

# 2023年消费心理学实训心得体会 大学生 心得体会(优质5篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？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。

## 消费心理学实训心得体会 大学生心得体会篇一

那一排排的队伍犹如大树般伫立在草坪上，那一声声口令响亮的回荡在每一个莘莘学子当中。口令变了，队形也变了，这就是军训，一次有组织性的活动。

军训，是一种考验、磨练、成熟性的活动。儿时的军训，纯粹是游戏；少年时的军训，仅不过是一种锻炼；大学的军训截然不同，性质也得以升华。长达十几天的大学军训，让我明白的太多太多人生哲理，唯有一句话让我感触最深，一分耕耘，一分收获。军训后才真正感觉到它的内涵。

阳光明媚，学子们都面对阳光在站军姿。北方的太阳，晒在皮肤上是干干的，对南方的学子们来说就更是受不了。晒着眼睛都睁不开。这是我深有感触的。但无论谁都没有退缩，在跟太阳作战。在站军姿中，学子们付出努力越高就站得越好。齐步、跑步等训练都是很耗体力的活动，只要认真去做就能走齐、跑齐。内务训练亦如此，就拿叠被来说吧，压被压的时间长，被就薄；扣被扣的时间长，被就能更好成形。

一分耕耘，一分收获，的确如此呀，没有付出就没有收获。十几天的军训，对每个学子来说是多么的艰辛，在训练中付出的少怎能有更大的收获呢？但愿世间每个人都能悟出这其中的真谛，要做得好，得付出；要做得更好，得付出更多。

军训，相信经历过亦或没经历过的人对它的反应都是累、苦。确实，严格的作息时间，长时间的训练，炙热晃眼的太阳。这让我们这些一向娇生惯养的人来说还真有点儿吃耐不住。但是经历过军训的人除了反应苦、累之外，相信还会另有一番感受，我就是这样。

训练过程中，不时有人倒下，哭的人就更多了。和新结识的同学一起在烈日下流汗，流泪，和黑黑的、帅帅的教官在休息时瞎掰，以及时不时的捉弄一下教官：趁教官不注意时做做小动作，然后在与教官分别时哭得稀哩哗啦，扯着他的手不让他走。真的很有意思，也很感人！

人长大了点或许吃苦的能力也强了吧，除了太阳猛烈了点外感觉没有以前累。但是军训时间比以前长，与同学教官建立起的感情就更深厚，特别是像我这样远离家长的学子来说，军训真的给了我们一个很好的适应过程。在军训过程中，劳累紧张的训练不仅减轻了我们的思乡情绪，消除了我们的陌生感，更锻炼了我们吃苦以及独立生活的能力。

通过学习军事理论让我们懂得了军训的意义，增强了爱国意识，也让自己多了一份责任感，感觉自己成熟了许多。

## **消费心理学实训心得体会 大学生心得体会篇二**

开学的第一个星期就开始军训了，9月17号这一天成为了我们的苦难日，在军训的`几天中，我们懂得了很多，也学到了很多，虽然很苦但是对我们大有意义。

军训不但可以锻炼身体，而且还可以增强我们的毅力和耐力，让我们有了很多的收获，虽然我们的教官很严格，但是他始终是为了我们好，他全心全意的为我们，他每天起早贪黑和我们一起军训，这次军训让我们懂得了什么是团结，如果一个班中没有激情，没有合作，没有团结，就会像是一盘散沙，通过我们同学之间的合作让我们班级的人更加有信心，更加

的知道如何去团结。

这次军训让我们体会到了什么是苦，什么是甜，军训虽然很苦，但其中也很有趣，这次军训令我大彻大悟，我深刻的体会到了这句话的真谛，我懂得了什么是吃得苦中苦，方为人上人，现在的我们像新生的婴儿，在接受着全新的教育。教官为我们灌输了最好的教育，是他让我们学会了忍耐，是他让我们学会了坚持，他将我们这一颗颗还未发芽的树苗种起，每天给我们浇水，施肥，让我们茁壮的成长，给我们最舒适的环境，让我们开出最耀眼的花朵，结出最饱满的果实。

每天我们都会在烈日炎炎下接受这残酷而有趣的军训，军训中有泪水也夹杂着又汗水，又欢歌同时也少不了笑语，军训其实并不那么苦闷，因为我们拥有了一个幽默搞笑的教官，他会在我们苦闷的时候给我们快乐和力量，我们会重拾信心，感到很有力量，是他让我们不再向困难低头，要傲视挫折，我相信只要有恒心一定会成功的，即使失败了我也不会遗憾，因为我曾经付出过，努力过，所以我不会留下什么遗憾，虽然我做的不是很好，但是我们都尽心尽力去做了，去学了，所谓台上一分钟，台下十年功，哪一个成功人士的背后不是伤痕累累，哪一穗沉甸甸的麦子不是饱经风霜，所以我们要学会坚持。对于这次的军训体会很深，我相信这并不仅仅是我一个人的想法，我们班的每一个人也应该深有体会，所以我们应该认真对待这次军训，发挥出我们最出色的水平，信心十足的向我们的人生目标发起进军，这时你会发现胜利在向我们招手，信心就会更满，大声叫出：向前冲。

冲向成功吧！向困难挑战，让它成为我们的战利品，这次军训我永远都不会忘记，它会成为我们的战利品，成为人生中一次有意义的训练，永远都不会磨灭，我会永远记住这次军训，我会将这次军训画上圆满的句号。

军训增强了我的集体荣誉感；军训提高了我们每一个同学的素质；军训让我体会到我们班同学那种团结向上的精神；军训让

我体会到那种雷厉风行，令行禁止的作风；军训让我体会到做每一件事情都要认真去对待才会成功。

军训这两个字，一说起来就会感到非常累。可是，只要你把军训这两个字真正融入到生活中去，那你就会觉得军训其实并不是很累，这只是我的看法。

第一，服从；第二，完全服从；第三，绝对服从。这是作为一名军人应具有的条件。也许，一名军人只有遵守并牢记才是最好。

总结这四天的军训，说真的，我感到十分的辛苦，但在从中我也得到不少的道理。我们累，但是教官更累，他们还要给我们喊口令把喉咙都弄哑了。在军训期间自己的一些收获：学会了如何与同学好好相处；学会了自力更生；学会了军人钢铁般的意志；学会了珍惜现有的幸福；怕苦的人是中国人民的耻辱，是世界的罪人，这种在少时不吃苦的人，到老了才会了解自己的确很笨，到老了才会真正的吃苦，只有不怕苦、不怕累才能在社会上站稳。

军训让我懂得了遇到困难不能回避，而要以积极的态度迎难而上，在解决困难的过程中，把我们锻炼的更加坚强；军训增强了我的集体荣誉感；军训提高了我们每一个同学的素质；军训让我体会到我们班同学那种团结向上的精神；军训让我体会到那种雷厉风行，令行禁止的作风；军训让我体会到做每一件事情都要认真去对待才会成功。

在今后的日子里，我会多点参加像军训那样有意义的活动，从不叫苦。只要有军训，我都回会积极参加。在军训中，我会服从，完全服从，绝对服从教官。做一个不怕苦，勇往直前的军人。

## 消费心理学实训心得体会 大学生心得体会篇三

大学之道，在明明德，在于亲民，在止于至善。知止而后定……”两千年前，伟大的教育家、思想家孔子所说的话。“大学”、“大学”非我们所上的大学，而是博大的学问。《大学》是部净化心灵的宝典！

孔子、曾子、朱子等一代代的. 伟人，写着这部弥扬我们中华民族的文的人明史书。

我最喜欢是的其中的这一段：“知止而后定，定而后能静，静而后能安，安而后能虑，虑而后能得。”意思是：知道要达到至善的境界，意志才有定向；意志有了定向，才能心不妄动；心不妄动，才能所处而安；能够所处而安，才能处事精详；能够处事精详，然后才能达到至善的境界。在我们日常生活中，也要这样。“心不妄动，才能所处而安”这句话非常好。是啊，如果做任何事都不静下心来，是做不成的。只要心静，有专一的目标，这件事才能做好。这样，至善就离我们不远了。不要以为至善只有伟大的人才能做到。其实，我们每个人只要做到以上的事，至善就离我们不远了。

我还喜欢下面的这句话：“物有本末，事有终始，知所先后，则近道矣。”这句话的意思是：凡物都有本有末，凡事都有终结和开始，能够明白这本末终始的先后次序，就接近大学所讲的道理了。日常生活中，我们做事要讲究次序。最重要、最紧急的事先做；次重要、次紧急的事后做。如果次序乱了，事也做不成了。所以我们做事一定要讲究次序。

## 消费心理学实训心得体会 大学生心得体会篇四

在军训期间，我们还参加了许多丰富多彩的活动。老师组织我们参观了三门峡市博物馆，让我们领略了三门峡悠久的历史。与此同时，我们还看到了古人留下的许多文物，了

解了“唇亡齿寒”、“假玉杀过”等成语的来源。军训期间，教官会让我们玩一些小游戏，一起互动，让我们放松。这些活动不仅磨练了我们坚强的意志，也增强了我们的团队意识。

虽然短期的军训已经结束，但蓦然回首，我觉得不累，更累的是一种记忆和幸福。大学时光是非常宝贵的。将来我会更加珍惜美好的大学时光，这样我的大学生活才不会留下遗憾。

感谢军训，让我遇见了最好的自己

夏末秋初，雨又湿又凉。当我独自走进校园时，我总是对周围的一切感到好奇。我对周围每栋建筑物的历史、每片草坪上的故事以及每一个新生的面孔都很好奇。但尽管好奇，它却无法融入其中。它只能像一个局外人一样打开美丽的校园画面。

军训刚开始的时候，人们总是被突如其来的额外训练搞得措手不及。在教室里坐了几年之后，不注意锻炼的后果开始显现。虽然夏天已经过去了，汗水还是不停地滴在脸上。不规律的工作和休息，早上的训练让我有点不舒服。头晕目眩，四肢无力，更加变幻莫测的是，天空并不美丽，秋雨绵绵。汗水和雨水顺着脸颊滚落下来，弄湿了军服。秋风吹来，让人觉得凉多过凉。雨水也弄湿了鞋面，使鞋更冷更重。寒冷和疲劳使军事训练更加困难。幸运的是，我有可爱的学生，有严格但有爱心的老师，有悉心照顾学生的辅导员，有长辈和姐妹们的亲切问候。

流线的边缘，忘记了远方的路，突然遇见了桃花林。坚持不懈，困难总会被克服，我们会在训练的过程中变得更好。坚持训练，锻炼自己柔弱的体魄；调整工作和休息，让我精力充沛地迎接日出；我也收获了同学们真挚的友谊，感受到了辅导员一丝不苟的温暖。

军训，谢谢你让我过得更好。

## 消费心理学实训心得体会 大学生心得体会篇五

党的以来，我国经济发展进入转型升级阶段。打造升级版、催生“又一春”，关键一招是进一步释放深化改革开放的红利。建设“一带一路”，是全面深化改革的重要组成部分，是通过扩大开放促进经济结构调整，以内引外联促进经济发展的务实之举，是顺应我国经济转型升级要求的重大战略举措。

对外开放的新深化。党的十一届三中全会以来，我国对外开放由点到线、由线到面，从南到北、从东到西逐步扩展。从兴办经济特区到开放沿海港口城市、再到开辟沿海经济开放区，从推动沿江、沿边和内陆省份对外开放到正式加入世界贸易组织，我国对外开放的广度和深度不断拓展。建设“一带一路”，是我们党在国际国内形势发生深刻变化的时代条件下，以全新理念推动的新一轮开放，有利于实现国内与国际的互动合作、对内开放与对外开放的相互促进，从而更好地利用两个市场、两种资源，拓展发展空间、释放发展潜力。

经济转型的新引擎。国际金融危机爆发以来，发达国家市场需求明显减弱，我国外向型经济发展受到一定制约。同时，我国经济经历长期高速增长之后，结构性矛盾和产能过剩压力凸显。建设丝绸之路经济带，是打造中国经济升级版的新引擎，能够形成新的亚欧商贸通道和经济发展带，带动我国内陆沿边向西开放，扩大西部经济发展空间。建设21世纪海上丝绸之路，是打造东部经济升级版的新支点，能够带动沿海地区优化外贸结构，推动经济转型升级，减轻资源环境压力，形成与东南亚国家联动发展的新局面。

互利合作的新拓展。发展潜力就是发展空间，发展潜力越大的地方，发展空间也越大。互补就是互利，发展禀赋互补性越强，互利共赢的利益汇合点就越多。“一带一路”的相关国家和地区有较强的发展潜力，与我国经济发展有较强的互补性。从世界范围看，亚洲和周边国家的区域合作相对滞后，

如基础设施建设不联不通、联而不通或通而不畅，制约了区域合作的进一步发展。“一带一路”分别从陆上和海上推进互联互通，拓展开放通道，能够使相关国家在平等互利的基础上深化区域合作，为亚洲的整体振兴插上强劲翅膀。加强政策沟通、道路联通、贸易畅通、货币流通、民心相通，找到利益契合点，能够最大限度实现经济发展战略的有效对接，逐步形成区域大合作的新格局。

## 连接中国梦与世界梦的战略纽带

同志强调，中国梦是和平、发展、合作、共赢的梦，与各国人民的美好梦想息息相通；中国人民愿同各国人民一道，携手共圆世界梦。“一带一路”将中国梦与世界梦更加紧密地联系在一起，是相关国家人民筑梦的战略纽带。

创造战略机遇的中国智慧。由于丝绸之路沿线具有重要的区位优势、丰富的自然资源和广阔的发展前景，相关国家近年来纷纷提出针对这一区域的战略构想，影响较大的有日本的“丝绸之路外交战略”、俄印等国的“南北走廊计划”、欧盟的“新丝绸之路计划”和美国的“新丝绸之路战略”。世界主要国家针对这一区域的贸易自由化战略或区域经济合作方案，为我国实施“一带一路”战略创造了机遇。同志强调，要把世界的机遇转变为中国的机遇，把中国的机遇转变为世界的机遇，在中国与各国良性互动、互利共赢中开拓前进。建设“一带一路”，能够充分发挥上合组织、东盟“10+1”、中阿合作论坛等现有机制作用，促进区域内经济要素有序自由流动和优化配置，带动沿线国家经济转型和发展。这既能为实现中国梦创造良好条件，又能向相关国家和地区辐射“中国红利”，实现战略机遇的对接、交汇。更为重要的是，“一带一路”建设可以与欧盟、北美自由贸易区形成“三足鼎立”态势，加快形成国际经济新格局，进而对经济全球化产生深远影响。

建设世界命运共同体的中国担当。近年来，世界多极化、经

济全球化深入发展，世界各国越来越紧密地联系在一起，形成了你中有我、我中有你的局面。我国公民和企业走向海外的数量屡创新高。“一带一路”不是中国利益独享的地带，而是各国利益共享的地带。建设“一带一路”，充分彰显了中国敢于担当的精神风貌和互利共赢的合作态度，有助于我国同沿线国家一道，推动政治、经贸、人文、安全各领域合作再上新台阶，共同打造政治互信、经济融合和文化包容的利益共同体、命运共同体、责任共同体，真正使中国梦与世界梦交相辉映。

推动践行正确义利观的中国道义。新形势下，中国积极倡导正确义利观，政治上秉持公道正义，坚持平等相待，遵守国际关系基本原则，反对霸权主义和强权政治，反对为一己之私损害他人利益、破坏地区和平稳定；经济上坚持互利共赢、共同发展。建设“一带一路”，是中国践行正确义利观的实际举措，既维护和实现本国人民的根本利益，又兼顾相关国家和地区的共同利益。这样的主张与行动，顺应天下人心，彰显人间正道，赢得广泛认同，搭建起中国梦与世界梦息息相通的桥梁，谱写新的追梦华章。