

有机实训心得 大学生金融实训报告总结(大全5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

有机实训心得篇一

当今社会人才的竞争日趋激烈，优秀的人才并不是仅仅拥有过硬的专业知识能力，也不仅是拥有丰富的工作经验，拥有的是除此之外的实践能力，才能在竞争中有自己的一席之地，才能在社会中有自己施展才能的舞台。

一年左右时间的学习，掌握了基本的金融知识，来通过实践来检验所学知识的准确性和掌握的程度. 让我们自己了解金融行业的情况及职业岗位，熟悉金融行业的岗位的工作性质和要求。并以此训练我们的勇气和胆量，培养我们的应变能。

1. 如果以小组为单位的活动，由组长带领行动。
2. 如果实训活动是个人的，则是由个人根据实训指导书的安排来进行实训。

通过对学生进行实训，让学生走出去接触社会，学会与人沟通. 并让学生自己做职业规划确定自己的职业方向和职业目标。校内充分利用相关课程实施 " 模拟 " 和 " 仿真 " 实战教学，着重培养学生逻辑分析能力。在校外充分利用实训基地实施 " 全真 " 实战训练，着重培养学生对专业知识的应用能力和实际动手能力。

(一) 了解金融行业（银行、证券、保险及其他金融金构）

基本情况

- (二) 模拟技能炒股大赛
- (三) 调查星沙附近居民投资状况
- (四) 调查金融行业的人才需求
- (五) 进行大学生炒股利弊的辩论赛
- (六) 做好职业规划
- (七) 作演讲比赛（学生自选题目）
- (八) 调查大学生的理财状况

(九) 请优秀学生来我校做讲座并于学生互动

(一) 所掌握的专业知识补充足，仍需加强专业知识的学习。

(二) 加强了同其他人的沟通能力，能更加主动的与他人进行交谈。

(三) 作为组长，能够在实训期间带领组员们进行活动，不仅锻炼我的组织能力和队员之间的沟通协调能力，以及遇到突发事件的应变能力。

(四) 以后要在专业的学习过程中严格要求自己，精益求精。

(五) 金融专业的就业门槛较高，特别是银行，需要你有熟练的实践操作的能力以及丰富的工作经验。

有机实训心得篇二

大学生实训是提高大学生职业能力和积累职业经验的重要途径。下面是本站小编为您带来的大学生实训个人总结报告，欢迎阅读！

在这次实习的时间，我学到了很多的东西，不仅有学习方面的，更学到了很多做人的道理，对我来说受益匪浅。

作为一个刚踏入社会的年轻人来说，什么都不懂，没有任何社会经验。不过，在同事的帮助下，我很快融入了这个新的环境，这对我今后踏入新的工作岗位是非常有益的。除此以外，我还学会了如何更好地与别人沟通，如何更好地去陈述自己的观点，如何说服别人认同自己的观点。相信这些宝贵的经验会成为我今后成功的最重要的基石。实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段经历，它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，增长了见识，为我们以后更好地服务社会打下了坚实的基础。实习的这段时间，我懂了不少东西。大人们都说刚毕业的学生身上总存在着许多让公司老板头痛的“特点”，现在我终于亲身体会到了。以前作为一名学生，主要的工作是学习；现在即将踏上社会，显然，自己的身份就有所变化，自然重心也随之而改变，现在我的主要任务应从学习逐步转移到工作上。

这3个月，好比是一个过渡期——从学生过渡到上班族，是十分关键的阶段。回想自己在这期间的工作情况，不尽如意。对此我思考过，学习经验自然是一个因素，然而更重要的是心态的转变没有做到位。现在发现了这个不足之处，应该还算是及时吧，因为我明白了何谓。在接下来的日子里，我会朝这个方向努力，我相信自己能够把那些不该再存在的“特点”抹掉。感谢老师们在这段时间里对我的指导和教诲，我从中受益匪浅。不要怕困难，做了也许没机会，但没做肯定没机会。“曾经真的想过放弃了，不过最后我还是咬牙挺过来了。他们不也在拚搏工。我想我的工作还没什么起色，这么走了丢人是小，可我心有不甘却是真的，我不想就这么走了，虽然是个实习的大学生，但也要对得起自己的工作，在其位谋其政嘛！别就这么稀里

糊涂地浪费了这次实习的机会。”通过那一次下定决心,我又回到工作间开始了自己的工作。我在实习的时间里懂得了怎么于同事相处与怎么样工作,这对我以后的工作中会有很大的帮助,现也就谈谈我的见解:

1、与同事相处的第一步便是平等。不管你是职高一等的老手还是新近入行的新手,都应绝对摈弃不平等的关系,心存自大或心存自卑都是同事间相处的大忌。

2、和谐的同事关系对你的工作不无裨益,不妨将同事看作工作上的伴侣、生活中的朋友,千万别在办公室中板着一张脸,让人们觉得你自命清高,不屑于和大家共处。

3、面对共同的工作,尤其是遇到晋升、加薪等问题时,同事间的关系就会变得尤为脆弱。此时,你应该抛开杂念,专心投入工作中,不要手段、不玩技巧,但决不放弃与同事公平竞争的机会。

4、当你苦于难以和上司及同事相处时,殊不知你的上司或同事可能也正在为此焦虑不堪。相处中你要学会真诚待人,遇到问题时一定要先站在别人的立场上为对方想一想,这样一来,常常可以将争执湮灭在摇篮中。

5、世间会有君子就一定会有小人,所以我们所说的真诚并不等于完全无所保留、和盘托出。尤其是对于你并不十分了解的同事,最好还是有所保留,切勿把自己所有的私生活都告诉对方。

6、最后再提醒你一句:同事间相处的最高境界是永远把别人当作好人,但却永远记得每个人不可能都是好人。

在我的努力下,我取得了成绩,其实这些比给多少报酬还叫人高兴!不要怕困难,做了也许没机会,但没做肯定没机会,所以我还是坚持做了。我始终相信是这次的实习给了我很多感悟,

虽然艰辛,但收获颇丰,甚至认为对他以后的道路都有很深远的影响,因为我在实习时学会了坚强和坚持。这次实习顺利结束了,但我明白:今后的工作还会遇到许多新的东西,这些东西会给我带来新的体验和新的体会,因此,我坚信:只要我用心去发掘,勇敢地去尝试,一定会有更大的收获和启发的,也只有这样才能为自己以后的工作和生活积累更多丰富的知识和宝贵的经验。

在这次实习中,给我收获最大的是我觉得很多工作需要我去摸索和探讨,要不怕吃苦,勇于激流勇进,有的工作虽然单挑又重复,但这是磨练意志最有效的方法,我告诫自己要认真完成,个人实习对每项工作都要他看成是公司对自己的一次考核,做到每一件事的过程中遇到困难,一定要争取不抛弃,不放弃,坚持“战斗”,只要希望还在,胜利一定属于我们。

在此次专业实习的过程中,我们参观了公司a公司b并参加了两次讲座,从实际到理论,加深了我们对专业的理解,和对于与社会接轨的深刻感受。

作为学生,我们更多的是课本的知识的理解,理论的优势是我们的特色,但是怎样将理论结合实际却是摆在我们面前的难题。而参观公司a和公司b正视给了我们直观的解读。公司a建立了一整套符合国际标准的质量、成本和交付体系,软件开发质量控制和过程改善能力已达到了国际先进水平,秉承“用开拓的意识、创造新的价值”的企业理念,不断跟踪国际先进技术与管理思想,研发和提供优质软件产品和技术服务,为客户不断创造和提升价值。正是因为秉持这样的理念其完整的价值链和细致的软件服务,给了我们以专业的具体实际的体验。与此同时,公司b企业的参观使我们对中国物流企业的现状有了大概的了解,参观过程中不同仓库的设施和地面的设置的挑选更是让我们多了超出理论的认识。通过指导人员的讲解我们对中国物流企业的信息化有了大致的了解:中国物流企业信息化整体水平不高是其信息化建设的核

心问题。这包括：标准不统一，资源浪费严重；大型应用软件系统应用不普遍，应用层次低；现有各软件系统之间相互孤立，形成“信息孤岛”；信息化建设发展不平衡，造成“信息鸿沟”；硬件设备的利用率不高，资源浪费严重；综合信息系统是物流业信息化建设的必然趋势。

如果说前两次的参观实习是给的我们直观的视觉冲突和心理震撼，那么后来的信息化讲座就揭开了信息化和专业的神秘面纱。通过经验丰富的演讲者的 ppt 演示我们了解了多个行业的信息化实施过程和具体的商务转变成专业活动的流程。现实中简单的商务活动一旦设计成成功的专业流程将涉及多个业务流程，整体的实施过程是复杂而艰难的。鉴于中国专业并不是很成熟，各方面的支持还不够完备，这使得中国专业的发展还是受着局限。

作为应届毕业生，在毕业前的这次专业实习，无疑是给了我们专业的清晰认识，这也是最为专业专业的学生的最大感悟。

当然实习中还有着更多的感触，包括学习，生活，工作各个方面。

就学习而言，专业实习它更偏重于应用，更加细致，要求也更加严格。作为应届毕业生的我们要想适合自己的工作，在实际中实现自己的理想，必需不断的增加自己的能力，做事情更加专注。

就生活而言，专业学习展示给我们看各个不同的行业的人们生活，不同行业的人们将自己的行业融入自己的生活，这样大的人群的生活展示给我们未来的生活远景，选择什么样的生活也是我们现在的最重要的抉择。一旦下定决心，也就要开始为自己的生活做准备，胜利是属于有准备的人的。现在的我就要为自己的生活做准备，不断的充实自己。

就工作而言，无疑的本次的专业专业实习，展示给我们了多种职业，而作为应届毕业生，择业的选择是大多数人所面对的问题。就我们专业而言，面试时常遇见的问题就是“专业是干什么的？”或许大多数的学生跟我一样对专业并没有清晰的概念，所以也并不能很好的回答这样的问题。不管怎样，勤劳的人是让人钦敬的，但所接触的朋友说“多年的工作让我清楚这个社会的运转不是控制在辛勤劳动的人手上，而是那一班根深蒂固的政治家、资本家手中...工作中的认真负责不是为了讨好表现，而是为了要冶炼自己的品性，是在为自己，不是为老板”。

上面的认识都是正面的，也是自己受益的主要部分，但就个人而言，本次的专业实习更多的是让自己认识到自己的不足。作为一个即将毕业的应届生，通过此次的实习，更多的是对大学四年的回顾和反省。进入了社会，和学校的感觉是完全不一样的。只有在刚进入公司的一个月里，大家还把你当作新人，时间久了公司的领导就把你与其它同事相比较；当你开始跑客户时，客户把你与做了很多年的销售相比较，没人把再把你当新人看待，而你把你当作一个正式的有能力的人使用。

看着那些员工忙忙碌碌的来来去去，坚定的态度是那么一点一滴在铸就起来，一个被人认可的人首先一定是一个认真负责的人，一个认真负责的人无论到哪里都可以站得正。相对于经验和技能而言，这些都是可以积累的，可以日久能熟的，但是否能有正确的态度却是因人而异的，个人总结有的人永远让人感觉畏锁。我从来没有把现在的工作当作实习，我就是认定我是在工作，而不是来学习东西的。我是为工作而学习，学习是为了把工作做得更好。

总的来说，我们这一次实习是比较成功的，大家都能学习到了很多在校园、在课堂上、课本上学不到的东西，也了解很多和懂得了做人的道理，特别是体会到生活中的艰辛和找工作的不容易。

感谢这次实习，感谢这次实习的教师，感谢为我们争取了这实习机会的领导。这次实习，一定会令我的人生走向新一页！

今年暑期，作为暑期留校的学生干部，我在校团委进行挂职锻炼，主要协助暑期留守的老师做好对暑期社会实践活动的联系和服务工作。在工作中，我发现：一些优秀的社会实践项目总体上还缺乏长期机制。作为暑期社会实践，应该是大学生平时良好的服务意识和实践渴望的体现，而大学生暑期社会实践活动却是一个提供实践的平台，在具有较多学习空闲的时间提供给大学生的实践舞台。相反，暑期社会实践活动也应该成为指导日常工作学习的有效途径。因此，实现社会实践项目的长效化是十分必要的。

其实，一些暑期社会实践项目的创意和宗旨是一种长期意识，但是在实际的操作中，却往往只利用暑期这短短的两个月以来实践。我校的“大学生爱心义教”活动，其旨在为社区中小學生特别是医务工作者的子女提供义务教育，为广大青少年提供服务。但是，作为一种长期的服务意识，项目的本身并没有体现出一种长效的服务机制，其结果也就是“人走茶凉”：一旦暑期结束，活动也就终止。这是十分不可取的，这样也就失去了实践的意义，更不能达到通过实践提高自我的目的。

在我校今年的暑期社会实践活动中，一些项目对于全面暑期社会实践项目的长效化作出了有益探索。我校“三个代表”服务团深入社区，宣讲“三个代表”，并与社区居民开展座谈，定期为社区开展理论讲座，同社区困难居民结成帮困对子，长期开展帮困、助学活动；我校“湿地使者”行动，依托暑期题为“恢复江湖联系，重建生命网络”赴安徽巢湖的考察活动，成立了“上海水产大学寻源社”，长期开展湿地知识学习、湿地保护以及湿地考察活动。

现有的暑期社会实践项目长效化机制，主要依托如下形式：

一、团学组织常设部门。依托我校团委的政治理论优势，我

校成立了“三个代表”服务团，每年暑期深入社区、中小学校和边远山区开展“三个代表”宣讲、科技下乡、扶贫等活动。在长期的社会实践、学习的过程中，团委不断总结经验得失，通过暑期社会实践的平台，充分指导日常的工作学习，使大家从思想认识到行动上都有不断的提高。

二、学生社团。我校的大学生志愿者服务队，怀着大学生志愿者的一腔热情，在暑期社会实践的舞台上充分开展自身在平时因条件制约无法举办的活动。如爱心助学、助教等活动；弥补了平时服务中的缺憾，同时也拓宽了服务面，使组织自身有了更多内涵。

三、社会活动的学校延续。所谓社会活动，是指在社会上有较大影响力的活动，它能直接或间接地融入校园文化。同学们接触往往在社会实践地过程中接触之后，带入校园，从而形成其在学校文化中的延续。例如今年我校的“湿地使者”行动，就是在由国家林业部《湿地公约》履约办公室、长江渔业资源管理委员会、世界自然基金会、人民网联合举办的20xx“湿地使者”追寻通江湖泊”活动中我校学生参与考察活动之后，延续以认识、保护湿地为宗旨的社团“寻源社”应运而生。

今年的暑期社会实践活动在长效化体制的探索上还有所缺陷。因此，对新型长效化体制的探索与实践还是很有必要的。

首先，要深刻理解暑期社会实践活动的宗旨。是“有效引导广大同学贯彻落实党的xx大精神和“三个代表”重要思想，提高综合素质，锻炼成长成才，在全面建设小康社会的伟大实践中贡献力量，使广大同学过一个健康、充实、有意义、有作为的假期”。这样的宗旨，必然要联系到党的xx大精神和“三个代表”重要思想的学习和落实。因此，暑期社会活动的长效化，必然要以实现学习党的xx大精神和“三个代表”重要思想的长效化为基础。要在实践中始终以贯彻党的重要思想、政策为主线，在实践后以思想、行动的不断升华为长效化成果。

第三，要挖掘活动中的闪光点，使它成为长效化实现的荣誉称号脚点。在暑期开展的社会实践活动中。一大批同学分赴社会实践的各个岗位，开展服务实践工作，这其中不乏许多值得学习、借鉴的闪光点，比如一些开创性的工作思路、方法，任劳任怨的工作精神以及敢于向传统不良事物挑战的行为等等。可以充分利用暑期社会实践表彰机制，鼓励与督促这些闪光点的延续，在校园中树立和引导浓厚的学习氛围。

此外，还可以利用制度化手段和新型的鼓励机制来推进暑期社会实践活动的长效化进程等等。

总之，暑期社会实践活动长效化机制的实施是十分必要的，在今后的社会实践过程中，我们要增强实现其长效化的探索和实践意识，利用各种途径与手段，在社会实践的同时，为社会实践长效化体制完善的工作进行有益的探索，为最终实现社会实践的长效化作出贡献。

有机实训心得篇三

20__年12月18日至20__年1月18日，我们进行的为期近五周的测量学实习。实习内容有三项，首先是为期一周的三四等水准测量，其次是为期两到三周的1:500大比例尺地形图测绘，最后是为期一周多的等高线测绘。地点是雁山校区，三四等的路线统一是从博文正门旁的小路绕到云塘新村，再经过园博园门口，从理工校门口绕回博文校门口的原点。大比例尺绘图和等高线测绘时，我们组被分到测绘理工篮球场和四栋及周边。在这五周里，我们根据本组自身情况安排外出开工的时间。

实习接近尾声，我还有些不舍。虽然我和大家一样，真的觉得实习很累，但是却并没有和大多数人一样的觉得再也不想实习了。这次的实习对我来说，收获非常的大。这是我们第一次进行大范围的测量，这比平时在实践课上的测量要难的多

了，工作量也大了许许多多。

在实习之前，我就已经组织本组成员开了小会，将本组的任务分工和出工时间安排详细。第一天早上我们开完实习动员大会，就去博文三栋领仪器。一领完仪器，我们没有休息片刻，立即去博文正门口的bm1原点开始了我们测量学实习的第一站。实习的第一天，我们测到了下午将近六点，以所有组中第一名的速度，顺利的将第一圈测完了，鼓舞了本组的士气，为后面的实习打下了一个良好的基础。在后面的四天里，我们也轻松的完成了后四圈的测量。

第二个项目一开始，我们就跟着老师一起去看大比例尺绘图的范围，下午就拿着钉子和锤头去我们组分配到的地方定点布导线网，第二天又早早出工去测距离和角度。第二天测的角度超限，第三天我们又去重新测过一遍。三测回，虽然辛苦，但是一天下来却很充实，一路上我们组说说笑笑，也很欢乐。第四天早上，我们一起去博文四栋教室将导线网平差，然后将坐标展在南方cass上，计算左下角坐标，并把网点展上绘图硫酸纸。当时的我们，对画地物还没有一个完整的概念，五个人就拿着书，一起在教室复习三角高程测量的内容，并讨论实习的具体操作和分工。第五天，我们请09测绘的学长帮我们用全站仪将博文内有高程的已知点的高程引到我们的已知点上，又自己测出了其他网点的高程。五天下来，大比例尺绘图的前期工作就已经全部完成了，第六天，我们就开始了画地物和测等高线的内容。在接下来的几天，虽然我们还有考试，天气又有淅淅沥沥的小雨，但是我们依然风雨无阻，也没有因为复习而耽误时间，每天按时出工，按点收工。元旦休息三天后，我们又开始出工实习，直到任务完成。

在这次的实习中，我们对以前的学习又有了更深刻的认识：首先是水准测量。光是道路，就没有像实践课时绕着一栋楼测量那么舒服。四公里的路程，有一半是在泥泞的小路上。而且坡也很多，距离只能放得很近，才能看到前后尺的上下丝。外业结束后，进行高差闭合差的计算，在限差允许的范围内，

即按水准路线长度或测站数进行调整，若超过限差，必须重测，直到合格为止。而经过我们五圈的测量，发现如果整平仪器时，每次都记得精平，一般情况闭合差都不会超限。

其次是角度测量。以前我一直认为三测回是测完一个测回就搬站，测完一圈，再以同样的方式测两圈。现在才知道，原来三测回是在同一站测量三个测回再搬站。而三个测回置的角度分别是0度、60度和120度。

最后是地形图的测绘。我们的测量需要用到三角高程测量，在开测前一夜，我复习了关于它的有关内容。我知道了我们使用经纬仪需要读仪器高、上中下丝、水平度盘和竖直度盘，也知道了，读仪器高和中丝是计算高程、读上下丝是计算斜距，读竖直度盘是将斜距推算成平距，画在图纸上。但是不到实地测量，我不会想到，原来镜筒打成水平时，竖直度盘是90度，而不是零度，也不知道，原来推算成平距时用的不是竖直度盘的度数，而是90度减去竖直度盘的度数。不自己运算，我也不会知道，书上给出的计算高差的公式，不是直接就可以用的，还需要将各部分的单位统一化成米。

通过实际的测量实习，让我们学到了很多实实在在的东西，比如对实验仪器的操作变得更加熟练了，学会了地形图和等高线的绘制等课堂上无法做到的东西，很大程度上提高了动手和动脑的能力。

在实习的这几周里，我们组的进度一直都是全班所有组里最快的，所以我们也是最早一组完成任务的。这不是因为我们有多厉害，而是因为我们每一天都有在认真完成任务，而不会因为天气冷或有雨而阻碍我们出工的步伐。而我个人也进步了不少，更勤快了不少。遇到问题，我不会一直问老师、问同学，解答完就没事了，而是会翻书解决，会自己思考，为什么这个问题要这样处理。同时这次实习也拓展了与同学的交际、合作的能力，我们组成员的感情，也在这短短几周中，增进了许多。一次测量实习要完整的做完，单单靠一个

人的力量和构思是远远不够的，只有小组的合作和团结才能让实习快速而高效的完成。

有机实训心得篇四

在xx服装店实习共计快两个月，从学校到社会，这个对我来说全新的领域里，我感到自己在产品知识的欠缺和对这个行业的规则的陌生x于是我从对的产品开始了解，现将我这一年来的实习工作总结如下：

在销售过程中我的感悟是所有的销售都是相通的，只是销售的产品不同而已，所以我们在掌握产品知识的以后，如何让自己的销售技巧提高。我觉得在几天的实习中我总结出如下几条：

1、精神状态的准备。

在销售的过程中，如果销售人员有一个好的精神状态，就会给顾客一种积极的、有活力的、上进的氛围，那么这种积极的上进的情绪总会影响到客户，从而，让顾客感到自己得到一种情绪感染，那么才能顾客在我们的门店里多留些时间，总他挑选一款合适的衣服。精神状态的表现还从我们的仪容仪表表现出来，具备一定礼仪知识的销售人员，才能让顾客感觉到品牌的价值，因为在看一个品牌的时候，我们的销售人员就是直接体现我们品牌形象的，所以销售人员素质的提升，也是品牌提升的一个重要的标志。精神状态好的好的销售人员，成交的机率大很多。

2、身体的准备，

如果我们有一个好的身体，我们才能保持旺盛的精力，才能更好的工作。这段时间，在卖场里的站立服务，让我感觉到很疲惫，所以我才更能体会到有一个好的身体，才能让我们更好的全力以赴的工作。所以强健的体魄还是一个有活力有

朝气的团队所必备的。

3、专业知识的准备。

在接待顾客的时候，由于我对产品的知识的不熟悉，在顾客要一件中号的毛衣的时候，我不能把中号的衣服拿给顾客，因为我不知道中号是几号，在我手忙脚乱的时候，店长把中号的衣服拿给顾客，销售结束后，店长告诉我毛衣32号是小号，34号是中号，36号是大号就是这么一点小小的产品知识，体现的就是你是一个新手，你不懂，顾客就不会和你购买。因为你不能把适合他的产品提供给他。所以产品知识在销售中是很关键的。

4、对顾客的准备。

当我们了解了相关的产品知识的时候，就是我们掌握销售的第一部，让自己的销售业绩提升还需要我们对顾客的性格，穿衣风格等的了解，只有我们对顾客掌握的越多，我们就能更能把握顾客的心理，和顾客建立一种和谐的关系，创造一种轻松休闲的购物环境，善于倾听顾客的每一句话，然后分析顾客是否有购买的意向，推荐适合他的衣服。

在实习中店长的一次销售，让我感觉到对顾客了解才是轻松销售的关键，一位顾客在试穿一件衣服后，店长为顾客把穿在身上的衣服整理好来，让顾客感觉到他很受尊重，一种亲切的感觉，让顾客对店长产生好感，这就是先作好人，才能做好销售的的销售技巧。然后店长对穿在顾客身上的衣服做出了一个很中肯的评价，然后将这件衣服如何搭配告诉顾客，如果这样穿出来，这件衣服所体现的感觉是什么样的效果告诉顾客，然后顾客同样感觉很合适，然后给顾客一个购买的理由，于是顾客毫不犹豫的就把这件皮衣购买了。

销售看起来是如此的轻松，其实在这里运用了很多销售技巧。所以销售是有方法有技巧的，只要用心去做，我们的销售业

绩一定会有所提高的。两个月的店堂生活，让我学到了很多东西，充实了自己；专卖店的工作人员流失量很大。但是我发现最优秀的专卖店都具有5个最基本的坚实支柱，在5个环环相扣的领域里为顾客创造了价值。提供解决方案。比如，作为店长，只是保证销售的服装质量良好是不够的。你必须雇佣能够帮助顾客找到合身，得体衣服的销售人员，他们需具备丰富的专业知识，并提供专业知识；如雇佣专业的裁缝随时候命，为顾客提供送货服务，并且乐于接受特殊的订单。当然，必须让导购通过每期的培训；确定培训目标。

- a.服务技能培训。
- b.商品知识与管理培训。
- c.店务作业技能培训。
- d.思想观念培训。

这样，导购综合素质才有提高，销售业绩或服务水平才有更大的提升，更能利于培养团队精神。真正尊重顾客。要有积极的工作态度，商品整齐，摆放合理，有商品标价单。明码实价。和顾客建立情感联系。给顾客接近，喜欢和信任的感觉。熟记接近顾客的一些基本技巧：“三米原则”就是说在顾客距离自己还有三米远的时候就可以和顾客打招呼，微笑，目光接触。主动与顾客打招呼。导购员也应注意：

- a.顾客的表情和反应，察言观色。
- b.提问要谨慎，切忌涉及到个人隐私。
- c.与顾客交流的距离，不宜过近也不宜过远。

有机实训心得篇五

在后整包装我做清剪线头，把脏污，画粉清洗干净，并在做这些的时候把出现爆口，断线，没扣子，欠拉绊，无吊钟，破洞等不良现象的服装挑出来及挂吊牌、备用扣、放眼镜布和折叠衣服，还有根据装箱分配表填写外箱单。外箱单包括款式，颜色，尺码，每箱数量，订单号，箱号。在后整包装要注意的事情还是很多的。

总检组

做为总检组的员工，一定要对服装检验知识非常了解。我以总检组两天的实习经历对她们的工作要求做了总结。他们这是很重要的环节，因为他们差不多就是相当于客户的要求。

实习总结与体会

这次实习被分配到生产部门里面工作，在公司的安排和老师的指导下，我积极参与生产部门的相关工作，采用了做、看、问等方式，对该公司生产部门的样品组，裁床部，车缝部门，总检组，后整包装的运作进行分析，把书本上学到的服装生产管理理论知识对照实际工作，以理论知识加深对实际工作的认识，深切体会“纸上得来终觉浅，绝知此事须躬行”这句话。但遗憾的是实习时间短暂，又只在生产部门，没机会到外贸部，客服部还有技术部和研发部门等部门实习，很可惜只能听人讲，从文件上看这些部门如何运作，未能够亲身感受、具体处理一些工作，所以未能领会其精髓。因此我只能尽力从网上查资料，尽可能多看生产部门所拥有的文件，及多动手，从方方面面加深课本知识的运用和加强从事实际工作的能力。

通过这次实习，我深切体会到不管从事哪个行业都需要有扎实的专业基础，而且也认识到学得多还不如学得精。这是个知识化的社会，知识是必备的，否则只能靠出卖廉价的劳动

力谋生，像那些车工，工作累工资低。也深切体会到无论是企业还是员工都面临着越来越强的竞争，群雄逐鹿，鹿死谁手？机会总是为有准备的人留着。这次实习让我对自己的能力有了更深的认识也让我明确以后应该努力的方向。但对于我来说体味良多。之前对于服装结构设计仅是限于皮毛上的认识，光是想象它的过程，即使期间有制图，但对于老师所延伸的有些省或者式样的描述并不能完全的明白，有时心理有些设计上的想法但不知道是否可行，但通过这次的亲自实习，我们深入地了解了服装结构设计的具体流程，同时也解决了一直困扰着我们的问题，实习充分地让我们在实习中检验真理和认识真理。同时服装结构设计也是制衣的基础，即使衣服经由设计师之手，设计得再完美，但如果没有精确的结构制图，再好的衣服也没办法体现，所以服装结构设计在服装工艺流程中有着重要的作用。为了一件衣服制一次图，打一次板需要耗费许多的时间与精力，这期间的辛苦我们在这一周都有体验过了，一整天一整天的时间都一门心思扑在了制图和打板上，有时累到直不起腰来，腿脚僵硬得走不动路，或眼睛酸涩，都依然无法放下手头的工作，甚至象废寝忘食的拼命三郎，却仍执着地想要把它做得更好更完美。或许你无法想象我心理上对结构设计的想法的质的飞跃，对于结构设计，我从刚开始制图的不耐，到之后的不忍放弃，再来的满心期待更多的学习，到之后开始喜欢上线线框框所构架的图，到最后的沉浸其中，我发现制图是有趣的，尽管它真的很累。

这次的服装结构设计实习对我们生理或心理上都是一种锻炼，既锻炼了我们吃苦耐劳，坚持不懈的精神，还锻炼了我们认真，严谨的学习态度，也使我们对结构设计有了重新认识，和对自己的重新审视。

这次实习是一次理论与实习的一次尝试，在这个过程中，我获得了团队协作的锻炼，独立思考能力的提升，实习丰富理论的经验，同时也巩固了专业技能，积累了工作经验，为以后的工作打下坚实的基础。在这里面就意味着我们开始看了

社会生活因为我们已经长大了要开始自己的生活了。在工艺规范的等诸多的优势下非常适合我们大学生来学习和体会。这是我第一次与社会接轨，刚踏上工作岗位，开始与以往完全不一样，从学校到社会，环境的转变，身边的人完全变换了角色，老师变成老板，同学变成同事，相处的关系完全不同，一切都处在巨大的变化中。所以我们要学会适应环境不能让环境来适应我。在这快一年的时间里让我感到了理论与实习的重要性，没有好的实习是学不到什么东西的。

所以我们一定要好好珍惜在这的实习时间多学一些服装的操作工艺是我们发展的基础。做最好的自己最关键的是要确定目标，人应该把目标和要求定在自己的能力范围之内，懂得欣赏自己以取得的成就，凡是只追求更好，而不追求最好，这样我们的一切都是有发展的，成功的机遇会向我们招手，相信自己一定会成功的。更为重要的是，这也是理论与实习的一次尝试，是理论指导实习，实习丰富理论的体验，在这个过程中，我获得了团队协作的锻炼，独立思考能力的提升，同时也巩固了专业技能，为日后投身建设有中国特色社会主义的伟大实习打下坚实基础。在实习过程中，使我有做项目的充实与成就感，更为重要的是，这也是理论与实习的一次尝试，是理论指导实习，实习丰富理论的体验，在这个过程中，我获得了团队协作的锻炼，独立思考能力的提升，同时也巩固了专业技能，为日后投身建设有中国特色社会主义的伟大实习打下坚实基础。

现在虽然自己已经比以前取得了一些小小的成绩但这还不算什么不能骄傲还要继续加油、继续努力勇往直前为了自己的目标和事业前进。我从来不喜欢那种优越的环境，在有潜力的逆境中成长才是最好的发展之道。今后，我将进一步加强学习，从基础做起，虚心请教，扎实工作，不断的理解和体会实习中所学到的知识，在未来的工作中我将把我所学到的理论知识和实习经验不断的应用到实际工作来，充分展示自我的个人价值和人生价值，为实现自我的理想和光明的前程努力！