# 大一学习生活实践总结

来源：网络 作者：深巷幽兰 更新时间：2024-10-05

*一、写在前言 记得一句话：大一的迷茫是青春的忧伤。不管我们眼中别人的大学过的如何丰富多彩，如何激情澎湃，终究要走自己的路，才能深刻体会大学——这一深刻的词汇。 和所有高中生一样的梦想与激动、幻想，走进为之寒窗苦读十二载的大学殿堂，说实在的...*

一、写在前言

记得一句话：大一的迷茫是青春的忧伤。不管我们眼中别人的大学过的如何丰富多彩，如何激情澎湃，终究要走自己的路，才能深刻体会大学——这一深刻的词汇。

和所有高中生一样的梦想与激动、幻想，走进为之寒窗苦读十二载的大学殿堂，说实在的，我们很多时候都活在一种混乱的幻想之中——没有方向，没有目标，一味寻找大学让我们刺激、新鲜的事儿，挥霍了我们最美好的年华。一旦这种假象被生活无情的撕开，我们必将陷入无限的恐慌中——这就是大学不该有的悲哀。

二、 我眼中的大学

何谓大学呢？首先，大学是“学以载道”：学，是我们终身的途径，活到老学到老，学习专业技能，培养专业意识，提升专业素养；道，使我们终身的目标，人法地，地法天，天法道，道法自然，抛开传统的孔孟仁义观念，在当今时代下，道是我们生存的法则，修身养性，自我提高，做个有道义的人，才能“齐家治国平天下”。

其次，大学是“优而不惑”：优，纵观千万计大学生，为国为社会做了多少贡献，大至宇宙航空，小至纳米材料，一名优秀的大学生是可以在国家需要的时候挺身而出，书写一段可歌可泣的壮丽诗篇的。不惑，意在不受外界诱惑，这个世界越来越文明，也越来越充满诱惑，充满浮躁感，以至于大学生心高气傲，眼高手低，我们就要学会不惑，保持平静之心，抵御各种诱惑，潜心修习，养心怡情，方是大学之道。

三、 我的大一·学习篇

经过大一一整年的学习与适应，对专业有了一个很好的定位，明确了专业规划、就业前景，以及怎样去看待应用心理学在社会中的地位，怎样调节自身与应用心理学专业的平衡，按部就班的做好“早适应、准定位、明目标、深钻研”四步骤，每一个本科大学生的前途是美好的，就在于怎样去描绘，怎样去把握自己的未来，为以后的美好前程添砖加瓦，总的说来，大一这一年，除了适应高中生向大学生的身份转变之外，还多了一点，就是多想多思、多行多探，培养自我独立意识，批判意识，多维意识，更要做一个生活中的有心人，增强责任意识，更要培养坚韧性格，这些我不敢说全部做到，但我正在路上，孜孜不倦的追求着……

根据专业的特殊性，应用心理学专业所学知识广泛，内容更是抽象，记得我们这些文科生学解剖生理学的时候，一问三不知，或多或少的走了不少弯路，也有灰心丧气、产生动摇的时候。好在很快适应了专业特征，再加上教授们不遗余力的教导，对心理学有了明确的认识、定位，像这种文理兼有的性质学科，发展前景其实很大，毕竟可用范围广，专业辐射面大，虽然我们还是没有完全抛弃那种高中死记硬背的传统，到了考试进行突击复习的模式，但是呢，这些所学过的知识还是或多或少的进入我们的记忆中，成为长时记忆的一部分。记得一位名人说过，你不能热爱一门学科的话，请试着去亲近这门学科。这句话放在我们身上再好不过了。这里要做个检讨，对于本专业，我的积极性还不强，投入度不够，对于一些课外的专业论文、文章没有去阅读，就连图书馆除了期末复习的时候，我很少去，从下学期开始，就要常常出入图书馆，充分挖掘这座知识宝库，不断充实自己。

四、我的大一·生活篇

来到应心2班就是一种缘分，我们珍惜很现在班级这种的友情，大家就像一个小家庭似的，充满了温馨之感，班级团结，班风良好，学习氛围甚浓，课余活跃。一帮兄弟姐妹们，不管语言差异，不论风俗习惯，聚在一起，总是笑声不断，这是我理想中的校园生活。在其他方面来说，我异地求学，独立意识增强了，在生活方面能够照顾好自己，我是一个比较注重享受生活的人，喜欢出游，每到周末总喜欢约上三五好友，外出走走，散散心，看看风景，不枉大学四年风华。平日里，对电脑的过度使用，是我的一个老毛病了，上网、游戏、看电影占的时间较多，这个必须克制自己，把更多的时间留在学习上。

我从觉得一个人的生活会很无聊、孤独。周老师说过，一个人独处的时候，是进行自我反省的最好时机。或者说是，一个人独处也是一种美，可以冷静到思考很多问题，可以静下心来去想想以后的路该怎么走，再进一步说，就人生的意义进行一番探讨有何不可呢？

五、 我的大一·实践篇

进入大学，进入学生会，理所当然的是大学生活进行实践，锻炼自己的最佳选择，而我像很多大学生一样，踌躇满志的加入到校学生会中去，成为自律委部下的一名干事，踏实进取，赢得了主任，副主任的一致认可，锻炼的目的已达到，综合能力得到了进一步的提高，在待人处世方面的能力，也有明显提升，培养了大局观，整体性，对突发事件的应急处理敏捷度。这些东西正是我进入社会所需要的，可以说学生会给了我锻炼平台，给了我施展自己能力的舞台，必将受益无穷。

大一下学期，在班委换届选举中，被推选为班干部——生活委员，我很珍惜这个机会，我尽职尽责，做好自己的分内之事，处理好班级同学之间的关系，做好班级上的清洁安排，及时传达学院生活部的任务，在平时里，我和其他班委开展一些活动，比如“破壳日”活动，周末游线路推荐，尽我所能，给全班的兄弟姐妹们带来一个愉快的课余生活。

六、后记

我挥一挥手，大一的路已经远走，我望一望眼，大二的梦依旧还在。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找