# 2024年大学生假期社会实践心得体会(精选13篇)

来源：网络 作者：雨雪飘飘 更新时间：2024-08-19

*每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。大学生假期社会实践...*

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**大学生假期社会实践心得体会篇一**

社会实践活动一直是我校大学生投身社会、体验社会、服务大众的真实契机。而我，也在这次社会实践中领悟到很多曾经根本无法懂得的道理。找工作不好找，在实际工作中也会遇到许许多多棘手的问题，我现在才明白其实真实的生活远没有想象中的那么简单这里会有很多想象不到的问题，很多问题中又有复杂的关联，这么想起来生活的确会很累。因此就必须提高自己处理问题的能力，让复杂的问题简单化，让自己的生活简单而又充实。想到这里我真的很羡慕那些懂得享受生活的人，我想那他们应该早就看透了生活成为个中高手吧。

通过这次社会实践我真正明白社会生活与校园生活的差距。校园毕竟是太小了，我们在学校学的是理论知识，我们必须要将所学的东西应用到实际中才会发现它的价值。我们总以为在学校上课枯燥无味，总向往那些自语自在享受生活的人，总有着别人不知到的理想，总想着有一个辉煌的未来。但我现在开始明白，所有的想象都是虚无缥缈的，只有自己亲身实践过，才会有一个清醒的认识，才会正确地给自己定位，确立相对现实的目标。在实践后才会发现自己所学的东西是多么有用，自己是多么的需要进一步充实，其实实践也可以提高学习兴趣的。

实践是检验真理的唯一标准多少次说过这句话却不去想它所包含的真正意义，直到实践后才对这句名言有了更深的理解。现在我也明白了人的\'潜力是需要自己去发掘的，太多的不自信只会把机会一次一次地从身边赶走。通过实践你可以发现自己从未发现的方面，或许是需要改正的习惯，更或许是某个被掩盖的亮点。这次实践也让我坚定了坚持不放弃的信念，放弃就等于否定自己，自己对自己的否定几乎几十倍乃至上百倍的强于别人对自己的否定，这对一个人来说是相当可怕的。自己不去接触社会就永远不会知道社会的规则，依此类推，任何东西不去接触就永远不会了解它。在学生阶段的我们需要了解的东西太多了，我们不能只靠书本去认识它们，这样的认识太浅薄了，不能算是真正的认识。我们需要尽可能多的去接触这个社会上的东西，俗话说人是社会的主人，我们要享有主人的权力就必须先了解社会，不然的话就很可能会被社会所左右，那样的生活不会幸福安乐的，只会是痛苦和无奈的。

暑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。

一路的艰辛与微笑，有所收获，然所学是开始，考验和抉择马上就要开始，我们要奋斗不息、砥砺前行，多多实践，用实践给予我们所学的知识一个新的理念。

**大学生假期社会实践心得体会篇二**

为能在大学阶段更进一步的磨砺自己，我利用这次假期前的空闲，积极的筹划了这次的假期实践计划！并与20xx年寒假期间对自己进行了学习和锻炼！现在，我将自己的心得体会做提下记录：

毕竟这是我在大学阶段第一次在社会中实践，不仅环境并不是那么的熟悉，连工作的内容和方向都没有确定的话，就非常容易出现问题。但在开始真正的计划这个假期的时候，我才发现自己自己的情况是多么的“无助”。

我先是找到了一大批的岗位需求，看着眼前琳琅满目的岗位，我每一个都仔细的看了一遍，而且每一个都希望去尝试一番。但很可惜在，大部分的工作都需要有经验和能力才有机会任职，这让还在学习中的我深刻认识到了尽早累积社会经验对自己有多么大的帮助！也更加坚定了我假期工作的决心！

在之后的计划准备中，我也认识到自己想法中的很多漏洞，虽然这也进一步说明了我在思想生和经验上的不足，但好在，在向老师和前辈请教后，这些不足的经验都得到了弥补。

假期后，我来到了应聘的岗位上，并且在接下来几周的时间里都在这个岗位上积极努力的进行着自己的工作任务！

作为一名工作的新人，其实我在工作中负责的都是一些简单的事情。即使是我这个没有经验的xx专业的大学生也能较好的完成。但虽然工作是很简单，但想要在公司中真正做好一份职责和岗位却不容易！

在这短短的几周里，我不仅适应了公司的环境，了解了工作中各种知识和要求，还进一步的认识了xx行业中的许多细节。

当然，不得不提的是，我在这份工作中，还认识了许多的同事、。与他们的交流和谈话中，我不仅更进一步的了解了自己的岗位，甚至还学习到了好些相关的经验知识，大大提升了我在xx专业和工作上的能力。

在经历了这次的实践后，我感到自己变的更加稳重了一些。面对生活和学习上的烦恼，也有了更多的思想和解决方式。

此次的实践让我更好的完善了自己，但想要真正的适应社会的正式工作，我还需要更多的学习和体验！在下次假期的时候，我还会来参加社会实践，但到那时，我一定会有更大的成长！

**大学生假期社会实践心得体会篇三**

随着假期的到来，我为能利用假期来增加自己的社会阅历和工作经验，特意在xx市附近寻找了一份假期的实践工作——商场促销，以此来充实自身的寒假生活！

如今，随着几周社会实践的结束，我在这次的工作中也收获的了很多的经验和体会，且还为自己的赚到了下学期的一些经费！现对我这次的社会实践心得做如下记录：

对我而言，商场的环境也算是比较熟悉的地方了，毕竟经常来这里买东西，在作为一名顾客的时候，我在这里非常的放松，也不会有任何的不自在。但如今，当身份一改，我从一名顾客变成了一名工作者。这里环境给我带来的影响瞬间就变的不一样了！

促销员，意味着要主动将自己变成商场的焦点，用自己的言语和行动来吸引顾客的注意力。而对于一直生活在学校的我来说，虽然也不是没上过台，但当要真正主动吸引顾客注意的时候，心中还是难免放不开，而且还会觉得禁止。

但好在我也已经做了自己的准备，既然已经踏上了这一步，就必须去完成的准备！当我终于拿起麦克风喊出宣传语的时候，我感到四周顾客的目光都聚集了过来，但我没有停止，继续勉强自己喊完这段话。但很快，这种不适应的感觉消失了，原来是我在不知不觉中，已经融入到了整个商场的环境当中！

作为一名促销员，在经历了环境的适应之后，我也继续开始积极的自我改变。但这次的目标却恰恰相反，放开了胆子的我在思想上已经彻底改变，我不仅要大声的宣传，更要聚集周围顾客的目光，提高促销的成绩！

在工作期间，我积极的改进着自己的工作方式，通过热情的推荐和努力，我遇上了很多的顾客，不断的与他人的沟通，也让我收获了更多的经验！

期间，我还利用空余实践与身边的同事们进行了讨论和学习，不仅通过改进提高了工作的效率，还收获了很多新的经验和知识！

在这次的社会实践中，我通过促销这一活动，深刻的接触到了工作、生活、社会，并通过工作期间的经历，强化了我的沟通能力，个人胆量。以及思想态度。

这些，都是在工作的中必不可少的经验和能力，也是我在今后的学习和工作中最主要的个人目标。今后，我会更加完善自己，提高个人的能力，取得更大的成长！

大学生寒假假期社会实践心得

2024大学生假期社会实践报告

假期医院社会实践报告

暑假假期社会实践活动总结

**大学生假期社会实践心得体会篇四**

在这次实践中我学到了许许多的东西，它教我要善于与人交流，经过一段时间的工作，让我认识了更多的人；它教我吃苦，教我要学会苦中作乐，时时刻刻都要有一种敢于吃苦的心态；他叫我要自信，一分自信一分成功，十分自信十分成功。总而言之，这次实践，使我终身受益！时代在进步，社会在发展，而随之而来的竞争也非常严峻的摆在了我们的面前，现代社会所需要的已经不再是单纯的知识型人才。时代赋予人才新的定义：不仅能够驾驭新科技，具有创新意识，更要有将科技应用于实践的能力。

时代证明，历史证明，我们的自身状况证明：我们唯有面对社会，才能心平气和地作出一些选择，才能确立自己学习和生活的目标。在这次社会实践以后，我们要找准自己的位置，找准自己的方向，勇往直前，决不轻言放弃！我们要珍惜每一次锻炼的机会，让人生无憾。

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，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己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

“没有实践，就没有发言权”，只有亲身经历过才会有那种超乎平常的感觉。其实学校要求我们参加社会实践，无非是想让我们提前接触社会，了解社会，这样才不会在真正走上社会的时候找不到生活的重心。

感谢学校给我们这次把自己推向社会的机会，也感谢在实践中那些给予我无私帮助的人。我会在以后的学习中更加努力，朝着自己的目标不断奋进。

**大学生假期社会实践心得体会篇五**

在这个火热的.七月，我们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。

暑期社会实践活动一直是我校学生投身社会、体验生活、服务大众的真实契机。

暑假，我开始了一种全新的生活社会实践。作为一名高一学生，就快要步入社会的我带着学习和好奇的心情去迎接第一天的实践，在这之前我是一点实践经验也没有。虽说只是实践，但生活的方式却已完全不同于学校里的生活。此次实践主要是打印处理文件、日常电话接听、客户接待工作，以及给各种杂活。简单来说就是劳动。

“在中学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。这次实践后才能深刻体会这句话的含义。除了计算机操作外，课本上学的理论知识用到的很少很少。刚开始去的时候，还真有点不习惯。很多东西都不懂，幸好有叔叔、阿姨们的耐心帮助，让我在这次社会实践中掌握了很多东西。

最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

第一次参加社会实践，我明白中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;是促使中学生投身改革开放，向工农群众学习，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。

通过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。近一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。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，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

**大学生假期社会实践心得体会篇六**

用人单位喜欢招收有工作经验的新员工，主要是出于以下三个方面的考虑。

第一、员工必须具备在完全社会环境下的生存和人际相关能力。

第二、员工对工作环境中的被管理状况有基本的认识和接受度。

第三、具备基本的职业素质和工作技能。

这其实是通过阅人和经事来增加社会经验，使得大学毕业生从完全学生状态逐渐向社会人状态转变，以便进入用人单位后，能有更好的衔接和过渡。若是大学生在校期间就能通过一定的形式进行实践和经历，那么毕业时照样可以弥补上缺乏社会工作经验这个空白，不一定要等到完全走出校门后才能积攒工作经验。

在大学几年的读书期间，可以通过多种形式获得社会化的工作经验，只不过许多大学生没有留意到而已，或者只是简单化地看待这个问题。那么究竟要如何创造有效的社会工作经验呢?可以通过以下几个方法。

例如寻求红十字会员、青年志愿者、社区义工等工作。这类工作一方面展现你健康积极的心态，证明你有颗愿意帮助他人的心灵;另外一方面也是培养你的组织性和协调性，培养你如何与他人相处的能力。

现在许多著名的大公司都开始把各类宣传活动由各类空中媒体转移到消费者身边，也就是从线上的品牌传播转移到线下的品牌关系建立。这类活动多为临时性，需要大量的短期工作人员，作为课程不是很紧张的大学生，可考虑去多参加一些这样的企业商业活动。

在这类活动中，大学生可充分感受到企业化事务安排的计划性和流程系统性，事件计划与实践之间的紧密关系和差距分析，还有机会参与一些突发事件的处理。要尽可能地与企业工作人员多接触，感受他们的工作作风和处事方法。

聘请私人助理在许多高级白领中蔚然成风，由于工作时间自由，工作项目简单，较为适合在校学生担当，这也是给在校大学生一个新的锻炼机会。

通过与在职人员的共事，贴身式地了解在职人员的工作方式，以及某些工作的处理方法。简而言之，把在职人员当作一面镜子，来对照自己在工作方面的不足之处。

现在大学生毕业之后就一步从校园跨到了企事业单位，中间没有一个缓冲或学习的过程，导致许多大学毕业生还抱着学生心态到单位工作，缺乏应有的对人情世故的了解和对基本工作技能的掌握。这也是一些职场新人在工作不久后却离职去读研究生的原因，核心是因为想逃避。

逃避是消极的，积极的做法是在学校中就要有意识地去参与实践，学会调整自己，这才是良好的开端，只有这样，才能规划好未来的职业道路。

**大学生假期社会实践心得体会篇七**

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，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。

在餐厅里，别人一眼就能认出我是一名正在读书的学生，我问他们为什么，他们总说从我的脸上就能看出来，呵呵，也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧！我并没有因为我在他们面前没有经验而退后，我相信我也能做的像他们一样好。

我的工作是在那做传菜生，每天9点钟—下午2点再从下午的4点—晚上8：30分上班，虽然时间长了点，但热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累，我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接簇了社会，了解了未来。

**大学生假期社会实践心得体会篇八**

这次社会实践是在一家服装店做销售员，随着时代的发展，现在的服装实体经济越来越难做了，线上销售也已经完全蔓延到了我们每个人的生活之中。面对这样的一种现象，服装实体经济是有一点难的。更何况大家如果去实体店去购买，价格会更高一些，所以绝大部分的年轻人都会选择网购。

这次我真实的走进了这个行业之后，也发现了一些不同的现象，其实对于实体经济来讲，现在或许是在一个过渡期，每个人其实是想享受生活的，网购会给我们带来便利，但也会给我们带来时间上的推迟。而实体经济不一样，这是一种速卖方式，能够让我们直接拿到我们想要的.东西。现在之所以实体经济变差是因为创新未到，而真正改变现有格局的就是需要创新。

在做销售的过程中，我遇到了很多不同的人，有的人很追求品质，追求衣服的合身度，所以对于网购来说是不予考虑的。实体经济之所以现在处于一种被动状态，是因为我们没有根据时代的进步而做出调整，传统的销售方式，传统的经营方式，并没有让实体经济有所进步。现在我们的网络确实很发达，但我们人是需要享受生活的，这也是女孩子为什么喜欢逛街的原因。逛街能够让我们享受到生活，也能让我们感受到购物的愉悦。

所以这次实践让我明白了一个道理，没有任何一个行业会突然之间被打败或者消失，能够让其失败的，是不前进、不创新、不想问题。这也让我意识到了自己的学习，现在学习的方式很多，实现自己价值的方式也很多，如果我不去寻找，不去创新，那么我的成绩也注定不会有更大的突破。所以只有时刻谨记要在生活之中找到别人看不到的发光点，从而进行创新，这样我们才有更大的胜算！

**大学生假期社会实践心得体会篇九**

实践，就是把所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自我所学的理论知识有用武之地。只学不实践，所学的就等于零，理论应当与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。

在西山公园里为游客拍照。我和两个朋友一齐组织，他们负责拍照，我负责跑腿——去照相馆印照片。在公园里我们设了一个点，一张桌子，一把椅子，一把遮阳伞，一块照片展版，自然还有两台数码相机。看着来来往往的游客，我们信心满满的开始了。不时的有人过来瞧瞧，打听照相的价格，多久才能拿到照片。我们开始忙碌了。他们去拍照，我在那看着，招揽游客。等他们拍的差不多的时候，我就跑去照相馆印照片。虽然有时会觉得很无聊，怎样没人来拍照呢，但我们还是耐心地等待，一个一个地问他们要不要拍照。一些游客本不想拍照，后被我们一问心痒了。一天下来，我们还是挺开心的，收获不少，不仅仅要满足顾客的需要，抓住顾客的心态，在照相馆里我也了解了印照片的各个程序。

在工作中曾不断告诉自我：在今后的大学生涯中必须要更加努力读-书，学好一些实实在在的本领，塑造好自我人格和修养。我一直很喜欢这样一句话：人生因为经历而美丽。

我觉得参加社会实践，培养与增强了与人相处，交际的能力。虽然我是一个性格较于开朗的女孩，拥有很多的同学和朋友。可是作为一个人，他必需密切与社会相联系。他所接触的不仅仅是几个同学和朋友。所以良好的能力是必须的。在学校接触同学，教师是比较狭隘的范围，仅有经过多和人交流，克服自身的弱点，才能更好发挥自我的能力，做好每件事。在社会上接触的空间广了，接触的人多了，了解的事情也多了。这样才有利于看待各方面的事物。敢于与别人交流，说出自我的观点和意见，开诚布公，才能赢得对方的认同和信任。

经过这次社会实践经历，使我学到和懂得了许多，我懂得赚钱的艰辛，我想我以后花钱肯定会很节省的；在工作的过程中，我学会了很多，我想这对于我未来很有帮忙。总之，这次难忘的假期社会实践经历使我获益良多，对我将来的发展具有十分积极的作用。

**大学生假期社会实践心得体会篇十**

在这个火热的七月，我们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。

暑期社会实践活动一直是我校学生投身社会、体验生活、服务大众的真实契机。

暑假，我开始了一种全新的生活社会实践。作为一名高一学生，就快要步入社会的我带着学习和好奇的心情去迎接第一天的实践，在这之前我是一点实践经验也没有。虽说只是实践，但生活的方式却已完全不同于学校里的生活。此次实践主要是打印处理文件、日常电话接听、客户接待工作，以及给各种杂活。简单来说就是劳动。

“在中学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。这次实践后才能深刻体会这句话的含义。除了计算机操作外，课本上学的理论知识用到的很少很少。刚开始去的时候，还真有点不习惯。很多东西都不懂，幸好有叔叔、阿姨们的耐心帮助，让我在这次社会实践中掌握了很多东西。

最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

第一次参加社会实践，我明白中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;是促使中学生投身改革开放，向工农群众学习，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。

通过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。近一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。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，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的`基础。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

**大学生假期社会实践心得体会篇十一**

作为伟大的祖国未来的`事业的继承人，我们新一代大学生应该及早树立自己的历史责任感，提高自己的社会适应能力。假期的社会实践就是很好的锻炼自己的机会。

当下，挣钱早已不是打工的唯一目的，更多的人将其视为参加社会实践、提高自身能力的机会。许多学校也积极鼓励大学生多接触社会、了解社会，一方面可以把学到的理论知识应用到实践中去，提高各方面的能力;另一方面可以积累工作经验对日后的就业大有裨益。进行社会实践，最理想的就是找到与本专业对口单位进行实习，从而提高自己的实战水平，同时可以将课本知识在实践中得到运用，从而更好的指导自己今后的学习。但是作为一名尚未毕业的大学生，由于本身具备的专业知识还十分的有限，所以我选择了打散工作为第一次社会实践的方式。目的在于熟悉社会。就职业本身而言，并无高低贵贱之分，存在即为合理。通过短短几天的打工经历可以让长期处于校园的我们对社会有一种更直观的认识。

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，我开始了我这个假期的社会实践-走进赣州市金源休闲餐厅。

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，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。

在餐厅里,别人一眼就能把我人出是一名正在读书的学生,我问他们为什么,他们总说从我的脸上就能看出来,呵呵,也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧!我并没有因为我在他们面前没有经验而退后,我相信我也能做的像他们一样好.我的工作是在那做传菜生,每天9点钟-下午2点再从下午的4点-晚上8:30分上班,虽然时间长了点但,热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累,我觉得这是一种激励,明白了人生,感悟了生活,接触了社会,了解了未来.在餐厅里虽然我是以传菜为主,但我不时还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。记得在我校举行的招聘会上所反映出来的其中一个问题是，学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距。在这次实践中，这一点我感受很深。

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，我比一部人具有更高的起点，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。毕竟，3年之后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才.

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书;而已在社会的人都宁愿回校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务。

虽然这次的社会实践只有短短的几天，而且从事的是比较简单的服务工作，但是通过与各种各样的人接触，还是让我学会了很多道理。

**大学生假期社会实践心得体会篇十二**

尊老爱幼是中华民族的传统美德，我们共同努力，因为有了他们的付出，才有我们安心的这一代。所以，在20xx年x月x日，假期回到家里做了几天调整，今天我准备要开始事实我的假期计划的第一站，就是去我们县的敬老院去看望一下那些老人，还有一个星期就要过年了，希望我能给这些老人们带去一丝温暖和快乐。

首先，我利用了我的优势条件，在我家的广告公司做了两幅宣传的条幅，一个上面写着＇寒冷的冬天，你我的努力会让这里温暖如夏＇，另一幅写着＇多一份爱心，少一份寒冷＇。带着这两幅条幅和一些大家凑到的食品，我跟我的父母和五个高中同学一起赶去了＇xx县敬老院＇。

在许多人眼里，敬老院是孤寡老人的栖息之所。而现在，许多子女成群的老人主动走进了敬老院。他们有的以前是教师、工程师、干部，也有艺术工作者。选择敬老院，因为子女工作忙、家里楼层高、没人陪自己聊天；更因为在这里与同龄人朝夕相伴，共同的兴趣爱好，相近的人生观念，让他们更能感到夕阳无限好。

老奶奶说明了一下我们的来由。这些老人知道我们的来由后，全都露出了和蔼的笑容，连声向我们道谢，我们也不知道怎么才好，第一次发现，这些老爷爷，老奶奶真的特别可爱。

经过了短暂的休息后，我们开始实施起来了我们来之前做好的计划。首先，找来了梯子，把牌匾上掉下来的那个＇艹＇字安装上；然后选了两个醒目的地方，把事先做好的条幅挂了上；接着就是往下搬运食品，帮着收拾一下敬老院的卫生。

一切都做好了，我们便跟老人们一起坐到了活动室里，跟这些和蔼的老爷爷，老奶奶聊了起来。

起初在有些老人面前大家还显得很拘谨，但个别活跃性格开朗外向的学生十分热情带动了大家。

有些老人患有老年痴呆症等等，同学们也耐着心和他们聊天，帮老人整理衣物，擦拭家具，听老人讲自己的过去，也与老人分享自己的校园生活。大家在一起欢歌笑语，好像真的融入到了一起似的，真的很开心，很欣慰。

不知不觉中，天黑了，今天的实践结束了，我们不得不往回启程了。这一天，我们倾听了各式各样的精彩和辛酸的人生历程，让我们的思绪也停留在那个贫苦年代。看着他们脸上的皱纹，都是岁月的痕迹，我想他们心中的皱纹深度，更是无法估量的。到敬老院去做些力所能及的事，将自己活力释放的同时，我们感到一种充实。

**大学生假期社会实践心得体会篇十三**

这个寒假的社会实践是在一家公司工作的。我负责文件整理、传真复印、在线信息更新、电话接听等工作。文员的实际工作，暂时，我觉得更容易，工作时间是典型的朝九晚五。然而，市场部的购物指南却有所不同。时间表与我们的文员完全不同。他们从上午10点到晚上10点。这很难，但薪水比我们低。这可能是因为工作类型不同。

春节前后的工作时间，我觉得最能体现一个人对工作的态度。每个人都是中国人，都很重视春节，但毕竟他们还在工作的时候应该有工作的样子。工作的时候，有一些年轻的同事，在工作时间的差距里，总是手机、耳机或者看八卦杂志，只是做一些与工作完全无关的事情。我无关的事情。我认为这是一个态度问题。我们是来工作实践的，而不是来享受的。工作时间的差距应该用来调整自己，好好休息，培养精神，为下一段时间的工作做准备。但有些人认为偶尔放松并不重要，反正春节快到了。但我认为放松应该是在私人时间。正是因为春节快到了，我们才应该更加努力!有了好的开始，就有了好的结束。年底不要放松，这不是成年人应该有的表现。有句话说态度决定一切，虽然辩证物主义是不科学的。这是不科学的。

而是把学了的东西付诸实践。对于习惯应试教育的我们，刚刚开始是会有些不太适应的情况出现，但绝对不会有很大的阻碍。在这里提一下“悟性”这个词，我觉得简单来说，悟性就是肯动脑筋思考然后领会。这比光会输入式的学习重要得多。

有一句话是这样说的“不想当将军的士兵不是好士兵”。用在现代社会上，也一样寓意深远。做人就应该有志气，不甘心于庸庸碌碌地过日子。所以，在工作之余，我也很赞成不妨为自己的未来再想得远一点，就是在工作中不断地提升，自我增值。我认为，在这个年代，即使是女孩子，也不会甘心一辈子给别人打工吧，男生更不必说了。工作也如逆水行舟，不进则退。虽然新闻里都说什么“民工荒”的，但其实找工作的人还是相当多的，社会上的竞争是不会消减的，我们要认清这一个事实。所以，在工作中不断进取，一方面是为了我们能有更好的发展更好的前景，另一方面是为了不被其他竞争对手挤下去。

总的来说，这一次的寒假社会实践是非常有意义的，它是一个让我与社会更进一步接触的好机会，从中我学到要以一颗真诚的心对待别人，以一颗热情的心对待工作，以一颗感恩的心回报社会。从一开始投入社会工作实践就要坚持有自己的原则。不说别人是非，不浪费自己的唇和时间。虽然我们的身份还是学生，但却有重大的历史使命。我们是新时代的大学生，是社会的新生力军，要与时代同步伐，要为人民群众谋利益，掌握好知识，以后出来发挥自己所长，回报社会，实现个人的个人价值和社会价值。在上学的时候要自觉地做好学习，不能无所事事地混日子，不能说像“上学很无趣啊”这样的话，要知道还有其他人还在默默都以其他方式在努力。人家没能读大学的都开始去打工挣钱养家了，我们好不容易读上了大学就应该好好把握这个机会，充实自我。我们要有远见，不要一天只想着玩乐，不要像永远长不大似的。用行动让社会知道，我们是最有活力最潜力的80后90后，让我们一起托起社会明天的太阳。

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