# 最新大学生活心得体会(汇总18篇)

来源：网络 作者：寂夜思潮 更新时间：2025-06-19

*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。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。大学生活心得体会篇一“人生就像饺子，...*

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。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**大学生活心得体会篇一**

“人生就像饺子，岁月是皮，经历是馅。酸甜苦辣皆为滋味，毅力和信心正是饺子皮上的褶皱，人生中难免被狠狠挤一下，被开水煮一下，被人咬一下，倘若没有经历，硬装成熟，总会有露馅的时候。”崔永元在《不过如此》中是如此这般评论人的一生。

“生命的过程无论是阳春白雪，青菜豆腐都得尝尝是什么滋味才不枉来走这么一遭”这是三毛的处世哲学。

有人说，大学一年级往往“不知道自己不知道”，沉浸在开学后的兴奋之中，心比天高。大学二年级就进了一步“知道自己不知道”，可大学已过了一半。大学三年级时“不知道自己知道”，由编织玫瑰般的梦幻开始睁眼看世界。大学四年级“知道自己知道”。这时，一只脚已经迈向了社会，再往下便身处人海，再也没有了父母的庇护，师长的训导。从云端里落到的是实实在在的地上，用自己的双手撑一方天空，托一轮太阳了。

有时候，大家看起来没有什么不同，同样地过每天的日子，同样地睡觉，但最终却是异样的结局。问题在于思考的角度不同，努力的方向不同，付出的汗水不同。

几度杏花雨，几度霜叶秋，人生路上左一脚十年，右一脚十年，转眼间大学已过了二个年头，耳边已响起社会涌动，岁月的步履也姗姗把人推到了象牙塔的边缘。

环境与时代的更替给予了人性变换的色彩使人不愿意深究人性的底蕴。

眼看着大三的学生为就业而东奔西跑，为推销自己而焦头烂额地扑抓，哪怕是一线的希望，一幅幅惶惶的神情，一个个匆匆的身影。虽然自己还有一年多的时间去为这些事情做心理、学识和能力的准备，但也有惶然失措的感觉。说不准今天的他们就是明年的我。

生命一如逆水行舟不进则退！

将来凭什么撑起自己头上的一方天空，托一轮太阳。一双手，还是一张嘴？于是，每当夜深人静之时，自省只觉得薄薄的被子压得人透不气起来。看周围匆匆而过的人们和灯下伏案苦读的同学，真恨自己没有千只手来万只脚去干所渴求的事情，没有千只眼来万只睛去读所喜爱的书籍。不知从什么时候起，自己了结了慢条斯理拖拖拉拉的老习惯，走起路来风风火火，做起事来扎扎实实，读起书来又认认真真，没有了大一时的浮躁于气盛。大二时超然于随便，也不再那么洒脱，不再去相约串老乡，不再去泡电影消磨时光，周末的晚上或者去教室，或到图书馆，心平气和的读点书，写些文章，不再有往日的那份激动，只是为充实而写，为生活而写，也为追逝去的岁月而写，更为把握现在无悔于未来而倾诉心中的真诚。

即便有时也因生活中的琐事而情绪低落，偶尔也为未来何去何从的扑朔而四顾茫然，甚至花开了依旧欣赏这生命的辉煌，花落了感叹流转的时光，但自己毕竟能放下心头的一切，切实的读书求知，为人做事。因为毕竟是大二了。在相对稳定的学习时段里，充实一个将要不同的自我，厚积薄发到一定程度自然会喷薄而出的，让我们生活时，少一点疑惑多一点自信，少一点无所适从多一点从容与坦然。

**大学生活心得体会篇二**

“有些诗写给昨日和明日，有些诗写给爱恋，有些诗写给从来未曾谋面，但是在日落之前也从未放弃过的理想”，而我，则想写给我如诗的青春——我的大学。

常听人赞颂大学，说是怎样的无拘无束、海阔天空，但是，对我而言，似乎不是，因为经历了近一年的大学生活，发现我的大学生活从来没能符合这种理想。

在大学的校园里，上课的教室是不固定的，所以，每天我都必须为了上不同的课程而多次转移阵地，如此“曲折”的上课经历除了让我感到惊奇之外，更多的是难以置信。而除了上课时间，其他的空余时间都是自己安排，没有了固定的教室，没有老师盯着自习，于是我开始彷徨，因为似乎除了寝室，白天的空余时间没有地方可以去。

图书馆总是人满为患，偌大的自修室虽然还有一些凳子是空的，可桌上却叠着高高的书本，尽管我有想要坐下的贼心，却没那个贼胆，因为等那些书的主人来了，我就得被恶狠狠地赶走了;当然，除了图书馆，还有六教可以自修，可悲的是，在初来大学的时候，我竟然不知道还有这样一个地方可以自修。

这些对于习惯了高中生活的我来说，都感觉难以适应。也许所谓的无拘无束的大学生活仅仅只是指没有了繁重的作业，没有了从早到晚的满满的课，没有了老师逼迫的自习……可是，于此同时，我们的课程也变得更难了，不是么?没有了老师的监督，我们又是否自觉了呢?如果没有将专业学好，我们的理想又要怎么办呢?其实，因为这样的自由，大学对我们的自身要求变得更高了，需要我们更努力地去学习、去奋进。

但是，不得不承认的是，大学这一年的生活也让我收获了很多快乐。

第一次走进这个陌生的校园，感觉好大、好美，月牙湖、凉亭、柳树、花朵……俨然错落有致，似乎是来到了一个精心设计的花园，虽没有水榭，亦没有楼阁，但是，一水一树一倩影，足矣。怀着欣喜的心情，我开始尝试着去体验身边的新鲜事物。

大学伊始，社团的招新活动早已开展地如火如荼，面对各种各样的社团，我也充满着热情和期待，填了两个向往已久的社团招新表格，接下来就是一轮接着一轮的面试，幸运的是，我都进了。在社团工作的日子，不能说是很轻松的，因为所选部门的原因，让我一直都很忙碌，学习之余的时间几乎都这样被瓜分了。但是，在社团里，和别人一起工作的日子是快乐满足的，我懂得了什么是团结合作，学会了怎样去和工作伙伴相处，在能力上也得到了锻炼，就这样，我和别人一起认真努力地工作着，有付出，也有收获。这也让我更加坚信一句话：“一朵孤芳自赏的花只是美丽，一片相互依恃着而怒放的锦绣才是灿烂”

大学生活最绚烂的一页，应该是新认识的好朋友了。同学、室友、工作的伙伴……一年的时光不短也不长，足可以让我们互相了解，读懂彼此。曾经一度我以为，大学里没有了同桌的陪伴，没有了从前的知心好友，我的大学生活终将会是孤独的，过去所有的一切都将只会变成美好的回忆，抚之怅然，却又无处可寻。可是，出乎意料之外的是，我又找到了新的好朋友，可以无话不说的好朋友，从前的好朋友们，也一直保持着联系，隔着电话，我们笑着回忆曾经一起时的快乐时光，分享在大学校园里遇见的趣事、乐事、伤心事……这样的生活很幸福，也很享受，我也很感谢上苍让我们这样真诚地拥有彼此，无论是曾经的，还是现在的好朋友。

如果说人生是一本书的话，那么大学无疑是我阅读过的最精彩的一页。尽管我觉得大学的生活并不轻松，反而是另一种辛苦，可是，我依然愿意享受地去品读其中的字字句句，用深情去朗诵这首青春的诗——我的大学。

“大学”一个每个人学生都梦寐以求的地方，也是无数人通往理想道路的阶梯，对于这个大学，我也曾做过无数次的幻想，在幻想中描绘出了一幅幅宏伟壮丽的人生蓝图，在蓝图中大学就是一座金碧辉煌的殿堂。

“大学”这个词语说来沉重也轻松，在它的里面不知包含了多少的知识，和多少需要我们去学习的法则，那里有良师益友，那里有无尽的知识宝库，那里还将会有值得我们一生回味的记忆。当面对学习时或许我们会感觉到它的沉重，因为有太多是我们以前所没有接触过的，这让我有一点头疼。可是它对于我们来说也比较轻松，因为它已不像初、高中那样做一些“强输”教育，并且也能选修一些自己所喜爱的专业课程，所以这点来说，大学相对而言要自主自由一些。

曾也听一些朋友谈论起大学生活，有的说在大学里能学到许多的知识，并且在面对突发事件时，处理起来也要相对的成熟，理性一些。有的说大学就像是一个游乐园，到了大学之后我一定要好好痛痛快快的玩一场，以前都太束缚了，都不能够放松自己。等等……听了这么多的谈论，而我心中的大学生活却并不能与他们言同，至少在我心中的大学生活应该是像大鹏展翅一样，在天空中自由翱翔和舒展抱负的。可朋友们却并不这样的认为，他们还给了我一个似是而非的答案，说大学生活是很“无聊”的，这是我所听到的唯一震撼我，也使我懵懂不明了的答案，然后就有点开始糊涂了，难道我梦寐以求的就只是他们所说的“无聊”而已的大学生活吗，带着这个未知答案的问题，我就这样进入了大学，开始探寻着它的答案。

刚开学的第一天，感受着学长，学姐们热情的帮助，也看见许多以前学校同学的笑语相迎，这使得我落空的心里在陌生的地方寻到了一些温暖的气息。接下来的什么院上、系上的部门开始招新，我为了能够锻炼自己的胆量去尝试了一下，虽然是无功而返，但是心里却有了一种说不清倒不明的东西在涌动，这种感觉让我的心里很充实。

在学习上，刚开始有一点困难可是经过自己的努力奋斗，困难也不在像以前那样困难了，而且老师还教会了我们许多的东西。不知怎地，总感觉自己所学到的好像并不只是书本上那一些知识而已，好像还在精神领域的某个地方得到了启发。当我回家与妈妈共同探讨未来时，妈妈便说我“你已不在是以前的你，大学还真是大学呀”，我虽并不是很明白她的意思，可是从妈妈的话语中，我能够体会到自己已经成熟了许多，思考问题也全面了许多。

在人际关系方面，或许刚开始时和同学们不太熟悉，有许多的地方大家都不知道怎么避免，但是经过一个月的相处，和同学们也建立起了一种新型的关系，也不像刚来时那样关系很紧张了，在同学们面前也能够大胆的表现出自己。和以前的老朋友之间也是不用言语就能明白的，彼此之间也不像以前那样不懂人情世故，动不动就和朋友发脾气，现在有的只是能和老朋友在一起聊聊天，谈谈心里的面的苦闷，就已经是很快乐的事情了，这使得我们之间的那份友情更加的难能可贵。

在这仅仅不到两个月的大学生活当中，我学会了很多，无论是在精神方面、学习方面、还是在人际关系方面，都得到了很大的提高，我不知道这算不算是大学给我的收获，也在这明明之中找到了自己最初想要寻找的答案。

“大学”就是一个人生路上十字路口处的路标，它让我们不至于在人生的十字路口处迷失自己，是它让我们可以定位自己，从而能够寻找到真正的自己，找到属于自己的一片天空。大学一个充满幻想、希望、理想的殿堂，能够在其中去走上一回，所得到的收获就已经远远超出了我们自己所想象出来的。

一个大学，一个路标，一个茫然的人，一个理想，创造出的却是一座金碧辉煌的殿堂。

我知道我所学专业毕业时应具备的素质。数控技术专业培养与社会建设需求相适应的掌握从事机械制造与自动化专业方向的工作所需要的文化基础知识，专业技术知识和操作能力，有健康体魄的，具有全面素质和综合职业能力的，直接在生产、服务、技术和管理第一线工作的为祖国社会主义现代化建设服务的实用型专业人才和劳动者。掌握机械工程和电工与电子学的基本知识;掌握机械制造工艺、工装、机床及刀具等基本知识;掌握机械制造过程中电气、液压、数字控制的基本知识;掌握1~2种主要机械加工设备及普通数控机床的操作;具有实施机械制造工艺及设计一般工艺装备的能力;具有实施机械制造工艺及设计一般工艺装备的能力;具有常用机械加工设备的安装、调试、维护和改装的基本能力以及机械加工质量分析的能力;具有某类机械制造的相关知识和能力;具有计算具有一定的创新意识和能力;机操作及使用本专业cad/cam应用软件的能力;具有车间生产和技术管理的初步能力;具有一定的创新意识和能力。

记得张雨生唱过《我的未来不是梦》这首歌，歌中这样写道：“因为我不在乎别人怎么说，我从来没有忘记我对自己的承诺，对爱的执著，我知道我的未来不是梦，我认真的过每一分钟，我的未来不是梦，我的心跟着希望在动，我的未来不是梦，我认真的过每一分钟，我的未来不是梦，我的心跟着希望在动跟着希望在动。”我们都知道未来不是梦，她掌握我们在自己的手中。但是，想想自己走过的岁月，我觉得自己在这方面做得不够。我们都是在应试教育中成长的，在上大学以前一直都是在老师和家长的监督下学习的，所有的一切都是按部就班的做。自己没有好好想过将来要干什么，就连自己为什么要上大学，为什么要选自己现在所学的专业都不知道。可是上了大学之后，就没人再来监督你了，学习的自觉性都靠自己。这个时候自己以前的惰性就暴露出来了。想想自己进入大学以来都干了什么，感觉什么都没做。我知道工欲善其事必先利其器，欲行千里，先立其志，否则，漫无目的浑浑噩噩的得过且过，岂不延误时机，浪费年华。真的好后悔自己刚进入大学的时候没给自己的大学生活一个完整的计划。不过我知道，世上没有后悔的药可吃。我不能一直停留在过去，我一定要向前看。

在生活中，我时时刻刻以品德至上来要求自身。无论何时何地，我都奉行严于律己，宽以待人的信条，并切实地遵行它：待人热情诚恳，讲求诚信;日常友爱同学，尊师重道，乐于助人;与同学发生矛盾、误会时，能最先从自身身上找原由，并主动与对方实行沟通。回顾四年，我很高兴在同学有难处的时候能够帮助他们，相对的，在我有难处的时候同学也无私地向我伸出了援手;尊师重道，使我学到了许多知识，也与许多老师成为了良师益友;时常自我反省，宽容他人，使我多了许多的朋友。

水无点滴量的积累，难成大江河。人无点滴量的积累，难成大气候。没有兢兢业业的辛苦付出，哪里来甘甜欢畅的成功的喜悦?没有勤勤恳恳的刻苦钻研，哪里来震撼人心的累累硕果?只有付出，才能有收获。泰山不拒细壤，故能成其高;江海不择细流，故能就其深。一屋不扫，何以扫天下。只有从小事做起，任劳任怨，不断努力，才能换来最后的笑容。我一直把这句话作为我的座右铭，“我自信，我努力，我成功。”

开始大学生活，给我的感觉是非常好的，这段时间我能够深刻认识到大学时光宝贵，来到\_\_这里我也是把这一点做的很好，上大学我感觉非常激动，成为一名大学生给我的感觉是非常自豪的，我也对接下来的大学生活充满着期待，在大学期间我也是深刻的意识到这一点，这段时间我也有一些心得。

在大学期间我深刻的认识到了这一点，大学是比较轻松，一切都是靠自己自觉，这让我印象非常深刻，上大学期间我也不断的在提高自己各个方面能力，对于我来讲我始终相信这能够让我得到很大的锻炼，虽然每天的课不多，平时更多的时候是自己自觉的去学习知识，但是我还是愿意去接触一些新的知识，自己主动学习，学习是自己事情，我对这一点非常的明确，这段时间我也得到了很大的升华，大学的学习生活我感觉非常好，让我更加明白的一定要珍惜，珍惜当下的每一天，作为一名大学生了，我应该要主动去做好分内的事情，让自己变得更加优秀。

除了在学习方面是自己自觉之外，还有平时的生活当中也应该学会自立，作为一名学生这一点是非常重要的，大学期间更多的时候是自己更加充实，学会自立非常重要，来到\_\_这里之后我学会了自立，也教会了我很多事情只能靠自己努力才行，作为一名大学生我也能够清楚的了解到这一点，这是我的应该有的态度，近期在学习当中我深刻的体会到了这一点，作为一名大学生一定要对自己有客观的判断，相信在这方面我是能够得到更多的提高，步入大学以来，方方面面都是比较松懈的，我深深知道一定要调整好心态，因为老师不会监督我们学习，所以我们需要自觉，在这方面我是深有感触。

我知道以后的大学生活当中需要认真做好自己的事情，大学是一个掌握更多信息跟多社会资源的一个平台，所以定要过好每一天，度过一个充实美好的大学生活，不让大家失望，也不让老师失望，对于我而言这是很有必要的，在这个过程当中我有着清晰的认识，在以后的学习当中我一会努力的，多多学习，掌握过硬的专业知识，把专业能力提高上去，养成良好的学习生活习惯，大学的生活真的是非常美好，还有更多的事情等着我去体验，等着我去尝试，我也会陆续去做好分内的职责，成为一名优秀的大学生。

大学四年是我人生最珍贵的时光。在这四年内，我遵守校纪校规，尊敬师长，团结同学，政治上要求进步;学习目的明确，态度端正，钻研专业知识。学习勤奋刻苦，成绩优秀;班委工作认真负责，关心同学，热爱集体。有奉献精神，诚实守信，热心待人，勇于挑战自我。不足是专业知识需要更进一步提高，应该更广泛地扩展知识面。今后我一定发扬刻苦耐劳精神，克服不足，努力工作努力学习，争取更大进步。

chinadaily的校园代理，提高了工作能力，积累了很多工作经验。并且，在以后的工作中，能更好的将理论与实际相结合，建立共赢、换位沟通、集思广益的优良习惯，我相信会有更大提高。

在工作上，对工作热情，任劳任怨，责任心强，具有良好的组织交际能力，和同学团结一致，注重配合其他学生干部出色完成各项工作，促进了团队沟通与合作，得到了大家的一致好评。

在生活上，我最大的特点是诚实守信，热心待人，勇于挑战自我，时间观念强，有着良好的生活习惯和正派作风。我崇尚质朴的生活。平易近人待人友好，所以一直以来与人相处甚是融洽。敢于拼搏，刻苦耐劳将伴随我迎接未来新挑战。

四年的大学生活，使自己的知识水平、思想境界、工作能力等方面都迈上了一个新的台阶，在这即将挥手告别美好大学生活、踏上社会征途的时候，我整军待发，将以饱满的热情、坚定的信心、高度的责任感去迎接新的挑战，攀登新的高峰。

在拍完我们的毕业照之后，各位同学都在准备着，打点自己的行李，该寄回家的都寄回去了，身边剩下的就是自己最需要拿走的了。回顾四年大学生活即将结束，自己从此就要踏上社会，一时间心中百感交集，一齐涌上心来。还记得自己大一刚来的时候，什么都不懂，但是转眼间四年结束了，不得不感叹时间实在是十分的迅速。这天走进校门，明天我就要迎接新的曙光了。还有几天我就要离开，心中自然是无限的感慨。

回顾大学四年，觉得经历了很多事情，自己也有了不断的成长。我在思想政治上用心追求进步。我在高中时成为预备党员，大一期间顺利透过了一年的\'考察，转为正式党员。我用心参加党课学习、党课小组讨论、党的组织生活和党支部的活动，思想认识和组织纪律上都能够按党员标准要求自己。尤其是透过党支部两周一次的组织生活，我得到了一个很好的和其他同学交流的机会，思想认识上收获很大。我不仅仅进一步坚定了政治信念，而且也认识到了自己肩负的职责。我还担任了一名同学的入党介绍人，用心发挥党员的带动作用。

大学阶段是我的人生观价值观构成的过程。我开始独立地应对各种各样的问题，开始有了很深入的思考。我逐渐了解了自己的个性，开始探索自己的发展道路。我也开始思考我所追求的目标，为自己的未来作打算。面临毕业的时候，看着一齐走进大学校园的同学，即将走向不同的方向，我也即将开始两年的硕士生活，然后离开我一向所处的校园，完全地走向社会，开始走到自己的工作岗位。但是我觉得自己和社会所需要的人才标准还有必须的差距，自己还缺少一些素质和潜力，比如组织潜力、人际交往潜力较差，社会工作等方面的经验不足等，这些还要在今后的两年里来弥补和提高。

四年我始终持续了比较好的学习态度，能够持续严谨的学风。除了完成本专业的学习之外，我还选修了计算机应用的辅修专业，学习上也投入了更多的精力和时间。我对待学习比较认真，总能够独立地按时完成，但是有时候学习方法欠佳。课外我用心参加各种讲座和报告，拓展自己的眼界，大二大三学年参与了两个srt项目，参加了结构设计大赛等各类科技活动。我用心提高自己的人文素养，自己开始尝试进行一些诗歌的写作，并参与了朱自清文学奖的征文等活动。我觉得自己最有收获的是在体育方面，清华的体育传统和体育精神给了我很好的熏陶，我一般都能够坚持进行一个阶段的体育锻炼，也用心参加了一些有益身心的体育活动，并且体会到了。其中的乐趣，这对我今后的工作和生活的影响也许是巨大的。

在大学里，从课堂上学习到的只是很小的一部分，我更多地得益于清华带给的各种各样的机会和丰富的资源。在那里，我接触到了科学技术领域的学术大师，能够感受他们丰富的学识和科学的精神;在那里，我接触到了全球商业企业界的领袖，能够感受他们的创业激情和成功经验;在那里，我接触到了各种文化，能够同时感受到传统文化和西方艺术的魅力。我更多地接触到的是周围普通的同学和师长，我也从他们身上学到了很多东西。我开始学习怎样在日常生活中和他们相处，我也透过他们的思想和行动学习用心的态度和方法。在我的同学里，有的在社会工作中表现用心，有的在文体方面有所专长，有的具有很强的交流沟通潜力，每个人都展示了多彩的一面，都有值得我学习的地方。

时光流逝，岁月匆匆，转眼之间，大学的五年时光已接近尾声。虽然五年的时光，可以说是漫长的，但对于求知学习的学生来讲却又是极其短暂的，特别是再过十几天即将离校而毕业，将要走上工作岗位的我来讲，心中不禁产生万千思绪，也感到了一种失落和担忧。想到了自己终于可以走向工作岗位，回报家人，回报社会，心中是无比激动，但又想到理想社会和现实社会的差距，让我感到担忧的是自己的大学时光学来的知识和生活经验能否真的在工作上游刃有余，学有所用。

今天，坐在教室里，静下心来回味着五年的时光，想想自己在这几年的时光里自己所做的，得到的，失去的，学到的，一句话来讲，是有得有失，但总的来说，毕竟是得到的和付出的成正比。刚走进大学的时候还处在摆脱高中的艰苦学习的喜悦中，那时候只是想好好享受一下大学的生活，但随着逐渐学习和社会的逐渐了解，明白了未来的社会的竞争的重要性，很快又投入了努力学习当中，在整个大专的两年时间里抓住了一切的学习机会去奋斗，完成了在大专阶段自己的两个目标：一个是要通过自己的努力学习考取一所本科院校，我如愿考入了大学，一是我通过了大学英语四级考试。进入\_\_大学以后，更加感到了竞争的激烈性，但有了两年的付出而得到了回报，使我信心倍增，以更积极的心态投入到学习中，投入到竞争中，三年的本科学习，使我积累许多知识，也提高了许多技能。但在这当中，我也忽略了自己其他方面的发展，使我失去了一些东西。这也是我在大学生活中感到遗憾的地方。

大学的生活，不仅仅是我们学习了理论知识和专业知识的时光，也是我们培养自己综合能力的时光，如果你能充分利用自己的这段时光，会感到自己的大学时光没有白白流逝，就会感到自己学有所成。就会以全新的姿态去适应未来的社会，在社会的大海洋中游刃有余，创造自己的人生价值。独立地健康地向前发展，为社会和国家做出贡献。

生命虽然短暂，但每个人要走的路更是漫长而又短暂。如何在这短暂的时光里去实现自己的人生价值，是只得我们在走完一段路后，停下来总结与反思的。即便今天走出了大学生活够的反思与总结，未来的工作中也应该如此。只有这样不断反思自己，总结自己才能知道自己该如何实现自己的人生价值，向前发展。

**大学生活心得体会篇三**

职场心得体会是大学生活的重要组成部分。大学生们在校园中度过了青涩的四年，学习了知识、锻炼了能力。而职场心得体会则是将这些收获和经验应用到实际工作中的总结和分享。本文将以五段式的方式，探讨职场心得体会在大学生活中的重要性，以及它给予大学生的启示和机遇。

首先，大学生们在校园中通过参加社团、组织活动等多种途径，积累了丰富的社交经验和团队合作能力。这些在职场上都是必不可少的素质。通过参与不同类型的社团，大学生学会了与不同背景的人相处，了解到不同文化和价值观的存在。这样的经历可以帮助大学生更好地融入职场，与同事、上司和客户建立良好的合作关系。此外，学生组织活动中往往需要团队合作，各成员根据自己的特长和兴趣分工合作。在这个过程中，大学生们培养了领导能力、沟通能力和解决问题的能力，这些都是职场中非常重要的技能。

第二，大学生活中的课堂学习不仅让学生们掌握了专业知识，还培养了学习能力和解决问题的能力。在大学阶段，学生们需要自主学习，主动思考，通过读书、写作、实验等方式去探索和发现知识。这样的学习方式增强了学生的自我驱动和学习独立性。在职场上，学员需要不断学习新知识和技能，因此这些学习能力将变得尤为重要。大学生还要解决各种问题和挑战，掌握解决问题的方法和思路。这些都是职场上需要持续成长和发展的能力。

第三，实习经历是大学生职场心得体会的重要来源。通过实习，学生们可以接触到真实的工作环境和业务操作，了解到自己所学专业知识在实际工作中如何应用。实习也为学生提供了机会，展示自己的能力和实力，争取未来的工作机会。同时，实习也是学生和企业进行互动和交流的桥梁，通过实习，学生们可以建立起与企业的联系，积累社会资源和人脉关系。

第四，大学生在校期间也有机会参与社会实践活动，关心社会问题，积极参与公益活动。这些经历能够培养学生的社会责任感和公民意识，在职场中也能够培养学生的团队合作精神、沟通能力和决策能力。通过参与公益活动，学生们能够面对现实中的各种挑战和问题，锻炼自己的人际交往能力和解决问题的能力。

最后，大学生在校期间的自我管理能力也对其职场心得体会起到重要的影响。大学生处于一个自由的学习环境中，自我约束和管理成为学生们学习和生活的基本要求。通过合理的时间安排、制定目标和计划，学生们在大学期间建立了自我管理的能力。在职场中，自我管理能力是一个员工个人品质重要的标志和要素，能够有效地帮助大学生完成各项任务，提升工作效率。

综上所述，职场心得体会是大学生活中的重要一环，它涵盖了社交经验、团队合作能力、学习能力、解决问题能力、实习经验、社会实践活动和自我管理能力等多方面的内容。这些经历和能力不仅为大学生在职场中找到合适的工作和发展奠定了基础，也为大学生们未来的职业生涯提供了重要的启示和机遇。因此，大学生们在校期间应该充分利用机会，不断充实自己，提高自身素质，为未来的职场生涯打下坚实的基础。

**大学生活心得体会篇四**

大学是人生中非常重要的一个阶段，进入大学后不但要学习专业知识，同时也要适应大学生活。作为一名大学生，我有了一定的认识和体会。

第一段：适应新环境。

进入大学后，我感受最深刻的就是新的环境。与高中相比，大学的环境、氛围和学习方式都发生了巨大的变化。大学生活非常自由，这让我欣喜又不安。刚进入大学的时候，真的需要一段时间来适应新的生活环境，学会如何规划自己的时间，按计划完成自己的任务。

第二段：寻找兴趣爱好。

在大学的世界里，我们可能会遇到一些与自己不同的人、不同的环境和不同的事物。同时，我们也会有更多的机会去参加各种活动，进而发现和培养自己的兴趣爱好。在寻找自己的兴趣爱好的过程中，我们也会结识同好者，和他们成为朋友。这些朋友会在我们孤独寂寞时陪伴我们，共同度过大学的四年时光。

第三段：学习和成长。

在大学里，我们可以追求自己的梦想和目标，同时也可以学到更多适用于实际生活的知识。不同于中学时代的单一学科教育，大学的教育更加开放和综合。我认为，一个人的成长不仅仅通过知识的学习，还要体验社交互动和各类实践活动的过程中所累积的经验。

第四段：锻炼自己。

大学生活中不仅仅是学习和科研的环节，还有丰富多彩的课外活动和体育锻炼等。我们可以选择加入学生社团、参加比赛、担任志愿者等各种活动，在这些活动中提高自己的综合素质，锻炼自己的思维能力和团队协作能力。锻炼身体，也是大学生活中一个非常重要的方面。即使我们没有竞技水平，依然可以找到适合自己的运动项目，通过打球、游泳、跑步等方式来保持自己的健康。

大学四年比高中时代的二年要更长，但是它也是一个非常短暂的时光。当我们的大学生活结束后，我们会发现这四年的经历对我们将会产生长远的影响。大学生活中我们结交了很多值得珍惜的朋友，同时养成了更好的生活习惯。因此，我们必须珍惜大学生活，爱惜我们的四年时光。

结论：

总而言之，大学生活给予我们很多的东西，它也是我们从青少年向成人转变的阶段。在大学生活中，我们需要更加积极地去学习和成长，同时养成正确的价值观和人生观。我们应该坚信自己，积极面对生活中的一切困境，努力实现自己既定的目标，迎接未来的挑战，把握自己的人生。

**大学生活心得体会篇五**

雷锋的名字伴随着国人度过了四十多年风风雨雨，可谓家喻户晓，妇孺皆知，每到三月，人们便开始以不同的方式来纪念这位英雄人物。这位普通的中国士兵，在其短暂的二十二载人生岁月中，以平凡朴实的言行，展现出一种令人震撼的道德品质和人格魅力。

雷锋精神很博大，它是一种庄严的责任感和伟大的激情，它体现在人际关系、职业态度和志愿行为这几个方面。它为我们的社会开创了一代新风，它的实质和核心就是一种为共产主义而奋斗的无私奉献的精神;忠于党和人民、舍己为公、大公无私的奉献精神;立足本职、在平凡的工作中创造出不平凡业绩的“螺丝钉精神”;苦干实干、不计报酬、争做贡献的艰苦奋斗精神，归根结底就是全心全意为人民服务的精神。

为了学习雷锋精神，弘扬毫不利己专门利人美德，全心全意为人民服务的精神，在雷锋活动月来临之际，我们电商0742班的46位同学来到离学校比较近的居民小区，帮助他们锄杂草。来到小区，我们一部分人跟着小区的居委会主任去取劳动工具，剩余的人直接去杂草丛生的地方，等取来劳动工具，大家很快分好工，有的锄草，有的拉拖车将同学们锄的杂草运到垃圾场，大家忙得不亦乐乎，由于天气比较热，大家都满头大汗的，再加上杂草等一些飞起来的灰尘粘在同学们是身上，只要不小心挠一下，很快就起了一个红红的包，但是大家不怕辛苦和困难，坚持做事，终于，在大家的共同努力下，用时2小时，一大片杂草终于锄完了，大家都开心的笑了，为小区又增加了一个漂亮的角落。

现在经济在发展，社会发生了巨大的变化，雷锋精神的内涵也已经发生了新的变化，因此需要创新“学雷锋”的形式，也要与时俱进，不断为学雷锋活动注入新的内容和活力，要牢牢把握雷锋精神的实质，从实际出发，适应发展变化的时代需要。不能把雷锋精神简单地理解为扫扫地等做一件好事，雷锋精神是较高的道德境界，要把学雷锋活动与加强精神文明和思想道德建设紧密联系起来。

学习雷锋就要牢固树立远大理想，就要发奋学习科学文化，就要始终坚持艰苦奋斗，就要大力弘扬文明新风。尽管学雷锋月的时间很短，但是学雷锋活动远没有停止，我们会把他作为生活和学习的榜样，勇于奋斗，不停探索，积极进取。相信再社会上，有困难的地方不仅有雷锋，还有我们。

俗话说，“说起来容易做起来难”，要想真正达到雷锋那种无私忘我的精神境界是十分不易的，作为一名入党积极分子，我会努力从小事做起、从身边做起，以一名党员的标准来严格要求自己，以自己的实际行动来支持“学雷锋”活动。使自己成为真正的人才、社会需要的人才，为社会做出更多的贡献！

**大学生活心得体会篇六**

进入大学是每个人人生中的重要时刻，无论是对于家庭还是个人来说都意义非凡。然而，适应大学生活并非易事。我也曾经经历了与许多新生一样的困惑与不适应。经过一番努力与反思，我终于找到了一些调整大学生活的有效方法，现在我将在这篇文章中与大家分享我的心得体会。

第二段：了解自己及适应环境。

第一学期是适应新环境的关键阶段。我意识到了自己需要首先了解自己的个性、爱好、优点和弱点。了解自己的特点有助于我更好地制定适应大学生活的计划。同时，了解自己也可以帮助我选择适合自己的社交圈子和参加活动。此外，我积极了解大学的环境和文化，逐渐适应新的学习和生活方式。

第三段：合理安排时间。

大学生活往往存在课外活动、社交、学习等多种任务，合理安排时间显得尤为重要。我制定了每天的学习计划和时间表，并遵守自己制定的规定。此外，我在选择课程时尽量把握好难度和数量的平衡，以免负荷过重。在适应大学生活的过程中，我意识到时间的管理对于成功的重要性，只有合理地利用时间，才能更好地应对各种挑战。

第四段：积极参与社团与活动。

大学是一个丰富多彩的社交平台，有许多有趣的社团和活动可以参与。我积极参加社团活动，结识了一些志同道合的校友和朋友。社团活动丰富了我的大学生活，丰富了我对专业知识以外的领域的了解。此外，通过社团活动，我也培养了合作意识和团队合作能力，这对于健全人格和进入职场都有着积极的影响。

第五段：寻求帮助与反思。

在适应大学生活的过程中，我也遇到了不少困难和挫折。然而，我逐渐明白寻求帮助是至关重要的。无论是课程困难还是生活中的压力，我都尝试向老师、辅导员或者学长学姐们寻求帮助和建议。他们的经验和智慧为我排忧解难，帮助我更好地解决问题。同时，我也养成了反思的习惯，总结自己在适应大学生活过程中的经验和教训。这种反思不仅有助于我提升自己，还加深了我对大学生活的认识。

总结：

调整大学生活需要一定的时间和努力，然而，经过我的努力摸索，我终于适应了这个新环境，并建立了属于自己的大学生活方式。通过了解自己、合理安排时间、积极参与活动、寻求帮助与反思，我逐渐摆脱了困惑和不适应，迈向了大学生活的新征程。我希望我的经验和体会可以对其他新生有所帮助，让他们更好地适应大学生活，创造美好的大学时光。

**大学生活心得体会篇七**

人生就像饺子，岁月是皮，经历是馅。以下是关于大学生活心得体会范文，希望能帮到大家。

十二年的寒窗苦读,我们经受住了高考的历练,那段忧伤的，散漫的，勤奋的岁月已经渐行渐远，当我还在高三的炼狱中时，我总感觉时间过的缓慢，而真正走过来回头望，曾经不过如此.时间真是个残酷的东西，我们来不及回味，大学的惟幕就已经悄悄的拉开了大半年之久，那个阳光跳跃在脸上的四月二十三号，那个快乐在头脑中蹦发的四月二十三号，那个我们怀惴着梦想，燃烧着希望的大学校园，一切的一切，陌生而美好.

在期盼中等待，在等待中煎熬，在煎熬中想像，在想像中出发，在出发中奔跑，就这样，在无限的憧憬与期盼中，我们终于如愿的走进这所全国闻名的四川理工学院校园，心情有点激动，眼睛有点彷徨，脚步有点兴奋，目光有点迷茫.

大学生活真的开始了!

失去了妈妈的唠叨，弄丢了爸爸的叮嘱，我们像是迷失方向的小鹿，一切都要重新开始.大学的第一课便是军训，当所有的苦果如过眼云烟淡淡的停在记忆的港湾之时，苦涩与疲惫之后尝到的是有如清泉般清洌甘甜的味道，在烈日中沐浴，在风雨中洗礼，在活动中成长，在锻炼中坚强，让皮肤晒成时尚的小麦色，让意志有迷彩服中跳动着发光.

训练场上，我们曾洒下过泪水，也曾留下过欢笑，曾感受到疲惫，也曾得到过关怀，曾想到过退缩，也曾想到过奋起，也许这里没有军歌嘹亮，但谁能说我们不正用自已坚毅的步伐走向最可爱的人，也许这里没有血染的风采，但谁又能说，我们不是真心英雄，正经历着风雨的磨难，创造着青春的彩虹.

那幅和着哭声笑声风雨声的军训回记录真的已经不再拥有了吗?时间真是个残酷的东西，我们无法不听从她的命令，稍有意见，我们就会受着时间在体内逆转而死折的折磨.可怜的我们只能叹息，可是时间又是最可爱的东西，她让我们不断想起以前最不起眼的事，心中充满感激，那些充满感激的，温馨的，小的可以用放大镜观看的往事，现在却成了我们最大的幸福，就像是军训这枚青涩的果子，拥有时，我们为它的入口酸涩而哭泣，而失去了，我们又为它的余味悠长而惋惜.军训时的照片，相信每个人都会留着，因为上面有我们青涩的脸，奔腾的心。

大学，曾是无数学子追逐的梦，春的温馨，夏的炽热，秋的丰实，冬的烂漫，这里有被岁月洗刷过的建筑，有历史沉淀过的书籍，被时间验证过的真理，这里的林阴小道，这里的鸟语花香，这里的精彩激昂，无不充满着诱惑力。

大学时光还要继续，未来道路风雨兼程，也许远方尽是坎坷，也需要孤孤单单走一程，无论怎样，我们依然要有自已的目标，自已的方向，因为我们期待苦尽甘来，我们憧憬着雨后的彩虹.所以我们不要虚度青春年华，因为生命是盛开的花朵，它绽放的美丽，舒展的多姿，生命是精美的小诗，清新流畅，意蕴悠长，生命是优美的乐曲，音律和谐，婉转悠扬，生命是流旸的江河，奔流不息，滚滚流淌.相信自已，在大学这片无垠的土地上自由的奔跑，在未来辽阔的天空中自由的飞翔。

头顶着四川理工的天，脚踏着四理工的地，我和梦想零距离。

酸甜苦辣皆为滋味，毅力和信心正是饺子皮上的褶皱，人生中难免被狠狠挤一下，被开水煮一下，被人咬一下，倘若没有经 历，硬装成熟，总会有露馅的时候。

\"这一段话，不是我的原创，是崔永元评论人生的一段话。

以我现在的经历还不配和大家谈人生，我要谈的是对于在座的每个人 的一生都至关重要的四年大学生活。

对于今天让我站在这里给大家讲如何度过关键的四年大学生活，其实有点赶鸭子上架。

就在我准备简历的时 候，才发现，竟然没有任何可以让我吹嘘一番的证书，奖章之类的任何被称为荣誉的东西，除了自认为满满的四年的生活感悟。

其实回过头想一想，如果上天给我一 个再来一次的机会，我想，我的这四年生活应该也还是这样，因为对于大学生活该经历的活动，该掌握的知识，我都尽了自己的努力。

有人说：大学一年级往往\"不知道自己不知道\"，大学二年级就进了一步\"知道自己不知道\"，大学三年级时\"不知道自己知道\"，大学四年级\"知道自己知道\"。

其 实，至今我也没能吃透其中蕴含的意味，但是模模糊糊能体会到一点，就是从天上落到地上，从憧憬理想回到现实。

很多人之所以不适应大学的生活，很大程度上是 受到了网上或者杂志上的一些关于大学生活小说的误导。

很多作者描写大学生活都是以调侃的语气，向读者描绘一个他心中理想的大学。

受到这种误导，在每个人踏 进大学之前会对自己的大学生活有一个理想的描绘。

怀着这份美好，进入大学后，很多人都会迷糊一阵子，充分享受突如其来的自由和新奇感。

但是在一天天上课， 自习后，这种激情慢慢的消退，就开始进入迷茫阶段，怀念高中同学，怀念高中生活。

在座的大都处在\"不知道自己不知道\"和\"知道自己不知道\"阶段，尤其是后者，往往是造成迷茫，困惑和郁闷的根源。

而这也是慢慢长大踏实地的过渡到\"知道自己知道\"必经阶段。

如果你现在觉得没有方向，也没必要着急，其实这很正常。

很 多人在没进大学前，就在脑子形成这样一种观念，认为高中的同学之间的感情才是最纯真的，到了大学彼此就不能坦诚相待了。

我就有过类似的想法。

事实上，随着 和宿舍的同学相处，其实这种观念是不对的，至少对于和你一起朝夕相处的同班，同宿舍的同学是不适合的。

在这种年纪，有的大多是是性格上的棱角。

等你有一天 毕业了，回头想想自己的大学同学，你就会发现，其实现在的磕磕碰碰根本不值一提。

现在大体聊聊我的大学生活，希望作为一个个例，能给你们带来一点思考和启发。

我的大一和很多人一样，是茫然没有方向的。

就 是天天背着书包去上课，晚上去自习，周六周日有时候也就是跑到自习教室里。

因为除了自习，当时根本就不知道还有什么其他事可以做。

后来也经常去图书馆，因 为图书馆有太多的资源了，总觉得那么多书放在那里，不利用起来，过于浪费了。

所以对图书馆我算是比较熟悉的。

也有人四年都没去过图书馆，不知道里面什么 样，我现在宿舍就有这样一个同学。

虽然每天都有事可做，事实上心里却很迷茫，因为毕竟是大学，即使我把它当作高四来过，毕竟终究不是高中。

高中有一个高 考，始终是努力的目标，现在却没有方向了。

也觉得大学生活应该是五彩缤纷的，丰富多彩的，不应该只是为了学习，为了考个好成绩而就这么度过四年。

于是给自 己稍微理清了头绪。

显然，作为学生，学习是首要的，但是不是唯一的。

大学是个小社会，里面的生活丰富多彩，有友好的朋友、和蔼的学长、展示的平台、改善命运的机会，更有激烈的竞争。

初到大学，学长们的热情接待，让我感受到了家一样的`温暖。

他们帮我办理入学手续，帮我提行李，待我就像亲弟一样。

这比我想像的更加的好，看来来这里是一个明智的选择!

校园坐落于山上，一进校门给我印象最深的就是：陡坡!这就在预示我们今后坚苦的日子!再进一看学校被山包围着，除了校门口是一条马路!接下来的几天就是在学校转优，熟悉一下学校的环境!令我吃惊的是这里基本上到处都是坡，这使我对以后的生活产生了更加艰辛的想法!

每一届都会有学生会，而且还是自己去竞选的!高中是对加入学生会的想法没有实现，这次千载难逢的机会让我遇上了，因此我抱着尝试的态度去应聘，经过一番又一番的面试，我被选为新闻部的一员。

又经过一个月的实习，终于上天不负有心人我正式成为了新闻部的成员!接下来我又竞聘了我班的副班长和电子爱好者协会的技术部部长!这些职务让我的大学生活过的充实，有意义，也使我交到了许多的朋友!开学不久我班和新闻班一起举办了一次联谊晚会，那次晚会邀请了许多学长，也邀请了老师。

这次晚会丰富了我们的大学生活，增进了彼此之间的友谊，也锻炼了我们的交流能力，同时也使我们认识了更多的朋友!今后的日子里，这些朋友让我更加感受到了大学生活的美好，也让我的生活圈渐渐扩大，打开了我的心灵之窗!

大学活动也是一个展现自己的平台!校运会上的激烈竞争，使得辉煌的记录被一次次的打破!你看，赛场上的拼搏，观看者的呐喊，加油稿的宣读使得赛场上的气氛更加的活跃，只有亲身感受的人才能真正体会其中的喜悦!还有学校或系里举办的知识竞赛、诗歌朗诵、书法展览…都在为我们提供展现自己的平台!当然每个人都有不同的生活圈，性格也有差异，文化也存在差异!因此参加活动与否也因之而定!

有的人对于任何有益的活动都积极参加，而有些人对于任何活动都不感兴趣，甚至感到厌烦!这是把自己孤立起来，也是把自己往绝路上逼!正因为这样有许多人都沉迷于网络游戏之中，整天对着电脑，甚至有的为了玩游戏而逃课!久而久之，既慌费了学业，也把青春白白浪费，读完大学后什么也没有学到!因此，为了避免以上现象的发生，我们应该要自己控制自己，提高自己的自控力，更应该积极去参加各项有益的活动，从而“推销”自己，进而提高自己的交际能力!

大学中还有许多改善自己命运的机会，这里有知识渊博的图书馆，考取证书的大课堂，锻炼自己的大舞台!图书馆有各时各国各类有名的书籍，俗话说的好“书中自有黄金屋，书中自由颜如玉”，书中的知识是学不完也是学不尽的!面对这么多的书，我们应该剔除糟粕，取其精华!大学证书是我们走进工作门槛的通行证，也是打开社会大门不可缺少的钥匙，更是证明自己才能的途径之一!

大学也是展现自己的舞台，更是为自己的梦想添加色彩的手段之一!大学是决定人生命运的一大转折点，现在在这里所学的所做的都关系到我们今后踏入社会能否立足的重要保证!在大学这个小社会里，我们要学的太多，要做的也很多。

总之，可概括为：学做人，学知识，学本领。

一个人如果连做人的原则都不会，那么不管你再有知识再有本领，终究会被社会淘汰!我们只有首先学会如何去做人后，再学知识，再学本领才能使自己在当今竞争激烈的社会中生存下来，才不会被社会所淘汰!学做人，学知识，学本领，简简单单的九个字就概括了我的大学生活!但要真正的做到这简简单单的九个字，却又是多么的艰难!虽然它是那么的艰难，但我们不要被它所吓倒，请相信自己，你一定能做到的，而且比你想象的会做得更完美!

**大学生活心得体会篇八**

曾经以为，在大学就象生活在天堂一样自由快乐，我将是一只羽毛逐渐丰满的飞翔在大学这片广阔的天空，那时的我应该充实而快乐!

现在，大学生活已经悄悄溜走了一学期，真是时光如梭啊!理想和现实拉开了很大的差距。理想和现实的对比就象魔鬼一样一点点吞噬掉我的激情和自信，而我内心却十分不甘，刻度往往平添的是那份消沉和伤感。自己在各方面都挺失败的，可是我本不该是这个样子，我本可以做得更好!可是大学中的我真是如此平庸呢!

第1页了，那时我就立刻轻松快乐起来。也许后面的日子还很长，我将不再孤单。

对于学习，我知道学计算机的确蛮苦的，课程很多。也许是我受情绪的影响，对什么事情都不感兴趣，也没有激情，上课也不怎么听课，脑袋里要么一片空白，要么胡思乱想。大学的压力是无形的，自由时间看上去蛮多，一不小心就会空虚得难受。我上学期患得患失，毫无恒心，觉得自己有点慵懒，然而同时有感到内疚和自责。我天天反省着，却继续慵懒着。我遇到了可怕的敌人那便是自己。我老是在想，我不该是这个样子的。现在想起来我过得无怨无悔的也就是期末考试那一周了，全心全意地看书，什么也不想，心情竟也蛮好。

我知道我们少了一份激情和自信。上学期，烦恼很多，任何困难都得自己独自承受，尽管很苦，但也明白了很多道理。

第2页。

**大学生活心得体会篇九**

当这灰蒙蒙的深秋在不经意间悄悄到来的时候,我已在大学中学习和生活了两个月了。这里的一切对我来说都已不像当初那样新鲜、有趣了，而两个月的大学生活也让我有了许多不一般的感悟。

中学生活是紧张、苦涩的，但也是充实的。在忙碌的学习生活中，我也经常憧憬和向往美好的大学时光。希望大学生活可以轻松一些，可以有更多的时间去做自己喜欢做的事情。总认为大学的一切都是美好的，能进入大学是最快乐的事情。

当怀揣着激动和梦想走入大学校门，生活和学习了一段时间之后我渐渐地意识到现实和当初的想象是那么的不一样。从周一到周五每天都被安排了课程，而且每一门课程都要比中学时的课程更加枯燥乏味。课程安排的时间还让我变得懒散、生活变得不规律，课上听不懂老师讲的课，课下又感觉无事可做，所以我整天感到特别难受，有些落寞、孤独甚至绝望。每一天的生活是那么的空虚、无聊，我好像迷失了自我，行尸走肉般地活着。

我独自静静待着的时候，我都会陷入深深的沉思：难道就要这样浑浑噩噩地度过四年的大学时光吗?难道青春就是这样碌碌无为、没有生气吗?不，不，不是这样的，不能再这样下去了，我要振作，我要奋斗，我要把这四年过得有声有色、意义非凡，我要为我的青春负责!

我终于明白了，大学是为有梦想、有抱负的人而生的，只要你有目标、有毅力，不怕苦不怕累，就不会颓废，不会绝望。大学是一个独立自由的地方，每个人都有很多独立的时间由自己支配，但你若由于没有管束自己而散漫的虚度时光，你就会沉沦下去。若好好利用这些自主时间，努力学习，做一些有意义的事，那么这四年的大学生活就会变得丰富多彩。

想想刻苦学习、努力奋斗的高中时光，那是多么辛苦和难熬啊!我们是付出了多少的汗水才换来今天这梦寐以求的大学生活啊!我怎能轻言放弃，我要为自己打拼来的今天负责，我要继续奋斗，继续为自己的明天打拼。

没有辛勤的耕耘，农民就没有秋天累累的收获;没有艰苦的训练，运动员就不会有站上领奖台的辉煌;没有克服懒散、空虚、枯燥的毅力，就不会有充实的大学生活。经过两个月的迷失，我终于了解到这颓废的生活并不是大学的环境所导致的，而是我没有目标、没有计划、没有毅力才造成的。

在这两个月的时间里，我从没有去过图书馆、微机室，也几乎没有参加过什么社团活动。我把时间都花在了上街、发呆这些无聊的事上，所以我才会感到空虚和烦恼。我要摒弃这些祸害我的坏习惯、坏毛病，我要用努力学习充实我的生活，用积极参加学校中有意义的社团活动点缀我的大学生活。也许有一天，我会发现大学生活也可以如此美妙。

“少壮不努力，老大徒伤悲。”我不愿做徒伤悲的“老大”，我要珍惜充满青春活力的大学时光，努力奋斗，让自己无悔于这段绚丽的人生历程。

我带着兴奋与好奇迈入大学校门。

在经历了“十年寒窗”的苦读，熬过了“黑色六月”的炼狱，升入梦想中的大学，成为令人羡慕的“天之骄子”，我的心里溢满了幸福。而大学对我来说是一个全新的世界，里面的一切都对我充满了无穷的吸引力。

然而，但大学生活初步被安顿下来，开始了正常的学习生活之后，最初的激情和惊奇逐渐褪去，取而代之的是伤感和迷惘。在大学里，远离父母，远离昔日的朋友，日常生活中的一切不再由父母一手包办，而必须由自己独立打理。这让我感觉十分的无助，而新同学的陌生更加深了我心底的孤独。高考之前，奋斗的目标、学习的动力便是考上大学。然而，当自己长期努力的梦想实现了——上了大学，却发现奋斗的目标消失了，学习的动力也不见了，这一切让我对大学生活茫然无措。没有鸟飞的天空是寂寞的，没有梦想的人生是苍白的。我每天背着书包游走于校园中，独自品味着心底的伤感和迷惘。

有一天，我望着镜子里的自己，突然觉得如此陌生。往日神采奕奕的自己不见了，有的只是镜子中一张充满忧愁的脸，我觉得害怕。我开始认识到我要改变眼下的一切，我要让原本朝气蓬勃的自己回来。之后，我调整了心态，认为：真正的大学生要敢于正视困难和挫折，不能让抱怨和无奈持续到毕业。我这样想了，也这样做了。

首先，在闲暇时间里，我常在校园中散步，以便尽快熟悉校园环境，让自己对环境的陌生感更快地消退。在平时的生活中，我开始主动地与新同学打招呼，主动和同学聊天，主动帮助别人。我也慢慢得学会独立处理自己的一切事情，并可以将自己的日常生活打理得井然有序。这样，我对新环境的陌生感逐渐地消失了。

人生目标是人生道路的航标，是人生前进的动力。在自我迷失一段时间以后，我通过与高年级同学的交流以及与老师的沟通，初步确立了我的大学奋斗目标：全面发展。我决定通过大学四年的学习成为思想觉悟高、心理素质好、专业技术精、工作能力强的复合型人才。这也是新世纪对大学生的要求。确立了目标，我的学习重新获得了源源不绝的动力。因为对英语很感兴趣，我便以英语为突破口，为提高英语口语能力，我改掉了睡懒觉的坏习惯，每天早上在校园里大声地朗读英语，用“疯狂”英语问候校园的一草一木。通过努力，学习成绩开始逐步提高。

我试着发奋去做好，为了圆我的大学梦，或许期望越大，失望就越大。伴随着高考结束的那一天，在无数期盼的日子里，梦最终还是碎了，心也碎了，世界仿佛都窒息了!但是，生活不得不继续，我不能放下儿时的梦想，我还有着很多心愿未能实现。我知道一切的一切都可能重头开始，只要我有足够的勇气应对生活。

很多时候，总爱回忆那段紧张而又充实的高中生活，那时的我们似乎还未长大，内心的那份童真似乎还未泯灭，想起了那个正因考试不及格倔强地咧嘴想哭却又冲我笑的女孩;想起了那个微笑着看人，喜爱歪着头问我问题的男孩;想起了……一切的一切都是如此的清晰明朗。当我们正活在当下时并未感到自己是幸福的，回头看看自己走过的路，剩下的也只有遗憾啦!这时让我想起一句极平凡的话“失去才懂得珍惜”想必就是生活的真谛吧。

我不想让自己生活在昨日，正因昨日没有期望，只有回忆。当我过多的注意昨日时，这天已无声无息地溜走，明天不知不觉的到来，我所拥有的是越来越多的归属于昨日。我不想再让自己的明天为这天而遗憾。

步入大学后，学习已不再那么的紧张，似乎有着更多的时刻和空间由你自己去支配，只要你有足够的激情投入。渐渐的，感觉自己在无形中长大了，独立了，坚强了，时刻老人总是那样的神奇，在他的带领下我找到了那片属于自己的天空。生活不再空虚，不再单调，不再孤寂……在学习上，自己从不敢懈迨，正因自己很清楚，生活是不会同情弱者的，不上进的人不该拥有这天的完美，即使生活给予我太多的磨难。我把每一次的失败归结为一次尝试，不去自卑，不去抱怨生命有太多的曲折，大海如果失去了巨浪的翻滚，就失去了雄浑;沙漠如果失去了飞沙的狂舞，就失去了壮观。

人生也是如此，活得太庸俗，生命也就失去了原有的魅力。生活上，结识了很多朋友，一向深信着，茫茫人海中，能相遇是一种缘，能相识从而成为朋友更让我倍加的珍惜。每个人的心灵色彩都不会一样，每个人心中都有不一样的世界，正正因如此，时而与朋友发生不快。曾因朋友的误解而悄然的流泪，曾因与父母出现了代沟而大声的哭泣或默然的伤感，曾因……也许这就是青春。青春时能够笑，能够闹，这都是青春给予我们特殊的待遇，如果有一天你不再拥有健壮的体魄，旺盛的精力，无限的潜力时，那时你已不再年轻。

很多时候，喜爱一个人呆呆地坐着，想很多的事，想很远的事，仿佛是不着边际的遐想。偶尔会一个劲的傻笑，毫无顾忌的笑，偶尔也会不停地流泪，惊天动地地哭……或许，早已步入大学的我还未长大，内心的那份童心依旧在。其实，我是多么的期望自己不好长大，正因那样就不必承担更多的`职责，不会有更多的烦恼和压力了，信奉自己能够做一个快乐的天使。用自己的微笑去融化周围的寒冷，去照亮这周围的黑暗。但我坚信，当我经历了风吹雨打的那一天，当我再次跌倒和踉跄的那一天，当我从天空飞过的那一天，我已经长大，我会很自豪的告诉世界：“长大真好!”

其实活着就是幸福，即使你的一辈子都是在失败中度过。正因活着，能够看到山是绿的，海是蓝的，雪是白的;正因活着，能够明白日子活像洋葱，只要你自己一片片的剥开，总有一片是会让你流泪不止的。

当我明白这一切时，似乎简单了许多，我不再需要背负太多，我能够更加潇洒地活着，按自己的方式好好地活着，为了所有我爱的人和爱我的人!世界上有一个永远不会枯竭的泉眼，那里有浓浓的爱流出，不会枯竭。

对父母心怀感激，

对朋友心怀感激，

对生活心怀感激。

大学——曾经我们最为憧憬和向往的一个地方。但是只有自己真正的进入了大学之后才发现，其实根本不是我们想象的那样，或者说让我们还有一种失落和厌恶的感觉。

在读高中的时候，曾无数次的想象着我的大学生活是一个什么样子，直到进入大学后才发现，我想象过的大学生活没有一种是符合现在的大学生活。或许是我当时太过于幼稚了吧，呵。

一年的大学生活快要过去了，总感觉自己不是在“上大学”而是在“混大学”,该学习到的东西没有学到一个，坏的习惯倒是学到了一大堆。哎，真的可悲啊!大学!

但是好像我们就像注定了一样，才进入了大学就习惯了，习惯了大学里的事情;习惯了大学里的人;习惯了大学里发生的点点滴滴。

有人做科研项目，白天黑夜，完全忘我;有人随波逐流，永远跟着大军，上课下课吃饭睡觉周末休息再上课;有人笑;有人哭;有人沉默;有人兴奋;有人忧伤;有人幸福…...

这就是大学，每个人在做着自己做的事情，没有对与错，谁都没有真正意义上是非曲直的标尺，谁都有为自己伸张正义的自由和理由，谁都有自己的人生准则和方向;谁都可以犯错，据说这里摔得不会很疼;谁都会得到别人的尊重，身份地位完全平等因为你们都是学生;谁都可以说自己是对的，因为以前定义对错的你的老师和家长在你上大学以后已经不怎么管你了;谁都可以随时堕落和振作，你有大把的时间做这些事情;一切的一切，只是，因为这是大学!

我们没有可以拼的爹，没有聪颖的天资，更别谈平步青云的出身，天纵英才的基因，我们只是是茫茫人海中平凡的一员，在苦苦挣扎中碌碌无为，在漫漫浮生中寻找希望和方向。只想珍惜这里的人们，珍惜这里受过的伤，珍惜这里的梦想!在这里，永运进行着我们的大学生活，无论好坏!!!

我的大学生活，仔细回想起来，就像是一本书，书中有最美丽的彩页，有最美丽的故事。也有最精彩的人生。我的大学生活，每一天都在发生许多新奇的东西。每一天，都有着它独特的乐趣，每一天，都在给我全心的感受。

然而在大学生活的画卷铺开时，我发此刻寻寻寻觅觅的尽头，并不都是以往心里的“那人却在灯火阑珊处”的喜悦。梦里寻他千百度，却是犹抱琵琶半遮面。这个时侯，我迷茫过，徘徊过，然而时刻从不会停下它的脚步，正向朱自清写的那样“洗手的时候，日子从水盆里过去;吃饭的时候，日子从饭碗里过去;默默时，便从凝然的双眼前过去。我觉察他去的匆匆了……”是啊!时刻如流水，而我们的人生还有很多要做的事，为了梦想，让我们珍惜时光，从此刻开始一点一滴的积累吧!让我们的大学生活变得更加充实、丰富、有节奏。

在生活中我总期望快乐伴随着成功，微笑在每一个青春的季节里，我深知：有大海的呼唤我们就不能让搏击的勇气在海浪中却步，有蓝天的呼唤，就不能过让纷飞的翅膀在暗云中退化。

我们都是有梦想有追求的人，不好正因路途艰辛就放下了前进的脚步。追寻梦想的过程是苦涩的，但只有经过磨砺的人生才会拥有更多内涵。不好让不安的心被浮躁占据，而是驾起灵魂的翅膀在校园里汲取知识，在不一样层次的人群里学着更好地做人，四年的时刻里坚持很难，放下却很容易。我们是始终坚信冬天来了，春天就不会再远，没有度过寒冬不知春的温暖，也没有走过沙漠不知水的甘甜，没有经过失败不懂成功的喜悦。正因年少轻狂，我们很可能会失败，可也正是年轻给了我们勇往直前永不言弃资本。只要我们满怀激情踏踏实实地走好脚下的路，我们终究会取得胜利。

大学是一个充满才华、学问，同时又是一个充满竞争、挑战的小舞台、小社会。我们每一个人就在这个舞台上扮演着不一样的主角，那我们何不发奋将自己的主角扮演得最好!作为一个大学生，我们都渴望乐观用心而不是盲目冲动，大胆而不大肆妄为，敢说敢想而不空想，深思探究而不乱想钻牛角尖……那就让我们把握青春，在那里锻炼自己吧!在组织活动中留下你辛苦的身影，在社团活动中展现你最美丽的风采，在志愿活动中奉献你的一份力量。在那里你得到不仅仅是一种知识，更是一种人生最宝贵财富。恰同学少年，风华正茂，指点江山，激扬文字。让生命之花正因年轻而生彩，让青春正因活力而生辉。大学校园里，没有做不到，只有想不到，让我们尽情地去发挥自己的才能吧!人生物再少，大学最珍惜。不让青春虚度，在每一天的生活里载入一点点收获，让自信的微笑浮在你我的脸上，坚信付出就有回报，激情迸发精彩!

大学是我们每一个人梦想的殿堂，为了来到这个殿堂我们经历了风风雨雨。既然跨进了这道门槛，那么就让我们在这梦想的殿堂里尽情的挥洒个性吧。

我的大学生活，在此刻，不再是我脑中的一个梦想，它是我们心中的理想，是我们要为之奋斗，为之发奋，为之拼搏，用尽全力想要实现的一个理想。我的大学生活，我们将拥有全心的开始，每一天都是全心的扉页，每一天都有着不一样的经历，在我们在大学生活里，将会满载而归。

大学，多少高三学子向往的地方。大学生活，每一个高中生都梦寐以求的的想去体验一番。至少当时的我是这样。但是，说句实话，大学对那时的我来说只是一种想象中的完美，但究竟如何，我想此刻的我才对他有必须的了解。

天色刚亮，就能够看到校园里有人在树阴中读外语了，那种专注的样貌，让行人都放轻了步子，怕打扰了他们。找个座位坐下来，掏出课本，一天的大学生活拉开了序幕。

渐渐路上的行人多了，打破了校园的宁静，快到上课的时刻了，和同学边聊着昨晚的球赛，边走向教室。课堂上很快就沉浸到老师精彩的讲课中去，思绪跟着老师在飞扬，年迈的教授脸上透着青春的光彩。

下午放学后的时光是最难忘的，这是自己能够分配的时刻了，能够去上网，约会，聚餐，等等，同时也是各种活动举办的时刻，从文体馆传来喝彩的声音，足球场上一群学生在踢球，还有几个小女生在喊着加油。

不知不觉度过了两年的大学生活了，这两年中真的是酸甜苦辣都有。不管怎样样，我们都在一天天的长大，成熟，一步一步向着自己的梦想前进着。

最后，也不妨说一句：我的大学生活，真的很精彩。

**大学生活心得体会篇十**

第一段：引言（大约200字）。

大学，是人生中一段重要的阶段。进入大学，意味着我们要独自面对许多新的挑战和机会。这个阶段，我们不仅要学会适应新的学习环境，还要适应独立生活，调整自己的心态和生活方式。在这个过程中，我学到了许多宝贵的经验，下面我将分享一些调整大学生活的心得体会。

第二段：适应学习环境（大约250字）。

进入大学后，学习环境会与之前的高中有很大的差异。课程更加紧凑，教学方法也更加灵活多样。刚开始上大学的时候，我感到有些力不从心，但很快我就发现，关键是提高自己的学习方法。我开始养成良好的时间管理习惯，制定合理的学习计划，提前预习课程内容。同时，我还主动参加学术讲座、实践活动等，锻炼自己的专业素养和实践能力。通过这些努力，我成功地适应了大学的学习环境，并取得了不错的学业成绩。

第三段：独立生活的挑战（大约250字）。

大学生活不仅是学习的过程，还是独立生活的过程。离开家人，我们需要自己打理自己的生活。在面对独立生活的挑战时，我发现合理安排时间和财务管理是关键。我养成了每天规律作息的习惯，合理安排时间来完成学习和生活的任务。此外，我还学会了理财和节约的重要性，遵循“合理支出、精打细算”的原则，确保经济独立，并培养了一些生活技能，如煮饭、洗衣等。这些经历使我逐渐适应了独立生活，提高了自己的生活能力。

第四段：心态调整与情绪管理（大约250字）。

大学生活中，心态调整和情绪管理尤为重要。面对学业压力和人际关系，我们需要保持积极乐观的心态。我通过积极参加社团活动、结交朋友，调整自己的情绪状态。同时，我还尝试使用冥想和运动等方式，放松身心，缓解压力。我发现，积极面对困难和挑战，不轻易放弃，是调整心态的有效方法。通过这些努力，我逐渐掌握了情绪管理技巧，提高了自己的心理素质。

第五段：总结与展望（大约250字）。

大学生活的调整过程，既是一次历练，也是一次成长。通过适应学习环境，独立生活的挑战和心态的调整，我学到了很多宝贵的经验。我明白，面对新的环境和挑战时，一定要保持积极乐观的心态，改变自己，适应环境，努力追求进步。未来，我将继续努力调整自己，拥抱新的挑战，迎接更大的成长。

总结（大约150字）。

调整大学生活是每位大学生都必须面对的挑战。通过适应学习环境，独立生活的挑战和心态的调整，我们可以积累很多宝贵的经验。这些经验将帮助我们逐渐适应大学生活，提高自己的学业成绩和生活能力。调整大学生活不仅是一次历练，更是一次成长的过程。我们要保持积极乐观的心态，改变自己，适应环境，不断追求进步，成为成长中的强者。

**大学生活心得体会篇十一**

大学生活是每个大学生都期待的，我也不例外。踏入大学校园的那一刻，我眼前的世界变得广阔而充满希望。不再是高中的限制和束缚，我可以自由选择自己的课程、组织参加社团活动，全新的人际关系网和自由度让我感到兴奋和期待。但同时，面对新的环境和未知挑战，我也感到了一些困惑和迷茫。

在大学刚刚开始的时候，我遇到了许多困惑。课程安排变得更加紧凑和困难，各种社团活动和考试压力让我有些措手不及。对于个人而言，来自各个方面的期望和要求也令我感到压力倍增。在接触新的同学时，我发现自己的社交能力和表达水平还有待提高。面对这一系列困扰，我开始反思和寻找解决之道。

第三段：积极适应并提高自我。

为了更好地适应大学生活，我开始调整自己的心态。通过参加社团活动，我接触到了兴趣相投的朋友，也向他们学习如何更好地融入团队和互相帮助。我主动与老师交流、请教问题，积极解决我的学业困扰。同时，我也认识到了自己的不足和缺陷，开始主动学习和提高自己的表达能力和人际沟通能力。逐渐地，我发现自己适应了大学生活，很多困扰也得到了解决。

第四段：拓展视野和开拓人生。

大学生活不仅是学习的过程，更是拓展视野和开拓人生的绝佳机会。我主动参加了各类学术讲座、文化活动，不仅丰富了自己的知识储备，也与各行各业的人士广泛接触，拓宽了自己的视野和人际关系。我也积极加入社团，担任社团干部，锻炼了我的领导能力和组织能力。在社团的活动中，我结识了许多志同道合的朋友，形成了深厚的友谊。这一切都使我对自己的未来有了更明确的规划和目标。

第五段：总结与展望。

大学生活虽然有困惑和挑战，但也给予了我很多宝贵的经历和成长。通过积极适应并提高自己，我逐渐融入了大学生活，并找到了自己的价值和方向。拓展视野和开拓人生的历程不仅让我成长，也丰富了我的大学生活。我相信，在大学生活的每一天，我都会不断学习、不断成长，为自己的未来奠定坚实的基础。

总结：加入大学生活虽然有不适应和困扰的阶段，但通过积极适应并提高自己，我们能够克服困难、拓展自己的视野和人生。大学生活是我们成长、锻炼自我的绝佳机会，让我们变得更加成熟、独立和自信。在大学生活的每一个阶段，我们都应该保持积极向上、乐观坚持的心态，不断追求进步和成长，开启美好未来的大门。

**大学生活心得体会篇十二**

大学——曾经我们最为憧憬和向往的一个地方。但是只有自己真正的进入了大学之后才发现，其实根本不是我们想象的那样，或者说让我们还有一种失落和厌恶的感觉。

在读高中的时候，曾无数次的想象着我的大学生活是一个什么样子，直到进入大学后才发现，我想象过的大学生活没有一种是符合现在的大学生活。或许是我当时太过于幼稚了吧，呵。

一年的大学生活快要过去了，总感觉自己不是在“上大学”而是在“混大学”，该学习到的东西没有学到一个，坏的习惯倒是学到了一大堆。哎……真的可悲啊！大学！

这就是大学，每个人在做着自己做的事情，没有对与错，谁都没有真正意义上是非曲直的标尺，谁都有为自己伸张正义的自由和理由，谁都有自己的人生准则和方向；谁都可以犯错，据说这里摔得不会很疼；谁都会得到别人的尊重，身份地位完全平等因为你们都是学生；谁都可以说自己是对的，因为以前定义对错的你的老师和家长在你上大学以后已经不怎么管你了；谁都可以随时堕落和振作，你有大把的时间做这些事情；一切的一切，只是，因为这是大学！

**大学生活心得体会篇十三**

“我们党要始终代表中国先进生产力的发展要求，代表中国先进文化的发展方向，代表中国最广大人民的根本利益。”青年大学生是社会主义建设的重要组成部分和后备军，他们身处文化教育战线，是改革开放和社会主义建设的后备军和冲锋队。如果把这些大学生的热情调动起来，创新的潜能挖掘出来，就会汇聚成一股无形的建设战斗力量。所以要让每一个大学生走进实践工作中去，成为先进形象的代表，让广大大学生成为理论知识丰富、实践能力强、建设祖国事业的合格标兵。

为了锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正走入社会，能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我联系到民生公司进行假期社会实践。

经过在民生公司的1个半月的实习，我从客观上对自己在学校里所学的知识有了感性的认识，使自己更加充分地理解了理论与实际的关系。实践，就是把我们在学校所学的理论知识运用到客观实际中去，使自己所学的知识有用武之地，只学不实践，那么所学的就等于零，理论应该与实践相结合，另一方面，实践可以为以后找工作打基础，通过这一段时间的学习，学到了很多在学校学不到的东西，也锻炼了自己，提高了自己实际操作的能力。而今的中国发展是飞速的，世界的变化是飞速的，所以，就要求我们不断的更新我们在课本上学到的知识，不断扩展自己的知识面，不断从实践中学习，不断完善自己，武装自己，只有这样，才能在今后的竞争中不被淘汰，才能在今后的学习工作中表现的更好。

社会总是不同于学校的，学校中的那份纯真，学校中那份轻松的气氛，在社会上是不存在的，在学校中，我们所接触的人和事都是那么单纯、那么简单，在学校中，我们除了学习没有多少事情需要去做，生活的轻松而且自在，但在工作单位，就不是那么简单了，我们要做的事情是那么多，那么繁碎，然而，没有人会告诉你，你要做什么，你要怎么做，只能凭自觉去做，要做好，做的认真漂亮，要把最简单的事情以最认真的态度去做，也只有这样，我们才能得到别人不一样的评价，我们才能有一个漂亮的开头，同时，我们也会发现自己的不足，才能向别人学习更丰富的知识，才能学习别人为人处事的方法，才能高自己的能力。

在工作单位，在实际工作中，会遇到书本中没有学到的知识，可能工作中要用到的和书上学的一点联系都没有，有时，实际工作是那么简单，而书上讲的又是那么复杂，有时，书上一两句话带过，而实际操作又那么复杂，这让人很迷惑，不过，书本上的知识是死的，在实际工作中却需要灵活运用，所以大学生的实践活动是非常重要的，必不可少的，毕竟两年后，我已经不是一名大学生，而是社会中的一分子，所以，不能纸上谈兵，要锻炼自己，要成为一名合格人才。

理论需要与实践相结合，只有理论没有实际操作，只是纸上谈兵，是不可能立足于这个社会的，所以，一定要走出校门，接触社会，真正的把理论与实践结合，真正的成为一名合格的会计人员。

通过这次的实习，我对自己的专业有了更为详尽而深刻的了解，也是对这一年大学里所学知识的巩固与运用。从这次实习中，我体会到了实际的工作与书本上的知识是有一定距离的，并且需要进一步的再学习。学习不是局限于书本，而是要对知识有一个比较全面的掌握。俗话说，千里之行始于足下，这些最基本的往往是不能在书本上彻底理解的，所以基础的掌握尤其显得重要，特别是目前的就业形势下所反映的高级技工的工作机会要远远大于大学本科生，就是因为他们的动手能力要比本科生强。从这次实习中，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，这才是我们学习与实习的真正目的。

大学生认知实习心得体会。

马上即将迎来在大学的第四个年头，当年大一迈进学校的兴奋还恍如昨日，却止不住岁月的脚步，转眼间我就要踏上社会。

犹记得年初的新闻“史上最难就业年”引发关注，我们这群即将面临就业的大学生们的压力可想而知。我到底能做什么?我们专业在就业上面的优势在哪?我们专业如今的现状又是什么样的呢?马克思主义哲学告诉我们，“实践是检验真理的唯一标准”。我在学校里学习到的许多知识，能给这个社会贡献什么，能创造出什么样的价值，这个不是书本能告诉我们的，需要通过我们亲自去体验，去认知，去实践，才能得到答案。

怀着很多的疑问，很多的好奇，这个暑假七月，我来到××××有限公司进行我的认知实习。

实习内容大概为了解以前做过的一些项目，如金融行业的信用评分、信用卡催收评分;保险电销行业的应用;电信行业应用;商品零售行业应用等等。学生可以结合项目，熟悉数据挖掘的前期数据准备工作，学习数据挖掘工具的运用。若有机会，也可参与正在进行的项目，完成其中的一些工作。

由于公司数据挖掘的平台是基于sas，我们需要一定的sas基础和有数据库方面的基础。所以，sasbase软件的使用是最基本的技能，来到这个公司最初我们就被要求对这个软件进行学习。

负责我们的陈经理为了帮助我们对这个软件进行学习，给我们出了一道他们过去所实际解决过的问题，不过考虑到商业机密和我们初学的水平，是一个简化版。一同实习的几位同学中间只有我对于sas这个软件有过一定的学习，思索着自己在该门课程上取得了还算不错的成绩，本想自己是不是可以轻松拿下这道题，结果却证明我们所学习的理论知识和实际应用果然有一定的差别。

我想，大概在学校学习的课程中间，教学计划可能更加侧重于sas这个软件之于我们所学习过的课程上的应用，把我们三年来所学习过的各种分布，算法，模型，在这个软件中得以通过电脑进行快速计算。而在公司里，则更加侧重于实际的应用，我印象中最深的，就是对于时间这个变量的处理，在学校完全不会遇到关于时间变量这样的问题。可是在公司这个变量是最普遍的也是最常用的。

第一周，“折磨”了我们一个多星期，大家绞尽脑汁，相互讨论，从一开始编写程序的语法问题，到后来对一个问题有不同的解法，在彼此的磨练中我们学习了sas的知识，也增进了彼此的友情。

每一周，负责我们的陈经理都会给我们开会，给我们交流的机会，也是对我们进行指导。第二周快结束的时候，他了解了我们关于这道题的解法，并且从这道题目出发，引申出很多很多相关知识，对数据的关注，不仅仅是去解出题目更多的是去思考为什么。还有数据的敏感度，得到的数据是否合理，若不合理的原因是为什么。如何呈现，不同软件工具的使用，可能不同的软件在不同的部分都各有所长，sas在处理大批量的数据的优势，而ms办公软件在画图上的便捷和美观，在呈现上的直接和明了。还有对于结论的可执行性，不仅仅是得出数据上的结论，更要进一步去沟通过数据，和业务讨论其可以采取的方法来促进利润的扩大。

到了第三周，陈经理给我们讲了这个行业如何去操作。

来到了这里去了解这个行业之后才发现本来对于这个行业的了解是存在误区的。本以为这个行业的重点在于去制定各种各样的商业模型去分析，但是实际上，在模型前面的数据清洗，数据整理还有数据的调整是需要花大把的时间，一个数据分析的总流程里面，前期对于数据的准备工作是占相对而言较大的时间的。

每个行业都不一样，所以每一次制定的规则都不一样，每一次都需要和客户公司的业务部门去进行一些规则上面的制定，当出现异常值，缺省值的情况，还需要和客户公司的it部门去作数据上的沟通，了解其中的原因，才能在最终制定策略的时候有所参考，考虑全面细致有所针对。这一点告诉我们，沟通能力很重要。对于已经做出来的数据，需要进行进一步的验证。

随着互联网技术的逐步发达和信息行业的渐渐发展，“大数据”，让我看到了我们专业在就业上的希望，通过努力和自己在专业方面的进一步学习相信未来等着我去创造。

大数据，一词越来越多地被提及，人们用它来描述和定义信息爆炸时代产生的海量数据，并命名与之相关的技术发展与创新。

全球知名咨询公司麦肯锡，麦肯锡称：“数据，已经渗透到当今每一个行业和业务职能领域，成为重要的生产因素。人们对于海量数据的挖掘和运用，预示着新一波生产率增长和消费者盈余浪潮的到来。”

第四周，我们自己根据书上的实例自己去运行去理解。虽然书上的一些程序编写的有些超出我们的理解，但是根据结果我们也能大致了解到这个过程是怎么样去运作和实现的。

最后大家总结这一个月以来的收获，陈经理拿出他们公司的实例给我们进行展示。我们在其中发现了很多我们想的不周到的地方。

陈经理还给我们讲了一个业界知名的故事：一个关于“啤酒与尿布”的故事。这个故事产生于20世纪90年代的美国沃尔玛超市中，沃尔玛的超市管理人员分析销售数据时发现了一个令人难于理解的现象：在某些特定的情况下，“啤酒”与“尿布”两件看上去毫无关系的商品会经常出现在同一个购物篮中，这种独特的销售现象引起了管理人员的注意，经过后续调查发现，这种现象出现在年轻的父亲身上。

在美国有婴儿的家庭中，一般是母亲在家中照看婴儿，年轻的父亲前去超市购买尿布。父亲在购买尿布的同时，往往会顺便为自己购买啤酒，这样就会出现啤酒与尿布这两件看上去不相干的商品经常会出现在同一个购物篮的现象。如果这个年轻的父亲在卖场只能买到两件商品之一，则他很有可能会放弃购物而到另一家商店，直到可以一次同时买到啤酒与尿布为止。沃尔玛发现了这一独特的现象，开始在卖场尝试将啤酒与尿布摆放在相同的区域，让年轻的父亲可以同时找到这两件商品，并很快地完成购物;而沃尔玛超市也可以让这些客户一次购买两件商品、而不是一件，从而获得了很好的商品销售收入。

“啤酒”和“尿布”两个看上去没有关系的商品摆放在一起进行销售、并获得了很好的销售收益，这种现象就是卖场中商品之间的关联性，研究“啤酒与尿布”关联的方法就是购物篮分析，购物篮分析曾经是沃尔玛秘而不宣的独门武器，购物篮分析可以帮助我们在门店的销售过程中找到具有关联关系的商品，并以此获得销售收益的增长!

在我们实习期间，发现这家公司和我们学校的十分有缘分，有一位数学的研究生毕业学姐在这里工作，还有一位统计学的本科毕业学长在这里实习。两位一个系的学长学姐顿时和我们亲近不少，大家一起聊学校的事情。

一个月的时间说长不长，说短不短，但是这一个月着实令人难忘，无论是上海7月创纪录的高温，还是每天上下班早高峰期间的地铁拥挤车厢，都让我亲身体会了上班的辛苦。

在这次的认知实习过程中，我们都把课堂所学的理论知识运用到实际业务中，并且学习到了课堂不能给予我们的知识。这无疑对于我来说意义重大，了解了相关行业的情况，对于自己将来的就业有着不小的帮助。虽然是短暂的一个月的认知实习，却为我毕业后走上工作岗位打下良好的基础，与此同时，此次认知实习还让我深刻感觉到自己的专业知识还不够扎实，sas的操作还不够熟练。总的来说，在此次认知实习中，我无论是专业知识、还是个人方面都上得到了很多的磨练。

通过这次的上机进行贸易模拟训练使我们对数据分析这个行业有了一次较为系统的概念，对我们未来的工作在思想上做了充分的准备。本次实习，可以说是一笔珍贵的财富，它给我带来了许多深刻感触。我总结了sas使用的方法，加强实例分析能力并加强训练，增加感性认识，努力提高业务责任和商务运作能力，真正做到学以致用。

在以后的日子里，我会更加珍惜在学校的每一次的学习!相信，有了这一次实训经历，无论是今后的学习还是日后的工作，甚至是未来的生活，我都会更加清楚，自己想要做什么，该做什么，该如何做，怎样才能做好。此次实训将是我今后人生的一个良好开端，它使我学到了很多东西，为今后的学习做了引导，点明了方向，我相信在不远的未来定会有属于我们自己的一片美好的天空。

虽然已经学习了许多sas编程方法，当时在这短短的一个月中，方才让我意识到自己以前是多么的无知，盲目的以为自己学得够好了，可是一看别人作的账才发现自己能看懂的很少，到那时才悔恨书到用时方知少。不同行业的公司经营的项目不同，自然要使用不同的会计科目。我们到目前为止所接触的会计行业还只是很小的一部份，要戒骄戒燥，慢慢的积累我们的理论知识，厚积而薄发，这样才能在滚滚的经济潮流中独占一角。

在为期五天的专业认知中、。我学到了很多书本上我学不到东西，通过这次的认知给我们提供了一次理论联系实际的机会。在认知过程中所学到的让我受益匪浅。为我在以后的学习中打下了基础。看到了不同企业之间的会计核算，不同性质企业自己的会计有着不同的记账方法。在认知中我学到的知识不仅只局限在工业，我们接触的有农业，非营利组织，制造业，让我们耳目一新。

总的来说，在此次认知实习中，我无论是专业知识还是工作处世上得到了很多的进步。其实，四个月下来，才发现自己大学四年学的知识太少太少了，专业性的知识只接触个皮毛，我突然发现我的未来、我的希望、我得曙光„„我要努力学习，毕业前的一年内，我要大补，充实每一天，每一天都有新的收获，每一天都有进步!

**大学生活心得体会篇十四**

大学生活是每个年轻人成长的重要阶段，对于即将加入大学的新生来说，这是一个全新的环境和挑战。从踏入大学校门的那一刻起，我就感受到了与中学时代的巨大差异。在这个过程中，我通过亲身经历，不断学习和适应，积累了许多宝贵的心得体会。

首先，适应新环境是加入大学生活的第一步。大学与中学的最大不同在于自由与责任的转变。在大学里，没有老师的严厉约束，我需要自主学习，自我管理时间。最初的几个月，我很容易陷入迷茫和懈怠，但我意识到要做好适应，就必须主动地参与各种活动，结交新朋友，寻求帮助和支持。逐渐地，我明白了如何掌控自己的生活，制定合理的学习计划和生活规律。

其次，大学提供了丰富多彩的社团和社团活动，这是我参与大学生活的重要途径。社团给予了我展示自己才华和兴趣的舞台，也是我结交志同道合的朋友的机会。通过加入学生会，我学会了团队合作和组织管理，同时也提高了自己的领导能力。由于社团活动的参与，我结识了一些前辈和学长学姐，他们给予了我很多实用的经验和建议。社团活动让我更加了解自己的兴趣和潜能，并为未来的就业提供了宝贵的经验。

再者，大学的课程设置也是我加入大学生活的重要体验。大学的课堂学习不再像中学一样死记硬背，而是更加注重理论与实践的结合。这对于我来说是一个巨大的挑战，需要更多的思考和动手实践。我逐渐明白，仅仅通过听讲是远远不够的，我需要积极参与到讨论中，提出自己的观点，并与同学们进行交流。同时，我也发现了许多有趣的选修课程，如舞蹈、音乐和绘画等，这些课程让我在学习中得到了放松和快乐，也提高了我的综合素质。

最后，实习和社会实践是大学生活中的重要组成部分。通过实习和社会实践，我有机会将所学知识应用到实际工作中，提高了自己的实践能力和职业素养。实习也给了我一个了解真实职场的机会，让我明确自己的职业规划，并为将来的就业做好准备。实践活动还让我与社会接触，了解社会问题和挑战，增强了我的社会责任感。

总之，加入大学生活是一个全新的开始，也是一个全新的挑战。通过适应新环境，参与社团活动，积极参与课堂讨论，以及实习和社会实践，我积累了许多宝贵的经验和体会。这些经验不仅帮助我成长，也让我更加明确了自己的目标和方向。大学生活充满了机会和挑战，只有努力学习和积极参与，才能收获更多。我相信，加入大学生活的这段旅程将给我带来更多的收获和成长。

**大学生活心得体会篇十五**

近年来，高等教育越发普及，越来越多的学生步入大学校园。对于大多数人来说，进入大学意味着进入一个全新的环境和生活方式。然而，适应大学生活并使之变得更为充实和有意义是一个需要一定时间和方法的过程。在经历了大学的几年时光后，我终于体悟到了如何调整大学生活的重要性和可行性。本文将分享我在大学期间的心得体会，希望能对即将踏入大学门槛的学子们有所帮助。

首先，调整大学生活的关键在于寻找适应自己的节奏和生活方式。大学生活与高中有着截然不同的节奏和规律，自由化的学习和生活时间让很多人感到困惑。在这个阶段，重要的是以自己的心态和习惯为基准，慢慢适应并找到适合自己的生活方式。比如，我曾经过于追求社交活动，导致学习压力过大，后来我意识到需要适当减少社交时间，更加专注于学习，这样才能实现自己更好地发展。

其次，调整大学生活需要理性分配时间和精力。大学生活中有许多课程和活动，学生们需要在其中进行选择和取舍。以我自己为例，我曾经热衷于参加各种社团和俱乐部的活动，但最终发现自己的精力分散，没有足够的时间来充分完成学业。因此，我决定合理安排时间，将重心放在学业上，并选择几个自己特别感兴趣的社团进行参与。通过这样的方式，我不仅提高了自己的学习成绩，还培养了自己的兴趣爱好。

第三，调整大学生活需要主动参与各种社交活动和互动。大学生活是一个充满机会和挑战的阶段，其中最重要的一点是建立人际关系和拓宽人脉。与同学、老师、社团成员等多方面的交往对于个人的成长和发展至关重要。我曾经以为只要专注于学业就足够，但很快我意识到，社交能力和人际交往是一个人综合素质的重要组成部分。因此，我主动参与各种社交活动，积极与人交流，通过这些互动不仅获得了与他人的良好关系，还得到了更多的学习和工作机会。

第四，调整大学生活需要积极参与实践和实践活动。大学生活并不仅仅是课堂学习，更包括了实践和实践活动。大学强调实践教学，注重学生的实际应用能力和综合素质的培养。因此，参与各种实践活动是调整大学生活的一个重要途径。我曾参与过志愿者活动、校社团组织等，通过实践活动，我了解到自己的兴趣和潜能，提高了自己的动手能力和沟通能力。这不仅让我在大学生活中有更多的收获，也为将来的发展奠定了坚实的基础。

最后，调整大学生活需要保持积极的心态和态度。大学生活中难免会遇到各种困难和挫折，但如何面对并克服这些挑战是每个大学生都应该去思考和学习的。积极的心态和态度可以帮助我们克服困难，保持坚持和前进的动力。在我学习的过程中，遇到了许多挑战和困难，但我学会了从失败中汲取教训，用积极的心态去面对一切困难。这让我感到了挫折后成功的返场感和满足感，也使我在各个方面取得了进步。

总之，调整大学生活需要时间和经验的积累，但通过合理安排时间、理性分配精力、主动参与社交和实践活动、保持积极的心态和态度这些方法，我们能够逐渐找到适应大学生活的方法和习惯。在这个过程中，我们将得到更多的发展和进步，为自己的未来打下坚实的基础。让我们怀揣对大学生活美好的期待和憧憬，共同度过这段难忘的时光。

**大学生活心得体会篇十六**

在大学生活中，团员活动是很重要的一部分。作为团员，我有幸可以参与各种各样的活动和项目，获得了很多宝贵的体验和经验。在这篇文章中，我想分享我的团员心得体会，希望能够对其他团员和大学生有所帮助。

第二段：重视团队意识。

作为团队的一员，团队意识是非常重要的。我们需要尊重他人的想法、观点和建议，同时也要肯定自己的贡献。在很多活动中，我曾经遇到过意见不合、互相猜忌等问题，但是我们团队能够及时沟通和解决，最终完成了任务。这个过程让我意识到团队意识的重要性，也让我更加尊重和信任其他团队成员。

第三段：积极参与社会实践。

作为大学生团员，我们有责任参与社会实践。在我所参加的活动中，有些是服务于弱势群体的公益活动，有些是协助社会组织的志愿者项目。这些活动让我更加了解社会，也让我感受到了自己的价值和意义。我认为，通过积极参与社会实践，可以提高我们的社会责任感和拓宽我们的视野。

第四段：锻炼领导能力。

在很多团队活动中，我们都要扮演不同的角色。有时候，我们需要发挥自己的领导才能带领团队完成任务。作为一名团员，如何进行有效的领导和管理是很重要的。在我的一些团队活动中，我应对变化能力和领导能力得到了锻炼和提高。这些经验也让我明白，作为一名团员，我们需要注重自我提升和发展，以便更好的扮演不同的角色。

第五段：总结。

总的来说，作为团员，我体会到了很多精彩的经验和感受。这些经验帮助我建立了团队精神和社会责任感。在未来，我将坚定信念，不断付出和努力，希望可以带动更多的人一同成长。我相信，只有团结协作，我们才能更好地面对未来的挑战。

**大学生活心得体会篇十七**

年暑假我参加了学校组织的暑期社会实践活动，固然五天的时间活动让我觉得很累很辛劳，但我从中锻炼了自己，并且学到了很多课堂上学不到的东西。也通过五天的实践，使我有了些关于社会下层建设的心得体会。第一次全方位、近间隔的进出自己的专业知识。通过假期中的社会实践工作，使自己的思想和意志都得到了一个质的奔腾。社会是个大课堂，对于我们涉世不深的大学生来说，我们只有主动的往接触它，了解它，才能更好地往适应它。未来的社会布满剧烈的竞争，心得体会这向我们广大大学生提出了严重的挑战。为此我们在紧张的学习之余要多多参加社会实践。

多多向社会学习，在学习中发现自己的不足，以而完善自己，进步自己，只有这样我们才能在未来的社会中立于不败之地。社会在发展，时代在进步，我国也在不断地变化着，作为当代大学的我们也在不断地发扬参加社会实践精神;懂得科技、懂得创业、更是当今大学生更趋势的社会实践项目。夏日列日当头。正是由于有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的保存，同时，也想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，更加重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用。

自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。社会实践活动给生活在都市的大学生们提供了广泛接触下层、了解下层的机会。深切下层,同下层领导谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，罗致了丰富的营养，理解了“从大众中来，到大众中往”的真正涵义，熟悉到只有到实践中往、到下层中往，把小我的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年景长成才的正确之路。“艰辛知人生，实践长才干”。通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足。

对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一名大三学生，行将走上社会，更应该提早走进社会、熟悉社会、适应社会。“纸上得来终觉浅，尽知此事要躬行”。社会实践使同学们找到了理论与实践的最佳结合点。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗亭上发挥的不很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和进步。就是紧密结合自身专业特色，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对根基原理的理解和消化在几天实践中。

我们也从老师那学到了很多，不只是知识，还有做人的道理等等，这次的社会实践丰富了我们的生活，充实了现在的年轻人。大家一起努力把，开创我们美好的未来。

**大学生活心得体会篇十八**

这神圣而又渴望的大学，在我心中是无比的高兴，来到大学时我们每个人的梦想。

学校有许多的地方没有其他同类的学校好，但我们“既来之则安之”，来到学校里，我们不能够只学习书本上的理论知识，最重要的注意到人际交往和同学上的交流。大学是人生的转折点，我们应该努力去把握这两年半的时间，在这两年半的时间学习多方面的知识和理论，好为我们大三的最后一学期实在打好基础，也为自己的人生道路作铺垫。以前我们班主任说:大学是享受人生的天堂，是恋爱的天堂。我带着一种疑惑的态度。到了大学真的是这样的，上课的时候想什么时候去上课就什么时候去上课，自己的时间可以自由的安排，星期五的下午放假过后就可以自己想干什么就干什么，没有任何人去干涉你的。

进入到我们班的第一天，我看到了我们班集体是团结和拼搏的大家庭。开学的第二天晚上，进入学校的第一次班会，老师让我都自我介绍，同学们都主动上台说出自己的名，家庭住址，以及兴趣爱好等等!又特别是在我们影视传媒学院举办篮球比赛，每一场比赛，我们班的同学几乎在一起看比赛，只到争取第三名的时候，由于裁判员的问，导致我们输了这场比赛，我们都差点儿哭了，老师你说没事的，明年我们还是机会，相信会有这么一天。

没有任何人去干涉你的个人生活。我们在以前的时候多想的离开自己的妈妈爸爸一个人生活，今天我们的梦想实现，终于达到了自己目的，可是进入大学以后，有谁没有天天怀念自己妈妈爸爸，怀念自己生病了，他们会第一时间的赶到学校里，看你病的重不重，看你变得消瘦没有。可现在学校离家里远，赶车都会用一天的时间才能够到，在也不是赶车只要一个小时就到学校里。生病过后，给妈妈爸爸打电话说，妈妈爸爸“自己多注意了，离家远，自己要多学会照顾自己，多穿点衣服，把被子盖严点”多么温馨的一句话，等在过，在也不会听到这句话。

进入了学校后，我只加了两个部门:一个是影视传媒学院的纪检部，一个是校园电台的技术部。在这两个部门里我学到了很多的东西，回想当时，自己在高中时一天除了学习就是吃饭，而在大学里面，自己所加入的部门有不同工作任务。就先拿我加入的纪检部，每周星期一和星期三晚上要对我们学院晚上同学到寝室的情况进行检查，还要防止学生进行打架等一些重大安全事故发生，但在这里我要重点进行对技术部说明，我在上面花费了很多很多的时间，基本上从11月份开始，我的大部分时间都在技术部的工作，真的有的时候感觉到是太累了，有的时候下午放学后都会弄到晚上十一点，有几次我们回到寝室里时，灯都关了，有两还被楼管说了，但心里也还是挺高兴地，今天自己做了事情，没有白白的过了这一天。但有许多开心的事情，是值得我们大一第一学期怀念的，有的时候心情不好的时候，到广播站听几首歌，心情就会好许多，每个人的烦恼产生很久，但只要短短的几秒钟消失。人生就得自己去创造奇迹，使自己发光。

最让我后悔的事情就是，12月份下旬有个星期一的下午，我没有来上自习。老师都给我们说过，每天下午上完第一节课就开始上自习。当天下午第一节课是体育课，上晚课后，好多同学都累了，都自己去办自己的事情了，没有想上自习的想法，班上只有十几个人上自习。老师第二天上课收检讨，我都不知道怎么回事情，才想起来:他们回来了就我把检讨写了，明天要交上去。突然，心情变了，作为班级体的一员，无论在什么时候都要要爱护班级体，为班级体争光，为班级体创造好的荣誉，要以集体荣誉为标准，为我们所想的目标看准，不能独自一个人，在那里做自己的事，要想着班集体。

中国共产党一心为共产主义事业奋斗，我们应为班级体荣誉而奋斗。我们只要有了共同的目标，相信我们班级体更加团结，拼搏，顽强。“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”古人都知道这个道理，我们作为改革开放，二十一世纪的青年更加知道这个道理。时光如飞剪般的走过了十九个春夏秋冬。假如我们活到八十岁，我现在已经走了四分之一啦!我现在应该为自己职业生涯进行规划，从现在做起，不然等到大三的时候没有找到工作，在那时候着急，还不如现在就做自己以后需要的证书和资料，等到时机成熟的时候，就是你大显身手的时候，到那时正是你辉煌的时候。

周恩来说:为中华之崛起读书。我们呢?读小学和初中的时候，都认为为自己的父母读书，爸爸妈妈拿钱给我，我就去读书，要不然就不去。当在高中的时候老师给我过了这个时机，在想学习都没有了机会。有的同学选择了大学校门，有的同学选择了外出打工，个自选择的不同。我们是祖国的接班人，应该知道“读书”这两个的含义。妈妈爸爸拿钱给我们读书，为的是自己子女能过上幸福地日子。为自己的将来，为自己的梦想，为自己的家庭，为这个社会，我都应该努力地去完全它。还要把它做好，要不然我们什么都不要去做。这样才对得起我的老师，更重要的是对得起自己的爸爸妈妈。

人生的又一起点(大学)，开始早早的走进了我们身边，我们应该即时的去迎接它的到来，不是这样说“机不可失，时不再来”所以我们要抓住这个时机。努力学习好专业知识，拿到本应该拿的证书，这以后才有资本被公司所用，才能发挥自己本能所潜在的价值。“相信自己是最棒的。”这是我的签名，它将伴随着我大学三年的时光，它将推进我胜利的动力。将走进希望的终点。们说，青春的年华将会让你们飞速的走过这三年时间，在学校里只有这短短的三年时间，要抓住这个时机。

《大学生职业生涯》学习心得体会。

这学期选修了《大学生职业生涯》这门课程，我认为这门课对我的启发很大。

一本书中这样写到：一个不能靠自己的能力改变命运的人，是不幸的，也是可怜的，因为这些人没有把命运掌握在自己的手中，反而成为命运的奴隶。而人的一生中究竟有多少个春秋，有多少事是值得回忆和纪念的。生命就像一张白纸，等待着我们去描绘，去谱写。我认为这句话是对人一生发展的一种诠释，每个大学生都应该对自己一生的职业生涯有一定的规划，因为，这关系到一个人一生的发展。最初，我认为职业距离我这个大二年级的学生来说还是很遥远的事情，但是，自从上过这门课程后，我认为这门课程对我们的一生都是十分受用的，因为它能使我们对自己的一生有一个客观的，切合实际的规划。职业生涯:是指一个人一生工作经历中所包括的一系列活动和行为。职业生涯规划分为个人的职业生涯规划和组织的职业生涯规划，个人的职业生涯规划是指在对个人和内部环境因素进行分析的基础上，通过对个人兴趣、能力和个人发展目标的有效规划,以实现个人发展的成就最大化为目的的而做出的行之有效的安排。就好像做一个项目，一定要有一个计划书。当然我们的职业生涯并不是一定要职业生涯的规划按部就班的实施，但是，我们一定要对自己的职业生涯有个总体的规划和发展的大方向，如果大方向明确的话，我们就应该对自己的实际行动做一个统筹与计划。有了计划，有了这一块块的基石，我们才能到达成功的山顶。

我在高考时介于高考的压力与报考专业与自己水平的压力，并没有有选择自己最喜欢，最想从事的专业。就我个人而言，我对装潢比较感兴趣，并且像在今后从事这个行业，但是在美术类高等学府中，当下装潢专业也算是个热门专业，所以当时报考的人数相当多，并且都是具有一定能力的考生，考虑到各个方面的原因，报考了城市环境艺术设计专业，好在，艺术是相同的，我们学校这个专业还是能够提供一定的绘画场地与一些涉及课程。大学生的职业选择不是个人面临就业时的某个单独事件，而是贯穿于整个教育的全过程。许多大学生在当初高考填报志愿时，混淆职业与专业的区别，选择专业时带有一定的盲目性，因此在学生在进入大学时，高校应该指导大学生树立正确的就业观，指导他们逐步完成对自己职业生涯的规划。但从现状来看，此项工作开展的并不容乐观，据一项对北京人文经济类综合性重点大学大学生的调查中显示，大部分学生对自己将来的职业没有规划：对自己将来如何一步步晋升、发展没有设计的占62.2%;有设计的占32.8%，而其中有明确设计的仅占4.9%。在大学期间，大学生对自己的发展规划不明确，不能运用职业设计理论，规划未来的工作与人生发展方向，这种情况严重影响了学生对就业的提前准备和准确定位，甚至影响对工作的适应性。所以，从这项调查我们不难看出，最初的专业选择不慎重或是选择没有考虑到切身的实际情况是导致将来对职业规划盲目的导火索。错误的、不适合、不恰当的专业选择会使我们更加盲目，使我们的眼前一片雾，找不到方向，就像一艘在暴风雨中的渔船看不到灯塔。但是，面对我们不满意的专业课，或者是我们不满意的环境，我们就坐以待毙吗?不，我相信，知识都是相通的，所有的知识都是有用的。我们都知道达·芬奇是一位伟大大艺术家，他的《蒙娜丽莎》闻名于世，但他还有不为人知的一面，我想当大家提起达·芬奇的时候80%的人都会说他是个画家，这不假，但很多人都不知道，他还是个科学家，发明家。他把科学运用到了绘画透视中去，为绘画事业做出了杰出的贡献。我想很少有人会把绘画和物理、化学、数学联系到一起，我想这正是知识的贯通造就了这个杰出的大师。所以，我们无论身处于何种环境，都要善于去利用条件，不能对环境屈服。我们应该不断的学习知识，我想，在未来的某一天，你所学的知识都将会有用武之地，无论是你喜欢的或不喜欢的，专业内的或专业外的。

怎样的进行合理的职业生涯规划?这也是我们在上大学生职业生涯这门课程时所学习的一个重点。由于缺乏科学的指导，许多大学生在择业的时候存在很强的盲目性、随机性和从众性。通过老师的讲解，我总结了以下步骤：

一、评估自我。评估自我是为了更好的认识自我、了解自我。要通过科学认知的方法和手段，如借助于职业兴趣测验和性格测验以及周围人对你的评价等，对自己的职业兴趣、气质、性格、能力等进行全面认识，清楚自己的优势与特长、劣势与不足。评估自我时要客观、冷静，不能以点代面，既要看到自己的优点，又要面对自己的缺点。只有这样，才能避免设计中的盲目性，达到设计高度适宜。在课堂上，我们通过老师给出的一些测试题目，更加全面客观的了解了自己，甚至有时做完测试后我会觉得我对自己根本不了解，缺乏一个对自己全面地认识。通过对这门课程的学习，我对自己也有了个客观地认识。

二、正确进行职业分析。现代职业具有自身的区域性、行业性、岗位性等特性。职业区域可能是城市，也可能是农村，可能是经济发达的特区，也可能是经济一般或贫困落后地区。职业生涯规划设计时要考虑到职业区域的具体特点，比如该地区的特殊政策、环境特征;职业角色的发展与职业所在的行业的发展有着密切的关系，职业生涯规划时，不能仅看重单位的大小、名气，而要对该职业所在的行业现状和发展前景有比较深入的了解，比如人才供给情况、平均工资状况、行业的非正式团体规范等;不同的职业岗位对求业者的自身素质和能力有着不同的要求，在职业生涯规划时，除了解所需要的非职业素质要求外，还要了解所需要的职业素质要求，除了解所需要的一般能力外，还要了解所需要的特殊职业能力。

三、确定职业目标。职业目标是指人们对未来职业表现出来的一种强烈的追求和向往，是人们对未来职业生活的构想和规划，确立目标可以成为追求成功的驱动力，所谓“志不立，天下无可成之事”。因此在制定职业生涯规划时，关键是要确立好目标。任何人的职业目标必然要受到社会环境和社会现实的制约，凡是符合社会发展需求和人民利益的职业都是正确的，因此，大学生制定职业目标时应把个人志向与国家利益和社会需要有机地结合起来，这才有现实的可行性。目标又分短期和长期目标。长期目标一般是以后职业规划的顶点，短期目标则一般是近期素质能力的提高等。

四、培养职业需要的实践能力。大学生的综合能力和知识面是用人单位选择大学生的依据。用人单位不仅考核其专业知识和技能，而且还考核其综合运用知识的能力、对环境的适应力、对文化的整合能力和实际操作能力等。大学生进行职业生涯设计，除了构建自己合理的知识结构外，还具备从事本行业岗位的基本能力和某些专业能力。从某种意义上说，能力比知识更重要，大学生只有将合理的知识结构和适用社会需要的各种能力统一起来，才能立于不败之地。一般来说，大学生应重点培养满足社会需要的决策能力、创造能力、社交能力、实际操作能力、组织管理能力和自我发展的终身学习能力、心理调适能力、随机应变能力等。

五、参加有益的职业训练。在确立了职业目标后，行动成了关键环节，没有行动，目标无从实现，因此，要指导大学参与参加有益的职业训练。职业训练包括职业技能的培训，对自我职业的适应性考核、职业意向的科学测定等内容。当前，大学生进行的职业训练较少，其实高校可以利用许多机会，如组织大学生参与暑期“三下乡”社会实践活动、大学生“青年志愿者”活动、大学生毕业实习工作、大学生校园创业活动等都是职业训练很好的形式。除此之外，高校还可以邀请成功的校友、校外知名人士等回校与大学生座谈交流经验;可以通过勤工俭学形式，让大学生从事社会兼职工作;组织学生开展模拟性的职业实践活动，开展职业意向测评，开展职业兴趣分析测评等。高校要指导大学生主动积极地参加有益的职业训练，更早更多地了解职业，掌握职业技能，以便更好的开展自己的职业规划设计。

六、评估与反馈。俗话说“计划赶不上变化”，尤其在高科技信息时代，变化更是永恒的主题。由于影响职业生涯规划的因素很多，有的变化是无法预测的，因此，要指导学生时刻关注环境的变化，从而不断对职业生涯规划进行评估与修订。

人的一生最重要的就是家庭和事业，通过这门课程的学习，我对自己今后的发展有了一个明确的目标，并且会努力的去按照计划行动，克服自身的缺点加强对社会的了解和深入，让自己早一天适应当今社会，在失意、落魄的时候，决不伤心气馁。古人云：一份耕耘一份收获。我想，只要我们真诚地去面对生活，生活也必将给我们一个真诚的结果!

上个周一，彩旗招展，我们在学校开启了平生第一次，对我们完全陌生却分外有意义的大活动——军训。

操场上，警官每次必须做的，就是让我们十分钟站军姿，要动就必须喊破嗓子叫报告。我们三至六年级就顶着天上火辣的太阳，开始了第一堂课。这是我们第一次觉得时间如此漫长，身体挺得直如松，不敢轻动一下，有个同学身体禁不住晃动了一小下。竟被警官抓了个正着，拉出来惊天动地的喊叫：“随叫你动了?喊报告!”“报告!”“听不见!”“报告!”……直道同学沙哑地快要喊不出来，竭尽全身百分之百的力量，脱口而喊，才千辛万苦得到了警官的同意。于是，有了这个同学的悲惨遭遇，我们不禁拼了命也要站直。只要有人动，警官立即加时间，这让我们有苦说不出，身体在酸也没理由必须忍住。后几天的队列练习更是严格到让人不敢喘气。这五天，我们无时无刻不挺直腰，站直身，课堂上的纪律更是好到让人目瞪口呆，于是，我们立刻想到了军训。是的，正是因为警官的严格要求，我们变得更团结，更能管住自己。

军训时，没有警官发话，谁都不敢动一下，不然就喊报告，这不正是高素质的表现吗?管住自己，不动、不笑、不说话，这正是自理的提高。警官们每天严厉训练我们，就是在不知不觉中提高我们所缺少的坚持。这些都是人生中异常宝贵的东西啊!在这次军训里，培养了我们，提高了我们。让大家遵守军训的准则，不该做应该做的，扎下了根在心里，使我们时刻保持严肃认真。军姿是让我们板直了身体长久站而不松懈，这极高地考验我们的自理能力，管住自己，一直站下去，自理能力就是点滴积成的。

而如此无聊的站军姿，同样让我们学会了坚持不懈，只要心中有目标，就不怕站有多累多晕，在痛苦也会化为光明。所以，军训不只是教会我们站军姿等等，更为宝贵的，它教会了我们要有素养，会自理，会坚持。

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