

最新定制心得体会总结报告 实习心得体会总结(大全5篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

定制心得体会总结报告篇一

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。下面是本站小编为大家整理的实习心得体会总结，供你参考！

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花。

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，我深深的感到自己所学的知识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。

实习将近三个月了，时光匆匆如流水。虽然在这过程中有苦涩，有抱怨，但也有快乐，有喜悦，最终在愉悦的心情中进行着自己的实习生活。这三个月的时光，给自己留下了很多的思考，我真正的感觉到了教育的失衡。

一、就是学生对老师的适应和老师对学生的适应。例如我现在接手两个班的语文学习。在和学生的交流中我明显可以感觉的到，学生不喜欢适应教师这种方式，他们抱怨，自己不停的适应新老师，适应新的教学方式，可是但每次当完全适应的时候，马上就要结束，又要适应新的了。

二、实习现阶段对于我们来说是不成熟的，实际上现在我们很多的条件，都不能和实习相配。我们对于学生的思维还有行为无法做到完全的了解，在一定程度上对他们好多的行为方式感到不解和困惑，以至于无从下手地解决，但是另一方面，因为我们是大学生，跟学生的年龄还有心理年龄比本校教师有优势，学生们乐于向我们寻求帮助，当然我也很乐意帮助他们，从这来说，我们对学生的了解会更细致入微。

三、还有就是实习老师对实习学校人文环境的适应问题。实际上每一个学校，在历史的前进过程中都慢慢的形成了自己学校的一些独特的认为环境，这些环境，让我们要有一个适应过程，就像学生说的，当我们适应了也就是要离开的时候了。有时，我们会听到实习学校老师对我们的评价，有好的也有负面的，说句心里话，有几个人不想把工作做好呢，可是有时候不是你想了就能完成的，因为还有很多现实的因素。

例如在问题学生上。和很多的老师交流过，对于问题学生，我们都是无法全身心的投入。现在教育中的各种矛盾，一处理不好就会升级，特别是在教育问题学生方面，由于我们是实习老师的身份，在这方面更是特别的敏感，相对于教学成绩，在学生的管理上，我们都是抱着，希望自己半年的支教生活能平安的结束，不要发生意外，就是成功的了，在这些意外的面前，自保或许是最好的了，平安或许是我们最大的心愿了。所以在这个意义上，对于一些问题学生是不公平的。

岁月无痕，但我知道自己到现在为止，三个月的时光不会是没有痕迹的。因为它真实的在我生命中，成为了我的记忆。三个月是自己人生的一段历程，无论这中间，我有过这样的情绪，我都想认真的把自己的感受写下。

通过此次实习，让我学到了很多课堂上更本学不到的东西，仿佛自己一下子成熟了，懂得了做人做事的道理，也懂得了学习的意义，时间的宝贵，人生的真谛。明白人世间一生不可能都是一帆风顺的，只要勇敢去面对人生中的每个驿站！这让我清楚地感到了自己肩上的重任，看清了自己的人生方向，也让我认识到了文秘工作应支持仔细认真的工作态度，要有一种平和的心态和不耻下问的精神，不管遇到什么事都要总代表地去思考，多听别人的建议，不要太过急躁，要对自己所做事去负责，不要轻易的去承诺，承诺了就要努力去兑现。单位也培养了我的实际动手能力，增加了实际的操作经验，对实际的文秘工作的有了一个的开始，更好地为我们今后的工作积累经验。

我知道工作是一项热情的事业，并且要持之以恒的品质精神和吃苦耐劳的品质。我觉得重要的是在这段实习期间里，我第一次真正的融入了社会，在实践中了解社会掌握了一些与人交往的技能，并且在次期间，我注意观察了前辈是怎样与上级交往，怎样处理之间的关系。利用这次难得的机会，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。

实习期间，我从未出现无故缺勤。我勤奋好学，谦虚谨慎，认真听取老同志的指导，对于别人提出的工作建议虚心听取。并能够仔细观察、切身体验、独立思考、综合分析，并努力学到把学样学到的知识应用到实际工作中，尽力做到理论和实际相结合的最佳状态，培养了我执着的敬业精神和勤奋踏实的工作作风。也培养了我的耐心和素质。能够做到服从指挥，与同事友好相处，尊重领导，工作认真负责，责任心强，能保质保量完成工作任务。并始终坚持一条原则：要么不做，要做就要做最好。

为期2个月的实习结束了，我在2个月的实习中学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，收益非浅。现在我对这2个月的实习做一个工作小结。

回想自己在这期间的工作情况，不尽如意。对此我思考过，学习经验自然是一个因素，然而更重要的是心态的转变没有做到位。现在发现了这个不足之处，应该还算是及时吧，因为我明白了何谓工作。在接下来的日子里，我会朝这个方向努力，我相信自己能够把那些不该再存在的“特点”抹掉。感谢老师们在这段时间里对我的指导和教诲，我从中受益非浅。

本次实习使我第一次亲身感受了所学知识与实际的应用，理论与实际的相结合，让我们大开眼界，也算是对以前所学知识的一个初审吧！这次生产实习对于我们以后学习、找工作也真是受益菲浅。在短短的一个星期中，让我们初步让理性回到感性的重新认识，也让我们初步的认识了这个社会，对于以后做人所应把握的方向也有所启发。

我会把这此实习作为我人生的起点，在以后的工作学习中不断要求自己，完善自己，让自己做的更好。

定制心得体会总结报告篇二

加入维意到现在也有四个月了,感觉时间过的特别快,虽然我以前有过销售成品家具的经验,但是不论是产品的专业知识还是管理与工作氛围,定制家具与成品家具都有很大区别.说实话刚来的第一个月自己没有进入状态,对产品不熟悉,找不到方向,感觉压力特别的大,一度曾想过要放弃,幸亏在赵总多次的鼓励和家人们的帮助下让我找到了方向感,慢慢融入到了这种工作环境与工作模式,后面的工作时间里我每天都过得很充实,虽然有时付出的劳动没有得到结果,但我相信,付出总会有回报的.努力了就会有希望,不努力就一定不会有希望.成功是给有准备的人。

销售心得:

- 1、不要轻易反驳客户。先聆听客户的需求。就算有意见与自己不和也要委婉的反驳，对客户予以肯定态度，学会赞美客户。
- 2、向客户请教。虚心听取客户的要求与他们所做的工艺。
- 3、实事求是。针对不同的客户才能实事求是。
- 4、知己知彼，扬长避短。

做为一名合格的销售人员首先要对自己所售产品非常熟悉了解，了解自己产品的优点与缺点，客户群体是哪些，才能更好的向客户展示自己与产品的专业性，才能迎得客户的关注与信任。当然对竞争对手也不要忽略。要有针对性的了解对手产品的优势与劣势;才能对症下药，用我们的优势战胜对方的劣势，在与客户介绍产品时尽量多介绍自家产品的优势。缺点方面尽量少提，但是设备本身存在的缺点与不足，也就是该设备在所有同行中必不可少的缺点与不足可以适当的向客户说清楚，毕竟没有十全十美的东西。总说自己的产品有

多好，别人也不会全信。同行中存在的缺点与不足也不要恶意去攻击与批判，要引导客户去分析判断，建议客户通过实际安装的顾客家考察。

5、勤奋与自信；与客户交谈时声音要清晰，注意语气，语速。

6、站在客户的角度提问题，想客户之所想，急客户之所急。

7、取得客户信任，关心客户，学会感情投资。

8、应变能力要强，反映要敏捷。

9、相互信任，销售产品先要销售自己，认同产品，先人品后产品。

11、注意仪表仪态，礼貌待人，文明用语。

12、心态平衡，不要急于求成，俗话说：心如波澜，面如湖水。

13、不在客户面前诋毁同行，揭同行的短。

14、学会“进退战略”，以退为进！

15. 以上这些的重中之重就是多加微信，多发朋友圈，我一直要求自己坚持每天至少发一条有关维意的朋友圈，这段时间以来收获不小，现在是一个新媒体时代，我们所做的工作也在随时代的不断变化而变化。

工作总结：

一、认真学习，努力提高

因为我以前就是在成品家具行业做销售，所以在工作初期我也比较了解家具的结构及尺寸，这样对我现在的工作有很大

的帮助。我必须还要大量学习定制行业的相关知识，及销售人员的相关知识，才能在时代的不断发展变化中，不被淘汰，要适应工作需要，唯一的方式就是加强学习。

二、脚踏实地，努力工作

作为一名家具顾问，不论在工作安排还是在处理问题时，都得慎重考虑，做到能独挡一面，有一定的承受压力能力，勤奋努力，一步一个脚印，注意细节问题。其次是认真对待本职工作 and 领导交办的每一件事。认真对待，及时办理，不拖延、不误事、不敷衍。

三、由于能力有限，对一些事情的处理还不太妥当。要加强认真学习。

总之，在工作中，我通过不断学习和不断摸索，收获非常大，但是也有了一点的小遗憾，我坚信工作只要用心努力去做，就一定能够做好。

回首2015, 展望2016! 祝维意定制在新的一年里生意兴隆，财源滚滚! 也祝我自己在在新的一年里业绩飙升!

2015年12月30日

定制心得体会总结报告篇三

经过大一军训，我学会了如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出一条自己的阳光大道，开创一片自己的天空。我会将这段军训生活永久地珍藏，当作是人生的瑰宝，让它的精神贯穿我的整个一生。

军训——一种人生体验：战胜自我、锻炼意志的良机。军训不但培养人的吃苦耐劳精神，而且能锻炼人的坚强意志。我

满怀希望与信心地去拥抱我向往已久的军训生活。

教官来了，我们的神果立马充满了神奇的光彩。训练场上不但有我们整齐的步伐，阵阵响亮的口号声，更有我们响彻天际的铿锵嘹亮的歌声，那歌声飘荡在训练场的上空，时而盘旋，时而直冲而上，时而跌宕起伏，充溢在我们绿色的队伍里，新鲜而有滋味。

自然，这时很美丽的时候，但在军训中生活是很累的，骄阳似火，蚊虫如麻，我们头顶淋漓的汗水，脚趾麻木地矗立……但我丝毫不能放松，我的战友们也不会放松。这一切的酸甜苦辣是来之不易的真实，又何尝不是一种值得玩味的滋味呢?!站军姿，给了我炎黄子孙不去脊梁的身体，也给了我龙之传人的无穷的毅力;转向训练，不仅增强了我的注意力，更锻炼了我敏捷的思维。“不积小流无以成江海，不积跬步无以至千里。”歌声“团结就是力量”，这力量在高中时也曾体会过，但感觉从未像现在这般深刻。在这里，当一群女同学在高温下盘腿而坐，不顾往日的斯文，而是将人的本性、热情、积极性展露时，就成就了我心中永久的记忆。没有我们每位战士的团结努力，就不可能有一个完整而又有凝聚力的队伍。

这次军训是我第一次接触“迷彩”，不同往日的绿色，它是一种新的混合色，以绿色为基调，不同明暗程度的斑点绿为之装点，于是，生命中又多了一道“神奇”：军人本色。上天赋予了很多选择，而我们却没有去体验军营生活，这算是一种遗憾吗?但是，很值得庆幸的是，上天宽容的把一次深入军旅的生活赐予我们，那便是现在我们所经历的军训生活。

定制心得体会总结报告篇四

本学期有幸参加了5年一次的90学时培训，这次培训内容比较丰富，在《指南》背景下的五个领域都已经渗透其中，从5月16日开始到6月7日为期6天的活动，让我的头脑又进一次的

洗礼，感恩我们的领导！

5月16日我们聆听了教研室贺慈满老师《走进植物世界》生动地讲述，让我们对植物有了一种新的认识，她从生物的分类讲到组成生物体的基本结构，再到植物的分类、开花植物的基本结构、植物的生长、常见植物的认识，可以说贺老师把我们分散的知识点进行了梳理与归纳、总结，让我们在原由的知识上进行一种提升。我们的教研员吴文艳老师《谈集体教学有效性》，让我们重新认识集体教学活动，什么是有效教学？从中对我们现有的集体教学活动进行分析：1. 驾驭教材的能力缺乏。2. 教育目标：定位过高，过低或不全面，目标间缺乏层次性。3. 教学过程缺乏有效策略。4. 教学设计，目标，重难点，设计过程之间割裂缺乏统整性。5. 问题设计随心所欲，缺乏目的性。6. 教学设计模式化，难以完成最基本的教学任务。7. 教学结果难以有效促进幼儿的全面发展。那如何有效教学呢？吴老师也给我们讲了有效的教学目标——基础；教学内容的选择——核心；有效的教学过程——关键……让我们受益非浅，接下来是慢慢地内化。

5月24日牟秀玲老师《指南引领下向一日活动要质量》告诉我们依据《指南》，在集体教学中运用好《指南》让我们的孩子在原来的知识经验上有一个提升，培养一个完整的儿童。吴伟芬老师“《指南》解读之健康领域”，对健康领域进行了一系列的讲述，也感受到她们幼儿园的特色体育的魅力。

5月28日一天时间在九峰幼儿园度过的，上午观摩了半日活动的开展，民间特色的区域活动让我印象深刻，孩子们能听着音乐能进行舞龙等的活动，让我们在场的每一位老师都吃惊了。下午王秋红老师对健康漫谈，让我们更加明白健康的重要性，有了健康才能谈未来。

6月6日吕秀华老师对音乐活动有了一个很多的介绍，从她的讲座中也让我们知道音乐给人快乐，在幼儿园的音乐活动中，我们要有一个心里定位，一学期我们在让孩子们学些什么，

音乐的各种元素都要接触，这就让我们去珍视童心、依归童心、开掘童心、融入童心。数学活动大家都会上，那要如何有效开展数学教学，茅秀君老师给我们进行讲座“运用《指南》有效开展数学教学”，茅老师对数学领域中的知识点进行了再一次的梳理与总结，让我们对数学教学有了另一种看法，也从中对知识点进行一次学习。

6天的培训真得给了我们很大的信息，听到了很多新的教育理念，慢慢消化吧！

定制心得体会总结报告篇五

通过这次培训我认识到文化工作的重要性，先进文化既是民族思想的沉淀，同时又是引领时代前进的旗帜。回顾历史，在民族解放斗争和社会主义革命建设时期，文化工作曾做出了不可磨灭的功绩。重视发展文化事业，是我们党一贯的优良传统，三代领导人对此都有过精辟的论述。邓小平同志曾多次指出：“不加强精神文明建设，物质文明建设也要受破坏，走弯路”。“三个代表”重要思想从党的性质和宗旨的高度确定了文化工作的重要地位。党的xx大更是赋予了文化工作新的历史使命，建设具有中国特色的、民族的、大众的、科学的社会主义先进文化已成为摆在全党面前的一个严肃而又现实的重要课题。积极健康的社会舆论氛围的形成，离不开文化这个必不可少的载体。建设有中国特色社会主义的文化，以培养有理想、有文化、有纪律的公民为目标，发展面向世界，面向现代化，面向未来的，民族的科学的社会主义文化的构想，为21世纪的中国描绘了一幅全新的文化蓝图，指明文化发展的前进方向，也明确了文化工作的重要性。

通过这次培训我认识到文化工作的重要性，但我们确实确实的存在着不少的困难和问题。1.文化立法、建章立规比较滞后；2.文化产业发展举步维艰，文化市场疲软，开展文化活动资金匮乏，使得文化产业发展缓慢；3.文化站的硬件设施还未能有效地解决，缺少举办文艺演出的场地和基本设施；4.文化

站的图书由于年代较久，没有新的、先进的书籍来充实，群众的文化品味很难提升；5. 工作人员缺乏，一站一人使得文化开展很是困难。

通过这次培训我将针对存的问题，积极想方设法加以解决。1. 多汇报、多请示，争取领导的支持，把文化事业的发展放在日常的议事日程上来；文化事业的发展，必须依靠当地政府以及社会各部门的大力支持和投入，领导重视，是行之有效的最好办法，是解决文化设施的重要依据。2. 加大力度，争取农村文化阵地能发挥作用，使农村文化百家争鸣，农村文化是提高群众素质的发源地，争取农村阵地的的发展，是引导农村文化进入千家万户，形成健康的精神粮食，逐步提高农民的文化函养素质。注重鼓励和扶持农民自办文化，使之成为新时期农村文化生活的重要形式和公办文化的重要补充。

我体会到做好文化站长工作首先要响应国家政策。以“三个代表”重要思想为指导，紧紧围绕经济建设和改革、发展、稳定的大局，坚持“二为”方向和“双百”方针，积极探索和研究本镇文化活动特色，开拓创新，大力发展公益文化事业和文化产业，切实加强文化资源的保护和利用；规范培育文化市场，繁荣文艺创作；坚持寓教于文，寓教于艺，寓教于乐，培养群众崇高思想、美好心灵、纯洁情操、高尚人品，丰富群众文化生活，满足人民群众日益增长的文化生活需要，提高全镇人民的道德素质和文化素质，为全镇经济快速发展和社会全面进步提供强大的思想保障和精神动力。

通过这次培训我们还认识了全国各地的兄弟站长，通过交流、讨论全国各地文化事业发展参差不齐。有的文化站确实搞的不错，值得我们去学习。大多数的因政策落实不到位、资金匮乏、工作人员缺乏，开展工作困难重重。也有一部分站虽然困难重重，但他们自编自演一些节目，送节目进村。他们这种爱岗敬业的精神，更值得我们去学习、借鉴。我的观念发生了变化，更加热爱我的事业、热爱我的工作。