# 实习心得体会及收获(6篇)

来源：网络 作者：静谧旋律 更新时间：2024-07-29

*心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么你知道心得体会如何写吗？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。实习心得体会及收获篇一七月二十号的这一天，我们一行八个人，坐上了开往河南巩义的火车，我们要在...*

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么你知道心得体会如何写吗？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**实习心得体会及收获篇一**

七月二十号的这一天，我们一行八个人，坐上了开往河南巩义的火车，我们要在那里洒下我们的汗水，留下我们的足迹。火车旅途的辛劳并不能吓倒我们，也不可能击破我们顽强的拼搏精神。

下了火车仅仅经过一个晚上的休整，我们便开始投入到我们的三下乡实践活动中去，我们本着奉献的基本原则，去服务于当地的农民。我们按照我们事先计划好的流程，一步一步的去完成本次活动，活动的事前各项准备、去和当地政府以及相关媒体见面并沟通、活动的前期宣传、调查问卷的发放和回收以及奥运知识的宣讲和体育运动的教学等每一项活动，我们都进行得有条不紊。

在此次活动期间，我们没有感受到在异乡的不适，我们所得到的都是当地百姓的热情，他们的积极参与和支持是让我们最受感动的。我们大学生暑期三下乡社会实践活动来到这里，是想运用我们所学的知识，为当地的百姓做些实际的事情。虽然这当中有艰辛和委屈，我们仍能让困难之花开得更加绚烂。

通过宣传，我学到了与人沟通和交流的技巧。

在活动进行的第二天，我们对本次活动的整体框架进行了一次大型的宣传。在大街的一个十字路口挂上我们的队旗，宣传也正式拉开了序幕，面对来来往往的行人，我们首先要有勇气走上前去对他们讲述我们的活动，当然面带微笑是我们与人交流的前提。在和当地的农民沟通的过程中，我们要讲求我们说话的方式和语气以及对待他人的态度。沟通成功与否的关键在于你是否懂得尊重他人和有礼貌。

通过做调查问卷，我学到了分工与协作的重要以及对待每一件事情契而不舍的态度。

在我们做调查问卷的时候，即使遇到一些不理解我们的百姓，我们也仍不放弃。虽然一天下来，每一个人都很辛苦，但是通过我们的共同努力，我们取得了很好的成绩，也从中学到了许多东西。

通过与同学进行交流，我学到了他们那种质朴的品质以及好学向上的精神。

每天的共同努力，让我体会到了一个团队的重要性;每晚的加班加点，让我品味到了劳动的辛苦与收获的喜悦;每天的早起，让我沐浴到了晨光的明媚去迎接每一个美好的明天。

因为我的付出，我收获到了很多，也感受到了成功的喜悦。在这活动的几天当中，我们一起讨论，一起做事，一起总结，一起面对困难，一起超越困难，我们同奋斗，我们同欢乐。因为这次实践活动，我们更加团结，也懂得了集体的力量永远比个人的力量大。作为一个集体，我们就应该齐心协力，把要做的事认认真真的做好，把要完成的任务一丝不苟的完成。

做一次活动，既要有能领导大家的同学，为整个活动出谋划策的同学，也要有心细懂得照顾人的同学，以及擅长写作、擅长摄像和计算机的同学，我觉得我们的“欢豫微尘”小分队在团队的组队方面很好的掌握了这个要求，把我们每一个人的特长都发挥得很好。

如果说我没有见过社会的本质，那么这次实践活动给了我一个认识的平台。

如果说我还是一个一无所长的学生，那么这次实践活动给了我一次磨练自己的机会。

如果说我还是认为每一个人都享受着幸福的话，那么这次实践活动给了我一次心灵的感悟，让我看清了世界的本质。

感谢这次的实践活动，它让我成长，它让我成熟，它让我懂得播种爱。

实习心得100字篇4[\_TAG\_h3]实习心得体会及收获篇二

为了了解企业管理的先进方式和现代化管理方法，提高调查研究、搜集资料、整理资料的能力，提高理论与实际相结合的能力;深切体会人力资源管理的重要性和管理的程序，提高协同合作及组织工作的能力，培养独立分析问题和解决实际问题的能力。我来到\_公司进行实习，并担任办公室文员职位，以下是我的实习报告。

一、实习时间

\_

二、实习地点

\_公司。

三、岗位介绍

我怀着一颗激动而紧张的心踏入了\_公司，刚进入办公室的那一刻，我觉得我正在走进另一个领域，在这里我即将度过两个多月的时间，更会在这里认识更多的同事和朋友，学到更多的知识。在公司实习期间，我从事的是办公室文员工作，主要负责：接听、转接电话;接待来访人员;负责总经理办公室的清洁卫生;做好会议纪要;负责公司公文、信件、邮件、报刊杂志的分送等工作。

在做以上的工作的时候，我采用了看、问、学等方式，初步了解了公司文员工作中的具体业务知识，拓展了所学的专业知识。我每次都是虚心向办公室的其他同事请教，学习，根据公司的规定，结合自己的理论基础、专业知识，争取有所创新，认真做好每一份工作。在实习完后，我不管是理论基础方面，还是实际工作能力方面，都有了很大的提升，为以后正式参加工作奠定了坚实的基础。

我从事的是办公室文员的工作，只要负责以下一些工作：接听、转接电话;接待来访人员;统计每周考勤并交财务做帐，留底;负责公司公文、信件、邮件、报刊杂志的分送做好会议纪要;负责传真件的收发工作;管理好员工人事档案材料，建立、完善员工人事档案的管理;做好公司宣传专栏的组稿管理办公各种财产，合理使用并提高财产的使用效率，提倡节俭;接受其他临时工作。

四、实习过程

刚进公司时，对整个公司的工作非常陌生，文员工作也不知道从何下手，更谈不上管理。后来在公司领导和同事的指导帮助下，开始对公司对业务，对职位职责有所了解，并充分地应用在学校学到的知识，很快的了解了公司的运作流程。这些事情看上去很简单，但是真正实施起来难度不小，需要注意工作流程的了解;应用专业知识的熟悉;人际关系的协调;与上司、客户和同事的沟通技巧等。这些在学校是远远学不到的，只能是大概的有些了解，并不是很清楚，经过一段时间的实践，才让我真正的全方位的了解，当然还有很多东西目前掌握的还不够，需要以后的多加了解和学习。

虽然一开始只是接听电话和传达旨意，但是这里还很有学问，你要注意语音语调等等一些细节，还有就是打字复印等简单工作，看似简单，其实需要耐心和小技巧，还得注意时间分寸。要是接待来访客户就更是学问大了，你需要察言观色地了解他们的心理，了解上司的意图等等。由于我更多的是想了解整个公司的工作流程尤其是人力资源管理方面的知识，所以我经常性地努力争取更多的机会去接触专业知识多涉及到的领域，而不仅仅局限于完成文员的岗位职责。

尽管好多人都认为办公室文员是一“打杂”的角色，但是我一方面认真的学习和努力完成领导布置的任务之外，积极主动地争取更多的机会去接触其他工作。一开始会觉得很难堪，因为你实在是初出茅庐，尽管你是人力资源专业出来的，但是同事们特别是年龄大一点，职位高一点的员工一般都不会给你机会，也不会相信你，甚至有的还会给你脸色，要不就还会误会你的意思，以为你是在炫耀，要不就是邀功，其实这些都是在实习的时候我们要努力克服的。

我们唯有的方法就是真诚和谦虚，还有不放弃的精神，比如在我的一再努力和要求下，我拥有更多的机会去参与部门里的其他工作，而不仅仅局限于了一个文员，印象最深的就是我硬是参加了实习期间公司招聘计划里的职责编写工作，尽管还是犯错了，但是我没有受到过多的责怪，相反经理还给我认真的上了一课，那真的是有一种“听君一席话，胜读十年书”的感觉。

五、实习体会

其实我更多的感受还是做文员，针对文员这个职位的特点，最值得一提的便是对挫折的处理，具体遇到到挫折时，我发现不妨从调整心态来舒解压力，面对挫折。遇到挫折时应进行冷静分析，从客观、主观、目标、环境、条件等方面，找出受挫的原因，采取有效的补救措施。树立一个辩证的挫折观，经常保持自信和乐观的态度，要认识到正是挫折和教训才使我们变得聪明和成熟，正是失败本身才最终造就了成功。

学会自我宽慰，能容忍挫折，要心怀坦荡，情绪乐观，发奋图强。善于化压力为动力，改变内心的压抑状态，以求身心的轻松，重新争取成功，从而让目光面向未来。复印、传真、公文处理等基本工作我都已熟练。而文员管理要制发文件，处理文件和管理文件。在各种文件中，大部分还具有不同程度的保密性，而且各级秘书人员经常接近领导，看一些重要文件，参加一些重要会议，所以，秘书人员在公共场合活动时要注意内外有别，把握分寸，对什么应该说什么不应该说要心中有数。准确，是对工作质量的要求。

在这段实习的时间里，得到了领导和老员工的亲切关怀与照顾，从而让我更快地在这个大家庭里成长。由于我刚跨出校门，在社会阅历和工作经验上还较欠缺，还需要得到各位前辈的指点和自己勤学多问的学习。对于我们这些\_的新人来说既是机遇也是挑战。这就要求我以主人翁的心态积极思考我们的优势和不足，在发展整体态势下，定位自己的目标，发掘个人潜力。作为新员工，我对自己的未来充满信心!

实习心得100字篇6[\_TAG\_h3]实习心得体会及收获篇三

一、实习目的

通过专业实习，让我们在深入了解电子商务的基础上，掌握电子商务专业实践技能及操作流程。在专业实习的过程中，可以提高我们对实际操作经验的积累，综合运用所学专业的基本理论、基本方法、基本技能，理论联系实际，培养我们的应用能力，独立地分析问题、解决问题的能力和创新能力。

1、提高自身对企业电子商务的全面认识

调查了解实习单位的实际情况，包括企业发展历史、企业目前的业务流程、产品情况、企业效益情况、企业生产系统、销售系统等，特别是企业开展电子商务的情况，从而提高对企业管理特别是企业电子商务的全面认识。

2、培养自身电子商务专业的技术技能和商务技能

把我们所学的基础理论、基本知识和基本技能，综合运用于专业实践之中，培养从事商贸方面工作的独立工作能力。

3、培养创新能力、自主学习能力和职业能力

通过专业实习，培养爱岗敬业的职业道德，增强对专业的适应性，使我们进一步加深对书本知识的理解，加强实践能力与创新能力的培养，同时，在实习过程中意识到自身的不足，更加明确下一步的努力改进方向，增强自觉学习的意识与动力。从工作中学习和锻炼职业能力，为以后开展的毕业实习及就业，打好基础。

二、实习时间

本次实习时间从20\_年x月x日到20\_年x月x日。

三、实习地点

\_省\_市\_区\_工业区\_鞋业。

四、实习单位和岗位

实习单位：\_市\_鞋业有限公司。

岗位：电子商务部——美工。

五、岗位工作描述

应聘来这里的时候，我的岗位是电子商务部的美工，主要是负责网店的装修，在网上找一些素材，自己制作几套模板上传到网店去，然后就是制作首页广告图、宝贝广告图、促销广告图等，还有一样就是用photoshop处理宝贝图片，再上传到宝贝详情描述里。因为部门的经理想让我多学其他东西，所以到后来还安排我负责上传新的宝贝，并\_\_到分销平台，再有就是做推广，利用百度贴吧、博客、微博等为网店做推广。

六、实习心得

第一次来到公司，一眼望去感觉公司的环境也不错。公司的生产厂房跟商务办公楼是一起，电子商务部也是后来才发展的。在大门进去的右边墙上，有公司的文化栏、制度专栏、学习园地、部门的情况栏、公告栏等，并且内容详细。给我的第一印象就是这家公司非常注重公司的文化和制度。

专业实习第一天，我们部门的经理先让我熟悉一下公司和本部门的环境，然后简单地给我介绍我的工作内容，以及让我想熟悉一下基本流程。电子商务部的人并不多，加上我只有三个人，所以经理跟我说以后的工作可能比较多，范围也比较广，我自己倒认为，多接触点东西也不坏，那样我可以学到更多的东西。公司有做淘宝商城，也有做c店和分销，在阿里巴巴也有注册，感觉以后要做的东西真的很多。给宝贝拍照，处理图片，上传宝贝，售前售后客服，发货，店铺推广等等，全都是我们部门三个人一手包办，每一样都要做好真的不简单。

首先就是给宝贝拍照，不做你不知道，原来这里面也有很多学问。例如怎样调节灯光才能把宝贝更细致的地方呈现出来，怎样摆放宝贝才能让宝贝的不同角度展现在买家眼前，另外背景选取也很重要，一般宝贝细节图片的背景都是白色的，真人试穿的时候就选取外景，或者拍好抠图换背景。还有，好的拍摄设备更能拍出更好的作品，这个也是让我们头痛的地方。我们做的是中高档皮鞋，需要拍出的效果是让这双鞋子看上去高贵，细腻，毫无瑕疵，但由于设备有限，我们很难做到这个程度。也只能靠后期图片处理。

处理图片基本都是由另一个人负责，而我就负责上传宝贝，因为没有数据包，所以都是一个个的上传，每一处信息填写都要很小心，要了解鞋子的特性、有什么颜色和码数、库存情况等，宝贝标题也很重要，要抓住关键词，尽量体现你卖的产品，有没有促销等吸引买家眼球。

客服我也做过，每当他们两个都出差的时候我就帮忙做客服，总结出来就是，我还不是很适合做客服，因为做客服的一些技巧我还没掌握，还有我回复顾客的语气有点强硬，我发现，就是一句简单句也要变长句，例如顾客问你有没有这款鞋，没有的话不能只说“没有”，要亲切的说“亲，不好意思，我们这款鞋子现在没货哦，要不看看其他的。”有些顾客指定一定要这款鞋，但我们没有货了，先承认错误给他解释清楚，再给他推荐其他款式，所以说一定要清楚宝贝情况，及时把信息改正过来以免误导买家。遇到再麻烦的顾客也要耐心为他们解答，这需要好好练习我们的忍耐力。

推广方面我是负责博客推广。一开始做的时候无从下手，不知道该怎么做，后来请教了经理和一个推广比较在行的同学，我慢慢也掌握到一点技巧。

一个是利用百度贴吧。先申请几个qq，在qq空间写一些网店推广的软文，加上一些添加店铺水印的图片吸引读者，然后再贴吧发帖，发帖要注意不能做广告，这样会被封的，要写一些比较吸引人看的帖子或找一些图片，图片上面加上qq空间的地址，这个水印要做的透明一点，这样就没那么容易被封贴，在贴吧把浏览量引到qq空间，在引到你的淘宝店铺。

一个是博客营销。在成功实施博客营销之前，首先要拥有一定的关注度，这就需要你去挖掘粉丝关注，可以先关注别人的博客，或者评论别人发布的博文来吸引关注，另外还需要掌握以下几个技巧：

1、不要只看不评，转发也要写评论

2、评论要有特色，引起共鸣

3、微博也要讲究可信度

4、发布关于企业的微博故事化

5、不断更新，坚持发布新内容

6、做好互动，参与一些话题，如：#今日精品推荐#

推广一定要坚持，不断的更新内容，发的帖子要精彩，贫乏无味的帖子是没人看的，也要有创新，就算抄袭也要换个表达方式，为获取灵感我们可以多关注时事新闻、身边人身边事、多看一些成功推销的软文，吸取好的方法。

以上说的这些都是我后期的工作任务和吸取的经验，在这之前，我一直是做网店装修和广告图片制作。做好店铺装修不容易，像淘宝商城的装修我们可以直接买模板，而c店也可以使用买了的模板，但不一定买到的就适合店铺的风格，那就需要我们自己去制作一些能更好体现店铺和吸引顾客的装修模板。

七、得出一些小小结论

1、装修网店，可以根据不同时期(如：季节变化、节假)，不同的促销活动，可以制作几款模板来装修网店，把店铺装修得漂漂亮亮，能让买家从视觉上和心理上感觉到店主对店铺的用心，并且能够限度的提升店铺形象，有利于网店品牌的形成，提高浏览量。

2、无论是装修网店还是做广告图片，都需要用到素材，这就需要我们养成一个好习惯，就是平时看到一些有用的素材网站要收藏起来，好看有用的图片素材也要随手保存起来以便需要的时候可以用到，也要多看看别人成功的制作，吸取精华来给自己创作提供灵感，也要加以自己的创新。

3、做美工要用到的软件不多也不少，例如photoshop、dreamweaver、firework等这些软件都有可能要用到，特别是photoshop，那是经常要用的，要好好掌握技巧，熟练使用，这些东西如果说时间一长了你不用就很快会忘记怎么用，所以，我觉得在学校没事干的时候啊，不要老是只会上网、看电影、玩游戏什么的，可以多看看一些photoshop的使用教程，自己也要实际操作，多掌握一门技术总是好的，这样往后我们需要用到的时候就不会不知所措了。

一个半月的专业实习过程中，时间虽短，但也反映出不少问题，有好也有坏。好的就是：每项经理给我安排的任务我都能按时完成，在工作方面也有自己的一些想法，吃苦耐劳，基本上每天都是我最早来到办公室，面对庞大的工作量和每天晚上都要加班，我仍然坚持了一个多月，做事方面也比较勤快灵活。然而经理给我一个差评就是，工作上“问题”少，这个问题少不是说我工作上没有出差错，而是说我工作这么久，极少向他提出过有什么不能解决的问题，他说，作为一个实习生不可能什么都会，应该多少会有点问题，可就是少见我提问。而我自己则认为，每次给我新任务的时候，经理都会告诉我该怎么做或者一些技巧，所以我都是按照他的指示来做，有时候遇到小问题是我就会上网自己查找解决办法或者找同学请教，而且经理又比较忙，所以我就不敢麻烦他。

实习结束，回到学校，我们要总结在此次实习过程中遇到的问题，不断学习，不断改进，不仅要学好专业知识，还要综合学习，提高自己的综合素质，为自己将来出社会工作打好基础。

**实习心得体会及收获篇四**

从整体情况看，通过这次实习，本人有以下体会：

一、 不仅仅是一次实习，更是一次很好的学习

来实习之前，本人一直认为暑假的实习仅仅是一次专业知识应用于实践的一个过程，但来到这里，才发现更多的不是理论应用于实践，而是一个学习的过程。刚才已经说了，在这里学到了许多东西，除了上面的知识外，更是学到了许多社会经验、做人原则和在社会中为人处事的方法技巧。在去的第一天，我有幸碰见张杰师傅，他在见到我的第一句话就是问我这是实习的目的，想通过这次实习掌握些什么东西?他的这个问题使我感到茫然，因为我在之前从没想过这些问题，但是就是他的这个问题

使我有了自己的实习计划和实习目的。同样因为这个问题使我懂了什么才是真正的做事要有准备才会有一个很好的开端。张杰师傅在第一天就教导我在社会中，在工作中要做到八个字：眼勤，口勤，手勤，腿勤。所谓眼勤就是要在工作中善于勤于发现需要自己的地方，勤于发现自己不懂得地方，勤于发现别人的优点等等，口勤就是在工作中要善于勤于不懂多问等等，手勤就是勤于动手操作，勤于动手帮助他人等等，腿勤就是勤于跑动，及时完成任务等等。总之，在工作中要将这八个字充分的结合起来完成工作任务。在后来的实习工程中，我严格按照这八个字来要求自己，使我再后来的实习中学到了更多，懂得了更多，同时也得到了“同事”的肯定和赞扬。同时，在实务的操作过程中，发现了平时在专业学习的过程中忽视的一个严重性知识点：就是如果要想实务工作做得好，就必须对每个文件条令掌握的非常之熟练，对每个条例实施的具体时间点要精确到天，这样才能使整个过程连贯。此外，实务中的学习和专业学习最大区别就是实务学习学习的是知识点，而专业学习学习的是知识面，知识面是系统的、连贯的，而知识点是零散的，不连贯的，需要自己去汇总，总结。

二、 工作要仔细、认真，负责

不论在什么岗位，工作必须要仔细、认真、负责，工作跟上课不一样，上课认真学习是为了对自己负责，而工作是面向社会，对社会大众服务，所以就必须更加认真、负责，不能有半点粗心，这是我的张杰师傅第一天对我这样说的。我也明白了，特别是我所在的岗位，如果有半点粗心，将会有导致退休人员少享受应得的待遇或者是参保人员多缴或者少缴保险费用。在我的实习期间，我就犯了一个不应该得的错误，由于我的粗心，马虎，把一个人的缴费记录数据录错，多亏师傅的及时发现和系统有更改程序，否则将会导致此人今后的缴费增多，而待遇却不变，严重影响此人的利益。当然，由于我的失误，我被严厉的教训了一会，在后来的工作，只有我也犯错误，我将肯定会得到师傅的批评，当然。我知道。他是对我负责，对社会负责，对我们学校负责。我感谢他!在\_\_区社保局的社保中心，如果一个工作人员在一个月内连续犯了两次及以上涉的失误且金额都在1000元以上的话，此人将会遇到解雇的危险。

三、 工作中要善于、勤于主动与他人交流

在工作中，如果你希望你的能力不会原地踏步，那么就必须主动与他人交流，在遇到问题，主动寻求帮助，跟他人建立一个用好的关系。我这次较为幸运，我跟一些年轻的工作人员在一起，而且主要为男性，在很多方面有共同语言，所以很快就分他们熟悉了，每当我有问题时，就会很积极主动地向他们请教，当工作完成时，又会跟他们聊天，了解更多跟工作相关的问题或者是向他们讨教社会经验。他们同时也喜欢向我说些在社会中生存的一些的原则和方法。所以在生活中要善于乐于勤于与他人交流沟通，建立一个很好的人际关系，这样将会为自己将来的成长创造一个很好的条件。这次虽然只有短短的十五天天，但是在这十五天中本人与相邻的几个工作人员都建立了很好的关系，除了在工作中得到他们的帮助外，在离别那天，我的张杰师傅和我的几个“同事”送我许多礼物作为纪念，诸如圆珠笔、笔记本、书籍、软磁盘等实用的东西，同时在我走的时候，作为转业军人的我的师傅起立，给我唱起了离别之歌和敬军礼，这些让我特别感动，知道什么是社会中的温暖。在我看来我之所以得到我的师傅和“同事”们的这样对待，与我勤于与他们交流和沟通有很大的关系。

四、 提前给于压力，促使积极准备就业或考研

在实习中，通过与一些同事的聊天中得知，，当前就业的确是非常之严峻，我们在现在就必须作出一种抉择：是继续天天“泡馆”呢，还是从现在开始多做些社会实践，以后在\_\_做个没有户口的“北漂一族”或者是回重庆建设自己的家乡……太复杂了。不过这的确也为我敲响了警钟，提前了解自己未来将会面临的困难，适当增加自己的压力，是对自己有帮助的。同时，通过这次宝贵的实习机会，本人基本懂得了在社会工作中怎样取得领导的信任，怎样与同事交流沟通，建立友好的关系，这些都使本人对自己的未来也增添了很多信心。

总之，通过这次实习本人实现了理论与实践的结合，充分实现了社保专业的价值理念，同时发现了在平时的专业学习中要注意的问题，这将使得在今后的学习中能够找到更好的学习方法，知道了在社会上、在工作中的基本常识等等。在获得众多收获的同时，还必须感谢学校给我们提供了这次宝贵的实习机会，感谢王微老师在这次的实习过程中给于的支持和帮助。

实习心得100字篇10[\_TAG\_h3]实习心得体会及收获篇五

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”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，茫然不培训班学习心得体会知所措，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，才发现自己得能力是远远没有达到工作的要求的，实际的工作远比想象中的要细致得多复杂得多，这时才真正领悟到“活到老学到老”的含义。

实际的工作能力是书本实习心得体会范文上没有办法教授给大家的，必须要通过实际工作来积累与强化。会计学作为一门与实际工作结合紧密的学科，实习是检验学校里的教学成果的最好的试金石。学校中所有学到的知识都要转化为工作能力，这样才真正做到了学有所用。从这个层银行工作心得体会面上来看，我们的会计教育和实践是有一段距离的。会计是一门实践性很强的学科，会计需要理论的指导，但是会计的发展是在实践中来完成的。

所以，我们的会计教育应当与实践结合起来，采用理论与实际相结合的办学模式，具体说就是要处理师德培训心得体会好“三个关系”：即课堂教育与社会实践的关系，以课堂为主题，通过实践将理论深化;假期实践与平时实践的关系，以假期实践为主要时间段;社会实践广度与深度的关系，力求实践内容与实践规模同步调进展。我非常希望学校能加强实际的工作与党校学习心得理论教学之间的紧密结合程度，实践可以非常好的提高学生学习的积极性和教学的针对性，对我们这些毕业生尽快熟悉实际工作是非常有好处的。

在实习期间我也深刻的感觉到了国企的工作效率非常需要大力的提高。人浮于事，工作效率低企业发展观心得体会下是国期的通病。在这次实习中我也深刻的感觉到了这一点，仅举两个例子：一天，有一个同事一上午只工作了两个小时不到，其余的时间都在一个接一个的打私人电话，一边说着自己很忙，另一边手里却什么活也没干;另一件是关于年初报税，在银行工作心得体会资料还没有准备好，单位却在下午三点定好了地方开联欢会(下午是一点半上班)，于是，大家都去联欢了，报税的时间就被推迟了。我认为，造成这种效率低下的原因是来自多方面的，最主要的是铁路这种大型国有垄断企业没有引入非常有效和富心得体会有活力的竞争机制，分配方式不够灵活，直接影响了员工的工作动力与工作效率。我个人认为改变这种局面的直接可行的方法有两个：

其一，领导的工作作风的改变;

其二，员工在工作时间约束的加强。

我认为，联欢会虽不是庆功会，但也应该是在不发展观心得体会影响正常的工作的前提下举行的，而不能由于要开联欢会而增加不必要的成本(如：税收滞纳金);员工在工作时间，应主要处理公事，如有特殊情况，可请假专心处理私事，而不应该占用较长的工作时间、利用公共设施处理私事。这是我的一些个人的学习教师法心得体会看法，作为一名员工，我也是希望自己所供职的企业越来越好。

通过这三周的实习，我接触到了真正的账本、凭证，亲手进行了简单的实际业务的处理，真正从课本中走到了现实中，从抽象的理论回到了多彩的实际生活，细致地了解了现实中会计业务处理的流程，认真观摩了师傅针对具体业务的处理，使我对会计实务的认识从纯理性的上升到实践，从实践中的感性认识上升到了更深刻的理性认识。尽管实习的时间并不是很长，但受益匪浅，我深信这段实习的经历会对我今后的学习和工学习发展观心得体会作带来非常积极的影响。

下面我从个人实习意义及对会计工作的认识作以下总结:

一，作为一个会计人员，工作中一定要就具有良好的专业素质，职业操守以及敬业态度。会计部门作为现代企业管理的核心机构，对其从业人员，一定要有很高的素党员培训心得体会质要求。

从知识上讲，会计工作是一门专业性很强的工作，从业人员只有不断地学习才能跟上企业发展的步伐，要不断地充实自己，掌握最新的会计准则，税法细则，法律知识及攻关经济动态。这样才能精通自己的工作内容，对企业的发展方向作出正确的判断，给企业的生产与流通制定出良好的财务计划，为企业和社会创造更多的财富。

从道德素质讲，会计工作的特殊性使其可接触到大量的共有财产，所以作为会计人员一定要把握好自己办事的尺度，首先自己要做到安分守己，其次对于新教师心得体会他人的威胁，诱惑，和指使要做到坚决不从。朱镕基同志曾经讲过“不做假账”。这四个字代表了他对整个会计界提出的要求和寄予的希望。如何挽救道德的缺失，将个人素质提高到一个新的层面上来，是我们每一个会计人员都要努力思考的问题。只有会计人员自身的道德素质提高，才能够走好职业生涯的每一步，只有会计人员全体道德素质提高，会计行业才能够得到更深的发展，市场经济的优势才能够发挥得更好。

二，作为一个会计人员要有严谨的工作态度。会计工作是一门很精准的工作，要求会计人员要准确的核算每一项指标，牢记每一条税法，正确使用每一个公式。会计不是一件具有创新意识的工作，它是靠一个又一个精准的数字来反映问题的。所以我们一定要加强自己对数字的敏感度，及时发现问题解决问题弥补漏洞。

三，作为一名会计人员要具备良好的人际交往能力。会计部门是企业管理的核心部门，对下要收集会计信息，对上要汇报会计信息，对内要相互配合整理会计信息，对外要与社会公众和政府部门搞好关系。在于各个部门各种人员打交道时一定要注意沟通方法，协调好相互间的工作关系。工作重要具备正确的心态和良好的心理素质。记住一句话叫做事高三级，做人低三分。

四，作为一个即将工作或刚迈入社会的新人，也要注意以下几点：

1、有吃苦的决心，平和的心态和不耻下问的精神。作为一工作心得个新人，平和的心态很重要，做事不要太过急功近利，表现得好别人都看得到，当然表现得不好别人眼里也不会融进沙子。

2、工作中要多看，多观察，多听，少讲，不要说与工作无关的内容，多学习别人的艺术语言，和办事方法。

3、除努力工作具有责任心外，要培训学习心得体会善于经常做工作经验。每天坚持写工作日记，每周做一次工作总结。主要是记录，计划，和总结错误。工作中坚决不犯同样的错误，对于工作要未雨绸缪，努力做到更好。

4、善于把握机会。如果上级把一件超出自己能力范围或工作范围的事情交给自己做，一定不要抱怨并努力完成，因为这也许是上级对自己的能力考验或是一次展示自己工作能力的机会。

5、坚持学习。不要只学习和会计有关的知识，还要学习与经济相关的知识。因为现代企业的发展不仅在于内部的运作，还要靠外部的推动。要按经读书心得济规律和法律规定办事。有一位教育学家说过，当我们把学过的知识忘得一干二净时，最后剩下来的就是教育的本质了。这里我把“教育”改成“知识”，我们在大学里学习的知识也许会被淘汰，但那些最基本的学习方法永远是我们掌握最新知识的法企业发展观心得体会宝。

这一次的实习虽然时间短暂，虽然接触到的工作很浅，但是依然让我学到了许多知识和经验，这些都是书本上无法得来的。通过实习，我们能够更好的了解自己的不足，了解会计工作的本质，了解这个社会的方方面面，能够让我更早的为自己做好职业规划，设定人生目标，向成功迈进一大步。

实习心得100字篇7[\_TAG\_h3]实习心得体会及收获篇六

转眼间，实习就快结束了，回顾一下这段时间的自己，感慨很多很多!以下是我在不同实习地点所穴道的知识:

在进行推销黑猫卫士时，我知道了推销也需要技巧，即在开始洽谈时用肯定的语气提出一个令顾客感到惊讶的问题，是引起顾客注意和兴趣的可靠办法。在有就是了解顾客的需求层次以后，就可以掌握你说话的大方向，可以把提出的问题缩小到某个范围以内，而易于了解顾客的具体需求。如顾客的需求层次仅处于低级阶段，即生理需要阶段，那么他对产品的关心多集中于经济耐用上。当你了解到这以后，就可重点从这方面提问，指出该商品如何满足顾客需求。

在北大沧物流园昌盛配货站实习期间，我深深体会到了积累知识的重要性。虽然，都是围绕自己的专业课转，但还是常常涉及到课外的知识，最多用到的还是人际交往的能力。有了良好的人际圈，遇到不懂的事情时，会有人热情的伸出双手。最后我总结出一句铁道理，平时多看多学，到了社会总有用到的时候。”

在百花园实习时，我知道了一个公司要想得到消费者的认可，必须从它的产品和服务态度上说服，否则只是空谈!

在华丰家电美菱冰箱公司实习之前，我对冰箱的知识一无所知，而到那后我明白了购买家用电冰箱除功能满足需求外，更应权衡经济性。比如容积大小的确定，应视饮食习惯、食物采购方便程度、住房条件和家庭经济情况等综合因素而定。容积过小，会对使用电冰箱带来不便。过大，同样也有不利之处，如售价贵、电耗高、多占空间等。家用电冰箱的必要功能是能够制冷而用以冷藏或冷冻食物。除此之外，都是辅助功能。如箱外显示箱内温度、箱外调节箱内温度、电冰箱会自动制冰、电冰箱的门体上饰以图画等等。这些辅助功能的拥有，势必就要增加其生产成本，到头来必然会通过售价转嫁到消费者身上。

在实习期间最重要的是，通过工作我体会到了父母的艰辛，他们为了我们付出的远远不是我们能想象得到的!就拿我工作的这段时间来说吧， 每天从早上七点开始一直站到晚五点。我们边站着边吆喝着商品。一天下来身体都不听使唤了，嗓子特别的沙哑。仔细想一想，我们才干都久啊!父母为了我们工作了都久?要知道父母的付出和子女的回报永远是成反比的!

实习就要结束了， 经过这两个月的实习，使我对以往课内学习过的基础知识有了更深刻的理解。通过理论与实践的结合，使自己对专业知识与应用有了更进一步的了解。也为今后提高自己的学以致用打下了坚实的基础。”路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”，在即将到来的新的学期中，我会加倍努力的，因为我相信”一分耕耘，一分收获”!

实习心得100字篇5

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