

# 实训的心得体会和收获(大全11篇)

培训心得是在参加培训活动后对所学知识和经验进行总结和反思的一种重要方式。小编为大家整理了一些写作精彩的培训心得，希望可以帮助大家更好地写出自己的心得体会。

## 实训的心得体会和收获篇一

在这次的电子商务实训中，挫折与成就感并存着。一开始的时候，常常是丈二和尚摸不着头脑的，一方面也是因为自己急于求成，感觉完全没有思绪，就是瞎做一通。后来，请教了一下比较有门道的同学，加上自己仔细研究了目录，渐渐的有了明确的思路，做起来也就得心应手了。特别想提的还有一点：细节与耐心是很重要的。这是一次有趣又实用的实训课。通过这实训，在短暂的时间里我初步接触到b2c□b2b电子商务的流程，完成了各项交易。虽然平常也经常网购，但也只是以一个消费者的身份了解其流程，这次实训多个角色都由自己完成，更加深刻的了解到b2c的整个流程；也懂得了商品的内贸交易及外贸交易。同时，深刻地体会到理论与实训相结合的重要性。

这次实训极大的培养了我的`自学能力，没有老师的全面指导，没有充分的基础和准备，在实训的几个小时里，自己逐渐摸索，一步步实训。最后的喜悦是无法言语的。我认为像这样的实践课是非常有意义的。它比抽象难懂的理论课要更加的吸引人，更加锻炼一个人的自学能力。

通过这次实训，让我更深刻地认识到电子商务的特点和应用领域，学习和体会到了电子商务的核心思想。在亲身实践电子商务的过程中通过各个不同角色，让我对电子商务主要的交易流程和核心理念了解更深。在不同的角色，从不同的角色参与其中，让我更加认识到掌握实际应用技能的重要性。在现代的信息时代中，多种交易都是通过网络实现的，于是

对于掌握这方面的知识越来越重要了，这是一个非常好的机会让我们对电子商务的更深一步认识，感觉到了电子商务的优越性。

总之在这次的实训让我学到颇多的东西，不管是挫折，还是成就。我想以后我都将保持良好的心态，积极向上的面对各种困难。

## 实训的心得体会和收获篇二

在过去的一段时间里，我有幸参与了一次实习会计的实训，这是我大学生涯中非常重要的一段经历。通过这次实习，我不仅学到了实际应用的会计知识和技能，还培养了自己的沟通能力和团队合作精神。下面我将总结并分享一下我在实习过程中的心得体会和收获。

首先，实习会计的过程让我更加深入地了解 and 掌握了会计知识。在实习的期间，我亲身参与了公司的日常财务工作，例如账目的登记、核算、结算等。通过每天与财务人员的交流和合作，我逐渐掌握了会计核算的流程，并学会了使用一些会计软件。这不仅加深了我对于书本上知识的理解，也增强了我对实际操作的熟练程度。通过实践，我对于会计的原理和规范有了更加深刻的认识，丰富了自己的知识储备。

其次，在实习会计的过程中，我锻炼了自己的沟通能力和表达能力。会计工作往往需要与各个部门和个人进行合作与沟通，例如与销售部门确认销售额、与采购部门核对相关款项等。在这个过程中，我积极主动地与其他部门的员工进行交流，并学会了如何准确明确地表达自己的意见和需求。在与他人的交流中，我也更加深刻地意识到沟通的重要性以及具体的沟通技巧，这将对我今后的职业发展起到重要的指导作用。

第三，实习会计的过程让我体会到了团队合作的重要性。在

公司的财务部门，一项个别的工作往往需要与其他部门的员工进行配合才能完成。例如，在公司进行年度财务审计时，我们需要与审计人员进行配合，并向他们提供相应的财务资料。在这个过程中，我学会了如何与他人有效地合作，如何协调各方的利益以达到共同的目标。这不仅培养了我在团队中发挥自己的优势，也锻炼了我与他人合作的能力。

第四，实习会计的过程让我深刻认识到了专业素养的重要性。作为一名实习会计，我不仅要具备扎实的会计基础知识，还需要具备良好的职业道德和操守。在实习会计的过程中，我得到了老师和公司员工的指导和帮助，并见证了他们的专业素养。他们对待工作的认真态度、精细的思维以及高度的责任感让我深受启发。因此，我明白要想在会计领域取得成就，不仅需要学习专业知识，还要不断修炼自己的专业素养，保持学习和进步的态度。

最后，实习会计的过程让我对自己的未来规划有了更加明确的目标和方向。通过实习，我意识到自己在会计领域有着浓厚的兴趣，并发现自己的适应能力和处理问题的能力在这个领域有着一定的优势。因此，我决定继续深入学习和研究会计领域，为将来的职业发展打下坚实的基础。

总之，实习会计的过程给了我很多的启示和收获。通过与财务人员的交流和合作，我学会了理论与实践相结合的方法，并通过实际操作提高了自己的能力。同时，通过与他人的沟通和团队合作，我锻炼了自己的沟通能力和团队精神。这次实习会计的经历，不仅让我更加明确了自己未来的职业目标，也为我未来的职业发展提供了更多的机遇和挑战。我相信这些经验和收获将对我的未来产生积极的影响。

## **实训的心得体会和收获篇三**

实训生活已经过去将近一个月啦，在这一个月内收获很大，有苦有乐，有累有甜，看到孩子们努力学习的样子，更是激

起了我想教好他们的意志。实训不仅是对我专业知识的提升，更是对我能力的锻炼！

首先是团结意识，当老师讲课并不是一个人在孤军奋战，个人的努力固然重要，但是团队的合作更是必不可少的，要跟本学科的其他老师统一进度，在备课时候的相互讨论也是非常重要的，这样可以避免遗漏某一个知识点！

然后是自立能力，在顶岗实训的学校，自己就是一个老师并不是一个学生，各个方面都要按照成人的标准来要求自己，这是对自己的一项挑战！

最后是学习能力，要想给学生一杯水，以前的老师可能有一桶水就够了，但是在这个知识爆炸的时代，老师就需要有一个源源不断的水龙头，这样就需要我不断的学习新知识，在课堂上把最新的知识传授给学生，让他们感受到当今世界最前沿的科技，从而对学习知识充满信心，充满乐趣！

励志做一名出色的老师！

## 实训的心得体会和收获篇四

近年来，实训会计在各大企事业单位中扮演着越来越重要的角色。本文将以个人的经历为例，探讨实训会计的心得体会和收获。

### 第二段：理论与实践的结合

在从事实训会计的过程中，我深刻感受到了理论与实践的结合之重要性。在实际操作中，我需要将学校所学的会计理论知识应用到实际操作中，如编制会计凭证、填写各类报表等。通过这个过程，我不仅加深了对理论知识的理解，更提高了实际操作的能力。同时，结合理论与实践，我还能更好地发现实际问题，并加以解决。

### 第三段：团队合作与沟通能力的锻炼

实训会计需要团队合作与沟通的能力，因为工作中需要与其他部门、同事及上级进行协作。在我的实践过程中，我与同事们经常需要共同完成一些任务，如编制年度预算、制定会计政策等。这个过程中，我不仅了解了不同角色之间的分工与协作，更锻炼了团队合作与沟通的能力。

### 第四段：独立思考与问题解决能力的培养

在实训会计工作中，我时常面临各种各样的问题，如财务报表差错、资金流失等。面对这些问题，我需要运用所学的会计知识，进行分析和判断，并提出解决方案。通过这样的实践，我不仅提高了独立思考的能力，更培养了解决问题的能力。在解决问题的过程中，我不断学习，不断进步。

### 第五段：专业素养的提升

实训会计工作不仅要求我们掌握扎实的会计知识，还要求具备良好的职业道德和高度的责任感。在实践过程中，我不仅加深了对职业道德的理解和认识，更锻炼了自己的谨慎处事、保密工作等方面的能力。这不仅提升了我的专业素养，更为我未来职业生涯的发展奠定了坚实的基础。

### 结尾

通过实训会计的学习和实践，我深刻领悟到了理论与实践的结合之重要性，提高了团队合作与沟通的能力，培养了独立思考与问题解决的能力，提升了专业素养。这些经历和收获将在我未来的职业发展中发挥积极的作用，使我更好地适应和胜任工作中的挑战。通过实训会计的学习和实践，我更加坚定地选择了会计专业，并愿意为实现自己的职业目标不断努力。

# 实训的心得体会和收获篇五

实训是理论学习的重要补充，是将理论知识应用于实践的过程，它既锻炼了实践能力，又提高了解决问题的能力。在我参加实训的这段时间里，我积累了很多的经验和收获，下面是我对实训的心得体会和收获的总结：

## 第一段：实践锻炼我的专业技能

在实训中，我所学的专业技能得到了充分的实践锻炼，这对于我专业技能形成的具体实践能力提高起到了很大的作用。例如，我在实验中熟练掌握了智能控制传感器的原理和结构，并熟练使用相关软件进行程序的编写和运行。在解决实际问题的時候，我能够先从理论出发斟酌出可行性并采取有效的解决方案。同时，在实训中，我还发现了一些以前没有注意到的问题，这些问题不仅影响着实际应用，更是促使我不断学习和提高我的专业知识。

## 第二段：实践丰富了我的意识形态

在实践中，我的意识形态也得到了很大的丰富，我对问题的认识和看法也得到了很好的修正。比如，我曾经觉得在实现过程中应该尽量减少耗时，但在实践中，我发现在一些任务中，如果花费更多的时间去细致地论证和打磨，最终实现的效果可能会更好。这个改变不仅体现了我的思想进步，更是意识形态形成的一个重要方面。

## 第三段：实践提高了我的团队协作能力

在实践中，我不断地思考如何将自已的任务与其他团队成员的任务有机结合，以便于更好地完成项目。特别是在大型项目中，我每天都在和其他境遇不同的成员进行有意义的沟通。在这个过程中，我注意到，不同思维方式之间的沟通相当重要，在每次开会之前，我们都要共同分享任务的进展，以便

于在以后的任务中更好地协作。这种沟通机制，不仅提高了我自己的协作能力，更可以在以后的实践和工作中发挥积极的作用。

#### 第四段：实践培养了我的创新能力

在实践中，我可以自由地思考和探索。我发现许多有趣的做法都需要创新想法来支持。在实际情况中，许多传统做法都不能满足现实需求，因此需要创新。在实践中，我通过参与小组讨论、开发自己的程序并与其他成员共享自己的想法，逐渐培养了自己的创新意识和创新能力。

#### 第五段：实践让我成长

在实践中，我不断面对挑战和困难，在面对问题时，我可以做出更好的判断，更快速地找到解决方案。实践为我提供了一个平台，让我能够不断学习，不断成长。通过不断地实践，我的能力得到了提高，我的知识在应用和掌握中不断加深，这样的学习方式让我获得了不同于以往的新体验和感悟。

#### 总结：

在实践中，我有了更丰富的经验和知识，更特别的是，在实践中，我得到了成长。在以后的学习和工作中，我将继续以实践为中心，不断提高自己的实践能力，以更好的姿态迎接未来的挑战。

## 实训的心得体会和收获篇六

本学期进行常用电工工具和测量仪表的使用、导线的连接与绝缘的恢复、照明灯具和开关插座的安装、电机的使用与维护、电机的控制等实训。

电机的使用与维护和控制这节的实训内容不仅提高了我们的。

动手能力，也让我们知道了电机结构和工作原理，对我们以后的学习提供了很好的帮助。在这节实训课上老师详细的讲解了实训内容，同学们积极动手连接电路，课堂极其活跃。

## 实训的心得体会和收获篇七

实训是今天大学生的必修课程。在实践中，学生可以深入了解自己所学的专业，学习实际应用技能，提高自身综合素质，实现理论与实践的结合。为了更好地体验实习，我在过去的几个月里积极投入了工作，积极的参与了实训活动。在这段时间里，我无数次体会到实训的重要性，并在实训中获得了不少经验与收获。本文主要介绍我在实训中的学习心得，同时谈谈我所获得的宝贵经验。

### 第一段：学会团队协作

实训是一项需要团队协作的任务。在实训过程中，我参加了几个小组项目。我们的项目涵盖了任务安排、目标制定、协作分工、沟通和合作、结果反馈等等。我们的小组学习从许多方面受益。首先，我们从小组成员之间的合作学习中学会了有效的沟通技巧，如互相倾听、理解和尊重意见。其次，我们按照分工合作，充分利用个人优势，提高团队效率。最重要的是，通过小组的互帮互助，我们共同取得了更好的项目成果。学习团队合作是实训带给我的最重要的收获之一。

### 第二段：掌握实际技能

实训带给我最直接的收获是掌握了很实际的应用技能。在实训期间，我学会了如何使用各种办公软件，数据分析工具，以及许多其他技能和工具，这些都不在我的课内教学范围之内。我学习了行业标准和最佳做法，并将它们应用到我的工作中。通过实践，我获得了一定的技术能力，并收获了更多的信心和勇气，能够为未来的工作做好准备。



### 第三段：增强自我管理能力

实训还催生了自我管理能力。在实践中，我必须学会管理自己的时间和行动，发现问题，并将其优先级别化。我必须遵循规则和要求，保证任务按计划完成，同时我也要解决我自己的问题和调整自己的行为。这些学习让我个人能力得到了增强，使我更加安全地应对未来的挑战。

### 第四段：学会自我研究

在实训中，我促进了对专业技能的深入学习和知识的累积。我经常要阅读有关专业报告、研究和前沿论文，并尝试练习各种技能。实习让我深入了解并理解了自己所研究的学科，这是我课堂学习所无法掌握的。我学会了如何提出问题、找到解决问题的途径，找到答案。这使我能够深入了解我的专业，并将将来为我的职业生涯奠定良好的基础。

### 第五段：总结实训经验

总的来说，在本次实习期间，我获得了许多宝贵的经验和收获。除了以上几个方面的成长之外，我还学会了许多其他重要的技能和技巧。我学会了如何应对压力，如何有效地处理冲突，以及如何跟踪和管理任务。我还学会了如果和更有经验的同事进行交流，以及如何不断学习新东西。这些也极大地帮助我了解到自己的处事方式，发现自己明亮的点，和以后再次发挥自己的潜力。

总之，通过实习，我获得了最大的收获是技能的掌握，同时也加深了对于团队协作，自我管理，自我研究等方面的理解，帮我更好地适应人生。实训是一段非常艰辛和宝贵的过程，但是我深信，这个过程对于我将来的发展和职业储备有着非常重要的意义，并且将成为我今后工作中的积极品质，有了这些积极品质，我竞争的优势将更加充足。

## 实训的心得体会和收获篇八

人们常说：“实践出真知。”而实训，作为一种能够将理论知识与实际操作相结合的教学方法，为学生提供了难得的锻炼机会。在我的大学生涯中，我有幸参与了一次规模较大的实训项目，这次经历让我真正领悟到了实训的重要性，并在其中获得了许多宝贵的体会和收获。

首先，实训让我对专业知识有了更深入的了解。在实训过程中，我们需要将学习到的理论知识应用到实际问题中，通过自己的实际操作和观察，不断探索和发现。在实训项目中，我需要某个具体的问题进行实践操作，例如我们设计了一个机电设备的系统，并在一定时间内完成。在此过程中，我发现了许多书本上没有提到的问题，并学会了通过查阅资料和请教专业人士来解决。这使我真正体会到了专业知识在实际中的应用和重要性，也让我对自己的专业有了更加深入和全面的了解。

其次，实训提高了我解决问题的能力 and 创新思维。在实训中，我们需要找到问题的根本原因，并提出解决方案。有时候，问题的解决并不是那么容易，需要考虑多种因素和考虑周全。在这个过程中，我锻炼了自己的逻辑思维和综合分析能力，学会了通过不同的思路来解决问题。而且，在实际操作中，我们还需要创造性地解决一些无法在书本上找到答案的问题。这锻炼了我的创新思维和问题解决能力，培养了我发现问题并解决问题的能力。

第三，实训提升了我的团队合作能力。在实训中，我们需要与团队成员紧密合作，并共同完成任务。这要求我们在沟通、协调和组织上有着较高的能力。在实训项目中，我们会遇到各种问题和困难，需要通过团队共同解决。有时候，我会遇到一些难题，但通过与团队成员的讨论和合作，我们最终找到了解决方案。这样的经历让我理解到，团队对于实现共同目标的重要性，并意识到了个人在团队中的作用和责任。通

过实训，我学会了与他人合作、互相支持和取得共同进步。

第四，实训培养了我的沟通能力和表达能力。在实训中，我们需要与各种不同背景的人交流和合作。通过与团队成员进行讨论和交流，我学会了如何清晰地表达自己的想法和意见，同时也学会了如何倾听他人的看法和意见。在与专业人士的沟通中，我学会了用专业的术语表达自己的观点，并与对方进行有效的交流。这些锻炼提高了我的沟通能力，并使我在与他人合作和交流时更加得心应手。

第五，实训让我对职业规划和未来有了更明确的认识。通过实训，我不仅对自己的专业有了更深入的了解，也更加清楚了未来的职业发展方向。实践中的挑战和困难让我认识到自己还需要不断学习和提高自己的能力。同时，通过与专业人士的交流和观察，我对未来的职业发展有了更明确的认识和规划。实训给予了我对未来职业道路的信心，也使我更加坚定了追求自己兴趣的决心。

综上所述，实训是大学教育中一项重要的教学方法，通过实际操作和实践学习，让我们对专业知识有更深入的了解，提高解决问题和创新思维能力，培养团队合作和沟通能力，同时也为我们的职业发展和未来规划提供了宝贵的经验。因此，我相信，在今后的学习和工作中，我会把实训的心得体会和收获付诸于实践，并不断提升自己的能力和素质。

## **实训的心得体会和收获篇九**

实训期间，我严格遵守公司的一切工作管理制度，自觉以老员工规范严格要求约束自己，虚心求教，利用可利用的时间来熟悉药品的成分功效以及禁忌症还有其陈列的位置，在工作中积极主动帮店长及药师做一些力所能及的事情，一方面减轻了店长及药师的工作量更重要的是给了自己一个可以锻炼的机会，让自己可以独立的去分析判断解决事情，不仅开阔了视野扩大了知识面也提高了实际操作应变能力。

我们每天都希望本店的营业额有个更高更好的'飞跃，怎么样才能达到目的呢，我个人认为专业知识+语言技巧+真诚微笑这些都决定着营业额。销售人员有了很强的专业知识，我想任何人都不会拒绝真心关心自己的人，将心比心，人生病的时候是其最软弱的时候，你一句真诚的问候一句真心的嘱咐和叮咛会让他对你有了信任有了依赖，这时你就可以用你所学到的知识去帮助他人，为他人服务，解决了顾客的问题同时也达到了自己的需求，岂不快哉！

总之，在xx我经历了许多也学到了许多，绝不止以上几点，在这里我就不一一详诉了，有些东西只可意会不可言传的，在有些感情面前这些语言就微乎其微了，我真的很幸运遇到了很多好的人，真的很感谢他们，此时的感谢是如此的渺小，最真诚的祝福给他们，是他们教会了我很多东西，教我怎么看待问题分析问题解决问题，这些都会成为我实训期最值得回忆的，我想有些事情会一直的影响着我，更会激励我更好的走下去，同时也会让我更坚强的面对人生道路上更多的荆棘的。

## 实训的心得体会和收获篇十

我们经济学专业为期一周的模拟实训总算是顺利结束了，我们小组的实训任务也得以顺利完成，学习成果明显。虽然实训的'最后我们没有获得非常理想的成绩，但不可否认，在整个实训过程中，我们每位成员是有所收获，达到了本次实训的目标与要求的。

我们由最初的摸不着头脑，到现在的受益良多，是一个令人兴奋的大转变。最值得欣慰的是，总归我们没有浪费老师们的心血及教导，我们做到了他们所期盼的。

## 实训的心得体会和收获篇十一

在模拟实训的第二阶段，我担任a区人才交流中心的工作人员，

负责a区的as01—as08厂家。经过一个季度的试运行和正式运营的第一年。基本熟悉所有工作流程。在试运行过程中，所有企业都会犯的一个错误就是工资汇总表的计税错误。这个错误一直持续到第一年第二季度，从根本上纠正过来，掌握了计算规则，没有出现错误。

只要企业没有造成很大的影响和可能导致不公平的结果，就应该给机会暂时停止通报批评。

在今年的.模拟实训中，人才中心的工作人员和各个企业的人事主管几乎是同班同学，而且都是熟人，所以考验我们的人际关系处理能力和团队合作能力。短短一年时间，熟悉了模拟实训的基本规则、工作流程、工作内容等，对以后就业甚至处理其他事务都很有用。