

2023年仿真实训心得体会万能版(汇总9篇)

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

仿真实训心得体会万能版篇一

仿真实训心得要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的仿真实训心得样本能让你事半功倍，下面分享【仿真实训心得优秀3篇】，供你选择借鉴。

为期三周的仿真实训在周五下午的考试后结束了，在这紧张而又愉快的十五天里，我们主要用仿真软件犹如身临其境的对化工单元的实验操作和知识要点做了深刻的实训，仿真心得体会。按照老师的安排，前两天我们针对离心泵单元做专项训练，接着两天在固定床反应器单元专心攻克，依次是间歇釜反应单元，精馏单元，吸收解析单元各个单元进行专项练习。按照这个计划实行下来，我有了不少心得与体会，这里面当然有好的方面也有不足的地方，就这些心得我做了一下总结。

由于我们正在学习化工原理各项单元，加上之前进行的实验环节，其原理和仪器设备我已在课本上有了大概的了解，所以对它的一些术语并不陌生，进行起来比较顺利。在仿真实验中除了一些软件必要的过程之外，其他实验操作使我深刻了解到真实实验操作中对连锁，串级等等的使用，然后是查看压力表是否达到要求压力，不是就再调整减压阀；之后调节气体流量；打开主机总开关，在温度控制器中根据实验要求进行调节；还有间歇反应釜单元的温度调节很关键，温度控制

在110~120之间，就要求我们在操作过程中一定要按照步骤中规定的进行操作，操作熟练之后从中自己可以摸索出一些经验，但是其中的步骤顺序不可以颠倒。在知识要点方面，通过这样的学习比单记课本上的知识要容易深刻的多，而且巩固学过的知识，印象更深刻。

由于仿真对于我们来说就是一个新鲜事物，因为我们之前没有接触过，无论是仪器还是知识要点，我都不是很了解，幸好在课下对其大致看了一遍才使实训得以继续下去。电脑操作时，在选择要做的单元后，找到单元操作步骤，然后熟悉此单元的流程，再将原理，步骤，流程图，现场图□dcs图进行综合分析，最后在将进行仿真练习，经过这次仿真实训后，我对其相关仪器有了一定的了解，不再是单凭想象了，这更有利于我以后在实际工作对仪器的操作，而且把相应技能和知识提升到一个新的层次。

当然，在这次实训中，还有许多不足，很多具体的操作环节还没有搞懂，因为相应步骤只要做了就能得分，就没有再去追究，这种得过且过的作为以后要改正。

对于仿真实训，是很好的事，可以让学生更好的理解相关知识，了解相关仪器的操作；当然，能亲手在真正的仪器上进行实验操作就更好了。不过仿真环境有欠缺之处，而且在实训过程中应该给学生一些自由活动的时间，不然容易疲倦。

对于仿真实训中一直和我们在一起的各位老师我深表感激，在百忙之际，不辞辛苦的和我们一起渡过了这紧张的十五天，不时的督促我们，才使得我们没有虚度这十五天，真正的学到了不少知识。所以，谢谢老师们。

以上就是我对通过这十五天的仿真实训后的心得与体会。希望以后优点继续发扬，缺点坚决改过。

随着高层、超高层建筑的大量出现，如何降低大厦的运行成

本，提高经济效益，实现开源节流已成为物业管理公司必须面对的课题。大家都知道，在建筑的运行成本中，大厦设备用电的电费支出占相当大的比例。而电费单价的高低与大厦的相关设计和运行管理水平是密不可分的。

我国目前的电价结构仍是由基本电费和计量电费组成。通常，办公商用大厦的电费支出是供电部门按每台变压器的需量电费(按变压器的总容量计)加计量电度电费来计算的。而物业管理公司则通常以办公面积计算公共水电费的方式分摊中央空调、电梯、照明等设备用电的电费。变压器的投入量不同及其利用率的高低，将直接影响电费的单价水平，造成电费的收支不平衡。因此，通过提高变压器的利用率，在相同的用电负荷情况下，减少变压器的投入量，将可以降低变压器的基本电费和变损。而大厦的设计者们容易忽视设备运行的经济性，不能充分考虑设备运行的季节性和大厦使用率的高低对用电需求的影响。所以，很多大厦的供配电设备常常在设计上存在大马拉小车的现象，造成运行成本的上升。

时代广场是深圳市首座全面投入使用的智能大厦。地面38层，地下3层，建筑面积87000m²，电力负荷总容量为7500kva，由六台1250kva的变压器组成。大厦投入使用后，由于受出租使用率和气候温度变化的影响，用电量波幅很大，通常需要投入1~4台变压器数量不等。但由于电力系统结构设计上的原因，系统必须同时启动三台变压器，才能保证正常运行，每台变压器的平均利用率常常不足30%，造成空耗1~2台变压器的基本电费和变损，按该地区的电价收费标准，仅此一项每年就浪费高达百万元。

1 大厦供配电系统的设计概况及其存在的问题

从大厦一次线路系统图(如图1所示)不难看出，只要在系统的分段点增加二台联络柜，便能解决上述问题。六台变压器通过五台联络柜的分合，按实际用电量合理投切变压器，随变压器的投入量分段运行，向整个低压系统负荷供电。这一方

案的技术难点在于，如何解决多个开关的相互联锁，防止变压器间的并联运行造成上述高压系统短路或反供电安全事故的发生。

由三台开关的相互联锁延伸到五台开关的相互联锁，实现多台变压器的多种组合运行。由图1得出结论：无论系统由多少台变压器组成，只要任意一台开关柜与相邻的开关能实现互锁，便满足了整个系统的联锁要求。

(2)如图3所示：联络柜开关的二次回路中，任何一台联络开关(如q2)只要与相邻的两联络开关q1、q3和相邻的两变压器主开关a2、a3联锁，实现五台开关间的联锁。也就是说q2合闸的前提条件是q1和a2或q3和a3的常闭触点处于闭合状态，即q1和a2或q3和a3在分闸位置时q2的合闸线圈yc得电，合闸机构动作q2合闸后q1、a2、q3、a3的操作按相应的开关控制原理执行，其它开关处任意状态。这样便确保了十一台开关甚至无限多的开关的联锁，即可根据实际用电量投入变压器运行：投入一台变压器时，全段供电运行，其它变压器主开关因联锁处于分闸位置；投入二台变压器时，分两段运行，其它变压器的主开关及分段的联锁开关因联锁处于分闸状态。依此类推，投入任意数量变压器运行均能满足系统的联锁要求。确保了系统运行的经济性。同时，由于变压器组合运行方式的重要，又大大提高了供电的可靠性。

3 元件选型及其工作原理分析说明

该系统使用的是世界著名品牌abb系列开关，保护功能齐全，自动化程度高，性能可靠。

(1)上述所有开关联锁触点均为开关本体触点联动，不会发生误动作；

(3)开关所有操作的驱动机构(如yc-合闸、yo—分励、yu—失

压)均为瞬间电源驱动,故障率低。更详细的开关动作机构原理请参阅相关产品说明书。

往两年的实训都是很敷衍的就过去了,都是老师匆匆走进教室,匆匆告诉我们要实训,匆匆布置完题目说句两个星期之后交,最后再匆匆离开离开教室……所以大学实训究竟训些什么??我完全不清楚,在我映像中,实训就是半个月写篇报告交上去,就这么简单。没想到这个学期,在我们都已经放假的时候,突然安排了一次实训,本来我还在想又是像往年一样混混就过去了,没想到,实在跟我的预想不同,与往年相比更是大相径庭。对于我们困在象牙塔三年的大学生来说,企业究竟是何构造,如何运作,是何流程完全不清楚,甚至可以说是毫无头绪。一次简简单单的实训课,当然不可能让我们实实在在的了解到整个企业的面貌。

我们作为即将毕业,踏入社会的大学生,实践几乎就是零,也许有的同学会做做兼职,自己摆个小摊或者以别的形式,试探了一下社会,但是我们现在能接触到又仅仅是冰山一角,真正的职场,企业,社会又是如何,我们都答不出来,可是我们又怎么能打毫无准备之仗呢,企业仿真实训,也许就是这样走进了我们的课堂。

两次培训课,每次的重点都不一样。第一天,无论是早上的部门角色分配,还是下午的水壶组装模拟训练,都是假设我们已经进入到企业之后进行的活动。尤其是下午的训练,我们这一组很不幸的垫底,很重要的问题就是与外界的沟通出了问题,现在看来只是我们用了两个零件换了别人一个零件这么简单,但是,这个问题如果出现在以后真实职场谈判中,我们毫无疑问是彻底的落了下风,这是完全不可取的。我们拥有那么多的螺丝,可是却不能用这些螺丝换到我们没有的部件,那么我们就是完全发挥“螺丝”应有的功能。等价交换,各取所需,这个简单的道理,我们小组都没能彻底领悟。第二次的培训,我们的重点就放在了进入企业之前的培训——如何制作简历。简历是我们获得工作机会的敲门砖,

当今社会求职找工作的方式很多，但是简历适用于每一种，每一阶段，当招聘官打开招聘邮箱的第一课开始，映入眼帘的即是简历，所以简历的好坏与否，直接影响到求职的成功，可以说简历就是我们在企业的第一张脸，做一份完整，有效的简历，是我们进入到一个企业的关键，是迈向成功的第一步。

两次的实训，于我而言都是受益匪浅。最重要的一点就是团结协作，在一个组织之中，很多时候，合作的成员不是我们能选择得了的，所以，很可能出现组内成员各方面能力参差不齐的情况，如果作为一个领导者，此时就需要很好的凝聚能力，能够把大多数组员各方面的特性凝聚起来，同时也要要求领导者要有很好的与不同的人相处与沟通的能力。如果领导者在开始时没有以身作则做好各方面的工作，就会产生许多不良的后果。例如，在一个集体中如果成员之间缺少最基本的信任，那么成员总是想要在同伴面前保护自己，他们就不可能彼此争论，所谓的明哲保身的做法，只要是与自己利益无关的事情便高高挂起，即不愿对彼此负责，那么，还有谁会对集体的发展负责？这样的团队，其发展是令人担忧的。所以，要加强与他人的合作，首先就必须保证集体成员是忠诚的，有责任心的，有意志力的，而且，还要有着对于自身团队的荣誉感，使命感。领导者必须信任团队的所有成员，彼此之间要开诚布公，互相交心，做到心心相印，毫无保留；要与团队的每一个成员紧密合作，直到整个团体都能紧密合作为止；分析每一个成员完成工作的动机，研究他们的迫切需要，针对他们的动机和需要，集思广议，多听听别人的建议，不要一意孤行，俗话说：“人心齐，泰山移。”同时，领导者也要有领导者的风范，工作上对成员严格要求，在生活上也要关心成员，做好团队成员之间的沟通和协调工作，使整个团队像一台机器一样，有条不紊地和谐运转。

当然，在协作的过程中，有一项工作显得尤为重要，那就是沟通。人与人之间的沟通能带来对生活的理解。在我们日常生活当中，人际沟通是不可或缺的活动，我们在和别人交流

的过程中，勉励和自勉，要想给别人一杯水，自己就要有一桶水或者更多。与其讨好别人，不如用心保持和谐、互动、互助的良好状态，透过好好沟通来互相感应。若能心意相通，大家都愉快。在共勉中提高，是人生的一件乐事，比如，对朋友说明一件事情，为了做的更好，我们需要去学习，去思考，去提炼，这本身就是一个进步的过程。沟通的作用，可以帮助我们达成某一方面的共识，大家都有保留自己意见的权利。“小人同而不和，君子和而不同”就是这个道理。

大学生涯中的最后一次实训也结束了，我们即将踏上社会，也就是检验我们各项学习成果的。

仿真实训心得体会万能版篇二

心理仿真实训是指通过模拟真实情境，让学生在实践中学和应用心理知识与技能的一种训练方式。在心理仿真实训中，我有幸参与了一次关于人际沟通的模拟演练，这次经历给我留下了深刻的印象。通过参与这次实训，我不仅增强了自我认知和情商，还锻炼了自己的人际交往能力。下面，我将分享一下我的心得体会。

首先，在模拟演练中，我认识到了自己在人际沟通中的一些问题。当时，我们被分成小组，每个小组都有不同的角色扮演任务。我被分配到了一个领导者的角色，并需要与其他小组成员进行讨论和协商。刚开始，我并没有意识到自己在沟通中存在的问题，直到其他组员提出了一些建设性的反馈。他们告诉我，在讨论过程中，我显得过于强势和不给予别人充分的发言机会。这个反馈让我感到震惊，因为我一直以为自己在沟通中是一个开明和合作的人。通过这次实训，我认识到了自己的盲点，并开始思考如何改进。

其次，模拟演练给了我一个宝贵的机会去实践和改善自己的沟通技巧。在接受了反馈后，我认真思考了自己的表达方式，并决定采取一些积极的举措。首先，我学会了倾听。我开始

主动倾听其他小组成员的意见，并询问他们的看法。我不再只是简单地表达自己的想法，而是积极收集其他人的意见，以便更好地进行协作。其次，我学会了尊重。我意识到每个人都有独特的思维方式和观点，即使与我的意见不一致，我也尊重并接受他们的观点。这样，我们团队的合作变得更加和谐，每个人都愿意充分发挥自己的能力和创造力。

第三，通过心理仿真实训，我认识到情绪管理在人际沟通中的重要性。在模拟演练中，我遇到了一些困难和挫折，导致我情绪不稳定。在与其他组员的讨论中，我经常发脾气和失去耐心。这种情绪表达方式不仅没有解决问题，反而加剧了冲突。然而，通过心理仿真实训，我学会了更好地管理自己的情绪。我尝试使用放松和冷静的方法来平复自己的情绪，如深呼吸和积极思考。这使我能够在压力和紧张的情况下保持镇静和理智，从而更好地解决问题和与他人合作。

第四，我从心理仿真实训中获取了宝贵的团队合作经验。在模拟演练中，我们必须充分发挥团队合作的精神，以达到共同的目标。我懂得了团队合作的重要性，以及如何在团队中发挥自己的作用。我开始学会信任和依赖其他组员，并尊重他们的贡献。通过共同的努力和协作，我们取得了很好的成绩，并给予了彼此充分的认可。这次实训不仅帮助我提高了个人能力，也增强了我与他人合作的能力。

总结起来，心理仿真实训是一种非常有效的学习和实践方式。通过参与模拟演练，我在人际沟通、情绪管理和团队合作等方面取得了很大的进步。我学会了倾听和尊重他人的意见，有效地管理自己的情绪，并与其他组员密切合作。这次心理仿真实训为我提供了宝贵的经验，不仅让我在心理学方面获得了更深刻的理解，还促使我不断反思和改进自己。我相信，通过不断的实践和学习，我将能够成长为一个更好的人，并在未来的人际交往中取得更多的成功。

仿真实训心得体会万能版篇三

心理仿真实训是一种通过模拟真实情境，培养学生解决实际问题和应对压力的培训方式。作为一名参与过心理仿真实训的学生，我深深地感受到了它的价值和重要性。在这篇文章中，我将分享我在心理仿真实训中的体会和感悟。

第二段：提升自我意识

心理仿真实训提供了一个与真实情境相似度高的仿真环境，使我们能够更好地认识和理解自己。在一次应对紧急情况的仿真中，我发现我在面对压力时表现出了一些不利的行为习惯，比如冲动和麻痹。这使我认识到了自己在紧急情况下需要提升的自我控制能力。通过不断地参与心理仿真实训，我能够更好地理解自己的情绪反应，并学会有效地管理和控制它们。

第三段：培养团队合作能力

心理仿真实训通常需要与其他人合作解决问题。在一次模拟团队合作的实训中，我意识到只有充分的沟通和合作才能使整个团队取得成功。我学会了倾听他人的意见，并提出自己的观点和建议。通过共同努力，我们成功地完成了任务。这一经历让我明白了团队合作的重要性，并培养了我的团队合作能力。

第四段：提高问题解决能力

心理仿真实训中经常涉及复杂的问题和挑战，这迫使我们学会思考和解决问题的能力。在一次模拟应对困难客户的实训中，我遇到了一位非常困难和情绪激动的客户。起初，我感到手足无措，但通过实训中学到的面对困难和情绪化的技巧，我最终成功地帮助了客户。这一经历让我更加相信自己的解决问题的能力，并且在实际工作中也会更加自信和有条理地

解决问题。

第五段：培养应对压力能力

在心理仿真实训中，我们经常会遇到各种各样的压力，包括时间压力和情绪压力。这些压力练习了我们在紧急情况下保持冷静和应对压力的能力。在一次模拟紧急情况的实训中，我发现我能够迅速地作出决策，并保持冷静。这让我认识到，在实际情况中，我能够应对压力并做出正确的决策。这种应对压力的能力不仅对于日常生活中的各种挑战有帮助，也对于未来的职业发展至关重要。

总结：

通过心理仿真实训，我不仅得到了宝贵的心理知识和技巧，还培养了自己的自我意识、团队合作能力、问题解决能力和应对压力的能力。这些经验将对我的未来发展产生长远的影响。我深信心理仿真实训是一种非常有效的培训方式，我将继续努力，不断发展自己的心理能力，并将其应用于我今后的工作和生活中。

仿真实训心得体会万能版篇四

心理仿真实训是一种通过虚拟现实技术来模拟真实情境，让参训者能够在虚拟环境下体验和应对各种心理问题和挑战的训练方法。通过这种方式，我获得了许多宝贵的体会和心得，对于自身的心理素质 and 应对能力也有了进一步的认知。以下是我对心理仿真实训的体会和感悟。

首先，在心理仿真实训中我学到了如何应对压力和焦虑。在虚拟环境下，我们被暴露在各种不同的虚拟情境下，会遇到人际关系冲突、工作压力等各种压力源。在这种环境中，我们被迫要求应对问题和挑战。经过训练，我发现对于压力和焦虑，重要的是要保持冷静和清晰的思维，学会分析问题的

根本原因，然后采取适当的行动。心理仿真实训让我在一个相对安全的环境中尝试和实践了应对压力和焦虑的方法，让我更加有信心和冷静地应对现实生活中的压力源。

其次，心理仿真实训也增强了我的人际交往和沟通能力。在虚拟情境中，我们需要和各种人物进行交流，并且解决各种人际关系的问题。这让我意识到在现实生活中，人际交往中的沟通问题是导致冲突的主要原因。通过这种训练，我学会了如何主动倾听别人的意见和需求，并且能够更好地表达自己的想法和情感。我也体会到了尊重差异和包容别人的重要性，这对于建立良好的人际关系和解决冲突非常重要。

第三，心理仿真实训提高了我的问题解决能力。在虚拟情境中，我们常常需要面对各种问题和挑战，需要快速思考和做出决策。通过这种训练，我学到了如何精确地分析问题的根本原因，并从中找出最佳解决方案。我也学会了不怕犯错误，不害怕面对挑战，而是要勇敢地尝试和探索。这对于提升我的问题解决能力和工作效率非常有帮助。

第四，心理仿真实训让我更加了解自己，认识到自身的优势和劣势。在虚拟情境中，通过与各种人物和场景的互动，我更加清楚地认识到自己的性格特点、兴趣和能力。这让我对自己的定位和规划有了更加清晰的认识。同时，也让我认识到自己的不足之处，并且在训练过程中不断反思和改进，以提高自己的专业素养和能力。

最后，心理仿真实训也培养了我的团队合作精神。在虚拟情境中，我们常常需要与其他参训者一起合作解决问题和完成任务。通过这种合作，我学会了如何与他人有效地沟通、协调分工、互相支持和信任。这不仅提高了我的团队合作能力，也培养了我的领导能力和组织能力。

综上所述，通过心理仿真实训，我学会了应对压力和焦虑，提高了人际交往和沟通能力，增强了问题解决能力，认识了

自己的优势和劣势，并培养了团队合作精神。这些体会和感悟不仅对于我的个人发展有着重要的意义，也对于我未来的职业生涯和人生道路具有深远的影响。我相信通过不断地学习和实践，我将能够更好地运用这些技能和经验，更好地应对生活和工作中的各种挑战。

仿真实训心得体会万能版篇五

半个学期的校内化工模拟仿真实验结束了，这段时间的实验心情是复杂的。从这里可以看出，这个实验让我学到了很多，获得了很多以前单纯从课堂上无法获得的知识、经验。对于半个学期来的实验，在这里我以一种总结和自省的心态来完成这份报告。也以此纪念我在校内的实验生活。

仿真实验是以仿真机为工具，用实时运行的动态数学模型代替真实工厂进行教学实习的一门新技术。仿真机是基于电子计算机、网络或多媒体部件，由人工建造的，模拟工厂操作与控制或工业过程的设备，同时也是动态数学模型实时运行的环境。

仿真实验为学生提供了充分动手的机会，可在仿真机上反复进行开车、停车训练，在仿真机上，学生变成学习的主体。学生可以根据自己的具体情况有选择地学习。例如自行设计、试验不同的开、停车方案，试验复杂控制方案、优化操作方案等。可以设定各种事故和极限运行状态，提高学生分析能力和在复杂情况下的决策能力。真实工厂决不允许这样做。高质量的仿真器具有较强的交互性能，使学生在仿真实验过程中能够发挥学习主动性，实验效果突出。主要内容为精选化工单元操作与典型的工业生产装置，如离心泵、换热器、压缩、吸收、精馏、间歇反应、连续反应、加热炉及石油化工中的催化裂化装置、常减压装置、合成氨中的转化装置等。采用计算机进行仿真操作的方式。

在实验的过程中，使学生对装置的工艺流程，正常工况的工

艺参数范围，控制系统的原理，阀门及操作点的作用以及开车规程等更加详细的了解，并掌握典型化工生产过程的开车、停车、运行和排除事故的能力。

在这里我举一些具体的实验例子来说明我们学习的内容：

“精馏”、“吸收”是化学工业中进行混合物分离的两种单元操作，在化学工业中占有重要的地位。这两部分理论较抽象，只在课堂上向学生传授相应的理论知识，学生觉得难以理解；由于没有实物参照，教师在教授这部分内容时也感到有些被动。因此学生在学习这两部分内容的时候，进行相应的实践课就显得尤为必要。

通过仿真实验，学生在学习了“精馏”、“吸收”两章的理论知识后，到实验室实际操作筛板精馏塔和填料吸收塔。实验室内“精馏”、“吸收”流程小巧、简洁，方便学生观察物料的反应。学生在实训时，边操作、边观察、边思索、边讨论，不但可以解决课堂的遗留问题，还可以将课本上的理论知识应用于实际的操作中。这样一方面增强了学生的学习兴趣，激发了他们的学习积极性；一方面给教学工作增添了许多色彩。

实验课对我们理解“精馏”、“吸收”两章起了重要的作用，实验前在课堂上听到“塔”，感到抽象，难以想象塔内气液两相相互接触后各组分分离的过程。实验后他们感到这两部分内容也不是那么难。

还有通过仿真实验，能让学生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，为企业培养高水平的人才，让学生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，可以方便地让学生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，提升学生的全面生产操作技能。

实验过程中我们要注意以下问题：

- 1、进行仿真实习操作前，必须认真阅读化工仿真实验教材，了解操作内容和生产背景；
- 2、务必保持安静；有问题时，可举手单独与指导老师交流；
- 4、严禁在仿真机上进行与化工仿真无关的操作；
- 5、严禁在仿真机上进行任何外来软盘、光盘、移动盘等操作；
- 6、每次实验操作完成后，需举手示意指导老师，经老师检查同意记录操作成绩后方可退

半个学期的仿真实验，模拟了这许多的化工过程的操作流程。这种经历使得我们这些即将面向社会，走向工作岗位的毕业生们对各种过程的流程和相关程序有了感性上深刻的认识和了解，也让我们接触到了企业实际生产的去盘工作流程，将书本上的知识与实际情况很好的结合，做到学以致用。感谢学校能给我们提供这么好的学习机会！也感谢老师的悉心指导。

仿真实训心得体会万能版篇六

近几年来，仿真实训作为高校学生职业能力培养的重要手段逐渐受到重视。作为一名大学生，在进行方字仿真实训的过程中，我深刻体会到了它的重要性和价值。在这次仿真实训中，我积累了许多宝贵的经验和心得，对于自己的成长和未来的发展有着深远的影响。以下，我将从思维方式、团队合作、实际应用、创新意识和自我评价五个方面展开介绍。

首先，方字仿真实训培养了我们的思维方式。在实训过程中，我们需要扮演各种角色，思考问题时需要以不同的视角看待事物。比如，当我扮演企业的经理时，我需要从整体和战略

的角度来思考问题，寻找解决方案。而当我扮演员工时，我需要更加注重细节和操作性。这样，不断切换角色带给我一个新颖的思维方式，促使我全面发展。

其次，方字仿真实训倡导团队合作的重要性。团队合作是现代社会中不可或缺的一部分，而实训则是培养学生团队合作能力的最佳途径之一。在实训过程中，我们需要与其他成员紧密合作，共同解决问题。通过和团队成员的充分配合，我学会了倾听与合作，提升了自己的团队合作意识和能力。在与不同背景、性格的同学协同合作的过程中，我也感受到了团队的力量，意识到只有团队的力量才能创造出更多的价值。

第三，方字仿真实训使我们学以致用。在实训中，我们不仅可以学到理论知识，更重要的是能将这些知识应用于实际问题中。通过与真实企业的合作和沟通，我们能更好地理解 and 把握企业的需求。实际应用的过程中，我们也更加明确自己的目标和方向，从而更好地规划自己的职业发展。

第四，方字仿真实训培养了我们的创新意识。实训过程中，我们面对的问题往往是实际的、复杂的，需要我们在团队合作的基础上进行创新性的解决。在这个过程中，我学会了跳出传统的思维模式，敢于冒险和尝试，寻找最佳的解决方案。在实训的过程中，我也得到了鼓励和支持，从而更加坚定了自己创新领域的努力。

最后，方字仿真实训也需要我们进行自我评价和反思。在实训过程中，我们需要不断检视自己的表现，找出自己的不足之处，并设定个人目标进行提升。通过不断反思和调整，我能更好地认识到自己的优势和劣势，并深入思考如何改进和提高。这种自我评价和反思的过程，对于我们的个人成长和发展有着重要的指导作用。

综上所述，方字仿真实训在我们大学生的成长和发展中具有重要的意义。通过思维方式、团队合作、实际应用、创新意

识和自我评价等方面的培养，我们能更好地适应社会的需求，为未来的职业生涯做好充分准备。只有通过实践和实训，我们才能真正理解和掌握所学知识的实际应用，在实践中不断提高自己的能力和素质。因此，我们应该充分利用方宇仿真实训，积极参与其中，不断完善自己，为未来的发展奠定坚实的基础。

仿真实训心得体会万能版篇七

关于电力系统及其自动化的一些感想及毕业后的目标 杨金梅即将毕业了，就要开始一轮找工作的经历，学习电力系统及其自动化专业的我，觉得自己肩上的担子真的不轻，这个专业的学生承担的责任真的重如泰山，正因为这样，我也觉得非常自豪和骄傲，也希望自己能不负老师和社会的信任，真正的为电力系统贡献出自己最大的力量。

学习了这么久的电力系统的时候，也了解了很多关于电力系统的现状，那下边我就先说一下我了解到的电力系统及其自动化的现状，还有我的感想。

电力系统是由输电和用电等环节组成的电能生产与消费系统。

它的功能是将自然界的一次能源通过发电动力装置（主要包括锅炉、汽轮机、发电机及电厂辅助生产系统等）转化成电能，再经输、变电系统及配电系统将电能供应到各负荷中心，通过各种设备再转换成动力、热、光等不同形式的能量，为地区经济和人民生活服务。

由于电源点与负荷中心多数处于不同地区，也无法大量储存，故其生产、输送、分配和消费都在同一时间内完成，并在同一地域内有机地组成一个整体，电能生产必须时刻保持与消费平衡。

因此，电能的集中开发与分散使用，以及电能的连续供应与

负荷的随机变化，就制约了电力系统的结构和运行。

据此，电力系统要实现其功能，就需在各个环节和不同层次设置相应的信息与控制系统，以便对电能的生产和输运过程进行测量、调节、控制、保护、通信和调度，确保用户获得安全、经济、优质的电能。

建立结构合理的大型电力系统不仅便于电能生产与消费的集中管理、统一调度和分配，减少总装机容量，节省动力设施投资，且有利于地区能源资源的合理开发利用，更大限度地满足地区国民经济日益增长的用电需要。

电力系统建设往往是国家及地区国民经济发展规划的重要组成部分。

电力系统自动化是我们电力系统一直以来力求的发展方向，它包括：发电控制的自动化（agc已经实现，尚需发展），电力调度的自动化（具有在线潮流监视，故障模拟的综合程序以及scada系统实现了配电网的自动化，现今最热门的变电站综合自动化即建设综自站，即调度员培训仿真系统为调度员学习提供了方便），配电自动化(das已经实现,尚待发展). 按照电能的生产和分配过程，电力系统自动化包括电网调度自动化、火力发电厂自动化、水力发电站综合自动化、电力系统信息自动传输系统、电力系统反事故自动装置、供电系统自动化、电力工业管理系统的自动化等7个方面, 并形成一个分层分级的自动化系统(见图)。

区域调度中心、区域变电站和区域性电厂组成最低层次；中间层次由省(市)调度中心、枢纽变电站和直属电厂组成，由总调度中心构成最高层次。

而在每个层次中，电厂、变电站、配电网等又构成多级控制。

我学习的是电力系统及其自动化专业，正是这两者相结合的一个更高层次的专业，因此，对与我自身的要求我时时不敢放松，在学好专业知识，能够更好的运用专业知识的基础上，为国家的电力系统做出自己的贡献成了我的最终目标。

然而，在现今社会，本科生研究生比比皆是，作为学习电力系统及其自动化专业的大专生，面临的压力可想而知，所以，想要贡献自己的力量，必须要找到一个很好的平台，一个能让自己发挥的平台，这就要说说我今后的打算了。

总的来说，由于从20xx年开始国家电力紧缺，因此发电成为一个非常火热的行业，究竟会火到什么时候要看国家政策而定（毕竟这是一个国家必须垄断的行业），当然这样的香饽饽加国有企业就引起了全社会的关系户增长，由于每年的子弟、关系户的多少都不一样，所以发电找工作每年之间的差别很大，而且每个省、地区都有非常大的区别，今年市场不错，但不能保证明年也是牛市。

因此发电找工作首要的是要尽量摸清今年的行情，所谓知己知彼。

有一些，比如东方电气，南瑞等。

南瑞还是一个非常有力量的企业，现在国内的很多电气设备都是南瑞的产品，在很多领域能和南瑞竞争的企业非常少，比如在很多项目都不用招标（因为能够达到这种水平的就只其一家），不过南京南瑞和深圳南瑞科技分家成了竞争之势，深圳南瑞科技地理位置在深圳科技园，办公环境还是不错的，而且偌大的办公室空了将近一半的位置，足见其缺人。

我的家乡是沧州的黄骅港，这里是一个煤炭能源的输出大港，是继秦皇岛之后西煤东运的第二大港。

沧州国华电厂就坐落在黄骅港，国华沧东发电厂建设是国家

重点工程，总装机容量480万千瓦，是华北地区最大的火电厂。

于我来说，这是一个很好的契机，是一个我自身发展的很好的平台，我希望我能到国华电厂学习工作，贡献自己的一份力量，为国家的电力发展添砖加瓦。

还有一件事情对我的触动特别大。

今年我国南方遭遇50年一遇的特大雪灾，刚好我的一个亲戚在湖南长沙上学，他回来之前，长沙就下过两场大雪，听他讲，他在长沙还没回来的时候，那里就时不时会停电。

后来听新闻讲，确实，湖南是这次雪灾的重灾区，电力设施遭到了严重的破坏，国家损失惨重，这正是对我们电力系统学生的一个启示，要努力做好自己的工作，保证人民的正常生活，做一名合格的电力系统的从业者。

仿真实训心得体会万能版篇八

方宇是我大学里的一位同学，他参加了一次仿真实训，这是一次难得的机会，为了更好地锻炼自己的能力，他积极投入，付出了很多努力和时间。在实训过程中，他不断总结经验，吸取教训，并从中获得了重要的启示。下面，我将从方宇的准备、实训中的问题与困难、解决问题的方法、收获与启示四个方面，谈一谈他的心得体会。

首先，方宇在实训前进行了充分的准备工作。他知道只有做好前期准备，才能在实训中取得好的成绩。在课前，他积极查找相关资料，了解仿真实训的目标和要求。他还自学了一些相关软件和技术，以提高自己的实操能力。此外，他主动与老师和同学沟通交流，共同探讨实训的重点和难点。准备工作的充分与否，直接影响了实训中的表现。方宇的准备无疑为他在实训中打下了坚实的基础。

然而，在实训过程中，方宇也遇到了许多问题与困难。首先，技术难题使他有些手足无措。仿真实训需要运用较高级别的技术进行，而方宇在这方面还有所欠缺。其次，团队协作问题使实训进展缓慢。方宇与他的小组成员之间的沟通不畅，合作效率较低。最后，时间紧迫也是方宇的困扰。实训任务的期限临近，他面临着巨大的时间压力。面对问题与困难，方宇并未气馁，而是坚持寻找解决方法。

为解决上述问题，方宇采取了一系列的措施。对于技术难题，他主动向老师请教，向同学请教，进行了多次实操练习，不断加强对技术的熟悉和掌握。对于团队协作问题，他开展了团队活动，提高了成员之间的默契和配合度。他还主动与小组成员互相帮助，在问题解决和任务分工方面进行了有效的沟通。对于时间压力，他合理规划了时间，分解任务，提前预留了一定的缓冲时间。通过这些努力，方宇逐渐解决了诸多问题，并提高了实训的效率与质量。

通过这次仿真实训，方宇获得了一些重要的收获与启示。首先，他意识到只有不断学习和总结经验，才能不断提高自己的能力。实训是一个很好的检验机会，通过实践才能发现自己的不足之处。其次，他明白了团队合作的重要性。个人的能力固然重要，但只有与他人合作，才能实现更大的价值和成就。最后，他体会到了时间管理的重要性。合理规划时间，高效利用时间，对于任务的完成至关重要。方宇将这些收获与启示充分运用于实践中，不断提高自己的能力和技术。

综上所述，方宇通过这次仿真实训获得了很多经验与收获。他准备充分，解决问题的能力强，收获与启示也丰富多彩。方宇的实训经历告诉我们，只有准备充分，解决问题的能力强，才能在实训中取得更好的成绩。我相信，方宇以他的才智和努力，必将在未来的职业道路上大放异彩。

仿真实训心得体会万能版篇九

在企业运作模拟实习的过程中，我们通过三年的努力经营，最后取得了一些成绩。虽然没有在市场中处于领导地位，但是公司的竞争力和实力都得到了大幅度的提升。采购部在不断的探索过程中完善了整个采购的流程。

每个部门在公司的经营中都扮演着重要的角色，采购是生产进行的第一要务，没有采购就不可能进行生产，因此在生产前必须完成相应的采购工作。同时每个部门的存在都不是独立的，在公司经营中需要各部门的相互协作，所以采购前要做好和其他部门的沟通，从生产部中获取需要材料的数量信息，订立合同后与物流部协作，保证材料的及时入库，支付采购款项时将信息报送财务部，及时将所需的款项付清。虽然采购的工作流程并不复杂，但是它讲究及时，准确以及成本的效应，所以采购的过程中，必须一步步的按照规则和秩序完成相应的工作，这样才能最好的完成采购的任务。

但是在企业运作模拟实习中最重要的却是各部门之间的协调与合作。公司的成功是依靠所有员工的共同努力和付出，以及每一位员工相互配合和合作。只有通力合作，公司才可能生存，才可能在激烈的市场竞争中脱颖而出。

通过这次的企业运作模拟实习，我对一个生产制造公司的运作有了较为深刻的认识。

在采购部门的实习，我可以切身的体会采购工作的重要性，并投入到操作中去。这样通过模拟的实践，不仅将所学的知识投入到实践当中，进行了巩固，而且在实习的过程中不断的接触新的事物，从发现问题，解决问题的过程中达到知识的积累。更为重要的是学会将逐渐所学的知识转化为能力的体现，达到实习的目的。

。在实习的过程中，由于财务部的工作量较大，虽然身为原

材料采购主管，但是在保证采购工作顺利完成的前提下，我主动提出了到财务部帮忙的请求因为我是财税专业的，对于纳税申报等税收方面的知识比较熟悉。而在财务部的工作中我接触到了各个部门的各种单据，还有外部公司如银行、会计事务所的业务，进一步充实了自身对于实务的认识。在财务部的工作中，更加体现了大家理论知识与实际的结合，从原始凭证的制作到入账，出报表，到纳税申报等等，这些都是课堂上无法完全教授的知识。通过在两个部门的工作，我更加深刻地体会到了工作的安排要有计划和有步骤，同时在实施过程中工作要细心与踏实，在团队合作是最重要的。

erp的应用，整合了采购流程和生产流程一直到销售和资金的回笼等企业运营的流程，通过促使企业业务办事程序和管理程序更加合理，从而增强企业的快速反应能力；更能进一步促进企业资源的合理组合及利用，使其在现有资源条件下达到最佳利用效果，从而大大提高企业的生产经营效率和管理效率；同时也能提高企业经营管理信息的准确性和及时性，有助于企业决策的进一步科学化。

一个多月企业运作模拟实习，已经使我开始了从学校到社会角色的转变，使我开始逐渐融入了社会和企业的运作之中。无论以后我们出去做什么工作，无论我们以后在什么岗位，我坚信这次实习的体验将继续指导我今后的工作和生活，包括对人生的态度和对工作和对生活的态度。