最新校外实践心得体会(优秀8篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。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，我们一起来看一看吧。

校外实践心得体会篇一

我的教学指导老师同时也担任了我的班主任指导老师，作为实习老师同时也要积极主动学习班级管理的内容，班里面开班会的时候我会去参加，并且也在课下积极主动地跟同学们交流，我也把我写下的一些班主任工作方面的工作感悟跟我的指导老师一起分享。作为一名班主任，就要对班里面的每位同学负责，就要让每位学生做好自己该做的事情，不仅要学会学习，学会做事，更要学会如何做人。在英语课上和日常学习生活中，除了要求他们遵守校规校纪，班级规约，课上认真听讲，课下认真完成作业之外，我更加注重的是学生们内在的修养。

作为一名学生，在学校要懂礼貌，见到老师和领导要主动打招呼;在家里面要帮助父母做一些力所能及的事情。学生们的内在修养提高了，就会培养出许许多多的好习惯，有句话叫做习惯成自然。培养出了良好的学习和生活习惯对于学生以后的发展是有着很大的帮助的。那最简单的要求来说，我要求学生们上课之前把书本和文具都提前准备好。课前准备虽然是小事情，但是也要坚持，因为这很重要。还有就是要注意自己的书写，不一定要写的很有文采，但是一定要干净整齐;在读课文的时候一定要声音洪亮，有感情的朗读;在班里的环境卫生方面，一定要共同维护，共同创造一个良好的学习环境，同时还要求不可以破坏学校的公共财物和一草一木。

通过这些细小方面的要求，我们班的同学取得了一点一滴的进步，虽然进步不是特别大，但是只要坚持下来，我坚信他们会进步一大步的。作为一名实习老师，我有着双重身份，我既是一名学生，也是一名老师。在这种情况下，我既要怀着谦虚好学的心去向优秀的老师学习教学方法和课堂管理，也要怀着负责认真的心去努力把每一节课给上好，让学生们每一节课都有收获，不仅仅在学习上更是在做人上。

顶岗实习还有最后的一周，其中还包含了一个期末考试，每个班的课程都还只剩下6节，其中还包含了一半的自习时间。虽然师生都有不舍，但是为了让他们安心备考，不能太早的提及分别，他们会分心，注意力会分散。我现在要做的就是稳住军心，让他们全力备战期末考试，给自己的这一学期交一份满意答卷，也给自己的实习生活画上一个圆满的句号。

校外实践心得体会篇二

时间过得真快，一转眼间三四天的实习时间就过了。在这段时间里，我学到了很多在学校了学不到的东西，也认识到了自我很多的不足，感觉收益非浅，以下是我在实习期间对工作的总结以及一些自我的心得体会。

作为一名刚刚接触专业知识的大学生来说，如果在学习专业课之前直接就接触深奥的专业知识是不科学的，为此，学校带领我们进行了这次实习活动，让我们从实践中对这门自我即将从事的专业获得一个感性认识，为今后专业课的学习打下坚实的基础。实践是大学生活的第二课堂，是知识常新和发展的源泉，是检验真理的试金石，也是大学生锻炼成长的有效途径。一个人的知识和本事仅有在实践中才能发挥作用，才能得到丰富、完善和发展。大学生成长，就要勤于实践，将所学的理论知识与实践相结合一齐，在实践中继续学习，不断总结，逐步完善，有所创新，并在实践中提高自我由知识、本事、智慧等因素融合成的综合素质和本事，为自我事业的成功打下良好的基础。

首先，我想谈一下实习的意义。实习是一种对用人单位和实习生都有益的人力资源制度安排。对理解实习生的单位而言，是发展储备人力资源的措施，能够让其低成本、大范围的选择人才，培养和发现真正贴合用人单位要求的人才，亦能够作为用人单位的公关手段，让更多的社会成员(如实习生)了解用人单位的文化和理念，从而增强社会对该组织的认同感并赢得声誉。

对学生而言，实习能够使每一个学生有更多的机会尝试不一样的工作，扮演不一样的社会主角，逐步完成职业化主角的转化，发现自我真实的潜力和兴趣，以奠定良好的事业基础，也为自我成长丰富了阅历，促进整个社会人才资源的优化配置。作为一名学生，我想学习的目的不在于经过结业考试，而是为了获取知识，获取工作技能，换句话说，在学校学习是为了能够适应社会的需要，经过学习保证能够完成将来的工作，为社会作出贡献。然而步出象牙塔步入社会是有很大落差的，能够以进入公司实习来作为缓冲，对我而言是一件幸事，经过实习工作了解到工作的实际需要，使得学习的目的性更明确，得到的效果也相应的更好。

要应对更为复杂的关系。无论是和领导、同事还是客户接触，都要做到妥善处理，要多沟通，并要设身处地从对方角度换位思考，而不是只是研究自我的事。

我想，经过这次实习让我认清了自我的很多不足和缺点。第一个就是缺乏工作经验。因为自我缺乏经验，很多问题而不能分清主次，还有些培训或是学习不能找到重点，随着实习工作的进行，我想我会逐渐积累经验的。第二是工作态度仍不够进取。在工作中仅仅能够完成布置的工作，在没有工作任务时不能主动要求布置工作，若没有工作做时就会松懈，不能做到主动学习，这主要还是因为懒惰在作怪，在今后我要努力克服惰性，没有工作任务时主动要求布置工作，没有布置工作时作到自主学习。第三是工作时仍需追求完美，在工作中，不允许丝毫的马虎，严谨认真是时刻要牢记的。第

四是学术上不够钻研。这是由工作性质决定的，也是我自我选择的，因为在我看来，仅有被市场认可的技术才有价值，同时我也认为自我更适合做与人沟通的工作。但我毕竟是一名专科生，需要作一些基本的实际工作，这就需要我个人多关注科研的最新进展，同时，这也对我的工作有促进作用。

用知识武装起自我来，学会做人，学会做事。你才能成功!

校外实践心得体会篇三

这周迎来了学校的第一次月考，虽说已经当了一个月的老师了，但总觉得进入角色的时候少，很多时候觉得在跟他们一起学习，还不能自信地承担起传道受业解惑的职责，然而，这场考试让我对的自己的身份，又进行了一次调整。

学校安排好考试后，我跟着老师去监考，第一次参加考试，我不用坐在那里奋书疾笔，攻占难关，只需要做一个类似看客的角色，感觉有点好玩。真正到考场后，觉得自己的职责十分神圣，不敢有丝毫懈怠，自然而然变得严肃起来。先去领取试卷，接着安配学生正确就坐，听着学校的哨子，宣读考场纪律，分发试卷，按部就班，小心翼翼，一点纰漏都不想发生，给学生营造一个较完美的考试环境。等他们正式开始答卷后，我一个一个看，看他们是否把自己的信息完整填写，有好几个跟我一样马虎的学生，题答了一半了，自己的班级、姓名等都没有填写，我悄悄提示，他们不好意思地笑笑，然后赶紧改正自己的错误。

在数学和生物考试的时候，有同学举手示意说，试卷有问题，我看了一下题后，询问其他同学是否有同样的问题，大家异口同声地回答说有问题，我赶紧去找专业老师，来解决问题，等专业老师来，采取措施应对后，考场又陷入一片安静，只有沙沙沙，笔在纸上移动的声音。我一直注意时间，以便提示他们，调整自己的答题速度，注意时间的安排。考试时间

一到，学生很老练，从后往前，他们收好试卷后，检查一下，然后一个小组一个小组按顺序排好后，交给我，我负责交给装订试卷的老师，完美结束考试。

考试一共有7门，花了一天半的时间，考试结束后，学生终于松了一口气，因为接下来的事，就该老师出马了，他们安心等待成绩就可以了，指导老师为我分配好要批改的区域，然后告诉我，应该注意的问题，我就开始了我的阅卷生涯，阅卷的时候特别认真，每一句话都要认真分析，有时候却也被孩子们的脑洞弄得苦笑不得。碰到简单的题，看着空空的答案区，我比他们还要着急，恨不得替他们写上去，面对有些题，只要言之有理，我都毫不保留地把分数写上去，鼓励他们。

这一周基本上就在这监考和阅卷中度过了，通过监考和阅卷，使我为人师的责任感又上升了一层，希望我能越来越像那些老教师一样，敬业、爱岗、热爱学生。

校外实践心得体会篇四

我们常说:“实践出真知，所有的理论知识一旦脱离了实践，就会显得毫无好处”。因此，社会实践对于每一个在校大学生都具有十分重要的作用。社会实践是引导我们大学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式;是促使大学生投身于现实工作，向经验人士学习，锻炼才干的渠道;是提升思想，修身养性，服务社会的有效途径。透过参加社会实践活动，我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，与此同时，开阔了自己的视野，提高了自身的实际动手潜力和综合素质，为我们以后进入社会，走向工作岗位打下了坚实的基础。

我觉得:对于一个大学生而言，勇于理解挑战是一种最基本的素质，但由于畏惧工作的艰辛，我一向不愿真正走进现实社会。今年寒假，为了丰富自己的阅历，提高自身的综合潜力，

我最后鼓足勇气，开始了人生的第一次假期社会实践活动。虽然这次实践活动只持续了短短的22天，但我却从中学到了很多很多，能够说是获益匪浅。

这次实践，我应聘的岗位是会计助理，最终被荣县林源商贸有限职责公司所录用，被安置到了该公司所属的财务部。荣县林源商贸有限职责公司是一家小型私营企业，所以该公司的财务部并没有太多人，只设有一名财务主管，两名会计，两名出纳。此次负责我实习的是公司会计人员——宋海燕。宋会计根据我的实习时间和现有水平，主要让我了解财务软件的使用和会计处理的流程，并做一些简单的会计凭证。公司采用的是金碟财务软件，从编制记账凭证到记账、编制会计报表、结账都是透过财务软件完成。了解了自己实习的主要工作，我暗暗庆幸:幸好在校读书期间，自己利用课余时间学习了一下金蝶财务软件，对金蝶软件有一些简单的了解，否则，还真的不明白该怎样办。可即便是如此，在后面的学习过程中，我还是遇到了不少的困难，好在经过同事们很热心很耐心地指导后，那些难题都得以顺利解决。经过坚持不懈的努力，我最终还是学会了正规而标准的公司会计流程，真正从课本中走到了现实中，细致地了解了公司会计工作的全部过程，掌握了金蝶财务软件的基本操作。

实习刚开始时，主管并没有让我干什么有技术含量的工作，每一天只是打扫一下财务部门的清洁卫生，协助部门同事完成一些日常工作。之后主管见我很耐心也很细心，是真的全身心投入到了这次实习中，才把大批量的日常工作交给我。坦白讲，这些工作的数量和难度都很大，好在要求不高。我想:这是主管在考察我的潜力，以便让我更准确地找到自己的位置。其实，公司里完全是按潜力来分配待遇，而不是学历。社会的准则就是不能劳动的人便是废物，即便你是大学生、文化高、素质高、说话有水平、斯文等等。但是，山外有山，人外有人，虚心向他人学习，拥有真材实学才是王道。

学习了这么长时间的会计，我自认为对会计基本上能耳目能

熟了。有关会计的专业基础知识、基本理论、基本方法和结构体系，基本上都掌握了。然而，经过短暂的实践后，这些似乎都只是纸上谈兵。倘若将这些理论性极强的东西搬上实际上应用，那我也只会是一窍不通，无从下手。下面就是我透过这次实习领悟到的很多书本上所不能学到的有关会计的特点和积累以及题外的很多道理。以前，我总以为自己的会计理论知识还算扎实，正如所有工作一样，掌握了规律，照葫芦画瓢准没错，那么，当一名出色的会计人员，就应没问题了。此刻才发现，会计其实更讲究的是它的实际操作性和实践性。离开操作和实践，其它一切都为零!会计就是实际中学会做账。

在实践中，我也发现会计具有很强的连通性、逻辑性和规范性。其一，每一笔业务的发生都要根据其原始凭证，登记入记账凭证、明细账、日记账、三栏式账、多栏式账、总账等等可能连通起来的账户。其二，会计的每一笔账务都有依有据，而且是逐一按时间顺序登记下来的，极具逻辑性。其三，在会计的实践中，漏账、错账的更正，都不允许随意添改，不容弄虚作假。每一个程序、步骤都得以会计制度为前提和基础，这体现了会计的规范性。在登帐过程中，首先，要根据业务的发生，取得原始凭证，将其登记为记账凭证。然后，根据记账凭证，登记其明细账。期末，填写科目汇总表以及试算平衡表，最后才把它登记入总账。结转其成本后，根据总账合计，填制资产负债表、利润表、损益表等等年度报表。这就是会计操作的一般顺序和基本流程。

在实习的这段时间里，我也逐渐看到了自己诸多的不足之处。首先，专业知识学得不够扎实、不够牢固，知识量十分缺乏，很多专业问题完全搭不上话。由于这个原因，自己的实际动手潜力变得相当弱，工作也不得法，工作效率低的不行。其次，如何和整个公司的同事和睦相处，如何让自己成为公司受欢迎的人员之一。这对于不善言辞、性格内向的我而言也是一个不小的问题。我明白良好的人际关系是每个成功人士所务必具备的条件之一，也是我们日常生活中不可或缺的一

部分。于是，在实习期间我就时不时的留意一下别人是如何和同事以及上级相处的，并且一有空就去和同事们聊聊天。就这样，我交到了许多好朋友，工作起来也相当的有干劲。最后，自己的性格过于情绪化，自己老是心浮气躁的，沉不住气。在实习期间，我曾因为整天对着那枯燥无味的账目和数字而心生烦闷、厌倦，以至于登账登得错漏百出。愈错愈烦，愈烦愈错，最终导致雪上加霜。但是，之后经过前辈宋会计的耐心开导和帮忙，经过一次次做账的磨练，我也慢慢适应了这些工作。觉得只要自己用心地做，反而会左右逢源，越做越觉乐趣，越做越起劲，这倒也验证了我的一句口头禅“习惯就好”。其实，我也明白要在社会上立足并不是那么简单的事情，尤其是当今这个社会。此刻的竞争是何等的激烈啊，企业对员工的综合素质和技术要求越来越高，再者，社会不会要一个一无是处的人。所以我们要更加充实自己，尽量提高自身的技术水平和劳动素质，这样才不会被社会所淘汰。毕竟，物竞天择，适者生存，不适者淘汰。我们只能改变自身去适应社会，而不是让社会来适应我们。

同时，这次实习也带给了我诸多不同以往的感受。以前在校学习时，我总是认真负责地做好每一件自己该做的事，应对疑惑，总是力争得到一个满意的答案。原本以为自己学到手的这些知识已经够用了，可真正到了实习的时候，才明白自己要学的东西还很多，要走的路还很长，不能只安于现状，必须要奋勇向前。其实，人就是在不断前进中成长起来的，虽然会有很多坎坷，但总会有办法解决。做人不怕失败，就怕失败后无法再站起来。必须要相信自己，因为我总是对自己说“勇敢点，挫折怕什么，风雨过后必须会有彩虹”。我相信，只要自己克服成长中的困难，坚定不移地朝着自己奋斗的目标前进，明天必将会更加完美!

透过这次的实习，我也慢慢体会到了工作中的酸甜苦辣，这时才蓦然发现自己很幸福。因为自己还在学习阶段，还活在完美的象牙塔里，还没真正地接触社会，没真正地了解到工作的难处和辛苦。仔细想起来，觉得此刻的自己还真幸福，

能在这么好的环境下安心读书，一心一意为以后的工作打下基础。真的很感谢荣县林源商贸有限职责公司给了我这一次实习机会，给了我一段终生难忘的经历。

有人说:当你情绪愉悦时，时光总会流逝的很快。结果，22天的实习生活似乎在转眼间就结束了。透过这次社会实践活动，我学到了很多，也懂得了许多。在生活上，我懂得花钱容易挣钱难，以后该节约的地方就必须要节约。在工作上，我的专业知识有所增长，实际动手潜力有所提高，这对于我未来将会有极大的帮忙。在日后的学习生活中，我会更加地努力更加地刻苦，认真学好专业技能，多多参加社会实践活动，为以后踏进社会工作做好铺垫。我明白，机遇只偏爱有准备之人，只有胸怀会当凌绝顶的壮志，拿出百尺竿头更进一步的干劲，透过自身的努力，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，扬起理想的风帆，顺利驶向成功的彼岸。

大学生实习收获感悟心得体会范文5

经历x个月的实习终于结束了，在_公司工作的这段时间，我和公司的职工及领导都相处得非常融洽，大家对我也关心，时常给我鼓励和帮助;我工作的时候也是认真谨慎，不仅顺利完成工作任务，工作之余还经常总结经验教训，不断提高工作效率，虽说工作中我也会犯一些错误，从而受到领导批评，但我认为这些错误和批评是能极大的促进我的工作热情，让我能在以后的工作中更加的谨慎和小心，提高工作效率。

在和大家工作的这段时间里，他们严谨、认真的工作作风给我留下了很深刻的印象，我也从他们身上学到了很多自己缺少的东西。这次实习虽然有酸甜苦辣，却让我在社会中学到了很多学习期间无法了解的社会经验，这对我来说是最宝贵的东西。

这次实习我总结了以下几条经验，在以后的生活中如果能够

更好的总结和应用这些实践经验，将会使我在以后的人生道路中受益匪浅。

一、在与别人打交道时一定要积极主动

我自己本身是个相对比较内向的人，不擅长主动和别人交流打交道，在此次实习中我也发现了自己的不足和缺点。比如在刚开始实习的几天内，我比较怯生。起初和公司的几位同事打过招呼后就没在说什么了，下班后也是一个人玩手机，没有主动和大家进行沟通。

由于和他们年龄有较大差距，怕跟他们交流不来，也因为不了解工作环境和工作流程不能很好的交流和沟通。我也认识到了自己沟通上的不足，面对沉默不语的尴尬，自己有责任和义务去与别人主动交流。在公司里一个新的职工到来时很平常的，老师傅们也没有必要主动和一个新职工主动打交道，这时候你就应该主动去和别人交流，介绍介绍自己啊，拉拉家常，关心一下工作啊，都会让大家认识你，了解你，对你留下良好的印象。

在后来的实习中慢慢的在一起时间久了，大家也就对彼此多少有些熟悉了，渐渐地能和大家一起愉快的交流，就是出于自己的积极主动。

在工作的时候同样也要积极主动地和别人交流。在今后的社会工作中，工作不再是一个人所能完成的，那是几个人或是一个团队的工作，而且你还必须去帮助别人或是接受别人的帮助已完成工作，就是的团队合作的精神。因此你不能期望你自己一个人就能完成任务，或是看到别人有困难也不去帮助。虽然此次我是来实习的，由于开始对生产的不了解以及专业知识的不熟悉，只能够在领导的安排下进行一些相对简单的工作，但是我也很积极地去帮助别人完成自己力所能及的工作。

就比如在实习中，在我提前完成领导分配的任务后，我就常主动询问周围的员工有没有需要帮忙的，有时候别人也不好意思麻烦我，我就主动承担他们的工作。这样子不仅锻炼了自己，帮助了他人，还融洽了你与别人之间的关系，在今后的工作中人家也更乐意与你交往了。

二、工作时一定要一丝不苟，认真仔细

一个职员在公司的大部分时间都是在工作的，这就要求他在这段时间内一定要小心谨慎，一丝不苟，不能总是出错。有时候一个失误不仅仅使你自己的工作进程受阻，还会影响他人的工作，化工生产的任何一个环节出错就会影响下面的工作，严重点就会造成很大的经济损失。老板也会批评责备甚至处罚，因此认认真真地做每一件事情就显得尤其重要。

为了不使自己的努力前功尽弃，我们在刚开始工作的时候一定要慎之又慎，对自己的工作要十分重视，工作结束后一定要检验自己的工作结果，以确保自己所做的万无一失，时常应该反省自己最近一段时间的工作情况。在你对工作开始了解并熟练后，你会发现自己已能不用检验就能保证工作的质量了。虽然如此，也不能骄傲，不能对自己有所懈怠，还是要对自己的工作认真对待，以免造成失误。

就像我在工作的时候，也犯下了不少错误，虽然多数不是很严重的错误。比如说领导交给我的生产任务，我在流程中添加固化剂时未等温度降至60℃以下就加入，导致白乳胶浓度不足。

领导批评了我，我也为自己的错误懊悔不已。还有一次是将两种原材料顺序加反，还好是两个辅助材料对产品质量影响不大，都是自己大意所造成的。这次的失误又一次给我敲醒了警钟，要是经常不注意自己的工作，可能会造成更严重的损失。

三、在工作岗位上一定要勤于思考，不断改进工作方法，提高工作效率

公司的日常工作都会比较繁琐，而且几天下来也会比较枯燥，就是需要你多动脑筋，不断地想方设法改进自己的工作方法，寻找或是设计简捷的流程，提高工作效率，减少工作所需时间。实际上勤于思考在工作中是很重要的，在思考如何提高工作效率的同时，自己也能够学到更多的知识，掌握更多的技能。

当你在较短的时间内就完成了自己的工作，你将留下更多的时间去放松，去学习，去和别人打交道，这对你来说是百利而无一害的。

我个人是一个比较喜欢创新的人，在工作的时候不喜欢单调、枯燥、机械的处理任务，因为本来这类任务的处理是有规律的，完全不需要重复地做，如果动一动脑筋使用批处理或是其他方法就能大大减少处理的过程和步骤，从而减少工作时间，提高工作效率。

就比如我在实习的时候，第二个反应釜升温时，以前做法是升温锅炉能加满冷水重头开始烧水至沸腾，再利用蒸汽加热反应釜。改进方法是在第一个反应釜加热完毕后，加热锅炉内分多次加入冷水，保持总有足够的气压用。

对加热过程进行了优化，提高了工作效率，减少了工作时间。同时我也充分使用时间差来提高自己的工作效率，使工作进程提高很多，减少近一个小时的工作时间。

四、要有丰富而扎实的专业知识和专业技能，这会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非常熟悉，对自己业务所在范围内的业务技能也要熟练

的掌握，这样你才算是一位合格的工作人员。在工作的时候，拥有丰富专业知识和较高业务水平的你将会发现自己在工作时左右逢源，在处理各种难题和困难都能迎刃而解。

在经历了大学三年的学习后，我自信自己已掌握了一定化工专业的知识，可是到了公司实习后，我才发现自己离专业工作还有一些距离，且不说自己所学的都是些基础、皮毛，就是在应用方面，飞速发展的科技已经把很早之前的理论给湮没了。当发现自己的知识已不能做为自己的资本时，我更深刻体会到专业知识和技能在工作中的重要性。

同时在工作中公司还会经常进行操作技巧交流等，就像在我实习过程中就有客户来公司提货或者询问一些困难的解决办法。客户提出的看似普通的问题，实际上是操作人员经常遇到而且很重要的内容，甚至是一些日常工作的死角，必须掌握了业务知识才能顺利回答这些问题。一个人的内在素质在工作中可是非常重要的。

在四个月的实习我还了解和总结了一些关于公司管理的小经验，对于小公司的类似家庭作坊的管理不是最重要的，重要的是给员工合理分配任务，而不是规定性的死任务。让员工能够靠团队合作完成生产。对于正规化的大公司管理就必须明确，规章制度要约束到每个员工，让大家能在一个良好的环境下积极主动的工作。

对于一个企业来说员工是企业的灵魂，因为所有的产品都出自员工之手，所以作为管理者不要总是忽略了企业的灵魂。对员工要多奖励，少惩罚;多关心，少冷漠;多体谅，少埋怨，多鼓励，少责骂。让员工每天都一个良好的精神状态去工作，这样员工有才能更加认真负责的圆满完成任务。

此次实习体会很深，不管是对专业知识、实际操作技能、人际交流、企业管理等等方面都学到了许多。从中了解了很多道理，也总结了很多小经验，这些都是在学校无法学到、看

到、体会到的。

虽然实习结束了，但这仅仅是我的社会生涯的开始，我会从此次实习中吸取经验教训，认真规划我的人生，让我在将来的人生道路上越走越好。

大学生实习收获感悟心得体会范文

校外实践心得体会篇五

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，然后再给我们狠狠一击。

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，你的日子数到哪里啦!”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!

大学生毕业实习心得感悟范文5

我觉得实习主要是为了我们今后在工作及业务上能力的提高起到促进的作用，增强了我们今后的竞争力，为我们以后立足增添了一块基石。老师也给了我很多机会和甲方交流，使我懂得了很多将来从事设计工作所要面对的问题。这次实习丰富了我在这方面的知识，使我向更深的层次迈进，对我在今后的社会中立足有一定的促进作用，但我也认识到，要想做好这方面的工作单靠这几天的实习是不行的，还需要我们在平时的学习和工作中一点一点的积累，不断丰富自己的经验才行。我们面前的路还是很漫长的，需要不断的努力和奋斗才能真正地走好。

通过这次实习，我还有一个感悟就是建筑行业是一个非常具有挑战性的职业，没有真本事是不行的。为了以后能够胜任这项工作，现在就必须踏踏实实的学好每一门功课。建筑行业也是一个涉及人非常多的行业，你将会接触到各种各样的人。面对这样一个复杂的交际圈，你可以从他们身上学习到很多优秀的多西，去除自身的一些不好行为，同时也可以通过接触不同的对象，增强自己的交际能力，让自己在以后的生活中更加自信，更加坚强!实习结束了，我相信在以后的生活中我将体会到更多的东西，也相信自己在下一次实习中将会更好。

我坚信通过这一段时间的实习，所获得的实践经验对我终身受益，在我毕业后的实际工作中将不断的得到验证，我会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践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。为实现我的理想和光明的前程努力!

2021年大学生毕业实习心得感悟范文

校外实践心得体会篇六

在熟悉了校园环境和住宿环境之后，我们开始融入到教学环境之中。早起起来我们就一同来到主管教学的主任办公室，听主任给我们简单介绍了学校的教学环境以及教学任务之后，我们分别找到了自己的指导教师。老师们见到我们十分热情，让我感受到了家跟集体的温暖。

第一次以老师的身份坐在办公室的椅子上，心情既激动又很忐忑，深知自己肩上的责任以更重了一些。我翻看了学生们的寒假作业，才发现自己与那个时代已经离的很远了，有一种既陌生又熟悉的感觉。熟悉的是自己曾经经历过那个年纪，往事都历历在目；陌生的是时间过去了那么久，如今又以另外一种身份重新看待这份东西，自然而然的产生一种距离感。

我的指导教师告诉了我讲课的进度，让我提前做个准备，看一看书，然后跟着她去听课，第一节课听的是《登高》这篇课文。我跟随着指导教师进入班级，当时心情十分紧张，但是令我意外的是推门进去的那一刹那，学生们给我的反应十分欣喜和欢迎，让我有一点“受宠若惊”的感觉，也让我心里的一块大石头沉了下来。我的指导教师讲课特别细致，每一个知识点都讲得通透、易懂，使用的教学方法主要采用传统的教学模式，十分经典，学生们“消化”起来也比较容易，这一点值得我去好好学习、好好钻研。这里的学生刚入学时的基础稍稍薄弱一点，所以讲课的进度要稍微慢一点，以便

学生们更准确的理解分析手法；朗读并且背诵全诗；把这首诗的四联分别翻译并且分析意象、意境、作者所表达的情感等等；重点分析关键字词，包括含义和特殊用法；整体概况全诗，通过写某种意象，表达了作者某种情感。这些讲授的内容让学生们对这首诗掌握的更加全面和准确，也引导学生们学会如何分析一首诗歌，为将来的诗歌鉴赏奠定基础。

通过这节课的听课经验，我主要学习掌握到了一首诗歌的讲授方法以及大致的流程思路，为我以后的诗歌教学提供了一个学习的典范。同时我也近距离的接触到了学生们，了解到他们上课的一个大概的状态，让自己有一个心理准备。实战前的理论学习让我受益匪浅！

校外实践心得体会篇七

20_年x月x日，我通过面试进入_x房地产有限公司。实习期间我学到了很多东西，知道了真正工作的状态，赚钱不容易，做好一份工作更不容易埃很感谢_x的同仁们在我困难的时候帮助我，指导我，让我成长。经过这3个月的实习，让我对我的岗位有了初步的了解，对社会有了更好的熟悉，也对自己有了深刻的认识。

一、对_x的印象

_x有限公司，领导有杨经理，蒋经理。对待下属很热情，不懂就指点，这让我感到很亲切□_x给你一个五的家。给人家一样的温暖，多了一份人情味，少了一份世故和冷漠。

二、工作内容

1、第一天过去的时候还是比较紧张的，宿舍是在一个农村改造房租的。第一天上班居然是搬床铺，搬桌子，设立自己的办公室，这让我很诧异。不过毕竟是广东的房地产到了浙江海宁什么都要从零开始。

2、前半个月展点拓客，在临平的沃尔玛商场我们租了一个展点，我们每天都要去那边拓客，填调查表格，放下身段，放下面子，这算是进入社会的第一步吧!

3、谈商家联盟，就是我们要和当地商家们谈交易，我们需要他们的客源，让他们间接帮我们做广告，我们则是在开盘的时候让他们展示自己的商品，设展架。我和谢姐就到临平的江南家具市场找到他们的经理，貌似很谈得来，虽然我只是在傍边酱油了下，但是收益颇多，什么事情都不是那么难的，只要自己去行动就行了。

4、接下来应该是扫街了吧，展点找了很多，但是我们自己还要写报告，写流程，流程的审批还要过很多的负责人，所以我们只能扫街了，这真是很不适应，什么也没有就有那么些单页和问卷，就能让路人帮你填问卷说出自己的电话，姓名这些隐私?这让我觉得异想开?!但是呢，那些销售就不一样了直接就上了，第一天我就算在“观察”中结束可吧，我总结了下销售们也是普通人上去要问卷十个才会有一个成效，但是他们完成了指标，我没有，我明白了点什么。

5、接下来应该是展厅开放的忙前忙后了吧。前期是电话邀约，这也是问卷起到效果的时候了，前期拓这么多客户是多么的重要，电话邀约要多，展厅开放的人才多，那样我们的效果也就达到了，这时候基数就很重要了。一切都是有计划的，才能鼓舞人去努力啊!

6、后期我就主要从事问卷处理的工作了，这下工作还是有点枯燥乏味的，但是每个工作都不是多余的，总要有人去做，就像一位学者说的那样-如果小说里出现了一把枪，拿着把枪必定要有人死。

三、工作感想

1、对自己的对自己的岗位有了初步的认识。我现在的工作都

是为了开盘时候的大卖，销售员则是为了那天接到手软的客户，都是钱啊，这是很诱惑的，但是巨大的成功前的拓客，培养客户都是那么的艰辛需要毅力的事情。看到凌峰的工作状态，使我感触很多。觉得她做什么事都是一把好手。做任何事都很认真，特别的积极向上。也让我明白了，销售员不是简单的在销售展厅介绍自己的楼盘，给客户解决疑惑就够了的，听听电话，发发文件就可以，需要的是毅力，老虎猎肉前期的忍耐。因此，今后我要加强这方面的锻炼与学习。向森达看齐。

2、以往自己有点懒，两耳不闻窗外事。经过同事和领导的帮助，自己渐渐的适应了新的工作环境，也学到了学校书本上没有的知识——与同事相处的方法和积极地工作态度。也学会了主动与同事交流，听取同事对自己的批评和建议。

四、个人收获

这三个月的实习让我收获很多。

1、每次拓客的时候要说的是一个不是一个请求而是一个消息，我们_x来到了_x□要造老百姓们都住的起的超性价比的房子，这时候了解到应该是一种得益，而不是只是为了应付我们，也不是为了参加活动获得的小礼品。这才是一个强大，有实力的公司的职员的一种姿态，我们虽然不需要小蜜蜂，传单什么的都要自己来，但是我们也有我们自己的姿态，带着那份_x的荣耀，全国房地产十强的霸气!

2、对于一些敏感客户，说话要注意措辞，语气。由于我现在对公司情况不是特别清楚，加上经验不足，懂行的客户问起问题来不能有什么个人的以为;承诺，不太清的说辞都是不应该的。我们代表公司的形象，不能给客户不能兑现的承诺。

3、有的时候我太过专注做自己的事，有时也不是太专注，是没有听别人讲电话的习惯。所以有时小于，领导他们打电话

自己也不是很注意。所以会有这情况出现“我刚才打电话你没听见吗?”。所以我又学会了，当办公室来电话时，我放下手里的工作，听听有什么事。这不是什么坏习惯，因为大家的工作都是息息相关的，都有联系。所以很有可能他们打电话的内容会涉及到自己的工作。

5、杨领导给我们讲过一个故事，说有一老板让他的下属去菜市场看看土豆多少钱。他回来了说1块钱一斤。老板问他，土豆还有多少货啊，豆角多少钱一斤啊?他答不上来了。

通过这个故事，我就知道我的工作能力还差得远呢。我要了解的永远不是一个点，而是一个面。我要能举一反三的想到很多问题，因为我的工作职责是助理，所以我更要把领导需要用到的一切信息都搜集齐全。

五、认识自己的不足

经过三个月的实习，收获良多，同时也认识到自己的不足。

1)在工作上，有时比较粗心大意，不够细心，有时干事谨慎有余，以至于缩手缩脚。

一次换标签，我把批号都写成了1-1。纠其原因就是大意。因为大意，没把标签的批号看得重要，只注意别把型号，规格写错，就忽略了批号。没用动脑子。

2)还有就是做事慌。尤其是自己负责，怕做不好，怕让大家着急，结果就自己急了，结果反而做不好了。就像_发货换标签那次，小霍和付师傅等着打包，还有领导看着，心里就慌了，加上是第一次自己做，就慌了。做事慌是因为没有经验，所以没有自信。所以容易出错，而且都是低级错误。我认为这些在后期是可以通过锻炼改正的。

3)有时出错多了，就过分小心了，一点小事也不敢做了，怕

出错。所以有时会事事问，不免有时会让人觉得烦。我觉得这是一个很不好的现象。也是自己的一个弱点。怕挨骂，怕担责任。不过以后我会改进的。没有错误怎么会有改进，不犯错误又怎么知道什么是对的。不挨骂就更不知道自己错在哪，更不会对自己有全面的认识。

5)做事缺乏主动性。领导说一句就做一句。前一秒钟提统计数据，就去找数据，记录，做表。别的，以前的就不管了。后一秒钟提领物料，就跑去一领物料，就不管统计数据。这也是一个不好的习惯。以后改，一定改。

六、今后努力的方向

1、加强自身的修养，知识，在各种场合都能搭得上话，入得了别人的话题

2、学习更多知识。艺多不压身，各个行业都是相关的。对自己的工作也会有所帮助。

3、爱岗敬业。向小于学习，把公司的事当成自己的事，做事细心，用心。

4、做事细心，谨慎，踏实。避免低级错误的发生。

5、提高工作主动性。对工作投入。

通过三个月的实习，我有付出也有收获，在领导和同事们的指导帮助下，我已适应了公司的工作环境。我清楚的感觉到自己在成长、在成熟。但同时，也深深的体会到众多的不足，如由于工作时间不长，对待自己的工作并不是很得心应手及由于自己年龄轻，在开展工作时有时缺乏魄力等种种问题。在今后的工作中，我会继续保持良好的心态，摆正学习者的位置，努力学习工作，勤于思考，找出不足，进一步熟悉公司业务，针对性深化理论学习，并加强锻炼独立完成指标的

能力，争取实现“质”的飞跃，为企业的发展做出自己的贡献。

校外实践心得体会篇八

大学生只有不断学习新的知识，不断的用知识来武装自己的大脑，才会更好的工作。大学生学习新知识的最好方法就是去参加实习或者社会实践，下面小编整理的关于大学生认识实习感悟及心得体会，欢迎阅读参考!

两个月的实习瞬息即过，本站为大家带来这篇实习，了自己表现，有欣慰也有不足，希望这篇大学生实习总结可以供大家作为参考范例。

认识并融入这个团队，一直是这两个月对自己的要求。学习是拉近距离、融入团队的最好办法，两个月的时间里，在领导和同事的指导下，向行业学习知识，向前辈请教经验，向同事传授工作技巧，正是在这个过程中，认识到自己的弱处和不足，也深刻体会到了团队的力量和魅力。

来见习期间，心境有时还显浮躁，做事偶尔还有粗心;这两点是在日后须牢记心中，并不断努力改进的地方。相信，通过踏踏实实做事，谦虚低调做人，并在领导和同事的帮助下，自己会在中粮得到很好的成长，也会为大中粮的发展贡献自己的力量!和不足，也深刻体会到了团队的力量和魅力。

在学习中做事。任何细节都有它的专业规律，任何人都有其独特比较优势;养成个性谦虚才能不断进步，踏实肯干才能表现专业。在中粮见习的期间内，努力做好任何一件事情，用心记录每一个积累。在人力资源部期间，与同事一起完成集团军转干招聘、特贴申报、京外调干、档案数据完善等工作;在小麦加工事业部期间，负责文件取放，并与同事一起编写单元20xx年度战略规划。通过踏踏实实的做事，让自己有了

进步的机会，也让自己感受到自己的价值所在。

时间过得真快，一转眼间三四天的实习时间就过了。在这段时间里，我学到了很多在学校了学不到的东西，也认识到了自己很多的不足，感觉收益非浅，以下是我在实习期间对工作的总结以及一些自己的心得体会。

作为一名刚刚接触专业知识的大学生来说，如果在学习专业课之前直接就接触深奥的专业知识是不科学的，为此，学校带领我们进行了这次实习活动，让我们从实践中对这门自己即将从事的专业获得一个感性认识，为今后专业课的学习打下坚实的基础。实践是大学生活的第二课堂,是知识常新和发展的源泉,是检验真理的试金石,也是大学生锻炼成长的有效途径。一个人的知识和能力只有在实践中才能发挥作用,才能得到丰富、完善和发展。大学生成长,就要勤于实践,将所学的理论知识与实践相结合一起,在实践中继续学习,不断总结,逐步完善,有所创新,并在实践中提高自己由知识、能力、智慧等因素融合成的综合素质和能力,为自己事业的成功打下良好的基础。

首先，我想谈一下实习的意义。

实习是一种对用人单位和实习生都有益的人力资源制度安排。对接受实习生的单位而言，是发展储备人力资源的措施，可以让其低成本、大范围的选择人才，培养和发现真正符合用人单位要求的人才，亦可以作为用人单位的公关手段，让更多的社会成员(如实习生)了解用人单位的文化和理念，从而增强社会对该组织的认同感并赢得声誉。

对学生而言，实习可以使每一个学生有更多的机会尝试不同的工作，扮演不同的社会角色，逐步完成职业化角色的转化，发现自己真实的潜力和兴趣，以奠定良好的事业基础，也为自我成长丰富了阅历，促进整个社会人才资源的优化配置。作为一名学生，我想学习的目的不在于通过结业考试，而是

为了获取知识，获取工作技能，换句话说，在学校学习是为了能够适应社会的需要，通过学习保证能够完成将来的工作，为社会作出贡献。然而步出象牙塔步入社会是有很大落差的，能够以进入公司实习来作为缓冲，对我而言是一件幸事，通过实习工作了解到工作的实际需要，使得学习的目的性更明确，得到的效果也相应的更好。

再次，我要总结一下自己在实习期间的体会。

一是自主学习——工作后不再象在学校里学习那样，有课堂，有作业，有考试，而是一切要自己主动去学去做。只要你想学习，学习的机会还是很多的，老员工们从不吝惜自己的经验来指导你工作，让你少走弯路;集团公司、公司内部有各种各样的培训来提高自己，你所要作的只是甄别哪些是你需要了解的，哪些是你感兴趣的。在我们实习的单位里，我就遇见了几个非常和善的老员工，只要问他们的是技术上的问题，他们都会一一作答，使我了解到，原来理论跟实际是有很大的差距的。 二是积极进取的工作态度 ——在工作中，你不只为公司创造了效益，同时也提高了自己，象我这样没有工作经验的新人，更需要通过多做多问来积累经验。特别是我们的工作并不象正式员工那样有明确的工作范围，只是自由观摩，如果态度不够积极就可能没有事情做，所以平时就更需要主动争取多做事，这样才能多积累多提高。三是基本礼仪 ——步入社会就需要了解基本礼仪，而这往往是原来作为学生不大重视的，无论是着装还是待人接物，都应该合乎礼仪，才不会影响工作的正常进行。这就需要平时多学习，比如注意其他人的做法或向专家请教。四是为人处事——作为学生面对的无非是同学、老师、家长，而工作后就要面对更为复杂的关系。无论是和领导、同事还是客户接触，都要做到妥善处理，要多沟通，并要设身处地从对方角度换位思考，而不是只是考虑自己的事。

我想，通过这次实习让我认清了自己的很多不足和缺点。

第一个就是缺乏工作经验。因为自己缺乏经验，很多问题而不能分清主次，还有些培训或是学习不能找到重点，随着实习工作的进行，我想我会逐渐积累经验的。第二是工作态度仍不够积极。在工作中仅仅能够完成布置的工作，在没有工作任务时不能主动要求布置工作，若没有工作做时就会松懈，不能做到主动学习，这主要还是因为懒惰在作怪，在今后我要努力克服惰性，没有工作任务时主动要求布置工作，没有布置工作时作到自主学习。第三是工作时仍需追求完美，在工作中，不允许丝毫的马虎，严谨认真是时刻要牢记的。第四是学术上不够钻研。这是由工作性质决定的，也是我自己选择的，因为在我看来，只有被市场认可的技术才有价值，同时我也认为自己更适合做与人沟通的工作。但我毕竟是一名专科生，需要作一些基本的实际工作，这就需要我个人多关注科研的最新进展，同时，这也对我的工作有促进作用。

扎实的专业知识是提高工作水平的坚实基础.

在学校学习专业知识时,可能感觉枯燥无味,但当工作以后,才会发现专业知识是多么的重要.如我学的电控技术.机械原理,液压与制动,汽车构造这些是必须知道的,因为在日常工作中要处处用到.但我要想提高我的工作效率,工作质量,这些知识只是知道是远远不行的,而是要精通.做为生产技术,在汽车公司来说就是设备方面的权威,若没有扎实的机械知识,在这方面你怎能服人那?遇到设备问题怎能快速有效的解决呢?工作中不但要有良好的工作态度,而且要有很好的表现力.中国有句俗语:"踏踏实实做人,老老实实做事."在今天,只是老老实实,勤勤恳恳做事是不够的,你还要学会适时地,恰当地表现自己.让老板知道你做了什么,让老板知道你的存在是必要的!这样你才有发展的的可能,别人才会认可你,承认你!团结协作,善于沟通.团结协作指的是部门内部.你这个部门肯定不止你一个人,作为部门担当,你若想把本部门的事做的出色,那你必须把部门成员团结起来,发挥集体的力量,那样才能事半功倍!虽然我们这次的实习没有考虑这些，但我想这些都是在今后的工作学习中都非常必要的。善于沟通是指部门之间.任何一

个公司都是由众多部门组成的. 部门之间的沟通是必要的也是必须的. 总之，用知识武装起自己来，学会做人，学会做事。你才能成功!

我坚信通过这一段时间的实习，从中获得的实践经验使我终身受益，并会在我毕业后的实际工作中不断地得到印证，我会持续地理解和体会实习中所学到的知识，期望在未来的工作中把学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作中来，充分展示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而努力。在这半周的时间里，我受益非浅。我在那里不仅学到了许多关于专业的知识，最重要的是进一步体会到了做人的原则。公司的宗旨是：规规矩矩做人、踏踏实实做事。在去公司的第一天，老师们就教导我们做人一定要正直、要实事求是，诚以待人，人品对一个人来说非常重要的。我充分的体验到了你如何待人，他人也会如是回报。总之，在公司的半周时间里，我们脱离了学校的庇护，开始接触社会、了解我们今后工作的性质。不但增长了专业知识，还学习到了不少为人处是的方法。

十几年的学生生活，即将划上一个句号。

在公司实习的这段时间，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。这半周，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，因为我明白了何谓工作。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。

感谢学校给我们这次宝贵的实习经验，同时也要感谢老师对我们的细心指导。本次实习所学到的这些知识很多是我个人在学校很少接触、注意的，但在实际的学习与工作中又是十分重要、十分基础的知识。通过本次实习我不但积累了许多经验，还使我在实践中得到了锻炼。这段经历使我明白了“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”的真正含义----------从书本上得到的知识终归是浅薄的，未能理解知识的真谛，要真正理解书中的深刻道理，必须亲身去躬行实践。

这个寒假在法院进行了一个月的实习，最让我印象深刻，或者说是受益匪浅的，就是对于沟通技能的锻炼。与之前暑期在联通的实习经验不同，在联通时由于很多是技术层面的活，所以更多的是手把手教之后反复锤炼的耐心。而法院的工作不同，法院的工作(在属于实习层面的我来看)是比较容易的，但是很多时候导师往往只是指一个大致的方向，把你实习可能需要的只是一股脑的全部讲给你听，然后就放手你去做。你不可能在没人带你的情况下只听一次就毫无问题的把事情全部做完，这种时候，你就需要去寻求他人的帮助，而沟通技能便显得尤为重要。

以打印文书为例，法院是审判案件的地方，那么审判文书的打印便是最基本的一项。文书打印需要前往三个不同的房间，有着三个步骤：排版校对、打印、盖章。第一次傻傻的拿过去，叫了一声“老师好”(法院对年纪较大又没特定职位的统称为老师)就放到其中一位老师的面前，然后我就一直等着。

可是等啊等啊一直没好，当我忍不住想去询问时，一位女实习生跑了进来，叫了一声“姐姐好”，然后那位负责排版的“姐姐”就愉快的先给后来的这位女实习生排版了。当然，我并不是赞扬这种行为，但是很多时候有一张甜嘴确实能给自己带来很大的便利。以最简洁的方式取得最好的效果，嘴巴往往起着不可思议的作用。 用一声尊称来打开局面，然后一点一点与人交流沟通来完成使命。领导力其实并不是那么玄妙的东西，在经过你的仔细思考后，领导力其实就在你的

一举一动之中，而你也可以从日常的小事之中获得领导力所带来的好处。

本次实习要说不满的话倒也有一点，虽说实习就应该从小事做起，但只做小事却是很难获得大的效果。法院实习最终所做的基本都是文秘方面的工作，虽说能通过看文书或是看审判来获取一点经验，但还是希望能有更多一点关于法院工作的经验。用人单位在用实习生时往往只是视为劳力苦力搬搬东西，而往往忽视了挖掘实习生更深的潜力，给予实习生更多的机会。所以在我看来，实习确实要从小事做起，一点一点积累经验，但用人单位只给小事确实很难激起再次前往该处实习的兴趣。

综上，有好有坏，有所得有所失，一个月的实习其实算不得什么，但是这段实习经验也的的确确在我的人生之中留下了一笔，刻在我的脑海之中。