

# 大学生社会工作实践手册 大学生社会实践工作心得(大全7篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。相信许多人会觉得范文很难写？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 大学生社会工作实践手册篇一

这次暑假，自己想要增加一点社会经验，学会一些为人处事的道理和方法，在家里的支持和介绍下，来到了家附近的一个超市做收银员。

我认为，社会实践不仅能够增长自己的见识，增加社会经验，也能够赚一些零花钱，是一举两得的事情，所以我很爽快的就来到了超市当收银员。其实在去之前我也纠结了很久，因为我自己平时比较的粗心大意，害怕收错钱，要自己赔，但是妈妈说我可以慢一点收，不要着急，排队没关系的，所以我就去了。在一个月的社会实践结束之后，我也从来没有少收过钱，经常都是多收，也收到了其他阿姨的夸奖。

在超市，我的上班时间是早上八点半到晚上八点，一共是十一个半小时，虽然看起来比较少，但是在我们那个小地方已经算多的了。一开始确实受不了这么高强度的工作，也打过退堂鼓，但是坚持下来之后就觉得时间其实也过得很快。让我不满意的地方就是没有时间吃饭，每次到吃饭的时候就特别多的顾客，吃到最后饭都冷了。

因为是在一个小镇上的超市，所以不讲理的人确实比大城市的人要多很多。一开始我经常被这些人气哭，实在是太不讲理了。但是后来见得多了之后，我就学会了怎样与这些人打交道。有些人会为了几毛钱的事跟你吵架，因为超市的塑料袋是不收费的，所以有些人就会想方设法的多拿几个袋子，

特别喜欢占便宜。对于这些人，实在是没有什么办法，只能让他们少占一些便宜，不能由着他们来。也是因为这些人，我经常受委屈。但是以后工作的时候，受的委屈肯定不会少，所以需要我自己消化，不要把私人情绪带到工作中去，不要影响工作。

不管在什么地方，做什么岗位，都会遇到一些不讲理或者喜欢占小便宜的人，这是无法避免的，需要我们自己不断的调节心态，去适应这些事情。虽然过程让我比较的不好受，但是我也成长了不少。在拿到工资的那一刻，心里充满了喜悦感，父母对我这一阶段的表现也很满意。我能够坚持下来，也离不开他们的鼓励和表扬。我用我这一个月赚的钱给爸爸妈妈换了手机，虽然买了手机之后我的工资就没有多少了，但是我还是很开心。

希望以后还能够有这样的机会进行社会实践，让我多积累一些经验，对我以后的工作有非常大的好处。

## 大学生社会工作实践手册篇二

又是一年暑假，大学生活已经匆匆过了一半，是时候该想想步入社会该作何打算。所以今年暑假便想提前体验一下作为一个社会人的感受。炎炎夏日烈日当头。正是因为有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的又手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体会社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼己的才干，培养自己的韧性，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。“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。今年自己的暑假和去年有所不同。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，于是我才决定今年要真正的去接触社会，品尝

社会的酸甜苦辣。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，那么你一定不会交到很多朋友。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。不论做什么事情，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暑期打工。暑期虽然只有短短的1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 and 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人际能力。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。

## 大学生社会工作实践手册篇三

活动时间：

20xx年xx月xx日—20xx年xx月xx日

活动地点：

xxx

活动内容：

帮助空巢老人的生活，调查空巢老人社会生活，来呼吁更多的人帮助弱者。

调查方法：

探问，实地调查，道听途说等等。

实践人员□xx生活中有许许多多的人需要社会的帮助，例如，

孤儿，贫困学生，贫困家庭等，但有一类人更需要社会的帮助，那就是空巢老人。

空巢老人曾辛辛苦苦拉扯大五六个孩子，用尽自己一生的力量无微不至的照顾自己的老伴，直到他的离去。但面对老伴的离去，孩子们为了自己的家庭忙碌工作以至于无暇顾及自己的父母。但对于身居农村的空巢老人，他们有的儿女在身边或离自己很近，当然也有儿女不在身边的。老人却仍然得不到他们的呵护，甚至他（她）的儿女们希望他（她）早日去逝。可见，空巢老人们承受着巨大的心理压力。并且有的人还认为，她（他）的丈夫（妻子）的灵魂会将他（她）杀死。当然这只是迷信。世界上根本就没鬼，却仍然存在于老一辈的记忆中，他（她）们总是承受着别人和自己意识的折磨。因此我们更应该关注一些空巢老人的生活，以减少他（她）们一些心理和精神上的压力，让他（她）们心理和精神上都能得到一些慰藉。

## 大学生社会实践手册篇四

暑期社会实践活动是学校教育面向社会教育的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段，有助于学生接触社会、了解社会。同时实践也是技校学生学习锻炼、积累经验，也是当代大学生回报社会的一种良好形式。

技术学院虽然没有给学生留有任务，但却也积极鼓励学生踏入社会，与自己相关专业或对口专业去实习，积累经验为日后的工作奠定基础，我在上学期间就和几个同学办了一个电脑维护，主要是以网上咨询为主，如用户需要，我们提供上门维护，虽然很累，但大家一样干得风风火火。一边忙着上学一边忙着公司的业务，挣钱不是目地，主要是积累经验，当然，自支起这个电脑维护起，遇到了很多问题，都是平常在书本上学不到的，掌握了不少实际问题的解决方法。

放假离开了学校，回到了我的家乡哈尔滨，不能再继续我的

上门维护，可也不能就这样闲着啊，可给人打工，刚出家门的时候有过，但已事过尽千，后来一直自己打点散工，做点小买卖，也主要是自己的怪脾气不适合给人打工，再看一看时间，算啦！还是打消了去做学徒工的想法，并非不能吃苦，而是人总要看清自己在社会中所适合的角色吧！

这是我从未接触过的，我还是对做生意比较感兴趣，只要你留心，你的身边处处都是商机。

酒，在中国有几千年的悠久历史，醇香味美，酒的种类也很多，还有特别调制的酒，清香入口。回味无穷，对于这样美味的酒，你可否注意过酒的装饰，它不雅于精美的礼品，随着人类对美的追求与享受，这已经升级为一种文化。对于酒的文化。更延种于对酒瓶设计与装饰。

车已轮胎为贵。但休闲之余，人们更喜欢用双脚去自由控制着几个小轮胎。在哈尔滨通达街的大型商品批发市场里面，有无数类别的商品待你去选购，普通旱冰鞋的拿货价与零售价格的比较，如何去看鞋的质量，对于滑板，我只是看那些小孩子玩过，没有仔细研究过板子什么样子、什么质量的最好，它都讲究些什么？但在这里我学到了很多，估算着进货价与零售价中间的高度差，回去出租还是销售都是一笔利润丰厚的生意。

## 大学生社会工作实践手册篇五

我们一下车就看见了教官们，他们个个都板着个脸，那脸仿佛就是一个机器人，他们的眼睛也瞪得大大的，一副凶神恶煞的样子。

教官们都选了一个班级，我们班的是个戴眼镜的年轻教官，他把我们带了进去，随后主教官带我们去三楼大厅领迷彩服，我领的是b号迷彩服，然后教官就开始带我们寝室去了。我的寝室是236号，我是室长，室员有：邢佳齐、朱国徽、陆晨阳、

陈诺、潘焱、姚志杰。我们开始选床，我选了下铺，刑佳齐、姚志杰和朱国徽选了上铺，剩下两人只好睡在下铺，他们睡下铺有一个原因；我们提出的一个笑话，他们太重了，睡在上铺要是床板断了，就会压在下面的人身上。床先好后，开始选柜子，都好以后，我们开始换迷彩服，我们快速换好后，坐在床上聊天。

过了一会集合的哨声响了起来，我们从寝室冲了出去，排好队，主教官讲了一些话，让我们室长留下，室员回寝室。室员回去后，教官带我们去三楼学习整理内务，我们仔细地看着教官叠被子，过了好久，教官教完了，让我们回去教室员，我快速回寝室，教了起来，大家看了一遍也都会叠了。

集合听哨声又响起来了，我们又一次从寝室中冲了出来，我们快速排好队。教官带我们去了三楼，开始练列队，教官教了起来，教官说向右看齐，我们就说齐，教官说向前看，我们就说看，在列队的时候，脚踏小碎步。练完这个，又开始练报数，先是练1、2、3……的报，后来又练1、2、1、2……的报。正当我们练这个的时候，一个教官把我们室长都叫走。他把我们带到了一个地方——食堂，原来是叫我们领饭菜的，等我们分得差不多了，室员们也都来了，在吃晚饭之前，主教官叫我们起立，念一首叫做《悯农》的诗，我们念完，教官叫室长分饭，室长说开始吃饭才开始吃饭。开始吃了，吃到一半教官叫我们站着吃(我们太吵了)安静了教官又叫我们坐下，后来教官收一班的一桌人都站了起来。严重的来了，他们还是吵，教官叫他们都别吃了，都出去练站军姿，就这样，我们顺利吃完了晚饭，除了他们那一桌。

## 社会实践的晚上

吃完晚饭，我们都回寝室去了，我们做在床上开始聊天，突然集合的哨声又响了，我们又从寝室中冲了出去，教官说要去看电影，这时心里也有一点点小激动，我们朝着电影院走，到了之后，我们一个个入座了，电影开始了，这部电影名叫

《甲午海战》，从这部电影中我知道了清朝政府是多么的腐败无能，也激励我要读好书，将来做一个对社会有用的人。电影看完了以后，时间也9点15分了，到了寝室刚好9点半，我们快速地洗了一下，就上床了，因为在10点时要熄灯，上床后我们开始聊天，到了深夜大家都睡了，我也睡着了，在2点半时，我被吵醒了，我一听全在打呼噜，我事来想睡也睡不着了，我只好听他们“美妙的呼噜交响曲”，我就这样度过了一整夜。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

## 大学生社会工作实践手册篇六

期末考试结束后的第二天，也就是元旦那天，自己通过朋友的介绍，来到了\_的一家会展公司，并且在工程部工作。这家会展公司主要是与大型的房地产公司合作，策划并执行丰富多样的各种节事活动，工程部主要负责各项活动的执行，而且工程部也可以承接各种各样的宣传搭建工作。具体的工作内容如下：

元旦前夕，为了营造节日的气氛，应房地产公司要求，在元月x日之前安装好节日宣传道具。我与另外两名同事于\_月\_日



晚上x点开始安装，共花时x个小时，在安装的过程中，也会遇到种种困难，比如：在安装氢气球的时候风力很大，并且安装的位置还要自己到处寻找。

由于房地产公司要举办一次交谊舞会，于是我和另外一名同事被派到现场调试音响，刚开始以为调试音响很难，但在同事的指点之下，我便很熟练的掌握了调试音响的技巧。并且通过一天的学习，我已经基本上掌握了调试音响的方法。

就搭建舞台背景而言，在学校里面也曾实践过，但在这十几天的时间里，共搭建并拆卸舞台背景多次，并且，面积都比较大，而且搭建的方法也各不相同，但用的原理基本一样。

应一家婚庆公司的要求，让本公司安装玻璃走秀台，走秀台共由13块玻璃组成，每块玻璃重40kg□安装走秀台很简单，主要是搬运玻璃要爬两层的楼梯，这是很费力的一件事。但最终还是克服种种困难，圆满完成任务。

本次寒假实践共历时13天，虽然时间不长，但对会展行业要用到的基本工具有了一个大致的了解，同时，通过自己亲身参与本专业的社会实践工作，对会展行业有了一个全新的认识。我觉得会展行业的确是一个“新兴产业”，同时也是一个“撒钱产业”，其中暗藏着很多的商机，它和一般的行业的很大的不同之处就在于它具有很强的灵活性，并不是所有的工作都是按部就搬，而是随时都在变，因此，它对从事这个行业的人群来说就要求有很高的行业素质。这次本专业的社会实践让我对会展行业充满了憧憬，也对会展行业未来的发展充满了信心。

通过参与本次寒假实践，我从中学到了很多做人、做事的学问，更重要的是我学到了很多自己的专业知识。我想从如下几个方面谈一下自己的总结和体会。

1、实践操作能力太差;说实话，我的两位同事都是没读多少

书的，他们做事的方法和技巧都比我强很多，虽然说自己是一名大学生，但我觉得自己的实操能力的确是比较差，因此，我认为我们在学校就应该举办与会展专业有关的活动，只有自己亲手去尝试了才知道怎么做，所以说实践出真理嘛！

2、商机遍地都是，但吃苦耐劳的精神不可少。我在这10几天的实践过程中主要是从事搭建以及拆卸方面，因此，我觉得这个行业有很大的商机，但工作也是比较辛苦的，就拿我做的事情来说吧，一般的做事的时间都不固定，如果说工程量大的话，有的时候会连续工作十几个小时，也可能更长。

3、会展行业的发展前景非常乐观。随着时代的快速发展，人们再不仅仅是满足物质上的需求，而更加注重精神上的追求，因此就会举办各种各样的活动。在实践的十几天的时间里，我看到了许多的会议、展览相关的活动，并且自己也亲自参与其中的策划与执行，本次实践，让我对会展行业的发展更加充满了信心。

文档为doc格式

## 大学生社会工作实践手册篇七

7月26日到8月2日仅仅8天的时间，是我们计算机学院软件学院学生会到海丰县德成中学暑期社会实践活动也是我们不可忘却的日子。

我们真的不能够带去给他们什么，我们只是在晚上夜自修的时间里，占用他们的自习时间，开设了六门课程。心理教育，趣味英语，社交礼仪，计算机硬件知识，演讲口才，普通话培训。在去之前，队伍里的成员怀着满腔的热情，认真的准备着，我们那时的经验还是不足，我们的准备再充分可是我们还是依旧不知道我们的学生是何等的水平。当我们在第二天晚上站上讲台的时候，我们真的发现，原来我们的设想和现实真的差了好多。他们调皮，并没有我们认为的乖巧。他

们好动，并没有我们认为的安静。他们的好奇，远远超出了我们的想象。但是，也有一些组员面对的是很安静的很期待的班级。没有设置好课程的难易程度，没有安排好随机应变的资料，我们的第一节课真的是发现了很多问题。这是我们在教学上的一个收获，要好好的估量自己的学生，调差他们的所需，是一切的前提。

但是，当我们知道了学生的水平之后，我们也适当的调整了自己的授课内容之后，我们又犯难了，我们该如何提高自己课堂的趣味性，如何让学生也融入到课堂里面，如何寓教于乐，我们刚开始真的不知道，我们考虑了好少，但是，后来，我们意识到了问题的重要性，我们寻找各式各样的方法，我们懂得了。第二个收获：要懂得寓教于乐，还要懂得如何才能很好的寓教于乐。然而，当我们和他们混熟了之后，当我们的课程已经按照现实进行整改了之后，一切的教学都好顺利，课程活跃了，能够在一定程度上控制住课堂了。我们也越来越以教学为乐了。但是这时候的我们碰上了最大的难题，如何在课堂上保持住教师的身份，又不失课堂的趣味性，我们一直在探讨着，我们一直在摸索着，最后，我们形成了各自的一套。第三个收获：在课堂之后，我们是朋友，我们可以聊得很开心，聊得很开，我们可以把私密的事情将给对方听，但是在课堂上，我们要有老师的样子，我们要获得他们的尊敬，这是教学的一大难题，我们讨论着如何解决。虽然说法子可能并不可能解决所有的问题，但是，那又何妨呢？我们讨论过了，我们努力了。

（二）生活上虽然说我们这一次的下乡真的不像是下乡，因为那里的环境真的还没有乡那么不好，[]我们在生活上遇到的问题还是比较少的。我觉得自己回来了之后，倒养成了一个习惯，每天很早的起床[]g的歌曲练成的吧。想一想，自从我们上了大学，我们又有过什么时候那么早的起床过。为了不打扰孩子们的生活作息，我们必须和他们一样的起床，每天早上在beyoung的歌声里面起床，这是大多数人的一个感叹。我们在一次温习了以前紧张的高中生活。这是第四个收

获。