

视频剪辑实训心得体会(汇总10篇)

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

视频剪辑实训心得体会篇一

实习，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，是自己所学到的理论知识有用武之地，只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可以为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境不同，接触的人与事不同，从中学到的东西自然就不一样。要学会从实践中学习，从学习中时间。而且中国的经济飞速发展，在拥有越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战。对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学好学校所学到的知识，好药不断充实生活中，实践中学其他知识，不断从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

短短两个月的工作过程是我受益很大。不仅让我开阔了眼界，最主要的是懂得了如何更好的为人处事。

第一要真诚：你可以伪装自己的面孔，但绝不可以忽略真诚的力量。记得第一天来这里时，心里不可避免的有些疑惑：不知道老板怎么样，应该去怎么做，要去感谢什么等等。踏进大门后，之间几个陌生的人用莫名而疑惑的眼神看着我，我微笑和他们打招呼，尴尬的局面理科得到了缓解，大家都很友善的微笑欢迎我的到来。从那天戚，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声好。

第二是激情与耐心：激情与耐心，就像火与冰，看是两种完全不同的东西，却能碰撞出最美丽的火花。

第三是主动出击：当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中，在实习旗舰，我会主动的协同同事工作，主动的做些力所能及的事，并会几级的寻找合适的时间跟他们交流。谈生活学习以及未来的工作，通过这些我就同事们走的很近，在实习中，他们会教我怎么做事见什么样的人说什么样的话，使我觉得花的了很多收获而且和他们相处的很愉快。

第四是感受到学校和社会的距离：在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。在这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎么做人，，移提高自己的能力。记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是学学搞笑，学生还终归保持着学生的身份，而走进企业，接触各个的客户，同事，上司等等，关系复杂。得去面对从未面对过的一切。在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的只是一点都用不上的情况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式是的就能完成一线任务，有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学的这么吃力呢？这是社会与学校脱轨了吗？也许老是是正确的。虽然大学生生活不像踏入社会，但总算是社会的一部分，这是不可佛人的事实。作为一个新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。毕竟，四年大学念完后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一份子了。要与社会交流。为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格，对社会有用的人才，多接触社会是很有必要的。

回顾实习生活，感触是很深，收获是丰硕的。

在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学的知识的肤浅和在实践运用中知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作无从下手，茫然不知所措，这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到时间，才发现自己知道的是多么少，这是真正领悟到学无止境的含义。

实习是每个大学生必须拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多课堂上根本就学不到的知识，也开阔了视野，增长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。

实习心得体会和收获四

大学生外出实习，已经是相当正常的事情。因为实习是每个学生踏入社会的桥梁，它是每个大学生踏入社会的一个中转站。有学校安排，有自己申请，但是目的都是让自己学到更多的知识，拥有更多的工作经验，不指望在以后的工作一帆风顺，但是实习后再参加工作，会有良好的基础，在工作中不会像个无头苍蝇一样到处乱撞。

在学校的安排下，我和同学在老师的带领下到xxxx车间进行实习，工作实践，培养我们的动手能力。在老师的带领下，我们来到工厂，首先讲的是车间的规章制度，然后说一些注意事项，在老师的带领下，我们先看着那些前辈操作，在一旁学习，听他们讲工作流程。然后在他们的指导下开始动手操作，刚开始我们很不熟练，但是慢慢的我们开始单独工作，虽然有的时候速度跟不上，但是进步还是很大的，我相信熟能生巧，水滴石穿。这个社会是现实的，不管是什么都会从利益出发，人的贪婪永远是改变不了的。就算我们出来实习，也是有所图，不然什么收获都没有，做什么都没有了意义，现在就来谈谈我这次实习心得体会及收获。

在这次的实习中，我们明白了这个社会不断在进步，如果我们停滞不前，迟早会被这个社会所淘汰，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。在工作中，要虚心好学，做事勤快，严格遵守公司企业的规章制度。在工作时要认真，如果出了什么差错后悔都晚了。

而我在实习的过程中，收获也是相当的多。在实习中我们将课堂上学到的理论知识运用到工作实践去，在这个磨合的过程中，我们更加了解社会工作，对自己所学专业也更加的了解，从中我们还掌握了一定的工作经验。在实习中，我们明白了自己的不足，然后我们会弥补我们的不足，让我们自己做到最好。在实习中，收获最大的应该就是工作经验，这些只有在动手实践中慢慢的积累，在课堂上是学不到的，我也知道了工作经验和理论知识都是一样的重要，缺一不可，所以在以后我会不断努力。

谢谢学校安排的这次实习，让我成熟了很大，实习结束后，我发现我的心理年龄长大了很多，做事做人也会更加为重了。在实习中少不了老师同学还有前辈的支持鼓励，谢谢你们。

实习心得体会和收获五

毕业实习是每个学生走向社会、走上工作岗位必不可少的一个重要环节，通过实习在实践报告中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，受益匪浅，也打开了视野，增长了见识，为我以后进一步走向工作岗位打下坚实的基础。

作为学生的我，开始了我的第一份煤矿实习工作，如今，半年的实习生活已经结束了，回顾实习生活，感触很深，收获颇多。

第一天去上班的时候，刚开始我还觉得蛮紧张的，再和他们的交流之后，我渐渐的放松了自己。我每天都坚持提前上班，

可以在其他人到来之前，把每个办公桌收拾整齐，这样办公室的人一到来就可以立刻投入工作。其实，我一直认为每个人都有他自己的优点，而且都有发挥它的地方，而我的实习经历正应了我的想法。当然，由于刚到矿办公室，对工作惯例不熟悉，有些事情我也处理得不是很恰当，但我勤于向他们请教，慢慢地也熟悉了单位的办公。我知道第一次出错并不可怕，可怕的是一错再错。在平时，我仔细地观察办公室人员的办公方式，希望能够精益求精，更好地完成。

在办公室，闲的时候就会看看网上的一些好的文学作品，练习打打字，因为在矿办公室我主要从事打字工作、文件的分法、报纸的分法，经常要以打文件为主，我知道，这不仅要看打字速度快还要对电脑熟悉，尤其是没有其他工作人员帮忙的情况下，我能够完成接待任务。

刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措，这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这一段时间所学到的经验和知识大多来自领导和办公室工作人员的教导，这是我一生中一笔宝贵财富。

这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。

发现学习和交流的重要性的必要性。发现一些实习生跟老师像朋友一样相处，老师有什么事都喜欢找他们帮忙，有什么机会也会首先想到他们。并非他们巴结或有后台。而是他们用朋友的态度相处。另一方面一个人掌握的信息多、技能多，能帮助别人的地方也多，帮助别人多了，别人也愿意帮助你，而你的人脉也广了，掌握的信息也越来越多。这样就形成一个良性循环。

要改变一个人的行为首先得改变他的思想，大多数时候你以

什么心态对别人，就会得到怎样的回报。深刻的意识到自己再不能处于独处的状态了。独来独往，别人不主动自己也不理会。把自己个在自己自己的小空间了。总担心别人的看法，把别人想的难以接近。开放的态度使人更快更好的成长。

视频剪辑实训心得体会篇二

实习对于大学生来说是非常重要的一部分。实习提供了一个学生将所学知识应用于实践的机会，并且能够锻炼学生的实际操作能力和团队协作能力。在我的实习经历中，我学到了很多新的知识和技巧，并形成了一些宝贵的心得体会。

第一段：实习前的准备工作

在实习之前，我意识到准备工作的重要性。首先，我对所实习的公司进行了详细的了解，包括公司的背景、产品和服务以及市场竞争状况。其次，我积极提前学习和掌握相关知识和技能，为实习做好充分的准备。最后，我还和往届实习生进行了交流，了解了他们的实习经验和心得，以便更好地适应和应对实习中可能出现的各种问题。

第二段：实习期间的工作经历

在实习期间，我被分派到一个跨国公司的研发部门进行技术研究和开发工作。由于我在学校期间学习了相关专业知识，并具备一定的技术能力，因此我很快适应了这个工作环境，并开始了自己的实习项目。在这个过程中，我学到了很多新的知识和技能，比如如何进行市场调研、如何进行团队合作以及如何进行项目管理等等。除此之外，我还学会了如何与不同背景和专业的人进行有效地沟通和合作，这对于我未来的职业发展有着非常重要的意义。

第三段：实习中遇到的挑战和解决办法

在实习期间，我也面临了一些挑战和困难。首先，由于我在实践中缺乏经验，我的工作进展比较缓慢。为了解决这个问题，我主动向同事请教，并积极参加公司内部的学习和培训活动，以提升自己的工作效率和质量。其次，由于项目的推进和变动较多，我需要经常与团队成员进行沟通和协调，以保证项目的顺利进行。通过与他们的交流和合作，我懂得了如何在团队中有效地协商和取得共识，以达到项目目标。

第四段：实习的收获和成长

通过实习，我获得了很多宝贵的收获和成长。首先，我对所学的理论知识有了更深入的理解和应用。在实践中，我能够将所学的知识运用到具体的项目中，并取得了很好的效果。其次，我提高了自己的实际操作能力和技术能力，在工作中能够独立解决问题和完成任务。最后，通过与同事和团队成员的沟通与合作，我提高了自己的团队协作能力和人际交往能力，这对于我的职业发展和人际关系建立都是非常重要的。

第五段：对未来的展望和感悟

综上所述，实习收获与心得体会对于我来说是非常重要的。通过实习，我不仅学到了很多专业知识和技能，还提高了自己的工作能力和团队协作能力。同时，我也明白了实习是一个持续学习和成长的过程，不断提升自己才能在职场中立于不败之地。因此，我会继续努力学习和实践，不断提升自己的能力和素质，为将来的职业生涯做好充分的准备。

视频剪辑实训心得体会篇三

自己这学期收获的最重要的东西也是值得一辈子珍惜的就是缘分，和学生们的缘分，和顶岗小伙伴的缘分，顶岗实习体会和收获。在大多数人的眼中，职中的孩子就是坏孩子的代表，以前的自己也是这么错误的认为。经过这一学期的相处，我发现他们只是不擅长学习而已，但是他们的本质并不坏。

他们待人真诚，只要认定你是朋友他们就会以真心待你，性情率真，从不藏着掖着。当然他们也有气人的时候，但是年轻时的我们又何尝没有做过气老师的事情呢，但是我知道这不是他们的初衷。

现在马上就要和他们分离了，他们所有的好和不好都变成了深深的不舍，只希望马上也要去远方实习的孩子们能够一切顺利。而陪自己经历这学期的点点滴滴，见证自己成长的就是这群小伙伴了。因为自己的性格，在学校里能够交往的人不是很多，几乎都是自己班里的人，更不用说成为朋友。终于，这次的顶岗实习给了我交朋友的机会，而且我相信会是一辈的好朋友好姐妹。在这个学期里，我们一起哭一起笑，一起承担一起成长，我们共同经历了实习中的点点滴滴。有人说一生中最值得珍惜的情谊就是战友情，我想那是因为战友不仅同甘苦，最重要的是共患难。而我们之间的情谊就好像战友情，是值得我用一生去珍惜的。

我想在实习结束时自己最应该做的就是感谢。感谢所有的老师，感谢你们在这学期给予我的帮助，从技能技巧到实习生活，让我的实习生活没有感到一丝的苦味；感谢同学们，感谢你们的包容和配合，让我得到了成长和提高；感谢小伙伴，感谢你们无微不至的照顾，感谢你们给我的生活带来如此多的欢乐；感谢我自己，感谢自己在遇到困惑和挫折时没有选择放弃，最终得到了满满的收获。

顶岗实习，一段自己毕生难忘的经历！

在人文素养方面的收获 通过这将近一年的实习，我经历了很多、付出了很多，同时也收获了很多。

通过这将近一年的实习，我经历了很多、付出了很多，同时也收获了很多。俗话说付出就有回报，我相信我自己在这期间收获了很多值得我庆幸的事情。下面我就谈一下自己在这几乎一年的时间中的收获。总结其来就是在思想、作风、劳

动纪律、安全意识等方面的收获。

自从xx年9月来到中交一航二实习以来，我熟悉到认真学习才能够在工作中做到得心应手，才能在工作中发挥自己的作用。在实习期间我做到自觉遵守中交一航二的各项规章制度，积极参加各项政治活动和指挥部、团委、队里组织的其他活动，在主题教育和企业文化学习过程中，我深刻的领会到一航二的“干就干一流，做就做最好”精神的内涵，明白了“造福职工、服务社会”三大使命的真谛。我被一航人的无私奉献精神更是所深深感动，他们为了祖国建港事业放弃节假日，而战斗在施工一线来确保工程的进度。我相信：我们的未来会更美好，一航人的明天更辉煌。

在这期间我利用学校所学的知识，联系工作实际开展工作，虚心服从师傅们的细心教导，在他们的帮助和指导下，我不仅能够熟练的把握拌合机的操纵，而且在施工组织、机械调配、工程质量检验等各方面积累了不少的实践经验，扩宽了对自己所学专业知识的熟悉，为生产建设又好又快的发展奠定了基础，并且能够在施工任务严重，职员缺乏的情况下，在师傅们的细心教导下，勤恳工作，不怕苦不怕累，服从指挥，确保生产任务的顺利完成。

视频剪辑实训心得体会篇四

第一段：介绍写生实习的意义和目的（200字）

写生实习是艺术学院学生的一项重要实践活动，旨在提供学生近距离、实地观察对象并以真实的形式进行创作的机会。通过写生实习，我们可以感受到生活的鲜活和细腻，锻炼我们的观察能力和创作技巧。在这次写生实习中，我参观了各种不同的场景，包括景区、农村、城市和社区，丰富了自己的生活经验和艺术素材。

第二段：个人观察与感受（200字）

在写生实习中，我通过观察和记录，深入感受到了生活的美妙和多样。我在景区写生时，感受到大自然的魅力和宏伟，山水间的变化和流动让我对自然界充满敬畏；在农村写生时，我体会到了朴实和宁静的农村生活，感受到了人与自然的和谐共处；在城市写生时，我感受到了现代化的快节奏和繁华。这些观察和感受都让我对生活有了更深入的理解，也提供了创作的灵感和素材。

第三段：创作技巧和艺术表现（200字）

通过写生实习，我学会了一些创作技巧和艺术表现方法。首先，我学会了如何提炼和捕捉画面中的主题和重点，将繁杂的事物简化成艺术的形象。其次，我学会了如何运用不同的线条和色彩来表现画面中的情感和氛围。还有，我学会了如何利用光影和透视来突出画面的层次感和立体感。这些技巧和方法不仅使我的作品更加生动和有趣，也提升了我的绘画水平。

第四段：思考与体验（200字）

除了创作技巧，写生实习还给了我思考和体验的机会。在写生实习中，我不仅仅是一个观察者和创作者，还是一个体验者和思考者。我思考着人与自然的关系、城市的发展与变迁、社会的进步与问题，通过观察和记录，我更加深刻地认识到自己的身份和责任。同时，在创作的过程中，我也体验到了艺术带来的快乐与成就感。艺术不仅是表达自己思想和情感的方式，也是一种良好的情绪调节和心灵慰藉的方式。

第五段：总结与展望（200字）

通过这次写生实习，我收获了很多，不仅仅是绘画技巧和艺术表现方法的提高，更重要的是对生活的感悟和认识的提升。写生实习让我更加热爱生活，更加注重观察和体验，也让我对艺术有了更深入的理解和感悟。我希望今后能够继续坚持

写生实习，不断提高自己的创作水平，同时也希望通过自己的作品，传达出对生活的热爱和美好的追求。

通过这次写生实习，我对生活有了更加深入的理解，学会了很多绘画技巧和艺术表现方式，同时也提升了自己的观察能力和审美水平。在将来的学习和创作中，我希望能够继续坚持写生实习，并将所学应用于实践中，创作出更加真实、生动和有趣的作品。通过艺术，我希望能够传达对生活的热爱和对美好的追求，共同建设更美好的世界。

视频剪辑实训心得体会篇五

写生实习是艺术专业学生必经的重要课程之一，通过观察和描绘真实对象，学生们能够提高观察能力和绘画技巧。在我进行写生实习的过程中，我获得了许多宝贵的经验和收获。以下是我个人对于写生实习的心得和体会。

第一段：对真实对象的观察能力得到提高

写生实习的主要目的之一就是通过通过对真实对象的观察来提高学生们的绘画技巧。在实习中，我认识到真实对象的复杂性和多样性，例如花朵的不规则形状和颜色，树木的纹理和树枝的错落有致等。通过仔细观察，我能够真实地捕捉到对象的细节并将其准确地表现在画纸上。这让我意识到，绘画不仅仅是简单的描绘形状，更需要观察细节和理解对象的本质。

第二段：绘画技巧得到提升

除了观察能力，写生实习也帮助我提高了绘画技巧。在实习中，我学会了运用不同的绘画技法来表现不同的效果。例如，使用水彩画可以营造柔和和透明的氛围，而使用铅笔可以表现出细致的线条和阴影。此外，我还学会了正确使用色彩和光影来营造立体感和质感。这些技巧的应用使我能够更好地表达我的想法和感受，并使作品更加生动和真实。

第三段：培养耐心和坚持不懈的品质

写生实习的过程需要学生们花费大量的时间和精力来观察和描绘对象。有时，我需要在同一个位置停留很长时间，以便细致地观察对象的细节。这让我培养了耐心和坚持不懈的品质。我学会了专注于绘画，并且不轻易放弃，即使遇到困难或错误也能及时纠正。通过这种坚持不懈的态度，我的绘画技巧逐渐提升，作品也变得更加出色。

第四段：增强对美的感知和表达能力

写生实习使我更加敏锐地感知和欣赏周围的美。通过对自然风景和物体的观察，我发现了许多平时容易忽略的细节和色彩。这让我对美的定义和表达能力有了更深入的理解。我学会了通过绘画来表达自己的感受和想法，将美丽的事物和瞬间定格在作品中。这种感知和表达能力不仅仅对绘画有帮助，也给我在生活中更加细腻地感受和理解美的能力。

第五段：对生活和艺术的全新认识

通过写生实习，我不仅仅提高了绘画技巧和艺术修养，也对生活和艺术有了全新的认识。我开始更加珍惜和关注身边的事物，从日常生活中汲取灵感。我学会了用艺术的眼光观察世界，从平凡之中寻找不凡，用艺术的方式记录和表达生活的感受和思考。写生实习是我艺术之路的重要一步，它让我明白了艺术的力量和美好。

总结：

写生实习是一次宝贵的经历，通过观察和描绘真实对象，我提高了观察能力和绘画技巧。同时，实习的过程也培养了我耐心和坚持不懈的品质。通过对美的感知和表达，我增强了对生活和艺术的理解。写生实习不仅仅是一项任务，更是一次深入生活和艺术的体验，让我更加热爱艺术的同时，也更

加热爱生活。

视频剪辑实训心得体会篇六

在这个烈日炎炎的季节里，我们来到了十六中这个大家庭，也必不可免地迎来了军训。

说实话，我是第一次军训。小学升初中时，因为种种原因，学校取消了军训。所以对待这次军训我是既紧张、害怕，又充满着好奇与期待。

骄阳似火，过于灿烂的阳光照得我们睁不开眼，汗水顺着脸颊滑到眼里，留到下巴，却没有一个人敢动手擦一擦。偶尔有几个人会趁教官不注意时擦擦弄得自己脸上痒痒的汗水，然后迅速恢复站姿。每个人的腰杆都挺得直直的，目不斜视，用心听着教官的指导。

休息时，我们发现教官是很幽默、搞笑的一个人。很快就和男同学们闹成一团，女生也爱拿他开玩笑。他中等的身高，偏胖的体型，长相倒是和岳云鹏有些相似，偏偏他还老是自夸长得帅。训练时，和别的教官不同，没有那么严肃，脸上总是带着笑容。

但是，当他给我们做示范时，气质便完全不一样了，军人的飒爽英姿被很好地展现了出来。利落的动作，严肃的神情，认真的眼神，无一不是值得我们学习的地方。

看着教官迈着的坚定步伐不由地想起之前在阶梯教室时主任对我们这些高一新生说的话。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”军训是为了培养了我们顽强拼搏，积极向上的良好作风，铸就我们不畏艰难、刻苦努力的钢铁意志。

军训是一次精神的洗礼，也是一次意志的考验，它让我们体验了一次当兵的生活，它教会了我们怎样去面对生活，怎样

去面对困难，怎样去承担责任，怎样去赢得荣誉。更让我们懂得了军人的不易，学会了军人的坚持，也进一步认识了我们伟大的祖国。

在以后的学习生活中，我们也要有军训时的精神，顽强不屈，持之以恒，如同在烈日下踏着正步一般，在学习这条坎坷的道路上勇往直前。以便自己长大以后能够在不同的岗位上，如军人般报效祖国，为祖国争光。

视频剪辑实训心得体会篇七

写生实习是艺术学院不可或缺的一门课程，在这个过程中，我有幸能够走出教室，亲身感受大自然的美丽与变幻。通过观察、记录和绘画，我不仅提高了自己的艺术技能，还获得了许多宝贵的收获和心得体会。

段落二：突出收获

在整个写生实习过程中，我最大的收获就是对色彩和光影的更深入的理解。在绘画的过程中，我注意到相同的一片草地或山岳，不同的时间和角度会呈现出完全不同的色彩和光影效果，这让我对自然界的多样性有了更深刻的认识。同时，也通过绘画的过程掌握了运筹帷幄的能力，如何将观察到的景象准确地传达给画纸上，这需要我练习观察力、记忆力和绘画技巧的综合运用。

段落三：突出困难和挑战

然而，写生实习过程中也面临着一些困难和挑战。首先，自然界的景色变化无常，需要我在短时间内迅速捕捉到最重要的元素，并准确地记录下来。其次，室外的环境条件多变，如天气的变化、昆虫的骚扰等，都会对我的绘画造成干扰。最后，由于绘画的场景通常是开放式的，常常会有围观者，这给我带来了一定的压力和分心。然而，我通过不断地练习

和调整心态，逐渐克服了这些问题，取得了进步。

段落四：突出心得体会

在写生实习中，我体会到了写生的许多好处。首先，写生培养了我的耐心和毅力，让我有机会慢慢观察和体会大自然的美好。其次，写生实习使我更加谦虚，我意识到自己在绘画的路上还有很多需要学习和提高的地方，这让我更加努力和有动力。最后，写生实习让我更加热爱绘画，通过亲身体会大自然的美丽，我愈发被艺术的魅力所吸引，对我的绘画之路有了更深的坚持和信心。

段落五：总结

通过写生实习，我不仅获得了艺术技能的提高，更重要的是收获了对自然界的深刻理解和绘画的热爱。写生实习培养了我的观察力、耐心和毅力，让我懂得了细致入微的美和艺术所包含的无穷深意。我相信这段经历将会对我的未来艺术发展产生深远的影响，让我在绘画的路上继续努力向前。

视频剪辑实训心得体会篇八

平面设计是一项艺术和技能相结合的工作，需要掌握大量的基础知识及技术，同时需要具备敏锐的视觉洞察力和创意思维能力。而平面设计实习则是向学院学习所学知识的过程中不可或缺的一部分，也是提升实际操作能力和应对各种挑战的重要机会。

第二段：具体感受

在平面设计实习中，我遇到了各种各样的挑战。首先，学院中的处理软件与实际工作中使用的处理软件存在差异，更多需要自己摸索。另外，实际的设计需求与学院中的设计要求存在差异，在实习过程中也需要加强对客户的需求理解和把

握。此外，在繁琐的设计任务中，也需要耐心和毅力，不断尝试不同的设计方案，选择最佳的方案。

第三段：对提高技能的作用

平面设计实习对于我提高技能方面发挥了巨大的作用。在实习过程中，我接触到了很多的设计任务，学会了如何对各种需求定制专业的视觉呈现，并将学院中的设计技能可以应用于实际操作中。另外，更加深入了解了如何通过视觉设计传达信息和表达情感。

第四段：对未来发展的展望

通过这次平面设计实习，我也对未来的设计方向有了更加清晰的理解。我发现自己擅长的领域是品牌设计和红包设计，在以后的学习和工作中，也会更加专注于这两个领域的深入研究和探索。

第五段：总结

总之，平面设计实习是一段非常宝贵的经历，它允许我们将学院中所学到的知识应用于实际操作中，通过不断的实践和优化，提高自身的专业技能，并为将来的发展奠定基础。

视频剪辑实训心得体会篇九

在实习过程中，经过各位领导和师傅们的殷切关怀和耐心指导，并结合书本、规章上所掌握的理论知识，我学到了很多，并产生了诸多感触。入路四个月，在刻苦学习中提高，在磨练意志中成长，在勤奋工作中完善，现将我这段时间的工作学习作如下总结：刚毕业的我，太年轻，有着对未来无限的遐想，跃跃欲试，想着能够大显身手。在大学里只需要认真学好书本里的知识，以及少量的社交，但进入社会就不一样了，需要着我们快速的转变身份，不断的去跟师傅学习

业务，并处理好人际关系，跟同事相处好，这些都是我在今后的工作中需要不断学习的。

虽然我是一个从铁路专业学校毕业的学生，对铁路基本知识有些了解，但仍然是十分有限，而基层实习使我有机会深入铁路现场去接“地气”，对铁路主要生产单位的基本情景、铁路运营情景、行车基本业务技能，以及铁路大联动机如何运转都有了更为直接的感性认识。

我实习的车站是乐化站，见习的岗位是车站值班员。车站值班员能够说是车站运转室中的总指挥，车站一切行车工作的进行都是在车站值班员的带领下进行，所以车站值班员的作用相当重要，也是业务知识要求最全面的。乐化站一般情景采用的是分散控制方式，所以接发列车的进路和信号的开放全是由列车调度员控制，并且下行线是多方向。车站值班员要负责车机联控，用语要标准。刚开始我不是太熟悉，就在下班的时候，多加练习，并在上班的时候，一大堆的按钮都有着它不一样的作用。看清了进路和信号的开放状态，先在心里迅速默念一遍，确保无误，再应答司机。在师傅的教导下，我基本掌握了正常接发列车，各种控制方式下接发列车的业务知识。

我已经开始学习指挥调车作业。如何才能更好的利用股道进行现有股道调车，减少调车钩数和作业时间等等这些，都一向在我脑中转动，师傅便说刚开始不要着急，慢慢来，先看懂他如何安排，为什么进这个股道，股道没有隔离设备在旅客列车进站不安排进路，在不断的疑问中，师傅慢慢的给我讲解，我也在心里不断的思考，逐渐的也就能够掌握一些规律。有时候，由于股道紧张，翻车的钩数较多，计划做起来就比较难，这就体现出我工作上经验的不足，还需要不断的积累。在见习的过程中，师傅、同事总是耐心的给我讲解，同时也要求我要独立思考，不要总依靠别人，真正独立当班后，车站值班员就是总指挥，你处理不来，别人也就更难。所以在以后的实习时间里，我要加快学习的步伐，多问师傅，

多看规章，同时吸取消化师傅们的的宝贵经验，必须学会了正常、非正常接发列车办理的办法，各种行车凭证的使用条件和填写方法，及站内调车作业的方法等等这些车站值班员的业务知识。在学习的过程中，领导、师傅、同事不仅仅教导我业务上的知识，还教了我很多做人的道理，让我在今后的工作中少走弯路。

在忙碌而充实的见习中，如何尽快适应铁路工作，如何扎实学习业务知识，顺路完成见习任务，本人构成一些看法：

1、找准定位，调整心态，尽快完成主角转变，展现大学生风采刚进入铁路，首先是面临是思想上的落差和主角的转变，要进取的调整心态，给自我准确的定位，认清现状，明白自我该做什么，不该做什么，并尽快投入到学习中。基层比较辛苦，做好心理准备。刚开始实习时，不习惯夜班，此刻夜班基本能坚持下来。

2、注重理论与实际的联系，有针对性的学习与见习岗位相应的规章制度

在见习期间，对规章制度的学习是十分重要的。针对值班员的岗位，师傅已经在《技规》、《行规》针对性的帮我做出标记，找出了必须记住的规定。在背规章的同时加强与实际的联系，在不懂的情景下多向师傅请教，这样更能加深对规章的理解和掌握，比机械的死记硬背要好的多。

3、虚心向师傅请教，主动与师傅们交流

师傅们都具有多年的基层工作经验，我需要虚心向师傅请教，空闲时间多与他们交流，从他们那里能够主动学到如何处理突发事件的方法和经验。这样能够让新人少走弯路。

4、多学习路局、车务段下发的事故通报和有效文电

事故通报时一个个生动的、最好的案例学习材料。工作时、休息时花时间去查看案例，了解对事故的原因分析、对如何避免事故的研究。同时找相应的规章制度来学习，这样能迅速提高自我对规章制度业务的认识。这样在以后的工作中避免犯类似的错误，能少走弯路。

我觉得基层的工作经历是人生的一个坐标，有了这个经历，就更清楚地明白铁路是怎样真正运转的，理论与实际的差距，工作需要什么业务素质，同时学会如何尊重领导、师傅、同事。

基层是一个锻炼人的平台，那里的工作我还知之甚少，我还需努力。这种锻炼是我人生中宝贵的一笔财富！

视频剪辑实训心得体会篇十

本人在大学三年级结束后，选择进入一家知名企业进行为期六个月的实习。实习期间，我通过参与不同的部门和项目，加深了对企业的了解和认识，进一步锻炼了自己的专业技能和实际运用能力，在实践中感受到了职业生涯的挑战和发展。通过这次实习，我深深体会到了实习和学习的区别，实习是一个更加具有现实性和应用性的过程，它的意义和目的也不仅仅是获取经验和印证能力，更是通过不断的实践和反思，发现自身的优劣势和不足，并不断地完善和提升自己。

第二段：实习的收获和成长

首先，在这六个月的实习过程中，我能够适应企业工作的环境和氛围，并且与同事们建立了良好的合作和沟通关系。通过实习，我对企业的管理和运营有了更细致和全面的了解，进一步了解了企业的市场定位和竞争策略，从而更加清晰地认识到自己在未来职业发展过程中需要具备的素质和能力。

其次，在具体的工作任务中，我也学到了很多有用的技能和

知识，熟悉了企业常用的软件和系统，学会了制定和调整计划、处理突发事件、协调沟通等技能。同时，在与领导和同事们的交流中，我也学到了很多关于工作方法和理念的思考、沟通技巧和人际交往等方面的知识和经验。

最后，在自我管理和职业规划方面，我也受益匪浅。这次实习给我提供了很好的机会，让我了解到自己的优劣势和目标，同时也深化了对未来职业方向的思考和规划，获得了更加明确的自我认知和职业愿景，为以后的发展奠定了坚实的基础。

第三段：实习过程中遇到的困难和挑战

在实习的过程中，我也遇到了很多困难和挑战，如：适应和与领导、同事之间的交流和配合，处理复杂项目，甚至是工作内容和目标的不明确和存在的高强度压力等问题。但是，在这个过程中也让我明白，这些挑战和困难是普遍存在的，每一位实习生在工作中都会遇到，而如何面对和处理这些问题，才是区别于一个优秀的实习生和成功的职场人的实质。

第四段：如何应对并解决现实问题

在面对困难和问题时，我采用了多种方法，如：积极与领导和同事沟通和交流，了解各种情况和进度，沟通合适的解决方案；多向领导请教和学习，通过多方位的视角和思维，更好地解决问题；勇于承认自己的错误和不足，不断地总结经验教训，准备好应对下一次挑战的机会。

第五段：总结和展望未来

通过六个月的实习，我充分体验到了不同的工作环境的挑战和机会，不仅收获了专业技能和实际经验，还进一步认识到自己的优劣势和职业规划方向，这将对我以后的职业生涯，产生深刻的影响。在未来的发展中，我会进一步积累经验和培养个人素质，拓展人脉和资源，进一步精细化规划和管理

自己的职业发展，实现自己的人生价值和追求。同时，也感谢实习过程中给予我支持和领导的领导和同事们，让我能够成为一个更加锐意进取的优秀实习生。