# 社会实践打工心得体会 社会实践打工打杂心得体会(精选9篇)

来源：网络 作者：落花时节 更新时间：2024-07-13

*学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。社会实践打工心得...*

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**社会实践打工心得体会篇一**

社会实践是大学生们了解社会、锻炼能力的重要途径之一。而在社会实践过程中，打工打杂往往是一种常见的实践方式。通过实际工作经历，我们能够深刻体会到社会的复杂性与挑战性，也能够锻炼自己的能力与素养。在我参加社会实践的过程中，我也经历了打工打杂，收获颇多。下面我将从沟通能力的提升、团队合作的重要性、价值观的塑造、时间管理的重要性以及经济压力的意义等方面，分享我的心得体会。

第二段：沟通能力的提升

在打工打杂的过程中，我深刻认识到沟通能力的重要性。与不同身份和背景的人打交道，需要我们能够清晰明了地表达自己的意见和观点，并且善于倾听他人的意见和建议。通过与不同人群的交流与互动，我逐渐学会了与他人相处并解决问题的技巧，也锻炼了我的口头表达和倾听能力。这对于我未来的职场发展和人际关系建立有着很大的积极意义。

第三段：团队合作的重要性

打工打杂不仅使我加深了对团队合作的认识，也让我体验到了团队合作的重要性。在工作中，人们往往要共同完成任务和达到目标，需要大家相互协作、互相帮助。通过与同事的默契配合和团队协作，我不仅能够快速适应工作环境，还能够学会面对挑战和压力时如何与他人相互支持，共同克服困难。团队合作的经验在我将来的工作和生活中都将起到重要的作用。

第四段：价值观的塑造

在打工打杂的日常工作中，我也看到了很多社会现象和问题，对于我对价值观念的塑造起到了积极影响。例如，见到一些困境中的劳动者，让我更加珍惜劳动的重要性，了解到劳动者的辛勤付出。在与艰苦工作环境和相对低收入的人接触中，我也更加明白了人与人之间的不平等现象，增强了我的社会责任感和公平正义意识。这让我更有动力去追求公平、公正的社会。

第五段：时间管理的重要性和经济压力的意义

在打工打杂的过程中，我也意识到时间管理的重要性和经济压力的意义。在工作中，高效利用时间可以提高工作效率和质量，而节约开支则可以提高生活质量和的积蓄。通过打工打杂，我学会了如何合理规划时间，平衡工作和生活，提高自己的时间管理能力。同时，面对经济压力，我也学会了更珍惜并合理使用自己所拥有的资源，同时也更加明白了金钱的重要性和打工努力的意义。

总结：

通过参与社会实践的打工打杂，我体会到了社会的复杂性与挑战性，锻炼了自己的能力与素养。通过沟通能力的提升、团队合作的重要性、价值观的塑造、时间管理的重要性以及经济压力的意义等五个方面，我感受到了实践给予我的成长和收获。这些经验将对我今后的职场发展和生活方式产生重要的影响，使我更好地适应社会，实现人生的价值。

**社会实践打工心得体会篇二**

打工心得一：

啊!终于等到这一天了。我跟着老爸来到搬砖厂，哇靠，有这么多人帮这个厂的厂长，他还要招工呀!晕!我见着老爸跟一个肚子大的不能再大的人(好象这个人就是这个厂的厂长)叽哩呱啦叽哩呱啦地，要讲就讲呗，何必躲在一处，怕别人知道呀。7~~不理你们了，我自己先遛哒遛哒。还没等我迈出第二步。老爸就以冲刺1000米的速度奔向我，对我说：“好了，你就在这好好干活吧，11：00钟就回家来。我已经跟你的厂长说好了，你想回来就可以回来。你们厂长会如实发给你工钱的。那我就走了。好好干活吧。”说完就走了。这都哪跟哪呀，还没等我说完就走了，什么意思呀。还有，我可还没有正式加如到他们这种倒霉的工作中来呢，就开始左一个厂长右一个厂长的，也不嫌别扭。唉，算了吧，还是赶紧干活吧。

对了，那个胖子(我对这个厂的厂长的昵称)怎么没来呀。管他呢，还是多搬些砖，多赚些零花钱吧。“小朋友，你来这儿干什么?”我的思绪被拉了回来，一见是一个大人，心中的怒火不免消了几分。我一边把砖头向外搬一边说：“你看我是在干嘛呢?”“你是来打工的么?”“yes”“你父母让你来的?”“是的，他们说要我自己努力，赚些零花钱。”“哦”我心想：我这样说会不会给妈妈爸爸丢脸?这时我听见我旁边的人说“这小孩的家长可真有教育方法呀。”7~~~这是教育方法?这简直是虐待小孩法。不过，这也是我愿意来的嘛。哎哟，这砖可真重呀!累死我了。回到家一定要让爸爸妈妈好好奖励一番。?睿?这太阳怎么越来越辣了。哼!连你太阳也跟我作对，哼哼哼!气死我了!再看看表，已经10：45了，还有25分钟，休息一下吧。可是这儿哪有阴处呀!算了，还是继续搬吧!“一二，一二，加油!”

啊!时间终于到了，可以去领我的工资了。爽呀!数数看，我一共搬了112块，那个胖子用脏兮兮的手把12块5毛钱拿给了我。我兴冲冲的拿这我的战力品奔回了家。高兴的把它放进了以抛弃了很久的存钱罐。哇，太棒了，这12.5块钱是由我自由支配的，爸爸妈妈也管不了了。哈哈哈哈!我正高兴着呢，老妈在房间外用超过120分贝的打工嗓门隔着门对我喊：“女儿，吃饭拉。”每当这时候，我总是败在老妈的嗓子下。没办法，本人去也!

打工心得二：

其实我真的不喜欢这样的日子，我喜欢自由，我不喜欢去哪里哪里都要想人家报告了再去.我做什么也要看人家的脸色讨厌!

他算什么呀，就不过是家里有点臭钱但我又不是他请来帮他做家务的，而且他现在也是跟我一样都是寄人离下，吃人家的住人家的，可是为什么我什么都要做，而他什么都不要做?还说什么大学生，有多厉害，本科又有什么了不起的，如果不是家里有钱的，现在都还在为找工作而东奔西跑呢!现在都住在人家那里还要人家帮他洗衣服!!我真想不明白，当他听到我七岁的小表妹说他懒的时候他会有什么感受因为小表妹都是自己洗衣服，自己洗碗读了四年的学的人都不如没上小学的妹妹!!

今天晚上又去傻逛，好在现在还不是很饿

还有几天我就可以解放了，我就还我自由身，离开这个压力之地，不用再看到那些寄生虫了。

我希望我以后不会因为我不喜欢做家务而导致家庭的破裂但如果真的要这样子的话我也没办法，因为我就是我，而且我认为这个世界是男女平等的，我们女孩子不是天生就要在内做家务，我们也会有我们的事业.我们在以后的家庭中是主人，而不是保姆!!

打工心得三：

这个寒假，我利用一天的时间到附近的饭店去当服务员，原以为只是端端盘子，收拾收拾桌子这些简单的事情，可是一天下来，我发现并不是这么简单。

我到饭店的时候是上午10：30分，这时候客人已经陆陆续续的到了，因为和原来的服务员都认识，她们也都比较照顾我，并没有让我插手很麻烦的活儿，11：30分的时候，客人基本已经入座了，也就开始上菜了，因为那天是包桌，每间的菜都是一样的，所以上菜还是比较简单的，真正麻烦的是人们走了之后的收拾屋子，要把剩下的菜全部端回厨房，然后把客人们喝剩的茶水倒掉，饮料瓶、酒瓶分类收拾好，之后把一次性餐具分15个一组放到箱子里，抬到大厅放好，然后擦桌子、换桌布、扫地、拖地，等到把所有的事物整理完毕吃中午饭的时候已经是下午三点了，以前我根本不知道收拾桌子或者说收拾屋子有这么麻烦，这么多步骤一一去做，我原来以为就和在家里一样简单，可是有了这么一次的体验，我才知道原来服务员这活儿也不好干。

可想而知，我所干的活儿也仅仅是那么多活儿里的一小部分而已，就已经感到很累了，(当时累得我都不想去端碗吃饭，想想在家的时候都是妈妈把饭放到桌上喊我吃饭，可以说是饭来张口就行了)，而且我还是只干了中午，晚上没有再干，那些一干一天的大人们会有多累啊，而且按照我们这里的劳动力使用情况，服务员每天的工资只有18元，这18元钱对我们多么不值一提，我们花钱的时候又有想过大人们挣钱的辛苦，18元还不够吃顿汉堡包，18元还不够买一本书，18元钱还不够玩一天的游戏，18元还不够去歌厅唱一小时，18元钱打车能走多远，18元……对我们来说是多么的渺小。

通过这次体验，我才知道，原来什么职业的工作都很不好做，也都很辛苦，平时我们总是认为学习很苦很累，现在看来学习是很简单的一件事了，我们总是轻而易举的就认为大人们工作很容易，挣钱很容易，其实我们是错的。

有些事，不亲身体验一下根本就不会知道个中酸甜，只有亲力亲为，真正的体验过了才会明白每一件事看起来简单，做起来都不容易。

**社会实践打工心得体会篇三**

近年来，社会实践成为了每一位学生必不可少的一环。作为大学生，我有幸参加了一次为期两周的社会实践打工打杂活动。在这段实践经历中，我深受启发和教育。通过亲身参与，我认识到社会实践不仅可以开拓眼界，锻炼实践能力，更能给人带来真实的感悟和体会。

首先，社会实践打工打杂让我深刻了解了劳动的重要性。在实践过程中，我担任了不同的工作岗位，如服务员、清洁工等。尤其是当我第一次担任服务员时，我深刻意识到服务员的工作并非简单。无论是接待客人、记录点菜还是送餐上桌，都需要我们全身心地投入，保持良好的服务态度。此经历使我深刻了解到劳动是一种宝贵的财富，使我认识到劳动工人是社会建设的中坚力量。

其次，社会实践打工打杂使我领悟到价值观的重要性。在实践中，我发现不同的人对待同一份工作存在着不同的态度。有些人漫不经心地完成工作，不负责任，而有些人则认真对待每一个细节，尽力做到最好。这让我意识到一个人的价值观决定了他或她对待工作的态度和品质。只有拥有正确的价值观，才能真正提高工作的效率和质量。

第三，社会实践打工打杂提升了我的沟通能力。在实践中，我需要与陌生人进行面对面的沟通和交流，这对于一个性格内向的人来说是一个巨大的挑战。通过与别人的交谈，我学会了倾听与沟通，学会了用心去理解他人的需求和意愿。这样的经历让我认识到交流是解决问题、沟通的桥梁，对于自己人际交往能力的提升有着积极的作用。

第四，社会实践打工打杂让我懂得了珍惜资源。在实践中，我常常需要调配有限的物资和人力，尤其是在忙碌的餐厅工作中，需要合理安排服务员的工作时间和菜单分配，做好人员与资源的管理。这一经历让我认识到资源不仅是有限的，更是不易获取的，我们应该珍惜并合理利用资源，以回报社会。

最后，社会实践打工打杂让我认识到自己的优点和不足。在实践中，我意识到自己的一些短板，如时间管理和情绪控制等方面的不足。这些不足不仅反映了我个人的问题，也表明了我在社会实践中的不足之处。通过对自身的认识和反思，我将会更好地改进自己，进而成长为一名能够为社会做出贡献的人。

总而言之，社会实践打工打杂给我带来了很多启示和收获。在这段实践经历中，我不仅结识了新的朋友，拓宽了视野，还学到了很多实践中的知识和技能。我相信，这段宝贵的经历将会为我的人生道路打下坚实的基础，使我更加向社会进步的方向发展。

**社会实践打工心得体会篇四**

临近暑假，校园里、大街上各种各样的招工广告随处可见，我和几个室友准备在暑期找份临时工来充实自己的暑假生活。在找工作的时候就听说其他学校的有去打工被骗的，所以我们在找工作的时候都很谨慎。经过慎密的筛选，最后我们决定跟着我们村的一个叔叔去，他是太原中琪有限公司的技术员，我们一块去打工。所以我们就放心的跟着他一块儿去了。考试完的第二天我们就出发了，坐了一天的车，我们一行三个人终于到达了内蒙古，到达厂里已经是晚上九点多了，我们收拾收拾东西就去食堂吃饭，吃完饭我们就开始和老板签合同，老板给我们开了会后我们就去休息了。

我们主要安装耐磨降噪材料，第二天一大早我们就开始去车间工作了。第一天工作给我们安排的工作都很简单，我们们很容易就能完成，同时也觉得时间过得很快。，刚远离的学校紧张的复习备考生活，没有了学习考试的压力，每天只是工作，吃饭，睡觉这三部曲也没有什么思想压力感觉很好。从第二周开始就给我们安排一些有技术含量的活了，枯燥无味的长时间工作很令我们乏味，手机在那边也没法上网整天像是与世隔绝了。长时间的工作导致我们晚上睡觉做梦都是在干活，早上起来手都是肿的，握就握不住。就这样持续了56天，期间只过三个星期天休息了三天，整天盼星期天就像盼过年似的。还好，我们们只干两个月就走了，坚持坚持也就过去了，过着还有个盼头，但是想起那些厂里的老员工，他们整天整年都这样重复着这样乏味的日子，动不动就被组长骂一顿，在那组长一般不骂我们学生，让我们干的都是稍微轻点的没有危险的作，顿工时感觉我们很是幸福。那些活儿看是简单而轻松的，是相当的枯燥和烦闷的。但不管做什么，我们在期间不单单只是为了工作，机械的运动永远只是停留在那一步。在实践期间我们还要讲究方法，怎样做省力又好，在期间组长教我们的，还有其他方法都很科学，期间我也很受启发。

虽然这个暑假基本没上过网看过电视，像与世隔绝了，24小时的一半多时间都是在工作，打交道的也只是厂里的老员工和一块儿去的同学，整天只是在厂里呆着，但是这也让我看到了社会的一角，这个世界真的是太疯狂了。我本以为只有在电视上才会发生的事竟然有好多在我身边发生了，这就是和在学校的不同，学校太理想化了，而社会太现实了。不过通过暑期的打工经历也让我明白了许多以前我认为说得不对的名家名句，到底还是名句，都是有一定的生活哲理的！

**社会实践打工心得体会篇五**

2024年流火一般炎热的夏日，我迎来了大学的第一个暑假，不得不觉得时间过的太快，回首大一这一年，散漫、随意、让人慵懒，于是我把所有的期待和幻想留给了这个暑假，不说踌躇满志，确是在心里默默下定决心，要给自己一个充实的假期，所以我选择了去看看外面的世界，也借此给自己一个锻炼的机会。

简单地收拾完行李，伴随着火车的鸣声，告别了舒适的家乡，来到了这个繁华而陌生的城市——宁波。错乱的城市，到处都是迷路的人，庆幸能够暂住在一个亲戚家，并向她说明了我来的目的，第二天她便介绍我来到了当地的一家服装厂，在这里，我开始了我一个月的临时工生涯。

走进车间的第一感想，人多、机器多、产品多，而初来乍到的我应该会在哪个角落干什么活，于是满是好奇的等待着车间主任给我安排工作，没有了老师的指导，没有了同学的指点，一切转变成上级与下级乃至同事之间的对话中，“既然选择了出来工作，就不要怕吃苦。”这是主任送给我的第一句话，在心里和他达成了共识后，我做好了充足的心里准备，坚定要锻炼自己的信念，一定尽自己最大的努力，不管遇到什么困难，都要完成每一项任务，看着主任严肃的双眼，我居然神奇的产生了一种责任感，这种感觉是我以前从来没有过的，也许在别人眼里，这只是一份很普通甚至有点卑微的杂活，但我却出奇的重视它，也很认真的对待。虽然我知道这并不是我想要的生活，但这毕竟是个不可或缺的过程，吃得苦中苦，方为人上人，只有尝试过，才会有进步，才会有收获。

因为不是专业的服装技术人员，我被安排做一些手工活，所以我每天的工作都可能是不一样的，这样一来，不仅不会让我感觉单调，也让我可以在制作服装不同的环节学到不一样的知识，获得不一样的体会，好多事情看起来简单，实际上与我们想象中的还是有很大差距的。挂吊牌，看上去很容易的一件事，可是衣服的型号不同，尺寸大小不一，而且要在规定的时间内完成，一不留神看错数字就会造成很大的麻烦，会给公司造成很大损失，所以我每天都时刻提醒自己，要仔细，不能马虎;包装，也是件很不起眼的事情，看上去就是把衣服叠好，然后放进袋子里，可是车间的阿姨们告诉我，真正会包装的人就不仅会把成品包好，还会考虑怎样才包的好看，而对于我们这种从小在家人庇护中长大的人来说，在家里都没叠过几件衣服，现在要包装几千甚至是几万件的衣服，而且要在几个小时重复做同一件事情，我只能说耐心真的很重要。

毫无疑问的，经过一整天的忙碌，下班以后感觉自己就像放完气的气球一下就瘪了，整个人都使不上劲来，脖子、手臂、肩膀都感到一阵阵酸痛，但看着那一箱箱包装好的衣服，心里感到特别的欣慰，也很有成就感，想想这充实的一天，打心里头是高兴的，对自己是满意的，后来渐渐习惯了这种上班下班的生活，也就没有一开始那么累了，虽然这种规律性的安排有时会让我感到厌倦，但想想当初自己的决定，也就坚持了下来。

人的一生中，校园并不是永远的学校，真正的学校只有一个，那就是社会，把在学校里学到的知识应用到社会、融入自己的生活才是最重要的，其实这次实践有个小小的缺憾，因为在实践中只是负责比较简单的部分，没有涉及到太多有关财务方面的工作，再加上自己的专业知识还有待于深入，所以并没有运用到太多的专业知识，可是遗憾之中总会留下一处完美的角落，在做临时工的这些天里，每一天都有不同的感悟、不同的收获，这些都是书本上没有的，通过这次的实践，我明白了，不管在哪个行业，都必须以真诚待人，即便只是一句问候，只有处理好周边关系，才能赢得领导和同事的信任，才能尽快的适应环境;然后，要善于沟通，要让大家知道自己的想法，看到你的努力，感觉到你的存在;在基本确立了自己的位置后，接下来就得靠自己的付出，要想把一件事做好，就必须要有信心、耐心和细心，这样才能提高做事效率，做好每项工作;最后，也是我这次实践中感触最深的，那就是要主动，特别是在刚进实践单位的时候，同事们都认为你是小字辈，什么都不懂，他们心里都在怀疑你的能力，你到底能不能胜任你的工作，面对领导的考验时，恰恰是你的主动性能帮你战胜各种怀疑，度过各种难关，所以勇敢的“主动请缨”能为自己赢得更多的机会，只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

迷宫般的世界，让人习惯看相同的景物，走相同的路线，到相同的目的地，从而很容易就迷失了自己，丢了自己的目标、原则、乃至信念，而我只是一所普通大学里的一名普通学生，像其他青少年一样，渴望踏进外面精彩美丽的世界，可也时常因为大人口中的“黑暗社会”而感到惶恐、却步，就在这个暑假，我勇敢地朝着社会迈出了一小步，让我改变了对这个社会的态度和观念，其实并没有想象中的那么可怕，只要你用正确的心态，适当的角度去观察每一件事，你会发现，这个社会还是处处充满了阳光的，当然，阳光不一定会照到生活的每一个角落，也总是会有那么一点点黑漆漆的地方让你很不舒服，当你是在无法改变的时候，那么就选择忍耐吧，就忽视它吧。

在车间的最后一天，我见到了他们口中的老板，和想象中的一样高大威严，我把实践报告表递给了他，并感谢他给我这个机会在这工作，他对我这些天的表现也非常满意，于是我领取了人生当中的第一笔工资，不多，但我已经很满足了，因为在这学到的，很多，很多。

就这样，我的临时工生涯就此结束了，我也已经顺利地完成了自己的计划，度过了一个忙碌而充实的暑假，提着行李，带着满满的收获和喜悦，我踏上了回家的行程，在火车上，我还在不停的回想着车间里发生的一切，和同事们一起欢笑一起挥洒汗水，那种紧张而又和谐的气氛，深深地刻在了我的脑海中，我想这已经成为了我记忆里不可磨灭的一部分了吧，虽然我带不走这份记忆，但我可以铭记这次实践带给我的经验，我相信，多年以后，它会像牡蛎腹中的珍珠，经历了时间段磨砺和侵蚀，就会发出耀眼的光芒，就会璀璨夺目，也相信，有了它，在接下来的三年学习中，我会更加努力拼搏，让自己变得优秀;有了它，我的人生会越发精彩绚丽。

社会实践打工心得(六)

**社会实践打工心得体会篇六**

体会

在我读高中的时候，参与社会实践是一件非常重要的事情，如参加社会服务，以及在周末和假期的时候打工。我有幸参加了职中的打工社会实践计划，这让我在职业生涯中获得了很多经验和启示。在参与计划的时候，我发现了许多有趣的事情，因此我将在这篇文章中分享我所体会到的一些心得和体会。

首先，我发现在打工的过程中，工作的员工都很团结和友好。我们相互帮助完成各自的工作，互相鼓励和赞美。这让我意识到，对于一个工作团队来说，相互的合作和支持是至关重要的。在工作时，一个人的力量有限，但如果有一群人在一起工作，他们可以更轻松地完成任务。这让我意识到对于一个团队来说，建立一个良好的氛围和文化是非常重要的。

其次，通过打工，我学会了如何分配时间和精力。在每天工作的时间里，我必须掌握好自己的工作进度和目标。我必须能够高效地完成自己的任务，并在完成任务的同时保持良好的工作质量。这让我体会到，分配好时间和精力是成功的关键。我也开始认识到时间的宝贵，不能浪费时间在一些无意义的活动中。我的工作经验也使我更加珍惜自己的时间和努力成为一个更加有效的人。

第三，我发现自己在打工后变得更加独立。在参与这项工作之前，我主要依赖家人照顾和解决生活中所遇到的问题。但是在打工之后，我必须处理自己的问题，如购买和管理自己的食物和物品。我在这个过程中学会了更好地维护自己和自己的需要，这让我变得更加独立和自信。

第四，我意识到职业素养的重要性。在工作的过程中，我必须遵守严格的工作制度和规定，管理和维护自己的财物。我还必须和客户和同事保持良好的沟通和合作，并遵守职业道德。这让我认识到，一个人的成功和成就不仅取决于他的能力，还在于他的职业素养。只有在这方面表现出色，才能赢得他人的信任与认可。

最后，我发现，在实践的过程中，不断学习与自我完善是非常重要的。参加这项打工活动时，我遇到了困难和挑战，但我始终坚持学习和自我成长。我试着从自己的失败和错误中学习，并努力提高自己的工作技能和职业素养。这些经验教训使我更加谨慎和有经验。

总体而言，参与职中打工社会实践计划是一次非常有益的体验，让我收获了许多重要的经验和启示。这次实践让我理解了团队合作的意义、时间管理的重要性、自我完善的必要性以及培养职业素养的重要性。这些经验让我成为了一个更加特别和优秀的人，并塑造了我的职业发展之路。

**社会实践打工心得体会篇七**

从上个月的10号放假回家，我在亲戚家带小孩和去外婆家过了半个月，一直到25号才正式去公司上班。第一天上班，我被安排到受话器组，我们学生工主要是剪公司产品的一些次品和废品，以及帮忙打杂，每天的工资不一样的，多劳多得。第一天我清楚的记得我一天的工资才22.5，这一天，我剪次品剪了900个，1000个才30元，晚上到家发现自己的手上起了4个水泡，很疼，但是又不敢拿针把它刺破，因为刺破后会更加的疼痛。

晚上在床上睡觉的时候，我想过放弃，一方面我父母不忍心，不说我从小娇生惯养的，但是我没有吃过这么大得苦;另一方面我自己发现，第一天上班就这样了，一个月下来，那我的手估计要残废了。第二天早上的时候，我爸问我还做不做，我说做，不去的话丢人，不就一个月么，咬咬牙就过去了，实在不行的话，我请假休息几天。

就这样，我每天早上6点起床，7点15坐车去上班，到公司8点不到，下午5点半下班，每天的工作就是剪次品和废品和打杂，手上的水泡是消了再起，起了再消，总共不下于10个，有的变黄了，变成了应该是传说的“老茧”。虽然会很痛苦，但是坚持下来就行了。昨天是我上班的最后一天，一个月完了，我把自己的手套脱下来，摸摸手套上的自己裹得胶布，一层层，左手大拇指和食指的指套最厚，有十几层。只记得每天下班时把手套脱下来，自己的手指有些白，那些有水泡的地方破了，会散发出一股难闻的味道，手上有时候会很脏，黑黑的，洗也洗不掉。

我最喜欢剪的次品就是16h，因为它的价钱最高，如果是要把上面的黑字拿无水乙醇涂掉的话，就是1000个34元，不涂掉的就是1000个30元。最讨厌的次品就是18d、28d，这种次品要四道手续，第一步要把外面的铁片去掉，第二步要拿大针(不是绣花针)把里面的塑料薄膜挑出来，第三步拿对应的“公章”，所谓的“公章”就是能刚好放进次品中的小铁管，中间是实心的，有一点凹凸，把次品最中间的磁钢撬动，最后一步就是拿吸铁石把磁钢吸出来，但是可恨的是这么复杂的次品价钱更其他的一样，也是1000个30元。所以每次我看见这样的次品我就避而远之，知道没有其他的次品了，我才去剪它，一天才弄不到1500个，不合算。

上班一个月，我发现了一些好玩好笑的事情。就说打杂吧，给厂长打杂是5.3一小时，给副厂长和组长打杂是4元一小时，所以每次打杂，我们都抢着帮厂长打杂，组长叫不理。因为公司是电子厂，所以男生的话就比较少了，除了一些电工，我们学生工男生还算多的了，那些员工基本上是女的，年龄20至45之间，多数是30以下的，我们看见了，不论谁都叫阿姨。我有一次就尴尬了，叫了一个比我还小的女的阿姨，那个叫我无地自容…….

最可气的是，公司的食堂中午虽然不供饭，但是供菜吃。那个菜很难吃，我就常说，它就是煮猪食，我以为是我嘴刁，可是发现很多人都自己带菜吃的，重点不是这个，是菜不卫生，我发现菜里有虫子，很恶心的。自从发现菜里有虫子，我就没在食堂吃过。

每天最开心的就是，下班前我们要把那些次品的壳子用袋子装起来，送到一个小棚子里面，那里面有几头猪，所以我们叫这个“喂猪”。没事情的时候我们就拿棍子敲敲猪，结果猪叫了，喂猪的老奶奶过来了，看见我们干的坏事情，就说我们，我们赶紧跑掉，以为没事情的。结果她说到厂长那里去了，这下坏了，她是厂长的母亲。自从那次犯事后我们看见她就叫她奶奶这，奶奶那的，谁让我们在屋檐下呢，不得不低头。

我还发现这个厂有点不像一个工厂，很大的一个地方就三栋大楼，一个是车间，一个是住宿楼，一个是食堂。剩下来的地方全部用来种东西，什么冬瓜、黄瓜、黄豆、大蒜、茄子、空心菜等等。后来我知道了，食堂每天做的菜大部分是自身的，不是买得，这就叫“自产自销”。

厂里的效益我个人估计不是很好，至少职工待遇不好，像我们暑假工必须满一个月，否则一分钱都没有，哪怕29天都不行，但是可以请假的。长期工必须签满三个月，在这三个月中，如果你不干了，是没有钱给你的，三个月后，如果你想走，你必须在上个月打辞职报告。但是想走还没有那么容易的，会计会找出各种理由让你留下的，最后看你决心已定才放你走，厂长的脸色就难看了，招工有人来很高兴，走人了就不开心了。上次就有一个人打辞职报告打了一下午搞定，其实说白了，辞职报告就是一张纸，签个字就可以了，但是不给你，没办法。

厂里做的产品还是有一些毒性的，不是说产品有毒，只是在做的过程中，会有一些难闻的味道，我用过甲苯洗过东西，用甲苯洗后，发现自己的手指全部变白，还黏黏的，如果手上破，还会很疼的。用无水乙醇洗，手指变黑，很难一次性把手洗干净，好几天才干净的。

匆忙一个月过去了，我很开心，虽然我的工资不是很高，但是这是靠我自己的力量完成的，我坚持了，我做到了，我没有放弃。

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。从这次实践中，我真的学到了很多很多。

“艰辛知人生，实践长才干”。通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，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。这在无形中使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一名大二学生，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。

社会实践打工心得(五)

**社会实践打工心得体会篇八**

近日，我参加了学校组织的职中打工社会实践活动，通过这次活动，我学到了很多东西。在工作中，我不仅学会了如何与人相处，还学会了如何解决问题、如何为顾客提供更好的服务。今天，我要分享我在职中打工社会实践中所获得的心得体会。

第一段：了解职业世界

在职中打工社会实践中，我有机会进入职业世界，了解职业的基本规则和行业特点。我发现，工作不仅要勤奋，还需要具备良好的职业素养。首先，职场上要遵守规则，不仅要按时到岗、打卡，还要遵守公司的各项规章制度，如保密协议、安全操作流程等。其次，要保持专业态度，维护个人形象，注意语言、行为、着装等方面的细节。职场上，如何与同事、上司和客户相处也是很重要的一点。这些在职中打工的过程中我都深有体会。

第二段：提升服务技能

在职中打工的过程中，我积累了不少为顾客提供优质服务的经验。比如，在超市的工作中，我学会了快速准确地找到货源位置，为顾客节约购物时间。我还学会了如何在快速扫描商品条形码的同时，仔细检查商品质量和计算找零；在餐厅的工作中，我学会了如何细致入微地为顾客解答菜品疑问，主动询问顾客的体验、要求，给出恰当的建议；在外卖平台的工作中，我学会了如何快速准确地接单，高效地配送订单，为顾客提供满意的货物送达服务。这些经验对我今后服务行业的个人发展和学习起到了很大的帮助。

第三段：锤炼应变能力

在职中打工过程中，我经常会遇到一些难以预料的情况，如客户投诉、支付异常等。这时候，我学会了如何冷静应对，积极寻求解决方案，并在处理问题中积累经验，提升自己的解决问题的能力。同时，我也认识到自己的不足，比如处理问题的效率欠缺，拒绝顾客请求的能力不佳等问题，均需要在今后的实践中进一步改进。

第四段：提高工作效率

在职中打工的过程中，我逐渐形成了提高工作效率的方法。例如，我会事先预测客流高峰，安排物资，合理利用储备时间，为突发情况留出应对的时间。同时我还不断寻找最合适的工作方法，通过总结经验和勤奋实践来不断优化自己的工作模式，力求在最短的时间内完成更多、更好的工作。

第五段：对职业未来的展望

职中打工社会实践是一个很好的机会，除了能够学习、练习职业素养和服务技能外，还可以帮助我们对未来发展做出更好的规划。再怎么匆忙的工作也是可以慢慢学习和提高的，所以我希望在未来的工作中能够进一步提高自己的待人接物技能、解决问题的能力、组织工作效率等方面的素质。同时，我也要时刻保持着对未来的一颗渴望之心，不断学习和深化自己对行业的了解和运作，为自己的未来职业生涯提供坚实的基础。

总之，职中打工社会实践是一次难得的机会，让我提升了不少职业技能和跨界经验，也让我认识到在职场中的工作要拥有业动的职业素质和正确的职业价值观，相信这些体验和经验将在今后的职业道路上助力我获得更好的发展。

**社会实践打工心得体会篇九**

2024年7月4号，我和几个同学踏上了南下苏州的打工之旅，虽然已经有过几次暑假打工的经历，每次都有不同的体验，不同的感受，对这个社会也有了新的认识，但这次的经历依然让我触动很大，他让我懂得了更多的东西，明白了更多的社会现象，它给我带来的决不是那身体上的病痛和一点点的工资。

在校大学生利用假期打工的现象已经不算是什么新鲜事了。在校大学生利用假期打工、寻找兼职的原因，最主要的有两条：一是由于家庭经济情况不太好，想通过暑期打工来缓解父母的压力；二是想通过打工来获得一定的社会经验，来认识社会，了解社会，以便以后能更好的顺应社会。而在其寻找工作的过程中，也会因为不同的原因有着不同的遭遇，最终收获的也不尽相同。

虽然有些人对大学生打工持反对态度，但我还是比较赞同大学生在暑假期间打工的。通过打工，大学生们能够验证本人所学的学问，丰富阅历，更容易认识到进修的重要性，也从而对读书的目的性更明确。如果把大学生的暑期生活分为出外旅游、再进修和打工三类，打工应该是最好的选择，它能够让大学生提早积累一些就业经历和工做经验，在今后走向社会时，更容易为用人单位认同。

通过四十多天的工作经历，让我更深地认识到社会的复杂，人心的复杂。 同时，我也可以深刻地体会到钱的来之不易。然而钱要赚，更要懂得自我保护。大学生在打工时由于求职心切很容易受别人利用。如果大学生在勤工俭学中，遇到克扣工资、不按许诺计酬，或者因公受伤不予赔偿等劳务纠纷，首先能够让校方出面与企业商量，如果协调不成，还能够向法院起诉，通过法律途径处理问题。还有在勤工俭学时，最重要的是一定要和用人单位签订用工协议。

个大学生所拥有的“无形资产”，为以后走向社会，起到一个铺垫的作用。面对日益严峻的就业形势和快速发展的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把暑期打工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。

在实践期间，我们能涉及的活动其实是很多的，各个方面都会有。而我们能学到的东西则是更多的，关键是要看你有没有真心的为之付出和保持一种好的的心态。不管处置什么，我们在期间不单单只是为了工作，机械的运动永久只是停留在那一步，不会创造更大的价值，我们需要的是创新和开辟。冷静、周密的思维和优良的心态才能使本人有所成就。在实践活动中，也让我慢慢体会到：你不去进修，就不会有进步；不去尝试，就不会有成功；不去付出，就不会有报答。

学生的实际操作能力与在校的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，理论学习的很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到的，而实际工作中，很多时候会遇到书本上没学到的，更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简单的问题，只要套公式就能完成一项任务，有时候你会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学的那么吃力呢?也许老师是正确的，虽然大学不像在社会，但是总算是社会的一部分。我们有了在课堂上对知识的认真消化，有平时作业的补充，我们比别人具有了更高的起点，有了更多知识去应付各种工作上的问题。

在工厂里面，我感受到了什么是闻道有先后，术业有专攻，感受到了实际操作能力的重要性。在这里，那些没有上完初中的员工也可以是你的老师，你干活的能力是不能和他们相比的，把他们比作赛跑者，那你只不过是刚刚学走路的小孩，尽管你是大学生，有很多的知识。因为他们比你接触这个工作更早，操作的\'时间更长，经验更丰富。

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，但你得去面对你从没面对过的一切。社会实践让走出校园的我们，更好的接触社会，了解社会，加入到社会中。它有助于我们大学生更新观念，吸收新的思想和知识。同时，社会实践中有很多我们在学校里无法学习到的东西，与人沟通交流的能力和表达能力。社会实践能够加深我们与社会各阶层人的感情，拉近了与社会的距离，也开拓的视野，增长了才干，能更好明确自己的奋斗目标。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

人的一生中，学校并不是真正永久的学校，而真正的学校只有一个，那就是社会。大学生社会实践是指导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的优良形式；是促使大学生投身改革开放，向工农群众进修，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，吸收新的思想与学问。

打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。

现在想来，四十多天的打工生活，我收获还是很大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一份财富吧。经过假期短暂的社会实践，虽然很是疲惫，但也感觉自己变成熟了好多。同时感觉到自己身上的压力非常大，不仅来自父母、学校、社会，还有自己本身的期许。而这也成为我不断向上、前进的动力。

2

我是一位大学生，不知不觉，我迎来了大学的是第一个暑假，固然，也是我第一次经历社会实践。对一个大学生而言，勇于接受挑战是一种基本的素质。虽天气暑冷，我决然踏上了社会实践的道路。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，锻炼自己的才华，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。

为了拓展本身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和进步自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走进社会，能够适应国内外的经济情势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的题目，我来到了一家超市，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，应用到客观实际中往，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那末所学的就即是零。

理论应当与实践相结合。另外一方面，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。由于环境的不同，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。

在中国的经济飞速发展，又加进了世贸组织后，国内外经济日益变化，天天都不断有新的东西出现，在具有了愈来愈多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对人才的要求就会愈来愈高，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，我们穿街走户接触各种各样的人和事，这些都是在学校里没法感遭到的，在学校里或许有老师分配说今天做些甚么，明天做些甚么，但在这里，不会有人会告知你这些，你必须要知道做甚么，要自己地往做，而且要尽自已的努力做到最好。

在学校，只有学习的氛围，究竟学校是学习的场所，每个学生都在为获得更高的成绩而努力。不管是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习他人先进的地方，也要不断学习他人怎样做人，以进步自已的能力!

记得老师曾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，虽然是大学高校，学生还终回保持着学生的身份。接触那些刚刚毕业的学长学姐，他们总是对我说要好好珍惜在学校的时间。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，几近是四平八稳;而在实际工作中，可能会碰到书本上没学到的，又多是书本上的知识一点都用不上的情况。 回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每一个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了进步，而这些在学校里是学不到的。 在社会上要善于与他人沟通是需要长时间的练习。之前没有工作的机会，使我与他人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很为难的。人在社会中都会融进社会这个团体中，人与人之间协力往做事，使其做事的进程中更加和谐，事半功倍。他人给你的意见，你要听取、耐心、虚心肠接受。

在工作上还要有自信。自信不是麻痹的自诩，而是对自己的能力做出肯定。社会经验缺少，学历不足等种种缘由会使自己缺少自信。实在有谁一生下来句甚么都会的，只要有自信，就可以克服心理障碍，那一切就变得轻易解决了。

知识的积累也是非常重要的。知识如同人的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。这次接触的销售业，对我来讲很陌生，要想把工作做好，就必须了解这方面的知识，对其各方面都有深进的了解，才能更好地利用于工作中。

这次亲身体验让我有了深入感慨，这不但是一次实践，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熟悉的更多，使自己未踏进社会就已体会社会更多方面。

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