

# 最新京东实践心得 实习生心得体会(优质7篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 京东实践心得篇一

我是从20xx年开始比较多地见到实习生，因为这一年我去做报纸了，报社里不断有新鲜的学生脸出现。

“老师。”起先被这么叫，简直不知道怎么回答好，尴尬地拜托他：你不要叫我老师。但不叫老师，难道叫师傅吗？好在，久了也就习惯了，一听到“老师”，可以坦然地转过头，一本正经地看向声源。

实习生基本是大三大四的学生，外表上看好像只是小一点的上班族。不过我总是想，两者又是两样的，实习生同学日后长大了，并不会成为我们，而是从想法到行为上成为新的一代人。我们之间的差别，好比是，看似相像的猿和猴，又或者是都说英语的英国和美国。

我对实习生同学的最低期望，老实说并不是帮上什么忙，而是希望他们表现得像一个年轻人就行了。他们跑来面前，首要的作用，是坦率地展现一个年轻人的样子，这样就对我有足够正面的影响力，让我不至于荒唐地以为世界上只有我们这一个物种，千年稳据江山，就此骄傲自满。而是提醒我们想想未来，一切终究会朝着他们的愿望改变，变得让他们更趁手，地球上空着，我们只是先来暖个场罢了。就这样，可以校准我看世界的准心。

实习生常常让我出乎意料。有一阵子，我们经常在礼拜二的下午，找一个咖啡馆开选题会，气氛轻松友好。一次，去的店里有个服务生，是个高瘦正太，他沉浸在工作中的神态动人，长得也很好，很值得多看几眼。我就向身边的实习生同学说：“这个，跟你年纪差不多吧？”哪想到，该同学连忙否认道：“他比我大。”接着又说：“我明显更年轻！”啊，没想到年轻人也这么在意年轻。他们不知道，我们听到“年轻”这两个字才很心虚啊。

还是这位同学，不久之后的一天，我和他完成一个采访后赶回报社。并肩走到大厦楼下时，一条很和气的流浪狗向我们走来。我用余光发现，实习生同学不动声色地和我变换了队形，转头一看，他躲在了我身后。喂，你总说自己年轻，年轻有什么用啦，快出来替老人挡狗呀！我心里这么说。又觉得自己和他默默计较起来，也很好笑。

我总是会把实习生好笑的事情积攒下来，和我的朋友们交流交流，他们也会告诉我一些遇见的事情，我们都抱着“年轻真好啊，失去了用什么都换不回”，以及“可老子们毕竟经历了很多风雨，不愿再回头”这样的双重感慨。

不过，反过来，实习生又是怎样看待“老师”的呢？我一想到这个问题，就很心惊。

毛姆在一本书里借着人物的嘴这样说：“我们上了年纪的人很少觉察到年轻人对我们的判断多么无情，然而又多么深刻。”我觉得除开“很少觉察”，他说的全对。在我比较小的时候，对年纪比较大的人，确实刻薄无情，而且我不相信一代会比一代更宽和。

如今我很想在年轻人中留下好印象，虽然最终得到一份填写着实习意见的证明资料的人是他们，但我也很想他们回到学校时能和同学说，有一个“老师”为人很好，能和我打成一片。可惜事与愿违，我是个比较糊涂又很笨拙的人，恐怕实

习生回去不会说我好话的。

我做了很多不好的事，比如，今年夏天天气非常热，有一天最高气温达到40度，我叫了一个实习生同学来报社，没有别的事，只是参与一下我们的会，可是到了时间，我站起来就和同事们去开会了，忘了叫上她。等把会开完，我走到她位子那里，她已经在空虚中钻进傍晚的余热里下班走了。唉，我当时真的觉得我这个人很差劲，只能站了一会儿，也下班走了。一直过了好几天，才鼓起勇气说了声不好意思。

和她的缘分未完，之后有一天，这位40度白来的同学问我：“老师，明天几点来？”第二天仍旧是工作日，可是当时我抬头四面一看，别的同事大多下班走了，办公室里只有空空荡荡的空气包围着我们，我突然有强烈的感受，觉得第二天应该是休息日，便对她诚恳地说：明天休息啊，我们都不来，这里没有人。同学狐疑地盯着我看一看，说了声好的，转身走了。你说她怎么可能不在心里骂我蠢呢！

我还很容易就把心里的想法对别人和盘托出，暴露我为人的短小。又有一次，约了一位很好的摄影实习生来开会，他严格遵守约定时间准时到达报社，可我们几个同事外出吃饭的吃饭，刚从家里出门的出门，没有人在。他等了一会，发来微信：“怎么办公室里一个我认识的人都没来？”要知道一个小团体存在久了，约定时间就会变成参考时间，成员们自会看天气、辨风声、猜情况，自行掐算出一个新的时间，然后在新的时间点差不多前后脚抵达，这是一种微妙的默契感！当时同学问了我，我不禁手指飞舞，很快地回答道：“因为我们迟到成性啊。”话一出口，我在奔向报社的地铁上，差点对着手机脸红了。我这是在干吗，我不是一心想做一个厚道和正直的成年人吗，怎么竟向一个刚刚踏上社会的小孩灌输丑陋想法，告诉他迟到没什么，还态度沾沾自喜？唉，别提多羞愧了。我们有时候会做错事，但心里还是要知道“它是错的”，那么做也就做了，也许不算坏到底——我觉得底线应该是这样吧。

假如那些和我这个不太好的“老师”交过手的同学们愿意听我推心置腹讲讲，我大概会这么说：

至于我，以后大概还会继续碰到不少同学吧。有一个实习生给我留下很深的印象。那天我请他在我的本子上留下联络方式，后来翻开来做采访提纲时，看到他在自己的名字和电话前面还写了三个字：“实习生”。这个人的定位也太清楚了，顿时觉得他很可爱。正是在这样的“实习生”面前，我勉为其难地当着“老师”啊。但愿我以后能进步！

## 京东实践心得篇二

### 第一段：引言（150字）

实习是大学生们在校园生活和社会实践的桥梁，对他们来说，实习生产经历不仅是学习知识和提升能力的机会，也是与实际工作环境接触的重要机遇。笔者于某公司完成了为期三个月的实习工作，通过与同事们的合作与交流，深入了解了企业文化和工作方式，积累了宝贵的实践经验。在这段实习生产中，我不仅收获了专业知识的提升，还明白了沟通与团队合作在工作中的重要性。

### 第二段：团队合作与沟通（250字）

在实习过程中，我意识到团队合作和沟通是高效工作的核心。首先，我明白到在团队中不是每个人都拥有相同的技能和知识，成员之间的合作才能使项目得以顺利进行。通过与团队成员互相交流和了解，我学会了合理分工和协作，充分发挥每个人的优势。其次，高效的沟通对于项目的成功至关重要。我深刻体会到，当沟通不畅时，会导致误解和信息不对称，进而影响工作进度和质量。为此，我学会了主动沟通、善于倾听和表达自己的观点，以便更好地与同事进行有效交流。

### 第三段：自我提升与专业知识（250字）

实习过程中，我发现自身专业知识相对薄弱，不能够完全胜任工作的需求。因此，我主动寻求学习和进步的机会。我利用业余时间在网上学习相关的知识和技能，通过书籍、教程以及与同事的交流来增强自己的专业能力。同时，我还充分利用实习的机会，参与相关培训和会议，将理论知识运用到实际操作中，不断提高自己的实践能力。通过这些努力，我在实习期间不仅能够顺利完成任务，还积累了宝贵的实践经验和技能。

#### 第四段：学会解决问题和承担责任（250字）

在实习工作中，遇到各种问题是不可避免的，面对问题，我学会了积极主动寻找解决方案，而不是将其推给他人。我明白到在工作中，解决问题的关键在于分析和整合资源，找出最佳方案。此外，我也认识到承担责任的重要性。在实习期间，我主动承担了一些额外任务，如协助组织会议、撰写工作报告等，这不仅展示了我的责任心，还增强了自我的成就感。

#### 第五段：总结与展望（300字）

通过这段实习经历，我不仅对专业知识有了更深入的理解，也理解了沟通与合作的重要性，在团队中发挥了自己的积极性和创造力。但同时，我也明白到自己的不足之处，需要在未来的学习和工作中继续努力提升。我会继续保持对学习的热情，不断提高自己的专业素养和实践能力。同时，我也希望能够与更多的同学一起分享实习的经验，共同成长。实习的道路上，不仅需要不断磨练，更需要保持一颗谦卑的心态，不断探索和进取，才能走得更远。

以上是关于“实习生产心得体会”的五段式文章，通过描述团队合作与沟通、自我提升与专业知识、解决问题和承担责任以及总结与展望等方面的经历，展示了实习过程中所获得的心得和收获。通过这段实习经历，我不仅提升了专业能力，

还培养了解决问题和团队合作的能力，为未来的学习和工作奠定了坚实的基础。

## 京东实践心得篇三

作为一名学生，实习是学习知识的重要环节。在实习开始之前，我做了不少准备工作。首先，我积极参与了与实习相关的课程和培训，通过学习相关知识和技能，为实习打下了坚实的基础。其次，我准备了一份详尽的实习计划，包括实习的目标、任务和计划等内容，以便在实习期间有条理地进行工作。最后，我还研究了企业的背景和业务模式，为自己的实习工作做好了充分的了解和准备。

### 第二段：实习中的工作经历

在实习的过程中，我有机会参与了各种各样的工作，在实践中学习到了许多知识和技能。首先，我参与了团队的日常工作，包括文档的整理、会议的组织和项目进度的跟踪等。通过这些工作，我了解了企业的运营流程和协作方式，培养了团队合作和沟通能力。其次，我还参与了具体的项目工作，如调研和数据分析等。通过这些实际的项目，我了解到了市场调研的重要性以及数据分析在决策过程中的作用。最后，在实习过程中，我还有机会与各级领导和同事进行了交流和学习，他们的经验和见解对我产生了很大的影响和启发。

### 第三段：实习中的收获和成长

通过实习，我获得了很多宝贵的收获和成长。首先，我锻炼了自己的组织能力和执行能力。在项目工作中，我学会了合理安排时间和资源，合理安排任务，使工作高效完成。其次，我提高了自己的沟通能力和团队合作能力。在与团队成员和领导进行合作和交流的过程中，我能够更加清晰和准确地表达自己的意见和想法，有效地解决问题和推动工作进展。最后，我学到了很多实践知识和技能。通过实际操作和项目工

作，我加深了对课堂知识的理解和应用，为将来的职业发展打下了坚实的基础。

#### 第四段：实习中的困难和挑战

在实习过程中，我也遇到了一些困难和挑战。首先，由于实习工作的复杂性和难度，我常常感到压力较大。有时候，我需要同时处理多个任务和项目，时间不够用。这个时候，我需要调整自己的心态，合理安排时间和任务，保持积极乐观的态度。其次，由于实习工作的专业性和技术性，我在某些方面还存在不足。这时，我需要主动学习和请教，提高自己的专业素养和技能水平。最后，我还需要不断适应和融入企业的文化和氛围，与领导和同事建立良好的关系。这对于一个实习生来说，是非常重要的。

#### 第五段：总结和展望

通过实习，我不仅学到了很多知识和技能，也锻炼了自己的能力和素质。实习让我更加明确了自己的职业规划和发展方向。这段实习经历对我个人和职业发展都有着深远的影响。未来，我将继续努力学习和提升自己的能力，为将来的职业生涯做好充分的准备。同时，我也会用实习中学到的知识和经验，为企业的发展和 innovation 做出更大的贡献。

以上就是我在实习中的心得体会，实习生活虽然艰辛，但是收获也是相当丰富。通过这段实习经历，我更加明确了自己的职业发展方向，也为将来的职业生涯打下了坚实的基础。我相信，只要继续努力学习和提升自己，未来的职业道路一定会更加光明。

## 京东实践心得篇四

第一段：引入实习生产的背景和目的（约200字）

实习生产是大学生在校期间必不可少的一部分，旨在通过参加实际工作，培养学生的实际操作能力，提升专业知识和技能水平。实习生产可以让学生在真实的生产环境中接触到各种问题和挑战，使他们更好地了解自己所学的专业，为将来的就业奠定坚实的基础。在此次实习生产中，我担任了某大型制造企业的质量管理部门实习生，通过三个月的实际工作，我获得了许多宝贵的经验和心得。

## 第二段：实习生产中的困难和挑战（约300字）

在实习生产的初期，我遇到了许多困难和挑战。首先，作为一个实习生，我对工作流程和企业内部的运作机制并不了解，这给我带来了很大的不适应感。另外，实习过程中需要处理大量的实际问题和业务难题，需要在有限的时间内快速找到解决方案，这对我的分析和解决问题能力提出了很高的要求。还有，作为质量管理部门的一员，我需要严格遵守公司的工作要求和质量体系，保证产品符合质量标准，这对我的责任心和细心程度提出了很高的要求。

## 第三段：在实习生产中的成长和收获（约300字）

通过困难和挑战的磨练，我逐渐适应了实习生活，并取得了一定的成长和收获。首先，我深刻认识到实习生活的重要性和机会的限定性，时间宝贵，机不可失。因此，我努力克服各种困难，不断提高自己的工作能力和业务水平，尽力将优秀的工作表现展现出来。其次，在实习生产中，我学会了与同事进行良好的沟通和合作，团队合作的意识和能力得到了锻炼和提升。最重要的是，实习生产让我对所学的专业有了更深入的理解和认识，通过与实际问题的接触，我的专业知识得到了真正的应用与实践。

## 第四段：实习生产中的感悟和启示（约200字）

在实习生产中，我深刻体会到了实践的重要性和理论与实践



相结合的必要性。只有将所学的知识运用到实际工作中，才能真正理解其意义和价值。实习生产也教会了我如何面对挫折和困难，以及如何在团队中合作与沟通。此外，实习生产还加深了我对自己专业的兴趣和热爱，让我更加坚定了未来发展的方向和目标。

## 第五段：对实习生产的总结和展望（约200字）

通过此次实习生产，我学到了许多珍贵的东西，取得了一定的成长和进步。但我也意识到，实习生产仅仅是一个开始，还需要不断努力和學習，提高自己的能力和素质。我将继续保持对实习生产的热情和积极态度，不断学习专业知识，提升工作能力，以期在将来能够更加胜任工作岗位，为社会做出更大的贡献。

通过实习生产，我认识到自己所学的理论知识与实践的差距，也深刻体会到了自身的不足之处。而且，实习生产锻炼了我的实际操作能力、解决问题的能力 and 团队合作意识。这次实习生产对我来说并非一段简单的经历，而是一次宝贵的人生阅历。我相信，通过不断的学习和锻炼，我将在将来的工作中更好地发挥自己的作用。

## 京东实践心得篇五

这次实习生的招聘过程，让我从一个被雇佣者的角色转变为一个用人者的角色。

发现了真相，原招人跟自己之前想的差别这么大。

实习生的学历和成绩重要，但毕业学校、学习成绩和在校期间表现显然不是我在选择实习生最重要的标准。

在做简历筛选和面试考量的时候，以下标准是最重要的：

- 1、品德；
- 2、态度；
- 3、工作或实习经验
- 4、面相和性格
- 5、与岗位需求的匹配度

当然，法律的基本功也很重要。

还有，能力越强者不一定是我们优先选择，因为也会考虑到他的稳定性和实习的概率。

面试有时候还像谈恋爱，你看中的实习生，未见会看中你的实习机会。也许你会觉得这是很好的实习机会啊，但是人家不能不一定知道，或者不在乎。

景i也发了招聘信息，我发现在思路上，我还是得学一下产品的思维，更好的包装和宣传。

## 京东实践心得篇六

转眼间，实习已有一个月了。对于实习生这个曾经陌生、曾经憧憬的身份有了一点新的认识。

所谓实习生，顾名思义，它始终离不开学生的身份，是建立在社会实践之上的。故其别与正职人员，其目的并非赚钱、谋利，而是要学习知识、积累经验。正因为有了这点认识，面对亲朋好友惊讶的目光和难以置信的疑问：“放假也去实习啊？怎不休息一下呢？又没钱。”时，我能找到一个满意的答案。我不想虚度悠长的暑假，我要过增长一下见识，积

累一下工作经验。

这短短一个月的实习经历，让我认识到实习生该有“初生牛犊不怕虎”的精神。实习是一个学生走进社会的过渡阶段和必经阶段。在我看来，一个成功的实习生，应要牢记实习生的身份，也要忘却实习生的身份。之所以要牢记，如上边讲到的，目的是学习，这也职责之在。因而，必须要主动争取机会，多做，多思考。而忘却则是因为只有把自己当作是正职人员来看待，从心态上端正自己的态度，才能在实习期间有更大的收获。

在当前教育模式下的学生大多缺乏积极主动性和创新能力。从课堂上走出去的我们带着深深的“教科书”影子。在各式各样的条条框框下成长的我们，做事循规蹈矩、唯唯是诺。这样的情况在我自己身上还是比较明显的。刚到单位实习的时候，俨然像个小学生上课那般乖巧和拘谨。人家没叫我坐时，我就呆站着；坐着的时候也是毕恭毕敬，不敢多手乱动人家的东西；私底下说话也不敢大声，怕扰乱了“课堂纪律”。然而，工作和机会都是要靠自己去争取的。在学生到实习生，再由实习生到从职人员这个过程中，谁的角色转变得越快，谁就在起跑线上领先了一步。在刚开始的一个星期里，我的沉默和低调给我带来了闲适和无聊的实习生活。我开始觉得厌倦，也开始思考并找到问题的根源是在于我没有把自己当作是正职人员般要求自己。

无可否认的是，有不少人实习的目的并非单纯想实践体验，更多的是想要赚钱或获得实习凭证。这样的人只会把自己局限在实习生的身份之下，缺乏应有的集体意识和主人翁态度，故不能主动承担工作。事不关己，高高挂起的作风甚至会滋生出实习生好逸懒做、得过且过的不良影响。前几天，单位里来了一位和我们年龄相仿的女孩，她专科毕业一年，现在已经是单位里的正职员工。在如今就业竞争无比激烈的市场里，一个只有专科毕业的女孩，怎能挤身于这种高门槛、高要求的政府机关呢？或许很多人都会和我一样有这样的答案：

“靠关系，走后门。”然而，在接下来的几天时间里，那个女孩用行动否定了我的猜测。

同是年轻人，同是刚到单位，同是面对陌生环境。女孩的表现比我们积极、从容得多。即使跟单位里的人都不熟悉，但是当她闲着的时候就会四围逛下，看到有人需要帮忙的，不管是苦活还是轻活，她都主动上前帮忙。而我们呢，因为怕影响别人工作，不敢乱动，坐在位置上等人家喊我们名字，给我们安排工作。有一次，一个居委主任上来领资料时，认出了她，并嗤嗤称赞女孩以前在居委实习时非常能干，做事也积极之类的。看来，谜团得以解开了。

作为一个实习生，既然投入了时间与精力，就要争取收获更多。常常会听到前辈们的告诫：“把握好实习机会，要好好表现。”在这次实习前的见面会上，老师也再三强调要虚心学习，积极主动。如今一个活生生的例子放在眼前告诉我们，不管就业市场竞争有多大，只要我们充分做好准备，把握好每一次机会，决不会没有我们的藏身之所，立身之地。

## 京东实践心得篇七

在这个紧张而充满挑战的岁月里，我成为了一名生产实习生。我忙碌了一个学期，积累了宝贵的经验。在这里，我想分享一下我的心得体会。

首先，我认为，生产实习是一次极好的锻炼机会。实践证明，仅仅依靠课堂知识是远远不够的，需要我们去亲身体验和实践。在实践中，我不仅学习到了物料管理、车间生产等许多实用技能，也锻炼了自己的承压能力。在这个过程中，我们需要完成一个个任务和业务，但同时还要提高效率，保证质量，这需要我们发挥自己的主动性、创造力和团队精神。

其次，我体会到了生产实习对人的全面要求。作为一名生产

实习生，不仅需要具备良好的专业知识和技能，还需要有很好的人际交往能力和一定的语言表达能力。在工作中，我们需要和不同的人、不同的部门协作，有时甚至需要和客户直接交流。好的沟通能力和语言表达能力对何时何地何人都是非常必要的。

另外，我也在实践中切实体会到，品质是企业得以生存和发展的关键要素之一。产品的质量决定了企业的生产和销售，直接影响了企业的信誉和形象。在实践中，我们提高质量意识，从细节入手，执行严格的产品检验和质量把控，一步一个脚印在公司内部如此重要，不愧是企业管理的核心和骨干。

最后，从个人成长和发展的角度来看，生产实习是一次难得的机会。实习中，除了一些专业知识以外，我们还需要学习和掌握很多其他技能，例如时间管理、项目协调、团队合作、问题解决等等。这对未来我们的职业生涯是非常有益的，同时也使我们更加了解自己及自己的职业规划。

总之，生产实习让我的大学生活更加充实，是我人生中非常难得的体验。在这个过程中，我获益匪浅。无论是在知识、技能还是性格上，都有了极大的提高。相信这将对我的未来职业生涯产生非常重要的影响。