# 实习心得体会日志(优秀18篇)

来源：网络 作者：雾花翩跹 更新时间：2024-11-09

*从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。实习心得体会日志篇一在大学生活的最后一年，见...*

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

**实习心得体会日志篇一**

在大学生活的最后一年，见习实习成为了我们不能回避的课题。通过见习实习，我们可以将理论知识与实践紧密结合，提升自己的专业能力和就业竞争力。实习经历不仅让我收获了丰富的工作经验，同时也让我更加明确了自己的职业规划和发展方向。在这次见习实习中，我感悟到了许多东西，下面我将结合三个方面来总结这次宝贵的经历。

首先，见习实习让我深刻体会到了专业知识与实际操作的重要性。作为学生时代的我们，主要以课本知识为主，对工作中的具体操作了解甚少。然而，在实习过程中，我才真正体会到书中学到的知识与工作实际操作之间的差距。书本上的知识仅仅是理论，而实际操作中的问题却是五花八门的。我学会了如何将理论知识与实际操作相结合，在需要的时候灵活运用。只有实践中的磨砺，才能让自己真正成长。

其次，在见习实习的过程中，团队合作也是一个重要的环节。一个好的团队合作能够将个人的优势发挥到极致。在我所见习的企业中，我们每天都要进行团队协作，共同完成一项任务。在合作的过程中，我学会了倾听他人的意见，尊重他人的见解，充分发挥团队的力量。只有团队合作的精神，才能使工作更加高效、更加完美。

最后，见习实习还让我更加明确了自己的职业规划。通过实际操作，我深刻感受到了自己的兴趣和擅长的领域。在实习过程中，我发现自己对于市场营销方面的工作特别感兴趣，并且通过不断学习和实践，我发现自己在这个领域具备较强的能力。因此，我决定将来从事市场营销相关的工作，去实现自己的职业梦想。

在这次见习实习中，我收获了很多，不仅对专业知识的掌握更加深入，同时也明确了自己的职业规划和发展方向。实习让我了解了工作的真实情况，让我更加深入地认识到了自己的不足之处，并通过实践来纠正这些不足，提高自己的专业能力。

值得一提的是，通过见习实习，我还建立了许多宝贵的人际关系。在实习的过程中，与同事们相互支持，相互学习，不仅使我在工作上得到了许多帮助，还交到了一些志同道合的朋友。这些人际关系将对我未来的职业生涯产生积极的影响。

综上所述，见习实习是一次宝贵的经历，让我收获了许多。通过这次实习，我明确了自己的发展方向，获得了专业知识与实践操作的结合，锻炼了团队协作能力，建立了宝贵的人际关系。这次实习经历将会使我终生受益，对于我的未来职业道路起到了扶植作用。最重要的是，这次实习体验让我对工作充满了热情和信心。

**实习心得体会日志篇二**

第一段（引入）。

在我大学生活的最后一年，我有幸获得了参与医院实习的机会。这个机会让我亲身体验了医生的工作，对医学知识的学习起到了很大的促进作用。在这次实习中，我不仅学到了专业知识，还深刻感受到了医生的责任与艰辛。下面，我将分享一些我的见习心得体会。

第二段（实习过程）。

作为一名实习生，我被分配到了内科医院。刚开始的几天，我主要负责跟随医生做一些基础工作，比如替病人测量血压、体温等。虽然这些工作看似简单，但是它们是医生诊断的重要依据。通过这些工作，我学会了如何与病人进行沟通，如何运用专业仪器，并且逐渐培养了我的观察力。

第三段（医生的责任与艰辛）。

在我实习期间，我观察到了医生们的责任感和辛苦付出。他们不仅需要处理大量病例，还需要进行科学研究和持续学习。他们每天都需要面对各种各样的疑难杂症，需要做出准确的诊断和治疗方案。即使是在白天，他们也需要随时待命，处理病急亡救的患者。他们的职业生涯常常是忙碌而充实的，但他们仍然坚守在医学的阵地上，为患者的健康奉献着自己的力量。

第四段（医疗团队的配合）。

在实习期间，我还有幸与其他医务人员进行了合作。我发现医院的医疗团队是非常紧密配合的。无论是医生、护士还是技术人员，他们间的协作非常默契。他们互相帮助、互相鼓励，为了患者的健康，他们无私付出自己的努力并创造良好的医疗环境。在医疗团队中，每个人都扮演着重要的角色，只有团结合作，才能提供最好的医疗服务。

第五段（收获与展望）。

通过这次实习，我深深认识到自己作为医生所要承担的责任。在与患者接触的过程中，我看到了他们深深的痛苦和期盼。这些经历让我更加坚定了将来从事医学工作的决心。尽管实习过程中也遇到了一些困难和挫折，但正是这些挑战使我更加坚韧、成熟。我相信，通过不断努力和学习，我一定能成为一名优秀的医生，为更多的人带来健康与希望。

总结：

通过这次医院见习，在实践中学到了很多知识，更深刻地感受到了医生的责任与艰辛。医生不仅是治疗疾病的人，更是患者的朋友和支持者。在医生的职业道路上，我们每个人都应该牢记医者仁心的初心，为了患者的健康，尽心尽力。这次实习给我带来了宝贵的经验，也让我对医学有了更深的理解与热爱。我将再接再厉，努力学习，为了我将来的梦想，不断成长和进步。

**实习心得体会日志篇三**

就业见习是当代大学生们逐渐融入社会的一种重要方式。作为大学生实习的一种形式，就业见习有着独特的意义和价值。下面，我将围绕“就业见习心得体会实习”这个主题展开论述。

首先，就业见习给大学生提供了一个了解职场的机会。通过参与实习，大学生能够接触到真实的工作环境和职场文化，了解职业道德和职业素养的重要性。刚踏入职场的大学生往往对职场事务和专业技能有一定的认知和学习需求，而就业见习可以提供一个学习的平台。在实际工作中，大学生可以与职场人士交流，学习他们的经验和能力，从而进一步提高自己的职业素养和能力水平。

其次，就业见习也可以帮助大学生进行就业定向和职业规划。通过实习，大学生能够真实地感受到不同行业的工作环境和要求。这对大学生来说，是一个明确职业方向和规划自己未来的机会。在实习过程中，大学生会接触到各种行业的工作内容和职责，从而明确自己的职业兴趣和优势。同时，实习也帮助大学生发现自己的不足之处，及时调整自己的学习和发展方向，从而更好地适应职业发展的需求和挑战。

此外，就业见习还能够提高大学生的实践能力和就业竞争力。在实习过程中，大学生需要将所学知识与实际工作相结合，并在实践中不断提升自己的实际操作能力。通过亲身参与实际工作，大学生能够更好地了解专业知识在实践中的运用和实际解决问题的能力。这为他们日后就业创造了竞争优势。同时，在实习过程中，大学生还能够积累丰富的实践经验，进一步完善自己的简历，提高自己在就业市场上的竞争力。

然而，就业见习也存在一些问题和挑战。首先，一些实习机构不能提供完善的实习环境和健全的培训机制。这使得实习生很难获得真正的实践机会和培养工作能力的机会。其次，一些企业对实习生的待遇和发展机会不够重视。这可能导致实习生缺乏动力和积极性，影响他们实习期间的学习和工作质量。因此，应当加强对实习机构的管理和对企业提供实习机会和政策的引导，以保证大学生能够真正受益于实习。

综上所述，就业见习对大学生的成长和发展具有非常重要的意义。通过就业见习，大学生能够了解职场、规划职业方向、提高实践能力和就业竞争力。然而，就业见习中也存在问题和挑战，需要从政策法规、实习机构和企业等多个方面共同努力，保证大学生能够得到更好的实习机会和发展平台。我相信，只要我们认真对待每次实习，踏实努力，定能够在就业见习中取得优秀的表现，为将来的职业发展打下坚实的基础。

**实习心得体会日志篇四**

本文摘要：在二十多天的教育实习中，我对为人师表有了更深刻的理解，了解教师的工作流程。在实习过程中，我努力做好一个教师应该做的，为自已以后正式踏上工作岗位打下基础，下面将这次实习的情况总结如下：

时间流逝，二十天的实习就要过去了。非常感谢学校给我这个成长的平台，让我在人生中收获第一笔宝贵的财富，使我明白在做中学，在学中不断进步，在进步中思考，在思考中总结，慢慢的提升自身的素质与才能，回首过往，学校无论是过去，还是将来都陪伴我走过人生得每一个阶段，也使我懂得了很多。

在教师办公室，使我对教师应该怎样为人师表有了更深刻的理解，他们在作风上，能遵章守纪、团结同事、务真求实、乐观上进，始终保持严谨认真的工作态度和一丝不苟的工作作风，勤勤恳恳，任劳任怨。对学生，他们始终宽严以待，认真备课、上课，即使是老教师也一样每天认认真真地备课。作为班主任，每天除了要上好课，还要管理好班级。

在西藏中学，我了解到当班主任的苦——有些调皮学生的家长太不理智了，被请到学校，居然还骂班主任，好像是老师把他的孩子教坏了似的，被骂的班主任也只好大度一点忍着。哎，真替他们叫冤呐!同时，教师也要调整好自己的情绪，不能把家长带给你的不满，倒给学生，学生不是你的心理垃圾箱。教师的乐——当然不过于自己的学生有进步、有出息。

在生活中发扬艰苦朴素、勤俭耐劳、乐于助人的优良传统，始终做到老老实实做人，勤勤恳恳做事，勤劳简朴的生活，严格要求自己，在任何时候都要做好自己份内的事。学校的班主任都很大方，让我对教师的新定义有了更深刻的理解，教师不仅仅是知识的传授者，更是学生学习的榜样。在教师的帮助下，怀着忐忑不安心情的我很快适应了工作环境，并努力做好老师教给我的每一件事。现将工作情况简要总结如下：

一、主要工作表现。

1、在教学中，渗透专业的教育理论知识。

在这两个月的实习期间，我注意将所学的理论运用到教育教学实践中去，平时学到的各年龄班身心发展特点和规律、教育教学的原则与方法、游戏活动的组织和指导、课程设计与实施以及各种基本技能等，在这次实习中得到实践与运用。第一次深入课堂时，我就遇到了许多在学校没有学过，没想过的难题，明白上好一节课，不但要让小朋友学到知识，还要提高他们的学习兴趣，做学习中的可乐儿。我还明白课堂常规的技巧、情感的共鸣、知识的拓展等让我深知“细节决定成败”的真理。因此，平时我注意跟同学一齐交流教学心得，总结教学的经验和做法，遇到问题能用学过的理论进行解决，对于新的教育理念怎样运用与实践，大家经常一齐学习探讨。与同学们一齐认真研究教材，深入了解每个幼儿的实际状况，认真备课，写出高质量的教案，每节课前都在小组认真试讲，在教学过程中用生动流畅的语言，娴熟的专业技能让课堂气氛十分活跃，让教育教学活动顺利的进行。观摩课后，我们都注意跟指导老师交流和总结经验，正如同学们说的：“每上一节课感觉都不一样，自我驾驶课堂的潜力也有所提高。”

2、开展丰富多彩的集中教育活动，激发幼儿学习兴趣。

这两个月的实习让我们第一次置身于社会活动中，与不一样的家长打交道。和每一个小朋友搞好关系，让他们对我们又爱又怕。所谓爱就是让小朋友都喜欢你，喜欢你组织的活动，怕呢，就是让小朋友听你的要求，和你一齐活动一齐游戏。这次实习我也掌握了一些与幼儿相处的方法，这也是一笔难得的财富。同时我还发现了自我的许多不足的地方，比如在语言方面，语言的表达潜力不强，综合概括潜力仍缺。语速、语调，语感掌握还不够好，语言不够童化，与孩子的交流不够煽情。在教学教育方面，专业知识的运用未能娴熟流畅的发挥，教学游戏活动不够新颖。因此，回学校后，我们要继续认真学习教育教学理论知识，加强专业知识的学习，认真探索幼儿课程教学新理念，为今后的教育工作打下扎实的基础。

第一次接触幼儿园的工作，我既新奇又繁忙。和小朋友在一齐是开心的，他们的聪明可爱深深的感染了我，内心对这份工作的热爱越来越强烈，时也感到了沉沉的职责。在踏入解放军报社幼儿园之前，我的脑海里的幼儿园，就是老师带领着小朋友一齐做游戏，学习简单的知识的场所。可当我真正踏入这工作当中实践时，我对它有了进一步的了解。

幼儿教育是基础教育的有机组成部分，是学校教育的基础阶段，也是人才成长的奠基阶段，幼儿园的工作是：实施保育与教育相结合的原则，对幼儿实施体、智、德、美诸方面的教育，促进其身心和-谐发展。这是国家对幼儿园教育工作的要求，也是幼儿园全部的出发点和归宿。透过这个任务在活动中制定不一样的目标，大大丰富和满足了幼儿身心的需要，真正使幼儿在从中得到快乐，得到发展!

**实习心得体会日志篇五**

幼师实习见习是每一位从事幼师职业的学生必经的一项必修课程，这不仅是将理论知识转化为行动的机会，也是了解和体验幼儿教育真实情况的重要途径。本文将会探讨幼师实习见习的体会心得，并分享个人在实习中所得到的收获和感悟。

第二段：实习认识。

在实习认识期间，我对园所的人事架构、教研活动、日常管理等方面有了一定的了解和认识。通过观察、参与和交流，我意识到一位好教师需要具备教学能力、管理能力和人际交往能力等多方面的素养。同时，还需要具备健康、积极、开放的个性特点。在实习认识中，我不断地收集信息，并不断反思自己的表现，以便从中改进和提高自己。

第三段：实习教学。

在进入实习教学阶段后，我受到了园所老师的热情指导和帮助。通过辅导园所的小朋友，我深刻地体会到了幼儿教育工作的直接性、实践性和实用性，并努力将理论知识转化为实践行动。在教学过程中，我不断的与老师和家长沟通交流，努力帮助孩子找到适合自己的学习方法和教学方式。在教学中坚信只一个孩子，让每一个孩子都过更快乐、更幸福的童年。

第四段：实习管理。

在实习管理环节中，我了解并体会到管理工作的重要性和必要性，管理过程需要具有严格性和灵活性的统一。学会如何制定健康、严格而又人性化的管理制度，完成园所管理的各项关键指标，从而确保园所良好的运转和完善、规范的教育活动。

第五段：实习总结。

在实习总结阶段，我认真整理思维，总结体会，反思自我为了更好的个人职业规划。我不仅对教学和管理方面的感悟有了进一步的理解，同时也认真整理了自己的教学和管理思路，想办法克服自己存在的不足和缺陷。实习结束后，我还将研究和学习更多的教育知识，深入思考如何把教育理念和课程知识更好地贯彻和应用到实践中去。

结论。

幼师实习见习，让我领悟了许多珍贵的教育经验和人生感悟，让我更加深入了解幼儿教育的本质和理念，并在实践中逐步成长和进步。所有取得的心得体验都会成为我今后教育工作的财富，成为我的工作动力和教育追求。希望以后能够成为一名优秀的幼儿教师，持续关爱、关注幼儿，让每一个孩子都健康、快乐、成长！

**实习心得体会日志篇六**

作为一名护理专业的学生，我非常期待能够踏入医院的实习生活，近距离接触患者并为他们的健康贡献自己的一份力量。第一次走进医院，穿上洁白的护士制服，我感到一种强烈的责任和自豪。由于我之前在学校里接受了很多理论知识的培训，我对于医疗常识有了一定的了解。然而，实习让我开始真正理解护士的工作是如何在实际中发挥作用的。

第二段：接触患者的感动与挑战。

在实习的第一天，我被分配到了内科病房进行观察和护理工作。当我第一次看到躺在病床上的患者时，我感到一种无法言喻的激动和紧张。我努力保持自己的冷静，但内心仍然充满了不安和担忧。随着时间的推移，我渐渐适应了与患者交流的方式，学会了倾听他们的需求并提供适当的照顾。每当患者恢复健康或表达对我的感激时，我的内心都会涌起一股难以言喻的喜悦，这让我更加坚定了自己的职业选择。

第三段：与团队合作的重要性。

在实习中，我深刻认识到护士需要与其他医疗团队成员合作，才能保证患者得到全面的照顾。我和其他护士一起工作，互相帮助和配合。在忙碌的时刻，我们需要相互支持和鼓励，共同面对各种突发情况。实习期间，我意识到良好的团队合作是为患者提供最佳护理的关键，而且也能让工作变得更加有趣和积极。

第四段：面对困难的成长。

实习期间，我也遇到了许多困难和挑战。有时候，需要面对患者的情绪波动和不配合，有时候需要处理紧急状况和压力。在这些困难面前，我学会了保持冷静和应对，寻求帮助和建议。同时，我也明白了这个行业并不是完美的，需要持续的学习和不断的成长。虽然困难可能会让人感到沮丧，但它也是我成长的机会，使我更加坚定了自己要成为一名优秀护士的决心。

第五段：实习的启示与展望。

通过实习，我深刻认识到护士作为一个职业的重要性，以及护理工作的意义所在。我不仅仅是为患者提供医疗照顾，更是为他们提供关心和支持。实习让我有机会了解到患者的痛苦和困难，也看到了他们的坚强和勇气。这让我更加坚定了自己要成为一名出色的护士的决心，并为此努力奋斗。未来，我希望通过不断学习和积累经验，完善自己的技能，做出更大的贡献，为更多的患者带来健康和希望。

通过以上五段式的文章，我走进了实习护士的世界，切身体验了护士的工作和职责，深刻认识到了自己的专业选择的重要性，并为将来的发展制定了明确的目标。实习的经历不仅丰富了我的知识和技能，也让我更加坚定了在医护岗位上发挥自己的价值和贡献的决心。作为一名护士，将来我将以更加专业的态度和高度的责任感，为患者的健康、幸福贡献自己的力量。

**实习心得体会日志篇七**

201x年8月10日，踏着对梦想追求的信念，我来到了临县xx小学进行应聘，8月20日正式开始上班。202\_年1月28日抱着满载的成果结束了我的实习生涯。

我在xx小学进行了为期5个月的学校实习生活。在实习的21周中，除了进行教学我还担任了三二班的实习班主任。担任班主任工作虽然非常辛苦，但却也是受益匪浅。下面我将实习期间担任班主任工作的情况全面进行一下总结。

我所带的班级是学校新招的班，一开始我非常担心自己不能胜任这个班的老师，认为他们是好学生，而且是三年级了，我一个未毕业的实习老师怎么能在他们那里建立威信呢?但是经过一段时间的相处后，我发觉自己的担忧是多余的。因为全班学生都非常地自觉，他们能够体会实习老师的艰辛，总把我当成姐姐来看待，除了尊敬之外还多了一份亲切。和他们在一起，我学习到了很多东西。

尊敬学生，一视同仁。在实习期间，我和学生建立了良好的师生感情。我很尊敬他们，对他们一视同仁。学生都是勤奋好学的好学生，虽然有个别同学的成绩不够好，有时也不按时交作业，但是我能够发现他们的亮点，对他们进行表扬，重拾他们的自信心。学生都喜欢老师的表扬，毕竟他们还是个孩子，适时的赞扬能够激励他们向前走。由于我对他们一视同仁，很多学生对我都爱戴有加，他们都喜欢向我倾吐他们的苦闷，希望得到我的鼓励。从学生的诉说中，我懂得了教师不但要充当指导者、领导者的身份，也要充当他们的朋友，扮演父母的角色。要成为优秀的班主任，就要尊敬学生，维护他们的人格成为他们的良师益友。

主题班会。主题班会是班主任的一项重要工作。在最后一周的实习中，我和令外两位老师一起筹划了\"我的生活，我的梦想\"的主题班会。通过这次班会，学生更加明确了自己的奋斗目标。他们对这个主题班会很感兴趣，积极地展开了梦想告白和梦想策划，我觉得这次主题班会是很成功的，至少对学生起了激励的作用。但愿他们努力朝着自己的目标奋勇前进!

了解学生，沟通交流。作为班主任，必须要了解学生的个性特点和学习情况和思想情况，才能\"因材施教\"有的不矢地开展教育活动。实习期间，我积极主动地向原班主任了解班集体的基本情况，并通过语文老师的介绍初步了解学生的整体情况。

在整体了解的基础上，再通过细心的观察，熟悉每个学生的姓名，了解学生的个性特点和思想情况。每天提前到教室，监督学生做操、晨读、课间眼保健操和自修情况，确保班秩序有条不紊地进行。通过修改学生的作业，试卷和课间跟学生的交流，我了解了学生的心理问题和成绩情况，并及时对他们进行心理辅导和悉心指导，引导他们积极健康地成长。通过和学生的交流，我的实习班主任工作开展得很好，深得学生的喜爱和原班主任的赞扬。

半年的实习生活虽然短暂，但是我得到了一次全面、系统的锻炼机会。作为实习班主任，我认识到了班主任对一个班级的重要性。班主任是一个班集体的领导核心，必须为学生营造一个健康的成长环境，使学生能够健康快乐地成长。在实习中，我也认识到自己在班主任工作方面的欠缺，但我以后一定会努力克服自己的缺点，争取成为一名优秀的班主任。

**实习心得体会日志篇八**

。

在幼儿园不断教育上，就该采取区别对待的原则。需要老师通过多种渠道来了解孩子的家庭背景，不管是私下的还是通过别人，对于孩子的个人材料是不能够随意向外人诉说的，这是老师的原则。根据他们的成长的环境，制定出不同的教育模式。调皮的孩子就是会欺负别的孩子，给予适当的挫折教育，如果你不威严一点，总是笑脸对他，反而会更加的无法无天，今后更加束缚不了他，反而不利于他的身心健康成长。有的孩子就是需要你的鼓励，若果总是一直贬低他，或者随便说出我讨厌你之类伤害孩子的话，使小孩子的自尊心受损，给他们蒙上阴影，不自信的他便不能够在老师和同学面前抬起头了。所以要给孩子创造一个快乐的幼儿园，老师随时要注意自己的言行举止。

要有自己的想法，自己的专业技能课要掌握，同时也要掌握一定的文化知识。会弹钢琴，会唱、会说、会画、会跳、会做手工、会写教案、确实是一个高要求。在环境创设的过程中，需要手工制作来支撑，这就需要我们掌握手工，手工可以说是变废为宝，幼儿园纯粹就是回收废物的利用厂。只要是能够想到的东西尽管是成功的或者是失败的，都要大胆的尝试一下，才会有进步的空间。

老师在保鲜膜上作画虽然失败，但是创意点子好，我们需要的就是创造出一个不同于别人的环境，更多的就是需要在环境创设上大用脑子，尽管在教小朋友上课时比较轻松不太用的到脑子。现在学习好手工对于今后的帮助时很大的，因为换一次主题，就要换一次的环境，光是这个制作手工，就能够搞跨老师了，老师们经常要熬夜加班做，感叹一下，当幼儿园老师绝非易事。环境创设是一项耗时的工程，很大程度取决于我们的手工水平，如果今后要从事此行业的，现在可要加把劲了。

我班的两个老师，刚毕业出来的那个就相对比较辛苦，早上早早的去到孩子午睡的时候才能够回去，在手工制作上我是感觉她做的比较多，而且在决定事情上都取决于那个来了比较久的老师。为了生存，到新环境得向别人先低头，否则就混不下去了。看来以后我们也要走此道路了。

我发现在给小朋友拍照中就是不愿意让你拍，就用两只小手挡住他们的小眼睛，有的甚至会产生厌烦的情绪，竟然用脚踢我，拿书要打我，看来小家伙是有情绪的，不要惹到他们了。但是也有的很乐意配合的，还出现从众的现象。好奇心激发起兴趣，也要求拍照。

**实习心得体会日志篇九**

在观摩中我感受最深的就是教师们在教学过程中不断学习，相互切磋的过程，评课专家的共识也是年轻的教师有改进的空间，讲课的高手经过了实践的摸索和时间的打磨。好的教学是教师不断摸索，善于反思的结果，教师不断地在日常生活中琢磨教学的每个环节，不断总结自己工作的失误，不断改进才有了精彩流畅的课堂。

。

**实习心得体会日志篇十**

引言：护士作为医疗团队的重要成员，承担着照顾病人、提供护理服务的重要角色。护士见习是护理学生成为专业护士的必要阶段，在实习中既能锻炼专业技能，又能增加实践经验，以下是我在护士见习中的心得体会。

第一段：选择实习医院的重要性。

在护士见习中，选择实习医院非常重要。我选择了一家大型综合医院作为我的实习地点。这个医院有着先进的医疗设备和丰富的病例资源，给予我更多的机会去接触各种疾病和病人。此外，这所医院有着一支经验丰富、尊重学生、愿意指导的护士团队，他们的专业素养和耐心指导，让我能够更好地学习和成长。

第二段：实践中的挑战与成长。

护士见习的过程中，我经历了许多挑战，但也取得了成长。最初，我对于一些操作并不熟悉，例如给病人换药、插尿管等。然而，随着时间的推移，我逐渐熟悉了这些操作，并对各种护理技术有了更深入的了解。通过不断的实践和反思，我不仅能够独立完成日常的护理工作，还能够在危急情况下保持冷静并采取适当的措施。

第三段：建立良好的沟通与人际关系。

护士见习的过程中，我学到了沟通的重要性。与病人和他们的家属保持良好的沟通，能够减轻他们的恐惧和焦虑，增加他们的信任感。同时，与其他护士和医生建立良好的人际关系，能够使工作团队更加和谐，提高工作效率。通过倾听和表达自己的观点，我学会了尊重他人的意见，并能够更好地与他人合作。

第四段：关心病人，从微小处着手。

作为护士，我对病人的关心和照顾是首要的。在见习的过程中，我学到了从微小的事情着手，来关心和照顾病人。通过与病人聊天、倾听他们的故事、为他们提供温暖的关怀，我感受到了我所能够给予的力量和影响力。和病人建立起信任和亲近的关系，是帮助他们度过困难时刻的重要一环。

第五段：总结与展望。

通过这段时间的见习，我深刻意识到了护理职业的重要性和责任感。护士不仅仅是一个工作，更是一种奉献和真心关怀的精神。在未来的实习和工作中，我将不断提升自己的专业知识和技能，为病人提供更优质的护理服务。我相信每一次实习都是一次经历丰富的成长之旅，而我的目标就是成为一名优秀的护士，为更多的人带去温暖和关怀。

结语：护士见习是护理学生成为专业护士的关键阶段，通过实习，我在专业技能、沟通能力、人际关系和关怀病人等各个方面都得到了全面的提升和体验。我将时刻保持学习的心态，不断进步，为病人提供更好的护理服务，为健康事业贡献自己的力量。

**实习心得体会日志篇十一**

护理见习是每位学习护理的学生必不可少的环节，通过实习，学生将所学知识与实际操作相结合，锻炼自己的护理技能。本次实习是我大学生涯中的第一次护理见习，我将通过实习，进一步了解护理工作的实际情况，增长专业知识和实践经验，为日后成为一名合格护士打下坚实的基础。

第二段：实习所学到的专业知识。

在实习期间，我认真聆听老师的讲解和指导，通过亲自操作，我学到了许多专业知识。比如，我了解了一些基础的护理操作，如测量体温、血压以及给药等，并学习了急救和心肺复苏等护理技术。此外，我还学到了病人的常见病症和治疗方法，对不同病情下护理的需求和方法有了更加深入的了解。

第三段：实习中的体验和收获。

在实习中，我亲身感受到了护理工作的实际情况。我参与了护理团队的日常工作，如病人的护理、病历的整理和记录等。我意识到，护理工作不仅仅是技术层面的，更需要有责任心、耐心和细心。同时，我也发现了一些自身的不足，如在紧张的情况下，我有时会失去冷静和应对能力。通过观察和学习其他护士的表现，我逐渐学会了冷静应对一些突发状况，并提高了自己在逆境中的应对能力。

第四段：实习中遇到的困难和解决方法。

在实习过程中，我经常遇到一些困难。比如，有时候我会遇到一些病人的家属情绪激动，对我的工作持怀疑态度。在这种情况下，我感到有些无助和压力。然而，逐渐地，我学会了倾听和沟通。我主动与这些家属沟通，耐心解答他们的问题，并提供专业的建议和帮助。通过与家属的积极沟通，我逐渐消除了病人家属的疑虑，赢得了他们的信任。

第五段：对未来的展望和总结。

通过这次护理见习，我深刻认识到了护理工作的重要性和责任性。在未来，我希望能继续努力学习，提高自己的专业知识和技能，为病人提供更好的护理服务。我也希望能更好地应对各种困难和挑战，不断提升自己的能力。同时，我会保持一颗敬业奉献的心态，将病人的利益放在首位，将关怀和爱心融入到自己的护理工作中。

总之，通过这次护理见习，我不仅学到了专业知识和技能，还体验到了护理工作的现实情况。我深知护理工作责任重大，需要细心和耐心，并且要有良好的沟通能力。我相信，在未来的护理生涯中，我会继续不断学习和提升自己，为病人和社会做出应有的贡献。

**实习心得体会日志篇十二**

。

两周见习结束了，感觉过的很快，这次的见习，让我感受到了做一个幼儿园教师的不容易。下面我想对这两周的见习生活作一个小小的总结。

这次的见习我们还是被分在原来的幼儿园里，但这次去的是总园——新区实验幼儿园。刚来到幼儿园，对这里一切都是那么的陌生，心里紧张又激动。我和另一个同学分配在了小一班，小一班是一个双语班，我们见习的那周正好是以英语为主题开展活动的。小一班的两个老师——李老师和庞老师，她们都很热情、亲切。第一周主要习，我们先熟悉了一下小一班的日常活动安排以及常规工作。刚开始的那几天，主要是听课，并且协助老师进一些常规工作，了解他们的一日的活动安排。我们在第一周里，已经渐渐地和小朋友们熟悉了起来，他们也会主的和我们交谈，不像刚开始那样，对我们不理不睬。我们已经慢慢的融入到了这个集体中。星期三，我们听了一英语课《alittybunny》。要求幼儿熟悉关于小兔子的英语韵文——《alittlybunny》。老师运用绘本和生动的语故事展开教学，整个课堂的气氛很融恰，小朋友们都很配合，这让我对下一周的教学活动有了信心。我觉得我该也能上好我的课。

一周见习下来，感觉很累，压力也很大，因为下一周我们还要给小朋友们上课，这是我第一次给小朋友们上课，心里一点都没底.教案早早的准备好了，每天回到学校，都会找同学上模拟课，上下来的感觉很顺利，但是不知道给小朋友们上课的时候，会不会也这样的顺利。

到了第二周，便是我们真正实践的时候。早上，我们早早的来到幼儿园，先是接待幼儿，小朋友们愉快的和我们打招呼，那一刻，我真的有种已经成为一个真正的教师的感觉。接下来的环节都很顺利，最后就是上课了，我上的是一节音乐游戏课《找小猫》。在上这节课之前，我准备的很充分，课的开始就是讲故事导入活动，小朋友们都很配合我，故事讲完以后我提的问题他们都能回答的上，在教他们唱歌的时候他们也很积极很配合的跟着一起学。到最后的游戏环节，由于我没有说清楚游戏的规则要点，所以导致游戏的时候整个课堂很乱，后来老师指出了这个问题，才得以解决。总之，这一堂课上的感觉就是乱，而且我上课的时候声音太小了，这些都需要改善。有了这一堂课的经验，在接下来的上课过程中，我都会注意这些细节的方面。这次我一共上了五节课，最后一节课相对于第一节课来说，真的是进步了不少，但是我知道还是有很多的不足。

这次的见习给我的感受真的很多，而我也发现，见习的过程中，我们可以学到很多书本和平时上课中都学不到的东西。这次的见习，我们都很认真的对待，并且，我相信也完成的很好。希望在接下来的学习生活中，我们都能以这种良好的心态去面对。

我相信态度能决定一切!

见习是踏入工作的第几步，我不知道，但每当我每走一步时，生活赋予我一个矛盾的集合点，一边坚持左一边坚持右，分辨是是非非，靠的是自己的价值观，人生观，事情没有绝对的好与坏。所以每一次见习教给我新的东西，适合我的我接受，不赞同的，我舍弃。

1、环创布置：

每一个班级的环创代表着每一个班的特色，代表每一个老师的教育思想。屋顶上飞着五彩，翱翔的风筝，那是一颗颗孩子渴望飞翔的心；墙上的花花草草，是孩子回归大自然的放荡不羁的心情；楼梯上的美人鱼，白雪公主是童话的纯真；展览台上的毕业画是大班孩子盼望小学的激动的心；活泼，可爱的奥运福娃是孩子们对祖国的赤诚的爱。每一个班级环创的内容大概包括孩子作品区，家长交流区，工作计划区。

2、教室区域：

幼儿园的教室与小学很大不一样，小学讲究简洁，大方，整齐。幼儿园着重创新，新颖，符合教育特色，一般是按照区域设置。有建筑区，早到的孩子可以进建筑区建造自己想象中的房子，培养想象力，创造力，数学空间思维能力；阅读区，安排在一个安静的角落，有各种适合本班儿童阅读的图书，培养孩子的阅读能力，集中注意的能力。绘画区，孩子可以在这里施展绘画才能，然后贴在绘画墙上展览，让孩子得到心灵上的满足感，增强其自信。娃娃家区，孩子可以在里面扮演各种角色，体验社会情感。

3、课堂管理：

幼儿老师也会是一个优秀的管理着，在孩子面前保持威信，还要拥有爱心去关爱每一个儿童，时刻注意力在全班而不是某一个孩子身上。如组织一堂故事课，老师有节奏性拍掌，孩子们会跟随拍掌然后安静坐到自己的位置上，口令“我喜欢。”跟随“我们大家都喜欢。”吸引孩子的注意力，融入课堂中来，等都安静下来，开始讲故事，然后请上孩子发挥自己的想象编故事，他们会很喜欢。幼儿园管理也是一门艺术，一门值得人们去研究的艺术。

**实习心得体会日志篇十三**

第一段：引言（200字）。

作为一名护理专业的学生，我有幸参加了一次护理见习实习，这是我在校期间最重要的实践机会之一。这次实习为我提供了一个与真正的患者接触和了解医疗环境的机会。在实习期间我深入了解了护理工作的重要性，同时也体验到了其中的困难和挑战。通过这次见习实习，我获得了丰富的护理知识和经验，也对未来职业生涯的发展有了更明确的规划。

第二段：实习前的准备（200字）。

在实习前，我准备了一切必要的设备和资料，并尽力熟悉实习地点的规章制度和操作流程。我还通过阅读相关文献和参与小组讨论，学习了一些实践技巧和专业知识。虽然准备工作很充分，但当我真正进入实习环境时，我发现与实际操作和真正的患者进行沟通还存在一定的困难。这让我领悟到理论知识与实践经验之间存在着巨大的差距，只有通过实践才能真正掌握和运用所学的知识。

第三段：实习经历及体会（400字）。

在见习期间，我经历了不少难题和挑战。首先是我的害羞和不自信让我的沟通能力有所不足。在与患者交流时，我往往紧张而短暂，不知如何开展一个有效的对话。然而，通过和同事的一起合作和观察，我渐渐地发现了提高沟通能力的方法。我学会了倾听，关注患者的需求和感受，并试着以适当的方式回应他们。这些经验不仅让我在护理工作中更加自信，也加深了我与患者之间的信任和共鸣。

其次，我在实践中也遇到了一些技术操作的困难。护理技术的熟练需要时间和经验的积累。当我第一次接触到一些常见的护理操作时，例如给患者注射药物、更换病人的导尿管等，我感到非常紧张。然而，我的实习导师和同事们给了我很大的支持和指导，帮助我克服了这些困难。通过反复的操作实践，我逐渐提高了自己的技术水平，并在实习期末能够独立完成一些简单的护理操作。

第四段：实习过程中的收获（200字）。

通过这次见习实习，我不仅学到了很多专业知识和技能，也锻炼了我的沟通和团队合作能力。我认识到，护理工作不仅仅是技术操作，更是一种关怀和支持患者的职责与义务。在与患者交流的过程中，我深深地感受到患者对我的信赖和依赖，这让我倍加珍惜自己的职业选择。同时，与同事们的合作也让我体会到了团队的力量和重要性。所有的这些收获都将对我未来的专业生涯产生积极的影响。

第五段：总结与展望（200字）。

这次护理见习心得体会实习是我宝贵的经历，我在实践中学到了很多理论知识所不能教给我的东西。通过与真实的患者互动，我更加明确了自己将来的职业发展方向。我希望成为一名有责任心和同理心的护士，能够为患者提供最佳的医疗护理。为此，我将继续学习和提高自己的专业技能，并在未来的实践中不断完善自己的护理理念和服务意识。我希望能在将来的职业生涯中不断成长和进步，为患者的健康和福祉做出更大的贡献。

**实习心得体会日志篇十四**

如果离开记者职务后，许多人也会从事公关、行销行业，例如至企业的公关部门任职、担任行销主管或发言人，或是成为文学创作者。在媒体环境恶劣的地方，许多记者在媒体工作时就会细心经营与企业的关系，为未来生涯铺路，下面给大家分享一些关于大学生见习记者实习心得体会，供大家参考。

这个寒假，我经历很多第一次，第一次以记者的身份拿起话筒，第一次采访别人，第一次面对镜头......这期间有欢笑有泪水，让我学到什么是责任，怎么样去拒绝诱惑。这段经历让我受益匪浅，让我对记者这一行业更加热爱。

记得我站在电视台大门口时，心里十分忐忑。看到“盱眙县广播电视台”这几个大字时，心里更是增添了几分莫名的紧张感。随后我便被安排到了民生部的《民生面对面》栏目。刚到这个集体时，我处处小心翼翼，每天早晨都会主动地打扫卫生，做一些力所能及的事，主动地争取机会跟老师出去采访。慢慢的也觉得这个集体接纳了我，而我也渐渐地发现这是一个比较活泼的集体，这让我退去了压抑感和畏惧。

实习前两个星期，跑了很多乡镇，而我的工作每天都是举话筒，帮拿摄像机，看老师怎么采访，打扫卫生。刚开始很兴奋，认为自己举着话筒就很了不起。但时间久了，每天重复一样的事情，这让我很是觉得枯燥无味。在心里默默地想着：是不是老师觉得我没有能力，只能做这样的事，或者是他们缺的只是一个助理或一个打杂的。这些想法不停地在我脑子里浮现，让我有点看不起自己。很是难受，很想哭。而更让我觉得厌烦的是每天结束采访还要写一篇总结，要写出自己今天的得失，然后交给老师。每次我都是应付的写着，而带我出去的老师总会在小结后面写上我今天的表现和需要改正的地方，他写的内容有时比我的小结还多，这不禁让我觉得很羞愧，也很感动。原来这些天是让我用眼去看用心去记，原来老师在很用心的教我怎么去采访，原来老师认为我很有潜力，原来这两个星期并不是一无所获。懂得了这些，我对老师们充满了感谢之心。也在心里默默的下定了决心：一定要做的更好，不让老师们失望。

这天，办公室里的电话响了起来。我偷偷地想着，不知道是哪个单位要搞活动还是哪里发生了纠纷或是谁又在举报爆料。果不其然，是纠纷电话。我立马拿起采访本、笔和话筒说我要去。就这样我跟着老师开车去了。行车途中，老师突然对我说：“学习了两个星期了，让我看看你的成果如何，今天你就出个现场，可以吧?”听到这句话我的脑袋瞬间空白了，没想到证明自己的机会来的这么快，我赶紧激动地点头说可以。老师又补充道：“不管场面怎样，你都要有比它还强大的气场去hold住它。你也想想平时老师们是怎么采访的。”我点头表示知道，并在心里酝酿着。

到了现场，场面比我想象中的要混乱许多。110工作人员也在场。我深呼吸然后走向人群。双方当事人你一句我一句，让我有点招架不住，我想着老师平时采访的样子，一步一步进行：问是谁打的电话，发生了什么，为什么发生，现在有什么结果。期间我也不停地安抚双方的情绪，让他们冷静点。原来是小区业主请民工给他装玻璃，民工作业完要走的时候，小区保安向其收取20元，并称为“保护费”，而民工却不愿给保安20元，小区保安就把民工手扶车的唯一出路给堵起来。听完民工激烈的诉说，我也觉得小区保安欺人太甚，有些义愤填膺。此时，老师提醒我：“不要只听一面之词，看看小区保安怎么说。”我又把话筒转向保安，问他们是怎么回事。保安又是另一种说法：“他们不听指挥乱施工，怕他们会破坏东西，所以为了保护其他业主的东西才收取的费用。”看着他们继续争吵，我突然觉得自己的力量好渺小，大家都各说各有理，而我现在唯一能分辨出的就是保安是没有权利收取这个费用的。我望向老师，老师在不停的记录着，又提醒我去找一下有没有目击者。我又找到小区的住户，说以前有人在这里施工，破坏了东西，最后是物业赔的钱，这些民工以为来施工就是老大，有点不讲理。然后老师又进行了调解，对保安说乱收费是不合法的，小区保安也意识到了不对，就没有再要求收钱，但也向民工提出了要求，以后在这里施工必须听从指挥，若有损坏必须负责。民工也同意了协调结果。事情变告一段落。

我放下话筒的那一刻才觉得整个人都轻松了，才发现原来自己一直都在面对镜头，而我在采访时却全然不知。我想如果我在意的是镜头而不是投入这件事中，我肯定是很紧张的。而现实情况是，我的忘记自己在采访，忘记了镜头。走的时候，民工和保安都向我们说了谢谢，我突然觉得自己好像做了件好事，而老师也表扬的对我说：“做的不错，完全不像第一次出镜的，继续努力好好干。”我偷偷地笑了，因为如果不是我融入了这个混乱的场面，说不定我面对镜头时会语塞。

当我们刚走到小区门口时，一个穿西装的男人把我们拦住了。说负责人希望我们到办公室谈谈。老师当时就拒绝了。我一头雾水也跟着老师一起拒绝。但我们还是被“盛情”的请了进去。然后负责人就简单的介绍了自己，果然很有来头。我也明白了为什么我们被“请”了进来，她是希望我们不要播，怕影响小区的声誉，怕剩下的几期房子因为这些原因而销售不好。老师一口拒绝了她的要求，然后又推辞说要回去赶着写稿，负责人又套近乎的说：“要不我们去吃个饭?”老师拜拜手说不了不了。负责人意识到谈判无果就说：“那我就找你们台长吧。”就这样我被老师拉了出来，老师出来们就气愤的说：“要是都听你们这些人的，我们还做不做新闻。”

在车上，我一直想着老师的话。的确，我们不能被权和钱吞没。作为记者，应该要学会拒绝诱惑。

回到家，等着《民生面对面》的播放。果然我第一次出镜的新闻没有被禁，我很开心，屏幕上的自己很淡定，问的问题也恰到好处突然很有成就感。这一天我学会了好多。

实习不仅能学到学校里学不到的东西，还能让自己成长。这件事对我的影响很大，我懂得了作为一名合格的记者应该具备两个条件第一是责任，第二就是懂得拒绝。这次的实习让我体会到做记者的不易，也让我更了解记者这一行业，同时也让我更坚定做一名出色记者的心。我相信新闻是找寻真相的过程，我也相信只有有担当人才能成为一名合格的记者。在这一期间，不仅锻炼了我的口才，还学会了遇事从容。

这，便是我的寒假收获与成长。

当我发现爱上了记者这个职业的时候,离别的钟声也敲响了.幸好,总有一些记忆驻留下来。我相信自己的能力，并为自己的进步感到骄傲。

一.实习初衷：由于对新闻写作有很深的兴趣，通过自学对新闻的定义、基本要求、写作及出版流程有了一定的理论基础，想通过实习将这些理论与实际的应用相结合，在报纸出版的实践中感受和提高自己的能力，特别是新闻写作方面总体把握的能力。

二.实习目的：了解报纸出版的过程、学习新闻写作的采编流程，对其进行分析，并结合所掌握的理论达到提高自己对新闻认识的目的。

三.实习任务：学习报纸上已发表的新闻作品、下各专业厂进行现场采访。

四.报社概况。

1.基本情况：位于广西贺州市地委政府大楼对面。

2.报社简介：

五、初步认识：报纸是一种舆论工具，它对于社会生产生活各个方面的重大影响，特别是在特殊时期中的特殊作用和意义。报纸作为一种媒介载体和一种舆论工具所固有的属性，以及发展中无论用何种方式都不可逾越的固有规律。报纸内容坚持的四个基本点——时政新闻是支点，娱乐新闻是亮点，社会新闻是卖点，经济新闻是看点。

实习状况。

第一天到日报社会新闻部报到时，心里有点忐忑不安，看到编辑记者来来去去的忙碌身影，不知该从哪里入手。部里几位老师都很慈祥热情，对我的鼓励和帮助，很快消除紧张，融入工作状态。

为了能我更全面地了解新闻报纸出版工作的全貌，报社领导安排我在采访、编辑、出版、校对、发行等部门工作，使我受益匪浅。

有时出去采访，有时坐在报社的电脑前，敲打着键盘，记录下自己当天采访来的新闻。

四处“转战”，有时也跟着记者出去采访。

讲述了新闻部需要注意我们先从学习报纸作品开始，

对于主任给我们安排的新闻采访任务，我们都表现出了浓厚的兴趣和极高的积极性，

在办公室接听读者的来电，在电话中发现有价值的新闻，便会和记者老师一起前去采写。

我深深感受到了报社的文化氛围，

到不同的地方,看种不同的人,渐渐适应了这样的生活,。

熟悉环境，先把工作组的人交流交流。

实习工作。

从自身：

1实习不是被动的学习，在实习岗位锻炼自己的实践能力，同时也要注意创造性的发挥，和实习单位多多交流，成功转换角色的方法。

2要给自己定好位。在态度上要把自己当成学生，虚心请教;在做新闻采访时，把自己当成一个工作人员，爱岗敬业，严于律己，争取多写新闻，多发新闻，维护新闻的客观、公正。

4工作认真扎实，做就要做到最好。让观众更快更易得到最新消息。

从单位：

单位都希望有新人才的加入。实习生刚走出大学，所欠缺的，是社会经验、职业素养以及一些基本的工作技能，所以实习生必然会从接电话、发传真这种基本的工作做起。要真正要学到东西，不仅要从点滴开始累积，更要发挥自己的主动性，多观察、体会实习单位的工作习惯与文化氛围，不断地发现、发掘自己能做的工作，循序渐进地进入工作体系。最大的实习心得，就是要利用实习的机会，想清楚自己要走的路，趁着实习多听多看多认识人，提高求职的综合素质。人际关系的处理和学习也是头等大事，和读书相比，实习常常能得到一些宝贵的人脉资源，这些都要好好把握，以后都可能有助于求职。

在实践的这段时间内，我们穿街走户接触各种各样的人和事，这些都是在学校里无法感受到的，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不会有人会告诉你这些，你必须要知道做什么，要自己地去做，而且要尽自已的努力做到最好。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。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样做人，以提高自已的能力!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，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。接触那些刚刚毕业的学长学姐，他们总是队我说要好好珍惜在学校的时间。在这次实践中，我感受很深的一点是，在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到;而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。

回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。

在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前没有工作的机会，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

在工作上还要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。社会经验缺乏，学历不足等种种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来句什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。

知识的积累也是非常重要的。知识犹如人的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。这次接触的酿造业，对我来说很陌生，要想把工作做好，就必须了解这方面的知识，对其各方面都有深入的了解，才能更好地应用于工作中。

“付出总有收获”。经过这段时间的实习，我认识到了很多以前没有思考过，没有经历过，和与作为学生的一些浅薄的体会及错误观点。一，从容的态度。这与我们通常说的自信紧紧联系在一起。虽然在前辈面前，我们既未真正踏入社会，又是一个初级学习人员。但我们从来都是一个社会人，试问怎么会不去接触社会呢?最多是个时间问题。既然认识到这一点，既然现在已经接触，那就承认自己，把自身放在这样一个位置。至于紧张自卑的心态是无论哪个人都有的。自己要学会战胜自己，不要让情绪影响你对生活和工作的信心及态度。有了这样一个乐观向上的心态后，你自然会变的从容起来，无畏这多变的社会和生活。二，勤奋刻苦的学习精神。有句很有体会的话：努力了不一定成功，但不努力就一定不会成功。你可以不聪明一点，因为毕竟世上的聪明人占少数，而且后天的勤奋是在成功中占主导因素的。其实人人都看好勤劳刻苦的人，因为他们付出过，思考过，他们理应得到尊重，至于结果那是另一回事。我在实习中虽然很多不懂，但是有这种精神能够让别人看到，能够让他们明白我不是在偷懒，我们都在献出自己的一份力量。三，良好的交际能力。在社会群体面前，沟通是人与人相处的必要条件。我们从开始不认识对方到可以从容的交谈，再到有困难找对方帮忙，都是沟通在起直接作用。而良好的沟通交流能力又能够让事情处理的更容易，更完善。我在实习中总是有问题需要寻求有经验的人帮助解答，如果憋在心里那是无论如何都不会知道答案的，有的困难你经过自我摸索可能会得到解答，有的涉及专业就不能全凭个人获得满意的解释，而且经过前辈的指导，你会发现原本认为很难的事情理解和做起来都更有效率。此外，一个拥有良好交际能力的人会更能协调好整个群体的氛围，良好的环境也是做好工作的重要保证。四，温故而知新的学习我们以为自己已经懂的东西并不表示已经掌握，只有一遍遍的重复回顾和实践后才能合格的称为经验，经验的重新利用才会生出自己的思维方式和学习方法。总的来讲，再多的甚至再简单的体会也都要在实践中反复体会、巩固。这段时期的实习虽然是个小小的锻炼，却也锻炼了我的能力，提高了我对英语的运用能力。夏日的娇阳，让我们在热情与灿烂中继续学习、成长。

\_\_\_\_年\_\_月\_\_日，我和两位同学跨进\_\_市\_\_街的一幢办公楼，在位于这座建筑x楼的《\_\_晚报》\_\_记者站开始了我们的实习生活。回首这一个月的日子，尽管短暂，却让我体会到了汝果欲学诗,功夫在诗外的真谛。

记者要有一双马不停蹄的铁脚板。

第一天并不如我们开始预想的那样激动人心，开始我们做的，只是干坐在办公室的沙发上翻看堆在茶几上的报纸，就在我们面面相觑感到有些悻悻时，记者站的副站长老师交给我们一项任务——写两篇关于中秋月饼和“开学经济”的稿子。正巧我随身带着相机，于是便和一起实习的同学上街找材料。

两项我们原以为很快就能交差的任务执行起来并不轻松。初来乍到，由于不了解周边路况，我们沿着五爱北路走了近3个小时，逛遍了路边的大小店铺，与克莉丝汀饼屋、元祖、香榭丽舍蛋糕房的店员聊天，跟数码城卖psp的老板侃价，为了拍到一张满意的照片来回穿梭于拥挤的人群中。简单吃了些东西，又跑到南禅寺书城和保利广场的家乐福去拍照片，然后赶回来写稿子，按下word的“保存”键时我长吁了一口气。

第二天，老师看了我们写的报道，对内容和图片均表示满意。骄阳依旧似火，汗流浃背的日子仍然在继续着，但如果不是这一步一个脚印地行走于街市之间，我们的稿件怎能第一次给老师过目就得到首肯?之后，我们继续乐此不疲地奔波在大街小巷，执着于捕捉最真实生动的画面、了解最具体翔实的细节。

记者要有一副善听八方的顺风耳。

一天，等公交时，我们无意间听到旁边两位中年妇女谈论家里刚参加完高考的孩子收到了很多录取通知书，不知孰真孰假。我和同学当下对视一眼，眼下高校录取尚在进行，考生收到的通知书只会有一份是真的，那剩下的那些通知书是什么呢?这不就是一个很好的新闻素材吗?回去和指导老师说了想法，对方表示同意，但建议我们要兼顾各方的意见和看法。商量后我们决定从负责发放录取通知书的邮政局、收到录取通知书的考生和教育部门高招办三个角度去写。通过与这三方面的人士接触，我们撰写了名为《录取通知书遭遇“李鬼”》的报道。看到word中的文字变成铅印的稿件登在报纸上，我很欣喜，而这篇无意的“偷听”出的报道，也让我从中懂得，要重视从平时身边的日常小事中寻找新闻来源，这些来自平常百姓生活的线索正是真正能吸引人注意和引起人共鸣的焦点。

记者要有一双敏锐深邃的透视眼。

每到周末，我们可以自由安排时间。一个闷热的下午，我和一起实习的同学闲来无事乘车到一家私营蓝印花布博物馆参观。好不容易在荒僻的野外找到后，看见50多岁的博物馆馆长正一个人靠在打磨机上磨着两块木头，原来他在为下个月要举办的某名人故居图片展赶制陈列的木架。我们备感好奇：堂堂一馆之长竟要屈尊亲自动手做展览架?!带着满腹狐疑，我们匆匆把博物馆浏览了个大概，然后跟老馆长聊了起来。老馆长非常健谈，在得知我们有意采访后，将我们请进他古朴雅致的休息室，讲起他早年如何走街串巷辛苦淘得珍宝并努力争取到政府许可办起私人博物馆的经历。一席长谈，当我们结束采访，已是夕阳西下。

我和同学将老馆长的讲述写成了文章，老师在看了我们写的稿子后，认为无锡写私人博物馆的报道目前屈指可数，大有可作文章之处，可以将视野扩大到整个无锡地区私人博物馆的生存现状并提高到探究其发展前景的高度，而不应仅局限于现在的人物专访。听后我们也觉得原先的写法视角有些狭隘，应该加以扩展延伸。第二天，我们通过电话采访补加了一些需要向老馆长了解的内容，并到市文化局文化处进行核实，掌握了无锡市目前7家私人博物馆的具体情况以及无锡市对私博所持的态度。在此基础上，对初稿进行了大刀阔斧的修改，中间为了确保报道的真实性又几易其稿，最后这篇\_\_名为《私人博物馆，想说爱你不容易》的通讯终于出炉。

仔细想想，如果我们当时只是专注于博物馆内充满古趣的石轱辘、旧窗棂、蓝花布、古染坊，而对独自一人打磨展览架的博物馆馆长熟视无睹，那么就不会有这篇稿件的诞生。看来作为一名记者耳要听八方，眼睛也得犀利敏锐啊。

记者要有一张能说会道的巧嘴巴。

一次我跟着老师去采访无锡市今年高考生复读的情况，到达事先联系好的高复学校交谈几句后，我发现学校的负责人对我们并不热情，甚至有些回避，问他们问题，基本都是兜圈子不予回答。这种情形下，要想拿到他们学校最近招生的详细数据几乎是“不可能完成的任务”，我不由有些灰心丧气。这时候，老师忽然对其中一位校长说，“您是涟水人吧?”，对方立刻面露喜色，“是啊，你听出来了?”。顺着这个话头，两人开始攀谈起来，渐渐地旁边几位校方负责人也加入到谈话中。不知不觉听着老师和对方谈笑风生间，我的记录本上已经记满了要收集的数据，离开时满载而归。

回来的路上，老师告诉我，在外出采访时，常常需要跟不同性格不同职业的人打交道，很可能对方由于自身原因不想告知记者详情，想着法子跟你兜圈。这时候记者应知难而上，练就一张巧嘴，变着“花样”想方设法让对方说出放在心里不愿说的话。能从对方的口音听出他来自哪里，这是老师屡试不爽的一招，但这也不是一朝一夕就可以练就的，需要记者阅人无数的丰富经验作基础。

记者要有一双乐此不疲的妙手。

因为在学校的校友通讯社待过很长时间，很多时候我对校友的消息很敏感。之前去无锡前我就了解到学校有三名刚毕业的校友在无锡当大学生村官，在平日苦于寻找新闻线索时，我想到了这三名“村官”校友。“大学生村官”是一个新兴职业群体，我觉得他们身上有不少可挖掘的新闻价值。但是和老师说了后，他并不看好，一来这个话题涉及国家政策，带有政治敏感性，二来目前这方面的制度体系尚未成型，往深处写为时尚早。为了保证上报率，我们决定着重从广度而非深度上去写这篇报道。除了通过网络和几位校友交谈外，我们到附近的惠山街道办事处找到去年上任的“资深”大学生村官向其了解一年来的工作经验，向当地的街道办主任询问她对大学生村官的看法和建议。前期准备工作做完，我们开始着手写稿，因为掌握了大量丰富的资料，写的时候几乎一气呵成。

然而第二天把初稿给老师看后，老师指出了文章中的很多硬伤，尤其是我又犯老毛病在不确定具体日期的情况下把时间抽象成“近日”，让老师有些生气。此外，整篇报道前后连贯性不够，在讲到“老”村官对后辈的告诫时衔接得比较突兀，开头的新闻由头显得生硬，结尾引用的人物话语不够自然，我们的初稿被打回要求重写。

这次的改稿让我很伤神，因为措辞上要注意避免触及引起人们敏感的界限，同时还要让文章前后阅读起来很连贯。抱头冥思苦想了一个下午，最后我把报道分为“村官上任：官虽小，事情不少”、“网上交流：多方学习才能提高”、“街道主任：他们带来了新活力”三部分，以无锡市百名大学生村官奔赴岗位一个月为新闻由头，引用一位大学生村官博客上的日志开头，以惠山街道办的领导对大学生村官寄予的期望结尾，这样通篇做了结构上的根本改动后，忐忑不安地把稿子发给老师看。这次得到的回答是：“就照这个发吧。”那一刻我如释重负。

一篇稿子，经过三四遍修改、补充、调整的彻底改造，终于得以见报。虽然这过程中我也有绞尽脑汁不知从何下手的时候，但为了能更真实地反映大学生村官这一还不为人们熟知的群体，也只得不厌其烦地一改再改，大概这就是想成为一名合格记者就必须要付出的精力吧。

记者要有一套严谨踏实的良好作风。

在最初写《中小学公开新学期收费》这则新闻时，我并不以为意，认为这是根据文件写的稿子，万变不离“公办中小学减免学杂费”的宗旨就不会有大差错，于是草草写就发给老师交差。第二天就被老师叫去训话，原来文章里好几处收费的具体标准原文件上写明“待议”，我却不管三七二十一都写了进去，严重违反新闻准确性的要求。这些数据的最后确定需要到物价局和教育局去核实，而不能靠仅对着一份文件闭门造车。我被训得脸上一阵发热，下午就跑去教育局、物价局问最新收费标准，拿到了新的数据表后回来一字一句地进行修改，确认无误后交给老师。老师看看我笑着说：“让你尝点苦头才好。”我又是一阵惭愧。

事后我静下心来想，报纸媒体被受众看作政府喉舌，其刊登的通告在老百姓心中无异于政府公文。如果在这篇写中小学收费新标准的新闻里，我草草写就而编辑又草草浏览通过，那么学生家长们看完后发现和学校发布的标准不同，那我可就捅了大娄子了，这都是没有养成谨慎求证习惯的后果啊。

“你们来实习不该只是为了学习记者采访写稿的流程，采访流程只要看一看就大致会懂。要学习的是对有效信息的提取，是对细节的斟酌，是一种创造性思维。”这是我们刚去时指导老师对我们说的话，刚开始我不能体会，但随着实习的深入我愈加理解到这其中的真义。良好的身体素质和精神状态是新闻工作者不可或缺的基本条件，但是敬业的精神、精湛的技能、广博的见识更是必不可少。

每写一篇报道，我就从中对记者工作了解深入一步，但管中窥豹只见一斑，以上我所写的都只是记者工作的冰山一角，却已经感慨良多。在将未来的学习和工作中，我会身体力行，在新闻工作者的漫漫长路上下求索，怀着满腔热情去体味个中的五味杂陈。

记者生活并非像有些人想象的那么浪漫，记者不仅是无冕之王，更是一个肩负重大使命的职业群体。

在几个月的实习过程中，不仅在业务上得到了锻炼，而且在思想上也学到了很多东西，感觉收获很大，下面我就把实习的情况简单总结一下：

政治思想上的提高。做新闻宣传工作是一项对政治思想素质要求极高的职业。特别是采编人员，需要随时了解和掌握党的路线方针政策的变化，以及当前首要的政治任务，等问题，把这些东西消化，变化自己的新闻内容登在报纸上。所以要有好的学习习惯和坚定的政治立场。

在我实习过程中，我发现每一名编辑记者在紧张的采编工作之余，都十分注重政治学习，不断提高自身的政治理论水平，保持敏锐的政治洞察力，这样这张报纸才能够很好地发挥了党的喉舌作用，成为联系党和人民群众的桥梁和纽带。

二、工作能力上的提高。通过实习，我在各个岗位上都得到了锻炼，并且对于如何将理论与实践相结合有了新的体会。

1做记者，深入到第一线采访，锻炼了自己与人交往沟通的能力，并对采访的准备、技巧和总结整理问题的能力有了提高,学习借鉴他人、分析内外因素、克服内外矛盾.?学习和借鉴更加必不可少，而且也更有空间。

2接触不同的人，和不同的人打交道，上至报社社长、主任下至普通记者、编辑员、广告员，形形色色，各具特点，同时也培养了我对不同事情的独特观察，锻炼了我独立思考的能力，为以后的学习打下了有益的基础。

3加班撰写稿件，不仅锻炼了我的写作能力，还让我学会了如何才能提高工作效率，如何准确地抓住新闻点;做实习编辑，学会了如何编辑稿件，如何取标题，知道了怎样修改稿件才能适合新闻报道的需要，很大的提高了我的文字水平;通过在其它岗位的锻炼，我不仅熟悉了新闻出版工作的业务，学会了怎样才能更好地工作，用什么方法来提高工作效率。

4经过报社老师们的言传身教，我懂得了做工作首先要热爱这项工作，只有热爱了才能干好这项工作。

三、在思想认识上的提高。从报社老师们身上不仅学到了业务知识，更重要的是学到了他们身上那种吃苦耐劳，不怕困难的奉献精神。记者编辑们的敬业精神和职业道德。

五、在适应社会能力上的提高。

2报社里很多人并非新闻专业出身，很多理工科的毕业生做新闻、做记者也同样优秀，记者与编辑需要比较专业的知识，但是社会知识与经验显得尤为重要。要想在报社做好工作就必须知识结构全面，所以对人才的要求也是综合型人才，即既要懂新闻的专业知识，又要会管理策划与营销等。

七、帮助学生修改自己的职业规划，通过实习来明确自己的兴趣爱好以及合适的岗位工种，从而制定出更为实际可行的职业规划。利用实习来找工作，是成功率最高的求职方式。作为大学毕业生，“实习最好是用来定方向、定基调、进行职业再规划，学习业务能力，工作以后有的是时间”。

八、学会借鉴他人的优点。

要拓展自己的知识面，使自己的知识系统化。新闻需要接触社会的方方面面，光有书本知识是远远不够的。要求自己在以后的学习中多想，多读，多学。要求自己的写作水平一定要过硬。

在实践中不断对自己所学的知识进行更新，进行补充。

当我发现爱上了记者这个职业的时候,离别的钟声也敲响了.幸好,总有一些记忆驻留下来。我相信自己的能力，并为自己的进步感到骄傲。

一.实习初衷：由于对新闻写作有很深的兴趣，通过自学对新闻的定义、基本要求、写作及出版流程有了一定的理论基础，想通过实习将这些理论与实际的应用相结合，在报纸出版的实践中感受和提高自己的能力，特别是新闻写作方面总体把握的能力。

二.实习目的：了解报纸出版的过程、学习新闻写作的采编流程，对其进行分析，并结合所掌握的理论达到提高自己对新闻认识的目的。

三.实习任务：学习报纸上已发表的新闻作品、下各专业厂进行现场采访。

四.报社概况。

1.基本情况：位于广西贺州市地委政府大楼对面。

2.报社简介：

五、初步认识：报纸是一种舆论工具，它对于社会生产生活各个方面的重大影响，特别是在特殊时期中的特殊作用和意义。?报纸作为一种媒介载体和一种舆论工具所固有的属性，以及发展中无论用何种方式都不可逾越的固有规律。报纸内容坚持的四个基本点——时政新闻是支点，娱乐新闻是亮点，社会新闻是卖点，经济新闻是看点。

。

**实习心得体会日志篇十五**

高中职业见习心得篇1自3月5日起，在老师的指导下我在纯阳中学高一（1）班实习班主任工作，至今已有三月余，所得所感颇多，今作总结，仅从以下三方面说起。

记得刚来的时候肖老师就对我说，与学生相处关键要把握一个“度”——既要让喜欢你又要让学生对你有所畏惧。

这个“度”的把握不是一两天能学得来的，开头就很重要，也与老师的性格有很大关系。我本人性格在这显得宽和有余而严厉不足，并且一开始就与学生走得太近，以至于对后面的工作造成很大困难。其次还要注意场合，对不同学生也要不同对待。例如我们一班42人，性格差异十分巨大，并且每个学生的个性也是多样性的。例如邓超超，待人热心，诚恳。记得刚来第二天，他就和我说：“张老师，我叫邓超超，我在这很熟，以后有什么事需要帮忙，尽管叫我。”但他又容易急躁，说话心直口快，为此我也曾烦闷好久。这里的每一个学生都有自己鲜明的个性与特点。学会与不同性格的学生交往这是我以后任教的宝贵经验。

另外更重要的一点，与学生相处关键在于了解学生，了解学生的性格、成长背景尤为重要。只有了解了学生，才能与他进行有效的沟通，进而才能对他们进行引导、教育。在这一点我们的肖老师对我启发很大，她不但对我们班学生的个性，成长背景了如指掌，而且善于处理各种纠纷矛盾。很多让人头疼的学生他都能教管好。同时她自己又是一个乐观阳光的老师，并以自己乐观阳光的人格去影响周围的人。让我看到要做一个好老师先要做一个快乐的老师；要做一个快乐的老师先要做一个快乐的人。只有快乐的人才有更多的精力去做好自己的工作；只有快乐的老师才能更加有耐心、有信心的了解和处理学生们之间的琐事，并且在了解和处理过程中同时能够不断思考，总结更加有效的教育方法。生活心态决定工作态度；生活状态决定工作效果。这是我实习的第二笔宝贵财富。

对于班级的管理，记得有位大学老师曾这样说过，给你一个班级你能管理的井井有条，那么给你一座城市你就可以做个好市长；给你一个省，你就可以做个好省长。可见班级的管理还是有一定奥妙在里面的。

跟随肖老师实习班主任工作，我体会到管理班级一定要抓住学生的特点，做到有针对性，同时又要宽严并济，严中有爱。学生有很大的从众心里，处理问题时要抓住带头的。例如上操，打扫卫生，要先催促“听话”的学生和班干部带头，然后对一些“顽固的调皮分子”进行重点催促。这样其它大部分学生就跟着去了。

其次，学生既天真又是幼稚，因此我们老师既要用爱心去呵护他们那份纯纯的赤子之心，又要用严厉的一面去引导他们避开一些幼稚的误区。这就需要爱心、耐心、责任心与技巧了。在这方面我认为自己才刚刚开始。

另外，学生既可爱，有时又会显出几分“令人可恶”的样子。开始时看到他们一个个可爱的面孔，真想多给他们教一点东西，就恨自己知识不够渊博，才能不够高深，但我还是尽自己的努力备课，自习也努力引导他们做好功课。但有些时候学生们对自己的好意不但不加理解，反而大有以为恶意的倾向。为此，我曾一度郁闷，进而失望，再而怀疑自己，怀疑自己大学所学。所以在教学管理中挫折难免，关键是如何快速调整好自己的心态，重新坚定自己的信念，总结以往的经验与教训，争取明天做的更好。

我所实习的学校纯阳中学，是一所私立学校，实行的是封闭式教育，半军事化管理。刚来还有点不适应，时间久了，对这一教育模式有所了解，作如下思考。

看到一些书上说这是中国社会转型的产物，它在一定程度上对留守儿童进行了教育，有利他们成长，也减少了社会闲散人员的数量，减少了青少年犯罪现象，缓解了社会压力。纯阳学校作的也不错，这里的感恩教育是一大特色。学生每天作感恩操，校领导也对感恩教育十分重视，做了许多努力。另外，纯阳学校，高层领导经常亲自了解学生学习生活情况，如视察学生宿舍等，副校长还亲自代课；学校经常与一些兄弟学校相互交流学习。这些都是值得其他学校学习的。

但是封闭式教育存在的问题也不容忽视。

首先，学生缺爱，缺少来自父母亲的爱，这一根本问题没有解决。父爱、母爱这是人世间最伟大最厚重感情之一，尤其对于孩子，是无法替代的。这里有不少学生是外省的，父母在外务工，学生缺少来自家里的关爱，对学生性格造成的影响是很难弥补的。造成部分学生逆反心理严重；对学习和未来失去信心；对老师和集体粗鲁、冷漠。个人认为，幼年的孩子不应异地求学，更不应远离家庭。父母的关爱，家庭的学前教育对人的健康成长不可缺少。

其次半军事化管理管的太死，学生容易自我放弃，甚至可能更加叛逆。至少对这一管理制度学校应不断完善，例如，饭卡每学期学生没用完的钱应该把现金还给学生。没收手机的同时要是能在校内建立公话亭，则可能减少学生使用手机的现象等。

另外，不管是怎么样的教育模式，目的都应该是育人，培养健全人格的人，促进学生的全面发展，而非盈利，或考试。教育就是投资，学校不同于企业；考试是手段，育人是目的。若逆其道而行之，必然教不好学生，又浪费老师的辛苦努力。一个好的学校应该是一个学生和老师都喜欢的地方。

**实习心得体会日志篇十六**

第一段：引言（约200字）。

在大学期间，作为一名法学专业的学生，我一直对警察这个职业充满了浓厚的兴趣。为了更好地了解警察的工作，我报名参加了警察见习实习项目。在为期两个月的实习中，我亲身感受到了警察工作的挑战与责任，也收获了许多宝贵的经验与体会。

第二段：积极的实习态度（约300字）。

作为见习警员，我始终保持着积极的实习态度。我认真学习警察法律职责，了解警察执法规范，并努力将这些知识应用到实践中去。我积极参与每个任务，严谨细致地完成每项指派。我学会了如何与群众沟通，如何处理突发事件，以及如何正确使用警察装备和工具。在实习中，我充分展示了我的工作激情和责任心。

第三段：锻炼的挑战（约300字）。

在实习过程中，我面临了许多挑战。首先，警察工作需要时刻保持警觉，并快速作出正确反应。我逐渐适应了紧张的工作节奏和严峻的工作环境。其次，处理冲突和矛盾也是我面临的艰难之地。在一次抓捕行动中，我需要面对暴力犯罪分子的抵抗。通过实习，我学会了如何冷静应对，保持决断力和机智。最后，作为一名见习警员，和同事之间的团队合作也是一个重要的方面。我们需要互相支持，合作配合，才能更好地完成各项任务。

第四段：成果与反思（约300字）。

通过实习，我取得了一些成绩。首先，我学会了如何使用警察技能进行实际操作。我成功地进行了几次调查，现场勘查，并有效地处理了一些突发事件。这让我对警察工作充满信心。其次，我培养了自信和冷静的心态。在面对压力和困难时，我能够保持冷静，并且应对自如。最后，我认识到警察这个职业的重要性和责任。警察的工作是为社会提供安全和秩序，保护人民的生命和财产安全。我深感荣幸能够为社会做出贡献，并决定将来作为一名警察为社会服务。

第五段：总结（约200字）。

通过见习警员的实习，我深刻理解了警察工作的艰辛与挑战。这次实习不仅让我学到了专业知识和技能，还培养了我的工作态度和价值观。我坚信，在未来的职业生涯中，我将继续努力，不断提升自己的能力，为社会的安全与秩序做出更大的贡献。同时，我也期待在未来与警察同事们共同努力，共同追求更高的目标，为社会的和谐稳定贡献自己的力量。

**实习心得体会日志篇十七**

“师者，传道授业解惑也”

“教师是人类灵魂的工程师”

带着这样的目标和骄傲,我开始了我的教师实习之旅,近50天的时间,教学理论一点点转化为教学实践,模拟教学变为真正面对面的教学,尽管生涩、但在慢慢的成熟之中，让我的实习生化充满未知、惊喜、快乐当然也少不了有挫折和困难。

“十年树木，百年树人（）。”三年来，我以做一名高素质的优秀师范大学生为目标，全面严格要求自己，不断追求进步，不断完善自己，不断超越自己。

三个月的实习，使我真正体会到做一位老师的乐趣，同时，它使我的教学理论变为教学实践，使虚拟教学变为真正的面对面的教学。三个月的实习，现在回想起来，短短的实习生活，感觉可以说不错，真的很不错。当我漫步在实习的校园里，那出自学生的一声声“老师好。”“老师好”的感觉真好，我有时觉得自己真的被叫上瘾了。

三个月的实习，令我感慨颇多。我实习的班级是四年级，一大群十来岁的小孩子，又可爱，又活泼，又好动，又调皮。记得我刚到教室的第一天，下午就有的同学送了自己画的画给我，我非常感动。

听了一周的课后，我终于走上讲台，开始了自己的第一篇“处女作”。当然，刚开始时心情特别紧张，由于经验不足和应变能力欠缺，课堂上出现了“讲课重点不突出，顺序不清，师生配合不够默契”等问题。针对出现的问题，指导老师要求我多听课，多向经验丰富的教师学习、请教，并且面对面地指出教案的不足以及上课时存在的缺点。帮助修改教案，他们没有丝毫的架子，有的只是更多的朋友般的亲切交谈与关怀。为了弥补自己的不足，我严格按照学校和指导老师的要求，时常钻研教材，认真仔细地备课，写好教案，积极向其他同学和老师学习，多多向人请教，把握好每次上课的机会，锻炼和培养自己的授课能力。

在上课的过程中，我遇到了许多困难：譬如学生的不配合就常常令我痛心疾首。当时有人建议我使用强制的方法。如罚站、罚蹲等。诚然，这种方法可以勉强维持课堂秩序。却也无疑加深了老师与学生之间的隔阂，甚至使学生产生厌学的心理。作为教育工作者，就要想方设法创设民主和谐的教学气氛，在教学活动中建立平等的师生关系，而且教师要把自己当成活动中的一员，是学生们的良师更是益友。我取得的教学效果还不错，有几个很调皮的学生在上我的课时认真多了，还积极举手回答问题。十来岁的小孩子很好动，而且注意力非常容易分散，这样很容易开小差，影响教学效果。为了改善这种情况，我给每个小组在黑板上加小红花，哪个小组认真听课，就给哪个小组加小红花，这种方法取得的效果果然好。以前常常因为学生在下面开小差，我喊破嗓子都没办法控制，现在却可以很好地控制课堂秩序，直接向课堂要效益了。

俗话说：“知之者不如好之者好之者不如乐之者。”兴趣对于一个小学生来说是至关重要的。我的体会是必须把学生的学习兴趣调动起来，使他们在快乐中主动学习，逐渐爱上学习。无论是上语文还是数学，我都采取以“学生为主，老师为辅”的教学方式，课堂只要是以学生的朗读和提问为主，然后让学生充当小老师的角色讲评，我再加以补充、纠正。因为课堂都是以学生讲为主，充分调动了他们学习的主动性和积极性，由“要我学”转化为“我要学”的教学方式，激发了学生浓厚的学习兴趣。

**实习心得体会日志篇十八**

我觉得通过这些日子的实习，学到了很多的东西，明白了很多的道理。这些是我在学校怎么都不会学到的。

(一)我人生的方向将会改变。在去这家公司实习之前，我就已经在上海\*\*实习过了，实习了一个月。再在三才的这段日子里，我真的觉得现在做心理咨询这行，我们不太合适。原因有以下几个:。

第二，我觉得我们还很年轻，不适合做心理咨询师。都说年轻是资本，但是也要看，在什么地方，年轻才是资本。心理咨询师，好听点就是生活的艺术师，难听一点就是别人的垃圾桶，精神垃圾。这就需要心理咨询师本身有很好的消化能力，别的同学，我不敢说，但是我发现自己可能还要再经历过磨练才行。在整理心理咨询个案的时候，才发现这个世界的黑暗那一面。大千世界，无其不有。有时候吧,有意的,无意的,你就会发现,这些东西在干扰你的生活.呵呵,还要修炼啊,哎.

另外要说的,百分之八十五都是关于婚姻和感情的，这显然对于我们来说，做不到这点，因此我们这一辈就失去了最广大的客源;应用心理学实习报告由精品学习网提供!

第四，我觉得这个市场有点乱，我所了解的咨询师没有一个心理咨询本科出来的，学什么的都有，什么化学的，数学的，企业管理的等等，真是莫大的讽刺啊。没有门槛，没有标准。这么下去，良莠不齐的咨询质量，终将危害市场的形成。

(二)角色的转变。

在开始的时候，我还是和平时上学一样，没有意识到自己已经走上了社会的岗位。在我的潜意识里，我就是一个学生。在学校，喜欢和同学们聊天，在公司里，自然而然的，和坐我旁边的咨询师们聊天了，一个咨询师一周来一次，所以我认识很多的人。在公司上班其实学到的东西不是很多，但是我感觉和他们聊天，听他们讲自己的故事和经历，倒是学到了很多。有一天，老板找我，跟我说，现在你已经是一名员工了，工作和聊天不可兼得啊。我一下子就明白了。

(三)是老板都一样的.

两家公司都相似,都是心理咨询的,私人开的.第一家公司,一天发20快,无车贴和饭贴.第二家,开始说的很好,一天30,车贴和饭贴都有.哈哈,还开心了.结果是,发实习津贴的时候,只有一天三十的,不过绝大部分饭是一起吃的,老板付了一部分,田老师付了一部分.自己掏过一两次.

现在体会到,同学说的,老板都一样的,不管老板怎么答应你,最终要看发工资的时候。

认识了很多的人，交了不少的朋友，明白了很多的事理，学到了很多的知识，更重要的，摸清了心理咨询的现状。这些就是我实习所得到的。

庆结束后的第一天，我来到安定医院进行实习。由于我们的实习指导医生临时出诊，于是给我们分配的任务是分类总结《精神病学》的精神障碍的症状。在此期间，另外一个医生让我们先在医生办公室见习了一个病历。

某患者主诉睡眠不好，烦躁、焦虑，有家族心脏病史，高血压，曾有过自杀经历。对女儿很溺爱，但认为女儿总是不听话，心里觉得别扭、压抑，感到后悔、自责，对什么事都不感兴趣，对女儿的事感到自卑;由于提前一年退休，因而没有升上干部，少拿退休金，所以感到非常后悔，看到别人上班拿钱多眼红。在工作方面，语言表达能力比较差，人际关系一般。

患者承认自己有自言自语的情况，但强调与工作和孩子有关，否认幻听、被监视等精神病性症状。但丈夫称其有幻听情况，患者原先称当她想起女儿时，会跟女儿说话(“假性幻视”)，现在患者却否认。

患者认为为工作产生的心理不平衡而自杀是合理的。但称自杀时没有勇气、怕死。称对现在的生存状态感到满意，到了安定医院就不想自杀了，说在医院不让她干活，没人说她(有敷衍、讨好的嫌疑)。无意中称原来有人要杀她，但现在没有了。觉得自己心灵很肮脏，总是想不好的事。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！