# 最新中专实训报告心得体会(4篇)

来源：网络 作者：静水流深 更新时间：2024-08-05

*当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。优质的心得体会该怎么样去写呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。中专实训报告心得体会篇一书店，相比一些商场来说，顾客不多但...*

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。优质的心得体会该怎么样去写呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**中专实训报告心得体会篇一**

书店，相比一些商场来说，顾客不多但层次高；书海浩茫但又安静。我在这里，一方面实习，体验实践的经历；另一方面，我在书海中开始了新的学习。特别是注重我所学习的商务英语的运用和复习、再学习。负责指导我的师傅，千方百计地为我创造各种机会，遇到外国顾客，总把我叫到前台；遇到新来的英语光盘，也要拿给我试看；遇到英语资料的推销商，也要我去参与业务洽谈。我知道师傅的的良苦用心，积极地完成着师傅交办的任务。从中，我也的确学到不少东西。

是的，课本上学的知识都是最基本的知识，不管现实情况怎样变化，抓住了最基本的就可以以不变应万变。如今有不少学生实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，可我觉得，要是没有书本知识作铺垫，又哪应付瞬息万变的社会呢？经过这次实践，虽然时间很短。可我学到的却是我一个学期在学校难以了解的。

就比如何与同事们相处，相信人际关系是现今不少大学生刚踏出社会遇到的一大难题，于是在实习时我便有意观察前辈们是如何和同事以及上级相处的，而自己也尽量虚心求教，不耻下问。要搞好人际关系并不仅仅限于本部门，还要跟别的部门例如市场部的同事相处好，那工作起来的效率才高，人们所说的\"和气生财\"在我们的日常工作中也是不无道理的。而且在工作中常与前辈们聊聊天不仅可以放松一下神经，而且可以学到不少工作以外的事情，尽管许多情况我们不一定遇到，可有所了解做到心中有底，也算是此次社会实践的目的了。经过半个学期的实习，充满神秘感的社会对我而言已不足道矣，接触社会的第一天便让我深深了解到，社会不同于学校，您的表现正是你的价值所在。做事不同写作业，做错了就要受到批评，而且还会留下后患。但在这种情况不能生存下来，那么以后的路又该怎样走呢？

对于前几学期的我对社会的所谓认识来说，可谓大巫见小巫，但我很快适应整个新环境，唯一没有变的学习态度让我在这新环境里占尽了优势，老师们对我的忠告也为我融入社会，定了一个良好的前提，这是我不得不感谢的！品质决定成败，已经成为一种\"本能\"，让我在人际交流中形成了一种别具一格的形象，也得到长辈领导乃至同事的拥戴，深知儒家思想带给我的不单单是学习，而且还是一种思想的领悟，也为我的人生做了一个明智的导向———责任心。

一个拥有责任心的人无论何时何地都能学习，这是成才的一种必备心理，其实在中专便已有了那种抱负，使我在学校理论乃至城北实习都能比别人更专心致志，不断地攀升。但加深这种看法的却是社会，社会真的黑暗吗？不，不一定。学校有校规，社会同样有它的规则，您在遵守规则的前提下，做每事都可以顺心，但切记，社会多了一种叫\"潜规则\"的游戏规则，总有人抱怨不公平，试想一下，校规都不能遵守，更何况适应社会呢！归咎到底，在社会上走，就要适应规则，俗话说便是\"学做人\"，总有不如意的事，你也不必太执著地去反抗，倒可想一下怎样可以把劣势转为优势，去利用它，使它成为自己的一种力量，不更好吗？

书到用时方恨少，在实习期间，我接触了不少新事物，对于新知识我不得不感慨社会产物的日新月异，但让我感到遗憾的是，一些固有的基础知识我也没能把握住，这些原本是课本知识，而且是简单工作原理，而我却早已忘记；我在不断检讨自己，学习还是工作，俗语\"熟能生巧\"固然有它的道理，但在人生来看，受教育的机会每个人都只有一次，错过了大脑的活跃时期，就再也不能回到从前。

深思熟虑后决定，还是继续就学吧！书本是死的，运用是灵活的，但运动不坚持就会失去效能，而书本学习领悟了便能成为大脑的一份子，有这份心去工作，就要有这份基础去打底，我相信，我所选择的是正确的，对于未来的我作下一个无怨的导向，以后的我依然以学习为重要的人生导标，身为一名技工，希望带给人们的是最好的服务，人有轻于鸿毛，重于泰山，我宁愿选择后者，我曾经是那么的庸碌，那么的无为。那么的浪费光阴。当我意识到的时候，已经是中专，但中专是我的人生转折点，它带给我的是\"多元化\"的学习，用这样的学习来增加我的核心价值，用这样的态度来成就我的新人生！

**中专实训报告心得体会篇二**

在三年的专业学习上，我从对会计的陌生到熟悉，在面对的过程中，遇到了很多很多的问题，说难又不是很难，说容易却又不是很容易。到中专二年级第二个学期就开始用账簿做账，开始就还可以应付得来，后来越学越多，越学越复杂，就开始有点难度了！我也开始有点讨厌会计，不喜欢做账，很烦很烦！这个时候真的很想出去工作啊。因为工作，每个月都有工资，至少可以不用妈妈的钱，妈妈也不用那么辛苦了。可是我还没读完书，出去又能做些什么呢？况且那个时候我还没有18岁呢？只有继续完成我的课程了！不过我还真幸运啊！我从小到大遇到的老师都是这么好的，而中专也不例外，也遇到很多好的老师，例如，有我们财电054班的班主任邹冬初老师、肖雄英老师、林叶芳老师和数学老师等等。各个老师对我都挺好的。他们各都有各的优点。其实我运气也挺好的，这么多个财电班不进，就是分到财电054班，而且我们班的运气也挺好的，例如比赛，我们一点信心也没有，却最后又是我们班赢，不是一次、两次的事，而是有很多次了。可是人际关系就差了一点，班里的关系都不是很好。

现在临毕业前，我们有了实习的机会，终于可以走进社会了。找工作，我见到、听到有些工是不错的，可是自己又不够资格。我妈妈有一个朋友开了很多铺，他叫我去他那里做会计、销售手机或销售电器，让我挑。他说：你读会计出来最好就是在我这里学做会计了，你就在我这里跟那个会计学学怎样做账先。我就想，我现在还没有会计证，考不考得到还是一个问题，何况我有不知道可不可以做得来，不敢去做，如果做不来，又不好意思说走人。做销售的呢？自己又不想做，最后什么都没做成。回到学校等考完财经法规才去找工作了。考完试之后，跟几个同学一起去找工作了，走着一条街，转眼间又一条街了，走了很多路，但始终没有找到工，过着一天，过着两天，过了一个星期还是找不到合适的工，那时候我们都失望了，就没有去找，过了几天，又约了朋友们一起去招聘会，去到东湖广场的招聘会门口，那里最少都有20%的人都是xx安联保险有限公司的员工在抢聘。向左走，向右走，向前走，向后走都是中德安联的员工。唉！原来招聘会要买票才可以进去的，还要10块一张票呢！对我们来说实在是贵了一点，可是也没办法啊！小财不出，大财不入。一进去，很有必要跌序地走完一间再一间公司，但总是觉得这些工不合适我们，看到我想做的工，但自己又不够资格，找了两个星期，我还是找不到工，我对自己说：要求不要这么高了，刚出来工作是这样了，我想不论是服务员还是销售员都好了，只要有人请我，我就考虑一下了，先做着，再慢慢找了。可是我去找的时候，根本就没心去找这些工，街上有很多店铺都招人，可是我只是看看而已。原来出来找工作是这么难的，真的很累，很不愿出来工作，很想回学校读书啊。

三年的中专生活一转眼就过了，真是怀念学校的生活。我刚进中专的时候，一点也不习惯。人，又不认识多个；地方，又陌生。那个时候，真是很想回家啊！不过，我人缘还算不错吧！不到一个星期就认识了一大堆朋友，有说有笑的，从次这三年也不会寂寞了，有这么多的朋友、同学，我也很快地就开始习惯学校的生活了。

在三年的专业学习上，我从对会计的陌生到熟悉，在面对的过程中，遇到了很多很多的问题，说难又不是很难，说容易却又不是很容易。到中专二年级第二个学期就开始用账簿做账，开始就还可以应付得来，后来越学越多，越学越复杂，就开始有点难度了！我也开始有点讨厌会计，不喜欢做账，很烦很烦！这个时候真的很想出去工作啊。因为工作，每个月都有工资，至少可以不用妈妈的钱，妈妈也不用那么辛苦了。可是我还没读完书，出去又能做些什么呢？况且那个时候我还没有18岁呢？只有继续完成我的课程了！不过我还真幸运啊！我从小到大遇到的老师都是这么好的，而中专也不例外，也遇到很多好的老师，例如，有我们财电054班的班主任邹冬初老师、肖雄英老师、林叶芳老师和数学老师等等。各个老师对我都挺好的。他们各都有各的优点。其实我运气也挺好的，这么多个财电班不进，就是分到财电054班，而且我们班的运气也挺好的，例如比赛，我们一点信心也没有，却最后又是我们班赢，不是一次、两次的事，而是有很多次了。可是人际关系就差了一点，班里的关系都不是很好。现在临毕业前，我们有了实习的机会，终于可以走进社会了。

找工作，我见到、听到有些工是不错的，可是自己又不够资格。我妈妈有一个朋友开了很多铺，他叫我去他那里做会计、销售手机或销售电器，让我挑。他说：你读会计出来最好就是在我这里学做会计了，你就在我这里跟那个会计学学怎样做账先。我就想，我现在还没有会计证，考不考得到还是一个问题，何况我有不知道可不可以做得来，不敢去做，如果做不来，又不好意思说走人。做销售的呢？自己又不想做，最后什么都没做成。回到学校等考完财经法规才去找工作了。考完试之后，跟几个同学一起去找工作了，走着一条街，转眼间又一条街了，走了很多路，但始终没有找到工，过着一天，过着两天，过了一个星期还是找不到合适的工，那时候我们都失望了，就没有去找，过了几天，又约了朋友们一起去招聘会，去到东湖广场的招聘会门口，那里最少都有20%的人都是xx安联保险有限公司的员工在抢聘。向左走，向右走，向前走，向后走都是中德安联的员工。唉！原来招聘会要买票才可以进去的，还要10块一张票呢！对我们来说实在是贵了一点，可是也没办法啊！小财不出，大财不入。一进去，很有必要跌序地走完一间再一间公司，但总是觉得这些工不合适我们，看到我想做的工，但自己又不够资格，找了两个星期，我还是找不到工，我对自己说：要求不要这么高了，刚出来工作是这样了，我想不论是服务员还是销售员都好了，只要有人请我，我就考虑一下了，先做着，再慢慢找了。可是我去找的时候，根本就没心去找这些工，街上有很多店铺都招人，可是我只是看看而已。原来出来找工作是这么难的，真的很累，很不愿出来工作，很想回学校读书啊。

12月18日，我就来了清远，自爱清远这边找工作。可是一直到现在我还没有出去工作，我一直住在粤华学校这里，我从一月份就在这间学校饭堂里帮帮手，因为饭堂是我亲戚营业的。我每天都是八点多起来，就下去饭堂，看看有什么可以帮手。我每天都是洗洗菜啊！切切菜啊！烧烧火啊！每天都做差不多的工，而饭堂阿姨，她们，九点多，一个下米煮饭，一个搬柴，搬完柴就把冰箱里的肉拿出来洗干净、切切！大概都是这些。而老板娘，每天八点多就开车去市场或批发市场买菜回来，每次都十点多才回来，回来了也帮手煮菜。十二点就是学生放学，也是吃饭的时间，下午，学生放学的时间是四点十五分，而吃饭的时间是五点。这里的学生人数与我们学生人数相比，简直是没得比，这里现在才二百多人，不过这里是分校来的。所以分菜的时间比较快，不到半个钟，学生都吃饱饭了，也走得七七八八了。可是这间学校学的知识比我们学校多，饭菜也比我们学校好。就是学校装修方面比我们学校差。学校的四边都是厂房来的，而最大的一间公司就是双汇食品有限公司。

20xx年2月25日开学，我就在小卖部这里看档了，学生停餐的工作也归我管了，现在的停餐题都改善了很多，没有以前那么乱了。我在小卖部里做也挺空的，每天都是三个时段比较忙，分别是学生上完体育课是，做完广播体操时，还有就是上完晚自修时。每天都是六点五十分左右起来开铺，把食品放好，就开电脑了，上网了，有人来就看档，没有人来买零食就上网，挺悠闲的，可是就是无聊，一直到晚上十点半就关门了，那个时候也是学生休息的时间。星期六、星期日还可以休息不用怎样看。我认为最麻烦的是零食批发部送货来和摆货的时候，更何况春天的天气又这么潮湿，满地都是脏膝膝的，真是连动也不想动。

不过这里的生意都不错的，一天都可以卖到几百块钱，差不多每天都要进货，今天进饼干，明天进杂货，后天又进雪糕等等。就是这样就过了一个多月了。最伤心的是，我都不知道我有没有工资呢？因为老板娘都没有给过我。不过不要紧了，我出街的时候她都会给钱我买东西的。就这样就过到现在了，我现在还很想出去工作啊，虽然在这里很舒服，但是我就是不喜欢在这里做。因为这里不适合我，在这里连朋友都没有多个，在这里真的很闷啊！中专三年的学习使我懂得了很多，从幼稚的我，经过人生那么多的挫折，到现在成熟的我；毕业实习使我明白了一个道理，人生是不可能一帆风顺的过，只有自己勇敢地面对人生中的每一个挫折，当然，三年中的我，曾也悲伤多失落过，苦恼过，但我曾也开心过，兴奋过，快乐过。这只是上天给予的一种考验，是不能跌倒的。

**中专实训报告心得体会篇三**

迎来中专生活的第一个暑假，在这个暑假同学们纷纷选择了不同的实践活动来提升个人能力，回报社会。我经过一段时间的考虑，选择了适合自身的社会实践活动--“美丽中国，碧水蓝天”，投身环保活动中。

不容忽视的是，随着生产力的不断发展，环境污染也日益严重。白色污染，工业废水废渣废气，生活垃圾等成为和谐社会的主要威胁之一，环保自然也迫在眉睫。

林州--这座美丽的山城近几年由于追求经济增长，环境也不如从前，这就更加证明了我们此次实践活动的意义。我自己也很期待实践活动的进行，也暗暗的下决心要贡献一份力量，努力去锻炼自己，实现自我，展示安阳师范中专外国语学院学子风采。

经过周密的考虑与安排后，我们制定了一份详实的计划书，为实践活动勾画了一幅蓝图。其主要内容包括：环保宣传、环保调研、水质监测、爱护花草，宣传环保知识，倡导绿色理念，践行环保责任，开展环保调研。通过实地宣讲、实地徒步考查，开展环保宣传与环保调研;公布政府部门节能减排的相关政策法规;调查“白色污染”并统计数据、水质监测、公园捡拾废旧电池，垃圾等环保服务，为建设资源节约型、环境友好型社会作出应有的贡献。

此外我们准备了问卷、宣传单、宣传标语、海报、横幅、展板等实践过程中所需的工具。并学习了实践安全须知和相关文件，考虑了多种可能的突发事件，提前想好应对方式，为实践活动的顺利展开做了充足的准备。

我们主要集中在清华苑小区，人民公园、步行街、红旗渠广场、人民广场等人口密集，商业集中地方进行调研。

在清华苑小区的调研中我们通过问卷调查发现，虽然市民对环保颇感兴趣，但对环保知识的了解甚少，有的市民甚至不知如何区分可回收与不可回收垃圾。针对此状况，我们做了一系列的环保知识宣传，并分发环保小册子，丰富市民的环保知识，提高环保境界。

在红旗渠广场，我们的以为队员发现只有一种垃圾桶，没能起到引导市民自觉分类回收垃圾的意识。后来的调研中，我们才知道整个芜湖市只有两种垃圾桶，可回收与不可回收。这提醒我们，市相关部门的环保工作有待提高。见微知著，小小垃圾桶看出环保大工作的质量。

步行街的白色污染令人担忧，各种饭店酒店制造出大量的白色垃圾，而市民的环保意识不强，垃圾随地扔的现象普遍。我们不得不在统计一次性餐具数量的同时向业主宣传环保知识，许多业主表示会听从我们的建议，少使用一次性塑料袋等。

人民公园，人民广场的情况大致与以上所述相同。垃圾分类不够仔细，市民环保觉悟有待提高，更糟糕的是有的垃圾桶相同虚设，让我们看了很担忧。在鸠兹广场，我们随机采访了一些游客和市民，他们对政府的环保政策了解不够，环保知识储备不足。这提醒我们，环保宣传工作需进一步加强和完善。加强环保教育刻不容缓，作为当代中专生我们要发挥表率作用，环保从你我做起，共创美丽中国。

**中专实训报告心得体会篇四**

三年的中专生活一转眼就过了，真是怀念学校的生活。我刚进中专的时候，一点也不习惯。人，又不熟悉多个;地方，又陌生。那个时候，真是很想回家啊!不过，我人缘还算不错吧!不到一个星期就熟悉了一大堆朋友，有说有笑的，从次这三年也不会寂寞了，有这么多的朋友、同学，我也很快地就开始习惯学校的生活了。

在三年的专业学习上，我从对会计的陌生到熟悉，在面对的过程中，碰到了很多很多的题目，说难又不是很难，说轻易却又不是很轻易。到中专二年级

完一间再一间公司，但总是觉得这些工分歧适我们，看到我想做的工，但自己又不够资格，找了两个星期，我还是找不到工，我对自己说：要求不要这么高了，刚出来工作是这样了，我想不论是服务员还是销售员都好了，只要有人请卧冬我就考虑一下了，先做着，再慢慢找了。可是我往找的时候，根本就没心往找这些工，街上有很多店展都招人，可是我只是看看而已。原来出来找工作是这么难的，真的很累，很不愿出来工作，很想回学校读书啊。

三年的中专生活一转眼就过了，真是怀念学校的生活。我刚进中专的时候，一点也不习惯。人，又不熟悉多个;地方，又陌生。那个时候，真是很想回家啊!不过，我人缘还算不错吧!不到一个星期就熟悉了一大堆朋友，有说有笑的，从次这三年也不会寂寞了，有这么多的.朋友、同学，我也很快地就开始习惯学校的生活了。

在三年的专业学习上，我从对会计的陌生到熟悉，在面对的过程中，碰到了很多很多的题目，说难又不是很难，说轻易却又不是很轻易。到中专二年级

约了朋友们一起往招聘会，往到东湖广场的招聘会门口，那里最少都有20%的人都是xx安联保险有限公司的员工在抢聘。向左走，向右走，向前走，向后走都是中德安联的员工。唉!原来招聘会要买票才可以进往的，还要10块一张票呢!对我们来说实在是贵了一点，可是也没办法啊!小财不出，大财不进。一进往，很有必要跌序地走完一间再一间公司，但总是觉得这些工分歧适我们，看到我想做的工，但自己又不够资格，找了两个星期，我还是找不到工，我对自己说：要求不要这么高了，刚出来工作是这样了，我想不论是服务员还是销售员都好了，只要有人请卧冬我就考虑一下了，先做着，再慢慢找了。可是我往找的时候，根本就没心往找这些工，街上有很多店展都招人，可是我只是看看而已。原来出来找工作是这么难的，真的很累，很不愿出来工作，很想回学校读书啊。

12月18日，我就来了清远，自爱清远这边找工作。可是一直到现在我还没有出往工作，我一直住在粤华学校这里，我从一月份就在这间学校饭堂里帮帮手，由于饭堂是我亲戚营业的。我天天都是八点多起来，就下往饭堂，看看有什么可以帮手。我天天都是洗洗菜啊!切切菜啊!烧烧火啊!天天都做差未几的工，而饭堂阿姨，她们，九点多，一个下米煮饭，一个搬柴，搬完柴就把冰箱里的肉拿出来洗干净、切切!大概都是这些。而老板娘，天天八点多就开车往市场或批发市场买菜回来，每次都十点多才回来，回来了也帮手煮菜。十二点就是学生放学，也是吃饭的时间，下午，学生放学的时间是四点十五分，而吃饭的时间是五点。这里的学生人数与我们学生人数相比，简直是没得比，这里现在才二百多人，不过这里是分校来的。所以分菜的时间比较快，不到半个钟，学生都吃饱饭了，也走得七七八八了。可是这间学校学的知识比我们学校多，饭菜也比我们学校好。就是学校装修方面比我们学校差。学校的四边都是厂房来的，而最大的一间公司就是双汇食品有限公司。

20xx年2月25日开学，我就在小卖部这里看档了，学生停餐的工作也回我管了，现在的停餐题都改善了很多，没有以前那么乱了。我在小卖部里做也挺空的，天天都是三个时段比较忙，分别是学生上完体育课是，做完广播体操时，还有就是上完晚自修时。天天都是六点五十分左右起来开展，把食品放好，就开电脑了，上网了，有人来就看档，没有人来买零食就上网，挺悠闲的，可是就是无聊，一直到晚上十点半就关门了，那个时候也是学生休息的时间。星期六、星期日还可以休息不用怎样看。我以为最麻烦的是零食批发部送货来和摆货的时候，更何况春天的天气又这么湿润，满地都是脏膝膝的，真是连动也不想动。

不过这里的生意都不错的，一天都可以卖到几百块钱，差未几天天都要进货，今天进饼干，明天进杂货，后天又进雪糕等等。就是这样就过了一个多月了。最伤心的是，我都不知道我有没有工资呢?由于老板娘都没有给过我。不过没关系了，我出街的时候她都会给钱我买东西的。就这样就过到现在了，我现在还很想出往工作啊，固然在这里很舒服，但是我就是不喜欢在这里做。由于这里不适合卧冬在这里连朋友都没有多个，在这里真的很闷啊!中专三年的学习使我懂得了很多，从幼稚的卧冬经过人生那么多的挫折，到现在成熟的我;毕业实习使我明白了一个道理，人生是不可能一帆风顺的过，只有自己勇敢地面对人生中的每一个挫折，当然，三年中的卧冬曾也悲伤多失落过，苦恼过，但我曾也开心过，兴奋过，欢快过。这只是上天给予的一种考验，是不能跌倒的。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找