# 实训收获和心得体会(大全15篇)

来源：网络 作者：梦里花开 更新时间：2025-07-16

*当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。实训收获和心得体会篇一作为一名医学...*

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**实训收获和心得体会篇一**

作为一名医学生，我有幸能够进入ICU实习，接触到高难度的救治，也看到了医疗行业的各种问题。在此期间，我不断思考、反省，也获得了一些收获，分享给大家：

一、对于医疗行业的思考。

在接触ICU的日子里，我深刻地意识到医疗事业需要严格的专业人士，并且也需要良好的医患关系。随着医疗设施及医疗技术的提高，许多医疗工作的实施都比以前更安全、更明确。但是，医疗事故仍时有发生，这也需要我们深入思考如何提高医疗质量，改善医患关系。

二、人情味不可少。

在ICU里，病人与家属的精神压力较大，这不仅需要医护人员的专业水平来进行确诊和治疗，也需要提供人性化的服务与关怀，以舒缓病患的生理与心理。因此，我们需要为病患及家属提供更多的安慰和关爱，在医疗的同时，注重人情味，尽可能在平衡医疗质量和人性化服务之间。

三、团队才是关键。

ICU的工作往往需要多方面的协作，包括开展医疗技术、护理照料、营养微量元素补充等。因此，团队合作是关键，医生和护士必须互相信任、互相支持以提高工作效率及为患者提供更好的医护服务。在这种团队合作中，我感受到自己不仅仅是一个简单的医学生，而是作为一个团队成员，并应对自己的职责和义务。

四、切勿放松医学学习。

ICU实习让我不断地认识到，只有不断提高自身的医学知识及专业技能，才能够更好地为病患和家属服务。在实习期间，我坚持努力学习，并没有忘记深入思考自己的医学知识，这让我感到更为自信和安心。

五、心理承受能力的提高。

最后，我认为进入ICU实习之后，对于医学专业性和心理承受能力的提高很有帮助。在实习期间，场景可能会出现许多意料之外的事情。所以，我对自己的操守进行了更严格的要求，并且让自己拥有更高的担当，在面临挑战时更为坚定、不慌不乱。

总之，在入门ICU中，不仅仅需要医学专业行的水平，也需要人格魅力以及对医患关系的关注。我相信，这样的经历必将对我未来医学发展产生积极的影响和推动。

**实训收获和心得体会篇二**

人事处的电脑里，保留着整个\*\*医院从业人员3731人和其他人员总计4677人的详细资料。这些东西，是需要保密的。一开始，虽然学院的老师曾经说过我们要有保密意识，可是刚刚上班，肯定不会放太多心思在上面。于是，第一天，我开着人事数据库查找东西的时候，人事科的杨科长在我身边看了很久，我完全没有在意。于是，我被批评了，因为我的保密意识不够强。如果含有机密资料的文件是打开的，旁边有人的情况下，应马上停止手上的工作，并且将文件关闭或者最小话，防止对方看到机密资料。我一边点头一边想，果然，我还是太大意了。下午，另一位李科长又对我进行了另一番教育。内容也是和保密相关。因为工资、奖金、人员选配等问题一般都是人事处得到消息比较早，我在办公室里肯定也会得到一些信息，这些信息，是不可以告诉外人的，如果一旦因为没有把好“嘴”关而出了什么问题，就不好办了。

的确，无论在哪个地方工作，都是有些信息只限内部人员知道的，保密意识强一些，嘴巴紧一些，什么时候都不会出错。

办公设备：这里的办公设备，主要是指打印机和复印机。虽说现在的操作越来越傻瓜了，但是，真正用起来的时候，那些个按钮，那些个符号，绝对会把你整晕。第一次使用，我就被狠狠的教育了一顿，绝对不可以轻视这些机器。仅仅因为a3、a4一个小的按钮的差错，我浪费掉了两张白纸。而且不得不求助于刚刚教给我怎么使用的老师。

回答，而且在这个过程中，自己的知识也得到了增长，对于找领导的电话，要问清楚是找哪个老师，以及大概是哪方面的事情，然后询问领导的意见，是否接听。打电话么，肯定首先也是自我介绍，然后注意自己的语气，要尽量精简话语，而且不要漏掉要点。

当然，这都是我的一些小经验，肯定其中还有很多不足的地方。

招聘：我负责的招聘工作，其实就是简历的搜集分类，协议书的存放等一些比较琐碎的问题。活虽然杂，但很能学到东西，比如在搜集简历的时候，我就发现了自己以后制作简历应该考虑到哪些问题。比如，一定要在比较显眼的位置写上求职意向，方便管理人员工作，而且，要注意简历的优美程度，虽然不要很奢华，但是，最起码看起来干干净净的，纸张也最好选择好一点。要让看你简历的人觉得舒服。简历的言辞不要太夸张，尽量务实，用事实说话最能打动人心，尽量参加活动多一些，证书多一些，如果有科研成果会更好些，当然，这个也和你要投简历的单位性质有关。也就是说，投简历之前的对于求职单位的准备工作要做充足。

**实训收获和心得体会篇三**

这次实习，除了让我对农业银行的基本业务有了一定了解，并且能进行基本操作外，我觉得自己在其他方面的收获也是挺大的。作为一名一直生活在单纯的大学校园的我，这次的实习无疑成为了我踏入社会前的一个平台，为我今后踏入社会奠定了基础。

首先，我觉得在学校和单位的很大一个不同就是进入社会以后必须要有很强的责任心。在工作岗位上，我们必须要有强烈的责任感，要对自己的岗位负责，要对自己办理的业务负责。如果没有完成当天应该完成的工作，那职员必须得加班;如果不小心出现了错误，也必须负责纠正。

其次，我觉得工作后每个人都必须要坚守自己的职业道德和努力提高自己的职业素养，正所谓做一行就要懂一行的行规。在这一点上我从实习单位同事那里深有体会。比如，有的业务办理需要身份证件，虽然客户可能是自己认识的人，他们也会要求对方出示证件，而当对方有所微词时，他们也总是耐心的解释为什么必须得这么做。现在银行已经类似于服务行业，所以职员的工作态度问题尤为重要，这点我有亲身感受。

最后，我觉得到了实际工作中以后，学历并不显得最重要，主要看的是个人的业务能力和交际能力。任何工作，做得时间久了是谁都会做的，在实际工作中动手能力更重要。

因此，我体会到，如果将我们在大学里所学的知识与更多的实践结合在一起，用实践来检验真理，使一个本科生具备较强的处理基本实务的能力与比较系统的专业知识，这才是我们实习的真正目的。

很感谢实习单位给我这个这么好的实习机会，让我学习很多、成长很多、收获很多。

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。理论应该与时间相结合。另一方面，实践卡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。而且中国的紧急飞速发展，在拥有越来越多的机会的同是，也有了更多的挑战。对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学号学校所学到的知识，好药不断充生活中，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法。

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，菜发现自己知道的是多么少，这是菜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。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

**实训收获和心得体会篇四**

大外科实习快结束了，每天总有忙不完的事。除了要上班之外，周二、周四、周五下午不是听实习讲座、教学查房就是技能培训。感觉，以前在丽江实习时像放羊，现在却严历了许多。虽然，教学科的老师对咱们学校的同学挺负责，也挺好的。但，在科室里实习同学则更多倾向于免费劳动力：每天总有写不完的病程、勾不完的大病例、开不完的化验单、换不完的药、剪不完的线.....老师讲的也少之甚少，见习同学的地位就比实习生高了许多。不仅不用干活，老师还可以传授许多知识!而这不仅是我们实习组存在的问题。只是，其它实习组稍好点罢了。就像老师说的：“不要以为实习只是来打杂的，我们也是这样过来的。”

刚到实习点，老师就三令五申地交代我饭卡每个人只有一张，不能挂失，也不能补办。我也很听话地和同学交代了，可现实总是很挺逗人，才半个月就有三张丢了，我也是其中一员，里面的现金全都打水漂了。和老师沟通了几次，他们也没办法和餐饮部协商。一位同学告诉我，一楼的普通卡二楼也可以刷。起初，我也不大信，试了之后才发现的却是真的，这也成了公开的秘密。只是每次都要特别小心翼翼，不幸的是有次正好被逮着正招，被骂的狗血淋头，“我们只认饭卡，不认人”的确够毒的。不过，没关系，下午我们仍继续。这样，几个月下来心里的确有些虚。不过，还好前几天老师终于补给我们七张一卡-通，以后也可以挂失了。还有，值得一提的是实习一个月后，宿舍楼也安起太阳能，挺人性化。

延安医院的强项是心血管，又叫云南省心血管病医院。有幸去心胸外科轮转了一周，最兴奋的是，第一次看见一颗颗鲜i活的心脏在眼前跳动。在做手术的过程中运用体外循环机暂时把血液先引流到设备里，然后在短暂的时间里开始修补各瓣膜......站在一旁的我，看着老师在用手术刀进行一步步精细的操作，毫不夸张地说在血管上跳舞，我的心也跟着蹦蹦地跳个不停。因为岗前培训的原因，我也才呆了三四天。期间，听一些器质性杂音。还见了一位二十一三体综合症的患儿，10多岁，看起来却只有五六岁的样子，好像是以肺动脉高压收住。家里是农村的，母亲看起来很朴实，家庭经济收入也不容乐观。和孩子母亲聊了几句，她说碰到这样的是事也没办法。挺感动的是因为要勾大病例，我就去病房转了几次。有次，她母亲没在，小孩一人坐在床上。我边让她张嘴巴，边做张嘴的动作。她也不哭不闹，挺配合，起初还担心她不能理解。晚上去查房，老师怎么弄了她一下，就开始呜呜地哭个不停。

泌尿科又叫尿(sui)科，主要是肾结石、输尿管结石、前列腺增生、泌尿系统感染等疾病。印象深点的是有两个病例，一个是不明原因长期反复发热，既晚有结核史，ct提示双肾形态改变(具体的也记不清了)。经过全科医师讨论后决定手术切除患侧肾脏，手术中见其形态的确发生明显改变，剖开后只见许多淡黄色脓液流出。术后，患者高热明显减退，病检也提示为结核。另一例是双侧输尿管结石，我们值班当天患者突然发生少尿症状，予化验尿素氮、肌酐后提示急性肾衰。老师急症行膀胱镜碎石手术，术后患者病情明显好转。

急症科每天都在重复着相同的故事，只是故事的主角换了。其中以外伤、肾绞痛居多。许多患者不是被撞伤、跌伤、划伤就是被打伤。因此，我们遇到的场面就更加惊险，血淋漓的。清创缝合、换药的病人也就络绎不绝。在这些人中，民工、农民受伤的频率比其它行业高。有些幸运的只是简单的皮肤划伤，有些则肌腱、骨头断裂，甚至要截断患肢。随便缝几针一两百就没了，再加上检查费、输液费等几百又没了，有些还得自己掏腰包，挺不容易的。以前没看过什么叫大呕血，一次终于体验到了。病人是一位建筑工人，从几米高的楼层坠落，送到医院。老师让我陪他去做检查，一路上不停地吐血，我给他的纸也一张张被染红。ct、x线室里喷了一地都是，病人吐一口我还得帮他用纸接一口。检查完，才发现自己的白大褂也弄脏了。另一位病人则是早上做工时手就受伤了，因为赶工晚上才来看，陪同他的是两孩子。帮他包扎时，还让我把敷料贴紧些说等哈还要回去上班。期间，遇到了几个主动脉夹层的患者，也提高了我对该疾病的认识。因为常跑抢救室的缘故，我也碰上了几个心肺复苏的患者。遗憾的是，他们最后还是离开了我们。

神经科，学会了一些简单的体格检查，和老师一起做了个腰穿，看了一台开颅手术，终于亲眼看到了硬膜是啥样的了。因为春节放假耽误了几天，回来后就在赶病程，有种想吐的感觉。从李建辉老师那，我不仅挺会到医患沟通的重要性，还学会了做事要有严谨的态度。有趣的是，还遇到了那个吐血病人。因为损伤了一侧颅神经，对侧的视力也明显降低只有光感。每次查房，她老婆挺着急的。这段时间，最爽的莫过于春节大年三十全家团团圆圆地吃年夜饭，还有好朋友的陪伴。带着老师，免费逛了家乡几个景点。也开始慢慢喜欢上版纳的自然景观了，和大理、丽江相比，的确别具一格!感受到家和万事兴的幸福，呵，看到他们三带着各自的家属挺幸福!虽然，经常被姐夫打击为“电灯泡\'。

最怕的就是接电话，一早差不多要接十多个，现在想想头都大。虽然，全科室实习组就我们组才我一个同学，其它不是两个就是三个，还好每天早上12:30前都能按时下班。听说，普外实习生每组至少三四个，就很期待。

来到普外，才发现以前的实习生活的确很轻松。特别是第二周，全组只有我一个同学时，病程一摞一摞的，每天不得不到科室加班，中午觉也不得睡。值24下来，一天才得睡三四个小时，还得忙到第二天下午四五点才下班，回到宿舍尽然会有种不熟悉的感觉。最别无奈的是，经常还默名奇妙的被护士喷，偶的心情啊!忙倒是无所谓，就是学的东西不是很多，总是做一些文书方面的工作。呵，因为换药敷料用多了，被老师说了一回。后来，自己去研究了一哈的确如此，就长记性了。前几天，回学校参加招聘会，走马观花的看了一圈。许多单位都不太中意，以前打算留昆明附近的想法也不太现实。看了哈家乡的，似乎比其它地区的竞争稍小点。工作之余，也和这三家医院打听一下，四级都要求。想想现在还没过压力挺大。看着门庭若市的招聘现场，开始思考明年的今天我又能以什么条件让应聘单位聘用我?以前，只是听说牙疼不是病，疼起来要人命。昨天回学校，去拔两颗尽头牙终于体验了一把。想想一个人若无其事地走进去，麻醉过后疼痛难忍狼狈地走出来，有些失落，挺可怜!还好，回到家还有热腾腾的粥可以喝......

**实训收获和心得体会篇五**

在医学教育的过程中，学生的实习是必不可少的体验。作为一个医学专业的学生，我有幸参加了一次ICU实习，在这段时间中，我收获了很多经验与心得，让我更加深入的理解了医学的重要性。

第二段：实习体验。

ICU实习是一门非常实践性的课程，需要学生实际操作，亲身体验。在这段时间中，我参加了不少病人的诊治，患者们痛苦的表情和生命的脆弱都让我更加理解并强化了我的决心，即成为一名合格的医生，在工作中更加尽心尽责。同时，工作中的紧张气氛和医疗团队的紧密配合也给我留下了深刻的印象。

第三段：挑战与收获。

医学挑战性极高，需要大量专业知识的学习和实践，但同时也有着极大的收获。在ICU实习中，我学习到了很多专业知识，也了解了患者的生理和病理变化，以及一些特殊治疗方法。而更重要的，ICU实习也让我深度认识到医学工作的责任，作为一名医生，必须要时刻怀着好心和同情心，关注患者的每一个需要。

第四段：团队合作与交流。

ICU实习不仅是一次学习和实践的机会，也是一个提高交流与合作能力的机会。作为一个学生，在工作中需要与不同医护人员积极合作，交流病人的情况，遇到问题和挑战需要共同解决。这样的借机会，我改善了我的沟通技巧和合作能力，更加理解了团队合作的力量，这对我的未来发展极为重要。

第五段：总结。

ICU实习为我提供了一个理解医学重要性的重要机会，让我更深刻地认识了医学工作的责任感和团队合作的重要性，同时也让我学习到了大量的专业知识和实践技巧。这样宝贵的经验和体验将在未来的发展中起到巨大的作用，让我更容易实现自我价值。此外，实习还让我发现了自己的不足之处，我要不断学习和进步，成为一位有用的医学专业人才。

**实训收获和心得体会篇六**

实习收获和体会验证自己的职业抉择，当大学生在了解自我的基础上确定未来的职业理想时，需要以身试水，需要在真刀真枪的实际工作中检验自己是否真正喜欢这个职业，下面是本站带来的实习收获和体会，欢迎阅读。

认识实习是为了让我们对所学过的各种电气设备有一个感性的直观的认识，从而把书本上的理论和现实中的技术联系与结合起来。

经历一周的认识实习后，思考良多、感触良多、收获良多。认识实习扫清了我们眼前的一些迷雾，让我们把现实看的更清楚一些。这次我们班级认识实习主要是以校内实习的方式为主，其内容包括：观看学习有关电力的录像，到校外实地参观变电站。

作为高压输配电线路施工与运行专业的学生，我们不仅要有一定的理论知识，还要有过硬的身体素质。认识实习的第一堂课，我们认真观看学习了用电安全操作规程，“安全第一”始终牢记在我们心中。通过录像我们目睹了因违规操作所引起的一场场悲剧，深切体会到了学好专业学好知识的重要性。我们学的是高压输配电专业，若不谨记“安全第一”的原则，不仅会危及个人生命，还会给国家造成巨大的损失。要学会虚心，因为只有虚心请教才能真正学到东西，也只有虚心请教才可使自己进步快。要向有经验的前辈学习，学习他们的工作态度和做事原则。这样能使我们少走很多弯路。

到大园500kv变电站与到官桥220kv变电站的参观实习，给我们留下了深刻的印象。带我们参观学习的两位站长，他们的言行举止展示了优秀电力管理者的风范。两位站长引领我们感性认识各类电器设备线路，介绍了大型变压器，断路器，隔离开关，电流电压互感器，及分析讲解了站内的电气设备主接线。虽然是两个短短的两个半天时间，但是我们从中受益匪浅。

这次实习所学到的和感受到的，将是我们终生受用一笔财富。只要我们用心的发掘、勇敢地尝试、认真的去请教，一定会能更大的收获和启发的，也只有这样才能为自己以后的工作和生活积累更多丰富的知识和宝贵的经验。

我于8月12号从西安坐火车于13号怀着复杂的心情来到唐山，14号正式在唐山冀东乐业维修车间实习。初到这里，这边饮食习惯跟西安差别比较大，住宿条件也不太理想，心中多少有点失落感。但我也做好了心理准备，毕竟我来这边不是为了旅游玩耍，是来实习学东西，条件越是艰苦，就越发要好好实习，好好学东西，不然对不起自己大老远的辛苦的跑过来，也对不起公司的栽培。所以在这边我没有载声怨道，而是默默无闻的向这边的师傅们学习。所以工作热情高涨、积极性很高，为能够多学点东西工作也更勤奋。这边维修师傅人也挺好的，对我也比较照顾，对此我表示感谢。

来唐山至今已有一个来月了，再苦再累都熬过来了，通过一个多月的实习在这边学到了太多太多东西，使我受益匪浅。刚来这边车间里面工作流程跟我在西安工作单位差别比较大，而且从西安来这边的师傅工作经验都非常丰富，而我工作经验比较短，唯一的优点就是理论知识比他们丰富，所以刚来这边的时候压力比较大。但是来了这长时间这种压力渐渐的减轻许多，因为来了这长时间学的东西实在太多，对奥迪车辆的维修流程渐渐的了解和接受。对奥迪车辆的常见维修保养也基本了解，所以回西安工作我也不会因此手忙脚乱。所以来唐山冀东乐业实习收获是极大的，付出是值得的。在此我把我在唐山冀东乐业实习心得和体会和大家一起分享。

首先，这一个来月的实习让我对奥迪4s店特别是冀东乐业维修车间工作流程大致了解熟悉了，特别是从维修车辆进入维修工位开始、经过车辆内外和底盘检查、常规保养维修操作流程、领料流程、打保养表、填写保养表、填写诊断报告书以及交前台跟前台沟通流程、直至最后交质检验车整个流程有了一个清晰的认识和了解。对整个车间的日常运作流程也大致能够了解。之前我在西安工作4s店跟这边的工作流程模式区别很大，现在对冀东乐业这种工作流程已经深入我心。还有对奥迪车系有了更全面的认识和了解，之前对奥迪车系也知道但只是一点皮毛，现在对奥迪车系的了解更加全面，从奥迪a4、a4l、a6、a6l、a8、q7、以及新款奥迪a5的认识更加深刻，对这些车系的仪表使用、mmi使用更加熟悉，以及对这些车系的维修保养也更加了解，这些车系维修保养相同和不同之处认识也更加全面，比如老款a6清洗喷油嘴跟其他车系不一样，因为老款a6燃油系统有个回油管，所以清洗喷油嘴的时候必须拿一个卡子把回油管卡住，不让清洗液回流，记得有一次师傅没有把回油管卡死，结果几秒钟时间清洗液全部流回油箱了。还有奥迪a6l2.8清洗喷油嘴也很特别，别的车系清洗喷油嘴在发动机里面把进油管接好就行，而这款车清洗喷油嘴须在底盘下面跟汽油滤芯进油管接口接在一起清洗。还有对于奥迪车系每款车机油加入量也有一个大致的了解，对于四缸发动机老款加入量不到4升、新款发动机4升多一点，对于六缸发动机一般都是6.5升左右。还有不同车系加入的机油也不一样，对于进口车奥迪a8、q7加的是高档机油金嘉护机油，记得有次去库房给奥迪a8打料，库房人把机油给错了，给的是奥迪原装机油，结果可想而知，我把机油给加错了。对于这种错误今后我一辈子都不会再犯。

其次通过这一个来月的实习使我的思想感悟极深，使我的工作态度更加端正、提高了我今后工作的责任心，对我今后的职业生涯规划有及其重要的影响。在这一个多月的实习期内我也犯过不少小错误，比如加机油有几次加多了、观擦不够仔细误导师傅工作，现在想起这些错误简直不可思议、不相信自己会犯如此低级的错误，有时候这些小错误会给我这天的工作带来非常不愉快的影响。现在想想其实人都有犯错误的时候，犯错误不要紧，关键是遇到错误要不断的进行自我反省，为什么会发生那样的错误，怎样才能避免发生那样的错误，做到杜绝老错误，尽量避免新的错误的发生。记得我这组吴师傅给了我一句很经典的评价：“你用心去观察去学习了，但是观察的还不够仔细不够专一”。这句话对我来刻苦铭心，时常在我脑海里荡漾，想想这一个来月犯的错误都可以用这句话来总结了。这句话对我以后的工作包括我回西安工作都将产生重大的影响，它就想一个警钟随时提醒我无论以后何时何地任何工作都要做到用心、仔细、专一的去工作才能把工作做好，特别是汽车维修，作为一个技术岗位，由于其岗位的特殊性、给人感觉又脏又累，甚至在某些人眼里是很“低卑的工作”，所以要求从事该工作者还要有不怕苦不怕累的品质，以该工作为荣。

我虽是一名大学生，我记得教育部部长周济说过一句话“今后的大学生要把自己定位为普通的劳动者”。我一直把自己定位为普通的劳动者，尊重该岗位，工作没有贵贱之分，之前我这种信念不是太强烈，有点轻视汽车维修工作，认为没什么了不起的，只是换件，技术含量不是太高，可来这之后我出现我许多低级的错误才知道想把汽车维修干好不容易，用一句话形容最恰当不过了“看起来简单做起来难”，只有把平凡的工作做好才是不平凡。说到这里我得向冀东乐业维修车间里面的师傅学习，想当初他们能够达到现在的水平他们付出了很多很多，学习他们那种对待工作认真谨慎的态度。幸庆的是我现在明白这个道理，其实应该这样说，之前我也明白这个道理，只是现在用教训明白的更加深刻。所以以后回西安庞大乐业工作我得吸取教训，对于任何简单的工作都得以认真的态度去对待，做到心无杂念，戒骄戒躁。这样才能把简单的工作做好，接着师傅领导都放心把复杂的工作交给我，我的工作能力才能不断得到提高。

这次实习，除了让我对农业银行的基本业务有了一定了解，并且能进行基本操作外，我觉得自己在其他方面的收获也是挺大的。作为一名一直生活在单纯的大学校园的我，这次的实习无疑成为了我踏入社会前的一个平台，为我今后踏入社会奠定了基础。

首先，我觉得在学校和单位的很大一个不同就是进入社会以后必须要有很强的责任心。在工作岗位上，我们必须要有强烈的责任感，要对自己的岗位负责，要对自己办理的业务负责。如果没有完成当天应该完成的工作，那职员必须得加班;如果不小心出现了错误，也必须负责纠正。

其次，我觉得工作后每个人都必须要坚守自己的职业道德和努力提高自己的职业素养，正所谓做一行就要懂一行的行规。在这一点上我从实习单位同事那里深有体会。比如，有的业务办理需要身份证件，虽然客户可能是自己认识的人，他们也会要求对方出示证件，而当对方有所微词时，他们也总是耐心的解释为什么必须得这么做。现在银行已经类似于服务行业，所以职员的工作态度问题尤为重要，这点我有亲身感受。

最后，我觉得到了实际工作中以后，学历并不显得最重要，主要看的是个人的业务能力和交际能力。任何工作，做得时间久了是谁都会做的，在实际工作中动手能力更重要。

因此，我体会到，如果将我们在大学里所学的知识与更多的实践结合在一起，用实践来检验真理，使一个本科生具备较强的处理基本实务的能力与比较系统的专业知识，这才是我们实习的真正目的。

很感谢实习单位给我这个这么好的实习机会，让我学习很多、成长很多、收获很多。

**实训收获和心得体会篇七**

第一段：介绍实习的背景和目的（约200字）。

实习是大学生在校期间重要的一环，它可以帮助学生将在课堂上学到的理论知识有效应用到实际工作中。作为一位大学生，我也有幸获得一份实习机会，实习地点是一家知名企业的市场部门。这次实习的目的是为我提供一个实践的平台，让我在实际工作中体验、学习和提升自己。

第二段：实习的收获和学习经验（约300字）。

通过这次实习，我深刻认识到了实践的重要性。在课堂上学到的知识固然重要，但对于真正的市场工作来说，理论知识只是基础。在实习中，我亲身参与了市场调研、公关活动、营销策划等工作，这些实际操作让我更加了解了市场工作的复杂性和挑战性。实践中我们需要面对各种未知的情况，需要真正动脑筋解决问题，找到适合企业的解决方案。这个过程让我学会了如何分析问题、解决问题，并且锻炼了我的动手能力和沟通能力。

第三段：实习中的挑战和自我提升（约300字）。

在实习期间，我不仅仅面临着学术上的挑战，同时也遇到了许多实际工作中的困难。例如，一开始接手的任务量较大，有时候要同时处理多个项目，时间和压力都是极大的考验。然而，正是这些挑战让我成长得更快。从一开始的犹豫和迷茫，逐渐到能够自信地应对各种任务，不仅提升了我的工作能力，还增加了我的自信心。在实习中，我也主动寻求导师的意见和交流，这些交流帮助我更好地理解市场工作，拓宽了我的思路。

第四段：实习带给我的收获和启迪（约200字）。

这次实习不仅让我学到了更多专业知识和工作经验，更重要的是，它给了我一次了解自己的机会。在面对各种挑战和压力的过程中，我逐渐发现了自己的优势和不足。这个过程帮助我明确了自己职业发展的方向，并且激励我更加努力地学习和提升自己。同时，实习也让我更加了解了市场工作的本质，为将来的职业生涯打下了坚实的基础。

第五段：总结实习心得和对未来的展望（约200字）。

通过这次实习，我获得了很多宝贵的经验和成长。我意识到，只有通过实践才能真正将理论知识变成实践能力。这次实习让我明白了自己的定位和目标，同时也培养了我的沟通能力、解决问题的能力和协作能力。尽管这次实习只是一个开始，但我对未来充满了信心和期待。我相信，通过不断的努力和实践，我会取得更好的成绩，并且在将来的职业生涯中实现更大的发展。

**实训收获和心得体会篇八**

转眼间，短短两周的网络管理实训生活已悄然过去几天了，然而实训的过程还历历在目。

实训期间，让我学到了很多东西，不仅使我在理论上对网络管理有了全新的认识，在实践能力上也得到了提高，真正地做到了学以致用，更学到了很多做人的道理，对我来说受益非浅。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。第一次亲身感受到理论与实际的相结合，让我大开眼界。也是对以前所学知识的一个初审吧！这次实训对于我以后学习、找工作也真是受益菲浅，在短短的两周中相信这些宝贵的经验会成为我今后成功的重要的基石。

作为一名大二的学生，经过差不多两年的在校学习，对网络有了理性的认识和理解。在校期间，一直忙于理论知识的学习，没有机会也没有相应的经验来参与项目的开发。所以在实训之前，网络管理对我来说是比较抽象的，一个完整的项目要怎么来分工以及完成该项目所要的基本步骤也不明确。而经过这次实训，让我明白一个完整项目的开发，必须由团队来分工合作，并在每个阶段中进行必要的总结与论证。

在这次实训中，我们每个人都有属于自己的工作，我负责的是群集服务器，原来我连群集服务是什么有什么作用都不知道，现在虽然也不是很清楚，但至少我有了大概的了解， 群集服务（由事件处理器，故障转移管理器/资源管理器，全局更新管理器，以及其它部分组成）是mscs的核心部件，并作为高优先级的系统服务运行。群集服务控制群集活动并提供诸如协作事件通知，群集组件间通信处理，处理故障转移操作，以及配置管理之类的任务。每个群集节点运行自己的群集服务。

在操作过程中虽然遇到了不少问题，例如忘记设置硬盘，两台电脑实际上用的是同一个硬盘，最后是服务安装失败。但是收获不少，加强了自己的独立操作能力，自学能力也得到了加强，以前都是跟着老师依样画葫芦，但是这次没有老师的帮忙，都是通过网上查找资料，看视频，然后自己操作完成项目的。虽然我们组都是女生，在进度上总是比别人慢，但是我们靠自己完成了此次的项目。

这次实训也让我深刻了解到，不管在工作中还是在生活中要和老师，同学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。对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的老师，正所谓“三人行，有我师”，我们可以向他们学习很多知识、道理。

突然想起鲁迅先生的一句话：这里本来没有路，只是走的人多了，也便成了路。生活的路呢？生活的路也是人走出来的，每个人一生总要去很多陌生的地方，然后熟悉，而接着又要启程去另一个陌生的地方。

在不久就要踏上人生另一旅程的时候，有时不免会感到有些茫然，感到无助，但生活的路谁都无法预设，只能一步一步摸索，但只要方向正确，不要走入歧途，走哪条路都走向光明。

**实训收获和心得体会篇九**

在我大学生活的最后一年，我获得了一份在一家知名企业的实习机会。这个机会让我充满了激动和好奇心，因为实习是我转变从学生到职业人的重要一步。我知道，通过这个实习，我将有机会学到很多专业知识和技能，并且认识到真实工作环境的种种挑战。因此，我迫不及待地期待着实习的开始，期待着从中获得各种宝贵的收获。

第二段：学到专业知识和技能。

在实习的过程中，我学到了很多与我所学专业相关的知识和技能。首先，在与项目团队紧密合作的过程中，我深刻理解到了如何高效地交流和协作。也就是说，我不仅学会了和团队成员建立良好的合作关系，还学会了如何以高效的方式与他们沟通，并解决在项目中可能出现的各种问题。其次，通过项目的实施，我了解并掌握了很多先进的工作方法和技巧，比如使用各种软件和工具进行数据处理和分析。这些知识和技能不仅提升了我的专业水平，也让我在未来的职业生涯中更具竞争力。

第三段：了解真实工作环境中的挑战和压力。

在实习的过程中，我也逐渐认识到了真实工作环境中的种种挑战和压力。首先，我发现在工作中不断面对新的问题和挑战是常态。与学校环境不同的是，工作环境要求我们对新问题进行实际解决，而不仅仅是理论上的探讨。其次，工作中往往需要高效地完成多项任务，并在一定的时间限制下取得好的结果。这就要求我们在工作中不断提高自己的时间管理能力和处理压力的能力。通过这些具体的体验，我逐渐明白了职业生涯中所需要具备的素质和能力。

第四段：培养自信心和解决问题的能力。

通过实习，我逐渐培养了自信心和解决问题的能力。在实习初期，我可能会遇到一些困难和挫折，但我学会了勇敢地面对和解决这些问题。我不再是一个只会问问题的学生，而是能够主动解决问题并提出有建设性的意见的实习生。这种转变让我对自己充满信心，并相信自己能够在职业生涯中取得好的成绩。

通过这次实习，我不仅学到了专业知识和技能，也了解到了真实工作环境中的挑战和压力。在这个过程中，我培养了自信心和解决问题的能力。这些收获让我对自己的未来更加充满信心，并且也增强了我对职业生涯的期待。我相信，在今后的求职过程中，我将能够更好地展示自己，取得更好的职业发展。同时，我也意识到，学校所教授的知识只是一个基础，实际工作中的学习才是最重要的。因此，我将继续努力学习和提升自己，为将来的职业发展做好准备。

**实训收获和心得体会篇十**

第一段：引入（150字）。

在完成了一段时间的仓管实习后，我深刻地体会到了实践的重要性和对自身能力的提升。这段实习经历让我对仓储管理有了更深入的了解，也让我在专业技能和职业素养上有了显著的提升。下面我将结合具体的实习情况，分享我的心得体会和收获。

第二段：实习内容和职责（250字）。

在仓管实习期间，我的主要职责是负责仓库的日常管理和货物的入库、出库工作。我学会了根据订单和货物的特性进行合理的货物摆放和仓库布局，以提高仓储效率。同时，我掌握了一些基本的货物清点和盘点技巧，能够快速且准确地完成各项工作任务。在入库和出库环节，我学会了使用仓储管理系统，掌握了货物上架和下架的流程，提高了操作的精确性和效率。

第三段：团队协作与沟通（300字）。

仓管实习让我深刻体会到了团队协作的重要性。我与同事们紧密配合，相互支持，共同完成了日常工作任务。通过与他们的交流和合作，我真切地感受到了沟通的力量。在团队合作中，我不仅学会了倾听他人的意见和建议，还提高了自己的沟通能力和解决问题的能力。从团队合作中，我领悟到了合作的重要性，同时也感受到了集体智慧和协同效应的力量。

第四段：问题解决与思维能力（300字）。

在仓管实习中，我遇到了一些问题和挑战，但通过不断学习和实践，我逐渐培养了解决问题的能力。例如，在货物入库过程中，遇到了库位不足的问题，我学会了合理利用仓库空间，通过整理和调整货物摆放，最大程度地优化了仓储体系。通过这一过程，我培养了灵活思维和解决问题的能力。此外，我还学到了对待工作的细致和耐心，对每一个细节的把握能够避免许多潜在的问题。

第五段：经验总结与启示（200字）。

通过这段仓管实习，我深刻地认识到实践是提高自身能力的最佳途径，只有通过亲身经历，才能真正地了解并深化对知识的理解。同时，我也意识到专业知识和技能不能完全取代良好的沟通能力和团队合作精神，只有团队协作，才能取得更好的工作效果。在未来的职业生涯中，我将更加注重实践能力的培养和团队合作的重要性，不断提升自己的综合素质，为公司的发展做出更大的贡献。

这段仓管实习让我受益匪浅，不仅增长了专业知识和技能，也培养了自己的思维能力和综合素质。通过这段实习，我更加确信实践能力对于职业发展的重要性。我将继续保持对实习所学知识的积极态度，在今后的学习和工作中不断提升自己的能力水平，使自己更加适应社会的发展和需求。

**实训收获和心得体会篇十一**

这次实习，除了让我对农业银行的基本业务有了一定了解，并且能进行基本操作外，我觉得自己在其他方面的`收获也是挺大的。作为一名一直生活在单纯的大学校园的我，这次的实习无疑成为了我踏入社会前的一个平台，为我今后踏入社会奠定了基础。

首先，我觉得在学校和单位的很大一个不同就是进入社会以后必须要有很强的责任心。在工作岗位上，我们必须要有强烈的责任感，要对自己的岗位负责，要对自己办理的业务负责。如果没有完成当天应该完成的工作，那职员必须得加班;如果不小心出现了错误，也必须负责纠正。

其次，我觉得工作后每个人都必须要坚守自己的职业道德和努力提高自己的职业素养，正所谓做一行就要懂一行的行规。在这一点上我从实习单位同事那里深有体会。比如，有的业务办理需要身份证件，虽然客户可能是自己认识的人，他们也会要求对方出示证件，而当对方有所微词时，他们也总是耐心的解释为什么必须得这么做。现在银行已经类似于服务行业，所以职员的工作态度问题尤为重要，这点我有亲身感受。

最后，我觉得到了实际工作中以后，学历并不显得最重要，主要看的是个人的业务能力和交际能力。任何工作，做得时间久了是谁都会做的，在实际工作中动手能力更重要。

因此，我体会到，如果将我们在大学里所学的知识与更多的实践结合在一起，用实践来检验真理，使一个本科生具备较强的处理基本实务的能力与比较系统的专业知识，这才是我们实习的真正目的。

很感谢实习单位给我这个这么好的实习机会，让我学习很多、成长很多、收获很多。

**实训收获和心得体会篇十二**

实习是大学生活中不可或缺的一部分，通过实习可以提升自己的实践能力，了解实际工作环境。在这次实习中，我获得了很多宝贵的经验和知识，也对自己的未来有了更明确的规划。下面我将依次谈谈我的实习经历、实习收获、实习心得和规划，以及对未来的展望，希望能够给其他学生提供一些实习的参考。

首先，我想谈谈我的实习经历。在这次实习中，我来到了一家知名互联网公司，在这里担任信息部门的实习生。在实习的过程中，我主要负责日常数据的整理和分析工作，并协助部门同事完成一些临时性的项目任务。每天早上，我都会准时到岗位上，积极参与部门的讨论和工作，全身心地投入到自己的实习工作中。通过与部门同事的合作，我学到了很多关于数据分析的实际操作技巧，也对公司运营和管理有了更深入的了解。

其次，我想分享一下我的实习收获。在实习的过程中，我不仅锻炼了自己的实际操作能力，还提升了自己的沟通和团队合作能力。在整理和分析数据的过程中，我学会了如何运用Excel等软件进行数据处理，通过对数据的整合和分析，我能够发现问题、总结规律，为公司的决策提供有效的参考依据。同时，通过与部门同事的合作，我更加深刻地体会到团队合作的重要性，也学到了如何与他人高效地沟通和协调工作，让团队的成员在共同的目标下协同努力。

然后，我想谈一下我的实习心得。在实习的过程中，我发现只有不断地学习和应用，才能提升自己的实践能力。在具体的工作任务中，我遇到了很多难题和挑战，但是通过不断地思考、查阅资料和请教同事，我最终找到了解决问题的方法，并成功地完成了任务。这个过程让我深刻地认识到，在实践中才能真正理解和应用所学的知识，而不是只停留在书本上的理论。

最后，我想谈一下对未来的规划和展望。通过这次实习，我更加明确了自己未来的职业规划。我希望以后能从事数据分析和业务运营的工作，因此，我将会继续深化我在这方面的学习和实践，提升自己的专业素养。同时，我也意识到在实习过程中结识的同事和导师对我未来的发展有着重要的影响，他们的经验和指导将会对我成长起到关键的作用。因此，我决定在未来的学习和工作中，积极与他们保持联系，继续学习和借鉴他们的经验和智慧。

总而言之，通过这次实习，我获得了很多宝贵的经验和知识，也对自己的未来有了更明确的规划。通过实际的工作任务，我提升了自己的实践能力和团队合作能力，并深化了对专业知识的理解和应用。在未来的发展中，我将会继续努力学习和实践，不断提升自己的能力，为实现自己的职业目标而努力奋斗。希望我的实习经历和心得能够给其他学生提供一些实习参考，借鉴和启示。

**实训收获和心得体会篇十三**

第一段：介绍实习背景和目的（200字）。

我在去年暑假期间参加了一家大型物流公司的仓管实习。实习为期两个月，旨在让我了解和掌握仓储管理中的基本知识及操作技能。作为一名物流专业的学生，我深知仓储管理在供应链中的重要性。因此，我希望通过实习能够加深对仓储管理的理解，提高自己的实践能力。

第二段：工作内容及经历（250字）。

在实习期间，我主要负责仓库日常的库存管理、货品分拣和入库出库操作。通过实际操作，我学会了如何正确标识货品，记录库存，控制库存的损耗，以及盘点的方法。每天我都会与仓库经理协作，了解仓库当前的情况和当天的工作任务。在入库出库操作中，我通过与司机的配合，学习了如何快速准确地卸货或装货。虽然操作过程中有时会遇到一些困难和挑战，但我通过锻炼逐渐掌握了正确的操作技巧。

第三段：实习中的困难及解决方法（300字）。

实习的过程中，我也遇到了一些困难。首先，由于没有实际操作经验，我在入库出库的过程中可能会出现操作不熟练的情况。这时，我会虚心向仓库经理请教，他们耐心地给予我指导和帮助。此外，由于仓库经常要处理大量的物品，我也遇到了一些混乱和不一致的情况。为了解决这个问题，我提出了一套清晰明确的标识方法，并亲自动手组织整理仓库。通过这些努力，我成功地解决了这个问题，并获得了仓库经理的称赞和认可。

通过这次实习，我不仅获得了实际操作的经验，也深入了解了仓储管理的重要性。我明白了库存管理对于企业来说是至关重要的，一个精细的仓储管理系统能够提高企业的效率和竞争力。我还学到了如何与团队成员合作，并在解决问题时保持冷静和灵活。这些都是我以后从事物流工作所必备的技能和素养。此外，我还学会了自我管理，通过有条理的安排和高效的工作方式，我能够在有限的时间内完成更多的工作。

通过这次仓管实习，我真正体会到了仓储管理的复杂性和重要性。我认识到仓库的运作不仅仅是简单的搬运和堆放，而是需要一系列的管理和技术手段来支撑。因此，我决定在以后的学习和工作中更加深入地研究仓储管理相关的理论和方法，以提升自己的专业水平。同时，我也希望通过将来的实习和工作经历，不断积累实践经验，为自己的职业发展打下坚实的基础。

**实训收获和心得体会篇十四**

在学校学习的xx年，我们对会计工作的日常处理已经是耳目能熟了，大部分会计的专业基础知识、基本理论、基本方法和结构体系，我都基本掌握了，但这些只是纸上谈兵，倘若将这些理论性极强的东西搬上实际上应用，那我想我肯定会是无从下手，一窍不通。

自认为已经掌握了一定的会计理论知识在这里只能成为空谈。于是在坚信“实践是检验真理的标准”下，我认为只有把从书本上学到的理论知识应用于实际的会计实务操作中去，才能真正掌握这门知识。因此，我作为一名会计专业的学生，就必须亲自动手去做，去实践。只有这样才能真正了解会计究竟是做什么的。

我于20xx年x月下旬到一月下旬在xx工有限公司进行为期一月的会计业务实习。xx化工有限公司位于陕西省西安市大兴路西北化工城内，主要经营业务是食用油脂，食用香精等食品添加剂。

进入大学x年，学习的专业课程有《基础出纳》、《中级财务会计》，《管理出纳》、《财务分析》、《财经法规》等课程，对于会计的基础知识我已有了一定的认识。但在不断的学习和探索中发现了许多问题，会计是个讲究经验的职业，工作经验是求职时的优势，但是我对会计工作流程还不是很了解。

为了将自己所学到的理论知识真正地运用到实践中去，为了积累更多的工作经验，作到学以至用，我决定———实习。

我希望通过实习，在实践中锻炼自己、检验自己、吸收知识、弥补不足。充分了解什么是现型社会所需要的财会人员，为日后的工作打下夯实的基础。

xx工有限公司财务处只设有会计、出纳、财务各一名。该单位是采用用友财务软件进行电脑记账。此次实习，我主要岗位是助理财务人员，职责是协助财务人员进行账实核对、账证核对、账账核对等账务方面处理，以及电脑登账和一些办公室文员工作。

这些天恰逢公司年底结账，我很幸运的重温了会计的一般流程！

1、根据经济业务填制原始凭证和记账凭证。

（1）原始凭证。

是指直接记录经济业务、明确经济责任具有法律效力并作为记账原始依据的证明文件，其主要作用是证明经济业务的发生和完成的情况。

填写原始凭证的内容为：原始凭证的名称、填制凭证的日期、编号、经济业务的基本内容（对经济业务的基本内容应从定性和定量两个方面给予说明，如购买商品的名称、数量、单价和金额等），填制单位及有关人员的签章。

（2）记帐凭证。

记帐凭证是登记帐薄的直接依据，在实行计算机处理帐务后，电子帐薄的准确和完整性完全依赖于记帐凭证，操作中根据无误的原始凭证填制记帐凭证。

填制记帐凭证的内容：凭证类别、凭证编号、制单日期、科目内容等。

2、根据会计凭证登记日记帐。

日记帐一般分为现金日记帐和银行存款日记帐；他们都由凭证文件生成的。计算机帐务处理中，日记帐由计算机自动登记，日记帐的主要作用是用于输出现金与银行存款日记帐供出纳员核对现金收支和结存使用。

要输出现金日记帐和银行存款日记帐，要求系统初始化时，现金会计科目和银行存款会计科目必须选择“日记帐”标记，即表明该科目要登记日记帐。

3、根据记账凭证及所附的原始凭证登记明细帐。

明细分类帐薄亦称明细帐，它是根据明细分类帐户开设帐页进行明细分类登记的一种帐薄，输入记帐凭证后操作计算机则自动登记明细帐。

4、根据记账凭证及明细帐计算产品成本。

根据记帐凭证及明细帐用逐步结算法中的综合结转法计算出产品的成本。

5、根据记账凭证编科目汇总表。科目汇总表也由凭证文件生成，其编制方法为对用户输入需汇总的起止日期则计算机自动生成相应时间段的科目汇总表。

6、根据科目汇总表登记总帐。

根据得出的科目汇总表操作计算机，计算机产生出对应的总帐。

7、对帐（编试算平衡表）。

对帐是对帐薄数据进行核对，以检查记帐是否正确，以及帐薄是否平衡。它主要是通过核对总帐与明细帐、总帐与辅助帐数据来完成帐帐核对。试算平衡表就是将系统中设置的所有科目的期末余额按会计平衡公式借方余额=贷方余额进行平衡检验，并输出科目余额表及是否平衡信息。一般来说计算机记帐后，只要记帐凭证录入正确，计算机自动记帐后各种帐薄应该是正确的、平衡的，但由于非法操作，计算机病毒或其他原因有可能回造成某些数据被破坏，因此引起帐帐不符，为保证帐证相符，应经常进行对帐，每月至少一次，一般在月末结帐前进行。

8、根据给出的相关内容编制本月的负债表和利润表；

将xx月月初数视为年初数，本月视为本年数编制会计报表。资产负债表是反映企业在某一特定日期财务状况的一种会计报表，它根据“资产=负债+所有者权益”的会计方程式，说明企业的财务状况。利润表是反映企业在一定期间内的经营成果的会计报表，损益表按照权责发生制原则和配比原则把一个会计期间的收入与成本、费用进行配比，从而计算出报告期的净损益数。根据具体要求操作计算机得出本月的负债表和损益表。这些是大的方面，在处理日常经济业务方面，我主要利用用友财务软件，针对实际发生经济业务性质进行会计处理，编制会计凭证，进行审核记账等。

公司日常的经济业务通常不是采购就是销售，在进行采购业务处理时，需进行编制采购入库单，并核对采购数量、金额及税额；销售业务方面，主要是对于应收账款的核对，根据实际发生以及相应回款进行收款或转账凭证的编制并审核记账；在采购与销售方面的实习工作当中，在制单处理方面要特别细心，要注意核对供应商以及客户往来，以免在进行项目核算时发生串户。除了采购和销售业务，日常经济业务还包括通过单位网上银行进行付款业务，并在受到银行回单后，利用用友财务软件进行应付账款核算。

日常会计业务是会计工作的基础，对于每一笔经济业务，每一个步骤，每一个程序，都必须以会计制度为基础，尊重原始凭证，考究其真实性和准确性，才能更好地发挥利用财务软件的强大功能，提高我们的工作效率。月底是公司出具财务报表的时候。总账会计即主管会计，主要负责公司主要财务报表的出具。在实习期间，我主要学习了资产负债表、现金流量表、损益表、利润表、所有者权益变动表以及各种附表，并对财务报表进行分析，计算出本期应纳税所得额。

通过编制财务报表还能对公司的资产负债率以及销售利率等财务指标进行分析。财务报表需一式三份，上交给国税及地税各一份，本公司自己留底一份。公司财务部还设有出纳及增值税发票开具处，出纳主要管理日常现金收付业务，编制现金及银行存款日记账等，开具收款收据以及票据的办理。

通过出纳岗位的实习，我还了解到真实的现金支票、转账支票的开具以及银行承兑汇票的办理。在增值税专用发票的开具中，必须核对单位的每一项税务信息，包括税号、名称、电话、地址等，在开具过程中，必须真实准确，如发生错误的增值税发票，需向税务局提出申请，开具红字发票等。

**实训收获和心得体会篇十五**

为了更好地锻炼自己，也为了让自己的假期过得更有意义，我来到了xx县工商局工商所进行假期实践。这是一次很有意义的社会实践活动，不仅有助于自己的专业学习，更重要的是使我了解了自己家乡的经济市场，了解的工商部门的工作和市场的执法情况。

由于xx镇是兴业县县城，是县里的主要经济场所，所以xx县工商局石南工商所的工作就比较多。由于所里的工作一般都比较重要，我只能作为一个参观者的身份来了解。

当我第一天到所里实习的时候，接待人员就给了我一些资料，让我先了解工商局究竟是干什么的。通过阅读和询问我知道了工商局主要职能是：

(一)贯彻执行国家、省人民政府和上级工商行政管理机关关于工商行政管理工作的方针、政策、法律、法规和规章制度。

(二)组织管理工商企业和从事经营活动的单位、个人的登记注册，依法核定注册单位名称，审定、批准、颁发有关证照，对其登记注册事项及经营活动进行监督管理。

(三)依法组织监督管理市场竞争行为，查处垄断、不正当竞争、流通领域的走私贩私行为，打击传销和变相传销等经济违法行为。

(四)依法组织监督市场交易行为，组织监督流通领域商品质量，组织查处假冒伪劣商品行为，受理消费者申诉，组织查处侵犯消费者权益案件，保护经营者、消费者合法权益。

(五)组织实施各类市场经营秩序的规范管理与监督;监督管理电子网络经营行为。

(六)查处商标侵权行为，保护注册商标专用权，监督管理商标的使用和印制;指导商标代理机构工作。

(七)组织管理广告审批发布与广告经营活动，指导广告审查机构的工作。

(八)组织实施合同行政监督，会同行业管理部门制定合同示范文本，指导办理合同鉴证，监督管理消费类合同格式条款，组织查处合同欺诈行为。

(九)监督管理经纪人、经纪机构以及有关中介服务机构。

(十)组织管理动产抵押物登记，组织管理拍卖行为。

(十一)对企业名称，驰名和著名商品特有的名称、包装、装潢、商业秘密、商标等实施监督管理和综合保护。

(十二)组织管理个体工商户、个人合伙、私营独资和私营企业的经营行为。

(十三)指导所属事业单位和协会、学会、消费者权益保护委员会的工作。

(十四)承办上级工商行政管理机关和所在市人民政府交办的其他事项。

xx县工商局的工作方式今年有所创新，根据当地部分乡镇离城区较远，交通不便利，群众办事耗时的实际情况，在注册登记窗口推出了“五时”服务，极大地满足了经营者的需要，让群众感受到该局服务大众的脉脉温情。一是“限时”服务。通过县电视台向社会郑重承诺：企业申请名称预先核准材料齐全、符合法定形式的，当日核发《名称核准通知书》;企业申请注册材料齐全、符合法定形式的，自受理之日起5个工作日内办结(法定为20个工作日);企业申请年度检验材料齐全、符合法定形式且不需要核实的，3个工作日内办结(法定为5个工作日)。二是“及时”服务。工作人员接受企业咨询登记、年检手续时，及时出具“一次性告知书”，将所需材料一一列举，使企业一目了然，避免企业因申请材料不齐而来回跑，为企业把好手续关。三是“定时”服务。在注册登记窗口只有两名工作人员的情况下，工作时间内定人、定时为企业办理登记注册业务，不因工作人员的其它工作耽误企业办事。四是“省时”服务。在企业年检工作中，实行没有前置审批手续要求的参检企业一律由工商所审查，县局核准通过，简化手续和程序。五是“延时”服务。打破8小时工作制界限，实行延长工作时间的办法，企业随到随办，每日均接待完最后一名办事群众才下班。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找