂的任务：以树立和践行正确政绩观为主题撰写一篇党课材料。我不敢怠慢，为了完成任务阅读了不少相关资料。通过这个机会，我不仅学习到更多习近平总书记关于树立和践行正确政绩观的重要论述，还了解了门头沟区供销社过去在为民服务上做出的创新与成绩，比如直接连接田间地头与老百姓餐桌的“便民菜站”，还有春节举行的“送年货”下乡活动等，这些措施无不体现出门头沟区供销社正践行着正确政绩观。

另外，我发现在去上班的路上竟然就能找到门头沟区供销社下属的相关基层站点，那是一辆印着供销社标志的卡车，旁边摆着“回收公司”的牌子。原来在我的身边就可以发现供销社的存在，它扎根于基层，以自己的方式滋养这片土地。

◆ 本周继续整理潘会楼同志遗留的资料，登记数量比上周有所增加。整理过程中发现，有些手稿的内容与门头沟煤业历史相关，记录了当地煤矿开采和产业变迁的线索，虽然不是正式出版物，但作为地方史料很有价值。有些资料缺少封面或版权页，需要从内容中推断书名和年代，耗时较长。电子目录的格式按照馆内规范逐步建立起来，分类标签也在使用中不断调整。

除书目整理外，本周开始在地方志科同志指导下参与《韭园村志》部分文稿的誊录工作。科长特别提醒说，村志编纂不是普通的文字整理，每一段叙述都要有依据，誊录时不能随意增减内容。这让我认识到，村志看似只是文字工作，实际要求很严格，每个时间、人名、数字都要经得起查证。

期间，还去库房送还了一次调阅的资料，在那里，我看到架子上排满档案盒，脊背上印着编号和年份，从地面延伸到天花板。站在两排架子之间，能真切感觉到每份文件都对应着具体的人、具体的事、具体的年月。一份文件可能对应区里某项民生工程的关键决策，一个档案袋装着的可能是一个人几十年的履历轨迹，一张报表翻开能看到基层一年的工作量。这些都不是抽象的概念，而是库房里一摞摞摸得着的实物。

◆ 进入见习第二周，我开始参与到宣传片的拍摄、剪辑工作中来。本周的核心工作是跟拍大峪街道举办的组宣信息专题培训会，该活动特邀区委组织部调研信息科相关工作人员作专题授课，街道机关、社区青年干部及政务见习生共同参加。街道宣传科的龚老师给我安排了一部分拍摄任务，我也提前到会场，熟悉环境并完成了一部分外景拍摄。

通过这次讲解让我意识到，公文写作和信息宣传并非简单的文字工作，而是需要扎根基层、深入思考才能做好的事。

会后，我开始了剪辑。虽然我在大学阶段也做过视频剪辑的工作，但水平还是有所欠缺。龚老师在看完我制作的第一版视频后，细心地指出视频的不足之处，并教给我一些剪辑的技巧与经验。按照龚老师的指导，我重新调整了剪辑节奏和叙事结构，第二版明显流畅了许多。这次从拍摄到剪辑的完整参与，让我更加直观地感受到街道宣传工作的严谨与细致。一段宣传片的背后，不仅需要镜头和剪辑技巧，更需要对基层工作的理解与用心记录。希望在接下来的见习中，我能够继续用镜头观察基层、记录基层，更好地把街道工作的真实面貌展现出来。

◆ 进入见习第二周，我慢慢摆脱了第一周的陌生与拘谨，不再是只会观望、被动学习的新人，而是真正融入岗位、参与到街道的基础宣传工作中。我主动跟进日常工作，跟着前辈熟悉宣传业务的基本流程，在一次次实地走访、视频拍摄配音的实操里，真切感受到基层政务工作最真实的状态——不重形式、只重落地，事事讲究细致、严谨、务实，个人工作状态渐入佳境。

本周，我跟随全体政务见习生一同参与辖区研学走访活动。通过实地走访让我亲眼看到乡村环境的蜕变、特色文化的落地成果，也直观了解到街道在基层文化建设、民生服务上的具体工作，积累了大量鲜活、真实的一线宣传素材。

我独立完成了宣传视频的实地取景、出镜和配音工作。对比第一周的手忙脚乱，这次我提前熟悉脚本和拍摄环境，在前辈的耐心指导下，我摸清了基层政务宣传的核心逻辑：不用华丽的话术，真实展现社区服务、如实记录基层工作，就是最好的宣传。

这周的历练让我真正完成了从旁观看热闹到上手干实事的转变，我深刻意识到，基层没有轻松的工作，无论是集体研学的观察积累，还是视频宣传工作，都需要认真对待、细致打磨。

◆ 进入第二周，我渐渐褪去初来时的生涩，在人才科业务学习与见习营服务保障中慢慢找准节奏，从被动接受任务的新手，转向主动上手的参与者，对政务工作“细、实、严”的底色有了更真切的体会。

科室业务上，我参与了算法人才十条政策推进会，跟随前辈记录研讨要点、撰写会议纪要、逐条梳理政策修改方向。在一字一句的打磨中，我对门头沟算法人才布局有了更具象的认识，读懂了每一条政策背后，政府为产业引才、为青年搭台的务实考量。同步推进的《青年发展型城市建设》课题研究，也让我试着把理论积累与区域实践结合，在梳理研究框架的过程中不断深化思考。

我跟随科室老师踩点人才山地徒步大会路线，前辈一边走一边讲点位设置，我才明白一场千人活动的背后，是路线安全、接驳动线、补给站点的反复推演。同时，我还组织了第一次集体研学活动，带领同学们走进水峪嘴村、琉璃园和檀谷慢闪公园。从千年古道到现代商圈，从传统琉璃技艺到山谷里的文创市集，一路走来，门头沟“生态立区、文化兴区、科技强区”的发展战略在眼前有了具体的画面。

经过一周的多线历练，让我愈发明白政务工作既要谋大局也要重小事，既要沉下心学更要俯下身干。

◆ 在内勤工作上，我继续深耕档案归集、资料整理、台账梳理等基础事务。经过一周的练习打磨，我从最初的生疏拘谨变得从容熟练，做事更加细心规范、有条有理。在一卷卷文书、一页页材料的打磨中，我愈发体会到政务工作“细之又细、严之又严”的鲜明特点，也慢慢养成了审慎细致、精益求精的工作习惯，真正理解了基层内勤是机关平稳运转的重要基石。

本周，我的见习内容不再局限于办公室内勤事务，渐渐走出工位，参与到一线工作当中。临近“八一”建军节，我跟随孙欢科长和闫洪飞老师参与拥军优属走访慰问筹备工作。从整理走访资料、核对人员信息，到梳理慰问素材、完善工作记录，我不断跟进、认真学习。不同于静态的文书整理，双拥工作让我真切触摸到基层工作的温度与厚度。在筹备过程中，我深刻感受到尊崇军人、关爱军属的浓厚氛围，体会到基层工作不仅有纸面的严谨规范，更有扎根群众、温暖人心的民生情怀。

短短两周的历练，让我完成了从好奇观望到踏实履职的转变。我深知基层工作件件无小事，熟练于细微、成长于点滴。

第三周：扎根岗位，担当作为

深融入

◆ 进入第三周，我明显感觉到自己不再是“跟着做”的人了。

周一，我独自完成了三份工作文档的制作。同办公室的路姐对我完成的速度予以肯定，称赞我做事效率高。这份来自前辈的认可，让我备受鼓舞。路姐平日里总是善于发现我的点滴进步，并给予鼓励，这进一步增强了我的工作信心。

周二，我有幸旁听了公司2026年上半年经济分析会。会上，公司领导强调要坚持党建引领，扎实开展树立和践行正确政绩观学习教育，丰富党建特色品牌载体，推动党员骨干扎根经营一线，以高质量党建引领企业深化改革。通过参会，我深刻认识到，党建工作并非抽象的理论要求，而是与公司商业发展紧密相连、深度融合的实践指南。会议结束后，我立即着手撰写此次会议的商投信息初稿。得益于此前撰写同类材料的经验积累，这一次我在结构搭建和语言组织上都更加顺畅。

周三，我将主要精力投入文档格式的精细化调整。在实际工作中，我愈加体会到一份材料的专业程度，往往首先体现在版面的整洁与规整上，规范的格式本身就是职业素养的直观反映。

周四、周五我又开始撰写树立和践行正确政绩观学习教育工作总结报告，从一堆零散素材里自己“搭房子”，把各项工作串联成一条逻辑线，整个过程既考验信息整合能力，也锻炼系统性思维。

◆ 这一周，我把工作重心从办公室转移到了基层，先后前往灵水村、丽湾西区和龙门新区一区开展调研。

调研时，我一边听社区工作人员介绍，一边留意那些过去容易被我忽略的细节。公共空间如何被盘活，居民意见如何被听见，不同主体如何参与社区事务，资源怎样从“有人管”进一步走向“管得好、用得好”……此前在公共资产运营初步调研中形成的许多疑问，终于有了更加鲜活的参照。原来，一项制度是否有效，最终还是要回到社区现场，看它能不能真正解决问题、回应居民需求。

几次走访也让我对“因地制宜”有了更深的理解。从村落到居民小区，人口结构、空间形态、资源条件不同，治理方式自然不能千篇一律。先进经验值得学习，但比“照搬答案”更重要的，是理解一种经验为什么在这里行得通，再思考它能否转化为适合另一处社区的方法。

门头沟的发展，一头连着生态山水与社区生活，一头连着“三大产业”带来的城市新活力。一座城区既需要产业发展的速度，也需要基层治理的温度。真正的高质量发展，最终会落在一条条街巷、一处处院落、一个个普通人的日常感受里。

从会议室走到社区，我也从“听别人讲治理”，慢慢变成了“到现场理解治理”。脚下走过的路、手中记下的一页页笔记，都让我离基层更近了一步。

◆ 经过两周时间的见习，我对于门头沟区供销社的工作内容和流程已经比较熟悉了，每一份分配给我的任务也能顺利完成，虽然不是什么特别具有挑战性的任务，但能够踏实把一件件小事落实到位，这也令我感到喜悦。

这里的工作氛围十分和谐，同事们都非常和善，亲切地称呼我为“小黄”，也时常关心我上班是否习惯、是否吃得惯食堂的饭菜，日常工作中，也愿意耐心为我讲解业务要点、答疑解惑。最令我印象深刻的便是有一次汛期预警，田姐告诉我先居家办公，等到雨情过了再说。虽然事后了解到雨势其实并不大，但这件事还是令我深受感动。它让我感受到门头沟区供销社是一个充满人文关怀的小家。

其间，还发生了一件小事。田姐有一次来问我：“这份文件为什么打印时老是出问题？”我打开Excel一看，表格外部有多余的边框会被打出来，而且删不掉。我想了一会儿，告诉她可以直接选择打印区域，这样就不会打出多余的东西了。这实在是一件微不足道的事情，却让我牢牢记住。一直到那之前，我都是提出问题的一方，这次却解决了前辈的问题，还用了一点点创新思维。可能略显浮夸，但在我的视角中，这象征着我见习历程中的阶段转变。我在心里说：现在，我也算是这张网上的一个小小节点了，能够成为其中一员，我很开心。

◆ 本周的工作节奏比前两周更顺畅了一些，书目登记进度明显加快，潘会楼同志的藏书已经完成大半，电子目录的分类框架也基本定型。确认了部分之前存疑的书目信息，通过查找内部参考书目和请教科里的同志，补全了几条缺失的出版信息。《韭园村志》的誊录也在持续推进，手写稿已经誊完将近一半。

本周最重要的一项工作是代表见习营参加了区融媒体中心的访谈。结合自己在门头沟区档案史志馆的工作经历，谈了见习期间的感受和对基层政务工作的认识。访谈内容围绕整理资料和誊录文稿的真实经历展开。讲到每天做的就是整理、编号、核对、入库，有时候为核实一个时间点要在几卷材料里翻半天，有时候遇到破损纸张要小心地一页页辨认。这些都是见习期间的真实体会，说出来自己觉得踏实。

通过访谈前的准备，我也把前两周的工作重新梳理了一遍。从最初的手足无措到逐渐摸索出整理分类的方法，从对档案工作缺乏认识到觉得每份材料都有它的意义，这当中的变化是实实在在的。现在我的理解是：手上的每份材料，都是门头沟区发展历程的真实切片。把它归好、存好、管好，将来有人要查这段历史，能找得到、查得准，这就是意义所在。

◆ 本周我主要参与了两部专题宣传片的拍摄工作，分别为《峪见幸福 暖心驿站》民生项目专题片与《龙山一区彩绘墙》社区文化专题片。

《峪见幸福 暖心驿站》是大峪街道重点推进的便民服务项目，旨在为社区居民及附近就业群体提供社区养老、便民服务、饮水休憩等基础保障。在实地拍摄过程中，我看到社区养老食堂内，老人们便捷用餐的场景；小学生在社区自习室完成暑假作业；骑手驿站为外卖小哥提供舒适的休息空间，在炎炎夏日为他们送上一份清凉。在拍摄这一组组画面的同时，深感民生项目的价值正在于这些朴素而真实的瞬间。

《龙山一区彩绘墙》则聚焦社区文化营造。该面墙体以社区IP形象“小龙人”为主题进行彩绘创作，从草图设计到上色，均由居民共同参与创作完成。此外，社区中的井盖也成为孩子们绘画的画板，上面画着各类卡通形象和色彩斑斓的花卉，与墙面上的“小龙人”相映成趣，整个小区仿佛变成了一座露天的美术馆。我选取了孩童在墙前奔跑、居民驻足欣赏、彩绘特写等多种景别素材，力图全面呈现社区环境美化与居民幸福感提升之间的内在关联。

这两次拍摄让我深刻体会到，扎实的拍摄剪辑技巧只是宣传片制作的基本功，宣传片真正的核心在于通过视频来传达最真实、最朴素的情感。只有走到现场、走近人群，方能用镜头捕捉到有温度的故事。

◆ 进入见习第三周，我已经完全适应街道日常办公节奏，熟悉了宣传岗位基本工作模式，彻底摆脱了前两周生疏、被动跟随的状态。相比初期只会配合完成拍摄、配音等基础任务，本周我主动对接工作、承接细化任务，真正把自己当成岗位的一份子，慢慢读懂基层工作的踏实与责任，融入感和担当意识也越来越强。

本周我重点跟进“峪见幸福”系列社区宣传视频的收尾优化工作。针对前期已经完成出镜、配音的成片，我逐一复盘完整视频，对照街道宣传真实风格，逐句听配音、逐帧核对画面衔接。让整体风格更贴合社区亲民、朴实的宣传特点，精准呈现“峪见幸福”驿站便民服务的真实面貌。

在完善现有视频的同时，我提前启动了下周拍摄的筹备工作。结合前几周走访社区、研学观摩积累的经验，我独立梳理拍摄思路，围绕社区服务、便民举措、群众日常体验等真实切入点撰写脚本和宣传文案，为下周实地拍摄做好充足准备。

这周的工作让我有了实实在在的成长，从单纯执行任务到主动优化、提前筹备，我真切体会到基层宣传工作没有敷衍的空间。视频的每一处细节优化、脚本的每一次推敲修改，都能让宣传内容更真实、更贴合群众。后续，我会继续保持踏实肯干的状态，主动担当岗位小事、做实做细每项任务，在持续实操中积累经验、提升能力。

◆ 见习进入第三周，我已完全融入科室的工作节奏，从初到时的拘谨忐忑到如今的从容熟稔，不仅能独自承担一些事务，更在日常相处中感受到团队温度，真切有了“岗位一份子”的归属感。

业务工作上，我负责了《北京人才发展报告（2026）》中青年发展型城市建设调研报告的撰写。从梳理“京西聚智计划”政策脉络、核对青年人口流动数据，到搭建“活动引流—产业扎根—青年集聚—全周期服务”的逻辑框架，一字一句的打磨，让我对区域人才工作体系有了更系统深入的认识。此外，我成功组织开展第二期人才微沙龙活动，并担任活动主持人，在邀请区内青年干部分享公职成长经验的过程中，既为见习同学答疑解惑，也让我在组织协调中收获了实打实的成就感。

工作之余，我和科室老师也愈发熟络。午饭时跟着大家品尝门头沟特色美食，下班相约篮球场挥洒汗水，闲谈间前辈们分享的职业成长心得，都让我在点滴间收获了书本之外的成长，也更快适应了政务工作的氛围。

三周历练，从“跟着做”到“主动谋”，提升的不只是工作熟练度，更是心底的责任感。沉下心办实事、在融入中长本领，正是这段见习时光最扎实的收获。

◆ 本周，我持续参与民生服务一线工作，跟随孙欢科长走访辖区养老机构及多处养老服务驿站。走访中，我与老人们亲切闲谈交流，细致询问日常起居、生活照料、身心状态，耐心倾听老人的所思所想。简单的陪伴、真诚的沟通，让我真切地感受到基层民生工作的温度。养老服务体现在点滴细节之中，基层工作人员日复一日的细致守护，让老年群体安稳舒心、安享晚年，也让我对为民服务的初心有了更深的理解。

与此同时，我还积极投入辖区防汛排查工作。夏季雨水增多，防汛防灾是基层重点工作。我跟随孙欢科长和杜金芸老师深入辖区重点点位，对照台账开展巡查排查，检查防汛设施运行情况、核对应急物资储备、记录现场隐患问题。我深刻体会到，基层安全工作重在预防、贵在坚守，每一次细致排查都是在为辖区群众的平安生活筑牢防线，容不得半点疏忽懈怠。

随着参与的工作越来越丰富，我对基层工作的认知也愈发立体。基层工作既有伏案行文的细致严谨，也有扎根群众的温情担当，更有守护平安的责任坚守。现阶段的我仍在不断摸索学习、积累经验。接下来，我将继续沉下心、俯下身，认真对待每一项工作任务，在实干中补齐短板、提升能力，以踏实的青年姿态扎根基层、淬炼成长。

第四周：满载成长，逐光前行

向未来

◆ 即将要到见习的尾声了，心中五味杂陈。

周一走进办公室，我把四周处理过的文档逐一整理归档。第一周的生涩、第二周的摸索、第三周的独立，全部藏在文件名的时间轴里。回顾这四周，从最初不明白什么是“商投信息”，到如今能独立完成信息稿撰写、协助起草总结报告，每一步都走得踏实。

作为一名国际中文教育专业的研究生，我一直在学习如何向世界讲述“中国故事”。而这段在党建部的见习经历，让我看到了故事的另一面——那些制度背后的严谨、那些文件深处的温度、那些日常工作中一砖一瓦的积累。如果说专业教会我的是“如何表达”，那么这段见习教会我的是“什么值得表达”：是一群人日复一日的坚守，是一个企业扎根京西热土的担当，是党建工作实实在在融入每一笔投资、每一个项目、每一次决策中的力量。

见习虽然快结束了，但成长的路却还很长，我会带着在门头沟、在京门商投学到的踏实与严谨，一步一步走向未来。

◆ 这一周，我的主要任务是根据前期调研情况，完成门头沟社区公共资产规范运营调研报告。真正落笔时，我才意识到，写报告并不是把材料简单拼接起来。哪些现象具有共性，哪些做法值得总结，哪些问题还需要完善，建议怎样既有依据又能落地，都需要反复推敲。

我逐渐理解了社会工作部许多工作的价值：把宏观的要求落到基层，把分散的力量组织起来，把治理的触角延伸到离群众更近的地方。

今天的门头沟，一边以“三大产业”打开新的发展空间，一边不断探索更加精细、更有温度的基层治理。产业塑造城市未来，治理守护生活日常，而青年也应该在这样的时代坐标中找到自己的位置。

这段见习经历不会停在一份份周记里。它让我学会从材料中寻找问题、从现场中验证判断，也让我更加明白，“为群众办实事”并不是一句遥远的口号，而是对每一个细节负责。带着这份收获，我将继续保持好奇、认真与行动力，在未来，走得更稳、更远。

◆ 在这最后一周，书记交给我一个新任务：根据这些天拟好的合同内控条例，画一个流程图。我阅读着文件，经过了这一个月的实践积累，这个曾经在我初来乍到时让我手足无措的问题现在理解起来已经毫无障碍。各个流程环节，从立项到订立，从履约到监督，还有期间的注意事项，我都整理起来梳理清楚，并绘制成图。我最终完成了这个任务，也给了见习的自己一个交代。

回望这一个月的历程，最大的收获，是明白了“供销”两个字的分量。门头沟正在全力打造“京西智谷”“中国心谷”“京西剧谷”三大产业IP，科技创新浪潮奔涌向前。而门头沟区供销社在做的事情，是托住这片土地上最基础的生活——让山里的菜能卖出去，让山外的货能运进来，让每一个偏远村落的老人不用为了一瓶酱油跑几十里山路。这或许不够“高科技”，但它是这片土地最扎实的底色。

一个月的见习时间，让我看到了这片土地的潜力和生命力。我会带着这份宝贵的经验与回忆，重新出发，继续向前。

◆ 见习进入最后阶段，本周继续完成潘会楼同志全部资料的编目整理和上架，电子目录经科室同志确认符合馆内规范，批藏书也按编号放回资料柜。《韭园村志》的誊录文稿全部完成，校对了一遍，核对了几处不确定的字迹，确认无误后交给了科里。

回顾这一个月，每天做的就是整理、编号、核对、入库。这些工作确实细碎，但漏掉一个细节，可能就让后来的查阅者多走弯路。整理资料时，我慢慢养成了一个习惯——归完一类再核对一遍，表格填完一条检查一遍。不是不放心，而是知道这些东西归好之后，下次有人调阅靠的就是我留下的记录。

作为见习营临时党支部第三小组组长，见习期间协调了各项日常事务，锻炼了沟通和组织能力，也让我体会到集体配合的重要性。一个月时间不长，但每天接触的都是具体实在的工作。从整理书目到誊录文稿，从小组事务到集体活动，每一件小事都让我对基层档案史志工作有了更真实的体会。

这份工作不复杂，就是把东西安顿好，让需要的时候能派上用场，就这么简单，也这么要紧。

◆ 回望这一个月，我参与到了三部宣传片的制作，涉及培训纪实、民生服务、社区文化三类主题，基本覆盖了街道宣传工作的主要类型。我也从最初对宣传工作的陌生，到如今能够深度参与策划拍摄，与受访对象自然互动，高效完成视频剪辑，这段经历带来的成长是全方位的。

回顾四周，我的收获是具体而实在的。在技能层面，我完成了从“会剪辑”到“会用剪辑讲好一件事”的转变。我以为视频剪辑工作的核心是追求视觉效果，到了基层才发现剪辑的核心在于叙事清晰、信息准确。这些在实操中的打磨，是很难从课程中学到的宝贵经验。

比技能更重要的是我对基层工作认知的深化：宣传工作要想打动别人，首先得自己被触动。

这次见习还让我重新认识了这片熟悉的土地，从“千年煤城”到“京西智谷”，我长大的地方正在高质量转型，而我恰好用镜头记录下了其中一个切面。一个月的见习时光虽然短暂，但每一位前辈给予的指导让我受益终身。

◆ 本周我完成了见习期间最后一条街道宣传视频的制作，回顾四周以来的宣传工作，我从最初需要前辈指导调整状态、打磨配音，到能够独立把控视频整体风格，熟练适配基层亲民务实的宣传调性，精准展现社区便民服务、特色文化建设成果，每一次拍摄剪辑都是实打实的成长，让我的专业实操能力得到充分锻炼。

我有幸担任见习生破冰活动主持人，在这个过程中，锻炼了自己的临场应变和沟通表达能力。同时，参与见习生采访拍摄工作，在朝夕相处的日子里，我结识了一群踏实优秀、并肩前行的伙伴，大家相互学习、彼此鼓励、共同进步。

回望四周见习历程，我褪去青涩稚气，学会沉下心做实事、抠细节，真切体会到政务工作严谨务实、扎根为民的初心。同时，我也清晰认识到自身不足，业务思维仍不够成熟、工作细节处理仍有待提升。此次见习不是终点，而是成长的新起点。未来，我将带着这段宝贵的基层经历、补足短板、锤炼本领，以青年实干姿态踏浪前行，不负历练、不负韶华。

◆ 时光飞逝，四周的实习生活转眼步入尾声。我继续打磨《北京人才发展报告（2026）》中青年发展型城市建设调研报告，反复推敲框架与表述，对区域人才工作的思考也在修改中愈发成熟；筹备中的羽毛球赛事因降雨调整安排，也让我学会在变数中灵活统筹。从政策梳理到活动组织，从文稿撰写到服务保障，每一项任务都让我对门头沟以人才聚合力、以产业促发展的工作路径，有了更具象、更深刻的体悟。

回望这段旅程，最珍贵的不只是业务能力的提升，更有区委组织部人才科前辈亦师亦友的关照与指引，让我读懂了政务工作“于细微处见真章”的务实底色。我也清醒认识到，自身对基层工作的理解仍有局限，政策研判的深度还有待加强，而这些不足，也恰恰成为我今后深耕专业、补齐短板的前行动力。

这段扎根京西的实习经历，是我从书本走向实干的重要阶梯。未来，我会带着这份收获与感悟，把见习所思所得融入学业与成长，以青年之姿赴时代之约，期待未来能以所学所长，为区域发展与人才事业贡献青春力量！

◆ 为期数周的政务见习已临近尾声，这段经历打破了我以往从课本上建立起来的片面认知。机关工作不只有案头的文书台账，也要迈开脚步走到现场，既要对材料严谨较真，也要懂得倾听群众真实的心声。和老人闲谈交流，使我读懂民生服务的温情；参与防汛巡查，让我看见守牢安全底线的责任；筹备双拥慰问，更体会到基层工作饱含的人文温度。内勤琐碎的事务、一线奔波的走访，每一项看似平常的任务，共同构筑起基层治理实实在在的根基。

见习这段日子，我真切看见基层工作人员日复一日的坚守，也看清了自己身上尚存的不足：处理事务还不够周全，应变能力仍有待加强，看待问题的角度也需要继续拓宽。见习有期，但学习永无止境。离开岗位回到校园之后，我会把在基层收获的细致作风、为民的感悟记在心里，正视自身短板，不断打磨自我。把基层的所见所感转化为今后前行的动力，常怀谦逊踏实之心，努力练就过硬本领，在属于自己的道路上脚踏实地继续向前。

推荐单位：区委组织部