大学生实训心得体会3篇

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：https://xiaorob.com/zhuanti/fanwen/169189.html

ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。那么心得体会怎么写才恰当呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

大学生实训心得体会篇一

在这几个月的锻炼里，给我仅是初步的经验积累，对于迈向社会远远不够的，因此我要努力获取更多的经验和社会实践能力，我的未来不是梦，只要自己努力过，成功是不会拒绝你的。

1、严格遵守单位各项规章制度。上班伊始，我认真学习实习单位的各项规章制度，并牢记于心，时刻提醒自己严格遵守单位各项规章制度。如坚持每天上班提早到单位，打扫办公室卫生，为同时创造一个干净的工作环境。

2、认真学习有关专业知识。我在办公室经常看一些关于写作的书籍，参考一些机关文件及以往的资料，试着写一些心得体会，并向前辈老师请教写作相关的知识。

3、主动与同事交流，了解单位情况，听取同事对自己的批评和建议。

4、积极参加单位组织的活动，如负责帮助国培计划。

首先，心态的转变。要知道作为一个即将面临毕业的大四学生，通常对自己的今后，感到很迷茫，而且有一种眼高手低的通病。经过这几个月的实习锻炼，让我认清了自己，并改掉眼高手低的毛病，真正地从基础做起，从小事做起。

其次、对自己的岗位有了初步的认识。教务处作为一个综合性地科室，担负着上情下达、下情上报、对外交往和后勤服务等繁重工作，处于协调各部门、连接领导和基层的枢纽地位，是学校的信息中心、服务中心、参谋中心、运转中心和指挥中心。做为教务处的一员，不是简单的往凳子上一坐，听听电话，发发文件，需要的是眼活手快、会写能跑。因此，今后我要加强这方面的锻炼与学习。

第三、适应新的工作环境。以往自己总是很懒，不愿意做事，总感觉什么事一定会“船到桥头自然直”，因此实习期间吃了不少的苦。经过同事们的帮助，自己渐渐的适应了新的工作环境，也学到了学校书本上没有的知识--与同事相处的方法和积极地工作态度。

经过这几个月的实习，收获良多，同时也认识到自己的不足。在工作上，有时比较粗心大意，不够细心，干事谨慎有余，以至于缩手缩脚；在生活上，对于自己要求不太严格，在学校的一些坏毛病没有彻底改正，自己做错事时，带有一种得过且过的心态；在写作上，基础比较薄弱，脑子里装的东西少，写东西时需要辅助工具，比如电脑等，不能独立的完成写作。

1、加强相关业务知识的学习，提高写作能力。多看有关写作方面的书籍，经常阅读文件。

2、积极参加自学考试，从中提高自己的认知水平，改变心态。

3、爱岗敬业。

最后，其实在我看来，做任何工作，不外乎要好好的生活。所以，我对自己定的标准是，竭尽全力的做好自己应该做的事，同时也要尽最大的力量保证自己的身体健康，保障自己良好的生活状态。

坦白讲，这是我过的最充实的一次实习，之所以说充实，而不是单纯的累，是因为我学到了很多我渴望的知识，补充了很多我需要的技能，得到了心理上极大的满足。

生活于我，就像一杯淡香飘远的清茶，值得静下心来，抛开杂念，细细品味。很开心自己能在迈出大学校门之前，这样标准化的过了一段职业人的生活，对自己的专业、工作态度以及心态都是一次很好的磨练。

实习结束了，但是新的生活正在慢慢展开。正是有了这次“职业人”的经历，在最后一年的大学生活中，我会好好把握每一次学习的机会，有意识的锻炼自己职业化的思维模式，以真正的职业标准要求自己。这样，在我一年后脱离了母校光环的时候，能够真正的在这个挑剔的社会上拥有自己的一席之地。

最后，还是要感谢一个人xx老师。这个老师对我的影响很大，他不是一个人，而是很多个在我的成长过程中无私的帮助过我的人们。他们是师长，是朋友，是同事，是每一个在我的成长道路上为我指明方向的人。没有他们，我不能这样健康的成长。

大学生实训心得体会篇二

在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措，这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。

“千里之行，始于足下”，这一年漫长而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过度的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，与人文明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。这一段时间所学到的经验和知识大多来自领导和同事们的教导，这是我一生中的一笔宝贵财富，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。做事首先要学会做人，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。对于自己一个即将步入社会的人来说，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”，我们可以向他们学

习很多知识、道理。

实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段经历，他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，也打开了视野，长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础，实习是我们把学到的理论知识应用在实践中的一次尝试。我想：作为一名大学生，建立自身的未来发展计划已迫在眉睫。

这次实习主要以实际操作为主，同时以调查参观、咨询以及培训为辅。为了在生产实习中我们大家有的放矢，在实习前，也就是上学期期末时，学院有关领导根据生产实习具体情况给我们制定出具体的实习计划，为我们在实习圆满完成打下了坚实的基础。在实习期间，严格按照学院要求进行专业实习。了解实习单位的工作方式和工作流程。进入生产一线了解生产设备、生产条件、生产工艺和产品质量控制方法。深入了解制药设备的用途、使用方法，掌握其基本操作。掌握理论学习与实践相结合的方法拓宽知识面，提高分析能力和解决实际问题的能力。培养团队精神和吃苦耐劳的精神。既然有具体的实习计划，在实习时就得好好完成计划，真正做到有备而去。因此诚挚地感谢学院的为我们这次实习所做的精心安排和大力支持鼓励。

在实习期间，我严格按照实习计划要求认真完成了实习中规定的各项任务，记好实习笔记，实习中，勤观察、勤思考、善于发现问题和分析问题。实习中尊重指导老师、工作人员，服从安排，虚心请教。爱护公物，勤俭节约，严格遵守实习纪律和实习单位的各项规章制度。实习结束后，大家都在整理实习笔记的基础上认真编写了实习报告。

大家在这次实习中收获的不仅仅是知识的完善，更多是理论联系实际的能力，在工作岗位上，大家都能将自己在书本上所学的知识联系到具体情况，并运用之。通过这次实习，让自己更加了解本专业业务范围内的现代工业生产组织形式、管理方式、工艺过程及工艺技术方法。培养了自己理论联系实际、从实际出发分析问题、研究问题和解决问题的能力，将自己所学的知识更加系统化。当然在这期间也培养了自己热爱劳动、不怕苦、不怕累的工作作风。

但是实习并不是那么尽善尽美，总有不如意的地方，也有自己不够专业的地方。尤其是在开始去的时候，大家总是相对比较羞涩，不仅是因为环境不熟，而且有点害怕，害怕自己在工作中出现失误。但是随着时间的推进，大家端正了心态，在工作岗位上表现积极，得到了实习单位的一致好评。

我的优点是诚实、热情，性格坚毅。我认为诚信是立身之本，所以我一直是以言出必行来要求自己的，答应别人的事一定按时完成。有个特点，就是不喜欢虎头蛇尾，做事从来都是有始有终，就算再难的事也全力以赴，迫求最好的结果，正因为如此，我把自己的意志视为主要因素，相信只要有恒心，铁棒就能磨成针。

大学生实训心得体会篇三

实习，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，是自己所学到的理论知识有用武之地，只学不实践，那么所学的就等于零。理论就应与时间相结合。另一方面，实践卡能够为以后找工作打基础。透过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境不同，接触的人与事不同，从中学到的东西自然就不一样。要学会从实践中学习，从学习中时间。而且中国的紧急飞速发展，在拥有越来越多的机会的同是，也有了更多的挑战。对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学号学校所学到的知识，好药不断充生活中，实践中学其他知识，不断从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

短短两个月的工作过程是我受益很大。不仅仅让我开阔了眼界，最主要的是懂得了如何更好的为人处事。

第一要真诚：你能够伪装自己的面孔，但绝不能够忽略真诚的力量。记得第一天来那里时，心里不可避免的有些疑惑：不明白老板怎样样，就应去怎样做，要去感谢什么等等。踏进大门后，之间几个陌生的人用莫名而疑惑的眼神看着我，我微笑和他们打招呼，尴尬的局面理科得到了缓解，大家都很友善的微笑欢迎我的到来。从那天戚，我养成了一个习惯，每一天早上见到他们都要微笑的说声好。

第二是激情与耐心：激情与耐心，就像火与冰，看是两种完全不同的东西，却能碰撞出最美丽的火法。

第三是主动出击：当你能够选取的时候，把主动权握在自己手中，在实习旗舰，我会主动的协同同事工作，主动的做些力所能及的事，并会几级的寻找适宜的时间跟他们交流。谈生活学习以及未来的工作，透过这些我就同事们走的很近，在实习中，他们会教我怎样做事见什么样的人说什么样的话，使我觉得花的了很多收获而且和他们相处的很愉快。

第四是感受到学校和社会的距离：在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。在那里是工作的场所，每个人都会为了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，，移提高自己的潜力。记得老师以前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，尽管是学学搞笑，学生还终归持续着学生的身份，而走进企业，接触各个的客户，同事，上司等等，关系复杂。得去应对从未应对过的一切。在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的只是一点都用不上的状况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式是的就能完成一线任务，有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学的这么吃力呢这是社会与学校脱轨了吗也许老是是正确的。虽然大学生生活不像踏入社会，但总算是社会的一部分，这是不可佛人的事实。作为一个新世纪的大学生，就应懂得与社会上各方面的人交往，处理社会所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。毕竟，四年大学念完后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一份子了。要

与社会交流。为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格，对社会有用的人才，多接触社会是很有必要的。

回顾实习生活，感触是很深，收获是丰硕的。

在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学的知识的肤浅和在实践运用中知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作无从下手，茫然不知所措，这让我感到十分的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到时间，菜发现自己明白的是多么少，这是菜真正领悟到学无止境的含义。

实习是每个大学生务必拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多课堂上根本就学不到的知识，也开阔了视野，增长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。

更多 范文大全 请访问 https://xiaorob.com/zhuanti/fanwen/

文章生成PDF付费下载功能，由ECMS帝国之家开发