

# 药库的心得体会(优秀7篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。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。

## 药库的心得体会篇一

——毛泽东同志《实践论》读后感

根据党校课程安排，今天再次学习了毛泽东同志的《实践论》，虽然已经不是第一次读，但仔细读一遍下来，还是深有感触。

在这篇充满了文学气息的哲学论文中，毛泽东同志用通俗易懂的语言全面阐述了马克思的“主观认识”——“人类实践”——“客观检验”——“再认知”循环往复不断上升的朝向真理的通达之路，可以称得上是将马克思主义唯物实践论与中国现实国情相结合从而发展具有中国特色马克思主义的唯物实践观的理论典范。

我认为这篇文章大体可以分为三部分来阅读：

第一部分介绍马克思认识论的基本观点。它开篇立论的向人们说明，人的认识是由实践产生的，实践是检验真理的标准。

第二部分是文章的精华部分，详细的分析人的认识如何从实践发生，又如何服务于实践。对于认识的过程，毛泽东同志认为：

“第一步，是开始接触外界事情，属于感觉的阶段。”人们通常在实践过程中，开始看到过程中的各个事物的现象表面，

反复多次后，生起了认识过程的第一个突变，产生概念。而这些经过，即从浅到深的过程，是马克思辩证认识论的伟大贡献。对于认识的深入过程，毛泽东通过无产阶级对资本主义社会的认识，对帝国主义的认识和对战争的例子，更加透彻的说明了基于变革现实的实践而产生的辩证唯物论的认识运动的逐渐深化活动。

性认识到理性的认识之飞跃，更重要的还须表现于从理性的认识到革命的实践这一个飞跃上”。

第三点，毛泽东说明，认识运动的完成是在实践中得到预想的效果。同时，从长期来看，认识应该跟着时代发展而发展。

第三部分从时代责任讲起，提出当时的无产阶级及其政党的任务——正确地认识世界和改造世界，并最后总结全篇文章的主要观点即认识论的重要思想。在毛泽东看来，认识开始于实践，认识又有待于深化，从感性认识达到理性认识的阶段。实现质的飞跃。坚持从实际出发，是毛泽东极为突出的特点。其实我们不难发现，毛泽东在《实践论》中所阐述的观点和马克思主义的认识论是完全统一的。

《实践论》是毛泽东同志最杰出的哲学著作之一。一九三七年，毛泽东结合中国具体的社会实践，深刻地揭示了认识与实践的密切联系。毛泽东同志以“实践论”为题阐述认识论问题，有理论和实际两方面的原因：一是实践的观点是马克思主义认识论首要和基本的观点，是马克思主义认识论的主要特征；二是党内存在的“左”倾教条主义，轻视实践，造成中国革命的严重损失，用实践的思想教育广大党员和干部，具有现实针对性。虽然距离《实践论》问世已经过去了75年，但它对认识当今中国的社会主义经济建设的道路上出现的社会性问题具有及其重要的指导作用，在构建和谐社会的实践中，有必要再读《实践论》一文。

这是一篇情理兼备的文章。读完后，我既有文学上的美感，

又有哲理上的收获。结合工作实际，我个人觉得，它给我比较重要的启示是：

成规，不求创新。长滩镇是农业乡镇，工业处在起步之中，工作推进中农业工作是重点，并不是想当然的工业项目建设，在这种情况下，我觉得：一是要创新思路，全力推进现代农业。用经营企业的理念强力推进现代农业，重点实施了国家商品粮基地试验示范、有机质提升试验示范和安坡生态娃娃鱼特种养殖项目建设。二是要突出特色，着力打造名特优种养殖业。把主导产业培植作为农业增效的突破口，重点培植四大主导产业：有机稻订单农业、山林养鸡、娃娃鱼特色养殖、湘莲产业。三是要科学调度，全力抗旱保春播。今年春天长滩镇降水量偏少，必须要确保人蓄饮水安全、春播生产和农村稳定，为实现全年粮食增产增收奠定良好基础。

2、理性认识的获得，应该在感性材料上收集、提炼，推理。要在将丰富的感觉材料加以“去粗取精、去伪存真、由此及彼、由表及里”的改造上做工夫。长滩镇近几年来将机关干部周四学习做为首要任务来抓，每周四学习时间由政治理论课、机关干部汇报当前工作、讨论解决当前乡镇发展的存在的重大问题等内容组成，这个过程就要求机关干部认真梳理工作中的千头万绪，透过现象看到本质，同时也是理论认识获得的过程。我认为，这个良好的习惯应该继续坚持，并不断完善。

3、实践需要时常总结。总结的过程是一个认识飞跃的过程。要善于在总结自己的实践经验中学习，在再认识的环节上下功夫。不论是学习还是总结，都要找准理论与实践的结合点，在结合中升华，在结合中创新，在结合中发展。实践论告诉我们，要常常地在实践中让认识升华，而通过总结，可以让实践经验上升到理性的认识。所以，尽量营造成一个实践、认识、总结、再实践的良性循环。

## 药库的心得体会篇二

今天我们的实践基地是茶山街道，活动的内容还是宣传反邪教的知识，我的工作主要还是进行问卷调查，不过今天好像比较顺利，可能是这里有比较多的学生经过，而且店铺，我主要从那些看上去比较空闲的店员和一些学生着手，因为那些生意比较好的，以及一些匆匆而过的行人一般都不愿意帮忙。

虽然比较累，可感觉还是蛮充实的，跟大家一起努力，尽管有汗水，但是有欢笑，虽然比较劳累，但我们看到了青春的活力。

总的来说，在大家的共同努力下，虽然今天的时间比较短，但成果还是相当不错的，希望在接下来的日子里，我们大家能继续努力，争取有更大的突破。

## 药库的心得体会篇三

20xx年我校开始制定实施创建“绿色学校”行动计划，学校成立了“绿色学校”和“环境保护”领导小组，由校长任组长，各有关科室学科老师、团队、学生会学生代表组成。领导小组明确要求，整体规划，积极宣传，创建“园林化”的特色教育，使“绿色”、“环保”成为学校环境教育的主题。

- 1、建设优美的校园自然环境，优化健康向上的校园文化环境。良好的校园环境可以促进“人与自然的和谐发展”，近几年，我校在现有条件下，抓硬环境建设，让一墙、一窗、一报、一室发挥育人功能，使学生一进校门就受到环境气氛的强烈熏陶。我们在校园中围墙上、楼壁上、走廊里设置古今中外名人名言警句，名人挂像。学校的走廊内，校歌、校训、校风上墙；爱护环境的标语易学易记，使学生受到潜移默化的熏陶和启迪，起到润物细无声的作用，真正做到了每一块墙壁会说话。

2、优美、清洁的校园环境更重要的是在于大家的保护。学校提出“校园是我家。清洁靠大家”的响亮口号，做到“三随手”：随手拾捡废纸，随手关闭电灯，随手关闭自来水笼头。卫生室将每日定为“学校环境净化日”，每班安排有各自的“绿化责任小区”，校内分区责任到组，红领巾监督岗定期检查，从而使整个校园变得亮起来，绿起来，美起来，活起来，使学生充分感到校园是家。

3、评比校内优美教室，制定“六化标准”：教室净化，室内绿化，窗帘、壁报悬挂规范化，地面净化，桌面文具条理化，牌匾悬挂统一化。学期末，学校评出校园文明班级，表彰文明学生。

现代教育要求学校应注重培养学生的创新精神和实践能力。随着我国科学技术的迅猛发展，经济建设的不断进步，环境问题已日益受到世人的瞩目，“环境保护，教育为本”。因此在学校中实施环保教育越来越重要。鉴于此，我校结合环保教育自身特点，以课堂教学为中心，以班团队活动为载体，绿色环保主题教育贯穿的教育教学全过程，且收到了较好的效果。

1、学科教育，开创绿色环保主题。课堂教学中强调多学科渗透环保元素。一方面培养学生的爱国热情，增强环保意识。另一方面增长学生的环保知识。例如，自然学科中蕴藏着丰富的环保知识：太阳的运用、矿产的合理开发、动植物与环境的关系等等；语文课中有不少赞美我国壮丽山河的文章，教师在教学过程中可适当拓展教学目标，引导学生认识只有保护得当山河的美丽才得以永恒；劳技可辅导学生制作一些环保小工具等。

2、班团队活动，渗透绿色环境意识。近年举办主题班会“爱我家园，保护环境”、“地球，我们共同的家园”的活动，给学生以积极的熏陶和影响；组织学生开展“绿化山河、爱我祖国”的征文、摄影、绘画比赛活动；大队部组织学生举办“少

先队退队”活动;每年学校的艺术节,美术、音乐、舞蹈、学生小品等都可以成为环保宣传的阵地;学校结合“3.12植树节”、“4.22世界地球日”、“4.30世界无烟日”、“6.5世界环境日”等一系列环境主题日聘请校内、外辅导员作相关讲座;结合“防非典、防禽流感”等教育活动来开展卫生健康和环保知识教育等。环保教育活动系列化和教育方法多样化,学生乐于学习,乐于参与,教育效果明显。

综合实践活动是一门基于学生的直接经验,紧密贴近学生自身生活与社会,由学生自主实践和探索,体现对知识综合运用的全新课程。因此我们提倡在综合社会实践活动中渗透绿色环保教育。

1、在社会实践活动渗透绿色环保教育。学校每年在寒、暑假的社会实践活动或安排学生旅游时充分考虑学生对环境知识的渴求。

2、在“研究性学习”课题中渗透绿色环保教育。学校教导处组织的“研究性学习”课题中,有不少是涉及渗透绿色环保主题的,如:“环境保护模范城市的意义”、“探讨大气污染对人体的影响”、“噪音的影响”、“探讨节约可利用资源的做法”、“关于无土培植的研究和调查”等。同学们通过学习考察、实验监测、汇报交流、撰写调查报告等形式开展研究活动,这样一系列的直接体验活动,有利于学生团队协作精神的培养,有利于学生创新实践能力的提高,有利于培养学生担负起环保的重任。实践证明,这样一种教育形式使我校的素质教育充满了生机,是学校环保教育的一种延伸,随着时代的发展,综合实践活动一定会朝多元化方向发展,与此同时环保教育也将会有更加广阔的实施空间。

学校制定的详细制度,规定了学生在校内不吸烟、不乱丢杂物、不乱倒垃圾、不随地吐痰、不乱写书桌、不高声喧哗、不破坏绿化,自觉节约、回收再生资源等。学校通过集体晨会、班队活动等教育形式,使学生认识到破坏环境的不道德

性，帮助学生养成一个良好的环保习惯。同时，充分发挥三支学生干部队伍的管理作用，加强监督管理，宣传教育、检查督导、奖励惩罚三结合，这些规章制度我校学生能自觉遵守。校园环境的净化、绿化、美化、艺术化，达到教育性、知识性、趣味性和艺术性，环境育人成了我校的教育特色。

随着创新素质教育的深入发展，我们将对校园环境育人，学科渗透绿色环保等教育工作提出更新更高的标准，把学生培养成为环保意识强、环保纪律好的社会公民，把学校建设成为一所现代花园式学校而努力工作，为我市创建环境保护模范城市作出贡献。

## 药库的心得体会篇四

《实践论》是毛泽东最杰出的哲学著作之一，写于一九三七年七月。《实践论》以认识和实践的关系为基本线索，结合中国具体的社会实践，系统地阐述了马克思主义认识论的主要内容，深刻地揭示了认识与实践的密切联系。毛泽东之所以以实践论为题阐述认识论问题，有理论和实际两方面的原因：一是实践的观点是马克思主义认识论首要和基本的观点，是马克思主义认识论的主要特征；二是党内存在的左倾教条主义，轻视实践，造成中国革命的严重损失，用实践的思想教育广大党员和干部，具有现实针对性。《实践论》对认识当今中国的社会主义经济建设的道路上出现的社会性问题具有及其重要的指导作用，在构建和谐社会的实践中，有必要再读《实践论》一文。

毛泽东在《实践论》中总结了，通过实践而发现真理，又通过实践而证实真理和发展真理。从感性认识而能动地发展到理性认识，又从理性认识而能动地指导革命实践，改造主观世界和客观世界。实践、认识、再实践、再认识，这种形式，循环往复以至无穷，而实践和认识之每一循环的内容，都比较地进到了高一级的程度。这就是辩证唯物论的全部认识论，这就是辩证唯物论的知行统一观。

在通读《实践论》全文之后，我对辩证唯物主义的知行统一观有了更为深刻的了解。

## 一、树立正确的实践观

实践、认识、再实践、再认识，这种形式，循环往复以至无穷，而实践和认识之每一循环的内容，都比较地进到了高一级的程度。这就是辩证唯物论的全部认识论，这就是辩证唯物论的知行统一观。这是正确的实践观。自觉投身社会实践中去，相信这也是对于我们年轻人的一个要求，同时也是我们进步的一个最好手段。所以，在实践中进步，从现在开始。

在《实践论》的论述中，谈到了人的勇气与信心与他对工作的内容和环境规律性的了解程度直接相关。这对于我有重要的指导意义。作为年轻人，我在学习、工作、生活都会面临各种机会与挑战，而只有通过实践不断加深认识，才能增加对各项实践活动的信心。

在进入市社会福利中心工作之前，我对我国的民政事业，尤其是社会福利事业认识不全，了解不深。通过在一线岗位的实践，使我对民政工作、社会福利工作本身有了新的理解，更好地指导我的工作思路，增强了我对本职工作的责任感与使命感，并深深爱上了这一份重要而且充满公益意义的工作。

## 二、掌握正确的实践方法

实践，就是一个怎样验证真理是否符合客观事物及其规律本来面目的过程。我认为，掌握实践的方法，主要从实践的特性入手。

第一，实践具有时间性和地点性。实践的内容会随时间、场合发生天翻地覆的变化，被前期、他地的实践所证明的东西不一定适用于当时当地，因此要避免刻舟求剑似的错误。



第二，实践具备局部性和偶然性。局部实践的结论不一定适用于全局实践，偶然实践的结果不一定体现基本的、普遍的规律，因此要避免守株待兔似的错误。

第三，实践具有层次性。在某一层次实践的结论不一定适用于其他层次和全部层次。

第四，实践具有主观性。人类的任何实践活动不可能绝对摆脱实践主体主观因素的制约；绝对客观的人类实践，是不存在的。主体能动发挥程度的不同，必会影响到实践的具体效果。

实践的这四个特性共同作用形成了人类实践的局限性。正因如此，掌握正确的实践方法就显得尤为重要，这样才能预防经验主义和教条主义。正如我在福利院照顾那里的老人，他们因为各种不同的原因而不能自理生活，所以在为他们进行穿衣喂食等最基本的服务时，都要因人而异慎重选择适合他们的方式方法。

### 三、总结正确的实践经验教训

总结的过程是一个认识飞跃的过程。在总结自己的实践经验中学习，在再认识的环节上下功夫。

在总结的过程中，找准理论与实践的结合点，在结合中升华，在结合中创新，在结合中发展。为此，要把调查与研究结合，既弄清情况，又理出头绪；把经验与教训结合，成功的经验固然重要，但失败的教训更为可贵，从教训中学习进一步使人提升；把定量分析与定性分析结合，既要有丰富的材料，又要找出本质；把集中起来与坚持下去结合，既要善于集中正确的意见形成科学的决策，又要持之以恒的抓好落实。在经常地总结中不断地升华自己的认识，使零碎的变成系统的，朴素的上升为理性的，又回到实践中运用，在实践中检验，在实践中发展。从而，形成实践、认识、总结、再实践、再认识、再总结的良性循环。

《实践论》是毛泽东同志对于实践的正确而系统的见解，对于指导我的学习、工作、生活各种实践活动都有着极为深远的意义。我还要继续认真学习它，做到知行合一，从而更好地参与实践，在各项实践活动中收获成功。

## 药库的心得体会篇五

第一堂课，是我笔记做得最多的课，也是奠定了我对老师以及这门课程的喜爱当然一堂课。

这节课，老师讲，关于生活、生存、生命。讲生活是健康+高尚+幸福；讲生存是提高技能+应对困境；讲生命是知人+知己+知物。然后，问我们愿意自己怎样，希望自己是那一类，说实在的，在这以前，我从没有想过生活与生存还有生命有什么区别，老师的一席话让我认识到，与其抱怨自己毕生追求的是有的人与生俱来的，还不如认真去努力，以期在生命终结之前能得到自己毕生追求的。从这一天开始，我渐渐学会放开那些生活的不如意，做到不抛弃不放弃，对自己负责，好好生活。我开始给自己定目标，开始试着拨开高中与大学衔接的迷雾，开始渐渐放开我们专业的女生不好就业这个沉重的现实。去规划自己的大学，规划自己的未来，设定长期以及近期的目标。不断的完善自己，提醒自己，不虚荣、不自卑，学会收获并且内敛。

第二节课，要上交第一堂课留下来的作业，就是介绍把自己的同学介绍给大家认识，由于大学刚来，认识熟悉的人不多，所以我们以寝室为单位做了介绍，作为班级女生代表，尽管在介绍前做了充分的准备，稿子删删改改好多次，却还是不尽我意，除了介绍的是女生之外肯定没有给大家留下什么印象，当时是深刻的检讨了自己的，又在心里来来回回的修改了好多次，恨不能再介绍一次，现在回忆当初的每一次修改都是那么值得纪念，见证了我一步步认真努力的过程，我想有一天我回忆今天我彻夜写这篇论文的时候也会给自己一个甜甜的微笑作为最单纯的嘉奖。第二节课也算是思修课代表

的竞选，很不幸的落选了，心中有淡淡的失落久久不肯离去，我记得介绍到中途的时候，老师问前面介绍到第几个的时候，整个教室没有一个人能够回答上来，当时，我就想，机会真的是给时刻准备着的人准备的。

第三节课，是我们搬离科大的最后一堂课，看了《变形记》，感触很多，谢了观后感给老师看，但千言万语也道不尽心中的感慨，如果撇开媒体炒作的可能，我相信这是最震撼心灵的节目了，以人最质朴的一面，在黄河曲调高悬回缓的背景下，魏程的眼泪是不是他深切的忏悔，泪水洗尽纤尘，他将装着这份感动在往后的日子里好好学习，天天向上。秋天的麦浪，父亲不便的双腿也把高占喜从城市浮夸的梦中拉醒，坚定的一句我的麦子熟了感动了多少人，也招展了一个少年金灿灿的心。其实，我曾今看过这个节目的，在家中和妈妈一起看的，当初年少感触却不少，而今再看却又是另一番感受了，还记得写观后感的时候，我还特意去看了卡夫卡的《变形记》，从这次之后，我开始喜欢把以前看过的书，再看一遍，这是我以前很不能理解的一种行为，总以为看过了就没有新意了，而自那之后，才发现随年龄随阅历的增加，同一件事同一本书也会有不同的感受，这也让我想起老师你写的再看《围城》的感慨。我想能够让我用心去喜欢去翻阅一本旧书，应该是我的收获了。

第四节课和第五节课的主题是美丽人生(包括发表自己的感想)。《美丽人生》的每一个细节都倾注了编者的心血，剧情的大回转更是让我从觉得女主人公被骗的愤然转到了对这段爱情的倾羨和祝愿!父爱的伟大、爱情的力量都让我难以忘怀，但我最想说的却是种族的平等，一如我在课堂上所说，\*人是一个聪明智慧的种族，爱因斯坦是\*人，夏洛克是\*人，如若不是聪慧的大脑，不会成就如此伟大的科学家，也不会有世界的财富都在\*人的口袋里这一说法。我觉得，人应该平等，平等的享受权利，平等的生活，不要因为嫉妒或者利益而去伤害别人，和善的对每一个人，将会收获更多的美好。

第六节课，这节课讲了爱情，老师朗诵了一首我很喜欢的诗——《致橡树》。

舒婷的这首诗于我有特别的意义，它在我年少情窦初开的时光里一路陪伴，我曾对我初恋的男友说，要做他近旁的一株木棉，我也想我有我红硕的花朵，陪他一起，爱情在岁月中陈酿得更加香醇，这首诗也溶在了我们的深情中，在我的心中占有了特殊的地位。孙老师说，缘分就是给爱你的人机会，老师还说，两个人在一起，要找到平衡，一种平衡是双方都要求自己，这叫默契；另一种是都要求对方，那叫制衡；默契和制衡都能平衡，但孰好孰坏就显而易见了。我想，默契不仅是爱情所需的，与人相处也是这样吧！

第七节课和第八节课是爱国教育，期间我们看了《惊天动地》，大家都泪眼婆娑的。我从四川而来，从某种程度上来说，我也是地震的幸存者。这部影片就像一双手，将我的伤口生生的撕裂，有很多画面都是由真实场景改编的，08年我看过那样惊天动地的场面，看过那些层层叠叠的废墟，看过那样温暖人心的救援，看过那种绝望又见希望的面孔，看过的太多太多当时的泪水还在心头，那些恐惧还有感动依旧历历在目，那年的伤口还狰狞的在心头，又被一节思修课撕裂又缝好。千言万语，四川人应该最想说，解放军是最可爱的人。感动和喜爱还有尊敬都来自付出。

后来章节的主题是普及法律知识。老师的意图有两个，一是普及法律常识，二是宣传法治精神。违法与犯罪，法制与法治的区别。

一学期的思修课，在第十八周画上了完美的句号，感触很多，收获也很多。从人生的方向到生活的态度，从个人的情感到家国之爱，每一节课，我都有所收获，可以说思修课虽然没有教会我具体的技能，却教会了我学习技能的方法，真正的授我以渔。我想，这就够了。

## 药库的心得体会篇六

为期30天的社会实践圆满落幕，期间发生的事情值得好好回味。正因如此，我用这篇社会实践论文来记录和总结我这一段时间的工作，并不纯粹是为了完成任务，更重要的是找到了自己内心写给自己的声音，这是一种很棒的体验。

寒假那天能和学长学姐在苏州一家手机厂上班，我很高兴。手机厂刚开始清屏，然后转头看外观。刚进洁净室的时候，觉得小小的手机屏幕打不过我。但是事情没有我想的那么简单。当我进入洁净室时，一个超细产品带着我。她说清理屏幕需要很大的耐心。我说我有。她笑了。她对我说得最多的一句话是，“只要你下定决心把这个屏幕清掉，不要想那么多，一点一点去做，总会很容易清掉的。”是啊，也许是小事，但没那么简单。从清晰的屏幕上，我感觉一个人需要多大的耐心才能把这么干净的小手机屏幕清理干净。

如果你问一个大学生，当他离开学校开始在社会上工作的时候，第一件事是什么？我的回答是先去掉工作中的“学生味”。工作本身就需要严谨的态度。“我是大学生”不能成为工作中犯错的借口。不要认为犯错是理所当然的，因为这个时候你做的是一件用时间来计算金钱的事情，校园里的“随意性”一定是扛不住的。入职后不久，我就转向了外貌。我有另一个主人，这是我工作结束前的主人。她在外面工作了很长时间。她总是对我说：“你要为你所做的一切负责。”和她在一起的这段时间，我也体会到了“尽力不等于尽力，尽力了还是会有一些瑕疵。”如果你没有做好你的工作，它将直接影响不仅是你的个人利益。”

工作虽然简单，甚至单调，但考虑任何细节都很重要，每个岗位都有自己的道理。第一天只看了师傅看过的屏幕。我发现她打字很差。我觉得这一天过得很快。可能是洁净室的屏幕清洗。感觉很好，我很快就学会了。一开始师傅让我自己看。我读完之后，她又在读了一遍。偶尔因为我的不小心，

一些地方的一些小脏东西会被扔掉，而且是不完整的。

人们常说失败是成功之母。但我认为，复习是成功之母。有一次看到一个屏幕，没见过这么失败的，然后就流下来了。当重复判决时，他被打退了。当时被师傅稍微批评了一下。大师说：“你不知道看屏幕要看整体的样子吗？”我什么也没说。我脑子里只记得主人的话。我以后会很认真的看每一个屏幕，但是我的速度很慢。我师傅说只要掌握了，再加速也不迟。我非常认真地向我的老师学习。我的速度也提高得很快。在随后的工作中，我的能力不断提高。主人每天都很开心，我的速度也提高了，可以帮她减轻一些辛苦。每天带着工作中的快乐下班。

态度决定一切。在学校部门工作会很随意。一旦你离开了校园，如果你不能马上要求自己是一个“技术工人”，那么你就会很快被别人比下去，因为一个公司需要有生产力的员工。每天提醒自己，不管是现在工作，还是回学校，还是以后踏入社会，严谨的工作态度都是必不可少的。

很多在学校读书的人说，宁愿出去工作，也不愿意在学校读书；社会上的人更愿意回到学校。我们上学，学习先进的科学知识，是为了将来进入社会，奉献自己的力量。我们今天应该努力掌握专业知识，以便明天更好地服务社会。有价值的大学生是要求我们掌握专业知识和社会实践能力和经验。

这个寒假，我利用这宝贵的时间参加了有意义的社会实践活动，接触了社会，了解了社会，从社会实践中检验了自己。我从这次社会实践中受益匪浅。实践中有很多不可或缺的：

第一，善于在社会上与人沟通。工作一段时间后，认识的人多了。如何和别人很好的沟通，这个技能需要长期的练习。与同事的沟通同样重要。大家都会在社会中融入社会，人与人一起合作，让工作更加和谐，事半功倍。你应该倾听，耐心，接受给你的意见。

第二，对社会要自信。不是自信和麻木的吹嘘，而是对自己能力的肯定。没有社会经验也没关系。重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累的。如果没有第一次，怎么会有第二次或第三次？有自信让你更有活力，更有精神。

第三，要克服自己在社会上的胆怯。刚开始放假的时候，知道寒假要工作的时候，总有一种说不出的心情，总觉得有点害怕。和同学在电话里聊起自己的感受，总有一种说不出的感觉。第一次去离家这么远的地方，感觉自己什么都不懂，文化水平不够，没有什么社会经验，觉得自己很渺小。我的懦弱就这样暴露了。曾经有人跟我说，在社会上要学会厚脸皮，虚心接受别人的教导，不要当真。只有征服自己，才能征服世界。勇气是关键，正如一位名人所说：“勇气通向天堂，怯懦通向地狱。”

第四，在工作中不断丰富知识。知识就像人的血液。没有血液，人的身体就会虚弱；没有知识，一个人的心智就会枯竭。

有一句话我很喜欢：“一个成功的人不是你认识多少人，而是有多少人认识你。”努力去了解别人，也让别人了解你，发现你能从他们身上学到什么，体验每一种智慧的语言。

坦白说，一个小小的散工在这么短的时间里能学到什么？我锻炼了自己的态度，变得更加豁达。我想这就够了。人生就像一种修行。只有行万里路，亲身体会实践，才能有所感悟。

回去的路上，我和学姐们聊了一路。他们的社会经验比我强很多，会从语言中体会到成熟。遇到事情不要给自己找借口。很多话在同年级同学面前还好，在他们面前说只会让他们笑。学姐给我讲了很多她们经历过的人情世故。他们总说你遇到了就明白了，现在不会明白了。只要记住，以后不管做什么，都不要给自己找借口，学会独立解决问题，虚心向别人学习。如果什么都做了，就一定要做好，承担责任。

这个寒假，我看到了很多东西，认识了很多，收获了很多。你不仅得到了工作的报酬，还获得了比这更重要、更无价的财富。这期间获得的经验，永远会成为人生最宝贵的财富之一。

社会是一个很好的锻炼基地，可以把在学校学到的知识和社会联系起来。我觉得学习和社会实践是分不开的。

## 药库的心得体会篇七

一、实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会、在实践中巩固知识；实习又是对每一位大学毕业生专业知识的一种检验，它让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，既开阔了视野，又增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础，也是我们走向工作岗位的第一步。

二、我们---学院同学在学校组织的组织下到---制药有限公司进行为期5个月的实习，实习是对一个应届大学毕业生来说非常重要的经历，同学心里都清楚大家这次远行不轻易，每个人的工作热情都很高，也非常重视这次实习。

实习目的及意义：

(1) 了解药厂厂区布局，车间布局，熟悉相关原则；

(3) 了解各部门日常工作，亲自体验，并自我总结；

(4) 提高沟通及人际关系处理能力；

(5) 体验上班族生活。丰富专业知识，积累工作经验，为以后走上工作岗位打基础；

(6) 找到自身不足之处，早日弥补，增强自己适应社会能力。



### 三、大学生从学校到企业的转变：

通过这次实践，我们发现，毕业的大学生与合格的企业员工相差甚远。且不谈技术上从理论到现实的差别，或者是与人的交往能力的差距，光是大学生需要进行的角色转变就已经相当大了。

从学校走向社会，从教室走向工作岗位，由学生变成员工，无论生活方式，还是生活环境；无论是思维方式，还是思考方法，都要发生很大的变化才能更好的适应企业。在实践过程中，我们通过和员工的交谈，再加上伏女士的点拨，以及各自的观察，总结出了下面几条。要想成功的从学生变为员工，至少要做到以下几点：

#### 第一，由“是什么”转变为“做什么”

校园里的学生更喜欢探究了解事物的本质，非要弄出一番道理才知足；但企业里更注重的是以实践为前提，可行性与成本效益一旦作出合理评估，即可采取行动。换句话说，校园型思考喜欢冠以抽象的概念，而企业工作者更侧重做什么，从何时做，何处做，并如何达到最佳效果。一句话：学生喜欢抽象具体，但员工需要具体抽象。

#### 第二，由“别人提出问题”转变为“自己发现问题”。

作为一个学生，等待老师出题目是再正常不过的了，被动的应付考试导致学生产生一种制约式的处世观。然而，来到职场之后，我们必须以主动积极地态度，不断地寻找自我突破，不断寻找问题，思考问题，解决问题，才能自我成长、脱颖而出。一句话：学生习惯被动应付，但员工需要主动探求。

#### 第三，由“一个人独立解决”转变为“大家共同解决”

在学生时代，大家都被教育要独立完成作业、要独立参加考

试。但是在企业里则不是这样，员工们碰到的问题都是错综复杂，涉及多方面的，单凭个人的主张见解，恐怕是找不到问题所在的，更拟定不出合理的对策。所以，需要集思广益，结合各个专业的特色，共同合作。一句话：学生善于独立奋战，但员工需要协同作战。

第四，由“为自己”转变为“为大家”。

校园里的学生都深信，只要自己努力学习，就可以换来好成绩从而换来身边老师同学的尊重。所以学生的学习都是以自我为中心。但企业的工作是一个整体，是需要各个环节共同努力才能做好的。团队中每一个人都要扮演一定角色，必须互相协作支持，才能产生成效。也就是说，我们要追求的`不是个人利益最大化，而是集体利益最大化。一句话：学生总是自私自利，但员工需要无私为工。

第五，由“注重智商开发”转变为“注重情商开发”

校园里智商高的学生，不论他的情商如何，似乎总是可以拥有好成绩从而进入好大学。但是在企业中，智商固然重要，但情商高的人才能够控制好自己的情绪、能够自我激励、能够正确对待自己，能够客观看待同事，能够适应各种环境，能够正确处理各种关系。所以这类人才能够更好的完成工作。一句话：学生习惯纯脑劳动，但员工需要全面发展。

所以，总的来说，学生从学校到工作岗位真的需要很大程度上的改变。而这次社会实践，才让我们熟悉到了这一点：大学生在思想上、心理上、学业上往往不够成熟，但由于多方面原因，大学生们经常以我为中心，自我感觉良好，常有“天生我才必有用”的豪气。可实际上，很大一部分大学生的素质与真正意义上的成才有着极大的差距。

四、药厂实习结果：

在为期几个月的实习里，像一个真正的员工一样拥有自己的工作卡，感觉自己已经不是一个学生了，和上班族一样上班，天天8:00(20:00)在---集团集体宿舍门口等候公司专线车接送我们上下班，实习过程中我遵守公司的各项制度，做到了不睡岗，托岗，闯岗，不缺勤，没发生过重大事故，虚心向有经验的同事学习，认真的完成领导下达的工作任务，并把在大学里所学的专业知识运用到工作当中，下班休息之余扩充自己的专业知识，使自己在工作中更有竞争力，在实习过程中我：

(1)了解药厂厂区布局，车间布局，熟悉相关原则；

(2)熟悉车间工艺流程，学习gmp知识和安全知识的学习，把理论与实践相结合；

(3)了解各部门日常工作，提高沟通及人际关系处理能力；

(4)体验上班族生活。丰富专业知识，积累工作经验，为以后走上工作岗位打基础；

(5)找到自身不足之处，早日弥补，增强自己适应社会能力。

五、总结：

总之，我们在本次对一省一药业的社会实践活动过程中，检验了自身的能力，并在与企业中的员工甚至治理阶层的比较中，明显的发现了自身经验严重不足，观察问题、分析问题、解决问题的能力严重不够等等问题。我们也通过这次社会实践开阔了视野，接触了社会现实，在社会这个大舞台上感受和体验了许多书本上学不到的东西。

社会实践中大学生熟悉自我、完善自我与熟悉社会、服务社会之间的关系是密不可分的，也是相辅相成的。树木要成材，不是在温室，而是在肥沃的土壤上吸收天地日月精华，经受

风霜雨雪考验。大学生要成才，不应只是在大学这座象牙塔里“风声，雨声，读书声，声声入耳”，而应在社会这个广阔天地里自我历练，作到“家事，国事，天下事，事事关心”，真正在熟悉自我、完善自我、熟悉社会、服务社会的社会实践中成长为社会英才。只有熟悉了自我，完善了自我，才能更好地熟悉社会，服务社会；只有在熟悉社会、服务社会的过程里才能更好地熟悉自我、完善自我。