# 实践收获和心得体会5篇

来源：网络 作者：雪域冰心 更新时间：2023-12-21

*体会写好了在现在时代中有着至关重要的作用，随着阅历的增加，我们所写的心得体会应该更加具有深度，下面是小编为您分享的实践收获和心得体会5篇，感谢您的参阅。作为一名即将步入大三的学生，抱着锻炼自己，服务社会的愿望，我参加了学校组织去西安xx食品...*

体会写好了在现在时代中有着至关重要的作用，随着阅历的增加，我们所写的心得体会应该更加具有深度，下面是小编为您分享的实践收获和心得体会5篇，感谢您的参阅。

作为一名即将步入大三的学生，抱着锻炼自己，服务社会的愿望，我参加了学校组织去西安xx食品有限公司实习，经过两个多月的实习，让我学会了不少，同时让我深刻体会到父母赚钱的辛苦，现将这两个多月实习的新的体会总结如下：

在实习期间，我在公司人事行政部里担任一名简单的管理人员，人事行政部总体上负责公司的日常行政，进行人力资源管理。具体包括人才的招聘考核录用；设置激励薪酬和培训制度；完善和执行新员工的试用培训工作；负责员工考勤考核工作；对公司重要档案资料进行管理；维持公司日常运行秩序。在xx公司的实习阶段中，实习的主要工作：

1，做好部分员工的日常行政和人力资源的基础，完成公司领导交办的各项工作任务的同时还要做好员工思想的安抚工作。

2，做好员工与公司的交流，还要积极反映员工对公司提出的意见。

3，在实习的同时我还担任本班团支书一职，随时随刻注意本班及本校同学的一系列状况，如有不适者及时向公司反映并要求其批假休息。

4，通过岗位分析与设置，做好每位同学的岗位确定工作，防止一些工作量太大不适应同学们的条件，及时找有关部门经理协调。

5，为适应公司战略和员工个人发展需要及时配合公司对新员工的培训与分配，在培训规划与协调方面做了相应的工作。

当初刚到实习的公司时的情景还历历在目。在xx公司实习刚开始时，我面对的全是新面孔，心想：我被分到人事部了，接下来的两个多月就要和我的新同事共事了，不知道我们会否合作得来呢？很快，我的疑问已经解开了。我和那些老员工合作的非常愉快，虽然某些时候在沟通上出现小许问题，导致工作上出现错误。但是经过重新沟通后，问题很快就解决了。虽然我所实习的与我原本所学的专业不一致，但是让我体会到作为一名管理人员也是不容易的。

通过这段时间的学习，从无知到认知，到深入了解，渐渐的我喜欢上这份工作，让我深刻的体会到学习的过程是最美的，在整个实习过程中，我每天都有很多的新的体会，新的想法，想说的很多，我总结下来主要有以下几点：多听、多看、多想、多做、少说。我到公司工作以后，要知道自己能否胜任这份工作，关键是看你自己对待工作的态度，态度对了，即使自己以前没学过的知识也可以在工作中逐渐的掌握。态度不好，就算自己有知识基础也不会把工作做好，四多一少就是我的态度，我刚到这个岗位工作，根本不清楚该做些什么，并且这和我在学校读的专业没有必然的联系，刚开始我觉得很头痛，可经过工作过程中多看别人怎样做，多听别人怎样说，多想自己应该怎样做，然后自己亲自动手去多做，终于在短短几天里对工作有了一个较系统的认识，慢慢的自己也可以完成相关的工作了，所以，我们今后不管干什么都要端正自己的态度，这样才能把事情做好。少埋怨。有的人会觉得公司这里不好那里不好，同事也不好相处工作也不如愿，经常埋怨，这样只会影响自己的工作情绪，不但做不好工作，还增加了自己的压力，所以，我们应该少埋怨，要看到公司好的`一面，对存在的问题应该想办法去解决而不是去埋怨，这样才能保持工作的有序进行。在工作过程中，我们会碰到很多问题，有的是我们懂得的，也有很多是我们不懂的，不懂的东西我们要虚心向老员工请教，我们应该虚心的接受。

在这两个多月的实习期间，我以一种特殊的方式在公司中实习。每天像一名正式员工一样，过着朝八晚六的生活。实习期间，我既能够实际参与工作，也能够和上上下下的人员沟通交流；既切身体会，又冷眼观察。通过这一段时间的实习，我了解到了一个公司从起步到发展壮大所经历的艰辛历程；看到了一个公司日常运作的一个基本模式；学习到了个人与公司同事之间保持怎样的关系最为有利；感受到了自己身上的许多优点和不足之处。

最后，我想一个人实习的目的无外乎两点：一个是感受公司，一个是认清自我。在这两个多月的实习期生活中，用心体会之后，我得到了自己该得到的。

作为一个刚刚踏入大学校门的学生,十几年来一直都生活在“学校”这个大社区里，我一直很憧憬走向社会的情景，因为，总有一天我们会离开父母老师的庇护，融入社会，凭借自己的头脑和双手去在社会上立足。

今年高中毕业了，时间也比以前充裕多了，怀着想要磨练一下自己的想我一共带了三个孩子的课，一个是初三的数学，一个是初中的英语，还法，做了一个多月的家教。 有一个是高一的数学。开始的时候我还在想，我刚高中毕业，到底能不能教得了他们，但是不管怎么说，既然已经答应了就一定要尽力地去做好。就这样，我每天都会花上3、4个小时去备课，找到典型的例题，总结一下每一个知识板块的重点难点以及常用的方法技巧，我还常常在晚上睡觉的时候，站在这些小孩子的角度去想如何去讲，如何去分析一个问题才能让他们能够更好的理解和掌握一个类型的问题。或许是因为我准备充分的缘故吧，开始上课时，我并没有像想象中那样非常的紧张，手足无措。后来，我慢慢发现了自己在教孩子们学习方面的优势，因为我也是刚学完这些知识，所以我更能理解孩子们问题的所在，也就能对症下药了。在教他们的过程中，我自己感受到了很多的快乐，从那些家长赞许的目光以及孩子那敬佩的目光中，一股自豪感在我的内心升腾起来。

通过此次社会实践，我的收获颇丰。总结下来，主要是以下几点：

做任何事情都不能怀着侥幸的心理，想着到时候再说的这种心理是要不得的。只有踏踏实实认认真真地去准备，为做好一件事情去付出努力，而不是为了完成一件事情而去敷衍应付。现在的社会需要的不是数量而是质量，需要的不是好而是精。只有端正态度，积极准备，才能在将来更加激烈的社会竞争中脱颖而出。

每个人身上都有闪光之处，扬长避短是找到合适定位的好方法。就拿这次做家教来说，或许在讲课经验上我不如那些高年级的学长们，但是，我可以更好地去发现孩子们的.问题所在，对每个孩子都进行针对性的讲解。也正是因为如此，我获得了家长们的认可，一直到现在，一位孩子的家长还与我保持着联系，和我一起交流孩子们遇到的问题。由此可见，发挥自己的优势可以起到事半功倍的效果。在将来真正走向社会时，我们会更加的意识到正确地认识自我的重要性，因为这个社会是多元的，每个人都会有不同的社会分工，只有找到适合自己的位一、不打无准备之仗

置，我们才能更好地发挥才干，实现人生价值。

有人说社会像是一门关于人的学问，因为我们不是孤立，不是封闭的， 每刻我们都在与外界交流着。我们需要学会倾听别人的想法，学会在沟通交流中不断的进步，不断的提高。一个人的力量是有限的，而团队的力量是非常强大的。未来的社会竞争不是单打独斗，而是团队之间的较量。人与人之间不再一定是凡事争个高下，而是更多地讲究互利双赢。这些团队合作，互利双赢都需要我们学会与人沟通，学会合作。

社会就像是一本包罗万象的百科全书，里面有太多的智慧需要我们去寻觅，而社会实践就是我们走向社会的探路石。通过此次社会实践，我确实收获到了很多，以后我还会抓住机会，更多地接触社会，去读社会这本无字的书。

当自己为如何教好一个学生而发愁时，才能真正体会到教学理论和教学实践的结合是多么重要，又是多么难以做到。

我的学生是表弟，一个初一的男生。表弟是一个求知欲很强的人，但是有点懒惰，上课容易走神，特别是英语总是他的弱点，无论怎么学总是不见起色，以至于到后来只要看到有关英语的东西就头疼。因此他的英语成绩不尽人意。父母对他抱以很大的期望，希望他能够考上重点高中，近而考入重点大学。而他现在的学习情况，让他的父母感到担忧。

我可以感受到他父母心中那种望子成龙的殷切期望，也同时感到肩上的担子很重。虽然我是英语专业的学生，但我毕竟没有任何实际经验，教好表弟对我来说是一个“挑战”。

在第一天的两个小时的上课中，我尽量与他聊一些比较有趣的事情，当然是有关于英语的。对于他这样的情况我觉得我应该从培养他对英语的兴趣开始。从英语的一些趣味小故事，到比较出名的美国大片。我发现他的表情也变得鲜活起来。但是只要我一提到他的课本，或是一提到有关语法的东西，他的眼神又开始晃悠了。这使我有种深深的无力感和挫败感。一天的两小时家教时间很快就过去了，我跟表弟相处得还算愉快。

第二天，为了改善他懒惰和喜欢走神的毛病，我给他讲了我同学的经历，给他阐明了学生的职责和学习的目的。他似乎懂得了什么，不时地点头表示同意。此后，我也经常给他聊类似的事，不时地与他交谈学习体会。他的听课状态比以前有了很大的改观。每天上午工作两个小时，中间有一段休息的时间。因此，我在以后的讲课中，对他的要求渐渐严格起来，并经常给他讲解懒惰的害处。他虽然听得进去，但改观不大，其实我认为这是可以理解的。

在这中间休息的时间里，他会和我聊一些课外的话题，包括年轻人追捧的非主流，流行歌曲，以及他爱玩的网络游戏。对于他说的话题，我都认真去听，从这些我可以更多的了解孩子的心理。我和他一起分析这些流行文化，讨论发展的趋势和之所以能流行起来的原因，从中我发现他的见解很独特，同时在我的引导下，他也能有更多更正面的阐述。通过这些交流我告诉他，在分析一个事情时要从哪几个方面考虑才会更为全面，这些思路在文章的写作上是很有用处的。我平时会布置他用简单的英语写一些小随笔或是日记。他就在这段时间拿给我看，与我分享他的喜怒哀乐。我也就趁此机会修正他句子当中的错误，拓宽他的写作思路。

由于每天做家教，这就迫使我改掉了假期睡懒觉的习惯。开始的几天，他听课时，时常会走神，一副心不在焉的样子。那时，我心里会感到很恼火：自己如此卖命地讲，他却置之不理。好在我很有耐心，每当他走神时，我都会提醒他，并耐着性子给他讲下去。

他做题时，喜欢动嘴，而懒于动手;听课时，也只是“洗耳恭听”，从未做笔记。这正是他学习懒惰的体现。记得有一次我讲完后，问他是否还有疑问，他点头表示全听懂了。过了两天，为了检验复习的效果，我对前一阵教的单词进行了抽检，但结果却使我感觉自己仿佛从九霄云殿一下子跌进了无底深渊。这是我家教过程中遇到的最大的挫折。事后，我不断地反思：是自己的原因，还是他的原因?不管怎样，有一点很清楚：他根本没听懂。面对懒惰成性的他，我显得“束手无策”。学习成绩的好坏，往往取决于学习习惯的好坏。懒惰是学习的“大敌”，我只得不时地督促他，鞭策他，使他逐渐变得勤快起来。

他是一个思维敏捷，有独特想法的孩子，如果他认真审题，仔细做答的话，我相信他会有很不错的成绩。我把我的想法和思路都告诉他，他频频点头表示赞同。我也开始意识到：现在的首要任务不是讲课，而是帮助他端正学习态度。此后，我也经常给他上类似的课程，不时地与他交谈学习体会。他的听课状态比以前有了很大的改观，我也为之而感到欣喜万分。

转眼他就要开学了，我也结束了为期二十天的家教生活。他的学习态度比以前端正了许多，学习也知道勤奋了，以前的疑难问题基本得到了解决，写作水平也有了很大提高。他的父母很感激我这段时间对他的帮助，看到他的进步，我也很欣慰。这些天来，我把很大的精力放在了课程内容的安排上，表弟的进步就是我最大的喜悦。

通过暑期的这段家教生活，我得到了很多感触。不仅让我体验了教师这个职业的喜与悲，同时也锻炼了我的表达能力，交往能力以及职业技能。我相信这些实践中的收获是在课堂上学习不到的，并且会让我受用一生。

时光如流水，总在我们不经意间静静地流逝。不知不觉在大学已度过了一学期的时光，迎来了我上大学的第一个寒假。大学生活正式步入了正轨，我意识到自己应该充分利用假期，来锻炼自己。把自己所学的理论知识应用于实践，从实践中不断分析总结，从而提高自身的能力。

实践内容：

少年强，则国强。少年进步，则国进步。少年是祖国的希望，在城市化加快的今天，留守儿童成为社会关注的话题，留守儿童的健康成长关系到社会的发展与进步。为此，我们展开了为期10天的寒假回访工作，为乡村的孩子贡献出自己的一份力，让他们在求知的路上勇敢的面对重重的困难。

实践经历：

在为期10天左右的回访工作中，印象最深的是孩子们一张张稚嫩的笑脸，他们对知识的渴望，对大千世界的向往。感动了我们一行人。回访地点大多在深山中，交通很是不便，再加上我们对地形不是很熟，光找路就花费了大量的时间，好在村里的人们都很热情，在他们的引导下，我们完成了一家又一家的回访工作。

从刚开始的制定计划，到商量买孩子所需要的学习用品，再到制定具体行动路线一直到回访结束，这短短的十天是我度过最充实的日子。回访对象分布在县城内的4个乡镇，在每个乡镇又分布在各个村子，零散的分布为我们的工作带来很大的困难，不是这家孩子不在就是家里没人，在这期间，我们曾经失望过，沮丧过，甚至想要放弃。可是一想起孩子求知的脸庞，似乎所有的问题都不再是问题，所有的困难都不再是困难。

下过雪的山路有些滑，走在上面胆战心惊，我们似乎可以体会到小孩子念书时路途的艰辛。当我们好不容易把买到的东西交到孩子的手中时，他们兴奋的表情以及家长会心的微笑，这些是最珍贵的。一家一家的回访，一户一户的调查，经过十天的努力，我们成功的完成了回访工作。在这十天的实践中，收获颇多。

实践心得：

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。社会实践使同学们找到了理论与实践的结合点。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。

大学的生活开始后，我们虽然作为学生，但对于社会的接触却变得越来越频繁。甚至有不少的同学利用假期和空闲的时候去参加社会实践，让自己更加深刻的体会社会的生活和工作，为将来正式走上社会而做努力。

同样作为一名大学生，为了不落于人后，我也利用这次的暑假机会，主动的来到了社会的环境下，开始了自己的社会实践体会。以下是我对自身心得和收获的记录：

自从实习开始后，我的眼睛就开始一刻不停的看着身边的这些新环境！作为一名大学生，对比过去校园生活和现在所处的社会环境，虽然在日常生活上十分相似，但在实际的工作岗位以及生活处理上，却有着巨大的差别！

公司对比课堂，不仅在纪律上更加的严格，而且我们也有了更加明确的目标和方向。更重要的是，通过在公司的努力，完成了自己从学生到工作者的转变！认识到成为一名工作者的我，比起学习知识，更应该将自己的责任放在如何提高工作上。

而在生活方面，社会的生活没有了学校的照顾。独自在外的居住也给我带来了很多繁琐又麻烦的.事情。但好在我也在努力的适应着这里，并学会发挥自己的主动性，让自己学会做这些事情。

工作其实并不困难，毕竟我作为一名暑假工，拥有的能力和经验都是非常有限的。甚至在的很多工作上的知识都是领导在培训中教导的经验技巧。但借助工作的锻炼，我在这份辛苦中认识了自己在知识外的一些问题。

对我而言，工作就像是一面镜子一样，哪里有问题？哪里有不足？只要在工作中走上几轮很快自己的问题就会暴露出来。虽然因此我也被领导批评了好几次，但每次认识到自己的不足之后我都会及时的提高自己，改进的错误，并让自身得到更好的完善。

开始实践之后，我还在社会中认识了一些朋友。他们有些已经参加工作了很久，但比我并大不了多少。因此，和他们的交流中我能找到很多的共有话题，同时也了解了更多关于工作以及社会的事情。

在这次的实践经历中，虽然我只是简单的在社会中走了一遭，但在自己的体会和感受中，我更新了自身对社会的认识，过去对于社会的一些疑惑也一一解开了。我相信，这份经验会给我今后的大学生活带来很多的帮助，会让我走上更好的成长道路！

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！