

最新大一开学心得体会 大一新生开学心得体会(通用5篇)

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。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。

大一开学心得体会篇一

我是来自xx高专学前8班的一名新生。在丹桂飘香、丰收的金秋九月，我怀揣梦想，满怀期待地踏入了大学校园，一段崭新的学习生活即将开始。

记得刚踏进校园时，我拎大包小包，迷茫地走，摸不清方向，是热心的学姐对我关怀备至。她们热情地从我手中拿走我的大包，帮我提，带我去宿舍，帮我办校园卡，教我如何去教学楼报道等等。忽然就感觉心里有一股暖流在涌动，她们让我看到了同学之间那种真挚又可贵的爱。

接，我们迎来了残酷的军训，军训虽严，但那种精神实在可贵。经过十几天的训练，在演练当天看到那种积极向上，严肃、庄重的场面，觉得一切都是值得的。顿时觉得我们的校园充满了积极向上的动力与激情。

新的校园、新的老师、新的同学给我带来了一种新的感觉，并且这种感觉是独一无二的。咱们的校园总是充满欢声笑语；咱们的校园，总是洋溢悦耳的歌声；咱们的校园，总是展现动人的舞姿；咱们的校园，到处都在传播一种正能量、一种积极向上！奋斗、拼搏的无限追求，咱们的校园，丰富多彩！我们的大学，就像是一个展现自我的大舞台，它为你提供充分的机会。在这里，你就会充满激情，怀揣梦想；在我心里，

这儿真是个好地方。在这里，我可以播下属于自己的种子，并努力奋斗去实现它；在这里，我将要展开自己的平台，亮出自己的风采。因为在这儿，我看到了德才兼备的教师、公正严明的校风、热情活跃的学姐，还有刻苦耐劳、全心全意为学生们服务的学生会。来到这里，是我正确的选择。

在未来三年里，我将怀新的希望，踏上新的征程，享受学习的快乐，珍惜来之不易的机会。不是一切歌声都只掠过耳旁，而不留在心上。我抱这一信念去尝试、奋斗拉近自己与理想的距离，使它不再遥远。

以此感谢学校领导以及老师对我们的良苦用心！

大一开学心得体会篇二

进入大学后，我们需要接受各种课程的学习，除了专业课程，心理课程成为了我们必须学习的一门课程，它让我们深入了解自己，理解他人的情感和行为。通过一学期的学习，我获得了很多启示和体会，这也是我想要和大家分享的。

第二段：心理学的历史和概念

在这门课程中，我们学习了心理学的历史和概念，了解了它从诞生到今天的发展历程，知道了心理学的定义和研究对象。通过学习，我深刻意识到，当代心理学不仅局限于研究个体心理现象，还涉及到广泛的社会和文化背景下的心理现象，这也让我对心理学更加感兴趣。

第三段：个体心理的影响因素

在那节课上，我们学习了个体心理的影响因素，探讨了人格、情绪、智力、注意力等方面的研究。通过对这些因素的了解，我们能够更好地理解他人的心理状况，从而更好地与他们沟通和交流。在我的体验中，此次课程对我个人的影响尤其深

刻。我更加了解了自已，了解到自己的性格特点，也更清楚自己的需求，这让我更加自信和有自觉性。

第四段：人际交往的技巧

在一学期的学习中，我们还学习了人际交往的技巧。在这方面，我认为最为重要的是通过主动倾听他人，了解他们的需求和想法。此外，学习如何控制自己的情绪也是非常重要的。掌握这些技巧，我们能够更好地交往和沟通，解决社交问题和个人情感问题。

第五段：结语

总的来说，在这门课程中，我获取了很多关于人类心理学的知识，也获得了更广泛的人性化视野，学会了更好地与人沟通和交往的技巧。这些知识和技巧对于我们的学术、个人和职业生涯都非常有帮助。我深信这些知识和技巧将伴随我们一生，成为我们在求学、工作、生活中的宝贵财富。

大一开学心得体会篇三

随着社会的不断进步，人们对心理学的关注度越来越高。而心理学作为一门应用性非常广泛的学科，对于每个人都有着很大的指导意义。在大学的学习中，选修心理学的课程对于我们的成长和发展会起到重要的帮助作用。下面，我将分享一下我作为一名大学新生在大一开学心理课上的一些心得和体会。

第二段：认识自我

在心理学的课程中，第一章的内容是关于认识自我。对于我来说，这是一段非常有意义的经历。在课堂上，老师通过讲解和案例分析，让我深入了解了自己的优点和缺点，意识到了自己的定位和方向。我希望能够通过这门课程，更好地了

解自己，找到自己在未来的工作生涯中的定位，为以后的发展打好基础。

第三段：人际关系

在大学中，学习不仅仅是课堂上的知识，还包括人际交流、人际关系的处理等方面。在心理学的课堂上，我们学习了一些有效的交往技巧和人际沟通方法，这对我们今后的人际关系的处理非常重要。同时，我也意识到一个人的言行举止对于人际关系的发展有着非常重要的影响。

第四段：应对压力

大学生活是一个充满压力的过程，在学业、生活、人际关系等方面都会面临各种挑战和困难。在学习的过程中，我学习了一些有效的应对压力的方法，例如放松、调整心态等。这不仅仅帮助我缓解了压力，也提升了我的学习效率。

第五段：总结

心理学课程的学习不仅仅帮助我们认识到自己的性格特点，还有助于我们建立良好的人际关系，有效地管理个人内部的情绪和应对外部的压力。这些技能和知识对于我们以后的学习生活和职业生涯都有着非常重要的指导意义。希望我们能够认真学习这门课程，把这些知识运用到实际生活中，成为更加优秀的人。

大一开学心得体会篇四

清晨的钟声，敲响了这个九月，与以往并无两样的是，这个九月依旧没有完全脱下炎热的外衣，而我们也依旧迎来了新学期，不过不同的是，我的身份发生了转变，是今年的大一新生，期盼了那么多年的上大学，这一刻在今年夏天如约而至，我的心中也存有些许的感受。

大学的校园确实很漂亮，从迈入校园的那一刻开始，我便被深深的吸引了，这就是我即将生活四年的地方，回想自己读书的十二载，就是为了这一刻的到来，眼睛也不由得湿润了起来，高考这一场“无硝烟的战争”，我真正的战胜了自己，并且没有留下任何的遗憾，这份答卷也是我送给自己的礼物。进入大学后，第一个挑战就是军训，虽然每一天都很累，但是也充满了欢声笑语，让这段经历变得多彩，随着闭幕式的结束，我们也真正的迎来了开学典礼，此时我的心情，与以往任何一次开学典礼都不同，多了一份对新生活的向往，我想这或许就是成长吧。

在开学典礼上，校长公布了我们这一届的各分数段的人数，不得不说，这真的是一个卧虎藏龙的地方，大家通过拼命的努力，相聚在此，这是一种缘分，也是对自己的一种鞭策，时刻提醒自己“山外有山，人外有人”，要清楚的认识到自己与别人的差距，不要去避而不谈或是拒绝面对，这对于自己的成长都是毫无意义，我们要选择直面现实，只有不断地提高自己，才能够真正的让自己有所提高，让自己走在正确的轨道上。新阶段已经开始了，不管过去如何，都已经成功翻篇了，此时此刻作为一名大学生，我要时刻提醒自己，向前看，四年的时间不过是白驹过隙，要抓紧每一分每一秒，不能虚度光阴。

校长的一句发言也让我印象深刻，“同学们，走入了大学，你们的身上又多了一份责任，作为新时代的`青年，我们要尽自己最大的努力，为我们的国家，做出自己的贡献，这不再是一句空话，而是你们真正需要认真思考的.....”，是啊，在这个科技迅速发展的时代，我们国家的发展也是日益强大，作为新时代青年的主力军，我们更应将祖国的使命感放在心中，和平年代下的我们，更应该牢记使命，为新时代的发展添砖加瓦，或许我们并不能做出那些举世瞩目的成就，但只要我们去付出，哪怕只是很小的力量，全国这么多的大学生加起来，这种影响便变得不再渺小。

新阶段的学习生活已经开始了，我一定尽自己最大的努力让四年后的自己不留遗憾，相信自己，突破自己！

大一开学心得体会篇五

大学心理课是一种非常重要的课程，它不仅影响着我们的学术表现，还能够帮助我们更好地理解自己，帮助我们在未来的职业生涯中遇到困难时更好地应对。本文将分享我在大一开学时学习心理学课程的体会和感受，以及我从课程中学到的一些宝贵的经验和技能，希望能够对即将开始学习这门课程的同学有所启示和帮助。

第二段：理解自己

学习心理学，带给我最大的启示是对自己的理解。通过学习关于个性、行为和人际交往的理论，我开始重新审视自己，了解我自己是如何运作的，从而更好地管理自己的情绪和行为。学习自我认知和觉察技巧使我能够更全面地认识自己，并且更好地与他人相处，这大大改善了我的人际关系。

第三段：应对压力

在学习心理学时，我们学到了如何应对压力和焦虑。我们学会了一些应急技能，比如深呼吸、冥想等等。这些技能已经帮助我在繁忙的生活中保持冷静头脑，使我能够更好地应对挑战。同时，掌握了应对压力的技能不仅能够提高我们的生活质量还可以提升我们的职业竞争力。

第四段：提升自信

另外，心理学也能够帮助我们提升自信。我们能够从认识心理学中学到如何树立积极的自我形象。心理学告诉我们，如果我们认为自己能够完成任务，那么我们的行为就会趋向于达成这个目标。因此，我学会了如何积极地与自我对话，从

而积极地对待生活。

第五段：结尾

总之，学习心理学课程是能够帮助我们理解自己，并且更好地与他人相处的重要途径，同时，它也为我们提供了一些实用技巧，帮助我们更好地应对压力和提高自信。我相信，通过学习大一的心理学，我正在成为一个更成熟，更自信，更有活力的人。我希望未来的学习者们也能够通过学习心理学更好地理解自己，并且在未来的职业和生活中能够更好地应对挑战，取得更多的成功。