# 【热门】大学生实习心得体会六篇

来源：网络 作者：暖阳如梦 更新时间：2024-08-05

*【热门】大学生实习心得体会六篇大学生实习心得体会 篇1时间过得很快，转眼来公司已经半个多月了。虽然时间不长，但我着实有一些不同于以往做兼职时的体验和收获。7月1日正式报到，这一天对我来说可以算作是一个里程碑了，因为它宣告着我学生时代的结束，...*

【热门】大学生实习心得体会六篇

大学生实习心得体会 篇1

时间过得很快，转眼来公司已经半个多月了。虽然时间不长，但我着实有一些不同于以往做兼职时的体验和收获。

7月1日正式报到，这一天对我来说可以算作是一个里程碑了，因为它宣告着我学生时代的结束，也标志着我第一份正式工作的开始。于我而言，进入到这样一个新的行业，接触新的人，忐忑的心情自是不必多说。但幸运的是，在这段时间里，我得到了来自公司里所有人不同程度上的帮助，这让我感受到温暖，也觉得不是那么无助。但在职场毕竟不同于在学校，所以，调整好心态，一切从零开始。

刚来的几天我真的完全不知道该做些什么，也不知道该从何做起。于是帮忙装装样品，认识认识单词；看看老人儿留在电脑里的材料；观察周围同事的一天是怎样度过的；再就去逛逛福步论坛，看看别人都是怎么从新手修炼成白骨精的。说实话，通过我自己的观察以及从不同渠道了解到的信息，让我觉得外贸这个行业并不是谁都能做，即使能做也未必就能够做好的。特别是在领导跟我讲完作为一名外贸业务员应该具备的素质后，我更坚信了这一点。那天外国合作伙伴的到来，更让我知道自己要学习的不仅有外贸理论、产品知识，还有为人处世的方法和英语。虽说我的专业是英语，但我的英语却不够专业。我想在接下来的工作中，英语的学习也不容忽视。很感谢领导为我订购的关于外贸方面的系列书籍。让我能够通过书本对我所从事的工作有一个递进式的了解。我学到了一些，但也有不少困惑的地方。因为有太多东西都不明白，所以反而不知道要从哪问起，从哪学起。

这就如同对一个连主系表结构的单句都弄不明白的孩子去讲解各种从句的用法是一样的道理。但是不怕问题多，不怕学不会，就怕不思考，不肯学。小楚教我做商检的材料，尽管做起来我还是有这样或那样的问题，但我知道从这一次一次的错误中我在慢慢改进，也在不断学习。

很感谢公司给我学习的时间以及犯错的机会，更感谢领导所给予我的宽容。现在的我像刚学走路的孩子，会踉跄，会摔倒；但最终会走成什么样子谁都不能过早的下结论。也许我天生就是个瘸子，注定了要走不好；也许我是个运动健将，思想汇报专题没准儿走几次就会跑了。目前，我还不能判断自己是不是适合做这个行业，也不知道我能不能在这里做到试用期通过的那一天，但不管最终的结果是什么，至少现在，我没放弃，我会努力！

大学生实习心得体会 篇2

经过这几天的仿真实习，我们练习了离心泵、换热器、精馏塔、石油常压减压精馏装置和锅炉的开车仿真。通过仿真实习我们可以了解基本单元操作方法，增强对工艺过程的了解，熟悉控制系统的设计及操作，学习复杂控制系统的投运，学习安全和规范化操作同时增强我们训练排除故障的能力。

下面我将具体讨论下对于锅炉单元的开车流程和操作体会。

（一） 在仿真操作前腰熟悉工艺流程，熟悉操作设备，控制系统，开车规则

在锅炉加热的单元中。锅炉本体由省煤器、上汽包、对流管束、下汽包、下降管、水冷壁、过热器、表面式减温器、联箱等组成。省煤器有四组，主要作用是预热锅炉给水，降低排烟温度，提高锅炉热效率。上汽包由百叶窗、旋风分离器、水位计等组成，主要作用是汽水分离，连接受热面构成正常循环。水冷壁由，主要作用是吸收炉膛辐射热。过热器分低温段和高温段，主要作用是 使饱和蒸汽变成过热蒸汽。表面式减温器由主要作用是调节过热蒸汽的温度。

（二）分清各个操作流程的顺序性

要求分清操作流程的顺序主要有两个原因：第一是考虑安全生产，如果不按操作顺序开车回引发事故，第二是由于工艺过程的自身规律，不按操作顺序就开不了车。因此操作步骤之间的顺序至关重要不能随意更改。

在锅炉单元中，需要先启动供水装置，然后做点燃锅炉的前期准备，再通过高压燃气对锅炉进行加热，接着锅炉并气，之后逐渐增加锅炉的负荷，最后通烟气使锅炉正常运行。

（二） 分清阀门应该开大还是开小

当手动操作一个调节阀或者一个手操阀时，首先要搞清楚阀门应该开大还是关小。阀门的开和关于当前所处的工况以及工艺过程的结构有直接关系。比如在锅炉单元中当开小HV-29时就会使PIC-01的压力检测值上升，当上升至4.00MPa时系统就会报警，这里HV-29是向上气体的排空阀。同样当我们关HV-30就会使TIC-01的温度上升。

（三） 操作切忌大起大落

大型化工装置中，无论是压力，物位，流量或温度的变化，都呈现较大的惯性的滞后特性。如果当被调变量的偏离期望值较大时我们大幅度调整阀门，由于惯性和滞后的存在，一时看不出变化，因而暂时看不出变化，而一定时间后又出现被调量超出期望值，同样又急于扳回，导致被控变量反复震荡，难以稳定。

比如在锅炉单元中对除氧器的注水中，由于液位的上升有很大的滞后，因此如把阀门开得过大难以将LIC-02的液位稳定在400mm。

（四） 先低负荷开车达正常工况再缓慢提升负荷

先低负荷开车达正常工况再缓慢提升负荷无论对于动设备还是静设备，无论对于单个设备还是整个流程，都是一条开车的基本安全规则。

如在锅炉单元中首先将水量控制在10t/h，然后再并气后达到15t/h最后达到65t/h，这样逐渐增加生产负荷不仅能有效的发挥设备的最大安全生产负荷，又能够达到安全开车，防止在开车过程中发生事故，毁坏设备，造成重大损失。

（五） 建立物料平衡的概念

在一个具体单元中总体的进物料量和出物料量是动态平衡的，能量也是如此，因此可以通过这个平衡来间接判断设备的运行状态，来合理的调整开车步骤，把握各个环节的开启时机。如在锅炉仿真单元中，由于已将锅炉的液位调在自动上，因此锅炉的蒸发水量和进水量达到动态平衡。在锅炉升压，的过程中可以通过判断进水量的多少来判断产出蒸汽的量，以合理把握并气的时机。

通过仿真实验，能让我们更深入地了解生产装置的工艺过程，理解理论与生产实际相结合的作用，在减少对实际生产干扰的情况下，提高操作水平，让我们熟练掌握一些常见事故的处理方法，减少突发性事故和误操作，可以方便地让我们掌握不同岗位的生产运行操作技能，达到一人适合多个岗位的生产操作要求，提升我们的全面生产操作技能。

大学生实习心得体会 篇3

随着春回大地，枯木逢春让这个寂静的世界重新回归到了生气。而白衣天使的降临更让这个世界多了一份纯洁，犹如锦上添花。走在田间，油菜花正开的茂盛。看，金灿灿的花朵在奔放、在呼喊、好像是再说春天来了，春天来了。听，忙着采花蜜的昆虫嗡嗡的作响，好像是在说健康、健康。辛苦的劳作，只要有付出就会有回报的。这些景象使到处都是一片生机勃勃的景象。岚山满园的盛开，随处可见娇滴滴的露珠与花叶为伍，微风拂来好像是一个窈窕淑女在荡秋千；桃花的粉绿是让人沉醉的，犹如一个小女子羞答答滴！

不知不觉我已经回来实习差不多半个月了。一开始我以为会把我分到急诊科或者消化内科去，可后来我发现我想多了，我真的是想多了。老师居然把我和另一个小伙伴分到儿科去了，在将近半个月的儿科实习过程中，我从刚进入科室的头一天星期的拘谨到现在可以和老师时不时的开一下玩笑，唠唠家常，谈谈以后的医学大计。带我的老师是儿科的副主任周老师，记得她第一次谈话的内容，我记忆犹新：

1、我们也是从医学生到医生的这个角色转变而来的，我们作为一个医学实习生一定要把这个角色转变适应，要相信自己，病人与家属才会相信你。

2、我们一定要以病人的健康为中心。

3、我们一定要细心，多问几个为什么。不懂就要问，要不耻下问。老师不会因为你问的问题非常简单就不回答你，每个老师都喜欢好学的学生。

4、每天待在医院是有好处的，没事的时候多看看书、看看病历、跟着值班医生去接诊病人，多注意他的做法与用药规律，每个医生都有自己独特的用药习惯，因为只有这样才能学到东西。她对待病人总是微笑、温声细语的询问，非常耐心的倾听病人及其家属的问题和建议，她总是为病人着想所做的诊疗计划全是按照实际情况来指定的.。每次去查房的时候都会认真的与病人交谈，她的一些做法是值得我学习的，相信对我的医生生涯一定会有帮助的。

在这个科室，主要的常见病多发病是支气管肺炎、急性肠胃炎、急性上呼吸道感染和新生儿黄疸。将近半个月的深入病房的查房工作，虽然和老师去查房比较好，但我总是习惯在下午的时候自己到病房去问问他们的情况。有些特殊的病我总是和我的小伙伴一起去，和她共同探讨。有几个小朋友跟我真的是很有缘啊，分别是29床、47床和65床的每次护士帮他们打针的时候总会哭，但一看到我的时候就笑、抱一抱他们他们打针的时候都不会哭了。看来我和他们还真的是有缘分啊，哈哈！其实在儿科大部分家长们对我都挺有礼貌的，也很配合我。也许这就是一种信任的体现吧。只是个别家长对于我这样的实习生可能多多少少都会有些不信任，因为都是为了孩子我也能理解。为了以后能够获得更多家长的信任我想现在我唯一能做的就是要积极摆脱这种不自信负面情绪，要对自己有信心更、要不断看书补充知识、不断发现和问题解决问题，只有这样不断的去充实自己和提高自信心才能成功。

就像老师说的：要以病人的健康为中心。而我只希望大家都能够平平安安的，如果这个世界没有疾病和痛苦，那么有多少家庭虽没有足够的钱财但却能让家充满爱和快乐，共享天伦之乐。其实这是我最希望看到的，平安是福啊！钱财无数，不如平安是福！

大学生实习心得体会 篇4

近两个月的实习，使我真正体会到做一位老师的乐趣，同时，它使我的教学理论变为教学实践，使虚拟教学变为真正的面对面的教学。近两个月的实习，现在回想起来，短短的实习生活，感觉可以说不错，真的很不错。当我漫步在实习的校园里，那出自学生的一声声“老师好。”“老师好”的感觉真好，我有时觉得自己是不是被叫上瘾了。呵呵。

我实习的班级是二年级201班，一大群八、九岁的小孩子，又可爱，又活泼，又好动，又调皮。记得我刚到课室的第一天，下午就有的同学送了自己画的画给我。我非常感动。

听了一周的课之后，我开始走上讲台，开始了自己的第一篇“处女作”。当然，刚开始心情特别紧张，由于经验不足和应变能力不强，课堂出现了“讲课重点不突出，讲课顺序不清，师生配合不够默契”等等。针对出现的问题，指导老师要求我多听课，多向经验丰富的教师学习，并且面对面地指出教案的不足以及上课时存在的缺点。帮助修改教案，她们没有丝毫的架子，有更多的是朋友般的亲切交谈。

为了弥补自己的不足，我严格按照学校和指导老师的要求，认真仔细地备好课，写好教案，积极向其他同学和老师学习，多多向人请教，把握好每次上课的机会，锻炼和培养自己的授课能力。

在上课的过程中，我遇到了许多困难：譬如学生的不配合就常常令我痛心疾首。当时有人建议我使用强制的方法。如罚站、罚蹲等。诚然，这种方法可以勉强维持课堂秩序。然而，这也无疑加深了老师与学生之间的隔阂，甚至使学生产生厌学的心理。作为教育工作者，就要想方设法创设民主和谐的教学气氛，在教学活动中建立平等的师生关系。而且教师要把自己当成活动中的一员，是学生们的良师益友。我取得的教学效果还不错，有几个很调皮的学生在上我的课时认真多了，还积极举手回答问题。

八、九岁的小孩子很好动，而且注意力非常容易分散，这样很容易开小差，影响教学效果。为了改善这种情况，我给每个小组在黑板上加小红花，哪个小组认真听课，就给哪个小组加小红花，这种方法取得的效果果然好。以前常常因为学生在下面开小差，我喊破嗓子都没办法控制，现在却可以很好地控制课堂，直接向课堂要效益了。

俗话说：“知之者不如好知者，好知者不如乐知者。”兴趣对于一个小学生来说是至关重要的。我的体会是必须把学生的学习兴趣调动起来，使他们在快乐中主动学习。无论是上语文还是数学，我都采取以学生为主，老师为辅的教学方式，课堂只要是以学生的朗读和提问为主，然后让学生充当小老师的角色讲评，我再加以补充、纠正。因为课堂都是以学生讲为主，充分调动了他们学习的主动性和积极性，由“要我学”转化为“我要学”的教学方式。激发了学生浓厚的学习兴趣。

小学二年级的学生喜欢炫耀自己，于是我根据他们的个性和年龄特点，非常注重鼓励他们。只要他们答完问题，我都用鼓励性的语言对他们说：“真好”、“真响亮”、“还不错”等等。他们得到老师的赞扬，积极性提高了，久而久之，就养成了敢于举手回答问题的习惯了，而且，同学回答问题很好的，我就叫所有的同学用 “棒、棒、你真棒!”的激励话语来鼓励他们，这样，充分活跃了课堂气氛，学生情绪饱满，起到了很好的教学效果。

批改作业，纠正学生的错误是非常重要的。我在纠正学生每个错误的时候，写上激励的评语，并在评语中强调订正的重要性，并根据各个学生的情况加以勉励之，开导之。对那些在我要求订正之后依然不订正的学生，我在作业上写明。我的指导思想是不断给学生纠正错误的机会，直至认识了错误并改正为止。对于个别情况的学生，我会辅导他们，直到他们主动改正错误。身为一位教育工作者，就是要有这样的耐心，才能把学生的缺点纠正过来。

整个实习期间，我觉得班主任的工作最令我难以忘怀。由于二年级的学生都还小，自我组织和约束能力都还很差，特别是后进生更差。这就需要老师牵着他们走，告诉他们应该怎样做。我特别注重对后进生的工作，要实现“没有教不好的学生”的教育理想，因为我相信没有教不好的学生，只有教不好的老师，因此，我非常注重我自身素质的提高。在这方面，我绝不训斥他们，而是耐心地教育他们，跟他们聊天，了解他们，对症下药。制造机会让他们参加班里的活动，让他们知道，老师是重视他们的。学习成绩好只是孩子健康成长的一个方面，不能因为成绩不理想就怀疑孩子的能力，因为才能是多方面的。在我的悉心努力下，班里的几位后进生成绩都有了显着的进步，他们以前考试从不及格的，在接下来的语文和数学2个单元测验都及格了。

从中我深深体会到，对那些后进生不能只是一味地训斥，罚站，罚蹲，而要了解他们的内心世界，对症下药。

时间过得真快，短短的近两个月实习生活已经结束了。这近两个月的实习使我的教学经验得到了一个质的飞跃，我学到了很多书本上学不到的知识。“知识是永无止境的。”在取得好成绩的同时，我时刻不忘超越自己，面对教育事业的满腔热情，将鼓舞着我不断前进。

大学生实习心得体会 篇5

在几个月的实习生活以来。我学会了很多,也懂得了很多从生活中没发获得到的知识和道理。回顾实习期间以来,从那天真的我直接到经历了生活中的挫折和失败,到现在稳重和冷静的我,使我明白了一个道理:人生不可能存在一帆风顺的事,只有自己勇敢地面对人生中的每一个挫折和失败,才能通往自己的罗马大道。在实习期间里,我有失落过,烦恼过,悲伤过。有时觉得自己放手让时间在自己的手里流走,可能是或者我的缺陷和不足。但我知道这是上天对我的一个考验,但在每次失落的时候我都会反省过来,告诉自己清楚自己应该做的是什么,在挫折面前我们应该善用于扬长避短的方法来促进自己,提高自己的综合水平能力。在学习方面虽然自己普通平凡,但是我会努力提高,做到最好,不管遇到什么困扰我都不会跌倒,我会不懈努力。

在这几个月的锻炼里,给我仅是初步的经验积累,对于迈向社会远远不够的,因此我要努力获取更多的经验和社会实践能力,我的未来不是梦,只要自己努力过,成功是不会拒绝你的。

一、个人表现。

1、严格遵守单位各项规章制度。上班伊始,我认真学习实习单位的各项规章制度,并牢记于心,时刻提醒自己严格遵守单位各项规章制度。如坚持每天上班提早到单位,打扫办公室卫生,为同时创造一个干净的工作环境。

2、认真学习有关专业知识。我在办公室经常看一些关于写作的书籍,参考一些机关文件及以往的资料,试着写一些心得体会,并向前辈老师请教写作相关的知识。

3、主动与同事交流,了解单位情况,听取同事对自己的批评和建议。

4、积极参加单位组织的活动,如负责帮助国培计划。

二、个人收获。

首先,心态的转变。要知道作为一个即将面临毕业的大四学生,通常对自己的今后,感到很迷茫,而且有一种眼高手低的通病。经过这几个月的实习锻炼,让我认清了自己,并改掉眼高手低的毛病,真正地从基础做起,从小事做起。

其次、对自己的岗位有了初步的认识。教务处作为一个综合性地科室,担负着上情下达、下情上报、对外交往和后勤服务等繁重工作,处于协调各部门、连接领导和基层的枢纽地位,是学校的信息中心、服务中心、参谋中心、运转中心和指挥中心。做为教务处的一员,不是简单的往凳子上一坐,听听电话,发发文件,需要的是眼活手快、会写能跑。因此,今后我要加强这方面的锻炼与学习。

第三、适应新的工作环境。以往自己总是很懒,不愿意做事,总感觉什么事一定会“船到桥头自然直”,因此实习期间吃了不少的苦。经过同事们的帮助,自己渐渐的适应了新的工作环境,也学到了学校书本上没有的知识--与同事相处的方法和积极地工作态度。

三、认识自己的不足。

经过这几个月的实习,收获良多,同时也认识到自己的不足。在工作上,有时比较粗心大意,不够细心,干事谨慎有余,以至于缩手缩脚;在生活上,对于自己要求不太严格,在学校的一些坏毛病没有彻底改正,自己做错事时,带有一种得过且过的心态;在写作上,基础比较薄弱,脑子里装的东西少,写东西时需要辅助工具,比如电脑等,不能独立的完成写作。

四、今后努力的方向。

1、加强相关业务知识的学习,提高写作能力。多看有关写作方面的书籍,经常阅读文件。

2、积极参加自学考试,从中提高自己的认知水平,改变心态。

3、爱岗敬业。

最后,其实在我看来,做任何工作,不外乎要好好的生活。所以,我对自己定的标准是,竭尽全力的做好自己应该做的事,同时也要尽最大的力量保证自己的身体健康,保障自己良好的生活状态。

坦白讲,这是我过的最充实的一次实习,之所以说充实,而不是单纯的累,是因为我学到了很多我渴望的知识,补充了很多我需要的技能,得到了心理上极大的满足。

生活于我,就像一杯淡香飘远的清茶,值得静下心来,抛开杂念,细细品味。很开心自己能在迈出大学校门之前,这样标准化的过了一段职业人的生活,对自己的专业、工作态度以及心态都是一次很好的磨练。

实习结束了,但是新的生活正在慢慢展开。正是有了这次“职业人”的经历,在最后一年的大学生活中,我会好好把握每一次学习的机会,有意识的锻炼自己职业化的思维模式,以真正的职业标准要求自己。这样,在我一年后脱离了母校光环的时候,能够真正的在这个挑剔的社会上拥有自己的一席之地。

最后,还是要感谢一个人-----老师。这个老师对我的影响很大,他不是一个人,而是很多个在我的成长过程中无私的帮助过我的人们。他们是师长,是朋友,是同事,是每一个在我的成长道路上为我指明方向的人。没有他们,我不能这样健康的成长。

大学生实习心得体会 篇6

顺达石粉厂是我窥视社会的前站，20xx年7月13日至20xx年8月7日我在这里学习了25天，从学校到社会的落差是我对这里的一切都充满了兴趣。从一来到这里我就喜欢听人们的的个中谈话问他们关于这个厂了一些事，从他们的谈话和回答中我逐渐认识了这个我认为不像厂的厂子，我开始认为她是杂乱而无序的，怎么会在二十一世纪的科技时代生存这么多年呢?后来我发现她也有她的生存模式的独特之处和丰厚的生存土壤，在中国大量劳动力闲置，产业科技要求相对较低，还有广阔的市场前景。

我逐渐了解到了厂子建的设体制完全是家庭式的生产单位组成，这个年产量略小于1.5万吨的小厂就是由5个家庭单位组成厂子骨干，也有少量散工。且新疆地处西域还在科技辐射区域之外，并且市场需求量大用途广，其产品为不同大小碳酸钙颗粒，其大粉粹机下六个产品主要用做建筑材料，如很多花岗岩地板的材料就是小棒或中棒掺入水泥干后打磨而成的，不仅美观还防水结实耐用。其余由这六种中的滞销产品深加工为更小的8目、10目、20目、40目、60目、80目六个产品颗粒，分别适用于大小牲畜的饲料添加剂，如鸡鸭鹅用40、60、80目的而猪牛羊则用8目10目合适，还有部分产品应用于化学工业和化工中钙试剂及相应产品的生产。

在这二十五天里，通过各方观察得出该厂饲料和建材的成本核算如下：矿山一年下料约1.5万吨，税费10万元/年(约6.1元/吨),放炮费12元/平方(约5万元/年,3.3元/吨)，矿山下料费10元/吨，运费8元/吨，粉料5元/吨，电费1.6元/吨,筛料14.5元/吨,袋子8元/20个,电费0.3元/吨。小粉粹成本合计：10+8+5+14.5+6.1+1.6+8+0.3+3.3=56.8，建材成本合计：10+8+5+6.1+1.6+3.3=34。饲料买价为100元/吨，成本按60元/吨算其利润率为(100-60)/100=40％，建材卖价80元/吨，其成本按35元/吨算，利润率为(80-35)/80=56.3％，该厂年收入为13000\*100\*40％+XX\*80\*56.3％=610080。

现有的生产流程及生产设备和我思想中的改革方案及改革优势。这类厂都是将厂分为两部分矿山和厂本部，矿山条件艰苦没有电，完全是日出而作日落而息，没有相关的娱乐和放松条件，使得员工没有做够的动力很难在此常年落脚，员工有很强的流动性，也是限制开山下料量的一个因数。生产工具较之上个世纪以有很多进步但任然很落后，除空压机外，其他工具(如锤子簸子拉拉车)很是缓慢且效率不高还很费力，如要想提高产量减少成本，除考虑市场因数外这是重要环节，其车辆运输也很慢，四个车3个12吨一个13吨还要要等粉料工粉完了在能进行下一次运输。我考虑的改革方案也是现在在一些同类厂子开始实施的方案，是被实践证明了的真理，改用挖机铲料装车，车也换成15吨～19吨的翻斗车，提高运输效率。

提高矿山的年下料量，借此机会开辟更加广阔的市场，如果市场达到饱和，也可一将建材产品堆积起来(本部地势宽广无需考虑地方不够问题)，尽量是矿山产量达现在的三到五倍就节约了每年税费而是到四十万元，可进一步减少成本和对矿山的年年操劳。对于厂本部，我认为该现在的两梯式为三梯式，经过我观察和思考在本部制约产量的环节在筛料上，由于筛料劳动量大又考验工人技术，一般工人承受不了这种活，急需改革设备。由于两梯式只有粉料粉粹机和筛子的落差，没有筛料的小粉粹机的落差造成了要靠人工将石料送入一米左右的喂料口，其难度和速度就由想便知了。如加一梯改用更大更结实的闸阀式喂料口，可达到无人控制，自然提高成品的出产速率。虽然我认为的改革方案只有初步思路，但相对投入小，风险也较低，一旦改革成功还会缩减工人，降低工价，增加利润率，扩大市场。

从库米什回石河子的车上，这二十五天的经历灌满了我的脑子，在场矿山上，我又看见我手拿二锤锤着那比我还大的石头，我又看见我拿着耙子钩着那钩不完的石子;在粉料场上，我挥动着铲子不停的向喂料口铲入石子，左背依然有些发麻;在出料口拖动着那明显过于沉重的产品口袋。仿佛我又游走于堆料场与运货车之间，只是我的步履有些沉重…看看手上的新茧子，想想对这类厂子的各方面认识，觉得还是在干活是从脑子里闪现的思想火花更加珍贵。我想如果我们多看看我们父母手上那可以用刀刮的成年老茧会想到什么?如果算算一年一万，按14.5元/吨算，我这些年用的钱足以堆成多么高的一座山，而这座山是父母被过的一座山，如算上前几年物价上的差距，我没法计算，父母背上的这座山有多重?我心中产生了油然的敬意,我的父母真的很伟大。无论是要传承他们的精神还是感恩，我们都应向我们的父母学习，我所谓的学习并非指科学知识和文化水平，而是一贯我们生命始终的难得的精神品质。这是他们身处重重困难与无奈时，为生活而四处闯荡，为了家庭子女坚持克服生理和心理的种种问题，最终落下各种疾病，做出种种牺牲。这是我们的精神财富，我们应充分学习并利用这笔财富。

每当我无法坚持时，看着父母那仿佛自如的身影，我感慨良多也使我咬紧牙关坚持下去。这时我思绪快如闪电，认识到子女在父母心中的位置，心理学中以“自我实现”为最高人生需求，我觉得干这种活别的任何动力都不足以让他们在这里坚持这么多年，但在这里却有很多这样的父母，只有一种合理的解释——以培育子女为人生自我实现——都么伟大啊!我还从中得到了很多感悟和认识。第一，我认为子女对父母的帮助不应该是父母挑不起了帮他们挑挑，父母背不动了帮他们背，在他们为了培养我们而干了若干年的行业里，我们远不如他们，在这方面我们永远是“孩子”，我们怎么帮啊?我们被累趴下了，他们还“神情自若”，我们应该有我们帮助分担父母的方式方法。在我们自己的领域充分的向前渗透，用我们在自己领域的成就去减轻父母肩上的担子，使他们感觉到谈们的付出是值得的，使他们的精神得到慰藉，这比什么都要强，比千万句祝福的管用。其次，我想我们应有自己的一技之长。

从我多次和他们从事同样的事而结果都与他们相去甚远看，我觉得他们在成年累月的重复相同动作时已经有了自己的一技之长，在他们的领域里并算得上是佼佼者了。尽管他们的行业在我们看来是纯粹的体力活，但以一而推之，我们只有拥有了自己一技之长才能在自己的领域有发言权，才能有比较稳定生活和叫高的幸福指数，才是我们人生追求的最低目标。第三，大学生并非一文不值。从全国给大学大学生的就业形势和全国高校教育的扩招和改革看，大学生不再是几年前那么紧俏，甚至有悲观者认为大学生一文不值了。在矿山放炮装药时，当负责人知道我是大学生且没装过药时，就很有亲和力的让我跟他一块装药，并叫我这么做这怎么做那，让我很快学会了装药，的连接放，使我很快就能独立装药。第四，遇事不慌、做事不急并要坚持不懈达到最终目是做事成功的基础。古语有云：“欲速则不达”，做任何事都应遵循事物本身的规律，有计划有秩序有目的的一步步逐渐完成的，成功只是在意料之中，失败才是意料之外，急躁和盲动都是徒劳并会适得其反。在现在这个浮躁的社会中，“愚公精神”也是值得我们学习和运用的，现在想起学《愚公移山》时的那句老话——愚公不愚，智叟非智，当时我不理解现在我是明白了，愚公是在明确目标——移山——的前提下，进行了为达自己目标坚持不懈的努力与追求，是很多自认为聪明人想都不敢的事。

这次社会实践体验，我才理解了《天道》里部分关于文化属性的讨论，懂得到了“透视社会有三个方面：技术、制度、文化”。确实是那样，我也认为我这次的收获在人生问题的思考上要重于对厂子制度结构上的认识。这次算是给我干瘪的心田下了一场小雨，我那依然干瘪的心田期待甘霖的浇灌。

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