

# 2023年工地实习心得体会收获(汇总8篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。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。

## 工地实习心得体会收获篇一

毕业季，对我们大多数将走入职场的大学生来说，承担的首个社会实习较为关键，既可以实践所学，锻炼自我，也有可能为将来的职业发展做好铺垫。作为一名车工专业的学生，我有幸选择了校外实习为期一个月的机会，十分期待在企业中的实际操作经验。在开始实习前，我认真准备了相关的资料，并努力提高自己的技术水平，为实习做好充分的准备。

### 二、实习中的收获

在实习的过程中，我主要负责各种车床的操作与维护工作。刚开始的时候，我对一些机械设备的使用还不熟练，常常出现操作失误，但是企业的老师和同事们都非常耐心地教我。通过不断练习和实践，在实习的过程中，我逐渐熟悉了车工操作的流程，掌握了不同工件的车削参数和精度要求。同时，我也了解到了企业生产过程中的工作原则和标准操作流程，学到了很多实际应用的技巧和经验。在实习结束时，我能够熟练使用各种车床进行车削加工，维护设备的常见故障，并且能够根据不同工件的要求进行合理的加工方案。

### 三、实习中的困难与挑战

在实习过程中，我也遇到了一些困难与挑战。例如，有些工件的形状较为复杂，对我来说很难掌握其加工精度和加工工艺；有时由于车削加工对工件材料的选取和处理要求较高，

我需要反复研究和实践才能找到最适合的操作方法。此外，由于车床操作涉及到精细度和精度要求较高，我需要时刻保持警惕，防止出现操作上的失误和意外发生。但这些困难和挑战也使我更加努力，不断学习和提升自己，同时也学会了合理安排时间和应对各种突发状况。

#### 四、实习中的收获与反思

通过这次实习，我收获了很多。从实践中，我进一步了解到了车工专业的实际操作难度和要求，同时也发现了自身在技术和经验方面的欠缺之处。通过与企业的老师和同事的交流与互动，我不仅提高了技术水平，还学到了很多职场经验和人际交往技巧。在实习过程中，我也逐渐增强了自信心，明确了自己在此领域发展的目标和方向。同时，我也在反思中意识到了学习的重要性，只有不断学习和实践，才能在未来的职业道路上不断发展。

#### 五、实习结束后的感悟

实习结束后，我在心里埋下了对车工专业的热爱和向往，也对自己在实习中的收获感到非常满意。通过实践，我确信了自己对这个领域的适应性和潜力。同时，我也认识到了现实与理想之间还有一定的差距，我需要继续努力学习和实践，提升自己的专业能力与素质，以适应日益发展的行业需求。我相信，通过这次实习的经验和心得，在未来的职业道路中我会更加坚定地走向成功，并为企业和社会做出更大的贡献。

总的来说，这次车工校外实习为我提供了一个宝贵的机会，让我在实践中磨砺自己，并为将来的职业发展提供了坚实的基础。我深感荣幸和感激能够有这样一次实习的机会，我会永远铭记在心，并将其成为我未来努力奋斗的动力。同时，我也希望能够将自己在实习中所学习到的知识和经验，与同学们分享，互相促进，共同进步。

## 工地实习心得体会收获篇二

实习是一场前往社会的实习，是我们前往校外环境的一次旅途。作为一名大专的，我一直在十分期待这能在社会的环境下发挥自己这几年来的学习收获。为此，在学习中除了学习掌握专业的知识以外，也一直在关注着社会环境中大学生的就业状况，了解社会的发展。

但所谓：“百闻不如一见”，在经历了这次的实习经历后，我自身也收获了许多实践的体会和感受，现将自己的实习心得记录如下：

虽然来到了陌生的社会环境下，但我始终保持着对自身的积极和好奇心，对于社会中的新奇事物总是仍不住想去尝试和体会。为此虽然带来的不少的麻烦和辛苦，但也让我在社会中充实的体会了一番，并认识了很多校园中没有的知识和经验。此外，在社会生活中也没有了过去校园中那么多监督我们纪律的人。为此，我竟一时间忘了自己的责任和日常的习惯。这样“自由”的感觉不仅扰乱了我的生活，也让我意识到自己必出在这个社会中学会自律，加强了对自己的管理能力和责任态度。

进入社会后，我加入了许多新的环境，尤其是在自己的住所和工作环境中，我认识了很多新朋友、老前辈……从这些经历丰富的社会人士身上，我充分的吸收了工作的经验，锻炼了自己作为实习新人的工作能力、业务责任心以及在社会生活中的应变经验。这些前辈们身上累积的知识和经验都是他们通过时间和社会体验收获的智慧，在他们的指点下，我的能力也得到了巨大的改变。

通过真正体会工作的经历，我首先从自己的实习岗位中认识了自己的“不足”！过去我总觉得只要学好大学的专业知识就算面对社会的工作也不会迷茫。但真正的经历了社会工作的时候，我却仍然感到手足无措，这让我真正体会到自己和社

会的差距。但同样，经历了这样的体会让我在工作岗位上也收获了不少的经验和专业知识。工作的体会虽然辛苦，但收获时的喜悦也同样让人难以忘怀。

回顾实习，虽然生活和，目标都发生了许多变化，但前进的道路仍然是不变的。我会继续在社会中贯彻积极努力的道路，让自己能在心的环境中也取得积极的进步和成长！

## 工地实习心得体会收获篇三

回想起从刚进入大学到现在，这一路走来我最大的感受就是自己成熟多了。年幼时渴望长大，但那仅仅是单纯的年龄上的成长，而现在更深层次的是指导思想上、行为上的成长。每个人成长的方式不可能完全一样，但相同的是我们都体会到了成长的快乐。在生活中体验着成长的艰辛，在收获中体验着成长的喜悦，也许人的一生大多是由酸甜苦辣交织，喜怒哀乐相汇，苦中有甜，甜中有苦，笑中有泪，泪中有笑。就是这些造就了丰富多彩的人生，人生体验多，财富亦多，各种滋味都品尝过了，各种感觉都体验过了，才能真正认识到人生的丰富。我渴望着丰富的人生阅历，我渴望品尝到成长的快乐。

出来社会大半年，已经是半个社会人了。不能再向学生那样，某些时候可以随心所欲。校外企业顶岗实习，为我们提供了一个很好的实践机会，可以让我们更好的把理论应用于实践，在实践中领悟理论，更可以学习到很多书本上学习不到的、甚至比理论知识更实用的业务知识。而且，这些实习经验，无疑是我们毕业后就业的一大筹码，我们与其他大专生相比，就赢在了起点上！作为一个成年人，作为一个社会职业人，任何时候都要守规矩，做好自己的本分，承担起自己所需要承担的责任。如失败的沮丧、自我成长的喜悦、温馨的工作伙伴、值得感谢的客户等等，这些都是工作成功者必须体验的感受和必备的财富。如果每天怀着感恩的心情去工作，在工作中始终牢记“拥有一份工作，就要懂得感恩”的道理，你

一定会收获很多很多。在你收获很多很多的同时，你会发现自己已经在锻炼中变得勇敢，坚强，乐观，豁达。这样的你，是不断前进的走在成功的路上的。在这次实习中，我学到的最多的就是如何在社会中，工作中与人相处。

想要处理好自己的人际关系，首先就是懂得合作和分享，即多跟别人分享看法，多听取和接受别人的意见。这一点做到了，无疑推动了我的工作顺利进行，而且还能获得同事的接纳和支持。其次就是微笑，我认为微笑可以使同事间由陌生而熟识，这样工作也不再那么枯燥。再者，要多听，听办公室里同事们谈谈生活的趣事，办公室的趣闻，偶尔还略谈公事，由于我只是个实习者，我没有资格给他们更多的意见，于是我就选择聆听，他们都是专业人士，经验比我丰富，从中我可以学到一些技巧，听听她们处事的方法和对待事物的态度，有时我会恰当地加点个人意见，使得我和她们的距离拉近了。

人要在社会上立足就要靠这种或那种的关系联系着的，其次是如何了解人，如何与人相处，如何使人喜欢你，如何使别人想法同你一样。如果和同事不能好好相处，就等于把自己排斥到这个公司之外，无法投入工作，没有一个轻松友好愉快的心情，就会严重降低办事效率。因此传统的纸上谈兵已经不能适应社会和行业对于应届毕业生的严厉要求，在实习期间，由于所学知识与实践的差距，我只能从事一些琐碎的日常事务，但是领导和同组同事给了我很大的帮助和支持，使我在这次实习中学到了很多知识，也发现了自身的不足，公司老师们认真、严谨的从业风格，冷静、执着的思维方式，亲切友善的待人接物，和谐友爱的工作氛围等，给我留下了很深的印象，这些收获将会使我终生受益。同时我也意识到很多在书本上或老师讲课中自己忽略了的或有些疑惑的地方，从实际观察和同事之间指导中得到了更多的宝贵的经验。

一个设计团队是否优秀，首先要看它对设计的管理与分配，将最合适的人安排在最合适的位置，这样才能发挥出每个人

的优点;团队精神非常重要，一个优秀的设计团队并不是要每个人都非常的优秀，这样很容易造成成员之间的意见分歧。所以在共同进行一个大的策划项目的时候，设计师之间一定要经常沟通、交流，在共同的探讨中发现问题、解决问题。在共同商讨的过程中很容易就能碰出新的闪光点，使策划项目更加的完备。通过这次实习，在设计方面我感觉自己有了一定的收获。

这次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了促进的作用，增强了我们今后的竞争力，为我们能在以后立足增添了一块基石。实习单位的同事们也给了我很多机会参与他们的设计任务。使我懂得了很多以前难以解决的问题，将来从事设计工作所要面对的问题，如：前期的策划和后期的制作、如何与客户进行沟通等等。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，对我在今后的社会当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这几天的实习是不行的，还需要我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。从学习中也让我更深刻的了解设计行业的个性和潜力。

而作为将来的设计者其中一员，不仅要掌握设计的理论掌握好，更要充分的去认识市场、了解市场。作为一个设计师，要不断地开拓思路去填补设计者与管理者之间的鸿沟，让设计与市场更加融合，使设计更加市场化、市场更加设计化。当然如果能在作图的过程中如果使用些小技巧，也是可以达到事半功倍的哦。如怎样将文字与图片融合在版面中，如文字之间的对比让整个排版更好看，如颜色上怎样使用才会更好看。所以在这里说的只是最近的一些感悟和总结。希望在今后的学习中学习设计师的良好习惯，怎样解决图片与文字的排版，以及文字设计、颜色搭配。这既是一个漫长的过程也是一个积累的过程。

让我在今后的工作中继续寻找设计的快乐吧!通过实习我明白很多，实习对我的整个生活态度产生了影响，我变成一个更稳重，更塌实，更脚踏实地做事情的人，而不是只拥有不现实梦想。这次在公司里工作我学到很多不同专业的知识，当然，这只是巨大领域中九牛一毛的知识。我对当代社会用人单位的看法进行了简略的分析，现在大多数企业都喜欢上手快的员工，“即招即用，能马上为单位创造效益”是目前用人单位的普遍心态。这就对毕业生提出了更高的要求，根据市场需求，有针对性地去学习和打工，通过实践增长本领，是毕业生们不容忽视的。

最后，感谢这一段曲折的时光，感谢我所在的企业，感谢企业领导对我的栽培，感谢我所遇到的同事们，你们一路给我帮助和支持，让我在前进的路上充满着激情和勇气!感谢江西电力职业技术学院，让我在短短的两年时间里认识到很多的良师益友，让我在知识的海洋中不断吸取知识不断的完善自己，感谢院领导们的英明政策，让我有机会将自己所学的知识充分的运用到实践中并在实践中检验所学的真理，感谢各位辅导老师的辛勤付出与教导，给我无微不至的呵护，让我在工作中振作起来并且找到迷茫的出口!

## 工地实习心得体会收获篇四

第一段：实习的目的和背景介绍（150字）

近年来，随着社会的发展和产业的不断壮大，车工这一职业也变得越来越重要。为了提升学生的实践能力和就业竞争力，我校决定组织车工专业学生到企业进行校外实习。我有幸参加了这次实习，不仅学到了许多实用技能，同时也积累了一定的实践经验。以下是我对这次实习的心得体会。

第二段：实习前的准备和感受（250字）

在实习开始之前，我对于这次实习充满了期待和好奇。我提

前了解了一些车工方面的知识和技能，并且提前准备了实习所需的工具和装备。然而，当我真正进入实习岗位的那一刻，我才发现实际操作比理论学习要复杂得多。但是，正是这种实际操作的繁琐和复杂性，让我更好地理解知识的应用和实践的重要性。在实习过程中，我经历了许多挫折和困惑，但也收获了许多成功和成长。

### 第三段：实习中的收获和成长（300字）

在实习的过程中，我深刻地体会到了团队合作的重要性。在车间里，车工间紧密配合，互相帮助，共同完成任务。我学会了与他人沟通和协作，学会了团队协作下的互相信任和互相包容。与此同时，我也学到了许多实用的技能和方法。比如，我通过实际操作了解了各种车床的工作原理和使用方法，提高了自己的操作技能。我还学习到了如何合理安排工作流程和提高工作效率，这对于今后的职业生涯将会非常有帮助。

### 第四段：实习中遇到的困难和解决方法（250字）

在实习过程中，我也遇到了许多困难和挑战。有时候，我会遇到一些我从未接触过的工件，不知道如何操作。还有时候，我会在加工过程中犯一些常见的错误，导致工件质量不合格。然而，我并没有被这些困难打倒，而是积极主动地寻求解决的办法。我向老师和同学请教，寻找相关资料进行学习，并不断改进自己的实践技能。通过不断地努力和学习，我逐渐克服了这些困难，并取得了一定的进步。

### 第五段：实习结束的收获和反思（250字）

随着实习的结束，我对自己的收获和成长感到非常满意。这次实习不仅让我掌握了实用的技能和方法，还让我意识到了学习的重要性。我明白了课堂学习只是理论知识的基础，真正的实践是培养实际能力和解决问题的关键。同时，这次实习还加深了我对于车工职业的理解和认识，让我更加坚定了



继续学习和进修的决心。通过这次实习，我不仅成长为一个更加主动积极的人，而且也更加清晰了自己未来的职业规划。我相信，只有通过实践和努力，才能成为一名优秀的车工，为国家的制造业发展做出自己的贡献。

总结：

通过这次车工校外实习，我不仅学到了许多实用的技能和方  
法，同时也培养了自己的实践能力和团队合作精神。这次实  
习让我更加深入地了解车工职业的重要性和挑战性，使我  
对未来的职业发展有了更清晰的规划和目标。通过不断学  
习和实践，我相信我能够成为一名优秀的车工，为国家的制  
造业发展贡献自己的力量。

## 工地实习心得体会收获篇五

近年来，国家强调技能人才的培养与发展，高职高专院校作为培养技能人才的重要阵地，通过校外实习帮助学生将所学知识运用到实践中，进一步提高他们的实际工作能力。作为一名车工专业的学生，我有幸参加了一次校外实习，这次实习经历让我受益匪浅。以下是我关于车工校外实习的心得体会。

首先，校外实习帮助我巩固了理论知识。在实习的过程中，与老师和同事的交流、学习，使我对车工技术的理论知识有了更深入的了解。我发现，课堂上学到的知识只是一种基础，而在实际操作中经验的积累才是取得技术进步的关键。通过与老师和同事的交流，我对车床的结构、操作方法等有了更加详细和全面的了解，同时也学到了很多实用的技巧和方法。这样的实习经历让我感受到了实践的重要性，增强了我对所学知识的信心。

其次，校外实习让我体验到了真实的工作环境。在校园里，我们很少能够体验到真实的工作环境。但是，在实习期间，

我才真正感受到了车工的工作强度和要求。在车间的实习过程中，我不仅需要保持一定的工作效率，还要适应长时间的站立和重复性动作。在这样的环境中，我真切地感受到了劳动的辛苦和付出的汗水。这让我更加珍惜学习的机会，也对以后的工作有了更为清晰的认识。

再次，校外实习提高了我的团队合作能力。车工的工作需要与他人密切合作，任何一个环节出现问题都可能导致整个工作的失败。在实习过程中，我有幸认识了一群优秀的同事，他们不仅具备了丰富的经验和技能，更以他们的专业素养和工作态度给我留下了深刻的印象。通过与他们的合作和交流，我逐渐明白了一个道理，那就是每个人都有自己的长处和优势，在面对困难和问题时，只有大家紧密合作，互相帮助，才能够取得最好的结果。这样的团队合作精神对我以后的工作和生活都有着重要的影响。

最后，校外实习也让我对未来的职业规划有了更加明确的思考。在校外实习期间，我对车工这个职业有了更加深入的了解，也对未来的发展方向有了更具体的规划。我意识到，作为一名合格的车工，除了扎实的基础理论知识和技能外，还需要具备不断学习和创新的精神。在这个信息高度发达的时代，技术更新速度快，作为一名车工，只有不断学习新技术，用新知识完善自己的技能才能够适应未来的发展趋势。因此，我决定利用实习期积累的经验 and 学到的知识，不断提升自己，为将来的工作做好准备。

总而言之，校外实习是一次难得的机会，通过这次实习，我不仅巩固了所学的理论知识，了解了真实的工作环境，提高了团队合作能力，还对未来的职业规划有了更明确的思考。我相信，通过这次实习的经历，我对车工这个职业有了更加深入的了解，更加坚定了自己从事这个行业的决心。我将努力学习、不断进步，争取早日成为一名优秀的车工。

## 工地实习心得体会收获篇六

实习：顾名思义，在实践中学习。以下本站小编为你带来校外实习心得体会，希望你有所帮助！

认识实习是为了让我们对所学过的各种电气设备有一个感性的直观的认识，从而把书本上的理论和现实中的技术联系与结合起来。

经历一周的认识实习后，思考良多、感触良多、收获良多。认识实习扫清了我们眼前的一些迷雾，让我们把现实看的更清楚一些。这次我们班级认识实习主要是以校内实习的方式为主，其内容包括：观看学习有关电力的录像，到校外实地参观变电站。

作为高压输配电线路施工与运行专业的学生，我们不仅要有一定的理论知识，还要有过硬的身体素质。认识实习的第一堂课，我们认真观看学习了用电安全操作规程，“安全第一”始终牢记在我们心中。通过录像我们目睹了因违规操作所引起的一场场悲剧，深切体会到了学好专业学好知识的重要性。我们学的是高压输配电专业，若不计“安全第一”的原则，不仅会危及个人生命，还会给国家造成巨大的损失。要学会虚心，因为只有虚心请教才能真正学到东西，也只有虚心请教才可使自己进步快。要向有经验的前辈学习，学习他们的工作态度和做事原则。这样能使我们少走很多弯路。

到大园500kv变电站与到官桥220kv变电站的参观实习，给我们留下了深刻的印象。带我们参观学习的两位站长，他们的言行举止展示了优秀电力管理者的风范。两位站长引领我们感性认识各类电气设备线路，介绍了大型变压器，断路器，隔离开关，电流电压互感器，及分析讲解了站内的电气设备主接线。虽然是两个短短的两个半天时间，但是我们从中受益匪浅。

这次实习所学到的和感受到的，将是我们终生受用一笔财富。只要我们用心的发掘、勇敢地尝试、认真的去请教，一定会能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。

我于8月12号从西安坐火车于13号怀着复杂的心情来到唐山，14号正式在唐山冀东乐业维修车间实习。初到这里，这边饮食习惯跟西安差别比较大，住宿条件也不太理想，心中多少有点失落感。但我也做好了心理准备，毕竟我来这边不是为了旅游玩耍，是来实习学东西，条件越是艰苦，就越发要好好实习，好好学东西，不然对不起自己大老远的辛苦的跑过来，也对不起公司的栽培。所以在这边我没有载声怨道，而是默默无闻的向这边的师傅们学习。所以工作热情高涨、积极性很高，为能够多学点东西工作也更勤奋。这边维修师傅人也挺好的，对我也比较照顾，对此我表示感谢。

来唐山至今已有一个来月了，再苦再累都熬过来了，通过一个多月的实习在这边学到了太多太多东西，使我受益匪浅。刚来这边车间里面工作流程跟我在西安工作单位差别比较大，而且从西安来这边的师傅工作经验都非常丰富，而我工作经验比较短，唯一的优点就是理论知识比他们丰富，所以刚来这边的时候压力比较大。但是来了这长时间这种压力渐渐的减轻许多，因为来了这长时间学的东西实在太多，对奥迪车辆的维修流程渐渐的了解和接受。对奥迪车辆的常见维修保养也基本了解，所以回西安工作我也不会因此手忙脚乱。所以来唐山冀东乐业实习收获是极大的，付出是值得的。在此我把我在唐山冀东乐业实习心得和体会和大家一起分享。

首先，这一个来月的实习让我对奥迪4s店特别是冀东乐业维修车间工作流程大致了解熟悉了，特别是从维修车辆进入维修工位开始、经过车辆内外和底盘检查、常规保养维修操作流程、领料流程、打保养表、填写保养表、填写诊断报告书以及交前台跟前台沟通流程、直至最后交质检验车整个流程有了一个清晰的认识和了解。对整个车间的日常运作流程也

大致能够了解。之前我在西安工作4s店跟这边的工作流程模式区别很大，现在对冀东乐业这种工作流程已经深入人心。还有对奥迪车系有了更全面的认识和了解，之前对奥迪车系也知道但只是一点皮毛，现在对奥迪车系的了解更加全面，从奥迪a4□a4l□a6□a6l□a8□q7□以及新款奥迪a5的认识更加深刻，对这些车系的仪表使用□mmi使用更加熟悉，以及对这些车系的维修保养也更加了解，这些车系维修保养相同和不同之处认识也更加全面，比如老款a6清洗喷油嘴跟其他车系不一样，因为老款a6燃油系统有个回油管，所以清洗喷油嘴的时候必须拿一个卡子把回油管卡住，不让清洗液回流，记得有一次师傅没有把回油管卡死，结果几秒钟时间清洗液全部流回油箱了。还有奥迪a6l2.8清洗喷油嘴也很特别，别的车系清洗喷油嘴在发动机里面把进油管接好就行，而这款车清洗喷油嘴须在底盘下面跟汽油滤芯进油管接口接在一起清洗。还有对于奥迪车系每款车机油加入量也有一个大致的了解，对于四缸发动机老款加入量不到4升、新款发动机4升多一点，对于六缸发动机一般都是6.5升左右。还有不同车系加入的机油也不一样，对于进口车奥迪a8□q7加的是高档机油金嘉护机油，记得有次去库房给奥迪a8打料，库房人把机油给错了，给的是奥迪原装机油，结果可想而知，我把机油给加错了。对于这种错误今后我一辈子都不会再犯。

其次通过这一个来月的实习使我的思想感悟极深，使我的工作态度更加端正、提高了我今后工作的责任心，对我今后的职业生涯规划有及其重要的影响。在这一个多月的实习期内我也犯过不少小错误，比如加机油有几次加多了、观擦不够仔细误导师傅工作，现在想起这些错误简直不可思议、不相信自己会犯如此低级的错误，有时候这些小错误会给我这天的工作带来非常不愉快的影响。现在想想其实人都有犯错误的时候，犯错误不要紧，关键是遇到错误要不断的进行自我反省，为什么会发生那样的错误，怎样才能避免发生那样的错误，做到杜绝老错误，尽量避免新的错误的发生。记得我这组吴师傅给了我一句很经典的评价：“你用心去观察去学

习了，但是观察的还不够仔细不够专一”。这句话对我来刻骨铭心，时常在我脑海里荡漾，想想这一个来月犯的错误都可以用这句话来总结了。这句话对我以后的工作包括我回西安工作都将产生重大的影响，它就想一个警钟随时提醒我无论以后何时何地任何工作都要做到用心、仔细、专一的去做工作才能把工作做好，特别是汽车维修，作为一个技术岗位，由于其岗位的特殊性、给人感觉又脏又累，甚至在某些人眼里是很“低卑的工作”，所以要求从事该工作者还要有不怕苦不怕累的品质，以该工作为荣。我虽是一名大学生，我记得教育部部长周济说过一句话“今后的大学生要把自己定位为普通的劳动者”。我一直把自己定位为普通的劳动者，尊重该岗位，工作没有贵贱之分，之前我这种信念不是太强烈，有点轻视汽车维修工作，认为没什么了不起的，只是换件，技术含量不是太高，可来这之后我出现我许多低级的错误才知道想把汽车维修干好不容易，用一句话形容最恰当不过了“看起来简单做起来难”，只有把平凡的工作做好才是不平凡。说到这里我得向冀东乐业维修车间里面的师傅学习，想当初他们能够达到现在的水平他们付出了很多很多，学习他们那种对待工作认真谨慎的态度。庆幸的是我现在明白这个道理，其实应该这样说，之前我也明白这个道理，只是现在用教训明白的更加深刻。所以以后回西安庞大乐业工作我得吸取教训，对于任何简单的工作都得以认真的态度去对待，做到心无杂念，戒骄戒躁。这样才能把简单的工作做好，接着师傅领导都放心把复杂的工作交给我，我的工作能力才能不断得到提高。

## 实习单位简介

中国农业银行是四大国有银行之一，是中国金融体系的重要组成部分。中国农业银行网点遍布城乡，资金实力雄厚，服务功能齐全。中国农业银行五角场支行是坐落在五角场商业区的一个支行，领导杨浦区的各个营业网点。

经过在农行的1个半月的实习，我从客观上对自己在学校里所

学的知识有了感性的认识，使自己更加充分地理解了理论与实际的关系。我这次实习所涉及的内容，主要是第三方存管业务，其他一般了解的有储蓄业务、信用卡业务、贷款业务。工作包括最先简单的录入、统计和后来的前台营销、接待工作。

## 实习内容

在实习的前两个星期，我在五角场支行的电子产品部学习银行的最基本工作，如录入、统计、制表、复核等。通过这些简单的工作，我了解了银行卡业务的基本操作流程，未接触银行工作前看似简单的一张信用卡，是必须经过评估、审核、录入、复核、存档、编制、打印等一系列完整严密的手续才能完成的。当中任何一个环节出了差错，都会带来繁琐的纠正工作。刚开始认为对于简单的电脑操作完全可以胜任的我，慢慢明白，最重要的不是快，而是准。除了银行卡的操作流程，在做一些杂事，如电话联络各所业务人员、大堂经理等工作时，我也深刻体会到银行不是简单的存款取款的渠道，而是一个具有权威性的完整的金融机构。银行的后台业务也包罗万象，每个部门都有自己工作的操作流程，而我这次接触的是电子产品部，主要学习的是第三方存管业务。

经过两个星期的学习，我有幸有机会被分配到黄兴所营业网点进行前台的第三方存管业务处理。每天我和一名银行操作人员还有三名实习生一组人来到营口路上的中心建投证券所，推广第三方存管业务。“第三方存管”是指证券公司客户证券交易结算资金交由银行存管，由存管银行按照法律、法规的要求，负责客户资金的存取与资金交收，证券交易操作保持不变。对于这个国家刚出台的新型业务，我们要做好介绍和营销工作。在证券所，接触到的大部分人都是退休离职人员，年长的不在少数。我们除了需要耐心讲解外，还会根据他们的需要为他们提供各种便利帮助他们申请和使用。介绍、答疑、填表、复印、装订、跑上跑下这些看似简单的活拼凑在一起，比起在办公室里的电脑录入工作可是辛苦多了。不

过这样的“亲民”实习让我学习到了很多，收获颇丰：要做好一份工作甚至一个业务，要从顾客的角度切实为他们着想，要用诚心感动他们，尤其是银行这样一个公立的角色，更要时时以认真严谨的态度要求自己服务大众。

第三方存管作为一个新出台的业务，不仅给了证券市场一股新的气象，也给了我全新的力量，让我收获的不仅仅是简单的业务操作方法，且是工作背后那份深刻的认知体会——该如何做好一个银行人员。

## 实习收获与体会

这次实习，除了让我对农业银行的基本业务有了一定了解，并且能进行基本操作外，我觉得自己在其他方面的收获也是挺大的。作为一名一直生活在单纯的大学校园的我，这次的实习无疑成为了我踏入社会前的一个平台，为我今后踏入社会奠定了基础。

首先，我觉得在学校和单位的很大一个不同就是进入社会以后必须要有很强的责任心。在工作岗位上，我们必须要有强烈的责任感，要对自己的岗位负责，要对自己办理的业务负责。如果没有完成当天应该完成的工作，那职员必须得加班；如果不小心出现了错误，也必须负责纠正。

其次，我觉得工作后每个人都必须要坚守自己的职业道德和努力提高自己的职业素养，正所谓做一行就要懂一行的行规。在这一点上我从实习单位同事那里深有体会。比如，有的业务办理需要身份证件，虽然客户可能是自己认识的人，他们也会要求对方出示证件，而当对方有所微词时，他们也总是耐心的解释为什么必须得这么做。现在银行已经类似于服务行业，所以职员的工作态度问题尤为重要，这点我有亲身感受。

最后，我觉得到了实际工作中以后，学历并不显得最重要，



主要看的是个人的业务能力和交际能力。任何工作，做得时间久了是谁都会做的，在实际工作中动手能力更重要。

因此，我体会到，如果将我们在大学里所学的知识与更多的实践结合在一起，用实践来检验真理，使一个本科生具备较强的处理基本实务的能力与比较系统的专业知识，这才是我们实习的真正目的。

很感谢实习单位给我这个这么好的实习机会，让我学习很多、成长很多、收获很多。

## 工地实习心得体会收获篇七

工地实习，作为大学生们的一种实践活动，是为了让学生们更深入地了解工地工作的实际情况，并提高他们的实际操作技能。在这次工地实习中，我亲身体会到了工地的艰辛和挑战，也对自己产生了深刻的感悟和体会。

### 第一段：工地实习的背景和重要性

作为一名大三学生，我有幸被分派到一家大型建筑公司进行为期一个月的工地实习。这次实习是我大学生涯中的一次重要经历，也是对我知识和能力的一次全面考验。工地实习的重要性不言而喻，它使我能够感受到实际工作中的挑战和困难，也帮助我更好地理解教室里学到的理论知识。

### 第二段：工地实习中的艰辛与困难

工地实习的第一周，我被分配到了一座高楼的施工区域。这里充满了噪音、灰尘和重物，每天的工作时间长达十小时以上，身体和精神上都受到了巨大的考验。此外，由于施工现场的各种设备和材料的使用比较复杂，我经常会遇到一些难题，需要与同事们一起解决。这些困难让我意识到只有不断

地学习和实践，才能真正掌握专业知识和技能。

### 第三段：工地实习的收获与体会

在这次工地实习中，我不仅学到了很多专业知识和技能，还体验到了真正的团队合作和沟通能力的重要性。在工地上，每个人都必须互相协作，共同完成工作任务。我学会了与同事们有效地沟通，解决问题并共同进步。此外，我还锻炼了自己的耐心和毅力，虽然工地的工作很辛苦，但我坚持下来，不仅完成了预定的任务，还获得了同事们的赞赏和认可。

### 第四段：工地实习对个人成长的影响

通过这次工地实习，我对自己的职业规划和未来发展有了更明确的认识。在这个过程中，我发现了自己的热情和兴趣，也学到了专业知识和技能，这使我对工地工作充满了热爱和信心。此外，在这个过程中，我也意识到了自己的不足之处，为了提升自己的能力和素质，我将继续努力学习，不断改进。

### 第五段：对未来的期望和总结

经过这次工地实习，我对自己的未来有了更明确的展望和期待。我希望能够在建筑行业中发挥自己的才能和热情，为社会的发展做出积极的贡献。在实习的日子里，我不仅收获了专业知识和技能，还结交了许多优秀的同行和导师，这些人将成为我未来工作中的重要资源和支持者。通过这次工地实习的经历，我成长了许多，我相信，只要我坚持努力，不断提高自己，我一定能够实现自己的理想和目标。

总之，工地实习是一次宝贵的经历，它让我深刻地体会到了工地工作的艰辛和挑战，也让我对自己的职业规划和未来发展有了更清晰的认识。通过这次实习，我不仅学到了专业知识和技能，还锻炼了自己的团队合作和沟通能力。我相信，这次工地实习的经历将成为我人生中最难忘的一段记忆，并

对我的未来产生深远的影响。

## 工地实习心得体会收获篇八

实习说长不长，但却让人回味无穷。作为一名大三实习生，在临近毕业前，我通过老师的指点与自我努力在社会环境中顺利找到了自己的实习目的地——xx公司。在这个陌生的环境下，我认真履行着一名实习工作者的职责，努力完成工作任务，并从中吸取了工作的经验。

转眼间，三个月的实习已经匆匆结束了，我也从这次的经历中吸收了充足的专业知识和社会经验。现记录自己实习的心得收获如下：

从前只听人说：“工作辛苦枯燥”。而这次，我通过自己亲身的体会和感受，从工作中体会了自己的感受。

就体会而言，工作确实是辛苦的，比起大学和过往的校园生活，每天固定的劳作会然给我们感到有些不适应。再加上严格的纪律和责任意识，工作的压力一下子就体现出来了。

但从另一个方面来说，这样的感受对我们而言其实也很新奇。过去一直待在“象牙塔”里，也许在社会的工作者们看来，我们就是一群不知辛苦的“小皇帝”。但这次的社会体验却给我带来了不一样的生活节奏。每天的工作看似辛苦，但其实很充实，不仅能实践过去学习的知识，还能从中学习新的本领，这让我感到很有成就感。但同时，对比自己和其他又有者的成绩，我又感到自己有很多不足，这让我升起了竞争心和努力的热情，并积极的开始要求自己。

总的来说，工作的辛苦是必然的，但我更喜欢在辛苦付出后所得到的收获和进步，为此，我会继续努力的工作和成长，让自己收获更多美好的体验。

对于社会，其实我并没有感到太过复杂。也许是因为我平时就喜欢了解这方面的知识，再加上这么多朋友的帮助，这让我的社会生活过的很轻松。

但在这段生活中，回顾自己受到帮助的那些问题，我也意识到自己个人自理能力还有所欠缺。为此，我还需要继续去努力，让自己更多的了解社会。适应这个新环境。

现在，实习结束了，但社会的道路才刚刚打开！我会让自己继续努力下去，争取成为对祖国建设有意义的社会人才！