# 寒假社会实践总结202\_字

来源：网络 作者：花开彼岸 更新时间：2025-04-09

*社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现。下面是小编整理的寒假社会实践总结202\_字范文，欢迎阅读参考!　　寒假社会实践总结202\_字一　　21世纪的前20年，是我们国家、我们民族发展的一个重要战略机遇...*

　　社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现。下面是小编整理的寒假社会实践总结202\_字范文，欢迎阅读参考!

　　寒假社会实践总结202\_字一

　　21世纪的前20年，是我们国家、我们民族发展的一个重要战略机遇期，也是我院必须紧紧抓住并且可以大有作为的重要战略机遇期。党的十六大明确提出到202\_年我国要实现全面建设小康社会的发展目标，并把形成比较完善的现代国民教育体系，人民享有接受良好教育的机会，形成全民学习、终身学习的学习型社会，促进人的全面发展等作为全面建设小康社会的重要内容之一。北京市提出要通过实施\"新北京、新奥运\"战略构想，在全国率先基本实现现代化，为把北京建设成世界一流的现代化国际大都市奠定坚实基础。作为首都经济社会发展中具有先导性、全局性、基础性特点的基础设施和知识产业，教育的现代化，既是首都现代化的重要组成部分，又是首都现代化的前提和关键。因此，我们必须树立强烈的机遇意识，聚精会神搞建设，一心一意谋发展，在建成示范性职业技术学院的基础上，要努力取得无愧于时代、无愧于伟大历史机遇期的新成就，实现学院的新发展。

　　202\_年学院工作的指导思想和总的要求：

　　以邓小平理论和\"三个代表\"重要思想为指导，认真贯彻党的十六大、十六届四中全会和市委九届九次全会精神，紧紧围绕\"新北京、新奥运\"战略构想，以开展\"保持共产党员先进性教育活动\"为契机，以提高办学能力为重点，全面落实科学发展观，大力加强教学内涵建设;以课程建设和考试改革为重点，深入进行教育教学改革。狠抓当前，规划长远，继续落实学院十五发展规划。坚持育人为本，全面加强和改进大学生思想政治教育工作。以最好成绩迎接示范性学院验收工作，确保顺利实现建设示范性职业技术学院的奋斗目标。

　　(一)以科学发展观统揽全局，促进学院全面、协调、可持续发展，为示范性学院评估验收工作做好准备。

　　1、加强对学院发展的宏观规划和战略研究，坚持科学规划、合理定位、内涵发展、办出特色，切实提高教育教学质量。贯彻落实全国职业教育工作会议和《教育部等七部门关于进一步加强职业教育工作的若干意见》的精神，落实北京市教育大会提出的目标和任务，制定完成学院\"十一五\"发展规划，进一步勾画学院全面、持续、健康发展的蓝图。

　　2、加强专业建设，稳步推进学制改革。加大对机电技术应用和测量工程专业的投入，形成专业\"亮点\",推动其它专业的教学改革。加强专业设置的论证工作，对我院较长一段时期内的专业布局进行科学规划，提高适应市场的能力。要按照教育部关于试办两年制高职教育的精神，积极稳妥地推进两年制高职教育，在总结和借鉴XX级两年制数控技术及应用专业改革经验的基础上，今年在汽车检测与维修、工商企业管理、市场营销、电气自动化技术、建筑工程技术等五个专业试办两年制。各有关专业要做好培养方案和教学计划、教学文件等的开发与建设工作。

　　3、加强课程建设，深化考试改革。课程的建设要与教学内容改革相适应，使教学内容进一步反映当前社会先进技术水平，突出岗位资格要求，与学生职业资格证书考试相适应。以优秀课程和精品课程建设为抓手，力争在XX年以前我院20%的专业课程达到优秀课程的标准，建成20门左右的精品课程。积极推荐、申报市级、国家级精品课程评审，今年争取申报2门市级(国家级)精品课程。各系申报与学院指定相结合，今年再立项4-6门课程进行精品课程建设。年底以前要完成XX年立项的4门精品课程建设工作。争取在XX年能有1-2门课程成为国家级或市级精品课程。

　　考试改革要坚持严格性、多样性、选择性、理解性、阶段性原则，考试形式改革与考试内容改革相结合，阶段考试与目标考试相结合。在考核内容上，既考核理论知识，又考核实践技能;在考试形式上，笔试和口试相结合，闭卷和开卷相结合。要重点做好口试和阶段考试的改革工作。

　　4、加强教科研工作，重视科研人才队伍建设，逐步提高科研和技术开发水平。科研是高等院校非常重要的一项职能。学校的科研、技术开发、技术服务能力是建立校企合作办学机制最重要的前提条件。因此，要进一步加大科研工作力度，202\_年立项课题要进一步提高科研课题的比例，减少教研课题比例。要给予科研工作以宽松的政策和充分的经费保障。要加强同企业间的联系，积极争取和承接横向科研课题，努力提高科研成果的水平，培养一批科研骨干。

　　5、加强教学管理，提高现代教育技术水平。从202\_年起，教学计划、教学任务、选课、成绩考核等都要实现计算机软件管理，全院教学管理人员和广大教师要认真熟悉教学管理软件的使用方法，严格遵守软件使用的有关规章制度，使我院的教学管理水平迈上一个新台阶。目前，我院现代教育技术的推广工作已基本完成。从202\_年起，要重点提高其应用水平和效果。要组织专门的研讨会，探讨和交流现代教育技术使用经验，使教学设备的潜能得到充分的发挥，使教学效率和教学质量进一步提高。

　　6、认真研究高职高专教学质量的内涵和特点，结合我院的教育教学改革，以调动\"教与学\"两个方面的积极性为核心，借鉴iso9000质量管理和质量保证体系，进一步完善教学质量监控体系，全过程、全方位地加强教学质量监控。除继续做好日常教学检查、教师试讲、现代教育技术应用情况调查等工作外，要进一步规范实践教学管理，对实践教学指导教师要进行量化考核;要既督教又督学，进一步完善学生学习激励机制，提高学生学习的主动性和积极性。

　　7、全面加强教学建设与改革工作，夯实基础，充实内涵，积极准备，迎接验收，确保示范性职业技术学院建设目标的实现。继续加强实验实训设施建设，利用北京市200万专项资金，完成好数控实训基地扩建任务。北京市专项预算批准的项目，都要按要求做好建设工作。示范性职业技术学院建设项目要认真准备验收资料，确保顺利通过国家验收。国家财政重点支持的示范性职业技术院校建设项目今年进入整改总结阶段，要对照建设方案，认真检查、验收、总结和整改。

　　(二)抓好队伍建设，全面提高教职工素质

　　8、要牢固树立以人为本的观念，全力抓好队伍建设，构筑引领学校教学、科研和管理上水平的人才支撑。根据教学、科研和学科建设的需要，保质保量地做好补充教师的工作，逐年提高教师在教职工队伍中的比例。严格执行教师任职资格制度，把住\"入口关\",不具备任职条件的一律不得进入教师队伍。积极创造条件，提高教师实践能力，培养\"双师\"素质教师。加强教师的思想政治工作和师德教育，倡导无私奉献、为人师表、敬业爱生、严谨治学的精神，引导教师树立正确的教育观、质量观和人才观，增强为国家经济建设培养高素质人才的责任感和使命感。

　　9、继续加强教师学历学位提高。继续支持教师的学历学位进修，改善教师队伍的学历学位结构。按照《XX-202\_年教学改革意见》规定，凡经批准参加硕士、博士学位进修的教师，全额报销学费，并将其毕业论文和课题列为本院科研项目，予以经费支持，支持经费的上限分别为1.5万元和3万元。

　　10、巩固新一轮干部人事制度改革成果，签订聘用、聘任合同，实施聘约管理，加强履职绩效考核，强化全员职责意识。做好新教师接收、岗前培训和XX年参加工作教师的考核、转正工作;做好专业技术职务职称的评聘工作。

　　(三)加强和改进德育工作，坚持以人为本，促进人的全面发展

　　11、认真学习贯彻落实《中共中央国务院关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见》和xx在全国加强和改进大学生思想政治教育工作会议上的重要讲话精神。进一步推进学生教育与管理工作创新，切实提高学生工作质量。要总结管理重心下移的工作经验，重新调整学生工作领导委员会，探索建设一支专兼结合的大学生思想政治教育工作队伍。以学风建设为龙头，构建德育教育的新平台;继续通过各种渠道加强同学生交流，开好学代会，倾听学生的意见和建议，解决学生在学习、生活中的问题;加强对学生的人文素质培养，抓好学生的安全教育工作。

　　要不断改进方式方法，结合长征70周年、抗日战争胜利60周年庆祝活动，积极开展\"民族·历史·未来\"主题教育活动。围绕\"人文奥运\",组织更多的同学参加首都青少年\"情系奥运，文明礼仪伴我行\"等活动。

　　(四)为师生员工的工作生活提供优质服务，提高学院持续发展的保障能力。

　　12、完成校园整体规划。做好综合楼开工建设和新购50亩地的开发建设准备工作。完成锅炉房搬迁和校园供电线路改造工作。做好学院的美化绿化工作。开工建设学院文化广场。进行三号学生公寓区外环境建设。本着经济实用、美观大方的原则，整修学院内部主要路面，对校园老建筑外墙进行粉刷装饰。提高绿化水平，营造高雅、温馨、舒适的校园环境。搞好职工福利和医疗卫生及计划生育工作。

　　13、做好学生食堂、学生宿舍的管理与服务工作。健全完善学生食堂、学生公寓管理办法、专项维修管理办法等规章制度。以饮食卫生安全为重点，继续落实办餐人员的办餐行为规范制度，加强食堂物资采购规范操作监控，加强食堂基础设施完善与改造，巩固a级食堂食品卫生量化等级。力求完成标准化宿舍、标准化食堂的建设验收。

　　14、加强对校办企业的管理，严格履行合同和奖惩制度。加强校办企业同教学、科研的结合，促进企业产品更新换代，将校办企业办成我院稳固的实训、实习、科研基地。

　　(五)其他工作

　　15、加强政策、程序、规章制度建设。贯彻落实《国务院全面推进依法行政实施纲要》和《北京市全面推进依法行政实施意见》，认真实施《行政许可法》，落实相关配套制度，推进科学、民主、依法治校。清理学院规章制度，规范学校的管理。切实维护教师、学生的合法权益，规范违纪学生处分程序，推动学院建立校内教师、学生申诉制度。坚持以推进基建工程公开和财务公开为重点，进一步深化校务公开制度。要通过公开，形成上下多方面的互动机制，实现学院的科学决策、民主监督和有效监督;要通过公开把广大教职员工和社会大众的知情权、参与权、监督权真正落到实处。

　　15、做好招生就业工作，202\_年计划招生1800人，使在校生规模达到7200人。加大学院宣传力度，进一步扩大学院知名度。各系部要积极配合就业指导中心加强对毕业生的思想教育，指导帮助毕业生树立正确的职业观、择业观和就业观。提高就业指导和服务水平，提高就业质量，争取就业率达92%的指标。积极发展成人教育，使其成为学院发展的一个新的增长点。

　　16、做好全年的财务工作。严格财务预算管理，保持财务工作良性运行。健全管理机制，完善审计工作制度，搞好财务的常规化自查，强化内部审计。要厉行节约，杜绝浪费，严格控制办学成本。进一步增加职工收入。

　　17、继续重视并做好离退休人员工作。充分发挥老干部工作领导小组和职能部门的作用，认真落实老干部工作责任制，使离退休人员健康、幸福地安度晚年。以老干部为主体，成立学院关心下一代工作委员会，发挥老干部余热，教育和引导好未成年人的发展。

　　18、做好建校五十周年庆典筹备工作。成立校庆工作领导小组和校庆办公室。按照\"隆重、热烈、简朴、务实\"的工作原则，集中智慧，创造性地做好XX年建校五十周年庆典筹备工作。

　　19、全力维护校园安全和稳定，构建和谐校园。进一步做好安全保卫工作，提高科技创安水平。完善安全稳定工作预警体系和突发事件应急处置机制，提高处置突发事件的能力。继续开展校园网有害信息清理整治。完善正确处理人民内部矛盾的工作机制，落实信访工作责任制，健全校内劳动争议调解制度。开展大学生安全教育进课堂工作。继续整治校园周边环境，不断改善师生学习工作生活环境。

　　各位代表、同志们，202\_年是我院全面贯彻党的十六大和十六届四中全会精神，落实\"十五规划\",再谋发展的关键一年。学院在过去几年间，有了长足的发展，我们已经积累起较为雄厚的基础，今年学院各项工作任务非常繁重，其中重中之重的工作是认真开展好保持共产党员先进性教育活动，做好迎接教育部组织的示范性职业技术学院评估验收工作。这些工作的完成，必将促进学院新的发展，必将为我们更高奋斗目标的实现奠定更加坚实的基础。这次大会，我们还将讨论学院\"十一五\"发展规划，这个规划从学院的实际出发，提出了未来一个时期学院的奋斗目标，那就是积蓄力量，等待时机，争取早日提升办学层次，为中国职业技术教育做出更大贡献。天时人事日相催，冬至阳生春又来。让我们在上级主管部门和院党委的坚强领导下，高举邓小平理论和\"三个代表\"重要思想的伟大旗帜，同心同德，再接再厉，奋发图强，以更加高昂的斗志，更加富有成效的工作，为铸就工业职业技术学院新的辉煌，为创造工业职业技术学院更加美好的明天而努力奋斗!

　　进入公司的当天，商标部杨经理提醒我，\"你虽然是名实习生，但是也要跟普通员工一样先得学习企业文化\",她还特别强调了学习企业文化的重要性。了解了企业文化，\"想别人不曾想的事，才能创造新的奇迹;走别人没走过的路，才能达到新的顶峰\"的发展信念，与 \"敬业进取，实现自我价值;协作奉献，强化团队力量\"的执业理念，已经深刻得印入了我的脑海，指导着我日后的工作

　　.随后我对商标的种类及其特点，国内注册知识包括商标审查、初审公告、注册公告、领取商标注册证、商标注册的途径、商标注册申请所需书件及要求、商标注册申请人等，代理业务的分门别类┅这一系列有关商标代理业务逐一消化吸收。入世啦，我国企业在进军国际市场之前，必须做好知识产权国际保护计划，提前在相应的国家注册自己的商标，避免其被他人抢注而给企业造成不可估量的损失。

　　寒假社会实践总结202\_字二

　　在今年寒假里，我利用假期参加有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。这次的社会实践收获不少。

　　一. 在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的寻找工作让我认识更多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前工作的机会不多，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

　　二. 在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。在多次的面试中，明白了自信的重要性。你没有社会工作经验没有关系。重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，没有第一次又何来第二、第三次呢?有自信使你更有活力更有精神。

　　三. 在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道要打寒假工时，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如工作的领班所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某位名人所说:“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

　　四. 工作中不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。

　　以上是我自己觉得在这次寒假社会实践学到了自己觉得在社会立足必不可少的项目。

　　正是因为有这样的环境，正激起了我要在寒假参加社会实践的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

　　那么，我的社会实践活动就从我的找工作拉开了序幕。经过艰苦的找寻工作，很多的地方的招聘都要有工作经验的优先，一听说我没有经验就跟我说“这样吧，你回去等消息吧，如果需要的详，我会通知你的”。很多此后我终于找到了一家餐饮酒楼。老板让我来做传菜员。第二天，我便开始了我的寒假社会实践生活。刚开始的时候心理极不平衡。居然只能端端盘子，怎么着以前在学校里也是个学生会干部，多少也有点社会能力，心理学徒有点失落再加上传菜部领班是个小学文化的，还对我指手画脚，确实心理上很不舒服。

　　但是，人总是要适应自己自下而上的环境，我一定要坚持下去。要在自己的式作的环境中让自己的工作做行很轻松，首先尽快地熟悉自己所在的工作环境。我所工作的地方是一个两层楼的酒楼，酒店大堂在一楼，楼上有包房，厨房在二楼，传菜间也是在厨房所以在传菜间里可以看到厨房管理的机会，这也能学到不少。于是，我就开始了我的实践生活。

　　进入大学二年了，迎来了自己的第一个寒假社会实践

　　内心是激动与踌躇共存着。激动是终于可以走上社会锻炼一下自己，踌躇是才刚刚大一的学生，能干得了些什么?不过，还是希望能通过社会实践锻炼自己，拓宽视野。

　　我的社会实践单位是我市华地广场。工作内容就是卖步步高点读机，到书店与客户交流做宣传，打电话预约客户，上门安装课件，并在三天之内打回访电话。在这段实习的时间里，我经历了很多以前没有的事，就比如第一天遭受路人的冷眼以及拒绝，还有公司上司对自己严厉的批评等。中途还有想退出的念头，不过最终还是坚持下来了。

　　一个月的时间，虽然不长，但也了解到了很多关于社会关于自己的问题:

　　1.听从安排，安排的事情不要问为什么。

　　2.认真做自己该做的事，不管什么时候，不要泄气。

　　3.不管自己的工作能力如何，一定要积极，向上，努力。做不了最优秀的员工，但必须做到是最努力的。

　　4.人的可变性是很强的，改变一种说话方式，客户或许就会做出与原来相反的的决定，所以不要急于放弃客户。

　　5.客户的培养是需要时间的，不要急于求成，可能会适得其反。

　　6.了解客户的需要是最重要的。

　　7.保持微笑，准备好问题，认真聆听，然后分析问题，引入产品，解决问题。

　　最后领的工资虽然只是一点点的钱，但是我知道，一个人在他的学生时代最重要的是学习东西，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，参于社会实践活动是一个很好的锻炼机会，赚钱不是主要的，作为学生，能赚多少钱，等我们毕业了会有很多赚钱的机会,只要有知识和能力,智慧,我们就可以找到好的工作。实习是为将来打基础的重要阶段，珍惜我们的每一个工作机会，不论什么人，什么学历，从事什么工作，好好的表现、展示自己的能力，不要错过好的机遇。没有一件事情是轻轻松松的，但每一件事都是让人成长的，经历一段过程，喜悦或是艰辛，尽管经历的方式不尽相同，但它的结果是相同的，我们都会因涉事而成长。其实工作中不一定有太多地方用到专业知识，更多的是我们要耐心、细心一步一个脚印、脚踏实际的去工作，只有基本工作做的够好，才能赢得上级和同事的信赖，才有机会展示更多的才华。单凭专业知识不可能在工作上高枕无忧，更多的是在做一些很小的事情，而判断一个人的工作能力怎样恰恰是从些事情上看出来的，正可谓:一屋不扫何以扫天下?现实，就是这样。以上就是我这些日子来的体会，我的不足之处希望老师给予纠正和指导，谢谢!

　　今年寒假时大学的第一个寒假，同样，也是人生第一个二十岁的寒假。所以，我想让他变得充实而有意义的。

　　刚在家的前两天，替妈妈做了点点家务活。其实不干还不知道，零碎的东西越难搞定!总算体验到爸妈劳动的辛苦了。于是，我决定出去找点事做做，毕竟整天窝在家里也不是个办法呢!昔日的伙伴们吧，学车的学车，旅游的旅游去了，打工的为生活努力去了，瞧着没，都个为生活上色呢，我也不能这么庸庸碌碌呢!

　　找了我以前的同桌瑶妞，她姐夫是开娃娃厂的，或许可以找点事做呢，果然，他们厂这两天缺人手。我心想，做娃娃是何等的容易的事啊，塞塞棉花，剪剪线头的事吧~我爽快的答应下来了。五毛钱一个娃娃，我做一百个能赚五十也不定呢!刚踏进厂房，我的梦想转瞬成空!巨热的空间，看着一个个忙碌的身躯，脸上的汗水，好似地域一般的地带，空调是虚设!我一时后悔我将要在这个地方工作?我疯了吧??家里那么舒服的空调床，都没了、、回到现实，只有硬着头皮往下走了~~问题是，这个娃娃比我想象中大好多!还有，线头真多，无奈了。装棉花，一点点的装着，。旁边的阿姨笑道:“像你这样装到晚上还不知道有没有十个呢?”我顿时苦笑了一下。手越来越疼了，想妈妈了。一天的工程总算结束了。第二天早晨，整只手像残废了一半。在妈妈的劝阻之下，我结束了娃娃厂的工作。真的痛苦而难忘的经历啊!

　　我第二个打工点是教育机构，是私人承办的学校，就租了很多的商品房上课，我们去就是助教类的咯!教的是低年级的弟弟妹妹们，可是，越小越皮，我就没撤了!怎样都奈何不了小孩们!我料想做几天就会脑充血的!有个三年级的男孩，问他25+3=?他一个劲的摇头!于是乎，我就忍不住小骂了他一下，这下好了，老班指着我鼻子大骂，真受不了，委屈死了我!不过日子长了，也发现孩子们的天真可爱，和他们打成了一片，以另一种心态与他们交流，快结束时孩子们舍不得我呢~~我还感动~。

　　回想起来，自己确实是学到不少，这也是我做这些事的初衷，能接触到社会的种种，觉得很知足 很开心。

　　后面的日子，每天都在家里和家人在一起，享受天伦之乐，这个夏天不觉得再有遗憾!

　　这是我进入大学以来第一个寒假。在这个寒冷的寒假，我很想暂别象牙塔中舒适的生活，带着青年人特有的蓬勃朝气，走入社会，了解社会，深入社会。我第一次有了要外出打工的念头。在我妈的介绍下，我和另一个好朋友一起进了一家韩国料理当服务员。就这样，我开始了人生中的第一份工作。

　　“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”，课本上学的理论知识用到的少之又少。在这样的情况下，我更是能深刻的体会到其中的内涵。当服务员真的是辛苦的，每天工作12小时，就中间休息2小时，那往往是我们每天都翘首盼望的两小时。我责的主要是点餐，端盘子，对于从来没有做过家务活的我来说，这样的工作已经是一个挑战了，它要求速度，灵活，形象，态度，每一项都很重要，可我每一项都做得那么不尽人意，东西总是丢三落四，好几次客人点的东西都不能全部送到，还总是因为要赶时间而撞到别人，不过老板的宽容，朋友的鼓励都让我信心满满，我竟然从没有萌生想要放弃的念头，要是以前那个我，早就受不了，拍拍屁股走人了，可是我没有，我想证明给自己看，我能胜任这份工作。我开始更加勤奋，学习别人处事的方法，招待客人的态度。渐渐的，我犯得错误越来越少了，做事更加的得心应手，虽然每天到家我都几乎累瘫了，不过那种感觉真的很不错，那是我从来没有体会过的。

　　一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，比如必须在工作中不断学习不断积累，同时搞好和同事之间的关系，而这些东西将让我终生受用。而对于大学生而已，敢于接受挑战是一种最基本的素质。虽然一个多月的实践活动让我觉得很累很辛苦，但我从中锻炼了自己，这些是我在大学课本上不能学来的。它让我明白什么是工作，让我懂得了要将理论与行动结合在一起，让我知道了自己是否拥有好的交流技能和理解沟通能力。而交流和理解将会是任何工作的基础，好的沟通将会事半功倍。

　　“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。这是我一个多月来的感受。社会实践使我找到了理论与实践的最佳结合点。

　　“艰辛知人生，实践长才干”。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗位上发挥的不很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和提高。就是紧密结合自身专业特色，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对基本原理的理解和消化。

　　社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。

　　社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，通过社会实践，让我们大学生提前了解社会，为将来真正走上社会提供宝贵的经验和阅历，也为将来从事任何工作打下良好的基础。

　　大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式;是培养锻炼才干的好渠道;是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。寒期社会实践活动一直是我们大学生投身社会、体验生活、服务大众的真实契机。

　　这次的社会实践让我有了上班族的味道，还有那种忙碌，那种盼望双休日的心情，这种感觉真的很不一样。真的希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

　　大学生除了学习书本知识，还要进行社会实践。因为很多大学生都清醒的知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代所需的人才。大学生人在实践中培养独立思考，独立工作，独立就解决问题的能力。所以我觉得在校大学生要借机培养自己的实践和创业能力。同时在实践中帮助别人。

　　在这个寒假里，我参加了关于农村教育问题的社会实践，在短短一个多月中，我尽我所能，把我所知道的知识全都交给他们，孩子们也都非常认真的学习着。在和孩子们的交流中我了解到，他们大多梦想着成为大学生，成为科学家等，对外面位置的世界充满了好奇和憧憬。但当我问到以后回不回家乡的时候哦，大家都沉默了。也许是孩子们太小，不能理解这件事的含义，也许是另一种思想一直影响着他们“离开农村，去城市才不用过苦日子。

　　孩子们是渴望知识的，农村也是需要人才和技术的。但一些客观现实又使我们的教育观发生变化，造成人才流失，如今人们的思想不断进步，越来越多的人已经意思到了教育的重要性，但在教育观念上也产生了不同角度的分歧，有部分学生和家长教育观念有些偏激。所以支持农村教育不仅仅知识财力上的帮助，还应是教育人才和教育观念上的帮助。要让孩子们在学习知识的同时学习做人的道理，适应时代发展的观念和大局。

　　此次寒期实践使我感触颇多，不仅使个人得到了一定的社会锻炼，也帮助了部分小学生，自我感觉是一次成功的社会实践。

　　大学生的第一个寒假，当然，也是我第一次经历社会实践。对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。于是我毅然踏上了社会实践的道路。想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性;想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

　　有人这样形容现在的大学生打工族:中文专业投笔从“融”，外文专业西游取“金”，历史专业谈“股”论“金”，医学专业精益求“金”。其实并不是我们有严重的拜金主义倾向，只不过我们在这个现实的社会中懂得了该怎学样习生网存。

　　寒假社会实践报告自从走进了大学，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。在现今社会，招聘会上的大字报都总写着“有经验者优先”，可还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢?为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我走进了一家民营企业，开始了我这个假期的社会实践。实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。而且在中国的经济飞速发展，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

　　在实践的这段时间内，我帮忙接电话，复印资料，整理文件等，感受着工作的氛围，这些都是在学校里无法感受到的，而且很多时候，我不时要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自已的能力!记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。在这次实践中，我感受很深的一点是，在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到;而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢?这是社会与学校脱轨了吗?也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了有课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一小部分人具有更高的起点，有了更多的知识层面去应付各种工作上的问题，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。

　　回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。

　　在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前没有工作的机会，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

　　在工作上还要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。社会经验缺乏，学历不足等种种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来就什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。

　　知识的积累也是非常重要的。知识犹如人的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。这次接触的实践活动，对我来说很陌生，要想把工作做好，就必须了解各方面的知识，有深入的了解，才能更好地应用于工作中。

　　这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。在今后我要参加更多的社会实践，磨练自己的同时让自己认识的更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面

　　寒假社会实践总结202\_字三

　　吃得苦中苦，方为人上

　　冷假生活就要结束了，回首我这个冷假的生活体验感觉只有一个字“累”。以前并不知道真正的生活真正的工作到底是什么样的，这次的生活实践让我真正体会到了工作的辛劳，挣钱的不轻易。通过这次的工作经历让我能更好的调整好自己的心态，以便更加认真努力的学习今后的课程。为以后真正独自接触社会奠定坚实的基础。“吃得苦中苦，方为人上人 ”。

　　在这段时间的工作中我最大的收获就是做什么事情都要有耐心以及韧性，社会不比家里不管做什么都有人给你庇护，社会生活中有着很大的学问，说话做事都有不少值得我们学习的地方。

　　由于我家里的店子很忙又缺人手，所以这个冷假就没有往外边找工作就在自己家的店子里帮忙，顺便筹集我那昂贵的学费。家里做的是配件销售的行业，和我的专业是很不搭调的，但终回是工作也是可以从中学到些东西的，在正式开始工作的时候我就在店子里随着工作了两天，原本以为这行业很简单嘛，就是问下进门的顾客需要什么东西。然后找东西，交易，开发票。但真的做起来还是需要很多的技巧的，自己慢慢的也学着和顾客沟通，进行销售。

　　繁忙的一天：

　　刚开始天天的工作除了有顾客来了要招呼一下外就是整理一些堆积的或刚进的新货，女生都爱干净，而我现在所做的工作都是些油滋滋的汽车配件。刚开始是有些不愿意拿那些东西了。但我妈妈也就是我的“老板”根本不把我当女孩子似的一会儿让我取这东西一会儿取那东西的，弄的我双手都脏兮兮的。

　　最让我尴尬的是我根本就不熟悉汽车上的这些零件之类的东西，总是拿错了，还自作聪明的把盒子上的字误解了。，把东西都乱放都搞混了，当然我这么做的直接后果就是被我的“老板”一顿指责，心里委屈也没办法，究竟自己弄错了，闹了不少笑话出来，让人家顾客以为我们店子的员工都这么不熟悉货物还卖东西，对我们的产品也有了些许的怀疑，这估计就是在公司里，员工的言行会影响到公司的形象一样的道理吧。

　　短短的的工作时间里，我发现了我自身存在的不少题目，很简单的我作为一个美术系的大学生，自己的字写的也实在太对不起观众了，平时没留意，在给顾客开发票的时候我充分意识到了这点，当我把开好的发票递到人家手上时，对方看到字的那种表情让我真的感觉很惭愧。当时就心里暗暗下定决心以后一定要把字先练习好。免得以后找工作上在这个上面摔跤。

　　社会是复杂的，社会中的人也是千奇百怪的，有些人就是真的很不好相处，也就是我们俗话说的“赖皮”。面对这样的顾客我刚开始不知道怎么应付，于是关系弄的很僵，场面很尴尬。直到“老板”的及时出现才解了围，当然我少不了挨一顿批评，同时也告诉我一些与人沟通的技巧，以及随时应对题目的方法。

　　顾客就是上帝，我们对顾客的态度直接影响顾客对我们产品的信任度，就和在公司里面的道理是一样的，员工的工作态度会直接影响公司的形象。所以有时学会忍耐也是必不可少的。在这里我学会了随即应变的能力，以后我们的社会也将是一个深不可测的战场，没有一个好的心里素质，被人挤兑就彷徨不知所挫的人，将会被这个社会所打击。

　　耐力的考验：

　　回家工作的这段时间让我体会颇深的还有就是陪妈妈往分店对货收帐的经历，它对我的耐力考验是必不可少的一个例子。那会我们是早上七点往晚上八点才要回家，一天几乎都是坐着在对账本，在我的理解中，对账无疑就是把账簿上的物品对一下看有没差错有没遗漏的，然后把货款全结算一下，收钱走人就可以了的，没想到要这么麻烦的，要些对着账本把货物都先点一遍，再开始慢慢的一本一本的对帐。

　　这个过程远没我想象的那么简单轻松，比单纯的在店子里待着要麻烦很多，付出的精力也要多很多，原本我以为半天就能对完的帐，三天了才弄完。而且天天都是那个点往返跑，当时的感觉就像老年人常得的一种病可以形容腰酸背痛的，等忙完了休息了好久才恢复。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！