电力工程实训心得体会 学生电力实习心得体会(优质5篇)

心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？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。

电力工程实训心得体会篇一

众所周知，我国区域分配不协调，各地区对电能的需求数量存在很大的差异，电能使用的中心集中在东部和东南沿海地区。想要拓展电力市场，就一定要打破这种不平衡的用电结构，开辟新兴市场。下面给大家分享一些关于学生电力实习心得体会，供大家参考。

我怀着忐忑不安的心情来到__电力公司，即将从一名学生走上实习工作岗位，面临的一切都是那么新鲜。以前总是期待也像大人们上下班，贡献青春服务人民。现在这机会终于到来，心里很是高兴，但同时无形中也感到了一份责任。既然工作了，就得学习更多知识，懂得更多做人的道理。要想不被社会所抛弃，就必须不断充实自己，完善自己，丰富自己。

初到公司，进入了我人生第一个科室，见到了我的第一位领导。在科室长辈的教导下，每天都能学到不少新东西。

首先，学着画高层图。每天早上来到办公室，打开计算机，坐下来就开始画，常常一坐就是一天。在师傅耐心细致的指导下，我从刚开始总是犯错，到后来终于自己一个人也能完成，每天都在进步中成长。虽然每天重复做一件事，就是画图，可心里还是觉得挺满足的，至少我学会而且做好了一件事，独立完成一件事嘛。

接着，学习填写杆塔明细表。刚开始时我对各种杆型还不是很熟悉，对杆上的材料更是丈二和尚摸不着头脑。科长拿了一本《贵州省农村电网10kv及以下架空配电线路典型设计图集》给我，意味深长地说："好好看，以后很有用的"。于是慢慢地我认识了杆型，各种材料配用的方法。可纸上谈兵是不切实际的，所以当得到跟着长辈们下乡验收线路的机会时，我十分期待。

每天我们都追赶太阳的脚步，早8：30就出发。记得第一次下乡是到维新，那天是星期六，科长带着我，很耐心指点我：什么是分支杆，门杆，直线杆，转角杆，耐张杆等等。那天脚都走酸，汗水大滴大滴流得满脸都是，累是有点，但心里总是美滋滋的。

下乡验收是进步最快的时间吧，不光是身体锻炼得棒棒的，而且认识了不少材料，知道不少新知识。五眼联板，横担，抱箍，撑脚等等这些材料以前只是在图集上看到，现在到了现场终于见到了它们的真面目，亲自用手感受下，还真有点激动。每当从长辈们那里学到一样新东西的时候，感觉生活真是无限美好，真感谢他们不厌其烦言传身教，也感到其实自己不知道的地方太多，需要学习的太多。验收过程中不仅看到，而且有机会还能触摸到那些"新朋友"，真开心。

踏着太阳我们启程，乘着月光我们归来。虽然有时有点苦，有点饿，有点热，有点累，但是想到千家万户灯火通明，孩子在灯火下学习，老人们在灯光下慈祥的目光，幸福的感觉油然而生。所以不管走过多少路流过多少汗，大家都感到很值得，脸上总洋溢着欣慰的微笑，放松的心情。朋友与我见面，第一句话"你又晒黑了"，听到这话我不仅不感到沮丧，而是发自内心的自豪。

因为我一直坚信，有付出不一定有回报，但不付出决不会有回报。真心感谢长辈们孜孜不倦的教导，让我明白踏实做事，真诚待人，虚心学习，勤于实践是做人和工作的基本准则。

前方的路还很远，需要我脚踏实地，一步一个脚印走下去……

做为一个还未踏入社会的年轻人来说，什么都不懂，没有任何社会经验。实习让学生们在实践中了解社会，能学到很多在课堂上根本就学不到的知识，也打开了视野，增长了见识，为以后更好地服务社会打下了坚实的基础。以后从事电力施工的大学生们，写好一份电力施工实习报告是自己走走上社会的第一步，也是自己以后工作中最宝贵的财富。下面就是一篇优秀的电力施工实习报告。

实习单位____x电力有限责任公司

实习时间：20__年7月13号至20__年8月13号共31天

短短一个月的实习结束了，时间虽短，但却让我获得了一些难忘的印象和体验，对电力系统的施工部门也有了初步了解，为以后的的学习和工作打下了一定的基础。

我实习的单位是____电力公司，是一家承担含山电网建设、改造的施工单位，主要承建35kv及以下电压等级变电站及配套的送配电架空线路、电力电缆、光纤电缆等工程安装、架设施工和铁塔加工制造任务。作为电力施工单位工作辛苦，对技术性要求较强，而且是含山供电公司电力专业覆盖面最广的下属单位，因此也是电力系统里输送技术人才的摇篮。短短的一个月时间里，在公司领导教育和培养下，在同事关心和帮助下，自己的工作、学习等方面都取得了一定的成绩，个人综合素质也得到了一定的提高。

我被分配到变电技术部的变电二次班实习。作为一名刚参加工作的新员工，面对新工作、新环境都是充满好奇和热情的，同时内心也有一些紧张与忐忑不安——毕竟自己是一个新手，对变电运行方面的专业知识几乎一无所知。但是，在班长和班里师傅们的悉心指导下，我还是受益颇多。通过在仙踪变

电站施工现场的观摩学习，我对变电二次班组从电缆放线、接线、对线到线路调试与检测工作的基本流程有了一定了解，知道了变电站的基本构造、变电站建设的基本过程以及各种设备的主要用途。

虽然在端子箱和控制室里接电缆线这样的工作没有让我们尝试，但我还是力所能及地做好扎线、刀闸分合测试等工作，增加了自己的实际工作经验。在被调到总经理工作部帮忙的几天时间里，我也认真做好领导交给我的每一项任务，得到了大家的好评。在实习期间，我时刻严格要求自己，自觉遵守工程部的各项规章制度，吃苦耐劳，努力工作，在完成领导交办的工作同时，积极主动地协助其他同事开展工作，并在工作过程中提高自身各方面的能力。实习期间不仅是我积累工作经验的重要阶段，也是我努力学习的宝贵时间。“三人行，必有我师”。变电技术部的每一位同事都是我的老师，他们丰富的工作经验对我来说是一笔宝贵的财富。因此，在认真完成各项工作任务的同时，我也找来了相关的资料努力学习电力专业知识，尤其是变电运作和继电保护方面的知识，虚心向班里的师傅们学习业务技术，以便为今后的工作打下基础。作为新人，目前我所能做的就是努力学习、认真工作，在平凡的岗位上挥洒自己的汗水，焕发自己的青春与热情，使自己在基层得到更多的锻炼。

在变电二次班实习的这段时间，早出晚归地跟着师傅们跑工地，让我体会到了电力系统基层工作的艰辛。同时，变电工人师傅们吃苦耐劳的精神也深深感染了我。紧迫的工期、繁重的任务以及艰苦的条件，在变电工人眼中已习惯为工作中最平常的一部分。他们常常为了送电要熬几个通宵，常常在工地一住就是一个多月。他们舍小家，顾大家，凭借团结拼搏的精神，上下拧成一股绳，用忠诚打造责任团队，用执行书写绚丽华章。这些奋战在电力建设第一线的变电工人师傅们无疑是最可爱的人！

此外，在工作中我还充分认识到了安全生产的重要性。从进

变电技术部的第一天起，我们就开始进行安全教育。通过学习安全规程和安全事故通报，知道了有很多事故发生的主要原因是作业人员未认真执行安全操作规程，不按章作业，工作责任人现场查勘不到位。通过学习，强化了我的安全生产意识。在后来的实习过程中，我严格遵守在施工现场穿工作服、戴安全帽的规定，把“安全第一，预防为主”的思想落实到这次实习的每一个小细节中去。我想，这也是我在以后的工作中要充分注意的。

这一个月的时间，我学到了很多东西，不仅在学习方面的，更学到了很多做人的道理，对我来说受益非浅。不过，在领导和师傅的帮助下，我很快融入了这个新的环境，这对我今后学习，工作是非常有益的。除此以外，我还学会了如何更好地与别人沟通，如何更好地去陈述自己的观点，如何说服别人认同自己的观点。相信这些宝贵的经验会成为我今后成功的最重要的基石。

回顾一年的历程，在各级领导的教导和培养下，在同事们的关心和帮助下，我从一个懵懂的“愤青”逐步成长为一名勤奋敬业的“小资”。在这近一年的工作和学习中，接触了不少人和事，在为自己的成长欢欣鼓舞的同时，我也明白自己尚有许多缺点需要改正。工作一年以来，在各级领导的教导和培养下，在同事们的关心和帮助下，自己的思想、工作、学习等各方面都取得了一定的成绩，个人综合素质也得到了一定的提高，我完全融入到了公司这个大家庭。在此，我向关心帮助过我的领导和同事们表示真诚的感谢!下面，我将自己一年来的思想、工作、学习情况作简要总结汇报：

一、思想上，自觉加强理论学习，努力提高政治思想素质。

作为一名年轻工作者，思想上，自觉加强理论学习，努力提高政治思想素质。首先，我主动加强政治学习，除了经常看电视、看报纸、关心时事政治外，我还认真学习了马列主义，毛泽东思想，邓小平理论，“三个代表”重要思想，自觉树

立高尚的世界观、人生观，树立社会社会主义荣辱观，用先进的思想武装自己;其次理论学习还要在行动上落实，注重其对实践的指导意义，自觉地践行“八荣八耻”，时刻用其来约束自身行为，改正不良习惯，继续发扬优秀传统。另外，除了干好自己的本职工作外，还积极参加各项活动，对于公司组织的活动，能够积极参加与配合，在生活上乐于助人，关心集体荣誉。通过以上努力，我感到自己的政治素质有了长足进步。

今后的职业生涯还很长，作为一名党员，更应该将尽所能地对工作进行开拓，做出成绩。为早日实现目标，我要求自己：努力工作，保持优点，改正缺点，充分体现自己的人生价值，为企业美好的明天尽一份力。我更希望通过公司全体员工的努力可以把公司推向一个又一个的颠峰。

二、在工作上，努力夯实专业基础，扩大知识面，力求更好的完成自己的本职工作。

作为一名刚刚毕业的大学生，虽然有三年的专业知识学习，但是实践的东西接触的少，对许多现场问题不了解。面对这种情况，依靠自己认真的学习，促成自身知识结构的完善和知识体系的健全，让自己尽早、尽快的熟悉工作情况，少走弯路。在接触到新的陌生的领域时，缺少经验，对于业务知识需要一个重新洗牌的过程，自己在各位领导和老同志的帮助下，能够很快克服这种状态融入到崭新的工作生活中。

在见习期我走入了35kv变电站。大家都知道变电站是电力系统中接受电能和分配电能并能改变电压的场所。它是发电厂和电能用户联系的中间环节，同时也是将各级电压网联系起来的枢纽。我站拥有2台主变，担负着一个乡镇的供电任务。许多人认为，变电站运行值班工作只是简单的抄抄表、巡视设备、办理工作票、进行倒闸操作;但是只有做过的人才知道:作为有高度责任心的值班员来说，要保证一个变电站的安全稳定运行，仅仅完成以上工作是远远不够的;要保证电网安

全运行，最重要的就是善于对设备的缺陷进行分析处理，以便能使缺陷和隐患得到及时的控制或消除等等。无论何时处理工作现场的各项事务，都能够认认真真，兢兢业业，认真服从领导、老工人师傅安排，遵守各项规章制度和各项要求，养成良好的工作作风。

三、学习生活上，完成了学生角色的转变，完全进入工作状态，努力开展工作。

初来公司参加工作，由于离家较远，而且是完全陌生的环境和生活状态，也曾经很担心不知该怎么与人共处，该如何做好工作。但是公司里宽松融洽的工作氛围、良好的学习发展机遇以及在各级领导的关心和帮助下，让我很快完成了从学生到职员的转变。工作中能够始终保持一种积极向上的心态，努力开展工作。通过近一年的体验已经逐渐适应了公司的工作状况，对于领导们的关心和关怀，我感到了很大的动力和压力，争取在以后的工作生活中以更加努力的优秀成绩来回报，不辜负领导们的期望。

初到的我是努力学习的阶段。“三人行，必有我师”，公司中的每一位同事都是我的老师，他们的丰富经验和工作行为对于我来说就是一笔宝贵的财富。记得我刚到变电站的时候，对设备运行管理知识知道的也有限，但是在站长、主值的尽心教导下，我受益颇多。带着饱满的工作热情，我逐渐熟悉了设备的操作。尽管我只是入门，但是我和其他年轻人一样对工作充满着热情。为尽快提高自己在本职方面的知识和能力，在站内除了做好自己的本质工作，认真学习、做好设备的缺陷进行分析处理的笔记，充分发挥自己的主观能动性，我利用业余时间找来了相关的资料进行学习。

同时也体会到了基层工作的艰辛!为了更好的适应本职工作，我将进一步进修学习提高自己。在公司宽松融洽的工作氛围、良好的学习发展机遇下，努力夯实专业基础，扩大知识面，力求更好的完成自己的本职工作。

在短短一年中理论结合实践，让我对工作的认识有了真正的认识，这为今后的工作打下了基础。

虽然，我在各级领导和老同志的帮助下，取得一定成绩，但我深知自己还存在一定的缺点和不足，主要表现在以下几个方面：

1、政治理论基础不扎实，理论与实践的结合应进一步提高;

2、对公司的工作任务能认真完成，但积极性不够;

3、与公司里的领导和同志们思想和工作业务交流不够;

4、自己的整体素质和业务学习还有待进一步提高。

过去的一年，是不断学习、不断充实的一年，是积极探索、逐步成长的一年。在此，我要特别感谢公司领导的悉心栽培以及同事对我的见习指引和帮助，感谢他们对我工作中出现的失误的提醒和指正。我也深知，毕业只是求学的一小步，社会才是一所真正的大学。在今后的工作中，我将努力找准自己的定位，尽自己的所能为公司作出贡献，为公司创造真正的财富，同时也为自身谋求一个更大的进步。

短短四周的实习就要结束了，时间虽短，但却让我获得了一些难忘的印象和体验，对电力系统的施工部门也有了初步了解，为以后的的工作和学习打下了一定的基础。 我实习的部门是电力工程部，承担__电网建设、改造的施工单位，主要承建220kv及以下电压等级变电站及配套的送配电架空线路、电力电缆、光纤电缆等工程安装、架设施工和铁塔加工制造任务。

工程部的工作辛苦，对技术性要求较强，而且是__供电公司电力专业覆盖面最广的部门，因此也是电力系统里输送技术人才的摇篮。短短的四周时间里，在工程部领导的教育和培

养下，在同事们的关心和帮助下，自己的工作、学习等方面都取得了一定的成绩，个人综合素质也得到了一定的提高。我被分配到变电工程部的变电二次班实习。作为一名刚参加工作的新员工，面对新工作、新环境都是充满好奇和热情的，同时内心也有一些紧张与忐忑不安毕竟自己是一个新手，对变电运行方面的专业知识几乎一无所知。但是，在班长和班里师傅们的悉心指导下，我还是受益颇多。

制度，吃苦耐劳，努力工作，在完成领导交办的工作同时，积极主动地协助其他同事开展工作，并在工作过程中提高自身各方面的能力。实习期间不仅是我积累工作经验的重要阶段，也是我努力学习的宝贵时间。“三人行，必有我师”。工程部的每一位同事都是我的老师，他们丰富的工作经验对我来说是一笔宝贵的财富。因此，在认真完成各项工作任务的同时，我也找来了相关的资料努力学习电力专业知识，尤其是变电运作和继电保护方面的知识，虚心向班里的师傅们学习业务技术，以便为今后的工作打下基础。

作为新人，目前我所能做的就是认真工作、努力学习，在平凡的岗位上挥洒自己的汗水，焕发自己的青春与热情，使自己在基层得到的锻炼。在变电二次班实习的这段时间，早出晚归地跟着师傅们跑工地，让我体会到了电力系统基层工作的艰辛。同时，变电工人师傅们吃苦耐劳的精神也深深感染了 我。紧迫的工期、繁重的任务以及艰苦的条件，在变电工人眼中已习惯为工作中最平常的一部分。他们常常为了送电要熬几个通宵，常常在工地一住就是一两个月。他们舍小家，顾大家，凭借团结拼搏的精神，上下拧成一股绳，用忠诚打造责任团队，用执行书写绚丽华章。这些奋战在电力建设第一线的变电工人师傅们无疑是最可爱的人!此外，在工作中我还充分认识到了安全生产的重要性。从进电力工程部的第一天起，我们就开始进行安全教育。通过学习安全规程和安全事故通报，知道了有很多事故发生的主要原因是作业人员未认真执行安全操作规程，不按章作业，工作责任人现场查勘不到位。通过学习，强化了我的安全生产意识。在后来的实

习过程中，我严格遵守在施工现场穿工作服、戴安全帽的规定，把“安全第一，预防为主”的思想落实到日常工作的每一个小细节中去。我想，这也是我在以后的工作中要充分注意的。

短短一个月的实习结束了，时间虽短，但却让我获得了一些难忘的印象和体验，对电力系统的施工部门也有了初步了解，为以后的的学习和工作打下了一定的基础。

我实习的单位是安徽圆明电力公司，是一家承担含山电网建设、改造的施工单位，主要承建35kv及以下电压等级变电站及配套的送配电架空线路、电力电缆、光纤电缆等工程安装、架设施工和铁塔加工制造任务。作为电力施工单位工作辛苦，对技术性要求较强，而且是含山供电公司电力专业覆盖面最广的下属单位，因此也是电力系统里输送技术人才的摇篮。短短的一个月时间里，在公司领导教育和培养下，在同事关心和帮助下，自己的工作、学习等方面都取得了一定的成绩，个人综合素质也得到了一定的提高。

我被分配到变电技术部的变电二次班实习。作为一名刚参加工作的新员工，面对新工作、新环境都是充满好奇和热情的，同时内心也有一些紧张与忐忑不安——毕竟自己是一个新手，对变电运行方面的专业知识几乎一无所知。但是，在班长和班里师傅们的悉心指导下，我还是受益颇多。通过在仙踪变电站施工现场的观摩学习，我对变电二次班组从电缆放线、接线、对线到线路调试与检测工作的基本流程有了一定了解，知道了变电站的基本构造、变电站建设的基本过程以及各种设备的主要用途。虽然在端子箱和控制室里接电缆线这样的工作没有让我们尝试，但我还是力所能及地做好扎线、刀闸分合测试等工作，增加了自己的实际工作经验。在被调到总经理工作部帮忙的几天时间里，我也认真做好领导交给我的每一项任务，得到了大家的好评。在实习期间，我时刻严格要求自己，自觉遵守工程部的各项规章制度，吃苦耐劳，努力工作，在完成领导交办的工作同时，积极主动地协助其他

同事开展工作，并在工作过程中提高自身各方面的能力。

实习期间不仅是我积累工作经验的重要阶段，也是我努力学习的宝贵时间。“三人行，必有我师”。变电技术部的每一位同事都是我的老师，他们丰富的工作经验对我来说是一笔宝贵的财富。因此，在认真完成各项工作任务的同时，我也找来了相关的资料努力学习电力专业知识，尤其是变电运作和继电保护方面的知识，虚心向班里的师傅们学习业务技术，以便为今后的工作打下基础。作为新人，目前我所能做的就是努力学习、认真工作，在平凡的岗位上挥洒自己的汗水，焕发自己的青春与热情，使自己在基层得到更多的锻炼。

在变电二次班实习的这段时间，早出晚归地跟着师傅们跑工地，让我体会到了电力系统基层工作的艰辛。同时，变电工人师傅们吃苦耐劳的精神也深深感染了我。紧迫的工期、繁重的任务以及艰苦的条件，在变电工人眼中已习惯为工作中最平常的一部分。他们常常为了送电要熬几个通宵，常常在工地一住就是一个多月。他们舍小家，顾大家，凭借团结拼搏的精神，上下拧成一股绳，用忠诚打造责任团队，用执行书写绚丽华章。这些奋战在电力建设第一线的变电工人师傅们无疑是最可爱的人!

电力工程实训心得体会篇二

在电力资料员实习期间， 在同事们的关心和帮助下，自己的工作、学习等方面都取得了一定的成绩，个人综合素质也得到了一定的提高。下面是本站小编为大家收集整理的电力资料员实习心得，欢迎大家阅读。

我在今年**月份，来到了供电公司电力工程部进行实习工作，转眼间我在电力工程部的实习就要结束了，四周的时间对刚刚加入供电公司的我来说是短暂的，但却让我获得了一些难

忘的印象和体验，同时，我也对电力系统的施工部门有了初步的了解。

电力工程部是主要承担武汉电网建设、改造的施工单位，主要承建220kv及以下电压等级变电站及配套的送配电架空线路、电力电缆、光纤电缆等工程安装、架设施工和铁塔加工制造任务。工程部的工作辛苦，对技术性要求较强，而且是武汉供电公司电力专业覆盖面最广的部门，因此也是电力系统里输送技术人才的摇篮。短短的四周时间里，在工程部领导的教育和培养下，在同事们的关心和帮助下，自己的工作、学习等方面都取得了一定的成绩，个人综合素质也得到了一定的提高。

我被分配到变电工程部的变电二次班实习。作为一名刚参加工作的新员工，面对新工作、新环境都是充满好奇和热情的，同时内心也有一些紧张与忐忑不安——毕竟自己是一个新手，对变电运行方面的专业知识几乎一无所知。但是，在班长和班里师傅们的悉心指导下，我还是受益颇多。通过在天河机场变电站、江夏东一园变电站施工现场的观摩学习，我对变电二次班组从电缆放线、接线、对线到线路调试与检测工作的基本流程有了一定了解，知道了变电站的基本构造、变电站建设的基本过程以及各种设备的主要用途。虽然在端子箱和控制室里接电缆线这样的工作没有让我们尝试，但我还是力所能及地做好扎线、刀闸分合测试等工作，增加了自己的实际工作经验。在被调到总经理工作部帮忙的几天时间里，我也认真做好领导交给我的每一项任务，得到了大家的好评。在实习期间，我时刻严格要求自己，自觉遵守工程部的各项规章制度，吃苦耐劳，努力工作，在完成领导交办的工作同时，积极主动地协助其他同事开展工作，并在工作过程中提高自身各方面的能力。

实习期间不仅是我积累工作经验的重要阶段，也是我努力学习的宝贵时间。“三人行，必有我师”。工程部的每一位同事都是我的老师，他们丰富的工作经验对我来说是一笔宝贵

的财富。因此，在认真完成各项工作任务的同时，我也找来了相关的资料努力学习电力专业知识，尤其是变电运作和继电保护方面的知识，虚心向班里的师傅们学习业务技术，以便为今后的工作打下基础。作为新人，目前我所能做的就是认真工作、努力学习，在平凡的岗位上挥洒自己的汗水，焕发自己的青春与热情，使自己在基层得到更多的锻炼。

在变电二次班实习的这段时间，早出晚归地跟着师傅们跑工地，让我体会到了电力系统基层工作的艰辛。同时，变电工人师傅们吃苦耐劳的精神也深深感染了我。紧迫的工期、繁重的任务以及艰苦的条件，在变电工人眼中已习惯为工作中最平常的一部分。他们常常为了送电要熬几个通宵，常常在工地一住就是一两个月。他们舍小家，顾大家，凭借团结拼搏的精神，上下拧成一股绳，用忠诚打造责任团队，用执行书写绚丽华章。这些奋战在电力建设第一线的变电工人师傅们无疑是最可爱的人!

此外，在工作中我还充分认识到了安全生产的重要性。从进电力工程部的第一天起，我们就开始进行安全教育。通过学习安全规程和安全事故通报，知道了有很多事故发生的主要原因是作业人员未认真执行安全操作规程，不按章作业，工作责任人现场查勘不到位。通过学习，强化了我的安全生产意识。在后来的实习过程中，我严格遵守在施工现场穿工作服、戴安全帽的规定，把“安全第一，预防为主”的思想落实到日常工作的每一个小细节中去。我想，这也是我在以后的工作中要充分注意的。

为期一个多月的暑期电力公司实习结束了，这是一次难得的学习与锻炼的机会。在电力公司95598电力服务热线的实习过程中，跳出课堂上学习的知识，我也对电力行业中与老百姓息息相关的方面有了更多的认识。

首先最重要的就是熟悉基本的电力营业知识和简单的电力线路知识。头两天的培训时间很短，但内容却异常丰富，从服

务态度、流程，业务知识到服务热线业务处理工作标准，再是到工作现场熟悉对应用软件的实际操作。之后我们在师傅们的带领下很快就踏上了工作岗位。作为全国统一使用的95598电力服务热线，经济龙头上海的95598肩负的任务自然是比较重的。在实习的过程中我感受到了三个变化。

一是对电力行业的“服务”性质有了认识。前些年，电力行业被比喻为“电老虎”，此次实习让我看到了电力公司为改变在公众中的形象所做的努力，也感受到了不少居民对电力公司服务的认可。服务的规程在不断地完善，对服务态度的要求也很严格;对待特殊困难的人群给予特别的照顾和帮助;对待客户遇到的难题，尽力给予建议和帮助;认真对待用户的来点，以解决实际问题为主，对确实存在的问题不敷衍;在遇到用户的投诉和抱怨时，悉心聆听，寻求相互的谅解。遇上蛮不讲理的，也决不针锋相对。我们的苏班长说的好，坐在这里接电话，就要把自己当作公司的一员，要对自己说的话负责。也有遇到打来感谢电话的，很能提高工作积极性。

二是由对电业知识的几乎空白到对许多情况的基本掌握。什么样的故障是由居民自己或物业负责的，什么样的情况可以请电力部门的抢修师傅上门维修;过期电费在哪里缴付;如何申请安装分时电表.....在一天天的实习后，在身边师傅的指导下，逐渐地我们可以顺利地应付用户遇到的各类问题，也从中获得了不少新的认识。在工作之余，也会自觉地了解相关的知识，从而可以给用户以更好的服务。

三是从较为“稚嫩”地与用户对话到虽谈不上老练，但能较好地应答用户提出的问题和反映的现象。初到岗位上时，我们因为对业务的不熟悉和应答技巧上的欠缺，往往会犯这样或是那样的错误。询问地址不详细，下单下错单位，甚至告诉告诉用户错误信息，造成了不少不必要的麻烦。尽管一个多月下来了，遇到一些“突发情况”，一时无法解答，还是要请教身边的师傅，要学的也还有很多。

另外，在实习过程中也有别的收获。比如对上海的一些道路的名称，道路、新村所在的区域有了认识。虽然是用户报修多了自己“被迫”记住的，不过作为承询员，熟悉上海大街小巷也确实是业务能力的体现，有利于下发工作单的正确性，可以避免不必要的麻烦。

有时那里的工作也是枯燥的，需要每天重复相似的口径，比较佩服在这里连续工作了多年的师傅。特别是今年遇上了最大单日负荷，加上抢修情况又多，报修电话一个紧接一个，喧闹的房间里，为了与用户沟通，不得不提高嗓门。苏班长打趣说，自己的“破嗓子”就是在这里炼成的。

虽说是做3天休息2天，但对我这样从不熬夜的人要做“三班倒”，也确实有些不习惯。不过电力公司的师傅们对我们还是很照顾的，实习虽然已经结束了，但是在今后的工作中还有许多考验在等着我。相信这次实习会对将来踏上工作岗位有所裨益。

短短四周的实习就要结束了，时间虽短，但却让我获得了一些难忘的印象和体验，对电力系统的施工部门也有了初步了解，为以后的的工作和学习打下了一定的基础。 我实习的部门是电力工程部，承担电网建设、改造的施工单位，主要承建220kv及以下电压等级变电站及配套的送配电架空线路、电力电缆、光纤电缆等工程安装、架设施工和铁塔加工制造任务。工程部的工作辛苦，对技术性要求较强，而且是供电公司电力专业覆盖面最广的部门，因此也是电力系统里输送技术人才的摇篮。短短的四周时间里，在工程部领导的教育和培养下，在同事们的关心和帮助下，自己的工作、学习等方面都取得了一定的成绩，个人综合素质也得到了一定的提高。

我被分配到变电工程部的变电二次班实习。作为一名刚参加工作的新员工，面对新工作、新环境都是充满好奇和热情的，同时内心也有一些紧张与忐忑不安毕竟自己是一个新手，对变电运行方面的专业知识几乎一无所知。但是，在班长和班

里师傅们的悉心指导下，我还是受益颇多。通过在天河机场变电站、江夏东一园变电站施工现场的观摩学习，我对变电二次班组从电缆放线、接线、对线到线路调试与检测工作的基本流程有了一定了解，知道了变电站的基本构造、变电站建设的基本过程以及各种设备的主要用途。

虽然在端子箱和控制室里接电缆线这样的工作没有让我们尝试，但我还是力所能及地做好扎线、刀闸分合测试等工作，增加了自己的实际工作经验。在被调到总经理工作部帮忙的几天时间里，我也认真做好领导交给我的每一项任务，得到了大家的好评。在实习期间，我时刻严格要求自己，自觉遵守工程部的各项规章制度，吃苦耐劳，努力工作，在完成领导交办的工作同时，积极主动地协助其他同事开展工作，并在工作过程中提高自身各方面的能力。

实习期间不仅是我积累工作经验的重要阶段，也是我努力学习的宝贵时间。“三人行，必有我师”。工程部的每一位同事都是我的老师，他们丰富的工作经验对我来说是一笔宝贵的财富。因此，在认真完成各项工作任务的同时，我也找来了相关的资料努力学习电力专业知识，尤其是变电运作和继电保护方面的知识，虚心向班里的师傅们学习业务技术，以便为今后的工作打下基础。

作为新人，目前我所能做的就是认真工作、努力学习，在平凡的岗位上挥洒自己的汗水，焕发自己的青春与热情，使自己在基层得到的锻炼。在变电二次班实习的这段时间，早出晚归地跟着师傅们跑工地，让我体会到了电力系统基层工作的艰辛。同时，变电工人师傅们吃苦耐劳的精神也深深感染了 我。紧迫的工期、繁重的任务以及艰苦的条件，在变电工人眼中已习惯为工作中最平常的一部分。他们常常为了送电要熬几个通宵，常常在工地一住就是一两个月。

他们舍小家，顾大家，凭借团结拼搏的精神，上下拧成一股绳，用忠诚打造责任团队，用执行书写绚丽华章。这些奋战

在电力建设第一线的变电工人师傅们无疑是最可爱的人!此外，在工作中我还充分认识到了安全生产的重要性。从进电力工程部的第一天起，我们就开始进行安全教育。通过学习安全规程和安全事故通报，知道了有很多事故发生的主要原因是作业人员未认真执行安全操作规程，不按章作业，工作责任人现场查勘不到位。通过学习，强化了我的安全生产意识。在后来的实习过程中，我严格遵守在施工现场穿工作服、戴安全帽的规定，把“安全第一，预防为主”的思想落实到日常工作的每一个小细节中去。我想，这也是我在以后的工作中要充分注意的。

电力工程实训心得体会篇三

电力专业的学生通过在电力公司的实习，学习到了什么心得呢。下面本站小编为大家整理的电力有限公司实习心得，希望大家喜欢。

不知不觉中，电力公司暑期实习也临近尾声了。在一个多月的实习生活中，我不仅提高了自己的实际工作能力，丰富了自己的工作经验，还从中体会到了工作带给我们的各种酸甜苦辣，这也为我们今后的工作打下了一个坚实的基础。

记得在大三临近尾声时，我得知了在暑假期间有电力公司的实习岗位，于是我抱着试试看的心情去报了名。结果过了没多久，我就被通知给电力公司录取了，这让我既高兴又兴奋，使我有了一个很好的机会去体验社会生活，同时也能更好的近距离的了解电力公司，接受电力公司对我的考察。

在去电力公司上班之前，我们先接受了三天的培训。培训的负责人是我们热线服务部95598的主任，而给我们上课的也是热线服务部的员工。并且这位给我们上课的师傅尽是从电力学院毕业的，虽说他已经从电力学院毕业很久了，但毕竟是

我们的师兄，所以在平时的上课和聊天中总觉得很亲切，就好象是哥哥对弟弟的关心和爱护的一般。在培训期间，我们逐步了解了在以后的一个多月实习是在电力公司的热线服务部工作。因此，在培训的这段时间里，我们必须尽可能多的掌握相关的业务知识，从而让自己能尽快的成为一名合格的电力公司员工。

很快，三天的培训就结束了，我们开始正式踏上了工作岗位。记得第一天去电力公司上班时，心里总是不可避免的会产生一些疑问：要去做什么，该怎么做，不知道带我们的师傅怎么样等等。不过当我踏进热线服务部，所有的疑问和顾虑都消失了。这里所有的师傅都很和善，面带微笑的和我们每一个新来的同事打招呼。这让我们以一种愉快的心情开始第一天的工作。从那以后，每天上班我都会和师傅打个招呼，发自内心的说一声“师傅早”。有时候我会想，在我们平时的生活工作中往往有一些细微的东西会被我们忽略，比如一声问候，但它却能表达对同事对朋友的尊重和关心，也让他人感觉到被尊重与被关心。就这样，仅仅几天的时间，我就和师傅们打成了一片，很好的和他们交流，沟通和学习。

在电力公司的热线服务部，我被安排做一名回访人员。他的工作性质是对处理好的工作单进行客户回访，对客户进行一些相关的询问，例如抢修的人员服务态度如何，是否在规定的时间内赶到现场，对我们的承询人员服务态度是否满意等等一系列的问题。通常，客户对我们的服务质量都会感到满意。但是有时也会碰到一些状况，例如有些用户反映抢修人员没有帮他把故障处理好，由于我们刚开始工作，对业务流程不是很熟，所以难免会和用户解释不清，这时就需要师傅来帮我们解围，待师傅把问题处理好之后，就会和我们讲解如何处理此类问题，这让我们在今后碰到类似的问题时，能从容的面对。久而久之，我们在面对各种各样的问题时，在师傅的耐心的指导下，我们都能及时的把问题处理好，并且在以后的工作中我们也能独立的胸有成竹的处理好每一个问题。因此我觉得，要想在短暂的实习期间，尽可能多的学习

一些东西，这就需要和师傅有良好的沟通，加深彼此的了解，这样才能让师傅更有针对性的对你进行指导。

由于今年夏天的高温持续不下，由此也引发了电力故障频发，平均每天的电话接听量都在六七千个左右。因此我们作为承询员，在电话多的时候，要放下手中的回访工作，转而去接听电话，以减小热线电话排队等候的压力。尤其是在8月1日当天，我们热线服务部的接听电话量突破了一万次接听量的大关，也同时创造了近几年来电话接听量的历史最高记录。不过，值得庆幸的是，在我们热线服务部全体员工的努力下，最终还是挺过了这道难关。虽然在随后的几天中，电话量依然居高不下，但我们经过上万次接听量的洗礼之后，我们在面对类似突发状况时已经有了充分的准备，随时接受更严峻的考验。同时，我们在做回访时，有客户反映我们热线电话比较难打，我们也耐心和客户解释原因，并向客户承诺我们会以更优质的服务来回报客户对电力公司的一贯支持，最终得到客户的谅解，从而真正体现出我们电力公司用心服务的宗旨。

当然，在电力公司，我们除了要做好本职工作外，还要积极的去做一些自己力所能及的琐碎小事。比如，在休息室，看到饮水机的水没了，我们二话不说的主动去帮忙换水;在休息室休息时，看见师傅进来没位子了，我们会主动把自己的座位让给师傅等等。在平时休息的时候，我们会寻找合适的机会，向师傅请教问题，和师傅象朋友一样交流彼此的生活学习和未来的工作。这样在实习的过程中，师傅就会愿意更多的指导我们，使我们有更大的收获。

一、实习目的

全面的接触社会，了解社会。锻炼自己的动手能力，学会运用所学的基本知识分析实习中遇到的问题，初步提高分析问题和处理问题的能力。同时，也能开拓视野，完善自己的知识结构，达到锻炼能力的目的。为今后的学习和将从事的技

术工作打下坚实的基础。

二、实习时间

20xx年9月至20xx年2月

三、实习地点与单位

xx市电力公司供电所

四、实习内容

20xx年9月13日，我来到了xx市电力公司供电所开始了我的实习生活，在工作前，我们进行了安全生产教育，这是每一个参加电力工作者的必经之路。只有进行了安全教育才能走上岗位。安全事故通报使我知道有很多事故发生的主要原因是作业人员未认真执行安全操作规程，不按章作业，工作负责人现场查勘不到位。很多的事实证明，如果对危险点不预测、不防范和控制，那么，在一定条件下，它就可能演变为事故，后果不堪设想。安全生产要坚持“安全第一，预防为主”的思想，并切实落到日常工作的任何一个小细节中去。

一本血写的安全规则使我毛骨悚然，电力行业危险深深的印入我的脑海。做为我以后要从事的行业，我必须从现在做起!进入供电所后，我进行了营业厅收费、值班、报修、写记录、生产等工作，通过工作发现基层的工作是很艰辛的。底层的员工是公司最辛勤的劳动者，他们夏天顶着烈日，冬天顶着严寒骑着摩托车忙碌在服务客户的工作中。要是遇到电力故障更是不论刮风下雨，总是第一时间赶到事故现场，用最快的速度进行抢修，以免给客户造成巨大的经济损失。

本次电工实习使我对电工工具、电器元件及线路安装有一定的理论和实践基础，了解一些初步的线路原理以及通过线路图安装、调试、维修的方法;对电工技术等方面的专业知识做

初步的理解;培养和锻炼我们的实际动手能力，使我们的理论知识与实践充分地结合，作到不仅具有专业知识，而且还具有较强的实践动手能力，能分析问题和解决问题的高素质人才。

在学校我们学到的很多都是书本上的理论知识,从考试到学习，都是围绕书本的理论知识展开的，而很少会关心我们自己的实际动手能力，这一次的实习，让我们自己去发现问题，去想问题，去如何解决这个问题去亲手操作，实践，这个过程使得我觉得自己完成了一次质的飞跃，我更加明白了，其实我的电工之路还是很漫长的，还有着很多很多的东西我没有接触过，一山还有一山高的道理，现在才真切的体会到。

开始的时候，老师对电路进行介绍，我还以为电工实习非常简单，直至自己动手时才发现，看时容易作时难，人不能轻视任何事。连每一根电线，都得对机器，对工作，对人负责。这也培养了我的责任感。

我和公司的职工甚至领导都相处得很是融洽，大家对我也关怀备至，时常给我鼓励和帮助;我工作的时候也是兢兢业业，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谨慎小心，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。在这5个月底实习期间，我每天都跟着带我到老师一起出去处理事故，了解和学到了一些处理基本事故的方法，从中也得到了以下几点宝贵的社会经验。

第一：在与别人打交道时一定要主动积极。我自己本身是个相对比较内向的，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。比如在刚开始实习的几天内，我比较怯生，和办公室的几位同事打过招呼后就不敢说什么

了。虽说我是怕影响他们工作，也因为不了解工作环境不能顺利交流，但我也认识到了自己的不足，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。

在后来的实习中我已开始能和大家愉快的交流，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。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，由于对业务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，在领导没有分配任务的空暇里，我就常主动询问周围的工作人员有没有需要帮忙的，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。

第二：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，不能老是出错。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，甚至受老板批评责备，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，如果有必要一定要检验自己的工作结果，以确保自己的万无一失。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。而此时你也许不需要总是重复检验工作结果，但还是要对自己的工作认真对待，以免失误。

第三：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。

第四：要有丰富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有所熟悉，对自己业务所在范围内的业务技能也要熟练掌握，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很顺利地去应付。

五、实习总结

通过这次到供电所实践，我发现从理论到实践的这个过程并不想想象的那样简单，从开始就不断地遇到问题和困难，但是这样更锻炼了自己的思维，如何去把理论和实践结合，许多事情经过了自己去想，有思考，有实践，就会有收获，收获就意味着我的电工技术有了提高。通过这五个月的电工技术实习，我个人收获颇丰，这些都是平时在课堂理论学习中无法学到的，我主要的收获有以下几点：

3.本次实习增强了我的团队合作精神，培养了我的动手实践

能力和细心严谨的作风以及怎样与人相处并迅速的融入到其中。在学校学的东西本来就不是很全，现在接触了社会才发现自己还有很多不足的地方，所以在接下来的时间里，我将付出更大的努力去学习、去历练，为自己的人生创造更丰富的色彩。

电力工程实训心得体会篇四

根据公司安排，本人于__年3月15日至__年5月20日供电所高压班，主要针对10千伏线路与变压器的维护、检修。在这两个月期间我参与过电力抢险、户表归箱、变台上移、户表检查等工作。公司还在节假日给我们提供各种展现自己特长的平台。

一、供电所实习回顾

1做好春检春视，迎峰度夏工作

二、安全生产保持了较稳定的局面。

公司“明责任、严纪律、强监督、重奖罚的要求，把安全检查生产放在一切工作的首位，加强安全工作的领导，建立建全全方位，全过程的安全责任网络，全面落实安全责任层层签订控制事故责任书，建立了以所长为第一责任人的安全管理体系，积极参加公司组织各项安全活动，在安全教育上重视调查研究到施工现场了解实情，解决实际问题，注重工程建设期间的安全管理，狠抓了职工的安全教育，实行一月一考制度，签定了安全责任书，加大施工现场的纠章检查，发现问题及时纠正，保证了全所各项工作的顺利进展，由于管理严格，措施得力，确保了全过程的安全生产，杜绝了各类事故的发生，设备检修和树障处理到位，减少了配电事故率，配电设备完好率上升，按时召开安全线损分析会，针对实际

工作抓重点，查隐患，查事故苗关和不安全因素彻底清除安全死角，严肃处理违章违纪。

三、供电营业窗口建设，认真落实服务承诺和规范化管理

阆中电力总公司成立完善了管理制度，狠抓职工的职业道德教育，面对新的电力市经营情况，及时转变观念，以政策法规为准则，以优质服务为宗旨，加大以市经营观念和责任意识教育，调动职工认真为客户服好务，提高服务质量，多购多供电的积极性，规范工作程序，对客户实行承诺服务，客户中心坚持全天24小时值班，保宁供电所坚持16小时有人值班，对行动不方便的客户坚持上门服务，上门收费。如：杨海刚、赵键只要接到报修电话就立即上门检修，一般事故立即修，特殊事故说明情况作好解释工作不过夜。对于行动不方便的用户，主动上门去收费，一个月跑上三四趟，诚信服务尽最大努力减少欠费停电，受到用户好评。在实际工作中同志们更是积极主动，今年的城网改造工作，全所同志工作到人责任到人，谁分管的线路、台区，谁负责整改，放弃休息时间，不分星期假期每天工作都在十多个小时以上，同时，还要兼顾夜间值班，几乎每天都是在吃不上晚饭的情况下到所里坚持值班，在今年的夏季用电高峰中，没有发生一次因我们的责任造成大面积停电的情况。同时坚持了所长带班制度，人员不够时，不该值班的同志也到所里帮忙而毫无怨言，四月的一天，城南018线路突然断电，经查是水上娱乐城50kva变压器过负荷烧坏造成，为了让客户尽快用上电，胡所长亲自主持安排，另调了一台变压器，高压班几个师傅冒着30多度的高温，不怕油污、不顾劳累了一天，挑灯夜战、经过三个多小时，再22点前，重新更换了一台变压器，恢复了该院的正常用电，用他们辛勤的汗水和热情的服务，换来了客户满意。总之，不论是白天、夜晚、刮风、下雨，只要接到事故电话，同志们都能以最快的速度去帮助客户排忧解难，经过员工的共同努力，保证了夏季高峰的安全度过。

抄、核、收是我们营销工作的重点，直接牵涉到我们的经济

效益，在工作中，我们实事求是，每月按时抄表，不估抄，不漏抄，抄后及时审核纠错，把该收的收回来，不多收，不少收，按照城关所制定的考核办法，按月计算，全奖全罚，并进一步，明确责任，重申纪律，充分调动每个员工做好抄、核、收工作的积极性和自觉性。狠抓电费回收工作，根据局电费回收工作精神，把电费回收工作责任落实到位，做到有电送的出，电费就要按时结零，坚持谁管理谁负责的原则。特别是负责管理三元街、公安局等几个单位的师傅，每月都要跑上数趟，一趟找不到人就早上去堵，晚上到家里去要，真是费尽千辛万苦，想尽千方百计，经过全所职工的不懈努力，保证了每月电费的按时回收结零，并回收陈欠电费2万余元。

四、降损增效

损分析会，线损分析会上，对逐条线路的线损进行认真研究分析，及时掌握全所的线损情况。在召开线损分析会时，每人事先要拿出自己所管辖线路的月度线损分析报告，在会上一一发言，让大家品头论足，各抒己见，共同探讨。对于线损高的要认真查找原因，对症下药，提出下一步解决的办法;对于线路运行良好，线损稳中有降的线路，要善于总结经验加以推广，以达到相互学习相互促进之目的。分析会结束后，每人要写出月度线损分析报告进行存档，在下一次线损分析会上进行对照检查，看其措施是否落实，线损是否降了下来，是否收到了预期效果，并且对会上发现的问题必须马上整改，城南018线路的线损突然正常的8%突增到 13%，经过分析会上分析，排除设备原因后，大家一致认为可能有人偷电，会后，迅速组织全所人员连夜对该台区进行排查，当即发现有人偷电，事实面前该用户补足了电量，次月该台区的线损重新回归8%，这就是线损分析会的好处。

当然线损的高低，在管理模式适合的情况下，最终还是要有先进的设备。首先，根据负荷实测情况，调整各所的变压器容量配备，或进行线损技术改造，满足不同地区的负荷需求，

减少大马拉小车所造成的损耗。其次，要淘汰、更换高耗能变压器，积极推行节能型s11系列变压器，降低配变损。严格按规程定期校验及轮换电能表和互感器，尤其要注意对大用户的计量表计加强管理。利用农网改造机会，全面采用新型电子式电能表，不但计量更准确，更降低了电表的本身损耗，有效地缓解了取消表损对线损的冲击，优化供电方式，要对用电负荷大的低压用户宣传并合理配备低压补偿电容，减少无功电流，提高供电线路的负荷承载能力，确保理论线损降到最低点。

计量装置是线损管理的核心部位，电能表就好像在商品买卖交换过程中的秤，应该保证准确无误。对于供电所来讲，如果计量表失去准确性，或者是窃电者蓄意在计量表上做手脚，都会给企业带来巨大损失，也就会导致线损的升高。所以，在计量上要采取统一集权的管理办法。首先，要把好计量表的校验关，计量表要由具有校验资质的部门校验，其他任何单位和个人校验的表记应该不给予采用。其次，对每个配电台区的计量箱钥匙要由专人管理，管理者对企业要绝对的忠诚，不得有丝毫的贪心和私欲。农村低压客户也应如此，要由对工作高度负责的农村电工来统一管理钥匙，任何私人不得干预。否则如果计量箱的钥匙分散管理，一旦遇到个别私欲膨胀者，他们就可能乘隙而入，采取不正当手段来窃取电能，造成电量流失、线损升高。再次就是要定期做好计量装置的轮换工作，按照周期轮换确保计量准确。

五、实行安全挂帅

第一条 坚持“安全第一”方针

认真贯彻执行国家有关安全生产的各项政策和法规，坚持“安全第一、预防为主“的方针，严格执行《农村低压电力技术规程》、《农村低压电气安全工作规程》、《农村安全用电规程》、《农电事故调查统计规程》和有关电力安全、技术法规。

第二条 供电所安全管理主要职责

1.根据一组织安全培训及安全考核工作。

2.负责辖区内高、低压线路、输配电设备及用电设施的安全运行、巡视检查、维护检修、安装验收。按规程要求保证设备完好率和安全可靠性。

3.负责组织辖区内安全用电知识的宣传和普及工作。

4.认真宣传和贯彻执行《电力法》、《电力设施保护条例》等有关规定，依法保护电力设施。

第三条 基础工作管理

县供电企业要制定详细的供电设施更新和改造计划，确保设备健康水平。各供电所要建立健全设备健康状况、缺陷处理、事故检修、安全试验、安全检查、安全考核等各种台账、档案资料。

第四条 巡视检查管理

必须建立电力设施定期和不定期的巡视检查制度。制定巡视检查工作计划，责任要落实到人，巡视检查内容应符合《农村安全用电规程》的具体要求。巡视检查中发现的设备缺陷，必须认真做好纪录，对严重缺陷要及时处理，一般缺陷要列入检修计划，及时修复。

第五条 漏电保护器管理

农村用电户按《农村低压电力技术规程》的要求，装设漏电保护器。供电所负责配电台区内公用总保护和分支保护漏电保护器的安装、运行、维护管理，定期或不定期地进行检查和测试，并建立运行记录和测试纪录。

第六条 检修试验管理

建立设备检修和试验制度。按规程要求的试验周期，编制设备检修、试验及设备升级改造计划，并认真组织实施。做好设备管理工作，提高电力设备和用电设施的安全健康水平。供电所的安全生产器具和检修设备及仪器仪表，要按规程要求定期试验。

第七条 安全责任制

供电所要建立安全责任制，并纳入县供电公司的安全管理体系。所长为第一安全责任人，与县供电企业第一安全责任人签订安全生产责任状，对本所安全生产负全面责任。要设一名专职或兼职安全员，负责本所安全管理工作计划的具体实施，指导农电工做好安全用电管理工作，农电工要与供电所长签订安全考核内容，并与其工资奖励挂钩。

第八条 安全例会制

供电所定期召开安全生产例会。研究安全工作，组织职工、农电工进行规程学习。并组织考试，不合格者不得上岗。

第九条 安全合同管理供电所在与客户签订供用电合同时，要明确安全责任。安全责任划分以资产产权分界点为界。资产归谁所有，发生事故由谁负责。乡办或村办企业和个体企业电力设备若委托供电所代管，产权虽不属供电所，但发生责任事故后应由代管方负主要责任。

第十条 安全检查建立安全用电监察制度，定期进行安全检查，检查安全隐患、防范措施，做好安全事故的预防工作。

第十一条 ”两票、三制”管理供电所对线路、设备的运行、维护管理必须严格执行“两票”、“三制”。“两票”合格率达到100%。各供电所工作票签发人、工作许可人、工作负

责人由县供电企业组织统一考核，合格后确定，并发文分布。

第十二条 安全考核管理供电所要建立安全生产考核制度。每年进行安全工作总结评比，对安全工作做出贡献的人员给予表彰奖励;对违反安全规程、制度，造成事故或扩大事故、隐瞒事故者应视其情况严肃处理;对玩忽职守，造成重大事故责任者，依法追究法律责任。

六、实习总结

经过两个月在阆中电力公司的实习，阆电是一个规章制度严谨，奖罚分明，目标远大能成就人梦想的公司，公司推行的51312人才选拔，提高员工的工作积极性，在这里只要通过自己的不懈努力奋斗，想要就能得到。在这里自己吧在大学三年里所学的理论知识与实践相结合，而且还使自己的交际能力、表达能力、实践能力得到了提高。

电力工程实训心得体会篇五

**年8月4日，我拿着学校开具的实习证明来到xx电业局，人力资源处x处长得知我是电自研究生之后，笑着对我说：“去修试工区怎么样？那里的工作和电力系统自动化比较相关，是个技术含量很高的工区。只是可能会苦点,你会学到很多东西的。”于是，我便带着第一次接触“修试”这个词的茫然，以及即将面对新事物的兴奋，还有害怕自己不能适应的不安，踏入这个后来让我感叹半个月太短的修试工区。

xx电业局高压修试工区，是一个负责变电设备检测、检修管理工作的基层单位。工区的任务是艰巨而繁重的，但是并不

是我一开始想象的那样每日繁忙。在这度过的两周实习生活，实则相当平淡。每日都按照工区作息表早早来到单位，与师傅们一起上岗、出巡、检测、调试、看图纸、整理资料。期间最有幸的，是加入了工区xx年夏季“迎峰度夏奥运保供电”特别巡查的队伍，为了举国荣耀的奥运，也出了份绵薄之力。

由开始时的茫然、期待，到离开时的坚定、不舍，所收获的并不像大多数人（包括最初的我）猜想的那样：深奥的专业知识，或是高明的职业技巧，亦或电力公司的就业预订单；相反，更多的是淡定的生活感悟，完成琐碎任务的耐心，拓展开来的眼界，以及强烈的对自己的`无知的焦虑。

回想这个暑假，虽然没有了轻松，但轻松的人生亦易流于平淡。让自己苦点没什么，对将来的茫然以及对眼前的无知才是最可怕的。如乌申斯基所说“只有正视自己的无知，才能扩大自己的知识。”而“神圣的工作在每个人的日常事务里，理想的前途在于一点一滴做起。（谢觉哉）”