

# 与实习心得有关的心得体会 ( 30 篇 )

## 与实习心得有关的心得体会 ( 精选 30 篇 )

### 与实习心得有关的心得体会 篇 1

当一学期紧张的学习生活即将走向尾声，毕业生实习热潮便悄然席卷了整个社会。当然，我们学校也不例外。许多学生都开始谋划着自己的社会生活，有的选择回家，有的选择旅游，有的选择访亲，而更多的学生选择了毕业实习。每一个意气风发、热血沸腾的学生都渴望走出宁静安逸的校园，摆脱乏味无聊的生活，踏入社会，找一份工作，靠自己的双手和智慧，努力奋斗，换取属于自己的劳动成果，得到社会对自己价值的肯定。

作为一个渴望工作、渴望改变、渴望成功的青年学生，我也欣然地加入了这股势不可挡的毕业实习洪流中。我实习的目的并不是纯粹为了赚钱，更是为了融入这个现实的社会，锻炼自己的能力，开阔视野，增长见识和阅历，获取宝贵的社会工作经验，为自己毕业以后正式工作奠定基础，提供知识和经验。我想，这些比任何所谓的物质追求更重要。因为每个人都有能力赚钱，但并不是每个人都有丰富的工作经验和社会经验，而经验的富与贫都在很大程度上决定了个人工作能力的高低。经验，往往是我们学生所最缺乏的东西！

# 与实习心得有关的心得体会 ( 30 篇 )

与实习心得有关的心得体会 ( 精选 30 篇 )

与实习心得有关的心得体会 篇 1

当一学期紧张的学习生活即将走向尾声，毕业生实习热潮便悄然席卷了整个社会。当然，我们学校也不例外。许多学生都开始谋划着自己的社会生活，有的选择回家，有的选择旅游，有的选择访亲，而更多的学生选择了毕业实习。每一个意气风发、热血沸腾的学生都渴望走出宁静安逸的校园，摆脱乏味无聊的生活，踏入社会，找一份工作，靠自己的双手和智慧，努力奋斗，换取属于自己的劳动成果，得到社会对自己价值的肯定。

作为一个渴望工作、渴望改变、渴望成功的青年学生，我也欣然地加入了这股势不可挡的毕业实习洪流中。我实习的目的并不是纯粹为了赚钱，更是为了融入这个现实的社会，锻炼自己的能力，开阔视野，增长见识和阅历，获取宝贵的社会工作经验，为自己毕业以后正式工作奠定基础，提供知识和经验。我想，这些比任何所谓的物质追求更重要。因为每个人都有能力赚钱，但并不是每个人都有丰富的工作经验和社会经验，而经验的富与贫都在很大程度上决定了个人工作能力的高低。经验，往往是我们学生所最缺乏的东西！

实习过程：

20\_\_年\_\_月\_\_日到20\_\_年\_\_月\_\_日我工作在造型，对于涉世较浅、缺乏经验的我来说，工作初期显得十分吃力和窘迫。因为缺乏一定的经验和知识，由此初次工作时显得非常紧张，动作笨拙缓慢、手足无措、丢三落四等等。这对于我来说，是一个极大的挑战，也是一个锻炼自己、获取经验的机遇。我没有因为自己种种不好的表现而倍感失落和沮丧，而是更用心地向老师傅和管理员学习，向他(她)们请教经验，并且跟从他(她)们认真学习理发技术，听其言、观其行，不放过任何一个细微的动作，一遍遍识记一整套的理发技术，努力要求自己对客人服务做到无微不至、周到体贴。经过俩个月的勤奋努力和同事、管理员的指导，我基本上熟悉和掌握了有关理发服务的各方面知识，并能很好地作用到理发服务当中去，一步步提高了自己的服务水平和理发技术，由此也得到了客人的肯定和领导们的夸奖。我也很高兴，为自己出色的表现和领导的褒扬而感到满意。然而，与这些相比，我认为自己所获得的经验和认识要更有意义和价值。这不仅仅是一次简单的实习实践，更是一次知识和能力的超越。它让我看到了能力和经验的重要性，让我看到了自己的不足，更让我获得了前进和奋斗的动力！工作中虽然有很多不愉快的事情，最后还是都克服了，在造型每天工作12个小时晚上还要上课，确实有些让人接受不了，

记得那是的指导老实叫，总监叫，每个月还要开会写月底总结，在造型工作累，而且给的钱少，为此还给老师添了不少麻烦。因为某些原因我于 20\_\_年\_\_月\_\_日离开了造型。之后我来到了武汉神剪，做烫染师，在这里我学到了很多的东西，还有一些新的手法，虽然在这里的时间不长，但是我会好好努力，做最好的自己。

心得看法：

工作锻炼了胆识和勇气，服务学会了耐心和细心，努力换取了自信和快乐。

在理发店工作，需要做很多的工作，除了日常的服务工作，还要做好推销服务。这是一项非常具有挑战性的任务，也是最能锻炼胆识、勇气、信心的工作。在短短两个月的酒店实习工作中，我一直坚持努力学习、勤奋工作，从一个茫然无知的实习生，到成为一名熟悉业务知识、全面掌握服务技巧、具有较高服务水平的理发师，我也不断提高了自信和勇气，获得了快乐。

实习总结：

每一岗位都有快乐和甜蜜，也充满了痛苦与苦涩。作为一名社会底层工作者，服务员的工作也说不完道不尽的酸痛：有时，客人会因为，因为心情说头发剪的不好，而自己却要容忍客人的无理，还要强颜欢笑。有时，遇到素质差的客人，他(她)们会故意刁难自己，指着自已服务不好，向自己乱发脾气，即使是客人的错，而作为服务员也要容忍。自己忙碌不停，即使十分劳累也要咬牙坚持。有时，客人来的很晚，自己也不能下班，要留下来服务客人，即使是深夜十一、二点也要牺牲自己的时间坚持工作，直至客人走完每一天我都要面临着挑战和压力，每一天我都要勇敢坚强地承受着工作所带来的痛苦和酸涩。我从没有放弃过，即使再痛苦的时候我也会用艰难困苦，玉汝于成。和吃得苦中苦，方为人上人来激励自己勇敢面对，坚持不懈地努力，直到最后。在这里，我学会了宽容，学会了坦然，学会了勇敢自信地面对一切这种良好的工作态度，这种优秀的工作精神，这种积极的工作面貌是我从工作中学到的，从其他员工的工作表现中学到的。工作给了我痛苦，也赐予了我宝贵的经验和认识，这些是比任何收获都要珍贵的。现实教会了我成长，而工作让我学会了勇敢、自信和宽容

与实习心得有关的心得体会 篇2

一、以所为家

实习生活过去两个月，我们四位同学把派出所当成了自己的家，不仅在工作中勤勤恳恳，也体会到了与学校不同的派出所生活。最后一个星期的笕桥派出所生活也格外让我们留恋，想起了在派出所里擦空调、洗执勤装备、打扫值班室的过去，也对派出所组织的那一次秋游印象特别深刻，尽管派出所生活的确不像学校那样轻松，但是看到了不同的人、体会了不同的酸甜苦辣，的确让我们有所成长，派出所的师兄与师傅总是开玩笑说：这两个月实习过后回学校或者以后的生活中你们就可以独当一面了，刚开始没有特别理解这句话，只是当两个月的实习过后，心里的成长的确可以让我们可以面对未来的许多事情。大家都说生活经历是你成长的必需品，因此我们也深受派出所生活的影响，它辛苦、它会工作到深夜甚至是通宵，但是我们不会后悔自己来到派出所实习。在这里实习也实现了我们来到派出所的初衷——想听更多的故事，看更多的人，体会不同的人情世故与冷暖。

## 二、坚守岗位

### (一)

综合勤务室的工作虽然日复一日的一致，但是我改变了我对内勤的想法，它不是简单的而是繁琐且忙碌的，我所在的综合勤务室分为警情块、防控补录块，我需要做的是补录以及警情上报。有时候会在大半夜的被叫去上报重要的警情，也有时候前一天值班第二天还要起床加班做防控补录，也深刻学习到了内勤工作的不同之处，也学习到了各种系统的使用。

## (二)

派出所内勤是一份及其复杂精细又充满挑战性的工作，要求民警具有超强的记忆力、高度的灵活性以及快速的反应能力。下达的通知必须及时接收并告知所里的每一位民警；所长安排的各项事务都由内勤部督促完成；民警们所做的工作内容都要内勤部作好准确的记录；接处警的材料卷宗都要内勤部进行装订整理.....这些事情看起来琐碎繁杂毫不起眼，派出所内勤是整个派出所工作环节中的一枚重要棋子，内勤工作繁杂琐碎，却非常重要。它像一根线，把全所各项工作连接在一起，起着承接上下，连接左右的作用，我在综合勤务室学习的经历将会是我未来生活一笔难得的宝贵的财富。

## (三)

本周我跟师傅参与了一个抓赌现场，经过前期长时间的侦查和证据固定，到了晚上 10 点随着指挥部下达的统一指令一响，我们携带装备破门进入到了赌博现场，并成功抓获 10 名参赌人员和 4 名赌场工作人员。其实抓赌现场是有一点危险性的，参与赌博的人员很多都有前科，幸好这次冲击地下赌场的行动还算顺利，嫌疑人没有反抗，但是我心里还是很激动的，拿着警棍的手都在抖。抓获之后就是紧凑的审讯工作，整整 26 个小时没有休息，紧锣密鼓地完成所有法律手续，最后案子事实清楚，证据充足，犯罪嫌疑人被依法刑拘。我们为社会铲除了一个毒瘤，过程虽然辛苦但是自豪感充盈着内心。这就是公安工作的特殊性了吧。

(四)

值班的日子可谓是见到形形色色的人最多的时候了，我们派出所大部分日子的警情都在爆炸，每天都有特别多的人因为各种的事情来报案，每个实习生平均一天做六份笔录，遇到过通情达理的人，也遇到过破口大骂的人，遇到过酒鬼也遇到过精神病人，对打架的人、情感纠纷、家暴人员等各种的纠纷进行调解，在帮助别人调解的时候自己也懂得了不少的道理，我跟着我的师父，人称光仔，看似一个亲切的名字，实际上他是一个工作极其认真的人，他同时也担任打击组的警长，跟着我师父辅助其办案子，一个案子到手之后，我师父会把所有的材料进行系统性的看一遍，然后制作相关文书材料，前不久跟我师傅一起承办一起涉嫌妨碍执行公务的案子，被妨碍的民警是彭埠所的，我跟我师父前去做处理，前期找相关人员进行情况了解，当事人陈述，警辅人员的目击情况，有了一定的了解之后，对被妨碍的民警进行笔录制作，而我则对警辅人员进行笔录制作，然后查看警仪所拍摄画面，确定其(嫌疑人)确有阻碍公务的动作，然后进入办案区，在审讯室对嫌疑人进行依法询问，并对其宣读相关条款，因你涉嫌阻碍执行公务依法对你进行讯问，开始嫌疑人拒不承认其违法行为，说那只是正常的动作，但是对于正在执行处警任务的民警而言，他的这种行为就是在阻碍执行公务，讯问笔录弄好后，制作处罚决定书，后因其认罪认罚态度较好，从轻处理，均以罚款处理。一个案子办下来还是需要很大的精力的，需要还多的材料，还要拿到上一级机关进行审批。所有的程序都要合法，如若态度良好，在法律允许的范围内可以进行从轻从宽处罚。办案子

不像在外面处理事情，可以说是一项比较文的工作，但也是十分需要细心的。公安工作需要能文能武！。

### 与实习心得有关的心得体会 篇3

各工序段的实习顺序差不多是跟着钢管的生产工序来安排的，具体是冷轧、冷拔—固溶—矫切—酸洗—成品检验。之间另外的一些工序(如：修磨等)也在空余时间向老员工学习，以解答心中疑问。

实习下来，也想谈谈自己的感受，以自己不完整的知识说说个人的一些想法。觉得荒管的质量、冷轧工序的好坏是决定做合格成品钢管的保证。荒管原料的质量好，说明各种金属材料的性质好，使冷轧工序便于加工。然后配以无损坏冷轧机的规范操作，就能轧出标准的外径、均匀的壁厚以及减少裂缝的产生率。

当然，也不是说其他工序不重要。要做出质量合格的成品管，也要配以其他各段工序的正确操作。例如，固溶处理的'好坏决定着钢管的耐腐蚀程度，影响其使用年限；成品检验工作的仔细与细心程度，关系着是否有不合格品流出。

除此之外，最想说的是一个好的公司也要有良好的管理方法。我个人愚昧的想法：最好的管理方法是，拿你最希望别人管理你的方法，去管理你的下属。

最后我想说的还是那句话：谢谢所有关心的朋友们，我会努力的。

#### 与实习心得有关的心得体会 篇 4

春节前夕，在母亲的带领下我来到了\_\_市龙马机械制造有限公司(\_\_市机械厂)。该厂是福建省最大的载货汽车、低速货车、多功能拖拉机生产企业，是原农业部农用车定点生产基地，现有员工450人，20\_\_年完成工业产值2.5亿元。公司生产的福建牌汽车、龙马牌低速货车是中国名优产品，多功能拖拉机是省优产品，荣获中国低速货车(农用车)十大知名品牌、福建名牌产品、飞马奖、诚信单位等荣誉称号。该厂于20\_\_年取得iso:20\_\_质量管理体系认证证书和20\_\_年国家强制性产品3c认证，20\_\_年度、20\_\_年度连续两年被评为福建省民企300强企业。

该厂主要产品有轻、中、重型载货汽车及底盘，低速货车，多功能拖拉机，洒水车、吸粪车等专用汽车，集装箱牵引车等。目前经国家发改委批准上公告的有汽车 35 种，低速货车 16 种，多功能拖拉机 8 种共计近 60 种产品。企业的营销网络已遍布全国各地，形成集市场研究，整车销售，技术服务，配件供应四位一体的营销服务体系。

怀着一颗好奇的心，我坐上了该厂生产的农用车，在一位叔叔的带领下参观了整个厂区。叔叔介绍说为进一步发挥技术优势，推进产品结构的提升换代，公司投资了 3 亿元在龙州工业园区建起了占地 13 万平方米的汽车生产线，现在已建成车架、车厢、总装、涂装、冲压、焊装、车桥等共计 7 万平方米的生产车间，年可生产 3 万辆的汽车及低速货车。另外还有 170 亩生产用地正在规划中。我不禁感叹，这么大的工厂要走一圈都得花上许多时间吧。参观完工厂，我就该开始我的实习工作了。

我被分配到的第一份工作就是在冲压车间工作，由于没有技术，像机床，铲车之类的我就不能用了，所以车间主任分配给我的工作就是分类材料。我抬头望了望车间，车床的轰鸣声不绝于耳，原来钢板就是在这里被一个个不同大小的机床截成不同的形状，再运到不同的车间进行深加工，最终成为一辆车的。回头看了看我即将工作的地方，各式各样的铁质工具，或摆在架子上，或堆在箱子里，有些还挂在墙上。我不禁蒙了，这么多东西，我一个都叫不上名字，该怎么分类？在旁边阿姨的指导下，我才知道，原来每个材料都有自己的图号，就好似每个人都有名字一样。我的工作就是把刚从仓库送来的各种不同规格的材料放在指定的位置。说来这个工作也不困难，但因为对材料图号的不熟悉及分放位置的不确定，运来的一箱材料我着实花了三个小时才摆好。摆好材料也差不多到了下班时间，因为不断的弯腰低头，回到家后有一种骨头要散架的感觉。

冲压是汽车制造所有工序的第一步，成卷的钢板首先要在切割机上切割成不同规格的小板，然后由冲床进行初始的切割，在进行简单的冲孔，切边后，就会进入真正的冲压成形工序。冲压成形由冲床和模具实现，模具的作用非常大，模具的质量直接决定这工件的质量。每一个工序大多都是先经过冲压成形，然后再经过冲压，切边，翻边等等工序最后才会成为所需要的工件。刚开始工作特别容易感到累，车间主任对我非常关心，总是把最轻的活交给我做。我也主动会去干一些重活，像切片的时候我也会在一旁帮忙，希望多体验一些不一样的工作。

后来的几天时间我又被调去不同的车间尝试不同的工作，在涂装车间我负责给即将焊接的钢材上红漆；在涂装车间由于粉尘比较大，所以我的工作是将喷好漆的车头推到空旷处晾晒；而在仓库的工作，我本以为会是最轻松的，其实不然，由于进库出库的货物非常多，而且每种型号的材料需求不同，为此我经常是忙的焦头烂额。

作为一个女生到汽车工厂里工作确实非常的辛苦，在厂里都是一些粗重的活，而且正赶上农用车生产的旺季，每天的工作量都非常的大。但是想想那些同龄的工人不是都做的好好的，我知道千万不能再把自己当一个孩子来看待了，毕竟已经 20 岁了。

在后来的工作中，我认识到要做好工作不但要认真，而且要有责任心，一个人在工作岗位上的那份热情，不管这份工作是高贵还是贫贱，都应该用一颗认真的心去对待。在实践的过程中，我认真、负责地做好每一件自己该做的事，对自己产生的疑问，都得到了一个满意的答案。原本以为自己已经学会了一些基础的知识就够用了，可到了真正实践的时候才知道原来自己要学的东西还有很多，以后自己要走的路还很长，不能只安于现状，一定要勇往直前。我也认识到和同龄甚至比我们还小的老工人进行交流的重要性。他们多是在初中毕业后就出来打工了，我虽然受过高等教育，但在社会实践经历上我远远不如他们。十几年的学习时间让我忽视了实践。只学不实践，那么所学的就等于零，而实践也可为以后找工作打基础，理论应该与实践相结合。相信参加过实践的人都可以深刻的体会到这些道理。通过几天的工作我积累了社会经验，使我在社会中接触各类人群时有了更灵活的应对手段，使我学会了去与人接触认识，并且与人交流，使我在此过程中，充分地克服了自己害羞畏缩的心理，使我在与陌生人的接触中多了一份自信，添了一份自如。

到龙马的实践工作虽然和专业不对口，但是我相信这对于我之后的学习还是很有帮助的。通过几天的观察和了解，我发现公司在生产经营实践中逐步形成了自己的企业文化。从管理学角度来看，企业文化是企业的灵魂，是一种对行为的约束方式，是推动企业发展的不竭动力。强烈的企业文化是全体员工对企业信仰所共享的价值系统。一个好的企业，不论是建立之初员工的开创精神，还是发展过程中体现出的团结进取，这些都是不可多得的宝贵精神财富。龙马公司遵循质量第一，用户至上的原则，龙马与您共创财富的宗旨，抓住机遇，吸纳人才，懂得产品质量要过硬、营销要靠信誉这一原则，但公司管理者还没有把这些收集起来，形成统一的价值观念和思想体系，并外化为规章制度和企业精神，将之灌输到每一位职工的头脑中，体现在公司运转的方方面面。龙马先前没有意识到建设发展企业精神文化的重要性，并引起足够的重视，没有专门人员搞本公司企业文化的研究和开发。但另人欣喜的是龙马的观念和理念正在更新和发展，目前人力资源科由总经理助理直接管辖，负责本公司的职工管理、人员调动、提拔及人才流动等工作，也正准备引进企业形象识别系统，作好企业形象宣传。现在公司也拥有了较强的产品开发能力，专门设立了汽车技术研发中心，拥有各类工程技术人员 40 余人，也逐渐整合出一套从产品设计，工艺制造到销售，维修，服务等一整套现代企业管理体系。

在我看来老龙马自 1970 年成立以来经过了改革开放的三十年，由小变大，由弱变强，走过了一条不平凡的路。但由于管理及经营不善，企业领导没有与时俱进的管理观念，没有把握住科技是第一生产力，没有创新，在成立三十年之际就已经破产倒闭。现在的新龙马要避免走老路就要应该建立一套技术改革和创新机制体系，加大科技投资比例，加强同科研机构的联系和协作，利用科研机构的优势结合自身的需要建立良好的合作关系；员工是企业的根本，应该增加投入，鼓励员工深造，在招收人员的时候也要注意任人唯贤，要建立一套符合企业自身特点的工作机制。企业不但要适应市场需求的变化，也要顺应国家管理思维和调控方式的转变，大力提高自己的市场与技术应变能力。如此，才能在今后的市场竞争中立于不败之地。

寒假社会实践活动已经结束了，蓦然回首，虽然没有经过长时间的锻炼，但给我带来的影响却远没有结束。它使我走出校园，走出课堂，走向社会，走上了与实践相结合的道路，到社会的大课堂上去见识世面、施展才华、增长才干、磨练意志，在实践中检验自己。这几天的社会实践虽然比较辛苦，也不知道这是庆幸还是依恋，但回想起来才发觉，原来乏味中充满着希望，苦涩中流露出甘甜。这次社会实践是有趣的、丰富的、快乐的。我亲身经历了从一块钢板到一辆汽车的伟大转变，我想这是没有去过的同学所难以体会到的。完成生产计划的满足感、学习新技能的欣喜、帮助他人的快乐、被别人帮助的快乐等等。这次实践经历所带给我的是一次能力的全

面提升，我也认识到自己的很多不足，长期的学习使我远离了社会实践，动手能力特别弱，对压力的承受能力也不足。也许有了这次的体验，会使我在以后的日子里更加坦然地面对生活中所遇到的每一难关。

#### 与实习心得有关的心得体会 篇5

很荣幸能够参加广发证券公司的实习项目。在两个月的实习期内，我学到很多证券领域的知识，熟悉了公司的运作方式，掌握了证券营销的基本技巧，深刻了解了证券市场的基本知识，这段实习经历给我留下深刻印象，也将对我的今后的工作学习中产生重大的影响。

本次实习是从3月10日开始的，历经65天，先将我这段实习过程中的学习内容以及期间的心得体会简单介绍一下：

第一周，我培养的是对证券市场的基本认识。

所学的知识包括：

1. 如何摆正投资心态——在市场上坚持自己的判断，理性决策，不盲目跟风；

2. 如何做决策——基于大盘走势对个别股票进行分析；

3. 如何鉴别信息——利空消息宁可信其有，不可信其无；

4. 基本面与技术面的区别和联系——基本面优势在于中长线分析，而技术面优势在于短线走势判断。基本面在于选股，技术面在于选时机，但在实际应用中要把基本分析和技术分析结合起来。

此外，三大证券类报刊的阅读、每只股票走势图的浏览也是每天要做的功课。经过第一个星期的学习，我掌握了股票市场的基本运作模式。为更深入的学习奠定了良好的基础。

第二周是交易大厅前台实践。这是让我们直接与客户接触的地方每天都有很多客户过来办业务，了解券商的对外工作流程是实习中必不可少的。偶尔柜台部的工作人员还让我们自己操作一些简单的步骤，亲身体验一下工作的乐趣。当然面对的客户都是各种各样的，有时候出现一些客户对工作的不理解不支持，还需要及时的处理，学习柜台人员的处理方式也成为了我这次实习的一大收获，同时我学习了开立资金账户、认购新股以及资金划拨的相关业务知识；掌握了证券交易软件“大智慧”的基本使用方法；掌握了手机炒股软件的下载流程和使用方法，并且在闲暇的时间阅读了“市操作的基本原理”全面学习了K线理论，MACD，KDJ等技术分析指标的知识，并随时查找相对应的股票走势予以学习。

第三周主要是在股票市场中实践，判断大盘及个股走势。期间，我理解了资金对于整个市场的影响以及股票成交量与价格的关系；进一步学习了黄金分割线在走势分析上的运用；研究了CR技术指标的公式以及用法。此外，还接触了一些形态理论的内容，加深了对证券市场的理解。

第四周的学习内容为基本面分析及股评撰写，根据大盘前期走势来预测后市动向。期间，我掌握了股评的写作结构，已擅长从基本面和技术面分别对大盘进行分析并逐渐领悟到市场中各行业之间的联系。这段时间还接触到一些高级\_\_技术，并对资金管理知识有了一定的了解。

剩下的几周的学习内容是通过进驻银行网点实现的，挖掘潜在

客户、服务现有客户，是这个阶段的主要学习内容。通过学习银行的基本业务，接触客户，了解客户的投资意向以及风险承受能力，并通过自己所学的专业知识和对所了解的市场信息为其讲解现在市场行情和经济运行趋势，进而实现客户的挖掘和维护。这一阶段的学习不仅仅掌握了银行业务的办理流程，接触了客户，最重要的是这一阶段对自己人际关系的处理方法的影响，增加了社会经验学习了学校学不到的东西。

通过这两个月的实习，我对证券市场的理解更为深刻了。现已习惯用理性方法来分析各种问题。懂得了市场是变幻莫测的，最重要的是抓住其中的规律。这段时间我还培养了良好的学习习惯，学会了的方法。每天的股票浏览让我对历史走势——尤其是经典走势产生了一些印象，从而有机会在未来的市场上找出相似的头部形态来判断后市。

良好的开端是成功的一半，相信这次实习能够为我的职业生涯领航。两月的实习总的来说让我受益匪浅，和公司正式员工以及一起来实习的同学都变成了朋友，虽然即将离开这里，不过我们两月的相处都会给我们留下美好的回忆；企业文化的熏陶，团队协作与个人成长的协调，等等更让我受益匪浅。而对我影响最深远的就是文化了，在此期间，我一直在思考一个问题，一个人，一个企业，乃至一个国家的竞争优势究竟在哪里？这就可以从广发证券的精神，以精求发展的理念，一个草根券商的发展历程的真实写照找到答案。

这次实习也让我感受到学校里不能学到的东西是更需要我们用心去学的，这些才是真正以后在社会中我们将要用到的知识，也让我们认清了以后要努力的方向，让我有机会更深入地去思考今后的人生和职业规划，并给予我实现它们的动力。感谢广发证券给外这次实习机会，也希望广发证券能够在国内的证券市场上具有日益强大的影响力，为构建和谐稳定的证券市场贡献力量，为国家经济的发展做出贡献。

与实习心得有关的心得体会 篇6

\_\_月，在\_\_工厂进行了为期\_\_周的金工实习。期间，我们接触了锯、锉、錾、钻、车、铣、刨等 7 个工种，还简单地了解数控机床加工技术。

说真的，刚开始感觉\_\_周真的很漫长，可时光匆匆，\_\_周转眼间就飞逝了，现在回想这\_\_周的蓝领之行，我尝到了：酸——严格的上下班和工作制度；累——手持锉刀不停地锉呀锉；辣——高速切削的精彩表演；更多的甜——亲手制作精美的工件。

我们去到南校区，首先学习的是钳工，钳工是以手工工作为主的加工方法，劳动强度大，生产效率低，操作技术要求较高。但是钳工应用的工具简单，加工多样灵活，适应性强，能完成某些加工所不便或难于进行的工作，因此，目前某些机械加工和修理工作中，钳工仍是不可缺少的重要工种。

接下来的一个星期里，老师要求我们自己通过锉刀、钢锯等工具，手工将一个铁块磨成六角螺母，再经过打孔、攻螺纹等步骤最终作成一个精美的螺母，还有两套配合的工艺品。

记得最初制作螺母时，老师对我们说，工件的尺寸一定要精确，如果大小超过了公差范围的\_\_那就要在得分的基础上扣掉 1 分。听了这些我担心自己把六角螺母做小了，在从圆柱里锯断时就特意把厚度锯大了\_\_，然后手持锉刀打磨。一开始我还以为\_\_的厚度算不了什么，很快就可以磨掉的，没想到，磨呀磨呀，\_\_的厚度居然花掉了我两个钟，那时我明白一个道理：原来\_\_可以与 2 小时划上等号的。

经过努力，终于在规定时间内完成了作业。吃了这一次的亏后，我也学乖了，在后来的作业中我都认真的计算，认真的按老师讲的步骤一步一步细心的做，再认真测量。经过\_\_天的练习，效率也提高了很多，制作的工艺也越来越精确，美感系数也随之提高！

时间如白驹过隙，一周的时间就在各种机器轰鸣声中划上了一个恋恋不舍的句号。之所以觉得恋恋不舍，其原因是时间太短暂了，这是本次实习的遗憾。真的希望学校能多给我们点实习的时间。虽然有些累，但我们痛并快乐着。

很快我们就要走出校园，进入社会，面临就业了，我想用人单位不会像老师那样点点滴滴细致入微的手把手地引导我们怎样去做，更多的是需要我们自己去观察、学习，不具备这项能力就难以胜任未来的挑战。随着科学发展的日新月异和新技术的广泛应用，会有很多领域是我们未曾接触过的，只有敢于去尝试才能有所突破，有所创新。

一周的金工实习带给我们的，不全是我们所接触到的那些操作技能，也不仅仅是通过几项工种所要求我们锻炼的几种能力，更多的则需要我们每个人在实习结束后根据自身情况去感悟，去思考，这才是本次实习的根本目的。

#### 与实习心得有关的心得体会 篇7

这个寒假，为了自己毕业后能更好的投入工作，也为了开阔自己的眼界，提高自己的能力，我匆匆离开家乡，来到了远在新疆的纺织公司，从奎屯、石河子、五家渠我们学习了很多在学校在书中

学不到的东西。

在这里，我们学习到了一切从实际出发，对待每一件事都做到专一性的行事原则，我很庆幸自己当初的选择，我相信在这里我们能够一展所长，走好未来的路。公司的生产车间给人舒适的感觉：宽敞明亮，每个生产区之间、每台设备之间都隔开一定间隔，并装有“简易空调”，保障了工人的基本权益。为公司的每位员工提供了贴心的环境，也为每位员工提供了良好的福利。能够在这样的公司里工作我感到信心十足。

在工厂，我们学习并详细了解了从下订单——原棉检验——配棉——拌花——清花——梳棉——并条——粗纱——细纱——络筒——品质检验——交单等所有工序，理论与实践相结合让我们所学的知识更加系统充实。而所有工序中，品质检验是全厂最最核心、要求最高的部分。品质检验与车间生产关系更表现为：车间生产过程中每到一个阶段都需要品质检验。而公司将很大精力放在了这上面，对质量要求很高，可见在其竞争策略中，产品质量居于首位。由于华孚不必担心供应链、库存管理和产品销售问题，所以他有大量精力投放在品质检验上，只要在成本许可范围内，将质量做到最好，就不需要担心其他问题了。

#### 与实习心得有关的心得体会 篇8

为期四个多月的培训生活接近了尾声。确切点是第一阶段的培训快结束了。上周团里组织安排我们到基层种中队实习了一周。也正是这一周的时间让我感受学习到了很多东西。

首先在基层让我明白了什么是官兵情战友爱。还记得刚来时中队官兵列队在大门口欢迎我们的场景；还记得当刚来时战士们热情帮我们提包帮我们铺床时的场景。这拉近了我们之间的距离。刚来的第一天晚上中队长等一批干部请我们吃宵夜欢迎我们的到来。这一切的一切消除了我刚来时的顾虑，总担心自己什么都不懂怕他们笑话我。

随后的日子里我们与战士们同训练同出警同娱乐。闲下来的时候我们与战士们谈人生谈理想其实 80 后的干部与 90 后的新兵之间并没有太多的隔阂，我们其实都有同样的目的，那就是在消防部队这所大学校园里发挥自己的专长并在这支特殊化的队伍中建功立业。

其次在中队学到了很多。中队长带我们组织了一次业务技能训练；搞了一次预案分析现场教学；搞了一次闻警出动。这些恰恰是我的薄弱环节是我以前从来没接触过的，所以我平时不懂的都会向战士请教向优秀的士官请教。正如一位老士官跟我们讲的大家时刻要以一种空杯的心态去学习今天你们学历高将来是干部，但学历高并不意味着什么，在业务技能方面你们还什么都不懂。慢慢的在大家的帮助下我认识了很多器材装备，熟悉了中队的一日生活制度。通过这段断时间的体会，认识了部分救援装备，但我的这点认识还远远不够，今后还有很多要学习去实践。

马上我们就要回到各自省的总队进行第二阶段的培训。很幸运我有了一次实习的经历，我想这对我今后的成长将会起到很大的促进作用，促进我时刻保持空杯的心态去学习；促使我更加珍惜战友间

友谊。

与实习心得有关的心得体会 篇9

为时三周的 cad 实习，在老师的教导下，我虚心的学习了 cad 的操作方法。并了解了关于 cad 的知识。

autocad 是一门应用的技术性应用软件，在机械，建筑等行业尤为的，电脑辅助绘图相手工绘图有的优势在精度，准度，美观度它远超于手工画图。这次实习是非常有用的，它为我以后社会，工作奠定了坚实的基础，下面是我对这次实习中 autocad 的操作方法的总结：

1: autocad 采用三维坐标系统在空间位置显示在屏幕上状态栏中的坐标值。当前光标所在位置。

2: 模型空间是指计算机屏幕如同窗口来观察房间的模型，合 pan 和 zoom 命令窗口的位置和大小。可以从任间角度来观察模型的局部和。

3: 文字中编辑 l 对已标注的文字编辑 autocad 二个命令：  
doledit 和 broproperties 命令

4: 使用工具按钮视窗缩放，在标准工具栏中安排了视窗缩放按钮，操作时用鼠标左键单击打开。并将鼠标移到所选位置放开左键。

5: 图的单轴拉伸，就 cad 来说就有方法：将绘制好的图定义成块，然后插入块，此时就可以单轴拉伸(缩放)，方法是，使用绘图菜单，单击块创建块定义对话框命名选取。随后在图纸或模型空间插入块，插入对话框，选择刚定义的块，对话框中的缩放比例选项中输插入块在\_x 或 y 方向的缩放比例，插入的图形就按你指定的比例缩放。

拥有这次实习的经历，使我在实习中社会对人才的要求，让我学到了许多课堂而皇之上学的知识受益匪浅，也打开了视野，增长了见识，也许是实习日子短对开 autocad 的还，cad 的见解还很，但我相信这次以后我定会努力，实践才是检验的验金石。

#### 与实习心得有关的心得体会 篇 10

11 月 12 日，我怀着兴奋、激动的心情来到爱之初幼儿园。这天对于我来说是特殊的一天，这一天我第一次接触到了蒙特梭利教育，而且这天也是我的生日，难道这就是传说中的缘分?嘻嘻^\_^

来到幼儿园，首先，给我最大的感受就是轻松，没有压力，整个幼儿园的氛围是自由的，孩子的笑容是真实的，老师给予孩子的是无穷无尽的爱。在这样一个爱与自由的环境中，孩子与老师一同成长。也可以说是孩子让我重新审视了自己，给成长赋予了另一个新的含义。还记得王悦给我们分享过一段视频叫做《爱的陪伴》，其中有这么一首小诗叫《牵一只蜗牛去散步》。这首诗留给我无尽的思索与回味，我感觉蒙特梭利教育正如这首诗带给我的感受：教育孩子就像牵着一只蜗牛在散步，和孩子一起走过他的孩提时代，同时孩子也在不知不觉中向我们展示了生命中最初最美好的一面。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。  
。如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/138114010101006121>