

最新大学生生活感悟及心得体会(模板7篇)

心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

大学生生活感悟及心得体会篇一

打扫过之后要用吸尘器清算地毯，这里还要让吸尘器的吸口顺着地毯的文理挪动，这样就既不会损坏地毯又能打扫干净地毯。最后一步就是把房间耗费掉的物品补上，假如有丧失的物品，则要记载并上报主管。实习时期就发生过了了一件客人弄丢了一块小方巾的事情，当时客人在离店之际返回客房，服务员向客人阐明情况，最终客人的方巾失而复得，并对服务员大加赞许。客房部服务员的职责还包括，每个员工都要熟悉一定的安全知识，服务员至少要了解普通的消防常识。另外，服务员还应对酒店和酒店所处的地方比较熟悉，这样才能为客人提供更多意想不到的服务，让客人更满意。

实习心得：

经过在酒店客房部实习，我认识到客房部工作内容和职责都是复杂繁多的。此外，我了解到客房部的领班、主管和经理等管理人员基本都是从基层服务员一步一步走上来的，他们对基层员工很理解，也很热情，比如我们的客房部经理就曾亲身给我们做铺床示范。而且，每当酒店接待重要的客人时，一般由主管甚至经理亲身打扫客房，一丝不妥也绝不忽视。由此可知，注重细节是酒店每一位员工不可忽视的技能。

在学校中的学习已经让我了解到酒店行业是很重视理论和细节的，但是在实习中才体现到酒店重视细节会细到连物品的摆放都有规则。在实习中学到的都基层服务员的工作技能，

在工作过程中我尽量结合理论知识加以熟练。另外，我了解到在管理的过程中要处理好和下属的关系，而要做到这点，最重要的是需求务实，一个成功的治理者必定是这样发为的，成功的治理者能把一切员工联合起来，这样完成的是整个企业的管理。所以，日后酒店需要的管理人才，必定是经验丰厚的，而不是一个具有高学历却没有实践经历作为支撑理论的人。酒店需要的服务员也必定是很有操作技能，极为注重细节的人。

在工作中，固然我只是充任一名普通服务员的角色，但我的服务也绝不是可以忽略的。在实习期间，我发觉要能自如的做好一项服务，就必须正视自己的服务态度，用乐观的心态去面对每一天的工作，要主动去完成自己的工作，而不是由于工作量比例的大小去抱怨，因为抱怨是毫无作用的。我在工作中也曾存在失误，是同事们给了我一次又一次的鼓励，使我对工作更有热诚。米尔兰德教师曾说过：年轻人天生就需求鼓励。是的，正是这一次次的鼓励使我在工作中勇敢地面对难关，不时地进步。

这次实习让我对社会有了新的概念、新的认识，当我走在这座城市的街头，穿越于芸芸众生之中，我感觉到了自己的渺小，而这个社会是如此的繁杂、无边无际。在酒店实习过后，当我再次面对这大千世界，我的想法和观念是如此的现实，然而我的襟怀却不够宽广，我只能静静地去察看去感受去锤炼。但是我已经处于毕业的边缘，再没有校园作为我的庇护，我只能在残酷的社会中摸索，付出加倍的努力去赢取我的人生。

大学生生活感悟及心得体会篇二

今年暑假我被导师安排到环境科学研究所生态环境研究所实习，该所主要承担省内生态环境保护相关课题研究，编写各级生态规划报告，此外还开展环境影响评价工作。在近两个月的实习中，我主要参与了课题研究，并直接参与了报告的

编写工作。在研究工作完成后自己还协助所内工程师编制完成了两份环境影响评价表。期间得到的锻炼自然不言而喻。总结起来主要有以下三点收获：

“学有所用”

我的研究领域是环境评价原理与方法，毕业后如果能投身于环境影响评价工作中当然是最理想的结果。实习期间非常幸运，自己不仅可以了解报告书(表)编制的整个工程，还直接参与到两份环评报告表的编制中，特别是看到平时经常研究的预测模型、预测方法被运用到环评报告中，真有一种莫大的欣慰感。不过，现实中的环评与理论中的环评还是有很大区别的，环评报告中的评价方法一般都选用最成熟、最有效的方法，而且在环评技术导则中都有具体的规定，从理论上说，这些方法都是比较简单比较实用的方法，我们在发小论文的时候往往不会选用这些方法，但在现实中却发挥着巨大的作用。以前导师也说过这两类环评的差异，通过实践自己对这种差异认识的更加形象，这给我今后的研究提供了一个小小的启发，那就是尝试着改进现有环评方法，使它们在评价、预测现实环境时更加实用、更加准确。

“积累经验”

说实话，现在环保行业的就业情况不是很乐观，在实习中通过与一些专家、企业用人单位交流后发现其主要症结在于：虽说我们是所谓“环境工程”、“环境科学”专业的毕业生，其实我们并没有掌握好能胜任这个行业的必要技能，一提到环境工程就是水处理，一提到环境科学就是环境管理、环境影响评价。这种经验缺失其实就是知识的片面和技能的单一。通过实习我就发现环评工程师真是一个知识面要求广泛的职业，不仅需要了解环保相关政策法规，掌握必要的环评理论，此外化学知识、建筑学知识都要有所涉及.....

大学生生活感悟及心得体会篇三

回顾实习那段时间,我学会且懂得了许多在生活中没法获取的知识及道理。我总结了一句话:不仅要抓紧每一分钟学习,更要抓紧学习的每一分钟,凡是值得做的事,就一定要把每件事做好。从三个方面来阐述我在实习中获得的感受。

从工作表现上来看,首先,我时刻遵守着单位的各项规章制度。每天都会提早来到单位开始准备今天的工作内容。其次,对于不懂的问题,我会请教前辈老师耐心地为我们进行解答或者实际操作,从前辈老师那可以学到在学校接触不到的丰富经验。最后,没事的时候,要主动地寻事做,与前辈老师和同事们多进行交流并汲取社会经验。

从个人收获角度来看,首先,会在心态上有个转变,通常在学校总会觉得自己有一种眼高手低的通病,可是到了社会才发现,姿态摆得越高,越容易让人讨厌,很多东西都是从打印资料、复印文件、整理归纳档案等基础性工作做起,开始会觉得没技术含量,但到后来会发现小事里也有很多小知识。其次,对工作岗位有了更深入的认识,人力资源部作为一个综合性的部门,担负着上情下达、下情上报、对外交往和后勤服务等繁琐工作,处于协调各部门、连接领导和基层的枢纽地位,很多工作不只是简单的汇报工作或者整理资料那么简单,还需要眼活手快,会写会跑,更多的是学着如何跟不同的社会人士打交道。最后就是学着尽快融入新的工作环境。

从认识到自身不足及今后努力方向的角度来看,首先,在工作过程中可能处理事件的速度不够利索,干事有点谨慎有余,但后来学会开始摸索规律,有条理地进行工作。其次,在一个月实习期里,我有失落过,烦恼过,没事可做时,放手让时间就这么流走,越到后来就越迷茫,觉得在实习过程中学不到自己想要的东西,给我的仅是初步的经验积累,对于迈向社会远远不够的。然后自己就会在心里反省,问自己是不是太过于急于求成?于是慢慢地接受现状,并开始自己学着规划自

己的空余时间，比如看书。最后，实习了一段时间，慢慢发现自己还需要学的东西很多，仅靠现有知识是完全不能为将来的工作做好铺垫，在接下来的学校生活中，可能目标就会更加明确，明确自身短板。

对于这段旅程，很开心自己能在迈出大学校门之前，能有一次这样的一段职业生活，这对自己的以后在专业上的学习，以及工作态度和心态的都是一次很好的磨练机会。虽然实习结束了，但是新的生活正在慢慢展开，我会用心地对待在接下来的学习生活。为自己加油！

大学生实习心得感悟范文

大学生生活感悟及心得体会篇四

寒假实习，能够使我们完善自己，提升自己，实现个人的进步，下面是本站小编精心整理的大学生寒假实习心得体会范文，供大家学习和参阅。

漫长而又短暂的寒假就这样过去了，与此同时，我的打工生涯也宣告结束了。在这短暂的一个月的社会实践里，我的每一天都过得非常的充实；而在这漫长的寒假里，我又收获了学校里课堂上，手中书本上所不能教授给我的知识。

在过去的这一个月里真的是让我受益匪浅，在这二十八天的打工旅程中，每一天所经历的人和事都给我留下了深刻的印象，也让我深有体会。

从面试，试用到正式员工，说是一路过关斩将有些夸张，但是层层选拔还是有的。在这段期间里我学到不少知识，也掌握了不少窍门。我想这些通过学习而得到的财富是会让让我受用终身的。

面试那天，我早早就来到了以后在工作的地方，可能是我来的太早了，店长还没有来。于是，我就开始和店里的店员开始闲聊；我认为这是一个非常重要的步骤，尤其是对于像我这样没有社会经验的人。因为我需要从她们的口中得到我所需要的信息。

在等待店长来临之际，时间计这样一分一秒的过去了。在这短短的十几分钟里，我想了很多，我觉得我变了；或许是长大了吧？说实话，有点不太适应自己了。因为平时的我可以说不是一个不卑不亢的人吧；有专属于自己的一个平衡点，但是却在那短短的十几分钟里，我发现了自己定的那套平衡法则在渐渐地失效，而天平的砝码在慢慢的趋近于卑的那一方。

于是，我细心地打听店里的情况，和员工的福利待遇。没过多久，店长来了。虽然我对店里的情况了解的已经十有八九了。但是，我还是针对一些细节问题进行了咨询。毕竟是打算干一个月的，所以对所处的工作环境是非了解，这样才是对自己负责任的表现。而且，对心老板还不是很了解，还不知道她是一个怎样的人？会不会拖欠员工的工资。所以，我不能给她留下任何一个可以少发放我工资的理由。

在面试之后，店长通知我第二天到店里来进行试用阶段，试用期为三天，对初来乍到我而言，难免还是会有一些疏忽的。由于自己当时太高兴了。所以，一时忘记问试用期的工资问题了。但久经肯定，确定试用期有工资，而且工资为十元一天，但我会吸取这次教训的，以后我想不会再出现这样状况了。

紧张而又兴奋的第一天工作开始了，虽然我现在还不是正式的员工；但是，我也绝不会比正式的员工逊色的。因为要强并拥有着极强自尊心的我是不允许那样的事情发生的。

三天的试用期很快地就过去了，我本人认为那三天的表现还是不错的，所以理所应当的我被留了下来。

在店里呆了三天，我学习了不少员工的基本原则；而且在店里，我也找到了值得自己学习的榜样。她是比我早来三个月的店员，她的工作能力很强，为人处事也不错；所以，她得到了店长的信赖。虽然比我小三岁，但她的适应能力和领悟能力都很强。不免会让我感到自愧不如，既然她身上有值得我学习的地方，那我就应该虚心地向她学习。

经过几天的工作，我发现店里的员工名则不争，但是实质暗斗。但也只是出现在极其少数的人身上。这使我感受到社会竞争中的残酷，也让我更加清楚地看清了这个社会。适者生存，我无疑没有能力改变现状；所以，我唯一能做的就是去适应它！

很快的，半个月就这样过去了。我已经对每天枯燥乏味的工作感到厌倦了。每天做的都是同样的事情，我已经不再对这份工作抱有刚开始的那份新鲜感了。我渐渐地开始有了辞职的冲动。但是很快我就会调节好自己的情绪，告诉自己要坚持下去！

绝对不可以轻言放弃，此后，我开始用我自己的方式来换一种工作方式。

每天最让我高兴的时刻就是签到的时候，因为这代表一天对我的认可。但是也有让我忧愁的时候，那是因为在签到的时候还要把那天自己所发生的营业额填上去。有事自己收入不好时会有些不难受。那种感觉就像是在学校里考试后，手里拿到一张不及格的卷子一样，而补考的机会就是第二天上班的时候，用第二天超出规定收入额的那部分来填补前一天的差额。

在店里工作的二十八天，我遇到了不同的人，不同的事；偶尔还会遇到比较麻烦的客人，这时就是看自己应变能力和处理事务的能力了。在这方面，我觉得自己做的还是不错的。我从没在店里和任何一位顾客发生过口角。每次无论是遇到什

么样的人，我都会认真，详细地为客人介绍产品的功能和用途。但是，仍然存在着一些胡搅蛮缠的顾客，明明打算买东西，却故意刁难店里员工的情况，有时候真的很让我们束手无策。

在工作中，我总是显得很谦让，因为我不愿意为了那么两，三块钱的利益而争得头破血流的。我宁可用这么蝇头小利去交几个值得交的朋友。因为我觉得朋友鱼的时候要比钱有用的多了。

平时我也不是那么的爱表现，因为我知道枪打出头鸟的道理，所以不去当那只出头鸟，那无疑是在自掘坟墓。

在这段工作期间最让我得意的事情就是我随机应变的能力是越来越强了，而且处事也灵活了不少。有不少各科都是为了购买礼盒而来，但是店里大部分的礼盒都是需要购买店里礼品满八十八再加十元才能换得的；所以，我就劝顾客在店里买东西来换取礼盒。

在这短短的一个月时间生活当中，我学会了不少东西。我学会了和自己讨厌的人共事，表面都要看着很好，平时过得去就可以了。在为人处事这方面得到了很大的提升；而且，我的脾气也有所改善，耐心也有很大的进步。

感谢学校假期对我们下达了这项任务，让我在社会实践中成长！

进入大学的第一个寒假，比以往任何一个都来得长，如果不有计划得度过，我想，相对一定会很漫长，所以，我决定做一些有意义的事，而宣传招生却是一个不错的选择。其实社会上有一种风气，即使一所不错的院校通过宣传的方式介绍自己，也必定会有很多人会去质疑，因为社会已经非常缺乏信任，尤其是拿着传单的那些人。当然随着各类学校的增加，专科院校的招生总是让人感觉缺乏可靠性，所以我一直在想，

如何更好地引导着别人跟着我的思维走。

我的目标就是我的母校，赣马高级中学，因为复读的缘故，我已经离开这所学校一年半了，面对这些比较生疏的面孔，我明显感觉自己比以前成熟了，做了半年的班长，我已经可以很冷静地面对一个集体。由于我的母校是一所三星级高中，有很多学生考不上本科院校，所以拥有着大量的生源，这些高中生对大学充满了幻想，他们都梦想着去一些大城市上大学，（经过两次高考，我还是很了解他们的。）但总有一些人的成绩会不太理想。南方的学校分数较高，淮安，这座并不发达的城市，或许会是他们一个不错的选择。

在宣传的过程中，我向大家表明了我的身份，针对高中生关心的几点，向大家列出了几点。 1、淮安离连云港较近，而且交通方便。

2、淮信在大学城的中心，周围店铺多，生活条件优越。

3、学校的师资力量雄厚。

4、校园环境优美。

5、学校在苏北是一所不错的专科的院校，就业率高。

另外，从我个人观点来讲，我向大家表明了，我们学校是淮安大学城最好的专科院校，而且从某些方面来讲，专科院校之间的差距其实并不大。最后，我送给大家一句话“有时候最重要的不是你选择哪所学校，学什么专业，只要努力，任何困难都是浮云。祝大家在今年的高考中有着稳定的表现，加油！”

实践经验总结： 一、沟通能力对一个人非常重要，如果你面对一个群体就会紧张，那么你很难很好地表达你所想要阐述的内容，所以要在进入社会之前要锻炼沟通能力。

二、要善于把握你所要面对的对象的心理，最好有准备。能够吸引别人，就好像演讲，出色的表达能力能增强一个人的个人魅力。

三、要有出色的反应能力，面对学生提出的问题，要在最快的时间，想出尽量合适的答案，而且一定要从容。

四、无论做任何事，一定要动脑。思考的力量是无穷的！

寒假实践虽然仅有一个月的时间，但我觉得受益匪浅，基本上达到了自己的目的。短短的工作让我体会到了就业的压力、自己能力的欠缺及社会的艰辛，同时让我感到工作的无比快乐，一种在学校自由天地无法体会到的残酷竞争的“愉悦”。

社会实践是大学生课外教育的一个重要方面，也是大学生自我能力培养的一个重要方式，因此对于我们在校大学生来说，能在寒假有充足的时间进行实践活动，给了我们一个认识社会、了解社会，提高自我能力的重要的机会。高中毕业的实践。那种毫无目的的迷茫状态，社会实践应结合我们实际情况，能真正从中得到收益，而不是为了实践而实践，为了完成任务而实践。我觉得我们在进行社会实践之前应该有一个明确的目标，为自己制定一个切实可行的计划。应注重实践的过程，从过程中锻炼自己、提高能力。

我在。。。。工作。我的工作日程是这样安排的：每天上午8：00上班——晚上9：30下班，在岗时期要参与盘点和入库整顿。有空时帮理货员看看货架的排列是否整齐和清洁、货品的齐缺并且及时加货上架。每天都很充实。

总的来说，在超市里打工是绝对有收获的。我进入了社会，提前了解了社会，对这个社会提前有了认识，我以后在社会上就能少走点弯路。和以往的实践不一样，这次的我真的看到了自己的不足和优势，当我认真工作起来就会很投入，但是当我遇到挫折的时候我就会手足无措，毕竟还是学校里养

着的学生，做起事情来一点也不老道，这是我父母给我的评价，我自己也是这么认为的，原来社会实践的作用就是让我提前知道自己的缺点，在一次一次锻炼中学会客观地看自己，不要把自己看得比天还要高，以免以后毕业了择业眼高手低，到头来一事无成。我想这一次的打工，会永远记在我的心里，毕竟那是我第一次感到：无论什么事都不能靠别人，只有靠自己！但是这一切首先，是要拥有知识、能力还要有持之以恒的决心。没有足够的知识、能力是根本无法在社会上立足的。而没有决心，你的一切都是徒劳，都只是纸上谈兵。因此，我要更加努力，争取成为社会的栋梁。

通过这次实习，让我受益匪浅，打开了视野，增长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。通过本次社会实践活动，一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长；另一方面，我们为社会做出了自己的贡献；但在实践过程中，我们也表现出了经验不足，处理问题不够成熟、书本知识与实际结合不够紧密等问题。我们回到学校后会更加要珍惜在校学习的时光，努力掌握更多的知识，并不断深入到实践中，检验自己的知识，锻炼自己的能力，为今后更好地服务于社会打下坚实的基础。 “机遇只偏爱有准备的头脑” ，我们只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

寒假社会实践报告作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力，尤其在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。寒假社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段。它有助于当代大学生接触社会，了解社会；同时实践也是大学生学习知识，锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社区，回报社会的一种良好形式。所以为了同一个目标，同一种信念，我加入了寒假社会实践活动。今年也是我步入大学

校园的第一个寒假，心中重是思绪万千，毕竟自己也是成年人了，想想自己还在花着父母的钱上学，看着父母那么辛苦，我就心里难受，我爸爸是一位退武军人，因此他做事总是那么尽心尽力，现在他成了风湿性关节炎患者，总是疼的不能走路，妈妈也每天累的忙生意，我总想自己能分担点什么，赚点钱来补贴家里。

我几乎不放过任何赚钱的机会，我去和民工干了几天活，也去卖东西，感觉自己过的很充实。我做的最多的就是做生意，每天我要去进货，我一直觉的进货有什么难的，就是知道哪家是批发市场，要进什么就进，可是我想的太简单了，因为每家批发的价钱不一样，你进回来卖的自然也就不一样，进的贵了就卖的贵，消费者自然会望而却步，不紧使得货物卖不上去，还会影响以后的生意，慢慢的我会掌握价钱，了解市场行情在去进货，效果非常好。回来后的售价也必须合理，主要是物美价廉，往往有时候商家老是觉的我卖的多便宜啊，我的东西多好啊，我赚的不多啊，可是当你站在消费者的角度想想，有谁不是想买到便宜又好的东西，薄利多销就是这个道理。进货卖货的价钱掌握了，接下来就是态度问题了，我们买东西总喜欢去态度好的商家买东西，有说有笑的，买的东西稍贵点也觉的舒坦，刚开始我卖还觉的好，毕竟赚钱吗，可是到后来就越来越烦，因为什么样的人也有，可是越是麻烦的顾客越不能着急，态度越要好，等次数多了，他会觉的你家的东西好，不紧经常照顾你家的生意，还会带来许多顾客。

这么长时间的锻炼，我更深刻的体会到做人要换位思考，尊重别人，以一个好的心态去对待别人，一定会成为一个受欢迎的人，这次锻炼也让我成长了许多，在回到校园后，我会改掉我的不良习惯，好好学习，和同学们们好好相处，好好干好自己的本职工作，为更好的融入社会而努力。在假期的实践中，尽管是疲惫受累但更多的是欣慰，因为我感觉到自己的成长。用实际行动赢得了更多人的好评，树立了正确的成才观，这次亲身体验让我有了更深刻感触，这不仅是一次

实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。

总之，这个寒假的社会实践是丰富而又有意义，一些心得和体会让人感到兴奋，但却决不仅仅用兴奋就能描述的，因为这是一种实实在在收获，是对“有经验者优先”的感悟……古人曰：“逝者如斯夫，不舍昼夜”。短暂又难忘的实习旅程就像白驹过隙般，飞速而逝，而这其间的感受也像五味瓶——酸甜苦辣咸一应俱全，回首这些日子，内心充满着激动，也让我有着无限的感慨。

大学生生活感悟及心得体会篇五

回顾实习生活，感触是很深的，收获是丰硕的。在实习过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实践运用中知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作无从下手，茫然不知所措，这让我感到十分的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到工作，才发现自己明白的是多么少，这时才真正领悟到学无止境的含义。

实习是每个大学生必须拥有的一段经历，让我学到了很多课堂上根本就学不到的知识，也开阔了视野，增长了见识，我相信我这__个月的实习会为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。

大学生生活感悟及心得体会篇六

非常重要的是，参与实习，让大学生脚踏实地的参与到工作中来，今天，本站小编为大家带来了银行大学生实习感悟心得，希望大家喜欢！

参观过期货和证券公司，今天我和几个同学一起来到中国平安保险(集团)股份有限公司参观学习。

在中国平安，我们实际体验了顾客接受服务的具体过程，以顾客的身份进入公司，从咨询公司主要业务、了解公司具体的规章制度、体验顾客购买保险的整个过程。由于本学期有学过保险学概论以及保险实验，我们对保险业务比较熟悉，在中国平安参观的时间较短，发现了一些实际操作与学校模拟系统不相同之处。此外，在参观结束后，参加了由平安保险公司的人员主持的报告会，会中详细介绍了平安保险的发展历程，对保险所传递的爱的表达，以及保险业务和某些保险的介绍，我们能够通过实习的机会从实务中接触到保险这个行业，对我们以后的学习保险和更好地理解打下了坚实的基础。

今天是周一，在兴业银行股份有限公司开始了我的暑假实习生活。

我是下午三点才来到兴业银行报到的。要进去柜台，我必须经过两道防盗门，门不能双开，也就是不能同时开启两扇门，必须在第一门关闭后，才能开启第二扇门。在两门之间有个小空间，将背包寄存于此，方能进入柜台。

走进柜台，看到每位柜员身后都有自己的尾箱，是用来存放现金的。会计主管简单地介绍了公司的业务流程和范围，让我对公司有了比较系统的了解，然后就让我坐在柜员旁边编写每日凭证的页码，并将需要给上级领导签字的业务凭证折角，整理。通过查看每日每笔业务凭证，能深入了解银行业务的具体实行过程。

五点下班后，柜员们开始盘库，打印对账单，核对等等。在我下班前见到了押运车又来了，柜员给尾箱上锁，封签，然后押运人员带走了钱箱子。柜员的下班时候并没有固定，六七点回家都是正常的。

第一天实习很快结束了，感觉很兴奋，终于以工作人员的身份进银行了。明天继续努力！

经过两天的跟班，我终于大致了解兴业银行柜员工作每日流程。

早上八点半就到银行，正式员工要打卡，我们八点四十开晨会，有监控，由会计主管主持，参与人包括柜员和大堂经理。押运车一般九点到，由一位柜员确认押运人员的身份，将尾箱推入柜台内，核对尾箱号和封签号，每天早上每位柜员都要清点自己的尾箱，包括表内帐和表外重要凭证。每天早上九点、中午、下午下班时各打印一份尾箱清点单。柜员分为会计主管、主办和经办三种。其中主办还有普通主办和特殊主办。特殊主办可以兼任经办和主办两个工作。经办就是我们日常见到柜员，主办一般在后台工作，负责汇款、转账等事务。

大概就是这样吧，今天接受主管下发任务，让我去清钱了，所谓清钱啊，就是把收进来的红灿灿的百元大钞过清钱机，分出好钞和坏钞，坏钞不等于破币，而是完整的相对老旧的纸币。好钞方便用来整理，十万元的百元钞压钞后就成了砖块般大小。虽说这两天在银行里见钱也多，不过这是我第一次经受这么多钞票哦，好好使用了下验钞机，很有意思。不过见多见久了也就没感觉了，用经理的话讲：银行柜员是真正的是金钱如粪土，在他们的眼里，这些钞票只是特殊的商品。

大学生生活感悟及心得体会篇七

在实习学校待了一个半月的时间里，对于中学里的日常教学和日常工作情况可算是有了大致了解，尽管自己也当了近一年学生，学生时代在中学也待了六年时间，但这次自己是由师范生转换到一线教师的角色，以一名老师的身份重新回到中学校园里去实习、去体验，任务不同了，视角不同了，因此感受也不同了。

第一来谈谈我的实习感受。实习期间，我深感到我们的老师的劳动强度虽不算大，但老师很辛苦，每天都很忙，工作时间却持续很长，倘若再当个班主任，“起早贪黑”绝对是每日的生活状态。每一天，教师的工作就是奔波于各个教室之间，早晚上都要到班上督促同学们学习，40分钟的课一堂接着一堂，直到讲得口干舌燥，最后筋疲力尽地回到办公室继续埋头准备第二天的教学任务。晚上回到学校，还忙于备课，写教案，写教育反思等等，除此之外，班级琐事层出不穷，要找学生谈心，鼓励他们；对于调皮的学生，要做他们的心理和思想工作，使得老师们疲于应付，主科老师，每天不少月三节课，有些老师一天甚至是6节课，这样超负荷的工作，结果怎样呢？办公室里8个老师，一个月内就有三个人感冒了，在十月份听说，我们初三级在就有六个老师病倒，送到医院去打吊针，这说明了我们的老师工作量太大，太强了！

而我们的学生是怎样的生活呢？快乐的吗？我教的是初三毕业班，我深感到学生真的很辛苦，学生每天要上八节课，早上六点就要起床了，七点早读，下午四点五十分才下课，晚上七点就开始晚读，我们做老师的是成年人了，要是一天有上三节课都会感到很辛苦，很累，何况他们正是长身体的时候，经常看到一些学生感冒，头晕……其实这很大程度上与学生没有得到休息，没有得到锻炼有关。

对于我这个准教师，我常在思考这个问题，我们一线的老师常常在呐喊，但是我们的声音都太小了！在实习前，我想到我们广东发展比较快，教育在发达城市也应该也进行了很好的改革，特别是新课程应该是很有成效了，但是我的想法错了，我太天真了，实习给我的感觉是，学生真的很累，很辛苦，很烦，我们的老师也很辛苦，很累，难道我们中国的教育发展就是培养出来专门干劳累的老师吗？难道我们的学生就天生这么辛苦吗？我们的老师，我们的学生也是人，我们的教育是应该快乐，幸福的，充满青春活力的，可惜这一切……，谁告诉我答案！

第二，来谈谈历史教学的感受。体会到一个字——“难”。教书匠好当，教育名师难成。讲完15节历史课，自我感觉极为失败。反思教学、总结原因，首先是，我的普通话不够标准，粉笔字也还不够好，教师基本功不扎实，这需要我们今后好好改进的地方；其次是最大失误就在于没有从学生角度去设计教学，即是在教学设计时完全按照主观思维和理解，没有换个角度设想学生会不会理解这个问题，这样讲学生感不感兴趣，能不能引起学生的思维，特别是教学语言上不够通俗化，不够幽默，这需要我们今后工作中努力去用自己的语言转化课本的语言。