

实训体会万能 万能实训心得体会(模板7篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

实训体会万能篇一

一个多月的实训，让我读懂的了生活中很多道理。

第一、做人要实事求是，切忌夸大

无论是在虚拟的网购当中，还是在我们真真实实的世界中。我们都是要实事求是，切忌勿要隐瞒自己的不足。网购与实体不一样，我们呈现给客人的仅仅是产品的图片、宝贝描述、或者是硬邦邦的文字，但是客人仍然可能无法更进一步获得更为全面的信息量和感观上的“认知”，我们要做就是，让客户相信我们，而让客户相信我们的最基本的就是，我们自己要实事求是，切忌夸大。生活也是一样，记住，我们要做真实的自己。

第二、永远保持着一颗热情的心和积极乐观向上的心态

无论自己做的是__客服还是其他工作，保持热情，积极乐观的心态，是最重要的。生活中总有不愉快的事情，我们要学会笑一笑，就让它过去。

第三、我们要时刻注意我们细节，细节决定成败，这一点讲得一点都不假。

我们应该要有意识的培养有条不紊、沉着稳当、明察秋毫的“细心”!关注细节、看重细节，一个优秀的网店客服应该具备以下四点“软件”方面的素质：驾驭语言的能力、敏锐的目光、洞察的能力以及细腻的心理。这也是我们生活中所必须的素质。

第四、我们要学会忍耐和总结

冷静、忍耐、平和的心态，努力把“大事化小、小事化了”，有促和谐的“耐心”!作为客服，我们面对的是全国各个不同地方的不同生活习惯的客人，所以更多的冷静、忍耐、平和的心态就显的尤为重要。我们要学会总结，总结遇到的问题，总结经验、总结技巧。因为只有总结，我们才会有进步。

第五、学会自我管理，量化自己的目标

在外工作的我们更多需要的是自我管理，管理自己的时间，管理自己目标，让自己能再自己控制的范围内活动，一步一步朝着自己的目标前进。

实训体会万能篇二

实训地点：

蓝天学院八一起义纪念馆滕王阁

实训目的：

一、将书本上的理论知识运用到实际中去，更好的发现自己的不足。

二、提高作为导游所必需的语言表达能力，在游客面前讲解时，不会因为外界的因素而影响到自己的讲解，努力将自己的知识传授给游客。

三、培养在外带团时导游的独立工作能力、组织协调能力，随机应变能力和人际交往能力。导游人员在带团时，她是一个独立的个体，任何事情都可能发生，因此需要提高综合能力。

实训准备：

一、将同学们分成若干组，每组选出一名组长，由组长统一负责和布置组员的任务，每到一处景点时，要有同学出来讲解。

二、准备蓝天学院、八一起义纪念馆、滕王阁三地的资料，搜集多方面的导游词，将这些书面导游词变成自己的知识。

三、提前进行对景点的了解和询问，设计出最合理的线路，以最少的路程看最多有特色的景点。

实训内容：

一、蓝天学院的讲解，线路为：正大门——升旗台——景观大道(教学区)——临水广场、求真湖、蓝天阁——图书馆——学术报告厅——沙龙舞台——蓝海大剧场——体育馆——生活区——生态园——行政楼。

二、八一起义纪念馆的讲解，线路为先进陈列大楼，接着是江西大旅社，即八一起义总指挥部旧址。

三、滕王阁的讲解，即逐层讲解。

实训结果：

一、初步掌握导游讲解时所必须的语言技巧和处理突发事情的应变能力，游客在询问相关问题时能够很好的回答他们。

二、顺利完成三次户外导游培训，将平常老师上课时传授的

理论知识同实际相结合。

三、其中还存在着不足，有些景点同学们不敢出来讲解，对景点资料的掌握不齐全，没有将书面上的知识变为自己的知识。

实训心得：

导游是学问，也是艺术。在我们的这次户外实训课上，我们学到了很多，首先，我认识到理论知识与实际能力是非常重要的，因为在导游过程中，会有许多技巧性的东西存在，比如如何与游客沟通就是最难学会的，但确是最重要的技巧；再次导游讲解是导游工作的一项重要内容，在旅游过程中，现场讲解效果如何，在一定程度上反映了一个导游的素质和水平，同时也在很大程度上反映了我们导游队伍的建设，也会影响游客对整个旅游的印象。

下面，我具体地对这次户外实训谈下心得体会，我们这次的导游实训景点分为三个：

第一个景点，在校园讲解的这一块上，同学们的表现都比较好，主要是对自己的学校比较了解，准备的也比较充分，但是我们都有着共同的缺点，就是在讲解时语速在不断的加快，语速在加快，但大脑思维一时还跟不上，就会出现口头禅，这将影响到讲解的效果，你对游客的吸引力也将会降低；其次，老师也在此次校园导游中，以蓝天阁，生态园为例，讲解了园林和古建筑方面的知识，这让我们更好地结合具体事物掌握知识。

第二个景点是八一起义纪念馆，在此次的讲解中，我饿母女首先是听定点导游讲解，结束之后再分组讲解，听完导游的讲解，发现了我们之间的差距，还存在着很多不足，八一起义纪念馆是一个红色旅游区，是一个有着很重要的历史景点，也是我们革命最光荣，最值得几年的地方，但由于我们对历

史背景了解不是很多，以致于在导游词的准备反方面不是很充分，再讲解时不能流利的表达出来。在这个环节中没有预想的效果，这也说明了我们应该更认真地去学习，多掌握些历史知识，对我们今后的导游讲解时会有很大的作用。

第三个景点是滕王阁，滕王阁是因为王勃写的一篇文章而名扬天下，这首先就给我们下了一个要求，就要对《滕王阁序》这篇文章要有个初步的了解，，在这次的实训中，我们同样的是请这里的点点导游给我们先讲解，虽然同学们都大概知道这些知识，但还是很认真地听她的讲解，这次的实训，汇集了多方面的知识，有历史、人物、山水等等，这就要求我们要有丰富的知识面，对景物的了解也要更深层次，我们吸取了上次在八一起义纪念馆的教训，认真地准备好了导游词，对有些地方进行了现场模拟，可以说，这次的课，效果很不错。

通过这次的导游户外实训，我的确获益匪浅，作为一名导游，当你看到游客投来赞许的目光时，感到多么高兴和自豪，但是同样有着许多酸甜苦辣。

实训体会万能篇三

驾驶实训是为了提高驾驶技术和安全意识，我参加了为期一个月的驾驶实训课程。通过这个过程，我深刻体会到了驾驶的重要性，也收获了许多宝贵的经验和体会。

第二段：学车的重要性

驾驶实训的第一个心得体会是：学车的重要性。在驾驶实训中，教练耐心地教我们正确的驾驶方法和注意事项。他们知道我们是初学者，因此会重点强调安全驾驶的要点。在这个过程中，我逐渐认识到学车的重要性，只有通过系统的学习和实践，我们才能获得全面的驾驶技能。

第三段：安全第一

驾驶实训的第二个心得体会是：安全第一。教练们一直强调安全驾驶的重要性，并教授我们应对突发情况的方法。他们告诉我们在驾驶过程中遇到紧急情况时要冷静，不要慌张，要迅速采取正确的措施来应对。在实训中，我亲身体会到了这些技巧的实用性。通过这个过程，我深刻认识到安全是驾驶的第一要务，只有保证自身的安全，才能保障他人的生命和财产安全。

第四段：信心的建立

驾驶实训的第三个心得体会是：信心的建立。初学者在刚开始学车时，常常会对自己的驾驶技能缺乏自信。然而，在驾驶实训中，教练们不断鼓励我们，帮助我们纠正错误并鼓励我们加强练习。慢慢地，我发现自己的驾驶技能得到了提高，这让我充满了信心。通过实际实践，我懂得了只有相信自己，才能驾驶得更好。在驾驶实训中建立信心对于我们以后的驾驶生涯非常重要。

第五段：终身学习

驾驶实训的第四个心得体会是：终身学习。驾驶技术不仅仅是掌握一些操作技巧，更是一种综合能力的体现。通过驾驶实训，我认识到驾驶只是一个开始，驾驶技术的学习是一个终身的过程。我们要时刻关注交通法规的变化，学习新的驾驶技巧，提高自己的驾驶水平。只有不断学习和实践，我们才能成为一个优秀的驾驶者。

总结：

通过驾驶实训，我体会到了学车的重要性，认识到安全驾驶的重要性，建立了信心，并了解到驾驶是一个终身学习的过程。我相信这些收获将对我未来的驾驶生涯有很大的帮助。

我将以实训中学到的知识和技巧为基础，继续努力学习，提高自己的驾驶水平，保证自己和他人的安全。

实训体会万能篇四

实训，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。

回顾实训生活，感触是很深，收获是丰硕的。

在短暂的实训过程中，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，才发现自己

知道的是多么少，这是菜真正领悟到学无止境的含义。

实训体会万能篇五

我们是20**年3月7号进入**实训公司参加软件开发实训的，在此次实训中，除了让我明白工作中需要能力，素质，知识之外，更重要的是学会了如何去完成一个任务，懂得了享受工作。当遇到问题，冷静，想办法一点一点的排除障碍，到最后获取成功，一种自信心就由然而生，这应该就是工作的乐趣。有时候不懂的就需要问别人了，虚心请教，从别人的身上真的能学到自己没有的东西，每一次的挫折都会使我更接近成功。还有学会了在工作中与人的合作与交流，同乐同累，合作互助，这是团体的精神，也是必须学习的东西。

经过之前的在校学习，对程序设计有了一定的认识与理解。在校期间，一直都是学习理论知识，没有机会去参与项目的开发。所以说实话，在实训之前，软件项目开发对我来说是比较抽象的，一个完整的项目要怎么分工以及完成该项目所要的步骤也不是很明确。而经过这次实训，让我明白了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。

一个完整项目的开发它所要经历的阶段包括：远景范围规划和用例说明、项目结构和风险评估、业务功能说明书、详细设计说明书、代码实现、测试和安装包等等。一个项目的开发所需要的财力、人力都是很多的，如果没有一个好的远景规划，对以后的开发进度会有很大的影响，甚至会出现预定时间内不能完成项目或者完成的项目跟原来预想的不一样。一份好的项目结构、业务功能和详细设计说明书对一个项目的开发有明确的指引作用，它可以使开发人员对这个项目所要实现的功能在总体上有比较明确的认识，还能减少在开发过程中出现不必要的麻烦。代码的实现是一个项目开发成功与否的关键，也就是说，前期作业都是为代码的实现所做的准备。

我深刻的认识到要成为一名优秀的软件开发人员不是一件容易的事情，不仅要有足够的干劲和热情，还要有扎实的编写代码基础，必须要有事先对文档进行可靠性报告，功能说明书，详细设计说明书等的编写和一些风险评估的编写的能力。

除了图书馆，最能让我感觉到身在大学的就是实训机房，在匆匆过去的两个月内，我往返于实训机房与宿舍之间，使我享受了一个充实的学习时期，让我感受到了大学的魅力，对自己充满信心，对大学充满信心，以积极的心态迎接明天挑战。

实训中要求有扎实的理论基本知识，操作起来才得心应手，我这时才明白什么是“书到用时方恨少”。这就激发了学习的欲望。

“学以致用”，就是要把学来的知识能运用到实际操作当中，用实践来检验知识的正确性。我想，这是实训的最根本目的。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行！”，在短暂的实训过程中，让我深深感受到自己在实际运用中专业知识的匮乏。以前总以为自己学的还不错，一旦应用到实际就大不一样了，这时才真正领悟“学无止境”的含义。

经过为期两个月的电子政务服务平台系统开发的实训，我对visual 2005 软件开发平台有了更深一步的了解，对微软基础类库的认识与使用也有了大大的提高。以及如何使用sql server数据库进行连接操作方面有了本质的提高。

短短的实训结束了，为我将来的就业打下了良好的基础，也提高了我的软件开发的水平，今后我将会更加努力学习，不断提高自身素质，开拓创新，与时俱进，做一个优秀的软件开发工程师。

实训体会万能篇六

首先，是建议方面的。希望以后学校可以增加实践环节以增加学生们的工作能力，并以社会需求为导向调整课程设置，毕竟，我们改变不了招聘条件，职能使自己成为人才，这就要求学校加大教学改革力度以适应社会需求。

其次，是我在本次实习表现的总结。通过这次实习，我收获了工作和为人处事方面的经验，但是也有一些遗憾，也许因为实习日子短的关系，我对助理工作的认识还仅仅停留在表面，未能具体处理全部工作，虽然有了一定的理论上的认识但仍缺乏实践。针对以上总结，在今后的学习和工作中我要做到以下五点：

其一是加强英语的学习。对于助理这一职务虽然频繁的应用英语，但作为自己的专业却可以成为我的优势。可是，在实习的过程中这个优势却并不怎么突出，这是由于我对英语还处于会而不精的原因。所以，在以后的学习中我要通过扩大词汇量和增大阅读面来提高自己的英语水平，使自己的优势更加突出。

其二是加强沟通能力。通过实习，我发现，专业知识固然重要，但良好的沟通能力是让别人发现自己能力的前提，对于助理这个职位来说，沟通能力更是包括了一个人从穿衣打扮到言谈举止等一切行为的能力。通过在日后的交际中来提高我的沟通能力一定会在我以后找工作的过程中起到事半功倍的作用。

其三增强前提是奉献的意识。因为是突出个性自我的关系，在这一方面我做得很不够。我们虽然一在日常的工作和生活中接受了团结合作的重要性，停留在这个大家都认同的概念中，可能会进一个误区，理论正确行动却没有效果，这就要求我们每个人增加奉献精神，一个人若不懂得在团队中主动奉献，能力再好也会变成可有可无的角色。应该把自己所拥

有的知识能力奉献出来才能促进团队的进步，并使自己的能力得到认同。

其四是学习忍耐，社会不像学校，它关系网错综复杂，没有人可以无条件的接受你的一切情绪，俗话说，忍一时风平浪静，退一步海阔天空，要保持宽容的心态，在风平浪静时海阔天空处才能更好的获得成功，处理好一切关系。

其五是要做好身边的每一件事。现在我的人生观和过去有些不同，曾经年少轻狂，好高骛远，总觉得明天肯定会很美。现在，在我心中定义的美跟以前不同，得到的方式也不同。现在的美是一种踏实的感觉。而且是通过自己的坚持不懈的努力得来的。

实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段宝贵经历，而这次实习的意义，对我来说已不再是完成学分、完成毕业实习的任务，而是我们真正在实践中开始接触社会、了解社会的一次重要机会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，增长了见识，开阔了视野，为我以后走上工作岗位打下了坚实的基础。

虽然我们即将走向社会，但作为一个刚踏入社会的年轻人，几乎没有任何社会经验。可在实习期间的每一件小事中，我们能够体会到人际关系、机会、评价、竞争、成功、失败等各种我们在今后经常会遇到的事件，相信这些宝贵的经验会成为我今后成功的重要基石。而在这剩下的半年中，我们能再学些什么，再做些什么，这短短的实习经历能给我们很好的启示。

在这短短的2个多月中，我除了学会了一些工作的基本技能外，也学到了做人做事的道理，更让自己浮躁的心平静了下来，看清了自己的能力，明白了自己究竟想要的是什么。这些都是在学校中所学不到的宝贵的东西，更让我看到了这个社会竞争的残酷，所以只有保持进取心才能使自己不被淘汰实习

结束之后，当初对自己适合什么样的工作什么岗位的迷茫已渐渐消失，心理终于有了些轮廓，在现实生活中，走好人生第一步是重要性不言而喻，它会影响我们今后的道路，我会带着在实习中的收获，去争取去努力，把握好人生中的每一个机会，找到自己想要的生活。

实训体会万能篇七

读了三年的大学，然而大多数人对本专业的认识还是不够，在大二期末学院曾为我们组织了两个星期的见习，但由于当时所学知识涉及本专业知识不多，所看到的东西与本专业很难联系起来，所以对本专业掌握并不是很理想。

今年暑假，学院为了使我们更多了解机电产品、设备，提高对机电工程制造技术的认识，加深机电实训报告在工业各领域应用的感性认识，开阔视野，了解相关设备及技术资料，熟悉典型零件的加工工艺，特意安排了我们到几个拥有较多类型的机电一体化设备，生产技术较先进的工厂进行生产操作实训。

为期23天的生产实训，我们先后去过了杭州通用机床厂，杭州机密机床加工工厂，上海阀门加工工厂，上海大众汽车厂以及杭州发动机厂等大型工厂，了解这些工厂的生产情况，与本专业有关的各种知识，各厂工人的工作情况等等。

第一次亲身感受了所学知识与实际的应用，传感器在空调设备的应用了，电子技术在机械制造工业的应用了，精密机械制造在机器制造的应用了，等等理论与实际的相结合，让我们大开眼界，也是对以前所学知识的一个初审。通过这次生产实训，进一步巩固和深化所学的理论知识，弥补以前单一理论教学的不足，为后续专业课学习和毕业设计打好基础。