

服装设计实践心得(精选5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

服装设计实践心得篇一

精选服装设计个人实习心得(一)

这次实习我被安排到了xx集团的xx服饰意大利精品线长进行这次的重要实习场合，咱们都是在一线出产的处所进行学习，这里是出产男西服为重要的出产力量远销海外，这里面给人感慨最深的就是严格的管理轨制跟进步的出产设备。以下是我的毕业实习报告：

车缝车间

服装缝制出产过程的公平组织是进步服装出产的重要保障，其目标是使产品在缝制出产过程中的工艺路线最短，加工时光最省，耗费最小，出产出满意客户请求的产品。所以要做好工艺设计，也即把人，设备跟空间公平川组合起来。第一步就要做好车缝上线筹备工作：设定好工段人机安排图，由段长根据目标产量，对工段均衡出产做好人员调配，上交ie人员(本文来自中科软件园审核，并熟悉懂得该单的工作流程因为在车缝车间时光较长，而机台都是固定员工把持，主任也很难怎么给咱们调配工作。我禀着以起码的时光懂得最多公司的情况跟尽可能学到更多的常识的准则，采取了多看，多问，多着手，多猜忌的立场，在实现领导安排的任务情况下争夺多做事件，看了大量该公司的文件，如人机安排图，外发派工单，订单过程表，单元流水工序排图，出产配料单工艺制造单等等。在参观车间的过程中深进懂得了大货出产

的工艺流程。对工段均衡出产做好人员调配，上交ie人员审核，并熟悉懂得该单的工作流程。

裁床部

xx集团完全主动化的裁床设备。

拉布的过程：我跟一位员工从布匹拉露面料，另两位员工将面料与裁床上的排板末端记号叠对整洁，用压铁固定面料末端的地位，拉直面料(避免面料起皱跟适度拉)而后我跟先前那位员工断料。始终反复上述的工序，一匹布拉完后，假如面料的正背面差别不明显，则要展上隔层纸，再拉另一匹布，以避免色差疵点的产生。假如面料的正背面差别明显，则不须要隔层纸，只有接匹时把面料反过来展就行。反复上述的工序，展到工艺所需的层数为止。

拉完布后，展上排料图，开端裁剪。扎单的作用：便于缝仍冬用于算数量便于结算工资。为了避免色差疵点的产生要进行编号。最后把裁片送到车缝车间。

通过亲身参加，不仅深刻懂得了裁床的工作，而且对排料图的纸质，隔层纸跟底纸的作用，线段长如何安排工作等等都有了深刻懂得。

样品组

我在样品组熟悉了很多布料，像涤纶消光塔丝绒，尼龙半光尼丝纺等面料，及色彩丰富的涤纶半光塔夫绸等里料。还有总类繁多的辅料，包含拉链(是否特指，如ykk□ycc□sbs)□绳、扣、风眼、花边、松紧带、主标、水洗标、吊牌、装潢牌等。

样品组相称于一个稀释的出产部分，它贯穿裁剪，车缝，测验，包装全部出产过程。在样品组的车工要有很高的车缝技巧，他们中很多都有七八年的工作教训，除了车缝技巧高，

他们还要有看懂样品须要表的才能。

我跟定一位员工，看他裁好衣片，而后配好相应的辅料，而后车双针，刷画粉，接下来的把持跟车缝车间一样。只不过车缝车间每个员工只负责多少道工序，而样品组肚ㄣ实现一件衣服的全部制造。我帮他剪线头，一边看他如何做前片，后片，里布，最后缝合成一件。

我也参加了品德测验跟后整包装。品德测验包含尺寸测量跟外观品质检查。有代用罗纹或下兰的，做储存时必定要预估罗纹或下兰的弹力，做好后必定要差别尺寸请求。外观品质检查就是看有没口袋爆口，欠里，浮线，针洞，扣子不良没打枣，跳线，掉色等等。而后把品质过关的服装按客户的请求进行包装，这是做为大货出产的服装。而作为样衣的服装则送到车缝车间做样衣。

后整包装

总检组

做为总检组的员工，必定要对服装测验常识非常懂得。我以总检组两天的实习经历对她们的工作请求做了实习报告总结。他们这是很重要的环节，因为他们差未多少就是相称于客户的请求。

以上是我的实习报告，在实习过程中，我学会了很多，在当前的实际工作中，我会加倍尽力，使本人的工作做到更好。

毕业实习作为本科教养的重要实际环节，其目标是结合大学阶段所学常识，对存在代表性的城市进行服饰、面料风行信息调研，分析、总结风行信息，并在服装公司进行实习，更全面的懂得服装出产状况、出产流程、出产工艺、销售状况等企业信息。通过实习培养同窗分析标题、解决标题标才能，收集毕业设计须要的信息，为顺利实现毕业设计打下良好的

基本。在这一个多月的实习中我学到了很多以前在课堂上跟书本上根本就学不到的常识，甚至是以前渴看得悉的常识。在这里我要特别感激xxxx公司给我的这一实习机会跟负责领导我的上司季总。根据毕业实习的请求，本次咱们的毕业实习重要是缭绕服装设计技巧学习，通过实习懂得社会，懂得企业，懂得服装这个行业的发展，培养主动适应社会各种工作岗位须要的素质跟才能;培养职业素质，适应新的人际关联。这次实习是我第一次走向社会，闭会与校园完全不同的生活状况，由此带来的感触是全新的，生活也是全新的。

参考服装设计个人实习心得(二)

我由不认识到逐步认识的过程中，我在采购和思想上有了明显收获，现以实习报告如下：

实习主要内容:由于种.种关系，本人在实习期间跟随相关的采购人员进行学习，主要学习采购相关方面的知识。1、调查各大原料厂的相关背景，供应物料的质量和价格状况。进行对比，选择合理的原料供应商。2、熟悉不同原料的差易，学会判断和检测物料的质量。3、处理好各方面的人际关系，因未来发展铺路。4、合理选择原料的供应商，订立合同关系，学习相关的合同法律知识。5、有时会涉及到仓库管理的相关方面，认识到怎样合理地进行采购。

我在实习的一开始，对采购的知识进行学习，我感觉很简单，把采购的注意事项了解了就算是成功了可以自己采购了，所以我自己认为掌握了采购方法。通过跟随采购人员进行学习相关知识之后，采购人员给了我一次自己采购的机会，当时我脑子很空，不知从何下手，这时我渐渐明白了做好采购工作不是一件容易的事，采购有不同的方式方法可以运用，自己不懂的地方还有很多，通过细思我才了解到，要想达到一定的采购水平，必须从基础知识做起，有了扎实的基础知识，才能进一步深化自己的采购水平。

在实习过程中，思想上，我严格要求自己，刻苦钻研基础知识，积极学习各种采购的方式方法，踏踏实实一点也不放松，我认为好的学习方法对学习知识很有帮助，所以每次实习过后都会总结一下经验，来提高自己的学习方法，但我没有满足，在休息的时候，查找学习相关的资料，不但掌握和提高了采购水平，也学到了一定的理论知识，领悟到了在采购前应准备的几点要素，同时也巩固了专业技能，更为重要的是，这也是理论与实践的一次尝试，是理论指导实践，实践丰富理论的体验，在这个过程中，我获得了团队协作的锻炼，独立思考能力的提升，同时，为以后实践学习打下坚实基础。

经典的服装设计个人实习心得(三)

在这次实习过程中不仅让我懂得到了以前不晓得的常识，更让我在这次外出实习中，有机会接触社会，锤炼了我的人际交往才能跟自理才能。更重要的是让我在实际中广阔了思路，懂得了更多的创意元素，使我在服装设计方面得到了很大的启发起程，同时也总结了一些工作时要留心的货色，首先咱们要与别人坦诚相待，这样才干保持很好的沟通，其次咱们要主动踊跃往做事。在公司也让我懂得到我国服装界的现状，今天，充斥着咱们事实生活的古代中国服装，是西方服饰文化的照搬。只管有中山装以及一批冠以民族改进服装形制，但已经不是完全意思上的、民族文化母体中脱变出来的古代服饰文化状况了。假如说硬性夸大今天服装的“中国特点”，只是在西服中塞进一些民族文化的符号罢了。咱们应当站在民族文化的本源中往找咱们民族服装古代化的思路。最后大学生活还剩未多少的时光了，咱们更加要认清本人，要放松时光，爱护学校所发明的良好学习环境，始终充实本人，今后以更加踊跃的姿势面对学习跟工作中的艰苦跟挑衅，多想解决当初我服装界标题标方法从成熟演变为成熟的。

另外通过我在公司里的实习我明白了怎么做才干成为一个设计师心态很重要，在工作中切忌眼高手低，浮躁。摆正本人的地位，认清本人的才能，才干安心的工作。其次风格很重

要，可想而知设计师要是不本人的风格是会怎么，做服装设计要有本人的风格，但本人的风格也要与公司的服假装风雷同，不然迟早也会被公司，被社会淘汰。最后，沟通和谐才能很重要，假如不懂得跟身边的人沟通和谐，所谓的设计师也就做不下往了，不同品位的人要换不同的沟通方法。要想先做好事就要先做。

模板服装设计个人实习心得(四)

这次实训被分配到后整理车间工作，在公司的安排和老师的指导下，我积极参与整理车间的相关工作，对该公司的治理制度、一些部分的职责、生产流程、服装的一些基本知识有了一定的了解。同时也深切感受到了指导老师、同事们的关怀与热心帮助，团队合作精神与敬业精神。

这次实训固然时间不是很长，但让我受益非浅，是一次真正的理论与实践的相结合。通过这次实训我了解到了服装企业生产的全过程，进步了动手能力和实际解决问题的能力。向工人师傅们学到不少的经验。这是个知识化的社会，知识是必备的。机会总是为有预备的人留着。这次实训是一次理论与实践的一次尝试，在这个过程中，我获得了团队协作的锻炼，独立思考能力的提升，实践丰富理论的体验，同时也积累了工作经验，为以后的工作打下坚实的基础。这是我第一次与社会接轨，从学校到社会，让我感到了理论与实践的重要性，没有好的实践是学不到什么东西的。还让我明白了人际关系的重要性，要学会于人好好相处，关爱他人。总之，这次实训让我进步了很多，也给我指明了今后该努力的方向。最后要感谢xx有限公司给了我这个实训的机会以及同事们给我的帮助和关爱，还要感谢潘师傅对我的指导及教诲。

我们实训所在的工厂是广州欧雅服装公司有限公司下属的时装分公司，具有所加工的产品种类繁多，变化快，且产品完成质量好，工艺规范等诸多优势，非常适合作为我们学习观摩的服装企业。这是我第一次正式与社会接轨，踏上工作岗

位，开始与以往完全不一样的生活，从学校到社会，环境的转变，身边接触的人也完全换了角色，老师变成老板，同学变成同事，相处之后完全不同，一切都处在巨大的转变中。

刚一到厂的时候，我们先是整体的参观了整个厂区布局，对公司有了一个整体的认识，工厂虽然规模庞大却也并不是我们所想象的那样复杂，各个生产部门都是有条理的，安排的方式都是有效率的，这些是我们以后需要去深入了解的，毕竟学校对于我们的培养得方向是高级技术岗位实用性人才，除了对技术的精益求精外，更要对整个服装产业做到一目了然，才能从根本上推动服装行业的发展。

我们的日程安排根据实训内容规定的四个方面，实行的是分组轮换制，每一个阶段约为四周左右，在第一阶段，我被分到了公司技术部的制板室，这让我心中一阵暗喜，我喜欢打板师这个职业，因为我喜欢思考，对数字敏感，对服装的变化好奇，制板这门技术把服装款式设计的感性思维上升到了理性分析的层次。

可是在第一天的时候我就开始犯难了，一个难题摆在了我们的眼前，公司的制版方法与课堂上的理论有很大的差异：1公司比例制图方法与学校原型制图法的差别。2因为公司是以外贸服装加工为主，所以版型的设计是以客户订单和样衣为标准的，外贸服装严格的数据精确度如：前浪18.5，后浪30、袖笼高26.5……而且有许多专业名词使我们从未使用过的。3订单上所提供的尺寸都是成衣尺寸，不需要再在考虑原型法里所说的放松量，4订单上所使用的尺寸都是以英寸为单位计算，等等。这就使得我们必须迅速的适应这一转变，换一种思维和方法制作出符合订单尺寸且外形美观的纸样。

其次，国外服装与国内服装在板型尺寸上有相当大的差异：1服装中休闲服居多，在尺码上较国内的大，及其宽松。2裤子不分男女以低腰为主。3除夏装外，服装面料较厚，衣袖普遍较长4在色彩的选择上一般以灰、黑色、墨绿色、石头色、米

色为主，也有少量的纯白色。与我们国内的服装习惯用色、搭配都不大相同。5衣服上基本上都有口袋，数量相对来说比较多，并且许多都是立体口袋。

在连续试打了两个款式的样衣板后，才慢慢琢磨出一些滋味，其实，在制板的时候无论“原型法”还是“比例法”，各有各的优势所在，要融会贯通综合运用，才能做出更精确，更美观的纸样。

在这期间，我们还参观了尼彼欧的ccad中心，尼彼欧使用的法国进口的力克cad系统，在这里我第一次见到了完整地服装cad系统，真是大开眼界阿，在尼彼欧cad的使用主要用于放码的，师傅做好的母板，用扫描仪输入进电脑里，再进行号型放缩，大大提高了工作效率，以往用手工一两天才能完成的放码工作，用电脑几十分钟就可以完成，而且精确度还要优于手工。完成后的大货板(工业纸样)通过笔式绘图仪打印在麦架纸，而且绘图仪使用普通圆珠笔成本极低，一套完整的纸样只需几个小时就可以投入生产使用。

其次一般工厂都有纸样间用来保存纸样，多年来积存下来的纸样非常多，不但占用房间，保存困难，而且查询非常麻烦。使用cad以后让所有的纸样都成为数字，不管有多少纸样都可以保存在计算机里，每时每刻轻松查询。

不过可惜的是，因为设备昂贵，我们不能亲自上手体验一下，只能期待以后的机会了。

转眼之间，两个月的实训期即将结束，回顾这两个月的实训工作，感触很深，收获颇丰。这两个月，在领导和同事们的悉心关怀和指导下，通过我自身的不懈努力，我学到了人生难得的工作经验和社 会见识。我将从以下几个方面总结服装设计岗位工作实训这段时间自己体会和心得：

一、努力学习，理论结合实践，不断提高自身工作能力。

在服装设计岗位工作的实训过程中，我始终把学习作为获得新知识、掌握方法、提高能力、解决问题的一条重要途径和方法，切实做到用理论武装头脑、指导实践、推动工作。思想上积极进取，积极的把自己现有的知识用于社会实践中，在实践中也才能检验知识的有用性。在这两个月的实训工作中给我最大的感触就是：我们在学校学到了很多理论知识，但很少用于社会实践中，这样理论和实践就大大的脱节了，以至于在以后的学习和生活中找不到方向，无法学以致用。同时，在工作中不断的学习也是弥补自己的不足的有效方式。信息时代，瞬息万变，社会在变化，人也在变化，所以你一天不学习，你就会落伍。通过这两个月的实训，并结合服装设计岗位工作的实际情况，认真学习的服装设计岗位工作各项政策制度、管理制度和工作条例，使工作中的困难有了最有力地解决武器。通过这些工作条例的学习使我进一步加深了对各项工作的理解，可以求真务实的开展各项工作。

二、围绕工作，突出重点，尽心尽力履行职责。

在服装设计岗位工作中我都本着认真负责的态度去对待每项工作。虽然开始由于经验不足和认识不够，觉得在服装设计岗位工作中找不到事情做，不能得到锻炼的目的，但我迅速从自身出发寻找原因，和同事交流，认识到自己的不足，以至于迅速的转变自己的角色和工作定位。为使自己尽快熟悉工作，进入角色，我一方面抓紧时间查看相关资料，熟悉自己的工作职责，另一方面我虚心向领导、同事请教使自己对服装设计岗位工作的情况有了一个比较系统、全面的认知和了解。根据服装设计岗位工作的实际情况，结合自身的优势，把握工作的重点和难点，尽心尽力完成服装设计岗位工作的任务。两个月的实训工作，我经常得到了同事的好评和领导的赞许。

三、转变角色，以极大的热情投入到工作中。

从大学校门跨入到服装设计岗位工作岗位，一开始我难以适

应角色的转变，不能发现问题，从而解决问题，认为没有多少事情可以做，我就有一点失望，开始的热情有点消退，完全找不到方向。但我还是尽量保持当初的那份热情，想干有用的事的态度，不断的做好一些杂事，同时也勇于协助同事做好各项工作，慢慢的就找到了自己的角色，明白自己该干什么，这就是一个热情的态度，只要我保持极大的热情，相信自己一定会得到认可，没有不会做，没有做不好，只有你愿不愿意做。转变自己的角色，从一位学生到一位工作人员的转变，不仅仅是角色的变化，更是思想观念的转变。

四、发扬团队精神，在完成本职工作的同时协同其他同事。

在工作间能得到领导的充分信任，并在按时完成上级分配给我的各项工作的同时，还能积极主动地协助其他同事处理一些内务工作。个人的能力只有融入团队，才能实现最大的价值。实训期的工作，让我充分认识到团队精神的重要性。

团队的精髓是共同进步。没有共同进步，相互合作，团队如同一盘散沙。相互合作，团队就会齐心协力，成为一个强有力的集体。很多人经常把团队和工作团体混为一谈，其实两者之间存在本质上的区别。优秀的工作团体与团队一样，具有能够一起分享信息、观点和创意，共同决策以帮助每个成员能够更好地工作，同时强化个人工作标准的特点。但工作团体主要是把工作目标分解到个人，其本质上是注重个人目标和责任，工作团体目标只是个人目标的简单总和，工作团体的成员不会为超出自己义务范围的结果负责，也不会尝试那种因为多名成员共同工作而带来的增值效应。

优秀的服装设计个人实习心得(五)

长这么大第一次到服装厂，我是学服装这一行的，但一直却没身临其地过，所以特别期待的，期待看到服装厂的结构到底是个什么样的框架.....一大早，我七点钟就收拾好了准备随时出发，过了一会我们按照事先指定的时间地点聚集到

了一起等候校车的到来。过了一会车来了，我们上了车，一路上欢歌笑语到达了高华服装厂。

到达厂子之后，首先应入眼帘的是高华服装厂几个醒目的大字，我们在老师的带领下来到了三楼会议厅，听了董事长以及她女儿的一番介绍后，我们对这个厂子有了简单的了解，之后，董事长的女儿让我们每个小同学把自己的意愿填在一张纸上，我写的是质检项目，然后她按照我们每个人的意愿分配好了各自的实习项目，因为我们是初次到服装厂里实习，所以厂子里的领导要我们每个同学都从基层做起。我选的是质检，之后我们就被一个叫孙姐的阿姨带到了一楼的一个车间。

进入这个车间给我的第一个印象就是特别的有秩序，他们的每道程序都是分得特别清楚，每个工人都在指定的位置做着他们被分配好的任务，而且是很有条不紊的，这个车间大概的几个工作项目就是一检，整烫，二检，然后还有钉扣，修补等方面的工作。接着我们在孙姐的带领下进入了一检的行列中，孙姐对我们特别的优待，从别的姐姐那给我们每个人借来了坐垫给我们做，生怕我们这些娇生惯养惯了的孩子被板凳凉着，我很感动。

然后孙姐教我们怎么样进行一检，交完，她去做她的二检工作，我们几个面对面的坐成两排，小声的有声有笑的边议论边按照孙姐的标准开始工作拉，我们每个人都很认真地在那做着，也很有劲头，不过我们这些没工作过的小同学哪有那些工厂里的那些师傅们那样的耐性呀，没到11点我们由于一直坐在那做着重复的工作，所以就开始有点厌烦了，盼望着中午休息，到了十一点二十，我们终于可以休息了，我们来到食堂，由于我们每个人都特别的累，所以就大口大口的吃起了食堂师傅给准备好的午餐，虽然食堂的午餐每个菜看上去好象都没有油水似的，而且还特便宜，不过我们同学吃的还是很高兴，所谓那句老话累的时候吃什么都香。

在中午休息的时候，我自己又随便的参观了一下整个工厂，觉得他们整个的生产流程真是有条不紊的，让人觉得经营一个厂子有多么的不容易，需要方方面面，周周到到的考虑才能实施生产才可以，而作为这个厂子的领导更是有着很强的领导能力才行。

下午，我们又以同样的热情和耐心工作着，直到下午四点半，我们坐着校车离开了高华服装厂。

这一天，我虽然很累，不过给我的感触很深，我觉得我们这些大学生的肩膀都太柔弱了，等到我们步入社会会很难适应的那时的环境的，我们有时会过高的估计自己的能力，这样的想法和心态都是不正确的，看到那些工厂师傅，他们做的那些活真是漂亮，手到眼到，可我们却都是眼高手低的，我很羡慕那些师傅们的本领和耐性.....所以，我今后要努力提高自己各方面的能力，要有真正的本领，去适应这个未来属于我们的社会！

服装设计实践心得篇二

刚一到厂的时候，我们先是整体的参观了整个厂区布局，对公司有了一个整体的认识，工厂虽然规模庞大却也并不是我们所想象的那样复杂，各个生产部门都是有条理的，安排的方式都是有效率的，这些是我们以后需要去深入了解的，毕竟学校对于我们的培养得方向是高级技术岗位实用性人才，除了对技术的精益求精外，更要对整个服装产业做到一目了然，才能从根本上推动服装行业的发展.

我们的日程安排根据实习内容规定的四个方面，实行的是分组轮换制，每一个阶段约为四周左右，在第一阶段，我被分到了公司技术部的制板室，这让我心中一阵暗喜，我喜欢打板师这个职业，因为我喜欢思考，对数字敏感，对服装的变化好奇，制板这门技术把服装款式设计的感性思维上升到了理性分析的层次.

可是在第一天的时候我就开始犯难了，一个难题摆在了我们的眼前，公司的制版方法与课堂上的理论有很大的差异：1公司比例制图方法与学校原型制图法的差别.2因为公司是以外贸服装加工为主，所以版型的设计是以客户订单和样衣为标准的，外贸服装严格的数据精确度如：前浪18.5，后浪30、袖笼高26.5……而且有许多专业名词使我们从未使用过的.3订单上所提供的尺寸都是成衣尺寸，不需要再在考虑原型法里所说的放松量，4订单上所使用的尺寸都是以英寸为单位计算，等等.这就使得我们必须迅速的适应这一转变，换一种思维和方法制作出符合订单尺寸且外形美观的纸样.

其次，国外服装与国内服装在板型尺寸上有相当大的差异：1服装中休闲服居多，在尺码上较国内的大，及其宽松.2裤子不分男女以低腰为主.3除夏装外，服装面料较厚，衣袖普遍较长4在色彩的选择上一般以灰、黑色、墨绿色、石头色、米色为主，也有少量的纯白色.与我们国内的服装习惯用色、搭配都不大相同.5衣服上基本上都有口袋，数量相对来说比较多，并且许多都是立体口袋.

在连续试打了两个款式的样衣板后，才慢慢琢磨出一些滋味，其实，在制板的时候无论“原型法”还是“比例法”，各有各的优势所在，要融会贯通综合运用，才能做出更精确，更美观的纸样.

服装设计实践心得篇三

假期间我为了增加实践经验，我到了服装厂进行实习,短短的1个月中,使我经历了很多,成长了很多.在这1个月的实习中,我由不认识到逐步认识的过程中,我在采购和思想上有了明显收获,现以实习报告如下:

实习主要内容:由于种种关系,本人在实习期间跟随相关的采购人员进行学习,主要学习采购相关方面的知识。

- 1、调查各大原料厂的相关背景，供应物料的质量和价格状况。进行对比，选择合理的原料供应商。
- 2、熟悉不同原料的差易，学会判断和检测物料的质量。
- 3、处理好各方面的人际关系，因未来发展铺路。
- 4、合理选择原料的供应商，订立合同关系，学习相关的合同法律知识。
- 5、有时会涉及到仓库管理的相关方面，认识到怎样合理地进行采购。

我在实习的一开始，对采购的知识进行学习，我感觉很简单，把采购的注意事项了解了就算是成功了可以自己采购了，所以我自己认为掌握了采购方法。通过跟随采购人员进行学习相关知识之后，采购人员给了我一次自己采购的机会，当时我脑子很空，不知从何下手，这时我渐渐明白了做好采购工作不是一件容易的事，采购有不同的方式方法可以运用，自己不懂的地方还有很多，通过细思我才了解到，要想达到一定的采购水平，必须从基础知识做起，有了扎实的基础知识，才能进一步深化自己的采购水平。在实习过程中，思想上，我严格要求自己，刻苦钻研基础知识，积极学习各种采购的方式方法，踏踏实实一点也不放松，我认为好的学习方法对学习知识很有帮助，所以每次实习过后都会总结一下经验，来提高自己的学习方法，但我没有满足，在休息的时候，查找学习相关的资料，不但掌握和提高了采购水平，也学到了一定的理论知识，领悟到了在采购前应准备的几点要素，同时也巩固了专业技能，更为重要的是，这也是理论与实践的一次尝试，是理论指导实践，实践丰富理论的体验，在这个过程中，我获得了团队协作的锻炼，独立思考能力的提升，同时，为以后实践学习打下坚实基础。

服装设计实践心得篇四

在实践的间隙，我和一些公司里的同事们交流沟通，从他们那知道了工作的不易，外出打工的艰辛，也知道掌握一门技术在如今的社会是多么的重要。相对其他而言最重要的还是责任感，在学校的学生会，社团工作时已深有体会，对于每一个活动都要尽心尽责，而在实践中，责任心则变得更加重要，特别体现在赶货的那两天，当交到你手上的货物不能及时交货时，你就有可能影响整批货物的出货时间，会给公司带来难以预计的损失，可谓是责任重大。虽然现在我还是一名大学生，但早晚也要走向社会，现在学会对自己所做的事负起责任，才能为自己在两年之后真正踏出校门打下一个良好的基础。

翻翻日历，实践的日子已渐渐地离我远去了，但实践的点点滴滴在我脑海中依然清晰如在昨日。从第一天面对数据的无可奈何，到之后挂吊牌的手足无措，再到后来绣花的熟能生巧，每一天都在接触新鲜的事物，每一天都在迎接新的挑战，一天天，一点点的在进步，慢慢的步入正轨。虽然曾经累到不行，虽然曾经想过放弃，虽然曾经不断的在抱怨，但庆幸的是我熬过来了，这也让我真正的体会了坚持的重要。

社会主义高校是以培养学生成为有理想、有道德、有文化、有纪律的一代新人为根本目标的。因此，各高校纷纷开展大学生暑期社会实践，以期望通过开展此项活动达到在提高大学生社会适应能力的同时，服务社会。在亲身经历了大一及今年的暑期社会实践后，对于社会实践多了一份自己的感想，多了一份收获，明白了许多书本上没有的东西：

一、待人要真诚

踏进办公室，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声早晨或早上好，那是我心底真诚的问候。我总觉得，

经常有一些细微的东西容易被我们忽略，比如轻轻的一声问候，但它却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和同事们打成一片。我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，愿意在工作中教我，让我能尽快的融入环境。

二、要善于沟通

沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。认识一个人，首先要记住对方的名字。了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。只有善于表达自己的想法，才能更好的与同事和领导互动，让他们尽快熟悉了解自己。

三、要有热情，耐心和信心

不管在哪个行业，热情，耐心和信心都是不可或缺的。热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗；耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精；信心让我们相信自己，相信伙伴，共同努力，积极进取。激情，耐心和信心相互促进，不断碰撞出最美丽的火花，使工作充满欢乐，也提高了工作的效率。

五、要主动出击

我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似复印打字杂活。或许同事们认为你是小字辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不知道你能做什么。做杂活是工作的必需，但在领导给我考验的时候，一定要主动出击，把握好每一次的机会。有些东西不能选择，有些东西却可以选择。当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的主动请缨却能为我赢得更多的机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

六、要讲究条理

如果你不想让自己在紧急的时候手忙脚乱，就要养成讲究条理性的好习惯。做什么事情都要有条理，这是经理给我的忠告。其它的工作也一样，讲究条理能让你事半功倍。一位在美国电视领域颇有成就的成功人士讲过这么一个故事：他当部门经理时，总裁惊讶于他每天都能把如山的信件处理完毕，而其他经理桌上总是乱糟糟堆满信件。师兄说，虽然每天信件很多，但我都按紧急性和重要性排序，再逐一处理。总裁于是把这种做法推广到全公司，整个公司的运作变得有序，效率也提高了。养成讲究条理性的好习惯，能让我们在工作中受益匪浅。

的确，在社会实践中，我们学到了很多新的东西。这也让我明白大学生生一毕业就去创业，不是一个明智的选择。毕竟大学生的社会阅历还不是很成熟。许多事情都不是顺顺利利的，要应付各种各样的状况，除了自身的能力以外，还要借助社会的磨练。

在走进大学的同时，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题，而如今的招聘会上的公司做的招聘要求都写着有经验者优先。而暑期社会实践，则正好给了我们这样一个机会。拓展了自身的知识面，扩大了与社会的接触面，增加了自己的工作经验，锻炼和提高了自己的能力，在离开校园前能够融入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题。

服装设计实践心得篇五

在这次实习过程中不仅让我懂得了以前不晓得的常识，更让我在这次外出实习中，有机会接触社会，锤炼了我的人际交往才能跟自理才能。更重要的是让我在实际中广阔了思路，懂得了更多的创意元素，使我在服装设计方面得到了很大的启发起程，同时也总结了一些工作时要留心的货色，首先咱

们要与别人坦诚相待，这样才干保持很好的沟通，其次咱们要主动踊跃往做事。在公司也让我懂得到我国服装界的现状，今天，充斥着咱们事实生活的古代中国服装，是西方服饰文化的照搬。只管有中山装以及一批冠以民族改进服装形制，但已经不是完全意思上的、民族文化母体中脱变出来的古代服饰文化状况了。假如说硬性夸大今天服装的“中国特点”，只是在西服中塞进一些民族文化的符号罢了。咱们应当站在民族文化的本源中往找咱们民族服装古代化的思路。最后大学生活还剩未多少的时光了，咱们更加要认清本人，要放松时光，爱护学校所发明的良好学习环境，始终充实本人，今后以更加踊跃的姿势面对学习跟工作中的’艰苦跟挑衅，多想解决当初我服装界标题标方法从成熟演变为成熟的。另外通过我在公司里的实习我明白了怎么做才干成为一个设计师心态很重要，在工作中切忌眼高手低，浮躁。摆正本人的地位，认清本人的才能，才干安心的工作。其次风格很重要，可想而知设计师要是不本人的风格是会怎么，做服装设计要有本人的风格，但本人的风格也要与公司的服假装风雷同一，不然迟早也会被公司，被社会淘汰。最后，沟通和谐才能很重要，假如不懂得跟身边的人沟通和谐，所谓的设计师也就做不下往了，不同品位的人要换不同的沟通方法。要想先做好事就要先做。