

2023年实习后的工作心得体会报告(汇总7篇)

心得体会是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。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。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。

实习后的工作心得体会报告篇一

此次的实习，是毕业前一个锻炼一个学习的机会，在工厂的生产工作让我明白，做好一份工作的不易，同时也要继续努力，把工作给做得更好，去让自己成长，去社会更好立足。

生产工作看起来也是简单，带我的同事说起来也是轻松，但是真的自己尝试去做，却是发现并不是那么的轻松，里面也是有很多需要自己去了解，需要去注意的事情，才能真的来做好生产，以前在校所学的理论也是仅仅让我可以更好地接受这份工作的要求，明白生产之中的一些事情是怎么样发生的，又是该如何的来做。那么也是需要同事来教我，来让我更加的明白如何的操作，这并不是那么的简单，也是让我知道同事们那么的熟练的确是花费了很大的功夫。而自己也是要学的有很多，而实习中，同事也是教了很多，慢慢的去熟悉生产，去做好了工作，也是让我感慨，的确除了理论，其实这些实操更让我能掌握到东西，更让我知道自己能力怎么样，实习的时间也是我能力不断去提升的过程。

实习的任务我也是去完成了，得到了领导的肯定，当然我也是知道这些任务其实并不是很多。所以才能完成，当然自己也是通过了努力才有了这样好的结果，同时也是明白自己要去了解以及和同事们的差距依旧是有的，而这也是需要自己继续的来努力才行的。

很感激工厂给予的一个实习机会，而我在这其中也是收获了挺多，对于以后去做工作也是更有了信心。

结束了实习，回到学校，要毕业了，对于未来我也是有了一份工作去做，可以说也是感谢此次的实习，以后也是要去做好，同时真的进入社会，转正，那么责任也是会更重，而自己也是要继续的去做好。

style="color:#125b86">实习生实习工作心得体会报告 5

__年__月__日到__月__日在__中学高中部实习的生活，已在我的记忆中添上一个重要的页码。常常听说，将来自己从事的工作并不一定都是我们当初喜欢的工作，如果真是这样，这个实习的意义无非就是一个记忆的标签。不过，在这段日子里，我受益匪浅，学到的东西也会让自己更加勇敢、自信地努力向前。

__月__日，我们顺利抵达了__中学，在学校的安排下，当天就开始熟悉实习学校、班级的情况。最初的两周主要的工作是配合老师上课，老师上课主要是针对每个学生不同程度、不同问题单独设计的，这在正常的学校是不会专门关注这些问题孩子的。特殊教育为这些孩子提供了适合他们的成长环境。

我们的教育实习还有除了教学工作，还有班主任工作，也就是既要教课又要带班。

在把握老师与朋友这两种角色的时候，我对他们的学习、纪律有了更多的监督，并不忘向他们灌输一些人生道理和一种团体意识，正如__老师说的，我们的课程很大程度上说就是进行思想道德教育。

师德是教师素质的灵魂，那不仅表现在他们对学生的关爱，还表现在他们对自己的要求，对社会的责任，对这种职业的

热爱。在我实习期间，就看到了很多这样的老师，也衷心感谢他们对我的教导和鼓励。

这是一个实习课程，更是一段让我体会教育工作以及思考自己人生定位的经历。当然，现实的很多因素不得不让自己改变初衷，所以，以后走这一条路的可能性或许很小。但是，在实习日子里学到的，感受到的，都将是一种财富。

实习虽然很辛苦忙碌，但对我们来说是都一次非常有益的磨练和尝试。最后我想衷心感谢__中学让我们有了这样一段实习经历，同时也衷心感谢我们的指导老师__老师和班主任__老师，他们给了我们很多的指导和帮助。

实习后的工作心得体会报告篇二

本周月考成绩出来了，这是我教思品以来面临的第一次考试成绩，结果不尽人意，没有料想的好，上次期中考试七八班及格人数31人，但是这次只有24人，有的本来要考优秀的，结果都没有及格。

这周只有四天时间，周二开始上课，周二八班的学生问他考的怎么样，周二上午卷子还没有改出来，我们几个思品老师分工明确，改卷子的时候，看到答得比较好的会看一看，期待着会是自己教的班级的学生，晚上的时候已经全部改完，主观题分数已经录好，看着七八班的主观题分数，感觉不好，个位数的有3个，别的班基本没有，心里很不是滋味。周三下午，客观题分数也出来了，统计好数据后，每个班的成绩就出来了，及格人数、优秀人数等，看到七八班成绩的那一刻，觉得是自己把他们耽搁了，及格率下降的太多，七八班的班主任没有说啥，自己觉得对不起学生，对不起班主任的期望。

看到成绩后，我把两次考试的成绩打印在一张纸上，分析两次考试的情况，把退步大的学生圈出来，这次考试很多学生都退步了，进步的很少，我和另一个教思品的岗友，我俩把

能优秀的学生挑出来，每个班大概有10个，然后挑出在及格线附近的学生，每个班大概也是10个。能优秀的学生他们对于知识点掌握没有问题，做题思路不清楚，及格线附近的学生课本知识点掌握的差，在最后的十天里，让能优秀的学生每天做一道材料题，找经典的题目，每天抽时间给他们讲，让及格线附近的学生每天找老师背书，按照进度背，每天都背。希望这样能让他们的成绩提上去。

学生这次没有考好可能与这次考试范围大，学生没有时间复习有关，这一个月基本在学习第三单元，只有一节课的时间复习前三个单元，复习完下午就考试，考试题目相对他们说有一些难度，每个班级都退步了，整个年级的平均分是59分，唯一一个优秀的在八班，还有学生跟我说，谢谢老师，多亏了您，我这次考及格了，想想这些自己受到了安慰。

当了思品老师后，体会到那种恨铁不成钢的心情，学生进步了，自己特别开心，学生退步了，会怀疑自己，会伤心，但最重要的是会想办法让他们进步，还有两周他们就要期末考试了，还有两周就结束顶岗了，这两周注定是忙碌的，对自己对学生都要严格要求，期待他们期末成绩出来的时刻，加油！

工作实习后的心得体会篇4

实习后的工作心得体会报告篇三

在大学生活中，实习工作是很重要的一部分。它能让我们得到实际工作的经验，了解职业的真正面貌，同时也让我们更好地理解自己的职业规划和自身动力，这对我们日后的职业生涯有着不可估量的价值。本文将分享我的实习工作经历和感受。

第二段：实习小结

我曾在一家互联网公司实习。在实习期间，我学到了很多新的知识和技能，例如项目管理、团队协作、数据分析等。同时，我也深刻地认识到要在职场中获得成功需要不仅有技能，还需要有良好的沟通能力、自信和耐心。实习让我更加深入地理解了所学课程的实际运用，也让我更加了解自己的兴趣和能力。

第三段：职业规划

实习对我的职业规划有着影响。在实习期间，我意识到我的兴趣方向是市场营销，同时也深刻地感受到了自己的优势和不足。我决定在研究生阶段深入学习市场营销相关的知识，并且在实践中不断提升自己的能力。我意识到，只有不断学习和实践，才能在职场中获得更多的机会和成功。

第四段：自我升华

实习工作也让我得到了自我升华的机会。在实习期间，我遇到了很多困难和挑战，但是我始终没有放弃，最终也取得了不错的成绩。这个经历让我更加自信，更加深入地认识到自己的实力和能力。我相信只要有目标，有坚定的信念，任何困难都可以克服。实习让我成长了很多，也让我更加强化了自己的职业定位和自我认同。

第五段：总结

总之，实习工作让我收获了很多。它不仅让我学到了很多实际的知识和技能，也让我深入地了解了职业规划 and 职业发展方向。实习让我更加有自信和勇气，也让我更加深入地认识到职业成功需要努力和实践。我相信，在未来的职场生涯中，我会不断地学习和成长，迎接更多的挑战和机遇。

实习后的工作心得体会报告篇四

实习工作对于大多数学生而言，可以说是一次非常宝贵的经历。在实习期间，我们能够更加全面地认识职场、增加实际工作经验，同时也能够与实际工作环境接触并进行学习，为我们之后的职业发展提供宝贵参考。在这篇文章中，我将分享我在实习工作中的体验和心得。

第二段：实习工作的工作内容和挑战

我的实习工作是在一家医院的人力资源部门进行的。在这个部门，我主要的工作内容包括协助人员档案的建设和维护、招聘信息的发布和筛选以及员工培训计划的协调。在实际工作中，我对各种法律法规、人事制度等相关的知识有了更加全面的了解，同时也更加深入地了解了团队协作的重要性。但是，实习工作中也有一些挑战，例如时间安排和管理，协调人际关系等等。

第三段：实习工作对于个人能力的提升

在实习工作期间，我发现自己的能力得到了不少的提升。首先是沟通能力，尤其是在团队协作中遇到的各种问题。我在与同事沟通和协调的过程中，不断地总结和提高自己的沟通技巧，使得自己的团队协作能力更加优秀。其次是学习能力，我在实习工作中不断学习充实了自己的知识体系，对于传承和发展个人职业能力非常重要。

第四段：实习工作对于个人想法和价值观的影响

在实习工作中，我遇到了很多需要自己思考和解决的问题，也看到了许多别人的思考方式和价值观，让我对自己的想法和价值观有了更加清晰的认识。实习的过程中，我意识到自己的决定是如此的重要，这首先是表现在我对自己的职业发展方向的选择，以及对待工作和生活的态度上。同时，这也

影响了我对于社会和其他一些问题的看法和态度。

第五段：总结实习工作的体会和经验

总之，这次实习工作的体验让我受益匪浅。我对于职场与职业有了更加深刻的认识，提高了各种能力，也对自己的想法和价值观有了更加清晰的认识。我相信这些经验和体会，对于未来的职业发展会非常重要。我也希望在未来的职场生涯中，不断学习和探索，迎接更加复杂多变的挑战。

实习后的工作心得体会报告篇五

作为一个即将毕业的大学生，在我的专业领域内，实习是我必须要经历的一段时间。在这段时间里，我有机会在一家企业中学习，并获得一定的实践经验。在这篇文章中，我将分享我的实习工作心得和体会，希望能够帮助那些即将步入实习之路的学生们。

第一段：实习前期准备

在我获得这个实习机会后，我花了很多时间在准备上。首先，我需要了解公司业务和专业知识，以便更好地适应公司文化。其次，我还要通过网络了解公司的文化和价值观，以帮助我更好地适应公司的风格和工作方式。最后，我还需要提前了解公司的办公环境和工作常规，以确保我能够尽快适应公司的工作。

第二段：实习开始的挑战

当我到达公司开始实习时，我面临了很多挑战。首先，我需要适应新的工作环境和同事们的工作方式。其次，我需要尽快了解公司的业务和流程，并努力获得新技能和知识。此外，我还必须面对实习期间自我压力和业务压力，以便在实习结束时能够达到公司的要求。

第三段：实习期间的收获

虽然实习期间存在挑战，但我从中收获到了很多。首先，我学到了很多新技能和知识，包括业务流程和专业软件使用方面的技能。其次，我获得了宝贵的实践经验，使我更加自信地面对工作。最后，实习期间还帮助我更好地了解了自己的职业目标和兴趣。

第四段：与同事和上司的关系

在实习期间，我与同事和上司建立了良好的关系。我通过与他们讨论解决方案，一起完成项目，讨论业务流程和技能，得到了很好的指导和支持。此外，与他们建立了友好的关系，使我更舒适地适应公司文化并获得更多的学习机会。

第五段：实习结束的思考

在实习结束前，我认识到自己已经适应了公司的工作并获得了有价值的经验。同时，我认识到自己还有很多需要改进和学习的地方。因此，在实习结束时，我反思了自己的经验和知识，并发现自己在实习工作中发现的缺点和不足，为自己未来的工作做出了有力的规划。

总之，在这次实习中，我学到了很多东西，不仅仅是专业技能，还有解决问题的能力 and 人际关系。希望我的经验和体会能够对即将走进实习之路的学生们有所帮助。

实习后的工作心得体会报告篇六

实习是大学生进入社会之前的一次实践机会，因此，实习工作报告的撰写是一个需要认真对待的任务。在实习期间，我深刻体会到了实习报告的重要性，不仅可以展示自己的实习成果，更可以记录下自己的成长点滴。在此，本文将分享我的实习工作报告心得体会，希望能够对大家的实习报告撰写

有所帮助。

第二段：体会实习目标的重要性

在实习开始前，公司为我们制定了实习目标，每隔一段时间就会评估我们的实习进展。初时，我并没有特别重视这个目标，感觉只是一个形式。后来，我发现这个目标并不是一纸空文，它的存在意义就是督促我们去实现它。因此，每次评估之前，我都会认真重新审视自己的实习目标，不断调整和完善，以确保能够达到它们。

第三段：提高沟通能力的重要性

在实习期间，我参与了很多项目，其中很多都需要与他人合作。一开始，我发现沟通十分困难，很多时候需要复杂的解释和沟通过程才能够清晰传达信息。我的导师告诉我，这是因为缺乏沟通技巧和信心，需要多加训练。于是，我开始主动跟同事们交流，多加请教并讨论，不断提高自己的沟通能力。随着时间的推移，我感觉自己在与人沟通方面变得越来越自信，这对于我未来职业发展非常有帮助。

第四段：学会解决问题的能力

实习往往会遇到各种各样的问题，例如技术问题、进度问题、人际问题等。在遇到这些问题时，不能够心态消极，躲避或者放弃，需要学会处理。我在实习期间遇到过一些问题，有些还比较棘手，但是，我相信问题总是可以解决的，并且不断寻求解决办法是解决问题的最好方法。在我自己的实践中，我学会了采取不同的角度去解决问题，也通过思考和请教他人不断提升了自己的解决问题能力。

第五段：总结

总的来说，实习工作报告的撰写是我们在实习过程中的一个

重要任务，我们需要通过写实习报告来记录自己在实习期间的经历、学习和进步。在这个过程中，我们需要重视实习目标，学会与人沟通并解决问题的能力，这些都是我们未来职业发展所必需的。希望大家在撰写实习工作报告时，能够认真对待，不断总结自己的经验教训，提升自己的实践能力和思辨能力，从而为自己的未来职业发展奠定基础。

实习后的工作心得体会报告篇七

20x年__月28号-__月1号

二、实习地点

三、实习目的

- 1、让学生基本掌握手工电烙铁的焊接技术，熟悉使用电烙铁等工具；
- 3、了解一般电子产品的生产调试过程，初步学习调试电子产品的方法，培养检测潜力；
- 4、培养学生理论联系实际潜力，提高分析问题和解决问题的潜力，增强独立工作潜力，培养团队合作，共同探讨，共同前进的精神与一丝不苟的科学作风。

四、实验原理

(1)调谐(即选台)与变频由于同一时光内广播电台很多，收音机天线接收到的不仅仅是一个电台的信号。各电台发射的载波频率均不相同，收音机的选频回路透过调谐，改变自身的振荡频率，当振荡频率与某电台的载波频率相同时，即可选中该电台的无线信号，从而完成选台。选出的信号并不是

立即送到检波级，而是要进行频率的变换。利用本机振荡产生的频率与外接收到的信号进行差频，输出固定的中频信号(am的中频为465khz fm的中频为10.7mhz)

(2)中频放大与检波选台、变频后的中频调制信号送入中频放大电路进行中频放大，然后再进行检波，取出调制信号。中频放大电路的特征是具有“中周(中频变压器)”调谐电路和中频陶瓷滤波器。

(3)低频放大与功率放大解调后得到的音频信号经低频放大和功率放大电路放大后送到扬声器或加到耳机，完成电声转换。这部分电路大多数是透过音量电位器的中心抽头为信号输入。

(4)电源及其他电路本机的电源部分包括有电池、去耦滤波电容及由音量电位器连动的电源开关。调幅部分则由天线磁棒接收电磁波，经次级线圈进入变频电路。

五、实验器材

1、实验所需工具

电烙铁、螺丝刀、剪钳、调试仪器、锡条

2、制作收音机所需器材

六、实习项目和时光安排

周一上午：学习使用电焊铁。下午：练习在电路板上焊电阻。

周二上午：学会看图，组装电子元件。下午：按照工位图，焊接元件。

周三上午：调试电路。下午：调试电路。

周四上午：组装收音机。

周五上午：处理收音机存在的问题。下午：清理工作台，布置实习报告。

七、实习资料

1、焊接练习，掌握烙笔的使用方法

焊接操作的步骤一般分为准备施焊、加热焊件、填充焊料、移开焊丝、移开烙铁五步。

1) 准备施焊。备好电烙铁和焊丝，此时烙铁头应持续干净且吃锡。一般是右手拿电烙铁，左手拿焊丝，做好施焊准备。

2) 加热焊件。将烙铁头放在焊接点，使焊接点升温。这时应注意准确掌握火候，操作要敏捷、熟练。也就是务必在有限的几秒钟内熟练地将被焊件加热到焊接温度，然后迅速决定“何时”向“何处”填充多少焊料为宜。若烙铁头上带有少量焊料，则可使烙铁头上的热量较快地传到焊接点上。

3) 填充焊料。在焊接点的温度到达适当的温度时，应及时将焊锡丝放置到焊接点上熔化。操作时务必掌握好焊料的特性，充分利用它的特性，而且要对焊点的最终理想形状做到心中有数。为了构成焊点的理想形状，务必在焊料熔化后，将依附在焊接点上的烙铁头按焊点的形状移动。

4) 移开焊丝。当熔化必须量的焊锡后，应迅速将焊丝拿开。

5) 移开烙铁。当焊料的润湿状态和光泽、焊料量等均适宜并无针孔时，应迅速将电烙铁拿开。拿开电烙铁的时光、方向、速度，对焊点的质量和外观起关键作用。一般应使烙铁头沿焊点水平方向移动，在焊料接近饱满，尚未完全挥发时快速使烙铁头离开焊接点，以保证焊接点光亮、平滑、_刺。

2、尝试匹配元件到收音机电路

老师把收音机的组成元件发给我们，并且给我们讲解了各元件的作用。然后我们按照图纸把各元件匹配到电路板相应的位置上，完成这些之后先不着急焊接，给老师检查各元件位置安装无误之后就开始焊接。

在焊接过程中有很多的元件有极性要求，焊接时就应按顺序从小到大，从上到下焊接，避免短路和把电路板上的铜弄掉。芯片不能装反。

3、调试电路

焊接电路板完成后，就到了检测调试的环节。这一过程是老师帮忙完成。检测前需要重新检查电路板上的焊点，检查无误后交给老师调试，能够收到频道就是一个焊接好的电路板了。

4、组装

在调试过后的电路板基本上能正常工作了。把电路板接上扬声器和天线等之后安装上收音机外壳，接好路线。拧螺丝的时候尽量牢固一些。

5、测试

组装好之后，装上电池测试收音机是否能够收到频道正常工作，检查各开关接口以及扬声器是否能够正常工作。如不能要拆下检查出问题并重新处理。

八、实习心得

经历了一个星期的电工实习，我收获了一台收音机，虽然这个收音机有点小问题。不但如此，我还学会了如何焊接电路，

又大致了解了收音机的工作原理。从实际中接触力电路的谐振现象。这些都是无法用物质来衡量的。在实习前，也听过师兄讲过是做收音机，主要是用到电烙铁。当听完师兄的介绍，我对这个实习十分期盼，因为以前做暑期工的时候也用过电烙铁一段时光。第一天老师教了我们熟悉焊锡，老师把电路板和电阻元件放在桌面上，把电路板压在电阻上，用电烙铁把锡熔了滴在电路板上。

在老师的细心示范后，我也在自我的桌子上模仿，尝试操作。但很难控制锡的量，难以焊出圆锥形。第一天焊的时候，自我粗心大意，不留意就用手拿了一下电烙铁，立刻起了大水泡。虽然第一次焊起来有点难，但是我还是很耐心地学，不断地尝试，最后第一个圆锥形焊点就焊出来了。之后，一个又一个圆锥形焊点就随之电焊出来了。第二天老师把一些主要的零件接法跟我们讲了一下，之后我们根据老师所说的和参考各个图纸的指示，把各个零件装在电路上给老师检查。老师确认没错后，我们就从小零件到大零件，一个个焊上去。

因为电路板的铜片间隔比较小，我们需要更加认真些。不然的话，就会容易使电路板短路或铜片脱落造成局部开路。在芯片焊接过程中，很多同学都不熟悉这个步骤，第一次就一大片同学弄到电路板短路。经过好多次的重复焊，加上老师的帮忙，才能焊好且没短路。

一个小小步骤，起着关键性作用，一个没焊好，就会影响着整个电路板。所以电工实习中，我们不能急于求成，要求精细。花了一天时光焊好后，最后拿给老师调试了，虽然检查出了各种问题，经过一次又一次的修改，修复一个又一个问题。要想学多一点，需要的是付出多一点的耐心。经过耐心的思考和修改之后，最后透过了各种测试，收到了电台信号。

调试完后，我就能够组装收音机了。每个部件每根线都要接好，不然的话收音机也不能工作。汗水一滴一滴流落，细心地电焊着每一点，不能点多又不能点少。既要填满结点上的

铜板，又不能点多了使电路短路。经过一个上午的摸索和讨论，自我在下课前也组装好属于自我的收音机了。

虽然还不明白能不能接收到频道，但还是很开心地松了一口气，因为整个接的过程自我一向都花了很大精力在其中。回到宿舍迫不及待地装上电池，转动调频轮，听到声音的一刻无比激动，虽然没有买回来的收音机放出来的声音清晰，但它对于我来说显得格外珍贵，十分有纪念价值。