# 学生的社会实践心得体会（模板15篇）

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2024-09-12

*10.心得体会是我们在学习和工作中获得的宝贵收获和启示，对我们的成长具有重要意义。在写心得体会之前，我们需要先对所要总结的事物进行充分了解和研究。如果你正在苦恼如何写好一篇心得体会，不妨来看看以下的范文，或许能给你一些启示。学生的社会实践心...*

10.心得体会是我们在学习和工作中获得的宝贵收获和启示，对我们的成长具有重要意义。在写心得体会之前，我们需要先对所要总结的事物进行充分了解和研究。如果你正在苦恼如何写好一篇心得体会，不妨来看看以下的范文，或许能给你一些启示。

**学生的社会实践心得体会篇一**

转眼间，我已经度过了大学期间的第三个春节。在这年意渐淡、开学渐近的时刻，我逐渐意识到我正一步一步地接近实习和工作了。以前一直想自己能够快点长大，长大了就可以自己赚钱养活自己;但现在越来越不想长大了，因为当前的就业压力比较大，对我们自身的能力要求很高。

前两个寒假我都忙于同学聚会、到亲戚家串门、上上网等等，但这个寒假我过得很有意义。长一岁毕竟是长一岁了，我开始思考自己的未来，想想自己怎么样充分利用剩下来的大学时间。我采访了我们院一位大四的日语系的学长，和他的聊天中我学到了很多，我相信这对我会很有帮助的。

在与学长的交谈中我了解到，他一共有四次求职经验，他选择公司的面比较广，有制造业、证券公司、家电商场、保险公司等。我有点想不通，就是他是学日语的，为什么不选个和日语有关的日资企业。他自己也承认他的就业意愿比较特别，但是他说他特别看重企业的规模。接着我问他面试前要准备些什么，他说简历特别重要，因为有些公司是看重你在大学期间的经验。还有要了解一下公司的大概情况，关键是你要应征的职位的情况，你要让面试官相信你能胜任这个职位，所以好的口才是不可缺少的。当然你的能力强，你就会有自信，面试的时候也不会那么紧张，就会多了一份从容。聊到这，我不禁想想自己能力这方面，我欠缺的还很多，所以我要更加抓紧剩下来的一年多时间，好好提高自己的能力，同时要加强锻炼，不断地超越自己，这样我才能在将来的面试中有那份自信和从容。

学长告诉我他前三份工作的面试都失败了，因为他面试时有点紧张，准备不充分，没能好好地表现自己，所以他对我的忠告是：面试前要准备充分，面试时要把自己最优秀的一面展示给面试官，这样被录用的机会才大。接着我问学长，面试中会不会问你关于薪金方面的问题。他说一般正式的面试分三次，第一次是让你自我介绍，第二次和第三次才会问到关于薪金方面的问题。学长还说他第四次面试成功了，但他干了几个月就辞了，我问他为什么要辞了，他说主要原因是发现自己不适合那份工作，次要的是他想在家(常州)发展，在家比较方便。这句话提醒了我，我找工作前要先想好自己想在哪个城市发展也是重要的。

最后我问他这一年有什么打算，他说在家这边(常州)找工作，这次要找日企，因为自己的专业是日语，还是找和自己专业对口的职业比较好，这样自己学习的余地比较大。我想我实习的单位包括工作的单位，我都会找与自己专业对口的职位，当然有其它好的机会，我也会抓住，毕竟事事都要尝试，你才知道自己行不行。

除了采访学长，我还结合我家这边的就业情况来思考。用我爸的话说：“现在办厂越来越难了，因为工人们选择的余地多了，他们会看哪家企业工资福利待遇高就去哪家企业。”的确，这几天我爸厂里的员工来的不是很多，有一些人就用罢工的形式来要求厂里提高工资水平。我就纳闷了，你不努力工作，不提高厂里的产品质量和产量，凭什么要求工资高啊!我爸说等你以后工作就知道了。的确，现在的工作单位多，工人们可以自由选择，但是我认为不管你选哪个企业，你不好好工作，就没有资格要求企业给你加工资。我们都知道，天上不会掉馅饼，世界上没有免费的午餐，只有付出了才会有回报。我们不能奢求别人的施舍，只有做好自己的本分工作才会成功。这就坚定了我将来工作时必定踏踏实实，尽自己最大的努力完成自己的工作，而不是贪图享受，不会看别人罢工就罢工。我想这是做人的最基本的道德标准。

我有时听家人说某某高校的毕业生在街上卖冰糖葫芦，当然还有的并不是高校毕业的能够找到一份很好的工作。这就说明了毕业于哪所大学固然重要，但最重要的是自己的能力要强，同时有好的机遇，不然不管你是毕业于哪所名牌大学都没用。这一点是我从入大学开始就一直坚持的想法，所以我一直很努力地学习知识，不断提高自己的能力，同时寻找机会来锻炼自己的能力。

虽然未来的我不是名牌大学毕业的，但是只要我很好地利用剩下来的一年多大学时光，好好提高自己的能力，我照样能敌得过那些名牌大学毕业生。只要我努力工作，我照样能取得很大的成就。我一直坚信：机遇是给那些有准备的人提供的。趁现在还有学习的时间，好好装备自己，这样大学四年我就没虚度过!

**学生的社会实践心得体会篇二**

通过五天的社会实践活动，我有许多收获，下面由我为大家说一说。

第一天：智力电网。这个游戏是要靠团结。每个组里都有特别重的人，他们虽然重，可他们也有自己的优势(有劲)。所以这个游戏每个人都要发挥出自己的优势。“人人都要参与，努力就会成功”是这个游戏的关键。

第二天：步调一致。这个游戏是更是考验小组团结，包括抬脚、落地、步子大小等都会影响整个组。如有人稍有差错，那么全组人都会停止前进或者倒下。所以，这个游戏小组要团结，要有默契。

第三天：十字绣。通过十字绣，我总结出了四个“心”：恒心、耐心、专心、细心。恒心：做任何事都要有“坚持到底”的信念，就像十字绣，不能中途放弃。耐心：做任何事都不能心急，要讲究效率，就像十字绣，不心急，越绣越有信心，要是心急，绣出来的作品会不好看。专心：之前要专心听老师讲的，听懂了，绣十字绣就简单了。要是不专心，漏了一点，可能就会绣不好。细心：考试时，关键就是检查(做题)是的细心，十字绣也一样，一不细心，就会扎到手。十字绣还讲究创新、情感，最重要的\'是要体验到快乐。

第四天：陶艺：逃逸是培养我们的动手能力和创新。动手能力强的，捏的作品就会有品位，差的则相反。其中，创新最关键，想捏什么心里要有个底，不能没底最后捏出个四不像。

来自 fAnWEN.CHazidIAN.COm

第五天：南水北调。这个游戏是个人一组，更看重团体，更讲究团结，所以每个人都要做好自己的工作，不给组里扯后腿，还要注意不能犯规，围绕“不求快，求稳”来进行游戏。要是快了，会把桶里的水溅出来，稳，才能把水一滴不漏的倒进桶里。

五天很快就过完了，收获不小。既然学到了东西，有了收获，以后在学习和生活中就要用上，稳扎稳打，取得成功。

**学生的社会实践心得体会篇三**

通过社会实践活动，一方面，我们锻炼了自己的能力，提高了社会适应能力和运用知识解决实际问题的能力，增强了社会责任感和使命感，那么大家有什么样的心得呢？以下是小编整理的大学生的社会实践。

有句话说得好：实践是真理的试金石。学校是学习理论知识的好环境，社会则是我们实践的场所。这个暑假我再度走向了社会这个大舞台，寻找实践的单位。

常听一些同龄的打工族说，出去打工是怎样怎样的辛苦。百闻不如一试。对此，我也想亲身经历一次，所以，我和另一舍友便以一个打工者的身份，以增加社会经验，提高实践能力，丰富暑假生活为宗旨而去找工作。这次的社会实践收获可不少。

顶着烈日找了几天的工作，见过的单位不少，不是已经招满就是回去等消息。经过坎坷的寻职路，终于在一家大型超市某得一职——服务员。虽然很辛苦，很不好受，可这些经历在书上是没得学的。

善于与他人沟通，是作为服务员所必须进行的一项工作。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。以前工作的机会少之又少，即便是去年暑假在医院的实践也是很少与病人接触，这使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这也是很尴尬的。在百汇超市工作时，因为是服务员，与别人谈话的时间变多了，此时，不得不学着与顾客沟通，使顾客接受你的意见和建议。与同事间的沟通也同样重要。别人给我意见，我就得认真听取，耐心、虚心地接受。

自信也是在社会立足所必需的。开始放假的时候，知道要打暑假工时，自己就害怕了，这都是自悲的心态在捣蛋。感觉困难挺多的，自己的社会经验缺乏，与别人沟通的技能又不怎样等等原因使自己觉得很渺小。自己怯弱、自悲就这样表露出来。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。要对自己的能力做出肯定。这是找工作时舍友给我的忠告。在多次面试中，明白了自信的重要性。没有社会工作经验没有关系，重要的是我的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，有自信才更有活力更有精神。

作为服务员还要注意的一个重点就是待人要真诚，时刻保持微笑的面容。作为一个大型的超市，客流量自然不会少，每个顾客也都会有自己的个性，急躁、粗俗、儒雅、端庄等等。有些急性子的顾客不满时就会大声对我们说话甚至是吼。以牙还牙是万万不可行的。为缓解气氛，解决问题，我只能以温和的语气，带着微笑真诚地向顾客道歉或问他有什么需要帮忙的。只要做到真诚待人，面带微笑，语气温和，再急的顾客也会缓和下来的。因为真诚、微笑、温和就是服务员与顾客间沟通的桥梁，同时也是我们未来的职业护士与患者间的沟通桥梁。

在工作中，我还切身体会到了知识的重要性。人，需要在生活工作中不断地丰富自己的知识。知识犹如人体的血液，人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就会枯竭。在超市里收款处是用电脑进行的，如果电脑停止运作真的会变成一团糟。有一次，一位收银员有事要离开一会要我顶她一会，不幸的是，就在我接手时，电脑就死机了，里边的一些数据也差点丢失，幸好在学校我有认真学习计算机，运用自己所有的知识让电脑恢复了正常的运作。

让自己认识更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面，不要以单纯的想法理解和认识社会，而是深入的探索，为自己的未来打好基础，在学校学会更多的方面专业知识，在实践中好好利用知识进行运作。

这是我在大学里过的第一个五一节，在还没到来之前总是充满着许许多多的幻想，幻想着我能够带着一部相机，背着一个装着没的零食的旅行包，漫步在美丽的姑婆山里，感受着来自大自然气息，那是何等的幸福与享受啊，，，可是现实是残酷的，因为自己没有钱啊。因为现在身上的钱就算是有那么一些也都是老爸老妈的啊。

五一劳动节，劳动最光荣嘛，所以我就想着，我要做一些有意义的事情,多多的参加一些有意义的社会实践。

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，实践可以为我们以后找工作打基础。通过一些时间的实践，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，又加入了世贸，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。

看来老天还蛮会疼爱我的嘛，机会来了。4月30号的这一天，在食堂吃饭的时候听到同学在那里议论去发宣传单，我好兴奋好激动啊，于是我就央求同学要一起去，她们答应了，嘻嘻嘻高兴啊，终于有机会去试试发传单了，有机会通过自己的双手去体会体会赚钱的感觉了，虽然说钱不是很多，而且可以说比在柳州的便宜的多，辛苦得多，但是我想这会是一个很值得我去记忆的一天。

五月一号的这一天早上，在舍友们还在做着甜甜的美梦的时候我们就起床了，吃过早餐，檫好防晒霜，拿上帽子，我们整装待发，向着我人生充满意义的一刻出发了。

意想不到的是，当来到了该名为100通信的手机公司，发现我们的工作并不是发传单而是为该公司拉客，当时想想这样岂不是很累吗，感情像是被骗了啊，可是最后看到同学们还是很乐意的接受我也就不去想那么多了，做就做别不去试一试怎么知道我的能力啊，于是在那个经理的安排下我们装着统一的职业套装开始了我们的工作，刚刚开始感觉客人好难拉啊，可是慢慢的就学会怎么跟人家讲解手机，讲解该公司的搞的活动，怎么把他们的吸引力转到公司上，最重要的是我们说话的方式语气还有内容是否吸引到他们，慢慢的也就上手了，虽然在这其中遇到很多态度恶劣的人，当时心里或多或少觉得不是滋味，可是还是继续努力的保持着微笑去面对，在我的努力下拉了蛮多的客人，最让我欣慰的是有一个客人从店里出来后上前主动跟我聊天，然后很诚恳的说“我觉得在这些工作人员中，你的笑容是最美丽的”我真的很高兴，因为我的服务我的工作得到他人的认可，所以我觉得累是累了，但是我乐在其中。

大学生通过开展丰富多彩的社会实践活动，可以逐步了解社会，开阔视野，增长才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这也在无形中使我们对自己有一个正确的定位，增强了自身努力学习的信心和毅力。

大学生通过开展丰富多彩的社会实践活动，可以逐步了解社会，开阔视野，增长才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这也在无形中使我们对自己有一个正确的定位，增强了自身努力学习的信心和毅力。使我们自己提早走进社会、认识社会、适应社会。在整个暑期实践中，自己能够不怕苦不怕累，勤奋工作，尽力、认真完成自己的任务；能够积极进行有关方面的自学并积极向别人请教学习；能够热心帮助不同小组去完成他们的任务；能够积极思考并提出自己的建议看法等等；与此同时也发现自己的知识面不够广，还有很多方面需要广泛的学习；自己有时做事还缺少一点耐性和细心。从这次实践中也有不少的收获和心得体会，以下就来分享一下。

暑期实践,走进社会,人们说,对青少年大学生的关注是社会的责任,受宠若惊的我们在叹之余不免深思自问：我们的责任又是什么呢?实践告诉我们：从实践中寻找真理,用实践引导前行。敢想敢做敢拼，才是我们大学生的代名词，在激情的涌动下，坚定信念，我们将无所不能。可是自从走进了大学，就业问题就一直围绕着我们。在现今社会，招聘会上的大字报都总写着“有经验者优先”，但还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢？于是，我们勇于实践。

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，实践是今后工作的基础。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，接触的人与事的不同，从中所学到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。要在实践中学其他知识，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。

在公司，我的职务是销售助理，工作是整理。

合同。

统计销售情况做记录会议接电话开发票等，虽然与所学的专业关系不大，但是与数字的接触让我能在今后的学习实验中更加的仔细谨慎。平时在学校，数字错了改一改就可以交上去了，但在公司，尤其是合同发票中的数字一定得检查仔细，数字绝对不可以错。一旦错了，这不象在学校里老师打个叉然后改过来就可以了，在企业出错是要付责任的，这关系着企业的效益。所谓“逆水行舟，不进则退”，在竞争的浪潮中，企业要时时保持竞争状态，才能在市场中立于不败之地，就因为这样，企业会对每一个员工严格要求，每一个环节都不能出错，这种要求在学校的课堂上是学不到的，在学校里可能会解一道题，算出一个程式就行了，但这里更需要的是与实际相结合，只有理论，没有实际操作，只是在纸上谈兵，是不可能在这个社会上立足的，所以一定要特别小心谨慎。

学校，只有学习的氛围，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里，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！人们都说大学是一个小社会，但我总觉得校园里少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学校园，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，我们得去面对自己没有面对过的一切。作为一名新世纪的大学生，我们应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。

实践让我知道世上没有专门为你设定好的工作，永远只有你去适应工作，而不是让工作来迁就你。在工作中遇到问题时，要多虚心向同事请教，最忌不懂装懂。多听听人家的意见，多看看人家处理问题的方式方法，多主动思考自己又应该做些什么、如何去做、并付诸行动，少谈论他人的是非及一切与工作无关的事情。对于工作的每一个环节都要力求做到最好，应该想着如何提高工作的质量而不是如何给自己减轻负担。只有这样才能算作尽职尽责地工作，才能得到大家的认可。

社会的进步靠人才，经济的发展靠人才，但什么样的人算是人才呢？我们怎样才能成才呢？首先是修身。品德是评价一个人的关键，更是评价人才的重要标准，德才兼备才可称为真正的人才。小到关怀备至、乐于助人，大到虚怀若谷、大义凛然，都体现着品质和德行的光芒。其次是求学。满腹经纶，学富五车是为才。所谓真才实学，求学才能成才，这就要求我们在学习和积累中坚持不懈，坚毅自强。最后是扎实。实践中有这样一句话——越具体越深刻，在我心中激起阵阵涟漪，扎扎实实打好基础，把每件事做到具体细致才能刻骨铭心。

三个星期的实习生活暴露出了我的缺点，但也给了我改正的机会，如果没有这次经历，我的成长就会可能继续推迟。了解过许多大学毕业生的实习经历，往往都会在一两个月之后才会感觉到自己之前做得不好，才来想到改正和珍惜这次的实习机会。但是我却提早有了这样的体悟，这对于我将来的学习和工作是大有裨益的。也让我了解了无论是实践还是理想，甚至是创业。我们都要做到两点：一是要备足粮草，严阵以待。大学生已经进入创业阶段，我们要做好必要的思想准备和实力积累，以免我们在陌生甚至恐惧到来是束手无策。二是要甘于奋斗，勇于创新。第一个吃螃蟹的人无疑是勇敢的人，我们在积累实力，创立优势的同时，还要着力培养出大胆创新的魄力。

这次暑期社会实践，使我的综合素质得到了提高，思想更加成熟，希望以后还有这样的机会，让我得到更好、更全面的锻炼。在今后的学习生活中，我将摆正心态，正确定位，发奋学习，努力提高自身的综合素质，适应时代对我们的要求，做一个对社会、对人民有用的人。

**学生的社会实践心得体会篇四**

寒假社会实践活动是大家接触社会、了解社会、运用所学知识实践的途径与方式。我们也希望通过自己的亲身实践，进一步认识、了解各大高校普通话使用情况。这次活动以大学生是否普遍使用普通话为主题，以形式多样的分析为载体，为普通话的推广而努力。

通过参加此次寒假社会实践活动，使我们受益良多，不仅加深了自己对普通话的进一步理解，还在实践中充分提高了自己的能力，使自己获得了全方位的提高。从实践主题的提出，围绕主题的扩展研究，我们学会了如何在团队的协作下从头到尾的解决一个问题，我们学会了在团队中各司其职、互相配合、学会合作，这将成为我们成长轨迹上一次重要的突破，我们想社会实践活动就是这样一座桥梁，引导我们去观察生活。

简短的实践生活，既紧张、又新奇、收获也很多，通过学习，我们对普通话在大学生生活中的重要性有了更深的认识，对它的发展前景有很大的信心。

实践收获，主要有三个方面，一是通过实践活动的过程，学到了实践知识，同时进一步加深了自己的了解，是理论与实践都有所提高；二是提高了实际工作能力，为将来的工作取得了一些宝贵的.实践经验；三是团队协作力量是不可估量的，，让我们的体会更加深刻。

为期一个星期的调查研究，我们走进了大学，中国学院，师范大学，晓庄学院以及广电大厦，深入的了解了大学生们使用普通话的情况以及如何正确使用普通话。在此，非常感谢各大高校的学子和从事广播电视工作的人员对我们的大力支持和帮助。

社会实践锻炼了我们，也培养了我们，通过社会实践这样一种形式，使我们在各方面都得到了充分地成长，同时，社会实践也成就了我们，社会实践都已成为了我们大学生展现自我的一个舞台，在这样的一个舞台上，我们可以尽情地展现我们青春的姿态和敏捷的才思。社会实践是一个窗口，通过这个窗口，帮助我们大学生认识了社会，也帮助社会了解了我们这一群充满理想与朝气的大学生，终有一天我们将真真正正地在社会这个大舞台上展现我们的抱负和智慧。

寒假实践就这样接近尾声了，我们虽然有很多不舍，但是我们都很开心有这么一段难忘经历。在这段经历中，我们在成长，我们学会了耐心，学会了包容，学会了很多很多在课本上体验不到的东西。谢谢彼此的陪伴，让我们更加坚定普通话推广的理念，在今后，我们也会尽自己的力量推广普通话，加油！

**学生的社会实践心得体会篇五**

xx月xx日了，离xx实践结束的时间越来越近，匆忙中这一个月就要过去。相比当初，天天期盼xx实践快点结束的那种心情，此刻，更有种说不出的舍不得。

阳光依旧那么美好，校园的风景也是一样，可是心情却总是有那么一丝低沉。所有的事物，都有一个对比性，否则，怎么衬托的出要结束的感伤。开始，我们总期盼着快点结束，在结束时，我们总希望一切过得慢一点，再慢一点。

xx实践即将结束，这不代表校园生活的结束，仅仅只是一个磨练自己的时间段的结束而已，可心里还是压制不住某种说不出的心情。这一个月的锻炼，使我常常在想，我真正的得到了什么，貌似也没有跨阶段的收获。

都说，要学会利用起每一个可以磨练自己的机会，要敢于挑战那些未做过的事情。可是，总在不经意间，就这样的错过了。有的机会可以有好多次，有的机会一旦错过，可能就真的没了。

换个角度想想，这一个月，我更多时间的接触到了队里的每个人，也更深入的了解到队里的每个人。在每次的活动中，都有那么一些收获，全部的`累积，收获也就多了。人有不满足的心态，才有努力去争取的动力，在不满足中，也要适当的让自己满足。凡是都有一个平衡点，在其左右，那么会一直有个平衡在那里维持着。

**学生的社会实践心得体会篇六**

放假是每个学生都盼望的，特别是暑假，漫长而又有意义，当然这个暑假是最特别的。

暑假刚开始的几天，我在家很悠闲的玩了几天，后来由于我很闷，便来到了\_\_眼镜来参加非常暑假活动，其实对于打工我也是只知其表不知其内，在家里，我准备了一本记事本，想写一下打工的体会，当时的幻想是那样的美丽，可是去了，才发现大不一样。

早上我8：00准时来到了\_\_眼镜店，工作人员给我分配了任务是给顾客开门关门，倒水给顾客喝，心想真轻松这么简单的工作，真是小菜一碟，一开始我站在门口还不感到怎么样，后来站了才有三十几分钟，脚就感到非常吃力，都想放弃了，心想既然来了就要坚持到底，我再向周围一看，这里的工作人员都站着呢，这时我真佩服她们，可能是她们站习惯了，\_\_眼镜店的工作人员很热情，也很热爱工作，对每位顾客都很热情，看到她们这样我还是坚持到底了，圆满结束了一天的非常暑假打工。

暑期实践很快就结束了，在这短短的日子里，让我学到了很多在学校课堂上和书本上所学不到的使用的技术知识，扩大了自己的知识面，对社会的认识也更加深刻，更培养了自己与人沟通的能力，与顾客交流的能力，掌握一些技巧，也锻炼了自己，提高了自我学习与适应陌生环境的能力，培养了自己的独立能力。

在这次\_\_眼镜店举行的非常暑假活动中，也让我体会到了工作的辛苦与劳累，生活的不易。

打工的时候，酸甜苦辣的事情多得很。即使是为了打发时间，也该去体验一下。更何况，耕耘的是自己，收获的也是自己。在踏足社会之前，去体验一下，当你真正面临工作的时候，也不会手足无措，像无头苍蝇一样四处碰壁。

我们中学生正处在人生的黄金时代，对于复杂的社会关系，将来的工作和生活，都没有很好的预见性，再加上没有好的文凭，将来想找一份好的工作都会难上加难，所以我们现在应抓紧每一点时间努力学习将来才会有更好的出路，才会有更好的发展，人生之路才会平坦，才会有更高的追求和进步，我们才会有更高的突破和发展。

我们现在的中学生是衣食不愁，靠父母没有过那种穷苦的生活，拿着父母的血汗钱却不知道珍惜，也不明白挣钱的辛苦，只知道花钱时的顺手。然而只要你真正有了一份自己的工作，才会真正体会到父母的艰辛，才会有一种奋发向上的动力，才会知道珍惜我们现在拥有的一切。

以前在家中过惯了衣来伸手饭来张口的生活，这次\_\_眼镜店举行的非常暑假活动让我真正尝到了生活的原汁原味。

**学生的社会实践心得体会篇七**

一片叶子属于一个季节，年轻的莘莘学子拥有绚丽的青春年华。

谁说意气风发，我们年少轻狂，经受不住暴雨的洗礼？

在注重素质教育的今天，大学生假期社会实践作为促进大学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长成才的重要举措，作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直来深受学校的高度重视。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.跨世纪优秀人才的重要途径。寒假期间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，更是大学生服务社会、回报社会的一种良好形式。多年来，社会实践活动已在我校蔚然成风。

大学是一个小社会，步入大学就等于步入半个社会。我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。

社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件；才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量为社会创造了新的财富。

这个假期我没有选择自己所学的专业去实践，而是在一个亲戚开的电脑配件柜台帮忙卖货，过的十分充实。在此次实践过程中我学到在书本中学不到的知识，它让你开阔视野、了解社会、深入生活、回味无穷。也对自己一直十分想了解的电脑知识有了更进一步的深入。作为广大青年学生接触社会、了解国情、服务大众的重要形式，对于青年学生的成长、成才有着极为重要的作用。

这次假期实践我以“善用知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富假期生活”为宗旨，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。我认为以下四点是在实践中缺少的。

经过一段时间的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。与同事的沟通也同等重要。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。

自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。在多次的接触顾客中，我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。

开始放假的时候，知道要打假期工时，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，心得体会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。如哥哥所说的“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，如某个名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

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假期社会实践学到了自己觉得在社会立足必不可少的项目。

大学是一个教育我、培养我、磨练我的圣地，我为我能在此生活而倍感荣幸。社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会。实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实践自我的最好途径。亲身实践，而不是闭门造车。实现了从理论到实践再到理论的飞跃。增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。

**学生的社会实践心得体会篇八**

在路口维持交通秩序的时候，叔叔们会告诉我们一些手势是什么意思，一些动作应该怎么做，但是在实际中，居然还有一些司机看不懂叔叔们的手势，像有一次，有一个左转的，可是那个车还是在那里停着，根本不懂，直到喊了之后，才知道应该要左转，而这种现象也不是只发生一次，还有些在红灯亮了之后，还在前行，直接冲到了斑马线上面的车，那么那些过马路的行人也是不方便了，路过的时候还要绕过车辆，也是耽搁了过马路的时间。

明明他们都是考过驾照的，而且这样的行为也是很没有素质，没有意识的，但是还是会这样的做，如果稍微慢一点，稍微注意点，就根本不会冲到斑马线上面来，而且也没必要那么着急。

有些老人会着急过马路，并不走斑马线，即使前面不远就有斑马线，他们会直接从马路中间跨栏杆过去，就为了省那么几步路，这种交通安全意识也是比较单薄的，而在过斑马线的时候，有骑自行车不下来的，有跑过去的，有东张西望的还闹着玩的小孩子的，虽然是绿灯，但是却不能很好的过马路，而是还有些风险，也是让我们这些做义工的同学很担心。

虽然我们做义工期间没有发生什么，但是看着他们过马路的情况还是很担心，很多人的交通安全意识都是比较淡薄的，没有深刻的认识到该如果去遵守，或者如果把马路给过好，这次实践也是让我明白社会上有形形色色的人，有人有素质，会遵守交通规则，即使是没有车，也是会等绿灯，有些人则是怀着侥幸的心理，即使是红灯，只要没车，或者车少，也要过马路，也是让我明白社会是比较复杂的，不像我们学校，明令禁止的事情，不做就是不做，而且也是会很好的遵守。

同时这次的义工实践也是让我们感触很深，明白这份义工还是很有意义的，我们也能学到很多交通安全的知识，同时在路人不遵守交通规则的时候尽力去制止，告诉他们遵守交通规则的重要性。在今后，我也要把这些知识教给更多的人，让更多的人遵守交通规则。

**学生的社会实践心得体会篇九**

寒假结束了，一段假期，一场实践。整个寒假中，好像我都在为这件事努力和奔波，但却收获了数不清的体验和收获。

回顾这次的社会实践，其实我也是在同学的提议后才想到要利用寒假的时间去体会工作实习。尽管如此，在参加了不同的假期工作后，我们每个人都收获了独属于自己的寒假的体会！

现在，寒假已经结束了，但我心中的回味和感受却已经长长久久的改变了我如今的心态。反思这次的社会实践，我将自己的心得体会记录如下：

在寒假中，我来到了xxx超市的促销岗位。尽管这是一个很常见的兼职岗位，但却给我这个没有任何工作经验的大学生好好的体会了一番。

通过这次的工作，我在工作中感受到了累，感受到了父母话语里的那种辛苦！每天早出晚归，深知没有过多的休息和空闲的时间。如今，真正的体会过去工作之后，我才感觉到，父母说的真的一点也没错！及时是在最忙碌的高中阶段，也经常会有休息的时候，再加上我们不用为生活和明天担心，所以就更没法比了。

但经过此次的体验，我的思想也改变了很多，尤其是在对人生的看法上！当我真正明白了自己今后的道路会更加的严格后，我开始自觉的要求自己，改进自己，在工作中以高要求、高标准的思想态度要求自己并在今后的学习和生活中，我也会更加努力的锻炼自我，塑造更好的自己。

在工作中，我第一次体会到了工作的要求和管理。和学校不同，工作中的要求更加的严格，并且在结束了培训之后，工作中的一切基本就靠我们自己去判断，什么时候补货，去哪里取货，又该怎么更好的招揽顾客……这些经验在过去我是完全没有体会过的新鲜体会。但也正是因为如此，也对我产生了更大的冲击，让我明白了，社会不仅仅只是根据书本上的要求学好我知识就可以了的。这个社会更加多变，及时是最简单，最普遍的兼职工作，也有这么多的技巧和经验！

参加此次的社会实践，让我学会了太多的事情。尤其是在交流、沟通方面，而且我还学会了以一名工作者的角度去思考，思考着如何进行下一步的工作，如何将自己的工作做的更好！

相信这些经验和体会都能在今后的工作中帮助我，让我在未来真正走向工作之时做的更好！

**学生的社会实践心得体会篇十**

“千里之行，始于足下”，这近半个月短暂而又充实的实践，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助，可以避免我毕业后的眼高手低现象。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。

这一段时间所学到的\'经验和知识大多来自领导和同事们的教导，这是我一生中的一笔宝贵财富。这次实践也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入大学面临走向社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我可以向他们学习很多知识、道理。

实践是每个大学生必须拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识，也打开了视野，长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。我想，作为一名大学生来说，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫。

最后，衷心感谢xxx公司给我提供实践机会！

**学生的社会实践心得体会篇十一**

这是我第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，对于我来说，所面临的是知识不扎实，工作经验不足等诸多问题。因此刚来报到时怀着一颗忐忑的心，害怕自己不能胜任工作。我们已不再是单单的学生身份，而要做一个有担当的职业人。我们要在不知所措中找到方向，学习学校所学不到的知识。

作为一名在校大学生，能在大二期间参加社会实习是一次难得的机会。由于我们一贯生活在学校，时刻有老师家长和同学的关爱，生活可以说无忧无虑，很少接触社会也很少吃苦。初来永嘉书院时，我就被这里美丽的色彩，清新的空气，幽静的环境所深深吸引，为有机会来这实习而感到庆幸，也同时对这即将踏入的工作岗位有着太多的神秘与陌生，在矛盾心理的促使下，我满怀着期待与信心迎接我的工作，直到接触这个岗位我才发现自己并没有太多的优势，学校所学的理论知识和实际工作还是有一定的差距，一切都需要重新学习，摸索。

在这一个月的工作中，我发现工作无论是繁重繁忙还是清闲，都要用积极的心态去完成每一项工作，而不是因为工作量的大小而去抱怨，因为抱怨是没有用的，我们要做的是不要把事情想得太糟糕，并且保持好的心态过每一天。因为快乐的心态会使我们不觉得工作的疲惫与乏味。

**学生的社会实践心得体会篇十二**

对于进入大三的我们来说，这是我们步入社会后的最后一个假期了，所有的在校园里的事情都变得如此的珍贵。如何将我们大学生活的最后一个暑假过得更加充实而有意义呢？响应院团委的号召，大学生要积极参加到社会实践活动当中，真正的做到学以致用，正值我国改革开放30周年，我们小分队选择了对溱潼古镇改革开放30年的发展变化情况进行调查研究。与以往不同的是这次不再是个人单独进行社会实践，而是我们要以小分队的形式进行实践调查，不仅仅是因为课题本身的需要，更是对我们培养团队合作精神具有重要的作用。

关于我们的目的地——溱潼，之前只是听说，一直对这里很向往，这次难得有机会来到这里，经过几天的走访调查，原来这里可谓是另一个世外桃源，古镇溱潼是以旅游业发展带动其他相关产业而不断发展起来的，改革开放的30年来，勤劳的古镇人民用他们的辛勤劳作在建设着自己的家园，从一个水乡小镇发展到今天的全国历史文化名镇。无论是其天然的溱湖湿地国家公园，还是古镇的人文景观，都会让人留恋忘返。

在我们整个实践的过程中，无论是去旅游景点参观调查，参观古镇景观感受它的魅力，还是在采访政府官员，旅游景点的相关负责人以及派发问卷，热情好客的溱潼人民都给我们提供了很大的支持和帮助，我宁愿相信关于喜鹊湖的传说，正是溱潼人民的淳朴，善良换来了喜鹊仙子赐予的美丽的溱湖，它哺育了一代又一代的古镇人民，如今的溱湖会船节已成为世界上最大的水上庙会，被国家旅游局列为全国十大节庆活动之一，真不愧是“溱潼会船甲天下天下会船数溱潼”；如今的溱湖湿地公园已被评为国家aaaa级风景名胜区。

溱湖谁的灵秀之气滋养了聪明勤奋的溱潼学子，我国著名的工程院院士李德仁、李德毅就是从这里走出去的，院士旧居经过岁月的洗礼依然保存完好，这是古镇人民的骄傲；走在狭窄，弯曲而有高低起伏的麻石老街上，穿梭在青砖小瓦的古宅中，总是让人有种身临其境的感觉。

短短几天的社会实践活动在不知不觉中结束了，在这个过程中也许我们的记忆还不足以用刻骨铭心来形容，但就是这种队员间的相互配合，相互支持，让我们让我们每一位队员都感到了这个小家的温暖。相信这段特殊的经历对于参与其中的每一个人都是弥足珍贵的，它将是我们大学生活中浓墨重彩的一笔，为我们最后一次社会实践交上了一份满意的答卷。青春万岁！

**学生的社会实践心得体会篇十三**

高一在这个炎热而又寂寞的七月里，我暂别了家中舒适悠闲的生活，以积极向上的态度开始了我的社会实践路程。说实话，如果学校没有安排这个任务，我是绝对不会想到以此来锻炼自己的。

第一次参加社会实践，使我明白社会实践是锻炼我们青少年的一个好机会，因为在如今日渐安逸的社会中，许多青少年在进入了高中还不会自我照顾。也是促进学生投身改革开放，培养锻炼自己的才干的良好渠道，提升自身的思想与修养，树立服务社会的良好思想的有效途径，有助于我们更新观念，吸收新的思想与知识，提高素质。

一放暑假，我便进入了家人的公司上班。

第一次进入社会总是很紧张，因为我什么经验也没有。一个高一学生走出校门，第一次来到社会这个大门口前，不知所措。尽管肯定会通过面试，可还是担心会出丑。所幸的是还好没有发生什么意外事故，我顺利通过了。虽说是实践，但生活方式已完全不同于学校了，而是转变成了上班一族。

由于是自个家的公司，所以上班和下班的时间都很随意，但我绝不会乘机偷懒。在工作的这些时间里我在办公室中度过。此次实践，我主要的实习任务是整理好近年来公司的相关业务资料，排序归类。

近一个月的社会实践，一晃而过，我从中领悟了许多道理，而这些东西是我以前完全不知道的，并且生平第一次靠自己的能力解决了中途发生的一些意外事故，并且都处理得不错。社会实践让我更加熟悉了这个弱肉强食的社会，从而也让自己吸取了更加多的社会经验，增长才干。社会是学习和受教育的大课本，在那片广阔的天地里，我的人生价值才能得到体现。实践中我学会了更多的处理人际关系的方式方法，如何处理好上下级的关系，明白自己在公司的位置，使为人处事更加成熟。

社会实践为我将来在这社会中打拼打下坚实的基础，为以后做好铺垫，使自己在以后的道路上顺顺利利，不会让自己在这个竞争激烈的社会中被人淘汰，丢弃在某个角落，有能力有自信才会更加充实的生活下去。

这次实践的机会让我深入了解了这个社会，让我有机会展现锻炼自己，让我相信了自己的能力，使我更有信心地投身于这个社会。

**学生的社会实践心得体会篇十四**

这次去到了一家电子厂，在仓库工作，之前对于电子厂的感觉不是很好，就是觉得自己不管在什么厂工作都是一种煎熬，其实自己经历过之后才发现，原来很多的学生都是在其中工作，都是在给自己机会磨练，刚刚开始接触这份工作的时候我的其实感觉不是很好，我就单纯的觉得这就是一份工作而已，很多时候不会觉得自己有什么问题，来到这个电子厂的时候就觉得这段经历一定会很枯燥，在学校安逸久了的我，怎么去适应这份工作呢，枯燥是一定的，平时在学校的时候就是坐不住，总是想着去做点什么，就是和不安分的那种，我来到这里之后每天就是坐一天，其实这对我来说也是一种打磨。

在电子厂工作就是要有耐心，我也会更很多人打交道，在工厂工作的我其实对于人际关系方面也是很重视，因为我本身就是一个很活跃的，我来到这里电子厂之后我就每天会主动的与人交流与人沟通，这在工作当中我也一直在主动地与他人交流，我也发现了在工作当中跟他人处理好关系，人际方面的关系是很重要的，我们每天一个人都在努力，但是有了了一个好的人际关系圈，在工作的时候自己也会很轻松的，这是我在电子厂工作这段时间的一个结论，在电子厂能够跟谁都聊得来是难得的，这需要自己本身就有一种亲和力，也是恰好我就能够跟他人打成一片。

工作是需要时间的.我一直都是这么认为，我适应了这里，在电子厂这段时间的经历真的很充实，一个多月的时间下来我总结了很多，就是自己不管在做什么事情都需要主动地去发现乐趣，融入进去就是最好的选择，其实不是自己喜不喜欢的问题，是我们能不能快速适应环境这是最重要的，这次社会实践真的很有收获。

**学生的社会实践心得体会篇十五**

青鸟计划是我期待已久的实践活动，去年报了十几个相关岗位，但遗憾的是都没有被录取。今年报名参加了博山镇政府岗位，提前四天便收拾好行李去了，因为离家远，索性在那里租了房子，开启了半个多月的实践之旅。还清楚地记得第一天来到博山镇政府，当时心里非常紧张，但更多的是期待，害怕自己做不好，但是心里面也很想把该学的尽快学好，从而能够尽快投入到工作岗位当中，为大家分担一点。第一天让我整理文档，需要先把政府一年来散装的材料缝好，一份份的粘好排序，再按重要程度依次分类，最后打包，录入数据库。我常常装订错，写录入信息总是写错数，看似简单的机械操作，却容不得半点马虎。经过一遍遍核查，终于在第四天收尾，把材料都整理好了。虽然来了不久，也不甚了解，但是我很喜欢这里。来之前领导说：“这里是乡镇，是山区，交通也不方便，你确定要来吗？”得到了我坚定的回应，我来后领导也很照顾我，给我充饭卡，带我去找午休的`地方，给我介绍其他领导……这里虽然偏远，是个民风淳朴四面环山的安静小镇，很多领导都是住在市区每天来回两小时的通勤才来到镇上，他们说这是“扎根基层，为老百姓服务”。短短几天，是忙碌，是收获，也是感动和欣慰。

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！