

2023年护士心得体会和感悟(通用5篇)

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

护士心得体会和感悟篇一

第一段：介绍实习医院的背景和环境（200字）

实习医院是医学生们进行临床实践的地方，这是他们将理论知识应用于实践的重要一步。在实习医院，医学生们能够近距离接触到真实疾病和病人，感受到医疗工作的压力与责任。实习医院通常设备齐全、专业齐全、病例丰富，提供了一个理想的学习和锻炼环境。

第二段：实习医院对医学生的影响（300字）

实习医院的经历对医学生的成长和发展有着巨大的影响。首先，实习让医学生更加深入地理解医学理论和技术，将课本知识运用到实践中去。其次，实习可以锻炼医学生的综合能力，包括沟通能力、观察能力、组织能力等等。在面对真实的病情和病人时，医学生需要学会弄清楚病情、与患者进行良好的交流以得到必要的信息、做出正确的判断和决策。最后，实习也能够提升医学生的工作态度和职业道德。在实习医院中，医学生需要具备敬业精神、责任心等素质，以确保病人的安全与健康。

第三段：实习医院带给我的挑战与机遇（300字）

在实习医院中，我面临着各种各样的挑战。首先，医院里的工作环境非常忙碌和紧张，医学生需要适应这样的高强度工

作节奏，学会处理多任务并保持冷静。其次，医学生还需要处理不同种类和程度的病情，这对技术和专业知识的要求都很高。最后，与病人的沟通也是一大挑战，医学生需要发展出良好的沟通技巧，以便能够与患者建立良好的关系，充分听取他们的意见和需求。

但是，实习医院也给予了我各种机遇。首先，我能够学习到很多课本上没有的知识和技巧，比如实践中的急救、手术等操作技能。其次，实习医院与各种疾病的病例丰富，对医学生来说这是一次了解疾病的深入机会。最后，实习也为我提供了与优秀医生接触和学习的机会，他们的经验和治疗方法对我的成长有着巨大帮助。

第四段：实习医院的收获与启示（200字）

通过在实习医院的经历，我不仅提高了医学理论与实践的结合能力，也锻炼了自己的综合能力。我也看到了医学工作者所面临的压力和责任，这使我对未来的职业有了更深入的了解。此外，实习医院中的良好团队合作也让我明白，在医疗工作中，团队合作的重要性远远大于个人。每一个环节的把握和每一个人员的配合都是医疗工作顺利进行的关键。

第五段：总结实习医院的心得体会（200字）

通过实习医院的经历，我深刻认识到医学是一门非常具有挑战性和使命感的职业。这里不仅需要高超的技术，更需要严谨的治学态度和患者至上的职业操守。同时，实习也让我认识到只有通过真正进行实践，才能更好地理解并掌握医学知识。在未来的学习和工作中，我会时刻保持对医学精神的尊重和追求，不断提升自己的专业素养，为社会的健康事业贡献自己的一份力量。

护士心得体会和感悟篇二

实习心得医院要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的实习心得医院样本能让你事半功倍，下面分享【实习心得医院精选8篇】，供你选择借鉴。

记得当时是上学期快期末的时候，我们老师又一次上课的时候跟我们透露说我们电子信息工程的同学可能会去富士康去实习，是烟台的厂区，当然说是自愿的，但有学分在。我当时听到这个消息的时候还是挺激动的呢？我那时候正在为两个多月暑假的事发愁呢，我不想到爸妈那去帮忙了，我想自己去找一下兼职，当我妈肯定是不会同意的，那正好，学校给了我这次机会，我当然得好好把握了。随便去看看工厂是什么样子的，特别是富士康，这个所谓的世界500强，我还是挺好奇的。

后来事情得到了进一步确认了，于是我们草草的期末考试了，草草的放了三天假，草草的收拾了一个行李，比其他系都提前了十几天。我们先是在武汉富士康进行体检，体检合格者才能去。6月30号的凌晨我们系的同学都已经准备好行李，在寝室等待着3点多钟武汉富士康的专车来把我们送到汉口的火车站，当我们上车将要离开武汉的时候，有很多人都是怀着小小的激动，小小的期待的，当然我承认我也有。但接下来我们要搭的火车一棒子把我们打回了现实，是富士康为我们免费的火车，是绿皮的，是数字开头的，没错是那种没有可调的那种，如果是几个小时的话，还好说，但我们要做23个小时，可谓是一天一夜了。但没办法，谁让这是免费的呢？我们也只能接受，何况还有我们系的两个老师陪同，还有另外200个同学一起。

在车上我们有说有笑的，有打牌，有看书的，有玩手机的，玩累了大家也睡觉了，只要能很快打发时间的事我们都会尝试的去做。说实话我都好久没搭这种火车了，只是让我想起了小时候跟爸妈还有弟弟一起搭火车的经历。我就跟坐在

对面的同学各自说着自己的事。后来陆续上车的乘客的人越来越多了，慢慢的连站的地方都没有了，越来越挤，那时候正是处于炎热的夏天，以至于后来我们都没办法去泡面吃了，去上个厕所，跟用汗水洗了个澡似地。最后我们还是到了威海，再由烟台富士康的车把我们接到烟台厂区，我们当时可以算是熬夜了一般，不，应该比熬夜还累的那种，到达之后先是搞了走了一些程序，分寝室，分床被，洗了个热水澡，睡了个小觉，然后从下午又是在办一些手续，在我们没得到正是厂牌之前我们吃的都是免费的饭，是很难吃的那种。后来周末在正式上班的前一天我们老师组织了我们学校的学生一起去海边去玩，那天我幸亏是去了，我期待已久的海，为此我还买了一条泳裤，我还以为后面还有三个月呢？后边还能用上呢，事实证明，我那泳裤成了一次性的了。

没开始正式上班之前在富士康转了一下，发现富士康的人都很匆忙，在厂区走路都很快，以至于我们刚开始的时候不知道路，都没好意思问他们，后来我的理解是他们的时间是很紧张的，要么在赶着上班，快迟到了。要么在赶着下班，赶紧回去，洗个热水澡赶紧躺在床上睡觉。

经过两天的“上课”学习，后来我们分部门了，我被分到cne成型部门，是专为日本人代工任天堂游戏机的，我在印刷，13线，两个线长都是女的，后来得出结论我们线长还是比较好的，和我在一条线上的另外还有我们学校的10个同学，其中有9个是我们班，说实话跟同学一起工作还是蛮好的，别人都羡慕呢？刚开始的时候我们是新员工，线长还是比较照顾我们的，刚开始的时候我们线上人多，我们实行七休一的策略，后来干脆实行七休二的策略，其中有一天线长是给我们错开调整休息的，大家轮休，这样的策略实行了一个月左右。有些人觉得这样下去月底拿不到工资，我觉得吧，这样也挺好，有休息的时候你就好好休息呗，事实上后来也证实了我们还是挺怀念第一个月的时候的，大家至少有周末去休息，去睡觉，去上一网。第一个月挺正常的，跟之前我们签的合同上的内容是差不多的，七休一，每天8个小时的正

常班，3个小时的加班1，1.5倍的工资，周末是加班2，2倍的工资。两个月倒一次白夜班。

刚去的时候我们每天下午2点半的时候有20分钟休息时间，我们可以利用这个时间打个小盹，反正我是能睡着的。后来改成上午9点半的时候休息10分钟，下午2点半的时候休息10分钟，这样也行，当然我觉得没之前的那种好，其实上午时间挺好过的，不休息也过的挺快的，但我们只能去适应。到了第二个月了，放假慢慢的少了，到了这个月的月底我们好像是连续上了，三个星期的白班了，那时候我们天天盼着放假，那个月的最后一周我累的不行了哦，特别是我后来的岗位工作量加重了，每天赶常量赶的要命，后来说是这个周日放假一天，同时这一天也作为转夜班的休息一天，但这个放假休息的事又不能够确定，最终我和其他两个同学一起没去上班了，我是直接没去的，他俩跟线长请假，线长没批，那时候挺忙的，我就知道线长是不会批的。既然没去上班我当然得好好睡觉了，那时候我唯一的娱乐也就是用手机上一下网，然后看看电影什么的，我们那时候放一次假不容易，为此我们放假的时候一般不出门，在寝室睡觉或玩，当然干粮我们提前肯定会准备的。那时候我唯一的精神食粮就是《电脑报》了，我有时间一般都会去买一份，然后睡觉之前看看，后来事实证明，虽然我忍不住买了很多份，但都没怎么看，唯一的一点时间都给手机上网用了。

第二个月快结束的时候有几个人坚持不住了，想回学校了，太累了。后来休息时间取消了很是让我们恼火，还有吃饭时间也该成半个小时了，根本不够啊。其中也有我，跟几个同学说好了，拿了这个月的工资就走的，但无奈工资是在下个月11号发的啊，我一想，我还是在坚持一下吧。虽然走了一小部分同学，但是不是还有坚持下来的么，并且没有一个女生走的。于是我就一直坚持下来了。第三个月我们整整上了一个月的夜班，不带放一天假的，我都不知道我是怎么过来的，我只能说还好是夜班，夜班有个好处就是你感觉时间过的快，你的大脑在昏昏沉沉的状态下度过的，并且下班的时候

候是白天，你可以上一下网再睡觉。但也有个坏处，有时候第二天下午你起来晚了，你就没时间吃晚饭了，那时候你饿着肚子上班，很惨的，我就干过几次。唯一的欣慰是我们发工资的那天。

总得来说，这次实习，我们休息时间是越来越少，以至于后来一个月才休息一天，当然工资也越来越多了。我们线上有很多像我们这样的学校来的实习生，在那段时间我们相处的都挺好的，但是来来走走，他们走了的话，估计我们都不可能会有机会见面的，后来我发现线长是个挺难当的，上面有上司出了问题得找你，下面员工有事又得找你，不好当，蛮累的，其实我们只有换一位思考一下就好了，但是总会有那么一些可恶的人。

人的心是不容易被满足的，第一个月你休息的时间多了，工资少了，你不乐意了，后来你加班多了，你很累，你也不乐意了，但我们是在给别人打工，有本事我自己创业。刚开始的时候我们身在福中不知福，后来休息时间被取消的时候，我是多么的怀念有休息的时候，才知道珍惜。大家匆匆的来，又匆匆的走了，都只是过客。这次实习，让我提前接触了真实的社会，如果你没有能力的话，那么你接下来的路也会跟他们差不多，对他们来说，能挣到这么多的工资已经很不错了，我很理解他们，我们呢？实习完可以不干了，但他们就不行，有的甚至在富士康打工打了大几年，我们组长不就是打了9年工了。富士康很聪明，他利用了中国人的聪明，中国人的勤劳。

所以我会学习后我更加努力学习，不断的充实自己。时间很紧，当然我们的课程也更加紧。我知道了自己的要学的东西还很多，离自己的梦想还比较远，但我要加紧步伐了。这次富士康之行我没白去，除了用自己挣来的钱买了个笔记本外，我还去了四大名楼之一的蓬莱阁玩了一下，还看到海了。

20__年__月__日至__月底，我参加了联想集团的企业实践培

训。先期在潍坊进行了集训，重点学习了企业文化、沟通技巧、计算机故障诊断原则、方法，从宏观上感受到了联想的氛围、了解了本次实训的目标。

在岗位实训期，我到了泰安(联想)维修服务站，参加了岗位对接实习。在指导教师的帮忙下，自我分别到台式机维修、笔记本维修、前台接待等岗位进行实习，并做了一些具体的工作，比如约定顾客、维修单开立、对外宣传以及具体维护工作。在孙经理、张教师、安教师的帮忙指导下，经过这么多天的学习、工作，我已熟悉整个电脑维护的流程，能够独立、熟练地维护电脑，比较准确地报出各种电脑故障问题。在实习期间，我深切地感受到，维修服务站是一个团结、上进、充满活力的团体。每一天大家都是笑脸相迎，即使面临很大的工作压力，办公室里仍然会听到笑声；应对客户，大家总是热情真诚；应对工作上的困难，大家总是互相帮忙，直至解决难题。整个服务站和睦相处，就像一个温馨的大家庭。而孙经理就是这个家庭中的家长，给每个人很大的空间自由发挥。从他们身上，我真正体会到了敬人、敬业、高效、高水平服务的真实意义，体会到了服务部服务、奉献的意义，体会到了创造完美、服务社会的服务理念，体会到了联想集团的企业文化，明白了什么是创新就是生活。

了更深一步的理解和认识，为我将来更出色的工作增添了信心！

为期半个月的生产实习结束了。这半个月来，我们经历了很多，学到了很多，同样也领悟了很多。

俗话说实践是检验真理的唯一标准。我们生活学习都在学校，接触的是课本是公式，很难有机会接触工厂的实物以及流程，我一直觉得我们学的漫无目的，我们所学的到社会就是鸡肋。但通过这半个月的生产实习，我的这些错误观点都改变了。书本上的知识是基础是保障，没这些知识公式的支持你在工作岗位上会很迷茫会不知所措的去摸索结果还会是一只半解。

我们是在_工厂实习的，该工厂属于军工厂，在我们心里它是很神圣的。该工厂主要致力于测量的研究，生产各种型号的水准仪广角仪经纬仪。在实习的先前几天是由几位老师给大家讲解仪器的使用方法，我学到了s3水准仪j6经纬仪的使用方法。其间，我们还自己动手拆装仪器，了解了仪器的基本构造。通过前几天的实习我明白了要不断的丰富自己的专业知识和专业技能才能使你的工作更加得心应手。一个人在自己的职位上有所作为，一定要对自己职业的专业知识有所熟悉，不仅要学习先进的技术他要学习好基础知识，同时对自己业务所在范围内的业务技能也要熟练掌握。

随后几天我们戴上鞋套走进了生产一线，我们走了x个车间，不仅参观了总装车间，检修车间，也参观了打磨车间等基本生产线。在生产车间里，我们都收起了往日的懒散，各个都很严肃认真的聆听学习着师傅的教诲和每一个基本动作。师傅在休息之余，还和我们讲起了工厂的见闻，教导我们要认真学习专注每一个学习的机会。通过对生产车间的观察学习，使我意识到在工作岗位上一丝不苟的重要，你自己的一个闪失一个不注意就会导致很严重的后果，会影响一个团队的正常工作。

实习的最后几天我们一起进行了实地测量。这个任务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。这次测量也培养了我们同学间的分工协作的能力，增进了同学之间的感情。测量中我们每个组员都分别独立的观察，记录每一站，并准确进行计算。做到每步都检查无误，这样做不但可以防止误差的积累，及时发现错误，更可以提高测量的效率。我们怀着严谨的态度，认认真真完美的做好每一步，直至符合测量要求为止。培养了我们严谨的科学作风。

半个月的实习真正做到了让我们从一个学生到一个公司职员转变，使我们体会到什么才是真正的社会，真正的工作。实习时间不长，但却教给我们在学校永远学不到的，在实习

期间，感谢各位领导老师对我们实习提供的帮助，在你们的帮助下，我们学到了很多，是我们深知，毕业只是求学的一小步，社会才是真正的大学。

在这段实习的时间里，我经历了很多以前没有的事，就比如第一次领工资虽然只是一点点的钱，但却是我人生的转折点，一个人在他的学生时代最重要的是学习东西，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，参与社会实践活动是一个很好的锻炼机会，赚钱不是主要的，作为学生，能赚多少钱，等你毕业了有的是赚钱的机会，这回可是我长这么大第一次用自己的双手和智慧挣来的钱，当时我真的是激动的要哭，那种感觉真的是无法形容的美妙。

实习是为将来打基础的重要阶段，珍惜自己每一个工作的机会，不论什么人，什么学历，从事什么工作，好好的表现、展示自己的能力，不要错过好的机遇。没有一件事情是轻轻松松的，但每一件事都是让人成长的，经历一段过程，喜悦或是艰辛，尽管经历的方式不尽相同，但它的结果是相同的，我们都会因涉事而成长。

校园生活让我对计算机理论知识有了一定的了解。但实践出真知，唯有把理论与实践相结合，才能更好地为社会服务。

经过这次实习，我对未来充满了美好的憧憬，在未来的日子，我将努力做到以下几点：

一、继续学习，不断提升理论涵养。

在信息时代，学习是不断地汲取新信息，获得事业进步的动力。

作为一名青年学子更应该把学习作为保持工作积极性的重要途径。走上工作岗位后，我会积极响应单位号召，结合工作实际，不断学习理论、业务知识和社会知识，用先进的理论

武装头脑，用精良的业务知识提升能力，以广博的社会知识拓展视野。

二、努力实践，自觉进行角色转化。

只有将理论付诸于实践才能实现理论自身的价值，也只有将理论付诸于实践才能使理论得以检验。同样，一个人的价值也是通过实践活动来实现的，也只有通过实践才能锻炼人的品质，彰显人的意志。必须在实际的工作和生活中潜心体会，并自觉的进行这种角色的转换。

三、提高工作积极性和主动性

实习，是开端也是结束。展现在自己面前的是一片任自己驰骋的沃土，也分明感受到了沉甸甸的责任。在今后的工作和生活中，我将继续学习，深入实践，不断提升自我，努力创造业绩，继续创造更多的价值。

最后感谢单位领导和部门领导以及同事对我的支持和帮助，我会继续努力的。

参与到实习里，对于这份工作，自己也是挺觉得合适自己的，而且也是自己专业所对口的，同事带着我熟悉公司，了解了工作，然后手把手的教我，也是让我感受到在这大家都是团结的，也是喜欢实习的工作环境，而自己也是不断的努力去进步，在岗位也是能立足，而此次的实习我也是收获很大，不但是收获到一份工作，同时也是让我对于今后的发展有了更清晰的目标，同时也是在这积累了一些经验，得到了锻炼。

作为学生，以前其实我也是利用过假期的时间去做过兼职，这类的工作也是做过的，可能也是兼职，所以要求也是不太高，就是要我们完成工作的任务就够了，也是没有想过把我们留下来，或者教我们太多的东西，很多时候都是要靠我们自己去学，而实习的岗位却是有些不同，毕竟自己也是要毕

业了，其实实习完合适也是可以留下来，而公司对于我们这些新人也是很重视，有能力的都是希望我们能留下来，特别是进步快的更是如此，而我也是感受到这种氛围和之前是很不一样，自己也是会更加的主动，而不仅仅是完成任务拿到薪资就够了，而是更多的想在这学到很多，让自己的成长更大，社会的工作想要做好也是不轻松，而有一个岗位的机会在这，我也是要珍惜，实习里同事们也是愿意帮我，有时候也是很主动让我也是感动，同样的自己也是积极的来做好自己实习该做的一个事情。

实习而今虽然结束了，但是我依旧是留在了岗位上，回到学校去把毕业的事情解决掉也是能回来继续的工作，这也是我实习最大的收获，而不是说实习结束就离开了，还要继续的找工作，那样竞争也是更大，而在这，我也是很感激同事们帮了我很多，让我很快适应了岗位，做好了实习，自己学到的，不但是把理论的知识理解的更为通透，同时通过工作也是让我意识到，这个专业，这个所处的行业发展前景又是怎么样，自己该如何努力，要怎样的去努力，这些都是有了自己的一个想法，对于职业以后的规划，也是更加的清楚，认清了自己目前的能力，知道该如何的去做好自己的努力，我也是相信，只要在岗位继续的做好工作而不断的累积经验，自己也是多去思考，那么我也是相信会变得更加的优秀，而通过实习对于自己以后的发展，我也是更有信心了。

经过连续两周的仿真实习，我们练习了离心泵、换热器、液位的控制、精馏塔的冷态开车、正常停车以及相应事故处理的仿真。通过这次仿真实习基本单元操作方法；增强了我对工艺过程的了解，进而也更加熟悉了控制系统的设计及操作。让我对离心泵、换热器、精馏塔等有了更深刻的了解和认识。通过本次的化工仿真实习收获颇多，对工艺流程、控制系统有了一定的了解，基本掌握了开车、停车等的规程。

开始接触化工仿真软件时，感觉很迷漫也很好奇，在后来的实习过程中我首先仔细阅读了课本上实习的具体流程，基本明

白了操作的规程。

特别是在练习精馏塔单元等复杂的化工过程的时候，我觉得应该：

(1) 要仔细认真的阅读课本上相应的流程操作，对每一步操作都应该要有所领会、理解，因为过程的熟悉程度在操作中使至关重要的。过程不够熟悉也许会误入歧途，错误的操作，最后事倍功半，也不能很好的掌握所需学习的内容。

(2) 面对一个复杂的工艺过程时，如果不能事先了解到它们的作用和相应的位置，以及各自开到什么程度，在开车时我们可能会手忙脚乱，导致错误的操作，因此，在开车前最重要的准备工作就是熟悉整个的工艺过程。(3) 在开车后的操作中一定要有耐心，不能急于求成。无比达到每一步的工艺要求之后，才能进行下一步的操作，否则可能造成不可挽回的质量错误。因此在面对一个工艺流程，必须要了解这个工艺流程的作用是什么，要达到怎样的目的，了解流程中的各个环节，是如何进料的，操作条件又是如何，要达到什么样的要求。只有这样我们才能更好的学习或掌握所练习的学习内容。

经过这几天的仿真实习，我们练习了离心泵、换热器、精馏塔、石油常压减压精馏装置和锅炉的开车仿真。通过仿真实习我们可以了解基本单元操作方法，增强对工艺过程的了解，熟悉控制系统的设计及操作，学习复杂控制系统的投运，学习安全和规范化操作同时增强我们训练排除故障的能力。

下面我将具体讨论下对于锅炉单元的开车流程和操作体会。

(一) 在仿真操作前要熟悉工艺流程，熟悉操作设备，控制系统，开车规则

在锅炉加热的单元中。锅炉本体由省煤器、上汽包、对流管束、下汽包、下降管、水冷壁、过热器、表面式减温器、联

箱等组成。省煤器有四组，主要作用是预热锅炉给水，降低排烟温度，提高锅炉热效率。上汽包由百叶窗、旋风分离器、水位计等组成，主要作用是汽水分离，连接受热面构成正常循环。水冷壁由，主要作用是吸收炉膛辐射热。过热器分低温段和高温段，主要作用是使饱和蒸汽变成过热蒸汽。表面式减温器由主要作用是调节过热蒸汽的温度。

(二) 分清各个操作流程的顺序性

要求分清操作流程的顺序主要有两个原因：第一是考虑安全生产，如果不按操作顺序开车回引发事故，第二是由于工艺过程的自身规律，不按操作顺序就开不了车。因此操作步骤之间的顺序至关重要不能随意更改。

在锅炉单元中，需要先启动供水装置，然后做点燃锅炉的前期准备，再通过高压燃气对锅炉进行加热，接着锅炉并气，之后逐渐增加锅炉的负荷，最后通烟气使锅炉正常运行。

(二) 分清阀门应该开大还是开小

当手动操作一个调节阀或者一个手操阀时，首先要搞清楚阀门应该开大还是关小。阀门的开和关于当前所处的工况以及工艺过程的结构有直接关系。比如在锅炉单元中当开小hv-29时就会使pic-01的压力检测值上升，当上升至4.00mpa时系统就会报警，这里hv-29是向上气体的排空阀。同样当我们关hv-30就会使tic-01的温度上升。

(三) 操作切忌大起大落

大型化工装置中，无论是压力，物位，流量或温度的变化，都呈现较大的惯性的滞后特性。如果当被调变量的偏离期望值较大时我们大幅度调整阀门，由于惯性和滞后的存在，一时看不出变化，因而暂时看不出变化，而一定时间后又出现被调量超出期望值，同样又急于扳回，导致被控变量反复震

荡，难以稳定。

比如在锅炉单元中对除氧器的注水中，由于液位的上升有很大的滞后，因此如把阀门开得过大难以将lic-02的液位稳定在400mm□

(四) 先低负荷开车达正常工况再缓慢提升负荷

先低负荷开车达正常工况再缓慢提升负荷无论对于动设备还是静设备，无论对于单个设备还是整个流程，都是一条开车的基本安全规则。

如在锅炉单元中首先将水量控制在10t/h□然后再并气后达到15t/h最后达到65t/h□这样逐渐增加生产负荷不仅能有效的发挥设备的最大安全生产负荷，又能够达到安全开车，防止在开车过程中发生事故，毁坏设备，造成重大损失。

(五) 建立物料平衡的概念

在一个具体单元中总体的进物料量和出物料量是动态平衡的，能量也是如此，因此可以通过这个平衡来间接判断设备的运行状态，来合理的调整开车步骤，把握各个环节的开启时机。如在锅炉仿真单元中，由于已将锅炉的液位调在自动上，因此锅炉的蒸发水量和进水量达到动态平衡。在锅炉升压，的过程中可以通过判断进水量的多少来判断产出蒸汽的量，以合理把握并气的时机。

通过仿真实验，能让我们更深入地了解生产装置的工艺过程，理解理论与生产实际相结合的作用，在减少对实际生产干扰的情况下，提高操作水平，让我们熟练掌握一些常见事故的处理方法，减少突发性事故和误操作，可以方便地让我们掌握不同岗位的生产运行操作技能，达到一人适合多个岗位的生产操作要求，提升我们的全面生产操作技能。

一个月的实习生活是我们收获的一个月，是难忘的一个月，在这段时间里我学到了许多关于造船的知识，留下了很多让我记忆深刻的细节，也让我的视野和思路开阔了许多。回顾这段实习，确确实实让我获益匪浅，同时更是一生中永远不会忘记的经历。

总结去船厂实习的这一个月，留给我最深刻的体会会有五点：

其一，我深刻的意识到“现场才是最好的老师”，只有在造船生产一线真正做过，只有在太阳底下晒过、风雨里走过，才能真正磨练自己，才能学到造船最有用的东西，也只有这样才会为今后的发展奠定坚实的基础。

其二，中国的造船还比较落后，虽然我没有到国外的船厂去参观过，但看看一线工作的工人，一身破烂的脏的一塌糊涂的衣服、一张张黑得一团糟的脸孔、加上那一双双专注却疲惫的眼神，我深刻的体会到他们工作的艰辛，环境恶劣，那无话可说，设备以及工艺落后，这也无话可说。每次站在他们身旁伫立观察时，我感觉心里面都被什么东西狠狠的砸了一下，很疼、很凄凉，作为一个船舶专业的交大的学生，看着眼前发生的一切，真想去改变，但此时却是无能为力，想在学校的时候真是养尊处优，更多时候还是在玩耍，自以为自己多么了不起，可是一艘船没有交大的也同样是造得出来的，永远都不要以为自己多么牛，其实大家出了社会就都是在同一条起跑线上，没有人会在意你过去发生过的一切，他只会关注你现在、将来能有多大作为，能创造出多少经济效益，能为中国造船业做出多大的贡献。真的，交大很多时候真的没有什么让人值得骄傲和敬畏的地方，有那也是前辈们的光环，它不能代表我们也一定会达到如此的高度，唯一可以去拼的是自己的努力，自己所锻炼出来的能力(冰冻三尺非一日之寒)。

其三，不管在船厂还是在其他企业，管理是非常之重要的，没有规矩不成方圆，没有高效的管理公司上下就是一盘散沙。

其四，每个人只要踏入社会，不管你是否来自名校，不管曾经你多么辉煌，你唯一所能面对的现实是你只能凭借自己的努力、依靠自己的能力去奋斗，永远不会有人会对你的曾经感兴趣。昨天已过去，明天是未知数，只有今天是上天的礼物，只有把握住今天，脚踏实地，才会成就明天。

其五，每个人都要有属于自己的奋斗目标，这样才能有方向的去前进、拼搏，萧伯纳曾经说过，人生的真正欢乐是致力于一个自己认为是伟大的目标。记得在组立部实习的时候，有一次和现场的一名员工聊天，到现在我还记忆犹新，那天他很激昂、很自豪的对我说：“一个人必须要有自己的目标，然后朝着自己的目标去奋斗，最后肯定会成功。你看我，我只是一名很普通的员工，也没什么文化，两年前我给我自己定的目标就是拥有一辆属于自己的轿车，然后开着轿车上下班。之后我就很努力的去工作、去赚钱，现在停车场就有我的一辆车。”这件事情让我感触很深，同时也让我明白了许多。

最后，衷心的感谢船厂在这一个月里对我们的关心和照顾，感谢各部门经理、科长、科员以及所有员工对我们的悉心教导，同时也由衷的感谢学院领导对我们这次实习的关心、支持和鼓励。

这个暑假，对于我来说，是意义非凡的。这是我上大学以来的第一个暑假，理所当然要回家和父母亲人过年。不过班里的好多同学都跟着学校里的带队老师去了外地打工。于是我想：回到家跟父母商量商量，准备出来找一份工作。妈妈听了我这个想法以后就对我说：“反正在哪儿干都是干。那还不如在咱的物流里干呢！”我一想，觉得也是，就答应了。

一开始我以为物流就是把 a 地的东西、货物运到 b 地去，谁知道到了单位才知道复杂着呢。早上要先通知货主货已到位，请过来取。然后趁着货主赶过来的时间里，要把每一票货的总钱数算清楚，有的有代收货款，有的没有代收货款，只有运费，所以一定要看清楚了。妈妈还特地交待我多算几遍，

别算错了。我信誓旦旦的说：“妈你放心吧，我又不是小学生了，加法也会算错。”算到一票的时候两次算的不一样，我还想：不会真的算错了吧？让我赶紧又算了两遍，唉，还真的算错了，幸好又改过来了，才没有继续错下去。

货主到了以后，就要帮着货主找到他要取的货。有一次为了找货，把货全都翻了一遍才找到。每一票货都有票号，每一票的票号都不一样，一票货多可几件到几十件不等，所以一定要把件数找够。每送走一位货主，我心里就会涌出一股满足感。就这样一直干到年底老爸才接到放假通知，一放假我们一家人就想“一睡不起”，因为实在太累了，每天都是起早贪黑的。

通过假期的社会实践经历我最深切的感受就是：不论什么事只有亲身的体验，才会有真实的感受，才能对这件事有比较实在的、深刻的认识。还有一点就是父母天天干这实在是太辛苦了，一年到头一个假期都没有。我们现在的生活、学习条件实在是来之不易，我一定要好好学习，让老爸老妈以后过上更好的生活！

护士心得体会和感悟篇三

第一段：介绍实习生医院的背景及体验的重要性（约200字）

作为医学院的一名学生，实习是我们接触临床实践的重要途径之一。在实习生医院中，我们能够亲身参与医疗工作，并与医生、护士团队密切合作。实习生医院不仅提供给我们学生大量的实践机会，还是我们在临床工作中收获经验、提高技能的重要环节。通过实习，我们能够感受到医学的神奇与艰辛，认识真实的医患关系，深刻体会到医护职业的光辉与责任。

第二段：对实习生医院的第一印象及困惑（约200字）

刚踏入实习生医院的第一天，大厅里熙熙攘攘，充满了不同的气味和声音，让我感觉到一种既新鲜又压抑的氛围。与此同时，我也感到了一种迷茫和不安。在实习的过程中，常常会遇到很多技术难题和患者情绪的挑战，刚开始的时候，我常常觉得力不从心，不知道如何应对这种困境。然而，通过与导师和同学的交流、观摩其他医生的工作，我逐渐摸索出了解决问题的方法，并慢慢适应了这种有压力的环境。

第三段：实习生医院中的成功与成长（约200字）

在实习过程中，我尽可能地参与各种临床操作，如输液、打针、拔牙等。通过这些实践，我不仅更加熟悉了操作流程，还掌握了一定的护理技能。同时，与患者进行交流也是我在实习中重要的一环。在与患者的交谈中，我学会了如何关心和安抚患者，以及如何平衡工作和患者的心理需求。通过不断地实践和反思，我在实习生医院中不仅获得了技术上的提升，更重要的是收获了沟通和关爱的能力。

第四段：实习中的困难与挑战（约200字）

虽然实习是我们成长的过程，但其中也不乏困难和挑战。在忙碌的医院环境中，时常会遇到一些难缠的疾病和复杂的病例。对于一个刚刚入行的实习生来说，这是一个巨大的考验。在遇到困难时，我会向导师和同学请教，利用自习时间加强理论知识的学习，并积极参与实践。同时，还要保持充足的精力和良好的心态，以更好地应对各种挑战。

第五段：实习生医院体验的收获与反思（约200字）

通过在实习生医院的经历，我不仅学会了医学专业的知识和技能，也深刻理解到医患关系的重要性。在实习过程中，我们要时刻保持谦卑的态度，尊重患者的隐私和尊严，不断提高自己的专业素养。同时，实习生医院也让我意识到医生的职责与担当，医生的工作需要严谨和耐心，更需要爱心和责

任。在未来的工作中，我将牢记实习的种种经历，不断提升自己，为患者提供更好的医疗服务。

总结：通过实习生医院的经历，我不仅获得了宝贵的实践机会，还提高了自己的专业素养和医务职业的认识。虽然实习过程中困难重重，但是我坚信只要保持学习和奋斗的态度，最终会收获更多的成长和进步。实习生医院是我们成为优秀医生的必经之路，让我们珍惜这段宝贵的经历，努力成为更好的医生。

护士心得体会和感悟篇四

在耳鼻喉科的实习即将结束，在这一个多月的实习期间，我遵纪守法，遵守医院及医院各科室的各项规章制度，尊敬师长，团结同学，严格要求自己，努力做到不迟到、不早退、不无故旷工及擅自离开工作岗位。对待病人和蔼可亲，态度良好，努力将所学理论知识和基本技能应用于实践。在此过程中我不断总结学习方法和临床经验，尽力提高独立思考、独立解决问题、独立工作的能力，不断培养自己全心全意为人民服务的崇高思想和良好的职业道德。

我在本科室实习期间，遵守劳动纪律，工作认真，勤学好问，能将自己在书本中所学知识用于实际。在老师的指导下，我基本掌握了耳鼻喉科一些常见病的护理以及一些基本操作，是我从一个实习生逐步向护士过度，从而让我认识到临床工作的特殊性与必要性。以前在学校所学都是理论上的，现在接触临床才发现实际工作所见并非想象那么简单，并非如书上说写那么典型，好多时候都是要靠自己平时在工作中的经验积累，所以只有扎实投入实习，好好体会才能慢慢积累经验。

护士心得体会和感悟篇五

第一段：引言（介绍实习的背景和目的）

临床医院实习是医学生们接触真实病患并进行实践操作的重要环节，也是他们将理论知识与临床实践相结合的重要过程。在实习期间，我有幸深入临床医院进行实践，亲身体会到了医生和护士们的辛勤付出，也经历了医学知识在临床应用中的挑战。在这篇文章中，我将分享我的实习心得体会。

第二段：接触真实患者的感悟

实习期间，我第一次接触到真实的患者。我深切感受到患者们的痛苦和无助，这让我产生了更强烈的医学使命感。每次与患者交流时，我尽力用温和的语气和真诚的态度去倾听他们的诉求，并尽快解决他们的问题。在这个过程中，我明白了作为医生必须具备良好的沟通技巧和同理心的重要性。只有了解和尊重患者的需求，我们才能提供更好的医疗服务。

第三段：理论知识与实践操作的结合

临床实习不仅使我接触到真实患者，还让我将理论知识与实践操作相结合。通过亲身参与手术、诊断和治疗等过程，我深刻认识到医学理论只有真正应用于实践中，才能发挥作用。但这同时也让我意识到，从书本上学到的知识并不能完全适用于实际情况。因此，我学会了灵活运用理论知识，根据具体情况做出判断，并调整治疗方案。

第四段：团队合作的重要性

在实习期间，我所在的临床医院注重团队合作。我所在的实习小组成员相互协作，共同分担工作，确保医疗过程的顺利进行。通过实践，我发现医生、护士和其他医疗人员间的密切合作对提供质量优良的医疗服务至关重要。每个人都有自己的专长，只有充分发挥各自的优势，协作配合，才能为患者提供更全面的医疗保障。

第五段：实习的收获和感悟

通过临床医院实习，我不仅学到了更多的医学知识和技能，还体会到了作为医生的责任和使命感。面对患者的痛苦和无助，我明白了医学是一项光荣而伟大的事业。在未来的职业生涯中，我将努力继续学习、提高专业水平，以更加优秀的医生形象回报社会和患者的信任和期望。

总结：

通过临床医院实习，我深刻体会到了医学的神圣和伟大，感受到了医生和护士们日夜不停地付出。同时，实习也暴露了我的不足之处，激励我不断学习和提升自己。在今后的学习和工作中，我将不断努力，为患者的健康贡献自己的力量。