# 最新大学生实践心得体会(模板9篇)

来源：网络 作者：落梅无痕 更新时间：2024-07-24

*心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。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...*

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。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。

**大学生实践心得体会篇一**

随着社会的进步和发展，大学生实践活动成为了大学教育中不可或缺的一部分。通过实践，学生能够将理论与实际相结合，培养实践能力和创新能力。在参与各种实践活动的过程中，大学生们有很多心得体会值得分享。

第一段：实践活动的作用和意义

实践活动有助于大学生将在课堂学到的理论知识运用到实际生活中。通过实践，大学生能够更好地理解和掌握所学专业的知识，并提升解决问题和创新的能力。实践活动还能增强学生的团队协作意识和沟通能力，培养领导才能和组织能力。另外，实践活动还能开阔学生的眼界，拓宽学生的视野，提高社会责任感和使命感。

第二段：实践活动的类型和方式

大学生实践活动的类型多种多样，包括社会实践、志愿者服务、实习实训、创业实践等。社会实践可使学生深入社会，了解社会运行的规律和问题，激发社会意识和社会责任感。志愿者服务可以培养学生的奉献精神和社会责任感，增强思考问题的能力。实习实训可以让学生在实际工作中学习专业知识和技能，提升就业竞争力。创业实践可以激发学生的创新意识和创业精神，培养他们成为有竞争力的创业者。

第三段：个人实践心得体会

每个大学生在实践活动中都会有自己的心得体会。比如，社会实践可以让我们感受到社会的多样性和残酷性，学会尊重和包容他人，并激发自己对社会问题的思考和解决能力。志愿者服务可以让我们感受到帮助他人的快乐和意义，学会关注弱势群体，培养同理心和同情心。实习实训可以让我们更好地了解自己所学专业的实际应用，锻炼自己解决问题和应对挑战的能力。创业实践可以让我们学会创新思维和市场分析，培养自己的商业眼光。

第四段：团队合作与个人成长

实践活动通常需要团队合作，通过与他人一起工作，大学生们能够学会相互合作、沟通和协调，培养自己的团队精神和领导能力。在团队中，大学生们能够分担工作、互相帮助，并通过共同努力达成目标。团队合作不仅能够培养学生的合作意识，还能够锻炼学生的自我管理和组织能力，提高学生的综合素质。

第五段：实践活动对未来的影响

大学生实践活动不仅对大学生本身有着重要的意义，而且对他们的未来发展也有着深远的影响。通过实践活动，大学生能够提前了解自己所学专业的实际应用，规划好自己的就业方向，为以后的就业做好准备。实践活动还能丰富大学生的履历，增加他们在求职市场上的竞争力。此外，通过实践活动，大学生们能够建立社会资源和社会关系，为将来的职业发展打下坚实的基础。

综上所述，大学生实践活动的参与是大学教育中必不可少的一部分。通过实践活动，大学生们能够将所学的理论知识转化为实际能力，培养实践和创新能力，并通过团队合作和个人成长提高自己的综合素质。实践活动对大学生未来的发展有着重要的影响，使他们能够更好地规划自己的就业方向，为将来的职业发展打下坚实的基础。因此，大学生们应该积极参与各种实践活动，并将自己的心得体会分享给他人。

**大学生实践心得体会篇二**

每一次的追梦，都会留下一个足迹;每一次的成长，都需要一段经历;每一次的人生，都有一个故事。

在--年的寒假，我参加了一个社会实践，这个假期是一个使我难以忘怀而又充实的假期。在和几个同学的商量下，我们几个用这个假期出去打工，于是我们就背起行囊来到了----的一个工厂里，这是我们第一次经历社会实践，对于一个学生来说，敢于挑战，敢于接受是一种基本的素质。

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机会。

大学生活是紧张而又充满期望的日子，学习的闲暇时间总是憧憬背起行囊，远离亲人朋友以及师长的护佑，去走真正属于自己的路。然而，当我们终于可以像刚刚长满羽毛的雏鹰般离开长者们挡建好的巢穴，独自一个人走上社会这个大舞台时，却发现人生的道路原来是如此的坎坷不平，任何人的成功都是经历一番暴风雨的。

在这次社会实践中，我是在一家电器厂工作的，我们每天从早上8点开始上到下午的5：30，除吃饭时间，而且吃饭的时间只有45分钟，晚上如果公司还要规定加班的话，你必须加班，要加到晚上二十一点或二十二点，甚至还有可能更晚一些，但是你没有理由退缩，每个人都有自己的工作要做。虽然上班的时间长了点，但我还是仍然坚持了下来，因为我知道我不能因一己私利而影响他人的工作，这样会降低公司的生产效率。

在那里上班，不一定有人会告诉你今天该做什么，什么事情都必须地去做，而且要尽自己的努力做到，一件工作效率会得到别人不同的评价。

通过这次实践活动进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的耐性和意智力，在这次实践中发现自己所存在的缺点和现在的一些差异所在，刚开始去上班的时候，什么都不懂，所以要向別人学习，不懂的时候总有一些冷眼光投向自己，这时候虽然自己心里很委屈但你仍然要坚持，在这次实践活动中让我学到了很多事情即使自己不想去做，但你必须去做，使我知道了人在社会有很多事情由不得我们，很多时候有太多的不得已，即使有时候自己很累很累，你都必须坚持下来，不能任性，因为那是你的工作，即然选择了就要坚持。

刚上班的时候经常犯错误，是因为做事的时候不够专心，认真，细心，反而导致犯了很多的错，刚开始上班的时候没有学会遇到什么事情都要调整自己的心态，在那里我们生产的产品大部分是家具配件的生产，晚上住的是六人间宿舍，因为也许我们是新来的，舍友们对我们也不是很友善，但我们也没有发生争吵，就这样经过一个月的相处，她们也渐渐对我们改了态度，我们由陌生感到熟悉，这时我们对周围的环境也慢慢的熟悉了，我们所在的地方是一个工业区，周围全部都是厂房，有时候我们去买点东西都需要走40多分钟的路才能到达，这时时间又紧，于是我们就有了紧张的充实的生活。

除了每天上下班，生活没有多少乐趣，在与大多打工者相处长了之后，发现自己在人际交往发面有了很大的提高，同时也学会了如何与别人交往，也得到了友谊，我发现我们只要真诚的与别人相处，别人也会真诚对你，我还发现如果我们身处他乡，没有朋友，那我们的生活也许会多些遗憾，因此我们要学会大胆与别人交往，用自己的热情去融入别人的世界，最终你就会获得一份真挚的友谊。

在这次打工之旅中，我发现了在实际工作中用到的专业知识并不多，而更多的是要求我们要有一定的心里素质，比如，耐心，信心和细心。做一件事情，我们需要脚踏实地，一步一个脚印的去做，只有这样，把基础部分做好，才能得到别人的认可，同时才能有更多的机会去展示自己，表现自己。

通过这次实践我学到了很多的知识，无论是工作上还是在生活上都给我了一些生存的经验，同时，也为我今后的生活积累了一笔宝贵的财富。为我毕业后踏入社会打下了良好的基础，让我在今后无论遇到什么事都能从容的去面对，为我不久之后走向社会做好准备，无论我们身处怎么样的岗位，只要努力，肯吃苦，我们都会有各种收获，只要我们有恒心，毅力，这样你的人生将会是成功的。

**大学生实践心得体会篇三**

大学生劳育实践是现代教育的重要组成部分，它培养了学生的劳动技能，提高了学生的实践能力和社会责任感。在参加大学生劳育实践的过程中，我有了很多的体会和感悟。下面，我将分享一下我的心得体会。

第二段：劳育实践带给我的益处

在大学生劳育实践中，我学会了如何去寻找自己的内心需求并将其落实到实践中。通过劳育实践，我学会了如何通过实践来锻炼自己的意志力和毅力，使自己更加适应社会发展的需要。同时，我也学会了如何更加自我感知和自我调节，这让我有了更高的自我认知和成长。

第三段：劳动实践中的难点与解决

在参加劳育实践之前，我从未接触过一些具备实践意义的工作和技术。因此，很多实践中的工作和技术对我来说还是比较难的。比如说在向老师学习农业科技知识时遇到的问题，但我不断地学习，从猜想中探究，从不断尝试中探索，最后还是取得了一定的成就。

第四段：实践带给我的思考

在实践的过程中，我不断的思考关于劳动的价值、职业与职责、人与社会、环境等问题。这些问题不仅让我看清了身边的事物与关系，同时也增强了我的社会责任感和身心健康，让我更深刻的认识到劳动的重要性，也更加清晰自己的未来方向。

第五段：总结

参与大学生劳育实践让我不仅学会了劳动技能和实践能力，更让我在实现内心需求、提高自我感知和自我调节能力、增长社会责任感方面得到了很大的提升。我深深的感谢这个有意义的实践机会，它为我今后的成长，人生和社会奠定了重要的基础。

**大学生实践心得体会篇四**

大学生主题实践是大学生们在学习生涯中最为重要的实践课程之一。它是目前大学教育的重要组成部分，旨在普及学生实践理念、培养学生实践技能、提高学生实践能力、促进大学生全面发展、为将来的工作打下坚实的基础。在本次实践过程中，我深深感受到了实践的重要性，也深深体会到了实践对个人和社会的重要意义。

二、实践意义

大学生主题实践是我们探索社会、认识自我、锻炼能力的一条重要途径。通过实践，我们能够深入了解社会的运作机制，认清自己的优缺点和不足之处。实践的过程中我们不仅学会了与人沟通、协调合作、处理事物的能力，还发掘了自己的潜力，不断提升自我。同时，这也是锤炼个人实践技能，提高个人综合素质的平台，有助于积极应对未来可能出现的挑战。

三、趣味体验

大学生主题实践有时也可以充满趣味，在其中我们可以收获很多快乐和感动。在实践中，我们会结交很多志同道合的朋友，一起完成任务、切磋交流。而这些过程，也是很多难忘的回忆。同时，实践也可以让我们领略生活的多样性，多一份丰富，少一些枯燥。通过各种有趣的活动，我们会彼此之间加深感情，收获一份珍贵的友谊。

四、遇到挑战

在实践中，我们也遇到了各种各样的挑战，这些挑战不仅是对我们能力的考验，也是对我们意志的磨砺。很多时候，我们会面临着逆境、困难，比如说资源匮乏、时间短缺等。这时候，我们需要坚定信念，努力克服困难，不断求新求变。有时候虽然遭遇挫折，但我们要学会从中汲取经验，寻找失败背后的原因，总结经验教训，好的还是坏的，都是一种收获。

五、收获感悟

大学生主题实践，不仅让我们得到了很多知识，增长了各方面的能力，更让我们深深感悟到了什么是团队协作、什么是责任担当，更让我们感受到实践与生活的紧密联系。在实践过程中，我们明确了自己的目标，体验到了成就感，锻炼了自己的实践技能和社交能力，更加成熟、自信和进取了。

六、结论

大学生主题实践是学生学习中非常重要的实践课程。通过实践，我们能够了解社会，锤炼自己的实践能力，也能够开拓自己的眼界和视野，得到生活的热爱和快乐。这场实践对我们的成长是至关重要的，我深信我们将会在未来的路上继续不断地升级自己。

**大学生实践心得体会篇五**

暑假一始我就投入到另一种生活当中去了，说是辛劳却也充实，说是疲惫却也会觉得那是一种享受，是啊，付出劳动后并有所得，心总是会感到些许欣慰吧!不再多言，且说这个暑假我是如何度过的吧!

本打算在暑假里到工厂找一份临时工作的，遗憾的是并没有找到，倒是在一开始找了一份在饭店端盘子什么的工作，不过离家较远加之还要上夜班，所以必须得住在那儿，后来让我给推辞掉了，因为那样一来几乎天天不能在家了，而我想多陪陪母亲。就这样一连十多天都闷在家里，没有找到任何工作。一天接到高中同学打来的电话，说是次日七八个同学小聚一下，心想也是，毕竟一旦开学而同学又不在同一个城市，连见面都不太可能，更别说弄一个小小的聚会了，遂决定参加聚会。

的确，聚会没有白去。聚会那天中午一起吃饭喝酒的时候，大家无话不说，最让我受益匪浅的是，有两个同学大一一年利用空闲时间自己挣了不少工资，更重要的是他们藉此锻炼了自己在社会上闯荡的能力，此外还有一个同学就在这个暑假办了一个补习班，收了五六十个即将上高中的学生，保守估计一个暑假下来净赚几千元。最后，一同学说暑假有很多商场都在搞活动，恰好他姨市某大型超市的经理，说可以帮我问问她那要不要人。我欣然说好!不几天同学打来电话叫我去他姨在的那家超市工作，同时还有另一个同学和我一块。到那儿之后，工作并不是当售货员，而是这段时间超市在搞家电“以旧换新”的活动，也是顺应国家号召家电下乡的举措，而我的工作就是负责向市民宣传这一活动兼咨询员的身份。具体细节，在下文中会有详细说明。

“收后就只是拆它的那一点稀有金属，而不管你是什么样的家电这部分的含量都是差不多的。说句实在话，旧家电值不多少钱，关键是国家补贴的那13%。不同价位的电视优惠不同，你看那传单上，是不是越贵的优惠的越多?”我看了一下，的确是。

事实上，在以前我曾见过这种活活动，所以这次培训效果还是比较显著的，没用多大点功夫我就熟知各项事宜。于是，不自觉的在心里做着各种各样的实景模拟，甚至在想到时要不要说普通话。想归想，还是要付诸实践才行。半个小时后，我已坐在帐篷里当起了“咨询员”，面前有张桌子，桌子右前方竖着一个牌子，上写着“咨询处”，而帐篷上也挂有横幅“家电下乡以旧换新”。看着感觉着这些，心里莫名的感到一种自豪。原以为是两个人同在一顶帐篷里工作，不想却是分开的，超市有两个入口，可谓前后门，所以一个门口搭了一顶帐篷。不过，自己干就自己干，没什么大不了的。

记得我的第一个服务的对象是一位老大爷，他说一口地地道道的本地话，受他影响我怎么也说不出普通话来了。老大爷似乎对一切都很好奇，一直在问，问得很是仔细，我并没有感到厌烦，反而觉得能把我知道到表达出来，从而让别人明白，这是很令人自豪的事情。我发现在我耐心给老大爷解释的时候，老大爷的身后旁边又都聚集了好些人，他们都在全神贯注的听我讲解，忽然感到一阵紧张，在这之前我哪有当着这么多人说这么多的话过呀!我想这就是社会，这就是生活吧，与人打交道，没什么可畏惧的，想到这先前的紧张渐渐变得很淡很淡了。我尽自己最大的努力把自己知道的以及自己的理解统统告诉人们，看见他们带着一种理解了的表情离去，真的很是欣慰!

“以旧换新”的活动只持续了四五天，之后是商场各式各样的促销活动，工作方法大同小异，都是在一直跟人说话都是待在那顶帐篷里，再热的天有顶帐篷，心里也会感到一丝凉意的，这样一直工作了十几天直到商场活动告一段落。虽然时间不是很长，但是在此期间我还是学到了许多东西，明白了许多道理，对人生也有了新的领悟。

这十几天的时间都处在跟人说话的状态，渐渐认识到说话也是一种艺术，要让别人心服口服的接受你的思想必须在说话上下大力气，要循序渐进，语气要恰当温和，要给人一种亲切的感觉。顾客是上帝，这话没错，一定要微笑待人，决不能板着一张脸，尤其是不能带着情绪上班，这是工作的大忌。社会是人的社会，在社会上就要认识人，认识更多的人，与人交流，与更多的人交流，而不能恪守所谓的不和陌生人说话，所有的一切且都是从零开始的，人和人都是从不认识到认识的，试着让自己去接受他人，同时也让别人乐于接受你。予人玫瑰，手有余香。纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。真的，通过实践，你会发现你所学到的要比从书本上或者从别人那里直接灌输过来的要深刻很多倍，通过实践你把自己的知识也好，思想也好，都和实践相联系，并不从实践中学得的东西真正转化成自己的一部分了。我想实践与认识的辩证关系在高中我们就已学过了，就没必要赘述了，我想强调的是，通过亲自实践你会更加明白实践与认识的关系的!总而言之，作为大学生的我们，一定要让自己多多参与实践，使得思想在实践中得到升华，更好的认识和适应社会生活，更好的领悟人生的真谛和做人的道理，为将来以后走出校门，走向社会打下牢固的基础!

**大学生实践心得体会篇六**

大学生劳育实践是大学教育重要的组成部分。它是将专业知识应用于实践的过程，不仅能提高大学生的实践能力，还能培养他们的社会责任感和团队合作精神。实践是理论学习的重要补充和检验，是提高学生职业素养和竞争力的重要途径。在实践活动中，大学生将触摸社会的脉搏，感受社会生活的魅力，取得成长和收获。

第二段：实践活动的认识和准备

在实践活动中，我们必须要做好认识和准备，以充分发挥实践活动的效果。首先，认识到实践活动是大学知识应用的一种形式，要有针对性地规划自己的实践计划。其次，需要做好实践前的准备工作，包括学习和掌握相关的课程知识和专业技能，了解和熟悉实践的环境和条件，与团队成员建立默契和信任，为实践的顺利开展打下坚实的基础。

第三段：实践活动的执行和探索

在实践活动中，需要执行和探索，与实践实际相结合，体验和发现其中的问题和不足。在执行过程中，需要遵循计划步骤，做到有条不紊。同时，也需要敢于探索和创新，积极主动地参与和倡导创新，发现问题和不足，并团队合作寻找解决方案。只有通过执行和探索，才能够让实践活动更加有效，产生更好的效果。

第四段：实践活动的收获和成果

在实践活动中，大学生可以获得很多知识和技能，也会收获很多成果和收获。首先，可以通过实践活动接触行业的先进技术和理念，拓宽自己的眼界，提高自己的专业素养和技能。其次，通过与团队成员合作，可以培养协作和沟通能力，并增加团队合作的经验和技能。同时，实践活动也能够锻炼个人的意志和毅力，增加实践和解决问题的能力和经验。

第五段：结论

总之，大学生劳育实践是当代大学生不容错过的重要机会，可以提高大学生的实践能力，培养他们的社会责任感和团队合作精神。只有正确地认识和准备实践活动，积极地执行和探索，才能收获更多的成果和收获，掌握更多的知识和技能，提升自己的实践能力和竞争力。

**大学生实践心得体会篇七**

实践动机：通过住院部临床护理的见习了解临床护理工作的基本操作技术，学习临床护士对待病人的态度、方式以及护患沟通的方式技巧，为大二《基础护理学》的学习作一些实践认知准备，同时提高自己的社会实践能力，锻炼人际交往能力。

南宋诗人陆游曾诗云：“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”说的就是从书本上得到的知识终归是浅薄的，最终要想认识事物或事理的本质，还必须依靠亲身的实践。著名教育家陶行知先生也曾在《行知行》一文中写道“行是知之始，知是行之成”，由此将原名“知行”改为“行知”。

他的这句话说明了行和知，即实践和认识的辩证关系。实践是认识的来源，是认识发展的动力，是检验认识是否具有真理性的标准，也是认识的目的。而认识则用来指导实践。正所谓实践出真知，我想暑期社会实践的真正意义就在这里。

更重要的是去观察护理前辈们技术上的操作，服务病人的方式以及工作态度，不论是实习生、护士、护师、主管护师还是护士长。虽然她们的职称不一样，但我相信在她们每一个人的身上都有值得我学习的东西。

7月7日，带着介绍信，来到县中医院护理部希望能获得一个见习的机会，护理部主任很直接地就答应了，这算是人际沟通能力上的一个鼓励，提高了我对实践开展的自信心和积极性。

第二天，主任把我安排在相对轻松一点的骨科进行见习。科室的护士长了解情况后为我安排了一位指导老师。第一天见习对工作环境、工作内容、服务程序以及这里的医生护士都很陌生，处于不知所措的状态。就看着一个前辈冲药。她先把药都取出，扔掉包装，那些废弃的包装装满了一篮子。

然后逐一分类，逐一打开，动作娴熟迅速，装药粉的小瓶子和装药水的小瓶子都很快被她拧开了，在每个瓶口用碘酒消毒，然后用一次性注射器先取出小部分氯化钠或葡萄糖，注射到药瓶中，混匀成溶液后取出注射回盐水袋中。

所有过程均为无菌操作，最后分类装车，并插好注射器。小推车上摆放着注射器和盐水袋，还有消毒液，消毒剂，止血带，胶布，创可贴，棉签，患者用药巡视单。

指导老师倒是比较负责，去输液的时候就把我叫上跟着去了。我发现她的操作还是很严谨的。操作前先询问病人姓名并进行核对，然后找静脉打针。打针的过程如下：为患者绑好止血带后，患者握拳找到静脉，难找的需要进行拍打，静脉细的要改用细针头。

消毒过程，棉签先用碘酒后用酒精，扎针，见到有回血即可，然后在针头处贴好创可贴，再分别贴上纸胶布固定。完了以后再核对一遍患者姓名，做好三查七对。

每次都是如此，有时候还会跟患者或者患者家属聊几句，增进护患关系。这些都是最基本但也是最实际的。我明白了不管做什么，基本功一定要很扎实。

**大学生实践心得体会篇八**

今年寒假我来到了清华同方售后服务部实习，因为家里的电脑出现故障却不知道怎么处理，只能等专业人士来解决问题，本身我就对电脑很感兴趣，经朋友介绍就来到这里实习。可以说，近1个月的工作使我成长了不少，从中有不少感悟，下面就是我的一点心得：

你可以伪装你的面孔你的心，但绝不可以忽略真诚的力量。第一天去服务部实习，心里不可避免的有些疑惑：不知道师傅怎么样，应该去怎么做啊，要去干些什么等等!

仅仅几天的时间，我就和师傅们打成一片，很好的跟他们交流沟通学习，我想，应该是我的真诚，换得了老师的信任。他们把我当朋友也愿意指导我，愿意分配给我任务。

要想在短暂的实习时间内，尽可能多的学一些东西，这就需要跟老师有很好的沟通，加深彼此的了解，刚到网络中心，老师并不了解你的工作学习能力，不清楚你会做哪些工作，不清楚你想了解什么样的知识，所以跟老师建立起很好的沟通是很必要的。同时我觉得这也是我们将来走上社会的一把不可获缺的钥匙。

通过沟通了解，师傅我有了大体的了解，一边有针对性的教我一些计算机知识，一边根据我的兴趣给予我更多的指导与帮助，例如我对网络布线，电脑硬件安装，系统、网络或硬件故障排除，工作原理应用等方面比较感兴趣，师傅就让我和他一起完成电脑故障排除工作。

在这次的工作中，我真正学到了计算机教科书上所没有的知识，拥有了实践经验，这才真正体现了知识的真正价值，学以致用。

激情与耐心，就像火与冰，看似两种完全不同的东西，却能碰撞出最美丽的火花。

在中心时，老师就跟我说，想做电脑维护这一块，激情与耐心必不可少，在产品更新方面，这一行业就像做新闻工作，不断的在更新，这就需要你有激情去发现与创造，而你的耐心就要用到不断的学习新知识，提高自己的专业水平当中去。

通过自己的摸索，调试，自此，我算是真正的弄明白了计算机的硬件安装，维护和更新。

后来我又进行了各种计算机操作系统的反复安装调试，一遍又一遍的调试安装，自然有些烦，但我用我的热情与耐心克服这些困难，师傅也帮我用书面的方式整理了不少关于硬件故障的经验，比如说：我们可以在电脑启动的时候就可以通过声音来判断故障：

1短:启动正常；2短:非致命错误；1长1短:显示错误；1长2短:键盘错误。

一、系统重要文件损坏或丢失引起的(包括病毒所致)。

二、内存超频或不稳定造成的蓝屏。

三、硬件的兼容性不好引起的蓝屏。

四、硬件散热引起的“蓝屏”故障。

计算机经常死机的原因有：

一、系统出现错误包括病毒所致。

二、主板的芯片或者其他的零部件损坏。

三、显卡接触不良。

四、内存接触不良。

五、cpu风扇散热不良。

六、计算机的电源有问题。

七、硬盘出现故障等。

计算机黑屏的原因：

一、显示器断电，或显示器数据线接触不良。

二、主板没有供电。

三、显卡接触不良或损坏。

四、cpu接触不良。

五、内存条接触不良。

六、机器感染cih病毒，bios被破坏性刷新等等。

师傅说对每台计算机都要细心负责，具有基本的专业素养，因为细心负责是做好每一件事情所必备的基本条件，基本的专业素养是做好工作的前提。

第四是“主动出击”：当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。在公司的时候，我会主动的打扫卫生，主动地帮师傅做一些力所能及的事情，并会积极地寻找合适的时间，向老师请教问题，跟师傅像朋友那样交流，谈生活学习以及未来的工作，通过这些我就和师傅走的更近，在实习当中，，师傅就会更愿意更多的指导我，使我获得更大的收获。

有时我就自高奋勇，独自去一些地方进行检修等故障排除。我心里感觉很高兴，因为我的主动，我巩固了我所学的知识，并且得到了师傅的认可。

他说，“虽然每天信件很多，但我都按紧急性和重要性排序，再逐一处理。”总裁于是把这种做法推广到全公司，整个公司的运作变得有序，效率也提高了。所以说：养成讲究条理的好习惯，能让我们在工作中受益匪浅。

今后，我将继续保持认真负责的工作态度，高尚的`思想觉悟，进一步完善和充实自己，争取在以后的学习中更好的完善自己，在以后的实践中更好的运用去自己的只是，做一个合格的大学生，将来做一名对社会有用的人。

**大学生实践心得体会篇九**

作为大学生，我们参与厂子实践不仅是一次对理论知识的实践，更是对自身能力的考验。在这个环节中，我们不仅能够学到书本上所没有的知识，也能够拓宽自己的思维，以及培养各项能力。在这篇文章中，我们将从五个方面分享我们的心得体会。

第一段：认真听取工作介绍

参加厂子实践，第一步就是听取工作介绍。在这个环节中，我们应该认真听取厂方工作安排，了解岗位职责和要求。只有在了解了岗位职责和要求之后，我们才能够制定出自己的工作计划，有针对性地完成自己的任务。

第二段：注重团队合作

在厂子实践中，团队合作必不可少。我们必须与同伴共同完成一些任务。团队合作中重要的一点是要相互信任，信任自己的团队成员，才能够有效地完成任务。我们应该在团队中有自己的角色，相互合作，共享成果。

第三段：养成良好的沟通习惯

厂子实践中养成良好的沟通习惯是非常必要的。再好的创意和团队成员素质再高，缺少沟通，效率依然会降低。因此，我们应该学会主动沟通，及时了解团队成员的需求和想法，分工明确，及时排解矛盾和问题，才能够保证团队高效合作。

第四段：严谨负责，认真对待每项任务

在厂子实践中，一项任务的完成可能非常不容易，但是我们必须认真对待每项任务。我们应该严格按照工作流程执行任务，认真查看每道工序是否按照规定完成，遇到问题及时思考，才能够保证任务圆满完成。在处理问题的过程中，我们需要细致、耐心地解决每个问题，一点一点积累经验，提高自己的工作效率。

第五段：总结经验，不断提升自我

厂子实践结束后，我们应该对自己所做的工作进行总结。我们可以从中找出自己的不足之处，了解自己的优势和提升空间，及时改进工作方法，提高自己的工作能力。我们要记得一句话：无论如何，我们都不会因为自己现有的能力和水平而被束缚，不断提升自我，才能够不断取得更大的成果。

总之，参加厂子实践是一次非常宝贵的机会。通过此次实践，我们可以较为直观地对自己所学进行实践，发现自己的问题，学会团队合作，提升自己的能力，为以后的工作奠定基础。当然，世界上没有绝对完美的事情，厂子实践中也会遇到各种困难和挑战。但是我们要记住，只要我们真诚对待，细心耐心，积极解决问题，最终一定能够圆满完成任务。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn