# 优选实习心得体会

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2024-10-13

*优选实习心得体会1我的为期六个周的实习在昨天彻底的结束了，原以为我会很轻松很潇洒的离开，但是没有想到当我跟我们班的那些同学告别，收拾行李踏上返校的汽车的时候，心情竟然是如此的复杂。有对我们班那些学生的不舍，刚开始的时候我觉得很难融入那个班集...*

优选实习心得体会1

我的为期六个周的实习在昨天彻底的结束了，原以为我会很轻松很潇洒的离开，但是没有想到当我跟我们班的那些同学告别，收拾行李踏上返校的汽车的时候，心情竟然是如此的复杂。有对我们班那些学生的不舍，刚开始的时候我觉得很难融入那个班集体，常常会觉得很失落，可是当我刚刚开始慢慢融入到那个集体，发现了那群学生的活泼可爱的时候，实习却要结束了。发现现实真的是很残酷的，他总是能抓住人性的弱点，然后在给我们狠狠一击。

我还清楚的记得我刚开始去那个学校实习，跟着我的指导老师去见我们班的那些学生是的那一份迷惘与不安，那些时候我觉得去守晚自习都觉得是一种煎熬，发现时间过的好漫长，那时候我总是跟我一起实习的黎说在接下来的日子我都要掰着手指头过日子了，可是到最后我却发现我都还没有开始数，我的实习却结束了，所以她老是开玩笑地跟我说，“豆啊，你的日子数道哪里啦！”我也笑笑说，“我的日子还没开始数呢，怎么就结束了？”。原以为这段日子会很艰难，但是没想到却还是愉悦地渡过了，期间不免会有失落、伤心和难过的时候，但是不管怎么样最后的结果还是愉快的，最后感觉会有一些遗憾，但是却也让我得到了成长！所以在这里我也衷心的祝愿我的那班学生们能够健康快乐的成长，虽然他们现在的学习不是很让人省心，但是我坚信他们最后都能找到适合自己的一条路，开创属于自己的一片天，因为他们都是聪明善良的孩子！也衷心的祝愿我的实习指导老师张老师能够健康快乐，生活幸福美满！也感谢她在这段时间给与我的帮助。希望他们一切都好！

这次的实习也让我明白了，生活中所有的我们认为很艰难的事情，只要我们用心去做，用心去感受其中的过程，最后我们都能愉快的渡过；人生路上的坎坷是没有走不过的，生活中的墙也没有越不过的，只要我们努力了，用心去做，相信我们都能够走向光明，关键是我们要坚持，有一颗积极进取的心。加油！

优选实习心得体会2

一个星期的新闻采访实习生活就这样结束了，一个星期弹指一挥间就毫无声息的流逝，就在此时需要回头总结之际才猛然间意识到日子的匆匆。开始怀念起了我们一行四人第一次出去采访的那一个星期的难忘时光。回过头来开始认真总结这一个星期的得失时，发现通过这次的实习，我有着太多的收获。

新闻采访实习的第一天，王君义院长给我们请来了沈阳电视台著名主持人蔡浩老师，蔡浩老师用生动幽默的语言给我们上了一堂终生难忘的课。对于将来的新闻事业，有着很好的发展前景，而对于一名新闻从业人员，更要以身作则。让我明白要想成为一名优秀的新闻工作者，不仅要具备理论素质、道德素质和业务素质外，更要有不怕困难的敬业精神。新闻采访实习的第二天，王君义院长为我们提供了一个实践的舞台——镜前播报，并邀请盛时老师给我们做详细现场指导。初次站在镜头前的我，显得六神无主，总结起来就四个字：紧张，激动。这让我明白了作为一名优秀的记者除了有要好的演讲口才之外，还需要有随机应变的能力。新闻采访实习的第三天，开始了真正意义上的新闻采访，我们被分成若干个小组，以小组为单位确立新闻采访采访主题，我们四人小组确立主题后开始了接下来几天的实战演习。这次的实战演习让我对记者这个职业有了更深刻的了解和认识。

通过实习，使我对新闻工作有了更具体、更直接、更深刻的认识。实习，不仅仅是实践，更重要的是通过实践获得某种认识，从而能指导以后的实践。从这个角度说，我认为我的这次实习基本达到了我预期的目的。通过这一个星期的实习体验，让我感受到作为一名新闻工作者需要具备不怕苦、勤劳、勇敢品质以及广博的知识。实习正值炎热暑假，为了弄清事实的真相，我们一行四人对行乞的老人进行三天的跟踪、调查以及暗访。在跟踪调查的过程中，时常还把吃饭抛在了

脑后，为了揭开乞讨老人谎言的面纱，最后一天晚上十一点多钟才结束跟踪调查工作，并且通宵达旦整理收集材料，运用自己的广博知识写出新闻稿。因此，回过头看，我深深感到，不怕苦、勤奋、勇敢以及广播的知识对于一个新闻工作者的重要，唯有具备这样的品质和才能，才能做一个称职的记者。

通过实习，给我提供了一个机会和平台，使我得以将课堂所学予以运用和发挥，锻炼了自己的新闻业务技能。我在实习过程中，把在课堂上所学的新闻理论知识充分运用到这次的实践过程当中，从一开始策划到采访、照相、写稿、修改、编辑、后期制作等。通过这些环节的亲身体验，使我对新闻工作的整个流程有了更加直观深刻的理解，使我得到的锻炼更为充分，更好地提高了我的新闻业务能力。

首先，自己要自信。对于一名新闻工作者来说，自信是非常重要的。因为只要有了自信，你才不至于担心被采访对象的百般刁难，担心自己采访报道的新闻不被人所接受。这次的新闻采访实习正是有了自信，我们才敢走出校园，迈向社会进行揭露乞讨老人事实真相的报道。

其次，做事要认真。外出采访时，一定要事先准备，检查好要带的东西，以免造成不必要的损失。写新闻稿时，对于新闻的时间、地点、人名一定要准确。所以，不管做任何事情都要认真用心的去做。这次实习采访乞讨老人，就事先没有把照相机充满电，就错过了该拍没拍的照片。

次之，知识面要广。作为一名优秀的记者，不要求博览群书，也要对各种知识略知一二。记者这个职业注定要和各行各业打交道，当记者对其中一行业进行报到时，由于缺乏对这个行业的了解，报道出来的新闻不会被大众所接受。因为你的报道太片面，你的报道肤浅，所以作为一名优秀的记者要有广阔的的知识面。

优选实习心得体会3

离开安静的教室，我怀着一份好奇，一份激动的心情走进了社会。第一次运用自己所学的理论，结合实际，亲自动手实践，在这次实习中给我提供了一个理论与实际结合的机会，同时也认识社会锻炼自身能力，以及更好的适应社会需要的机会。近些时间实践，收获应该是很多的，都得到较大的提高。

在这几个月里的实习生活，我体会到了生活的艰辛，也懂得了父母赚钱的不容易，所以今后也更加要珍惜了。

以前上学的时候，总是吵着向父母要钱花，父母不给的话，就发脾气，几天不和他们说话或是掉眼泪来威胁他们，直到达到目的为止。现在想想这种做法真是太幼稚了，只知道花钱，却不知父母赚钱的辛苦。现在我已踏上实习的岗位，体会到了赚钱的艰辛，想着以前的事真是太任性了。

我这几个月里的实习，有辅导老师，公司员工的协助、自己的努力，自感收益不小。这次实习把我从学校纯理论学习中拉到了实践中学习的环境。一进入岗位，我意识到，该把学生时代的野性收敛了。没有规矩不成方圆，虽然公司没有老套的束缚，它有不可违反的规定。我就该严于律已。这样不仅可以遵守公司的规矩，对我们自己更有好处。与公司员工的相处中，我也学到了待人、处事的态度、方式、公司的员工待人诚恳，虽然他们年龄和我一般大，我的感觉，他们很成熟，有很多很多值得我学习的地方，这两个月是我用金钱都买不到的机会，无论从工作、学习、做人上，我都有很大的收获。这两个月我没有白费。

首先，来实习的短短几个月的时间里，使我在思想上有了很大的转变。以前，在学校里学知识的时候总是有老师往我们的头脑里灌知识，自己根本没有那么强烈的求知欲，大多是逼着去学的。然而到这里实习，确使我的感触很大，自己的知识太贫乏了，公司员工的学习气氛特别在无形中给我营造了一个自己求知的欲望。

在这里大家都不得不抓紧时间学习，这种刻苦的精神特别让我敬佩。给我一种特别想融入他们之中的感觉。这将对我以后的人生路上是一种很大的推进。只有坚持学习新的知识，才会使自己更加提高，而这里就有这样的气氛。

其次，在实习中，我深深体会到团队合作的重要性，并勇于展现自我。自从来到这里，我为人处事的方法有所改变，最明显的是我转化了做事的方法，原来是学完了再干，现在是边干边学。

在实习中为我提供了与众不同的学习方法和学习机会，让我从传统的被动授学转变为主动求学，从死记硬背的模式中脱离出来，转变为在实践中学习，增强了领悟、创新和推断的能力。掌握自学的方法，使工作、学习、生活都能有成熟的思考。这些方法的提高是我终身受益的。我认为这次的实习机会是难得的，让我真正懂得了工作和学习的基本规律。

总之，现在的实习时期是给予我转折性的机会。今后我不会辜负老师对我的期望，我会把工作做得更好。

优选实习心得体会4

我和我的同学们离开了呆了4年的母校，来到了我将在此度过1年（也就是大学生涯中的最后一年，且最重要的一年）的实习医院————威海市文登中心医院，因为文登是我的故乡，所以回来后感觉既熟悉又亲切，实习心得体会。

由于交通堵塞等原因，我们的车很晚才到达，比预计时间晚三个小时，但科教科、护理部的几位老师仍然站在夜色中代表全院在迎接我们，从他们亲切的问候和热切的举动中，我们感觉回到家了。像是投入了母亲的怀抱，由于行李很多，又拾掇了好长时间，劳累了一天的我们也感觉有点饿了，这时餐厅的一位师傅及时赶到，问候我们有没有吃饭，说餐厅已经准备好了饭菜，我们当时就被师傅的关心所感动了，连声道谢，因为今晚不用饿着肚子睡了。同时，搬行李时，比我们早来的潍坊医学院的同学虽然已经躺下来，但知道我们来了后主动起来帮我们搬行李，在此向他们表示衷心的感谢。晚上发生的这一切，让远离母校的我们心里有了安慰。原本不安的心平静了下来，因为文登中心医院给我们的第一印象是亲切的。我们也暗下决心，一定要在这好好的实习，与中心医院融为一体，不辜负老师们对我们的期望。

接下来的`一个星期，是科教科老师按照我们的需要和上岗要求安排统一培训，由院各科室主任做了8次报告，包括：

一、医院概况简介。

二、学生管理的有关规定。

三、治安管理的一般常识。

四、医德医风教育。

五、医疗文书的书写。

六、有关护理知识的讲解。

七、院内感染的讲座。

八、手术室的有关知识。其间科教科的老师还穿插地组织我们到各病房看病历、观看关于医疗纠纷的专家讲座及急救处理方面的录像，让我们对实际的临床工作有了初步了解，为正式上岗工作打下了基础。

经过一周的培训，我对医院的情况有了初步的了解，并且学到了好多新的知识，创业实习。首先，刘衍广院长给我们讲了医院的发展历史及规模，让我了解到我们医院是有着悠久历史和光荣背景，以及发展潜力。作为威海市排名在首的医院我们的发展前途不可限量。同时，科教科在教学管理方面对我们也作了严格的管理规定，让我们一开始就树立严谨的作风和认真的工作态度，形成我们固定的思维方式，为将来参加工作打好基础，医院的警务力量也让我们在充实的工作中有了安全感。在此对警务人员为我们做出的工作而表示感谢，因为他们是我们医院实行正常而稳定的工作秩序的保证。医德医风教育让我切实感觉到了作为一名医生的神圣和务实性，我们必须树立好自己的形象，做事坚持原则，才能更好地维护\"白衣天使\"的神圣职权，才能得到病人及同事的尊重。其次，关于临床上具体工作，如书写医疗文书，护理知识和院内感染的讲座，让原本只具备理论知识的我们认识到了临床工作要干好是多么的不易，只靠掌握理论知识是不行的。同时，对正确的处理医护关系的问题上我们有了感性的认识，医生和护士同等重要，不分谁大谁小，我们的最终目的都是为了治好病人。我认为护理人员的工作更重大，工作更烦琐，值得我们每一位医务人员尊敬。还有，通过观看关于医疗纠纷的录像，我充分认识到医疗工作的高风险性，认识到社会各界对我们医务人员的高标准要求，我们必须在掌握熟练的专业知识的同时，学会更好的处理医患关系，病人来找我们看病，他们是我们的上帝，我们必须树立起自我保护意识，增加法律知识，更好的在工作中行使我们的职责和权利。

来我家，爱我家，在文登中心医院这个团结向上的大家庭中我一定好好实习，充实自己的知识，为自己将来的工作打好基础，也为医院奉献出我的一切。

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