

# 大学体会和感悟 我的大学读书感悟体会(实用7篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。我们想要好好写一篇心得感悟，可是却无从下手吗？以下是我帮大家整理的最新心得感悟范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 大学体会和感悟篇一

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。

说起童年，我们想到的都是快乐的，幸福的。可在苏联作家高尔基的笔下，他写的《童年·在人间·我的大学》里，却是一个悲惨的童年。

主人公阿列克赛的父亲在他三岁时就死了，他只好寄居在外祖父家里。当时他的两个舅舅在闹分家，和外祖父闹不和，阿列克赛也被卷进去，天天遭打。他的生活是多么悲惨啊！雪上加霜的是，在他十一岁时，母亲也去世了。阿列克赛为了生计只好小小年纪就外出打工。开始，他去捡破烂。过了一段日子后，他又到鞋店工作。后来，他来到绘图师家里学画画。他是很认真的画，好不容易要画好了一幅画，可那位脾气怪怪的老婆子把画撕了，还理直气壮的说自家本领不外传。阿列克赛就生活在这种艰苦的环境中。

读完这本书，我不禁泪流满面。高尔基他家里虽穷，可他那种努力谋生的精神深深地打动了我。高尔基生活的年代是19世纪末20世纪初，他之所以能成为一个的人，不就是因为这段艰苦的生活磨炼着他，使他更坚强？我曾经也体验过一次。我被叫到外公家住一个月，那里是乡下，我既然住那了，就要干农活。可不巧，那时正值暑假，俗话说“锄禾日当午，

汗滴禾下土”呀！我才干一下就不行了，还中了暑，我就被送进了卫生室。可高尔基的生活条件比我差多了，如果我生活在那个年代该怎么办啊！

这本书让我知道，悲惨的人生可以锻炼自己，使自己更坚强。

## 大学体会和感悟篇二

大学，是我们人生中最重要阶段之一。从高中毕业进入大学，意味着离开了安逸的校园生活，踏上了自己人生的新征程。在这个阶段，我们不仅接受学术的熏陶，还接触到了各种各样的人和事，从而让我们逐渐成长，形成自己独特的思考方式和价值观。在大学这个大熔炉中，我有着许多心得和体会，下面我将从课堂学习、社交交往、兴趣爱好、自我管理和人生目标五个方面，分享我入学以来的感悟。

首先，课堂学习是大学生生活最重要的组成部分之一。在大学的课堂上，我们接触到了前所未见的学科和知识，不仅学习了专业知识，还培养了自己的独立思考和解决问题的能力。我清楚地记得，在大学的第一堂课上，老师就告诉我们要积极主动地提问和思考。这种鼓励和引导，让我有更多的机会参与到课堂讨论中，不仅加深了对知识的理解，还培养了我的表达和沟通能力。通过课堂学习，我养成了良好的学习习惯和自主学习的能力，这些都对我的未来发展起到了很大的帮助。

其次，大学生生活不仅仅是在课堂上学习，更重要的是在社交交往中成长和锻炼。在大学里，我们遇到了来自不同地方，不同背景的同学，他们有着各种各样的特点和想法。通过与他们交流和合作，我学会了倾听、尊重和包容。我还参加了一些社团和学生组织，通过与志同道合的同学一起努力和奋斗，我懂得了合作和团队精神的重要性。在社交交往中，我不仅结交了一些好友，还拓宽了自己的人脉圈，并且从中学

到了许多宝贵的经验和知识。

此外，大学生活还给了我更多的时间去发现和培养自己的兴趣爱好。在高中时期，由于课业繁重，我很少有时间去做自己喜欢的事情。然而在大学，我有了更多的自由时间，我开始关注自己感兴趣的领域，并且积极参与其中。我加入了学校的摄影社团，并且参加了许多摄影比赛。通过摄影，我不仅提高了自己的审美能力和技术水平，还体会到了艺术的美和生活的意义。兴趣爱好不仅能够提升我们的综合实力，还能够让生活更加有趣和多彩。

同时，大学生活也是自我管理的过程。在大学，我们要面对更多的挑战 and 选择，需要自己来安排时间和管理生活。我学会了合理安排时间，合理分配各项任务 and 活动，让自己处于一个平衡的状态。通过自我管理，我更好地发挥了时间的价值，提高了效率。此外，我还注重身体健康 and 心理健康的养生，通过定期锻炼 and 参加心理辅导，我保持了良好的状态 and 积极的态度，更好地应对各种困难 and 压力。

最后，大学生活也让我意识到人生目标的重要性。在大学的三年里，我不断思考 and 探索自己的人生意义 and 价值。通过参加实习、听取人生经验的分享 and 思考自己的兴趣和优势，我渐渐明确了自己的人生目标。我希望能够在毕业后投身于公益事业，为社会做出自己的贡献。为了实现这个目标，我会努力学习，提升自己的综合素质，并积极参与社会实践 and 志愿活动，为自己的理想奋斗。

总之，大学心得体会入学感悟不仅仅是个人的思考和感受，更是一个成长 and 进步的过程。在大学的三年里，我通过课堂学习、社交交往、兴趣爱好、自我管理和人生目标的体验，逐渐成长为一个自信、独立、有追求的人。这段宝贵的经历将对我未来的发展产生深远的影响，我会珍惜大学时光，继续努力成长。

## 大学体会和感悟篇三

大学作为青年学子成长的重要阶段，对于大学生而言，双拥意识是一个重要的品德修养和社会责任。大学生通过学习双拥知识，深入了解军民融合发展的重要意义，逐渐培养起双拥意识。在双拥教育中，接触到许多军队和军人的事迹，大学生深受鼓舞，激发起为祖国强大做贡献的热情。

### 第二段：大学生参与军民融合建设的实际行动

大学生双拥意识的培养，最终要转化为实际行动。在各类军民融合建设活动中，大学生积极参与，为实现国防建设贡献自己的力量。他们担任志愿者，参与双拥知识宣传，组织军民同学互访交流等活动，不仅加深了双拥教育的宣传力度，也增进了凝聚军民的情感，提升了军民联系的紧密度。

### 第三段：大学生双拥心得的体验与感悟

通过参与双拥实践，大学生获得了许多宝贵的体验与感悟。他们亲身接触到了军人的执着和忠诚，学会了坚定理想信念、勇于担当责任的品质。在与军人的互动中，大学生荣誉感和责任感得到了增强，明白了只有做出实际行动才能真正实现军民团结的意义。他们学到了很多珍贵的品质和精神，这将对他们人生的发展产生重要的影响。

### 第四段：大学生双拥心得影响个人成长

大学生参与军民融合建设，不仅体现出他们的责任感和爱国情怀，也对他们个人的成长产生了积极的影响。通过参与双拥实践，大学生锻炼了自己的组织能力、团队合作意识和社交能力。他们深入实践，积极探索，提升着自己的综合素质，将双拥心得融入到自己的人生规划中，为成为优秀的社会人才打下坚实基础。

## 第五段：大学生双拥心得的社会意义

大学生的双拥心得不仅对个人有益，更有着重要的社会意义。军民融合是实现国防建设的重要途径，而大学生是这个过程中知识积累和实践能力最丰富的群体之一。他们通过积极参与军民融合建设，既能为国家的防卫事业贡献力量，也能担当起社会责任，促进社会和谐稳定发展。大学生的双拥心得将在实践中得到检验，在社会中发挥重要作用。

在大学生群体中，双拥意识的培养与实践已逐渐成为一种普遍现象。大学生通过参与军民融合建设，获得了丰富的知识和宝贵的体验，形成自己的双拥心得。这不仅对个人的成长和发展有着重要的影响，也对社会的和谐稳定有着积极的贡献。我们相信，在大学生们的共同努力下，军民融合将为国家建设做出更大的贡献，为实现中国梦凝聚更多的力量。

## 大学体会和感悟篇四

前几天参加了军训活动，军训时总埋怨：时间仿佛“一日如十年”；身体似乎经受着“钢铁是怎样炼成”般的折磨；教官又是“蓝色冰点”一样的冷酷……可现在回想起7天的军训生活，觉得以前的种种苦恼是多么的幼稚。军训是对我们的一次洗礼，是我从少年迈向青年的转折，更是对自我的挑战！

军训必然要出去训练。但老天爷整天瞅着我们眉开眼笑，我站不到十分钟便汗流浹背了。最让人受不了的是太阳公公幸灾乐祸地泼洒着“她”的温暖。蒸得我们体液犹如滔滔江水连绵不绝。同样是独生子女，同样的年龄。他们行，我也行！任凭那烈日熏烤，脚底发痛，我一定要站好这大学第一班岗，坚实地踏出这关键一步！就这样，无论训练多艰苦，我都时时勉励自己，终于圆满地完成了这“大学的第一课”。

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必

有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

军训是紧张与艰苦的合奏；军训更是无常地响起那集合的哨音，军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。

在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我，锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗？满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得用自己的脚步去丈量、去摸索、去行进！我想那样的路才是真实的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

每每看到那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。口令变了，队形也变了。

儿时的军训，纯粹是游戏；少年时的军训，仅不过是一种锻炼；大学的军训截然不同，性质也得以升华。在这短短7天的大学军训中，让我领悟了太多太多人生的哲理，我想这才是军训的内涵。

## 大学体会和感悟篇五

双拥教育是指向大学生灌输军人与武器装备的思想认识和足够的敬意，鼓励大学生积极参与军事训练、国防工作和国家安全事务，促进军地沟通和立志献身国家建设。作为新时代的大学生，了解和参与到双拥教育中，不仅可以增加爱国情

感，更可以培养责任感和使命感，提高综合素质。通过这种教育，大学生可以明确自己肩负的责任，同时也能够对国家发展有更深入的了解。

## 第二段：大学生拥军拥政的收获和感悟

在参与双拥教育中，大学生会对国家进行一次全方位的了解，不仅深入了解到军队的辛勤付出和保家卫国的重要性，也会深入了解到政府为军队发展所投入的巨大精力和资金。这种了解让我们对军队和政府都充满了敬意，同时也明白了泱泱大国需要每一个国民的力量来支持国家的稳定发展。参与双拥教育，让我们深入了解了国家的安全形势和威胁，培养了国家意识和安全意识。同时，还能够让我们认识到自身的责任和使命，明确了大学生在国家发展中的角色和价值。

## 第三段：双拥教育对大学生个人发展的意义

大学生作为民族未来的希望，双拥教育能够对其个人发展产生积极的影响。通过参与双拥教育，大学生可以培养爱国情怀和奉献精神，增强集体荣誉感和集体责任感。同时，也能够培养大学生的坚持信仰和追求梦想的勇气和决心，为实现个人价值和社会发展贡献力量。双拥教育能够锻炼大学生的组织能力和团队协作能力，提高大学生的综合素质和竞争力，为其未来的就业和个人发展打下坚实基础。

## 第四段：大学生双拥心得体会

在参与双拥教育的过程中，我体会到了作为大学生的责任和使命。我了解到军人为了保家卫国不惧生死的精神，也明白他们付出的辛勤努力为国家和人民的安宁作出了巨大的贡献。我从中感受到了为国家做出自己的贡献的重要性，也对自己未来的发展有了更加清晰的认识。通过参与双拥教育，我意识到了自己的责任不仅仅是个人的发展，还要关心国家的发展，并且为国家的繁荣贡献自己的力量。

## 第五段：对未来的展望和期待

通过双拥教育的参与，我更加坚定了为国家建设贡献自己力量的意愿。我将积极参与社会实践和志愿活动，争取机会参加军事训练和国防工作，融入到国家发展的大潮中。我将努力学习专业知识，提高自身的综合素质和能力，为国家的经济发展、科技创新、社会和谐作出贡献。希望通过自己的努力，能够为实现中国梦、强国梦贡献自己的一份力量。最重要的是，希望更多的大学生能够参与到双拥教育中，增强爱国意识，培养责任感，共同为国家的繁荣和人民的幸福而努力奋斗。

总结：双拥教育的重要性和对大学生个人发展的积极影响使大学生更加意识到自己的责任和使命。通过参与双拥教育，大学生能够增强爱国情怀，培养责任感和使命感，提升综合素质，为国家的发展做出贡献。希望更多的大学生能够加入到双拥教育中，共同为实现中国梦、强国梦而努力奋斗。

## 大学体会和感悟篇六

职业对社会发展和个人存在有着重要的意义。对社会的大了去了就不说它了，仅对自己来说，职业对于一个人来说，既是谋生的手段，同时也是一个人实现人生价值的舞台。诚然，职业是我们生活十分重要的一部分，且很可能伴随我们生活很长时间。

职业生涯规划可以说是一个复杂的，系统的，拥有压力和挑战、更要切合实际的对未来工作和生活的一种设想。它是对一生的工作、生活的一个规划。它是为以后作准备的，我们必须考虑到职业竞争、生活等各方面的压力。由此我们在规划我们的职业生涯时，通常会感到有压力，最明显的是，不敢随意的给自己定目标。除了压力外，我们还面临各种挑战，即便慎重定下的目标，但仍然充满挑战。职业生涯规划，存在压力和挑战，所以我们更要尽力做到切合实际。在规划



前，要去了解社会、了解自己，把现实的同自己的情况结合起来。不仅要有对工作的规划，也要有对生活的规划，因为职业活动也是一种生活，所以职业生涯规划中不能缺少生活规划。而说到生活规划，却又不是个简单的事。一般来说，我们的生活会受到工作、职业的影响，所以职业生涯规划中生活的那一部分，得参照职业来规划。这一部分规划中，我们还要清楚自己要一个什么样的生活方式、要扮演的社会角色、如何处理生活与工作间的关系等，而这些，又同样影响到我们的工作。就所列举出的这些来看，我觉得做好一份职业生涯规划，不亚于完成一件大的工程项目。同时，重要的是，职业生涯规划，也是影响到一个人一辈子工作、生活的。所以，我觉得职业生涯规划，它是复杂的。我觉得职业生涯规划对个人来说，应该有以下几个作用：一、能够评估目前的成绩，也可以说是对目前的自我评价。二、帮助确定职业发展目标，我们通过自我评价、分析，确定自己的职业路线，正确制定自己的职业发展目标。三、有助于帮助抓住重点，职业生涯规划能让我们区分工作的轻重缓急，紧紧抓住重点，增加我们成功的可能性。四、能让我们努力奋斗，很多时候，当规划具体时，我们每做出一份努力，都能看到成绩。所以，职业生涯规划，有助于我们为而努力而奋斗。五、有助于个人潜能的发挥，当我们拥有一个规划后，就会把主要精力放在实现规划的努力上。这个时候，我们会逐渐发挥出一些能力，在不断努力下，越来越多的能力会发挥出来。

我们的职业生涯规划，它是一个漫长的过程，其成功与否也是以其一生的标度来考量的。我们生活在一个变革的时代，一切都在变化，唯有变化是不变的。我们的职业生涯规划，就是用未来的目标来预示自己的变化。只有我们善于对未来规划，才能有正确的前进方向和有效的行动措施，才能充分发挥自我管理的主动性，充分开发自身潜能，取得事业的成功。

学习了就业指导课后，了解到了职业生涯规划和对我们的

重要性，所以我很认真的为我自己的职业生涯做了规划。

没有目标的人，不可能找到人生的方向，有的人适合做学者。有的人适合做工程师，有的人适合做老师，这些都是根据个人的兴趣来选择的，最好的不一定是最适合自己的。同样我们制定目标的时候同样要根据实际情况，即时调整，让自己保持最旺盛的激情，去实现目标。

坚强的心去学习目标所需要的各种技能素质，“永不言弃”

包容：从容维护尊严。面对未知的未来，面对社会，我们想必会碰到一些委屈的，难过的，感到不可理喻的，愤懑的，等等的。在这其中我们可能会被挤兑看到那些所谓社会的另一面，或者现在我们不能说出个一二的单我相信以后会懂的东西。

“光说不练假把式”。所以呢，朝着做下的规划，做起来吧！

## 大学体会和感悟篇七

大学生备考，是每一个高年级学生必须要面对的一件事情。为了更好地应对备考，我们要全面认识自己，认真分析自己的特点和需要解决的问题。备考需要一个恰当的心态，想要成功不是那么容易的。在备考过程中，我有很多的体会和感悟，下面将简单地分享一下。

### 第二段：明确目标，制定计划

开始备考前，我们需要明确自己的目标，即想要取得怎样的成绩。只有明确目标，才能制定出合适的计划。制定计划时，需要结合自己的时间和能力情况，合理分配每天的时间，才能使备考过程更有序。例如，我制定了每天早上7点到晚上9点为备考时间，并且通过整理出备考的知识点和重点，制定了每天的学习计划，并适时调整，让自己更好地掌握备考知

识。

### 第三段：积极参加考试辅导，掌握备考技巧

参加考试辅导班或答疑课程，能更好地解决备考过程中出现的困难和问题，同时还能通过老师的讲解，学习到备考技巧，提高效率。在我备考过程中，尤其是在学习和掌握考试技巧的方面，参加了很多考试辅导。透过专业老师的讲解，我更好地把握了备考的核心知识，更好地理解了各项考试要点，也进一步提高了我对考试技巧的掌握能力。

### 第四段：保持心态稳定，信心满满

备考过程中，保持心态稳定，信心满满非常重要。遇到难点不要惊慌，要冷静分析，找出解决问题的方法。如果心态不稳定的话，会影响到备考效果。在我备考的过程中，我总是努力保持心态平衡。遇到问题，我需要冷静地分析，找出解决问题的方法。只有稳定的心态和强大的信心，才能在考试前有足够的准备和信心。

### 第五段：总结回顾，未来展望

备考是一个漫长而艰辛的过程，在这个过程中，我获得了很多的体验和感悟。总结回顾这个过程，我发现通过刻苦学习和积极备考，自己在不断成长和进步，也更好地展现了自己的才能和能力。未来，我将继续保持进取的心态，不断提升自己的能力和水平，以更好地应对考试和未来的挑战。

结语：

备考不是一件简单的事情，需要我们有耐心、毅力和恰当的心态。我在备考的过程中收获了很多，也积累了很多经验。期望我的经验能够帮到正在备考的你，也希望每一个同学都能够成功地面对和应对考试。