# 大学生社会实践心得体会(实用9篇)

来源：网络 作者：独酌月影 更新时间：2024-04-13

*心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解和领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会以下是我帮大家整理的最...*

心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解和领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**大学生社会实践心得体会篇一**

作为一名大一新生，我很清楚自己的专业技能、经验和实践能力都没有前辈丰富。所以在动手能力还比较弱的情况下，我更愿意从最基础的东西开始学习和开始。

会展业概念的理解

展览是指许多人在特定的时间和空间围绕特定的主题进行的聚会和交流活动，狭义的展览仅指展览和会议；广义的会展是会议、展览、节日和奖励旅游的总称。其概念内涵是指许多人聚集在一定地理空间内，定期或不定期、机构性或非机构性地传递和交流信息的群众性社会活动，其概念外延包括各类博览会、展览和销售活动、大型会议、体育竞赛、文化活动、节日等。会议、展览、展销会、展销会、展览会是会展活动的基本形式，世博会是最典型的会展活动。

通过我个人的理解，我认为所谓的展览，是指很多人或团体出于相同或不同的目的，可能在同一个地方或通过网络进行的相互活动。通过这样定义展览的概念，它涵盖的范围更广，更贴近生活，更容易让人理解什么是展览，有什么样的发展前景。这也是会展业作为独立行业的发展趋势。他不限于展览会、交易会、会议、投资洽谈会等。他还延伸到各种节日、体育赛事、文化活动、民间婚礼、葬礼和各种宴会。还有同学聚会，生日庆祝等等。总之，只要参与公共活动的人或团体多，就一定有组织者、服务提供者、场所和设施供有需要的人使用。朝着这个趋势，会展业将会更大，更贴近人们的日常生活，形成一系列的服务体系。

会展业的发展趋势及前景

会展产业作为一个新兴产业，被誉为城市的面包和经济的晴雨表，备受关注。我觉得从大趋势来看，会展业有很大的生命力和很大的商业空间。然而，目前中国会展业的发展仍然不成熟。虽然起点很高，但还处于起步阶段。从我自己的角度来说，会展工作者一般都是无事可做，所以工资不高。很多人对会展行业一无所知，很多前辈在黑暗中摸索着自己的路。虽然前路坎坷，但我认为，正是因为如此，它的价值所在。俗话说得好，有缺点才能进步。因为会展业还不成熟，在我国还有很大的提升空间和发展机遇。在展会发展初期，更有利于我们在未来创业中的大胆发展和创新。更有利于我们把握行业的发展方向。

目前会展业的发展趋势可以从宏观和微观两个角度来看，从宏观角度来看，会展业的发展趋势取得了很大的进步。现代展览始于1894年德国莱比锡样品博览会，发展成为国际展览和贸易活动已有100多年。欧洲已经成为世界展览业的发源地。经过100多年的积累和发展，欧洲会展经济强大、规模大、高度国际化、以贸易为导向，已成为世界会展业的中心。

总的来说，会展业发展迅速，逐渐成为新的经济增长点。凭借其独特的行业特点和巨大的行业作用，必将蓬勃发展。

会展业发展与自身就业的关系

从目前会展业的发展状况分析，会展业的快速发展与人才严重短缺之间存在矛盾。这使得展会的组织管理水平相对较低。会展人才短缺主要表现为会展专业人才严重短缺，从业人员整体业务文化素质相对较低。在中国，会展专业人才是一个很大的空缺。据报道，至少有一百万需求。这对我们学校的学生来说是一个很好的机会。它表现在以下几个方面：

1、选择专业有利于以后的职业发展，成功的几率会更高。

2、从事会展业，工资比较丰厚，对物质消费水平起决定性作用。同时有利于各种精神文化消费，不断提升自己。

3、会展业的发展空间更大，有利于他们未来的大胆创新和开拓。

4、在目前就业紧张的情况下，会展工作更有优势，竞争压力更小。因此，会展业的发展是你未来就业的好机会。

面对这个机遇，我们也必须接受挑战。展览工作是一项综合性很强的工作，要求我们具备很高的个人素质，必须具备各种能力。所以大学期间一定要做好扎实的准备。我们应该准备什么，如何做好这些准备？来自国际会展中心的专家给出了以下建议：

1、思考，要有创意。想别人想不到的，做别人做不到的。

2、能写各种风格的文章，如策划书、邀请函、广告等。

3、善于沟通，学会与人和组织沟通，以最准确的方式传递信息。

4、实事求是，脚踏实地做实事。

5、展览工作没有小事，关注的是工作学习生活中的小事。

**大学生社会实践心得体会篇二**

16邮轮1班刘永达同学社会实践心得体会

实践企业：喜来登长城

实践地点：北京

看似漫长的实践转瞬及至，从培训到上岗工作，每一天都在有条不紊的进行着，半月之余感受颇深。

一开始的时候排班，超早4点上班，早班，晚班12点下班，晚连超，各种班次都感觉像是要了命一样，身为班长的我也觉着累想过放弃真不愿意再继续了，虽然以前也上过班但是没有现在这样的条条框框来约束，更没现在这样来回的倒班次，但是每次觉得累的扛不住的时候就想起临行前导员跟我的话“每当你想放弃的时候多给自己一个坚持的理由，达哥北京的同学都要交给你了”一想到这里仿佛我就充满了力量，这时候我就在想，好多人还是第一次离家这么远第一次工作第一次熬夜你在矫情什么呐？你还是班长难道你不更应该多负起一份责任一份担当吗？你要保证的不光是你自己完成这次社会实践，你还要保证跟你同行来的所有人家人们都完成这次实践，这是你的责任你的义务更是你的家事，每每想到这些我就更心里就更加坚定了，哪怕我身心疲惫之时都不忘鼓励我身边的人，前进的道路难免遇风雨，风雨中前行难免遇泥泞！何况还有你的家人们和老师们虽然她们不在你身边但是她们无时无刻不挂念着你们呐！所以就这样不知不觉已经半个月了，我们都已经慢慢习惯现在的生活，我们所有人的班次基本都不一样，虽然同在一个寝室但是每天醒了不是少他就是少了他，有时候休息可能寝室就自己一个人，我们每个人都在实践的路上各自成长，在各自的岗位上体验人生不一样的风采！

在上班的时候接触最多就是我们的经理也是我的师傅，为人和蔼可亲我们都亲切喊她萍姐，在我刚上岗的呢短时间她细心的给我讲解一些平时需要注意的细节，让店里负责各个方面老员工依次带我，刚开始的时候也没有让我干看太多活我怕一时不适应累坏了身体，一到吃饭的时间总是让我们小伙子先下去吃她自己就在上面看台，还有我们呢些可爱的学哥学姐们，他们对我们刚来的都特别照顾，只把一些闲活分给我，有一个学姐她还有半个月就要完成是自己，有一次我帮她收奶杯子，一个大托盘里放了大大小小几十个杯子，我刚要上手去拿她说“轻一点太沉了，拿不动就我来拿”当时我就噗嗤乐了，这位来自海南岛的姐姐不仅热情能干也太不了解我们东北爷们了，我们就是拿不动呢也得拿哈哈，不过说实话我心里还是颇为感动的，有这样一位学姐带是真幸福呐！咖啡厅里每一个人都很随和没有人跟你随意发脾气或者是刻意的使唤你怎样，能在这样的环境里工作也是我的福气，所以我就更要加油啦，不能说为咖啡厅为酒店做出多么大贡献，但是在我上班的每一天里我都会用我十二分的热情对待每一位客人，不求有功但求无过！

转眼工作的第三周都已经开始了，随着临近过年脚步咖啡厅的工作也是越来越忙，写完这篇感悟是11点整，我还有五个小时休息时间就要开始工作了，生命永不停息脚步一刻都不要停下，跟所有同在实习岗位的同学们道一声晚安就睡啦，加油！

寒假社会实践心得体会

社会实践只是一种磨练的过程。对于结果，我们应该有这样的胸襟：不以成败论英雄，不一定非要用成功来作为自己的目标和要求。人生需要设计，但是这种设计不是凭空出来的，是需要成本的，失败就是一种成本，有了成本的投入，就预示着的人生的收获即将开始。

小草用绿色证明自己，鸟儿用歌声证明自己，我们要用行动证明自己。打一份工，为以后的成功奠基吧！

不经风雨，怎见彩虹，没有人能轻轻松松成功。

两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书“只是古代读书人的美好意愿，它已经不符合现代大学生的追求，如今的大学生身在校园，心儿却更加开阔，他们希望自己尽可能早地接触社会，更早地融入丰富多彩的生活。时下，打工的大学生一族正逐渐壮大成了一个部落，成为校园里一道亮丽的风景。显然，大学生打工已成为一种势不可挡的社会潮流，大学生的价值取向在这股潮流中正悄悄发生着改变。

对于大学生打工，一直是”仁者见仁，智者见智“,许多人的看法不尽相同。每个人都有自己的人生模式，我们有理由走自己选择的人生路，只要把握住自己，掌握好学习与打工的分寸，肯定能把大学这个人生阶段过得丰富多彩。

打工的途径或者形式多种多样，只要是对社会有益，对自己积累人生经历有益，还能够有少量收入，就可以毫不犹豫的参与其中。

虽然在实践中我只是负责比较简单的部分，但能把自己在学校学到的知识真正运用出来也使我颇感兴奋！在学校上课时都是老师在教授，学生听讲，理论占主体，而我对知识也能掌握，本以为到了企业能够应付得来，但是在企业里并没有想象的那么容易，平时在学校数字错了改一改就可以交上去，但在工厂里，数字绝对不可以错，因为质量是企业第一生命，质量不行，企业生产就会跟不上，而效率也会随之下降，企业就会在竞争的浪潮中失败。

因此，每一个环节都不能出错。这种要求是我们在课堂上学不到的。在学校里可能只需会解一道题，算出一个程式就可以了，但这里更需要的是与实际相结合，没有实际，只是纸上谈兵是不可能在社会立足的，所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了，在工厂里出错是要负责任的，这关乎工厂的利益存亡。总之，这个寒假的社会实践是丰富而又有意义，一些心得和体会让人感到兴奋，但却决不仅仅用兴奋就能描述的，因为这是一种实实在在收获，是对”有经验者优先“的感悟。

在我的打工生活中，我也明白了许多：在日常的工作中上级欺压、责备下级是不可避免的。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的。可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定会交得到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做是事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。

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，二十四天的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一分财富吧。

现今，在人才市场上大学生已不是什么”抢手货“,而在每个用人单位的招聘条件中，几乎都要求有工作经验。所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。

就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了寒期打工。寒假虽然只有短短的一个月，但是在这段时间里，我们却可以体 会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。这些经验是一个大学生所拥有的”无形资产“,真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。因为很多的大学生都清醒得知道 ”两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书\"的人不是现代社会需要的人才。大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题能力。通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为知识要转化成真正的能力要依靠实践的经验和锻炼。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，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。

现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。作为一名大学生，只要是自己所能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。

除了工作中我学到很多很多在学习中无法学到的知识和经验外，在我看来，我收获最大的是，我变得很开朗很自信。以前在人群里，我胆小得几乎宁愿缩在角落里，希望没人能注意到我。而这一次，在我们的小组会议里，我变得很自信，我勇于在大家面前表达我的看法，勇于向组长提出建议。更有甚者，在每一次活动中，我都踊跃参加，表现相当积极。组员居然不相信我之前会是一个相当内向的人。我觉得，这次社会服务活动给我最多的是，让我自己有了很大的改变，而且这个改变，是我之前都一直想要的。

在这次寒期的工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。这次的打工是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

这次的实践的确给予了我很多。今后，我将继续保持认真负责的工作态度，高尚的思想觉悟，进一步完善和充实自己，争取在以后的学习中更好的完善自己，在以后的实践中更好的运用去自己的只是，做一个合格的大学生，将来做一名对社会有用的人。

16软件二班团支书周曦冉同学社会实践心得体会

时间地点：上海

来到上海已经一个多月的时间了，这段时间最深的体会就是生活真的不容易。刚开始来到上海有太多太多的不适应，不喜欢，不习惯。

来上海以前对这座城市有很多的期待，到了之后发现跟想象有些不一样。不喜欢南方城市，永远都觉得北方城市最温暖，因为南方总是阴雨连绵的天气。

刚做服务生的时候，大大小小的错误都会犯，而且不止一次，自己心里特别过意不去，但是哥哥姐姐永远都说没事，下次注意就好了。每天会接触到各种各样的人，会遇到一些难处理的事情，自己总是怕处理不好，但是想一想，以后会遇到各种各样的事情，你总要自己面对，不能总求助别人，所以自己就慢慢的跟客人沟通，试着慢慢处理这样那样的事情。

店里的老员工都对我们特别特别好，会带着我们出去玩，耐心的教给我们复杂的东西。他们从来没有严厉的批评过我们，从来都是用另一种方式来告诉我们这样做是不对的。第一笔工资发下来的时候真的特别开心，但是也一分钱都不舍的花，这次来到上海，终于知道挣钱到底有多么不容易了。也知道父母的辛苦与不易。

很感谢学校这次组织的社会实践，让我学会特别多学校里学不到的东西。我觉得自己在慢慢成长，慢慢向着最好的自己发展。以前的自己总是负面情绪多一些，但是经过了这一个多月，我发现自己身上正能量慢慢多了起来，变得乐观，不在抱怨生活，而是努力的接受。我相信这次社会实践我一定会坚持到底不放弃，给自己画一个完美的句号。也希望所有枫叶人都能坚持下来，圆满完成这次社会实践！

**大学生社会实践心得体会篇三**

大三已经结束咯，时间过的真快啊！我将成为一个大四的学生，总觉得时间来的太快，我还没准备好，2024年大学生暑假社会实践自我总结。现在的我能做些什么，对未来一无所知，充满了迷茫，有的时候觉得我的人生真迷茫，至少从出生到现在是这样子的。我不知道当我对我的生活很迷茫的时候，其他人是什么样子的，和我一样吗？应该不会吧！也许这样的人也是存在的，而且还是一群人。我该怎么办呢？真的要这样下去吗？这是我想要的吗？我想不是这样子的。

其实我也很感谢大三这一年来我得到的收获，感谢身边的人事，让我懂得社会不是想象中的那简单的，自己还要学会去适应。你看到的人也不是你看到的样子，也许有时候你觉得三年来你了解了一个人，而且自以为是和自己很熟和自己很好的朋友，其实事实远比你想象的还要复杂！原来大学真的是半个社会，我现在真的有点明白了，希望现在还不算晚。我知道自己很幼稚很单纯，但是这一刻我觉得我有点长大了，而且我也希望我要一直都在成长，也许我现在不应该去抱怨利用我的人，相反我要谢谢她们告诉我社会就是那么残忍，要生存就要强大！但是我不想像她们一样利用别人，用到你的时候对你特别热情，不用你时一脚把你踹开。虽然我没有被别人踹开，但是被人利用的感觉真的很不好，我已经有这种难过的体会了，我不希望把它再带个别人。也许我太善良了，又或许我接触的太少了，但不管怎样我此刻就是这样想的，我希望我以后也能够这样想。

现在的我很想规划一下自己这一年的生活，想定几个目标让自己去完成，因为我觉得有目标的人才是最厉害的！知道自己做事是三分热度，但希望这次能够坚持下来。说实话我同学说的也对，“如果我能活到80岁，那么我一生的四分之一已经进土了”，我剩下不到四分之三的人生我不可能都来奋斗的，除去睡觉吃饭我不知道还有多少时间让我做一些自己想做感兴趣的事。所以趁现在自己还活着就多折腾折腾吧，等死了在安静的享受吧！

他说的对，我还没有长大，很多事情都是突然忽然，但是从这个暑假开始我要证明给自己看证明给别人看，我，真的要成长，真的在成长！

有时候我也在想，我自己也不是天才，不可能想怎么样就怎么样，就自己给自己楼梯下。可是这次我想说真的，我真的要努力咯！我要变成全新的我，已经在成长的我！

暑假的计划，虽然六级过了，可是也太差强人意。所以全心全意准备六级，练习普通话，练习英语口语！先准备那么多吧！现在你要希望自己怎么样了，而是要一定完成！jj你一定要加油，因为你是你！不是别人，要成真正的自己！fighting!

**大学生社会实践心得体会篇四**

当迈着青春的步伐步入大学时，本以为可以放轻松了。就像迈入天宫一样。可是这并不是最好的结局，可想而知，大学的竞争力比初高中的压力更大，虽然大学可以不像初高中那样整天缠绵在书本的知识海洋中。可是大学面对的是就业的压力和专业竞争的压力。

“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”，自入学以来，可以得知，大学的要求更为的具体、深刻。就连就业招聘会上都写着“有经验者优先”等字样，可是身在学校的莘莘学子们又能有多少丰富的经验呢？对于大学生来说，他们不是苦无烦恼，就是埋头苦读，对外面的世界就是知之甚少，尤其是工作的经历和应付困难和挫折的能力。尔大学校园是开放的，这一点则充分证明了学生可以有足够的时间来学习和增加自己的宝贵的丰富经验。

于是许多同学则利用来竞选班干部和学生会干部来为自己以后的事业铺上金砖。也有的同学则利用课余时间来寻找兼职工作来充实自己的生活和减轻学习的压力，以及为自己的生活增加乐趣，当然也有少数的同学则在自己的档案上留下为以后的工作的筹码。所以说，进入大学以来，则要求我们既能学好，又能充分利用书本上的知识把它运用于实践当中去。我想，老师要求我们写实践报告的目的就在于此吧。

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。

在这个假期中，感慨是的几天，我还是庸庸碌碌的，对生活感到的还是那一片茫然。随后这又过了几天，我和几个老同学相约在一起相聚，才想到生活对于每一人来说都是公平的，因为它给了我们每个人不同的选择，有的人已经就业了，有的人继续进入大学深造，增加了我们对时间观念的把握性和利用知识检验真理的准确性。随后的几天里，我参加了几种活动，诸如祭拜孔子，去敬老院帮助老人做一些琐碎的事情，来到现实的社会里，可以说这里的时间较学校的药轻松了许多，在学校里，每天有课程表的约束和老师的督促。

你可以放松的沉浸在学习享乐的生活中，可是当我们使用假期来从事社会活动时，我就已经在开始琢磨如何才能去适应社会呢？刚开始的几天里，来到敬老院时，给我的感觉就像是进入了一个人间仙境一样，里面静能听见一颗针掉落在地上的声音，是我的心里产生胆寒的感觉，而且他们的生活还那么的优雅，在刚进入的几天里，我想主动去帮助他们，可是因为心中的害怕而不敢去说，只能被动的去要求他们把事情留给我做，我的拘谨和我的行为还没有表现出来时，就已经被他们看透了，知道我还是一个刚刚初入社会的人，随着时间的磨练，我在他们的教诲和指导下，慢慢的体会到了生活的乐趣，虽然只是帮助别人做事，但我觉得这应该感到欣慰的。

在学校里，我们有学校的规律的制约，生活上比较有规律，行为上表现得比较优秀。而在现实社会里，我们失去了学校规律的制约，一切的一切的都只有靠自己的认真把握，无论对与错，都要靠自己的方法来解决。因此，在大学校园里和在现实的社会中则是相互融洽，彼此合二为一的，这就是为什么已经从事了职位的人因为文化的差异而不能得到竞升的机会，想要重新回到学校的课堂里，反而有的学生因为课程的芜杂而想要早早的回到社会里面闯天下的原因了。

在这个漫长的寒假里，我还是找到了生活的乐趣，虽然每天只是在帮助别人，而我的每一天也都是围绕在他们的身边，可能有的人会因为厌烦而感到苦恼。可能有的人也会感到无趣而放弃他，而我经过了这几天的熏陶后，我则感觉到这正是一次对生命的考验，我也体会到了一句话：生活不需要像暴风雨那样的凶猛，生活也不需要像姚明把养的高大威猛，生活唯一需要的是一颗能承担起责任而又能体会世间美好的事物的心态。

在这个假期里，经历了这样的人生，经历了这样一次导航，我明白了实践是检验真理唯一标准的试金石这一句话的含义。如果我们在学校的麽偶一个学生知识为了学习而学习的话，那他的目的将会失去它的意义。而且在学校的课堂里，对于没有经历过风雨的人，看着书本上的知识和听了老师的辩论分析后，感到的确是很是复杂和深奥，上了一堂课后，赶到的是迷茫的感觉。然而当我们走进社会时，在遇到挫折和困难时，如果没有了承受的能力，可能有的人会一直的颓废，直至丧失了自己的灵魂，学习的目的就在于能够把生活中复杂的问题简单化，这样才能使矛盾缓和化。而且书本上的知识在生活中也会变得简单。

这个假期里，虽然我没有经历过情绪的大起大落，但此次的经历却让我明白了人生的道理。以下是我得出的结论：

（1）生活中的你无论从事的是什么职业，或参加什么样的团体，重要的不是劳动报酬的多少，而是我为社会奉献了多少。

（2）对于在校的大学生来说，学习是目的，实践是检验。如果只学习，不实践。那么这一切都等于零，只有把两者巩固起来，生活才会更轻松。

（3）生活是有两面性的：一，通过自己的努力，把学习与奋斗化为动力，勇往直前向上爬；二，投机取巧式，通过自己的小聪明利用别人向上爬。

在这次的寒假里，通过这样的经历后，我感觉到了生活即是学习，学习即是实践，实践即是体验，只有通过在学校的学习基础知识，才能把握对将来就业的技能，也只有把学习运用于实践的检验，才能得知知识的准确性进而分析社会中的问题。总之，通过这次的活动使我受益匪浅。

**大学生社会实践心得体会篇五**

记得义务家教老师面试的时候，师妹就问我这样一个问题：您为什么想做义务家教而不选择去做有偿的家教呢？回想在那时，我想也没想就跟她这么说：“这边有偿家教太廉价了，不想去，如果做的话会觉得太累；而义务家教是带着一颗爱心去教学生的，不会觉得累，因为我能用我所学的知识传播爱心。”

我不知道是不是因为这样的一句话我通过了面试，不过这些日子，在义教的过程中我的确有了很多体会。以前，在广州做有偿家教真的会感觉很累，因为自己是带着赚钱的目的去家教，而现在的义务家教大大地满足了那颗甘愿奉献的心。以前，接触的都是有钱人家的孩子，而现在接触的是普通得不能再普通的家庭，多一种亲切感，相比之下，我更喜欢义务家教。

在跟学生沟通的过程中，我不仅了解了他所学习的教材，还了解了他的兴趣、爱好和心里的一些想法。我觉得做一个老师，应该先了解学生，不仅仅是了解他学习方面的，更重要的要了解他的一些爱好兴趣，这样才能很好的跟他沟通。沟通是很重要的一部分，好的沟通是成功的一半。因为我们要扮演的不只是老师的角色，还要在适当的时候扮演朋友的角色。要把握好什么时候该是当老师的时候，什么时候是扮朋友的身份。

当确定好角色后，我们需要对学生的大致水平进行一个大概的衡量。对于较差的学生，要从基础知识抓起，把握好基础这一关；对于中上的学生，要巩固好基础，同时给他们一点思维扩散的题，把握好，能让他们在稳中有所提高；对于尖子生，要想办法减少他们犯非智力因素的错误，并在平时给他们出一些难题，最好是课外的。

当然，作为老师的我们在出题的过程中，也是自己提高的过程。我们可以积累一些以前学过却已经忘记的知识，这也是我们的收获之一。同时，在查阅一些资料的过程，我们也学会了怎样很好的利用现有的资料。我每次给学生上课都会给他出一些跟他课本知识相关的知识，或是上网找，或是自己出，或是自己查资料书（包括教材）。在查阅资料的过程中，我更深一层地了解了初二的英语教材，对江门英语的教材有了一定的了解。对于向往三尺讲台的我，是有帮助的。如果我没有参加这次义务家教，也许我没有动力去了解这方面的知识。

在平时，如果我的时间允许的话，我会跟学生聊很多方面的事情，

比如，问问他最近各科学习的情况，或学校的.一些新闻等等。总之，目的只有一个：跟学生建立良好关系，为讲好课打下基础。

**大学生社会实践心得体会篇六**

不知不觉，转眼期盼许久的为期一个月的社会实践就过去了。第一次参加社会实践，我明白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。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。

近半个月的社会实践，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。我在实践中得到许多的感悟！

在这次实践中，让我很有感触的一点就人际交往方面，大家都知道社会上人际交往非常复杂，但是具体多么复杂，我想也很难说清楚，只有经历了才能了解。才能有深刻的感受，大家为了工作走到一起，每一个人都有自己的思想和个性，要跟他（她）们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎么把握了。我想说的一点就是，在交际中，既然我们不能改变一些东西，那我们就学着适应它。如果还不行，那就改变一下适应它的方法。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。

俗话说：＂在家千日好，出门半＂招＂难！＂意思就是说：在家里的时候，有自已的父母照顾，关心，呵护！那肯定就是日子过得考试吧无虑了，但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自已一个人去解决，在这一个多月里，让我学会了自强自立！凡事都要靠自已！现在，就算父母不在我的身边，我都能够自已独立！

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。

一切认识都于实践。实践是认识的说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。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。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。

半个月的实践生活，说长不长，说短不短，虽未承担过什么重要的工作，但却也坚守本职，勤于学习，在平平淡淡的忙碌之中学到了许多书本上学不到的东西与做人的道理。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。实践，不仅锻炼着我们的意志，它更大的作用是丰富着我们的知识，让我们在实践中锻炼成长、磨练成才。

**大学生社会实践心得体会篇七**

一年一度的暑期社会实践仓促的.来了，这次我参与的是由学院安排的科技下乡活动。虽然是一名行将脱离校园的大学生，往常也经常下乡，但下乡到xx参与这样的暑期社会实践仍是第一次。因而，刚到实践地时，还感到有点茫然，手足无措。

顶着夏天的烈阳，咱们爬山涉水，沿着乡下的羊肠小道，咱们简直走遍了xx的每个村组，常常走到一户xx，咱们都会和他们亲热的攀谈，了解xx的实践状况。经过几天这样的造访，原本就“娇弱”的咱们有些吃不消了，但咱们咱们却没有人叫苦、叫累。反而将xx的主意和见地归入到咱们每晚的评论中。本认为才高八斗的咱们可以借此大显外行，可常常遇到实践问题时，咱们却掏空头也查找不到答案。经常堕入为难之中，也总是在这时，我才真真的意识到自己所到的常识是那么的有限，可以说或许仅仅是我专业的一点皮裘吧！

不过，还好我有时机向教师讨教，也还有时刻了补偿。可以立刻打电话问相关教师或回来翻书查资料，也可以上网找，走运的是每次都还能找到答案。一同也就在这样的过程中也学到了许多书本上或许永久也学不到的东西，可是这些东西却使我终身受用。虽然我遇到了许多我曾经没有见过的问题，也有许多当场不能解决的问题，经常也感觉很无助，很为难，可是有了一个联合向上的团队，全部的问题都以不在是问题，全部的不知道也都会变成知道，正可谓的人多力气大，人多好干事。

咱们队每个人都是强悍而又推让的人，一同的七天，我想难免会有些冲突、偶然也应该有些争论的，可咱们咱们如同很有默契是的，即便有不同的定见或见地，都会彼此的谅解和比较，终究得到共同的答案。咱们很少闹口角，可是并不表明咱们是不爱争论的团队，是个暮气沉沉的团队，每逢开起打趣时，咱们便开端了一场唇枪舌战，此刻谁都不会容易认输的。也仅在此刻咱们才觉得轻松。

时刻短的七天的暑期社会实践就这样的完毕了，可是活动的每个局面却深深的印在我的老海里，虽然是又苦有累的七天，但我觉得这是一次不错的阅历，我又结识了几位新的朋友，开阔了视界，从中学到了不少东西也添加了不少才华。

每次的社会实践，我都有着新的感受：人的终身中，校园并不是真实永久的校园，而真实的校园只要一个，那便是社会。大学生社会实践是引导咱们学生走出校门，走向社会，触摸社会，了解社会，投身社会的杰出方式，是使促进大学生投身变革建造，向xx学习，培育训练才华的好途径，是进步思维，修身养性，建立服务社会的思维的有效途径。经过参与社会实践活动，有助于咱们在校大学生在新观念吸收新的思维与常识。

七天的社会实践，一晃而过，却让咱们从中领会到了许多东西，而这些东西将让咱们终身受用。社会实践加深了咱们与社会各阶层人的爱情，拉近了咱们与社会的间隔，也让咱们在社会实践中开辟了视界，添加了才华，进一步清晰了咱们作为学生的成材之路与担负的历史使命。社会才是学习和受教育的大讲堂。在那片宽广的天地里。咱们的人生价值得到了表现，为将来愈加剧烈的竞赛打下更为坚实的根底。期望往后还有这样的时机，让我从实践中得到训练。

在往后的学习和日子中，咱们将摆正心态，正确定位，奋发学习，尽力进步本身的归纳本质，习惯年代的需求，做一个对社会，对公民有用的人。尤其要做个一心一意为xx服务的人。

**大学生社会实践心得体会篇八**

这次能有机会去工厂实践，我感到非常荣幸。虽然只有一个礼拜的时间，但是在这段时间里，对于一些平常理论的东西，有了感性的认识，感觉到受益匪浅。

时间：xx年年\*月28日――\*月3日

地点：海南海口琼山

这次能有机会去工厂实践，我感到非常荣幸。虽然只有一个礼拜的时间，但是在这段时间里，对于一些平常理论的东西，有了感性的认识，感觉到受益匪浅。

以下是我在实践期间的一些总结以及心得体会。在以后开展自身的工作，以及在对客户的沟通应对上，希望能有所借鉴。

亚泰木业位于海南海口琼山区，占地24600平米，员工600多人。近十多年的制造历史已经发展成一家具有专业规模的木制品专家，在东莞制造业发达的地区也小有名气。

走进厂区，只见洁净整齐的环境和次序井然的工作程序。虽然是国内的制造厂家，但是，到了车间，看过那些先进的流水线，那些熟练的技术水平，完全会感觉到现代化的管理。作为木质产品的制造厂，一些诸如木屑的飞扬，机器的喧嚣以及混合着的胶水味油漆味等问题，都是难免存在的，但是工厂已经把这些都尽可能的减少到最低限度了。走在车间，这些大多的木制厂家所面临的严重问题似乎在我们工厂并没有太大的困扰，反而是那些管理和效率吸引了大多的参观者。

如下几点是在工厂实践期间，就我的工作需要，主要学习到的一些知识以及由此得到的一些心得。

工厂最常用的木材还是红木(非洲花梨木)，枫木(美国)，胡桃木。大多都是从国外进口，这也就是为什么我司的报价要比国内同等厂家的价格要高的原因——正是“一分价钱一分货”。

工厂所采用的机器都比较先进，一般来说都是机器自动操作，比如cnc数控机，万能圆锯机,立轴机等。所以，只要操作得当，人员安排合理，一般都能产生较高的效率(一般来说，工作总结都需要熟练人工)。

白身加工完成以后，应尽快转入喷漆车间，否则木材会变形。喷漆的流程为：着色(给产品上底色)――底漆――面漆。喷底漆到喷面漆的过程中还要有磨砂的工艺。

目前工厂的最大镭射尺寸为：320×320mm，最小为：1.5×1.5mm

镭射后可以上色，最常见的是上黑色，上完黑色，可以使镭射图案更清晰。但是一般不推荐客户镭射后上色，这样的话会增加成本。镭射的费用是视镭射图案的复杂程度而言的，一般来说都是每件产品1块钱。丝印也是常用的一种方法，但是它的要求是丝印的表面要光滑。

包装是成品完工前的最后一道工序，也是一个产品比较重要的组成部分。包装工序包含了产品的简单组装、包皮、包绒布、五金件的装配、包装物的制作、对产品的前道工序的品检、产品的包装。

五金是常用到的配件。因此，对于一些常规的五金件，诸如一些合叶、铜扣、铜脚等，工厂都会采购一定的数量以备库存。另外像一些在笔上五金件，工厂自己也有制造的能力，很多都可以独立完成。

这次的实践，让我了解到了工厂的规模水平、生产流程以及一些常规产品的制作，在以后的业务操作中相信会有较大的帮助。

**大学生社会实践心得体会篇九**

xx年x月x日，我趁着寒假时期走出了学校的大门，但却并没有直接回到家中。因为在今年的就寒假里，我们一同踏足社会，去社会和工作中体会生活，体会，社会实践！

因为寒假的假期时间并不长，所以我们寒假的前几天就出发找到了假期工作的地点，免去了在假期里找工作的麻烦。

因此，在假期的一开始，我们就直接来到了寒假实习的地点——xxx餐厅。在这次的实践中，我作为一名普通的员工充分的体会了在社会中基础工作的体验和感受，现对我社会实践的心得体会做如下记录。

在来到了工作的岗位之后，我们马上就被安排开始处理工作。尽管在一开始的时候，我们两个大学生，几乎什么都不会，但在餐厅里却从不缺少杂活。

工作的第一天在，我们就负责了餐厅的清洁任务，从洗碗洗盘子到扫地拖地。这些尽管都是简单的工作，但却非常的累人，这让我第一次感受到了工作的辛苦。

在基础的工作中熟悉了一段时间之后，我也逐渐熟悉了这里的环境了。当然不仅仅是认识到自己的工作范围这些基础的事情，在工作中我已经逐渐熟悉了自己工作区域，明白自己什么时间该去干什么，能积极的完成自己的工作任务。此外，也了解到打扫工作的要求和重点，能在工作上积极、仔细的完成自己的工作，并让老板满意。

后来，因为人员的增减，我们的工作又发生了许多改变。而我也掉到了服务员的工作上，并专门有了自己负责的区域和任务。在服务员的工作中，职责要求比清理要更加的严格，也有很多服务的规矩和礼仪。尽管起初的时候我并不是太熟练，但在工作中我尽量保持积极礼貌，倒也让不少顾客满意而归。

在此次社会实践上，我充分的体会到了工作的辛苦与辛酸。每天工作的劳累是一项，但其次，在工作中被批评也是在所难免的。这是作为学生的我在过去所没有感受过的，尽管心中多少感到委屈，但在每次的批评后，我认真的反思自己，也您能认识到自己的错误。这不仅帮助我提升了自己的工作，也给了我很深的教训，让我能在工作中更加的严谨。

如今，实践尽管已经结束，但我所学到的东西却让我记忆尤深，在今后的学校学习上，我也会更加努力，让自己变得更加出色！

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