

2023年学生寒假社会实践活动心得体会 学生寒假志愿活动心得体会(实用10篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

学生寒假社会实践活动心得体会篇一

寒假是每年学生们期盼已久的假期，是放松身心、尽情玩耍的时光。然而，有一些学生并没有选择在家里闲度这宝贵的寒假，而是参加了各种志愿活动。这些活动不仅锻炼了学生的实践能力和社会责任感，还为他们提供了与社会交流的宝贵机会。在这些活动中，我也深有感触。下面我将通过五段式的文章，分享我在寒假志愿活动中的所见所闻以及我的心得体会。

第一段：志愿活动的背景和目的（引入）

寒假期间，为了培养学生的社会责任感和实际能力，许多学校或社会组织都会组织各种志愿活动。这些活动既是为了帮助有需要的人，也是为了让学生通过实践来丰富自己的知识和经验。在这个暑假，我选择了参加社区义工活动，帮助社区的老年人解决一些生活上的困难。

第二段：活动的经历和所见所闻

在活动中，我和其他志愿者一起去了社区附近的帮扶点，我们帮助老年人购买生活用品、进行日常家务劳动，还陪老人聊天。在帮扶点，我遇到了一位叫李奶奶的老人。她已经80多岁了，生活上独居，子女不在身边。我看到她的屋子凌乱不堪，没有洁净的环境和基本的生活设施。我们一组志愿者

花了一个星期时间清理整理了她的屋子，买了新家具和生活用品，还重新装修了厨房和卫生间。在整个过程中，我感受到了受助者的感激和对我们的认可。

第三段：活动带给我影响和体验

通过参加此次志愿活动，我深深体会到了帮助他人的价值和意义。从前我常常抱怨生活不如意，感觉自己的需求和心愿很多，但通过与那些生活条件艰苦的老人的接触，我发现他们的真正需求其实很简单——有人关心，有一个温馨的家。在帮助李奶奶的过程中，我感觉到自己的成长和进步，成为了一个更加懂得关心他人的人。我会继续参加志愿活动，用实际行动影响他人。

第四段：活动对我个人发展的意义

参加寒假的志愿活动，不仅让我学到了许多实用的生活技能，还为我塑造了良好的品格和价值观。通过与老人交流，我意识到人际关系的重要性，在学习上更加用心、努力提高成绩。同时，活动中培养了我的团队合作意识，我和其他志愿者一起协作清理李奶奶家的时候，我们分工合作，互相配合，充分发挥了团队力量。

第五段：结语和展望

通过这次寒假的志愿活动，我在自我成长和社会责任感上都得到了极大的提升。我深知，寒假的志愿活动并不仅仅是为了填补假期的空白，更是为了锻炼学生们的能力和为社会做贡献。我会继续参加志愿活动，将所学所得回馈社会，为了打造更加和谐美好的世界贡献自己的力量。

以上就是我在寒假志愿活动中的所见所闻以及我的心得体会。通过这次活动，我不仅对社会有了更深刻的了解，也培养了自己的实践能力和社会责任感。希望更多的学生能够参与到

志愿活动中来，用自己的实际行动影响和改变社会，共同建设美好的未来。

学生寒假社会实践活动心得体会篇二

一、待人要有耐心。在这一个月的工作中，我接触了各式各样的客人，自然也渐渐学会了一些待人接物的方法。例如：在给客人点单的时候，会有一些客人看着菜单却迟迟不点菜，这就是考验我们的耐心的时候了，客人迟迟不点单，我们内心难免会有一些烦躁，但是我们绝不能对客人乱发脾气，作为服务员最重要的就是坚持顾客至上，尊重客人。另外，就算是同一桌人吃饭，每个人都会有不同的喜好，在点菜的时候有人会说要这个，也有人说不要这个，我们会被他们弄得头昏脑胀，可是我们不能大声抱怨，而是要恭敬地对他们说：“你们要还是不要，谁说了算？”只有尊敬客人，满足客人的各种要求，餐厅才会经营得更好，老板也会满意。

二、要有良好的团队合作精神。无论是什么工作，团队合作精神都是少不了的。而在这次实践中，我学会了如何跟其他服务员进行沟通与合作。例如有时候需要上菜的时候，看见其他服务员不够人手帮忙时，我会主动走上前帮忙上菜。而在平时的餐厅打扫工作中，我会与其他服务员分工合作，让清洁工作进行得整齐有序。工作完后，我们会一起聊天，讨论一下今天的工作那个地方合作得不够，明天改善等等的话题。当然，与上司的沟通也是需要学习的。所以在工作期间我们一定不能与上司产生任何言语冲突，因为社会与学校有很大的区别，在学校里教师有时出错我们会立刻当场指出，可是在社会中，上司虽然也会犯错，不过我们不能像在学校那样当面指出，而是要在合适的时候与他讲，否则不但会遭到上司的不解，而且也会伤了和气。

三、上班一定要守时。工作和上学是两种完全不同的概念，上学不迟到很多时候是因为惧怕老师的责怪，而当你走上了工作岗位，不迟到更多的是出于自己内心的一种责任。这种

责任让我学会克服自己的惰性，准时走上自己的岗位。这对我以后的学习生活也是一种鞭策，让我时刻牢记自己的责任，并努力加强自己的时间观念。做一个守时有礼的大学生。

四、赚钱不易，要学会节俭。当服务员的工作，每天要面对着搞卫生，开单，打水，打饭，点菜，洗餐具等繁杂的工作，回家后都是觉得疲惫不堪的。尤其过年前有几天天气转冷，早上早起的时候更是艰难。不过，通过这些考验，我体会到了父母赚钱是多么的不容易，每天不仅要早起工作，还要照顾我们，这都是我在当服务员之前体会不到的。所以我也倡议其他同学可以在课余时间打份兼职，体会一下工作的艰辛，体谅一下父母的苦心。

五、这次的打工经历也让我的心理更加趋于成熟。在餐厅里每天面对形形色色的客人，重复着单调的工作。让从未涉世的我还是有那么一点点不太适应的，但是坚持就是胜利。打工毕竟和在家是完全不同的概念，我们学会需要忍耐，需要学会承受，需要学会坚持。真的是不干不晓得，原来当服务员真的很累。而且在社会上，没有人再会对等的对待你，对于老手来说，他们会觉得你碍手碍脚，而一个人在那打工更是饱受孤单的味道。因此，社会实践真的是十分必要，只有经过社会实践，才能获得书本上得不到的经验，在这个社会中，经验是必不可少的。

虽然这次社会实践活动占用了我不不少的私人时间，不过这也是我过得最有意义的一次假期。在工作中我不仅学会了很多社会交际的方法，还让我明白了作为一个学生不能只顾学习而忽略了生活实践，只有当你投入到实践中，才能更深刻地体会到社会的复杂与精彩。社会实践就像是一个课堂以外的教师，教会了我们更多课本上学不到的知识，而这些知识也是终身受用，值得我们不断学习与体会的。

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，有些问题有了在课堂上认真地消化，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。

另外，我了解到当代大学生与以往的大学生相比较，求学经历、生活条件、所处社会大环境都相对优越，也没有经过必要的挫折教育。因此，意志往往比较脆弱，克服困难的能力也较差，常常是对社会的要求较高，对自我的要求较低。大学生的责任意识日益成为社会关注的热点问题，责任意识和诚信意识同时也成为不少地方采用人才的两个新标准。大学生参与社会实践是促进大学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长和成才的重要举措，是学生接触社会、了解社会、服务社会，培养创新精神、实践能力和动手操作能力的重要途径。对于当代大学生来说，应当刻苦学习专业知识，不断提高综合素质和运用知识的技能。从大学生活的开始到走进社会的大圈子中，就只有短短的几年时间，谁不想在将来的社会中能有一席之地呢？所以大家认为大学生必须投身校园内外的各类实践活动，有助于锻炼品质，提高能力。可见其对大学生综合素质的提高有不可抵触的重要性。不能否认有过打工经历的同学，看起来要比其它同学更成熟、社会适应力更强，但对于学生，社会适应力只是一方面的衡量指标，大学期间主要的任务是学业结构的搭建，即知识结构、专业结构的搭建，为了打工影响甚至放弃了专业知识的学习，结果是得不偿失的。大学生应该积极参与实践，使实践与认识相结合。大学生可以通过调查研究了解实际情况，结合所学为政府部门提供决策参考是一件十分有意义的事情，这样既提高能力又服务社会，也是一种双赢的选择。将专业知识与社会需求紧密结合起来，利用自己的

专长服务社会，回报社会。同时参加各种公益活动，培养自身的社会责任感，这也是一种贯穿于日常生活当中的社会实践形式，以小见大，以细微之处见长，也是进行社会实践活动的一种长效机制。

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，我们不仅要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学习其他知识，不断地从各方面武装自己，才能在竞争中更好地突出自己，表现自己。

学生寒假社会实践活动心得体会篇三

寒假是学生们放松心情、放松身心的好时机。然而，越来越多的学生将寒假视为一个充实自己、展示自我的机会，通过参与各种志愿活动，不仅丰富了自己的暑假经历，更重要的是学到了许多知识和技能。在这个过程中，他们不仅为他人做了好事，也收获了人生的真谛。下面，我将结合自己的亲身经历，谈谈对寒假志愿活动的体会与感悟。

第一段：明确目的，志愿活动让生活更有意义

志愿者活动是一种对社会负责和积极向上的表现，有意义的寒假度过。中国传统文化注重天人合一、仁心仁术的修养，

参与志愿服务正是实践这一理念的一种方式。在担任志愿者期间，我得以了解社会的运转机制，理解自己与他人之间的相互关系。同时，通过与不同年龄段、不同背景的志愿者互动交流，不仅加深了对人性的理解，也培养了自己的沟通能力和统筹能力。志愿服务活动未尝不是一种自我提升的过程，每一次参与都可以获取新的知识和技能。

第二段：参与体验，志愿活动成长见证

“行而告人”，只有实践才能看到真实的自己。担任志愿者期间，我参与了多项社区服务活动，如为社区居民进行义务服务、参与环保志愿服务等。在这个过程中，我收获颇多。首先，志愿服务提高了我的责任心和帮助他人的意识，让我能够更加关爱他人，愿意为他人付出。其次，我学会了团队合作和组织能力，明白了一个人的力量有限，只有团结合作才能取得更大的成果。此外，志愿服务也让我看到了社会的温暖和他人的感恩之心，这种感动成为我追求进步的动力，激励我不断提高自我。

第三段：深入思考，志愿活动促进自我成长

志愿服务活动不仅仅是为了帮助他人，更是锻炼自我的过程。在一次次参与活动中，我深刻认识到自己的不足与缺点，同时更加清楚自己的优点。有时，我会因困难而退缩，但每次想到自己的志愿服务目标和初心，我就会重新振作起来。志愿服务不仅仅是体力活动，更重要的是要有毅力和坚持不懈的精神。站在活动结束后的维度，回望往事，我发现自己变得更加成熟、自信，并明白了自己对社会的责任与义务。同时，我也意识到自己在服务他人的过程中，能够展示自己的专业技能和能力，这给我增添了自豪感和满足感。

第四段：认识社会，志愿活动增进社交与人文关怀

志愿服务让我更多地了解了社会不同群体的需求和问题，拓

宽了我的视野。和不同年龄段、从事不同职业的志愿者交流，我聆听了他们的经验与感悟，也分享了自己的见解。通过这些交流，我感受到了爱与善良的力量，坚定了对美好社会的憧憬和追求。而志愿活动也是一个巩固友谊的纽带，通过与其他志愿者一起工作与交流，我们建立了深厚的友谊，共同追求社会和谐与进步。

第五段：总结经验，志愿活动改变生活观念

通过参与寒假志愿活动，我不仅为他人奉献了自己的力量，同时也收获了巨大的成长和提升。我明白了志愿服务的意义和境界，学会了通过自己的努力让社会变得更加美好。在接下来的日子里，无论是学习还是生活，我都将保持积极向上的态度，学会更加具有社会责任感的理念。我相信，通过寒假志愿活动的锻炼与学习，我定能成为社会的有用之才，为建设美好社会贡献自己的力量。

通过这篇文章，我结合了自己的亲身经历，谈了我对于寒假志愿活动的心得体会。志愿服务不仅仅是为他人付出，更是一个自我提升与成长的过程。在参与志愿服务活动中，我明白了自己对他人和社会的责任与义务，提高了自己的沟通能力和组织能力，结交了更多的朋友。这些经历和收获将成为我未来人生中宝贵的财富，也将推动我不断追求进步，努力成为对社会有益的人。

学生寒假社会实践活动心得体会篇四

回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。

在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前没有工作的机会，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。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，事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

在工作上还要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。社会经验缺乏，学历不足等种种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来就什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。

知识的积累也是非常重要的。知识犹如人的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。这次接触的实践活动，对我来说很陌生，要想把工作做好，就必须了解各方面的知识，有深入的了解，才能更好地应用于工作中。

这次亲身体会让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，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认识的更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。

今年寒假，我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。

一. 在社会上要善于与别人沟通。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。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。

二. 在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。在多次的求职面试中，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。

三. 在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道要打寒假工时，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，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。如工作的领班所说的“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，如某位名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

四. 工作中不断地丰富知识。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寒假社会实践学到了自己觉得在社会立足必不可少的项目。

学生寒假社会实践活动心得体会篇五

寒假是学生们期盼已久的假期，也是展示自我、锻炼个人能力的好机会。为了丰富寒假生活，许多学校和社区都会组织各种志愿活动。在假期即将结束之际，回顾自己参与的志愿活动，我意识到这是一次难得的机会，通过参与这些活动，我受益匪浅，成长了许多。在这里，我将谈谈我在寒假志愿活动中的心得体会。

首先，通过参与寒假志愿活动，我深刻体会到了助人为乐的快乐。在这次活动中，我和同学们一起到社区义工中心为老人们提供日常生活的帮助，比如帮助他们买菜、整理家务等。

每当看到那些老人因为我们的帮助而笑得开怀，我心中充满了无比的满足感。通过助人的行动，我意识到自己的价值不仅仅体现在自己的学习成绩上，而是通过帮助他人，使他们感受到温暖和关爱。

其次，寒假志愿活动让我提高了自己的组织能力和领导能力。在活动中，我负责策划和组织一个慈善义卖活动，以筹集善款来帮助贫困山区的孩子。在这个过程中，我不仅需要与团队合作，还需要与相关单位进行沟通合作，了解活动的流程，并安排每个人的工作。通过这次活动，我学会了如何有效地分工合作，培养了良好的组织和领导能力，也增强了自己的团队意识。

再次，参与寒假志愿活动让我更加关注社会问题，认识到自己作为一个大学生应该有的社会责任感。在这次活动中，我参观了一个儿童福利院，和孩子们一起玩耍、聊天。通过与孩子们的接触，我深刻感受到他们的渴望关爱和陪伴的心情。我决心以后会更加关注社会弱势群体的需求，积极参与社会公益活动，为他们尽一份力。

最后，寒假志愿活动也让我明白了个人能力的重要性。在活动中，我遇到了许多困难和问题，但是我从中学会了如何解决问题，如何克服困难，并在实践中不断成长。通过参与这些志愿活动，我提高了自己的自信心和应变能力，也发现了自己的潜力和不足之处，在困境中成长，成为一个更加强大的自己。

总之，通过参与寒假志愿活动，我经历了一次宝贵的成长与锻炼。助人为乐的快乐，组织能力与领导能力的提升，对社会问题的关注，以及个人能力的发现与成长，都给了我很大的收获。希望将来我能够继续积极参与志愿活动，为社会做出更大的贡献，成为一个积极向上的大学生！

学生寒假社会实践活动心得体会篇六

社会实践促进了大学生的全面发展。通过社会实践活动，我们从与人民群众的广泛接触、了解、交流中受到真切的感染和体验，下面是小编为大家带来的学生寒假社会实践活动心得体会范文，希望大家能够喜欢！

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。每个人都有自己的生活模式，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，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 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，不要简单地把寒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。

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。

作为一名大一新生，对缤纷多彩的大学生活充满了好奇。在大学的第一个寒假里，我希望能与以往有所不同。在这个时候团支部提供了参加实践活动的建议。这是一种磨练，对于学生来讲，实践的机会真的是很难得。

本次到酒店参加社会实践的总共有三位同学，所学专业为会计。

实践的时间是从-月-日到-月-号为期-个月，实践的主题是进行相关的专业实践学习，主要内容有刷盘子、擦酒杯、上菜、收拾餐具等等。现将本次实践活动的有关情况报告如下：

一、基本情况以及工作体会

我是通过熟人的介绍才找到的打工的机会。第一天进去做事觉得感觉很奇怪，因为以前一直都是以消费者的身份进的酒店，这次的身份却是一个服务生。呵呵，第一个感觉就是首先要把心态调整好。酒店的老板娘我认识，平常都叫她阿姨。人很和善，第一天来什么也不懂，她就叫了一个老生来教我们。平常在酒店吃的时候不觉得，来工作的才知道酒店的工作还真不是盖的，每个细节都要弄好。我们第一天是试工，大家都在努力的学习，虽然说有点累，但我们每个同学都很积极、很投入，都感到很乐意，因为这毕竟是我们本次社会实践的第一步嘛。

所以服务生的工作看似简单，但操作起来还是挺麻烦的。

因为这个原因，刚开始工作的时候感到有一点紧张，但越是紧张我就越必须鼓起勇气，因此慢慢的我就习惯了。后来证明，我还是很幸运的，因为这给了我一个独立锻炼、独立挑战的机会。

二、实践感悟以及心得体会

我以“善用专业知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富寒假生活”为宗旨，利用假期参加这次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。现在举例如下：

1、在社会上要善于与别人沟通

经过一段时间的实践工作让我认识很多的人。如何与别人沟

通好，这门技术是需要长期的练习的。以前实践的机会不多，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。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。

2、在社会实践中以及以后的工作中要有自信

自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。就像刚开始时我到饭店那样有一点胆怯，但后来是自信给了我勇气。有自信使你更有活力更有精神。

3、在社会中要克服自己胆怯的心态

自己觉得困难挺多的、缺乏社会经验等种种原因往往使自己觉得自己很渺小，自己懦弱就这样表露出来。所以应该尝试着克服自己内心的恐惧。如有人所说的“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。”

4、在工作中要不断地丰富知识

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。

此次社会实践，真正地填补了我在课堂上所没能学到的空白，真正增长了我的社会交际经验。一个人可以没有渊博的知识，但绝对不能没有社会交际的经验和能力，这也是我此次实践体会最深的一份心得。

三、本次社会实践的问题和建议

1、在同一个地方的时间有点太长，社会实践不完全等于上班工作，所以不应该总在一个地方，时间长了会让人有一种厌倦的感觉。所以建议应该在适当的时候调换一下实践岗位。

2、因为我的专业是经济方面的，虽然不知道自己的建议到底对不对。但还是觉得如果想要建立良好的社会经济秩序，一定是双方面的。商家和消费者都应该提高自身的素质，努力达到“双赢”。

最后，很高兴能有这个实践的机会，虽然只是短短的一个月，但我觉得挺充实的，至少让我的寒假过得有意义。在今后我要参加更多的社会实践，磨练自己的同时让自己认识得更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面，不再以单纯的想法去理解和认识社会。

在这次社会实践中，系领导和老师对我们的支持是不可忽视的。正是系领导和老师的支持，才使我们多了一次与社会充分接触，增强了社交能力及实践能力的机会。实践活动的成功，为我们下一次实践做了较好的铺垫，也为我系以后的学生参与社会实践活动打下了坚实的基础。

我们说过，我们也努力过，因此在那段烈日与汗水的日子里，我们感到无悔，更感到骄傲。

不知不觉中，我已迈入大学一年多了，以前的我只是一心只读圣贤书，两耳不闻窗外事，而现在我要走出安全的港湾，接受风雨的洗礼，社会的考验……看着曾经写下的日记，想起了我的寒假生活，以前并不知道真正的生活真正的打工是什么样的，那次的社会实践让我真正体会到了打工的辛苦，挣钱的不容易，让我能更好地调整自己的心态，能更认真更努力地学习，为以后真正独自接触社会奠定坚实的基础，毕竟“吃得苦中苦，方为人上人”。

在那段时间里，我收获了很多，懂得了什么是社会，懂得要遵守规则，懂得了要有不怕苦不怕累的精神。社会不是家庭，不是学校，没有人会护你，没有人会帮你，也没有人会教你你该怎么做，只能靠自己的失败来吸取教训，靠自己的思考来总结经验。社会生活中有很多学问，说话做事都要谨慎。

快放寒假的时候，我的一个朋友给我介绍了一份工作——在超市里卖东西。因为是第一次去外面工作，我一再追问，是否安全，确信是真的吗？会发工资吗？不是搞传销的吧。她很确信地向我保证：绝对安全！而且她会把我送去。我相信了，也同意了。放假的第二天，她就把我送去了，到了那才知道，原来不只我一人，有好几个女孩都是假期打工的，地点是我们这的几大超市忙了一天我被分到了银座超市，这个超市管理上都比较严格上班时间都要求穿工作服而且规章制度都比较多，刚开始不是很习惯，慢慢的也就适应了。

当时，我和一个接近三十岁的姐姐在一起，我口口声声叫她姐，希望她能多帮助我，可是她不但不能帮我，反而还害我，中午我去吃午饭时，她竟然到老板那儿告我状，说我没有时间观念，晚到早退，饭后我回去，老板又找我了，要我好好表现，不然就扣我工资，当时的我又气又冤，却又无可奈何，原来，这就是社会啊。吃一堑，长一智。

除此之外，我还懂得了要敢说敢做，有时候沉默不是金，会说才能把顾客拉过来。刚开始，我还在展示那个文静的我，保持淑女形象，以为只要站着看、卖就可以了，而里面的其他几个姐姐都能说会道的，嘴特别甜，能让本来不打算购物的顾客觉得非购物不可，我不得不认输了，老板又批评我了，无奈之下，我开始学着开口拉顾客，渐渐地，我也能行了。其实，做事要有勇气，要有自信。打工不是为了打工而打工，而是在打工的过程中积累经验，丰富生活，增长知识。

总的来说，在超市里打工是绝对有收获的。我提前进入了社会，提前了解了社会，对这个社会提前有了认识，我以后在

社会上就能少走点弯路。更何况我寒假两个月还拿了一千多的薪水呢?虽然这一千块不算多少,但是算上学到的东西是不是很有价值呢?总比天天在家看电视、上网好吧。

根据学校的要求,一年一月我到了基层人民法院——省市人民法院,在民二庭进行了为期一个月的实践。首先我要向所有为我的这次社会实践提供帮助和指导的市人民法院民二庭的工作人员以及亲自指导我的一庭长,一法官和一法官表示感谢,感谢他们为我的顺利实践提供的帮助。

通过这次实践,我在专业领域获得了较为丰富的实践经验,巩固并检验了自己两年来学习的知识水平。实践期间,我了解了大量的民事案件尤其是经济合同纠纷案件从立案到结案的全过程,在一些案件的审理过程中,我对案件提出了自己的一些想法。在此期间,我进一步学习了相关的法律知识,对立案等程序有了更深的理解,同时注意在此过程中将自己所学的理论和实践有机结合起来,实践结束时,我的工作得到了实践单位的充分的肯定和较高的评价。

在法院实习虽然很短暂,但体会到了学校和社会现实毕竟有一段较大的距离,以前不懂社会的复杂,然而一个月使我感受到很多。在我实习期间,我和好几个法官谈过,他们抱怨说自己的案子太多了,太辛苦了。我的感觉就是他们凭着一腔热血去办案,一旦出了一点问题,全年的评先进之类的,就别指望了。一个指导我的法官,他也是政法院校毕业的,他去年全年审结了多件案,这在我们市整个法院系统,可以排第三。但在我实习期间,他因为一个管辖权异议的案件被中院裁定改变后,他全年的努力可以说是要受到很大的影响。但他并没有消极的去工作,仍然充满热情去做好自己的工作。别的地区我不敢说,因为没有调查就没有发言权,但是就在我实习的法院我感觉法官和其他工作人员还是相当敬业。每天早上八点上班,在八点之前,绝大多数人已经到了办公室,除去一些在外地办案的人员。这可能也和严格的管理有关系,因为每天所有法院的人员都需要在入口处打卡计

时。

我个人觉得作为一个法官起码应该有条须做到：原则，良心，灵活性。所谓原则，我的理解就是法官必须遵守法律，不可逾越法律进行枉法裁判，徇私舞弊；所谓良心，就是法官内心要有一种正义感，这是一种实质正义，在正义的天平上，两边等重在有些情况下或许不是最佳状态，这需要法官根据实质正义观去衡量；而灵活性，就是要求法官是有一种解决纠纷的灵活性，不可过分拘泥于具体的规定。康德曾经伫立于旷野，仰望满天星辰而泪流满面——因为他深为自己生活在如此有序，自由的宇宙中而感到庆幸。如果他活到现在，也许他会失望，但绝不会因此而绝望。因为一种制度的变革不是那么容易的，总要经历阵痛，就像一个新生命的诞生总是要经历那么多磨难。

其次，我们在学校能够学到的东西毕竟是太有限了，远远不够我们去解决现实生活中的实际问题，不像我们所想的光用逻辑和理论凭逻辑三段论来推导一下就可以了，记得一位美国的智者就说过：法律的生命不在于逻辑，而在于经验。特别是对非讼案件中，它对法官的社会经验提出了更高的要求，更强调其亲和力，说服能力和控制能力。指导我的另一个法官，是庭长助理，也是有着八年审判实践经验的年轻法官，在他手下调解，撤诉的案件有七成以上。在跟他学习的一个月里，我更加体会到了这一点，有时调解成功完全是因为双方当事人都很信任法官，能够被他个人的能力和经验所征服。

这次实践是我大学生生活中不可缺少的一段重要经历，也是自己踏入社会所获得的第一笔财富，是我第一次直面社会，体验社会万象。通过实践，我将自己所学的运用到实际的工作中，开阔了我的视野，对法律在现实中的运作有了较好的理解。最后，我想借此机会，再一次向帮助我的市人民法院的工作人员和我的指导法官，在实践过程中帮助我的朋友们表示衷心的感谢！

作为祖国未来的事业的继承人，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。

实践过程：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-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。

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，你必须自觉地去完成，而且要尽自己的努力做到，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，以提高自己的能力！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，有些问题有了在课堂上地认真消化，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。

实践心得：虽然这次的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。

首先是明白了守时的重要性。工作和上学是两种完全不同的概念，上学是不迟到很多时候是因为惧怕老师的责怪，而当你走上了工作岗位，这里更多的是由于自己内心的一种责任。这种责任是我学会克服自己的惰性，准时走上自己的岗位。这对我以后的学习生活也是一种鞭策，时刻牢记自己的责任，并努力加强自己的时间观念。

其次让我真实的体会到了合作的重要性。虽然我工作的只是小小的一家餐厅，但是从点单到制作到递送到结帐这一环环的工作都是有分工的，只有这样才能使整家店的工作效率都

大大的提高。以前虽然在书上看见过很多的团队合作的例子，但这一次是深刻的体会到了，正所谓“众人拾柴火焰高”，“团结就是力量”。在以后的学习和工作中，一定要牢记这一点，将自己融入到集体中，和大家一起携手走向辉煌。

再次，这次打工的经历也让我的心理更加趋于成熟。在餐厅里每天面对形形色色的客人，重复着单调的工作。让从未涉世的我还是有那么一点点不适应的，但是坚持就是胜利。打工毕竟和在家是完全不同的概念，我们学会需要忍耐，需要学会承受，需要学会坚持。

将自己这短短的几天实践同理论相联系，我了解到当代大学生与以往的大学生相比较，求学经历、生活条件、所处社会大环境都相对优越，也没有经过必要的挫折教育，因此，意志往往比较脆弱，克服困难的能力也较差，常常是对社会的要求较高，对自我的要求较低。大学生的责任意识日益成为社会关注的热点问题，责任意识和诚信意识成为不少地方采用人才的两个新标准。大学生参与社会实践是促进大学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长和成才的重要举措，是学生接触社会、了解社会、服务社会，培养创新精神、实践能力和动手操作能力的重要途径。对于当代大学生来说，应当刻苦学习专业知识，不断提高综合素质和运用知识的技能。从大学生活的开始到走进社会的大圈子中，就只有短短的几年时间，谁不想在将来的社会中能有一席之地呢？所以大家认为大学生必须投身校园内外的各类实践活动，有助于锻炼品质，提高能力。可见其对大学生综合素质的提高有不可抵触的重要性。不能否认有过打工经历的同学，看起来要比其它同学更成熟、社会适应力更强，但对于学生，社会适应力只是一方面的衡量指标，大学期间主要的任务是学业结构的搭建，即知识结构、专业结构的搭建，为了打工影响甚至放弃了专业知识的学习，结果是得不偿失的。

实践出真知，社会实践活动是大学生生活的重要组成部分，培养当代大学生的历史使命感、社会责任感和积极向上的精神风貌，充分发挥实践育人的作用，提高大学生的综合素质，也是检验所学理论知识的标准，社会实践不但为大学生提供了一个发挥自我才能，展现自我风采的舞台，也是培养和锻炼同学们综合能力的一个阶梯，更是一个大学生进入社会，走上工作岗位前的演练场地。社会实践活动，这样可以使同学在实践中更好的认识国情，贴近社会，从而确定比较正确的人生前进方向。作为高校教育者，如果能引导大学生将强烈的使命感转化为学习、服务、实践、奉献等实实在在的行动，把行动变为责任，将会使大学生在人生轨迹上树立起更高的起点。大学生的社会责任意识，应该说不仅有助于他们较快适应、融入社会，同时也是实现自我价值的必由之路。一切认识都来源于实践。实践是认识的来源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。实践的不断发 展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高。马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用，认识对实践具有巨大的反作用。认识对实践的反作用主要表现在认识 和理论对实践具有指导作用。认识在实践的基础上产生，但是认识一经产生就具有相对独立性，可以对实践进行指导。处理人与人之间社会关系的活动，即人类的社会交往以及组织、管理和变革社会关系的活动。如政治活动、社会改革实践、阶级斗争等。因此，大学生应该积极参与实践，使实践与认识相结合。大学生可以通过调查研究了解实际情况，结合所学为政府部门提供决策参考是一件十分有意义的事情，既提高能力又服务社会，这是一种双赢的选择；二是志愿者服务，将专业知识与社会需求紧密结合起来，利用专长服务社会，回报社会。三是参加各种公益活动，培养自身的社会责任感，这是一种贯穿于日常生活当中的社会实践形式，以小见大，以细微之处见长，是进行社会实践活动的一种长效机制。

学生寒假社会实践活动心得体会篇七

不知不觉中，我已迈入大学一年多了，以前的我只是一心只读圣贤书，两耳不闻窗外事，而现在我要走出安全的港湾，接受风雨的洗礼，社会的考验……看着曾经写下的日记，想起了我的寒假生活，以前并不知道真正的生活真正的打工是什么样的，那次的社会实践让我真正体会到了打工的辛苦，挣钱的不容易，让我能更好地调整自己的心态，能更认真更努力地学习，为以后真正独自接触社会奠定坚实的基础，毕竟“吃得苦中苦，方为人上人”。

在那段时间里，我收获了很多，懂得了什么是社会，懂得要遵守规则，懂得了要有不怕苦不怕累的精神。社会不是家庭，不是学校，没有人会护你，没有人会帮你，也没有人会教你你该怎么做，只能靠自己的失败来吸取教训，靠自己的思考来总结经验。社会生活中有很多学问，说话做事都要谨慎。

快放寒假的时候，我的一个朋友给我介绍了一份工作——在超市里卖东西。因为是第一次去外面工作，我一再追问，是否安全，确信是真的吗？会发工资吗？不是搞传销的吧。她很确信地向我保证：绝对安全！而且她会把我送去。我相信了，也同意了。放假的第二天，她就把我送去了，到了那才知道，原来不只我一人，有好几个女孩都是假期打工的，地点是我们这的几大超市忙了一天我被分到了银座超市，这个超市管理上都比较严格上班时间都要求穿工作服而且规章制度都比较多，刚开始不是很习惯，慢慢的也就适应了。

当时，我和一个接近三十岁的姐姐在一起，我口口声声叫她姐，希望她能多帮助我，可是她不但不帮我，反而还害我，中午我去吃午饭时，她竟然到老板那儿告我状，说我没有时间观念，晚到早退，饭后我回去，老板又找我了，要我好好表现，不然就扣我工资，当时的我又气又冤，却又无可奈何，原来，这就是社会啊。吃一堑，长一智。

除此之外，我还懂得了要敢说敢做，有时候沉默不是金，会说才能把顾客拉过来。刚开始，我还在展示那个文静的我，保持淑女形象，以为只要站着看、卖就可以了，而里面的其他几个姐姐都能说会道的，嘴特别甜，能让本来不打算购物的顾客觉得非购物不可，我不得不认输了，老板又批评我了，无奈之下，我开始学着开口拉顾客，渐渐地，我也能行了。其实，做事要有勇气，要有自信。打工不是为了打工而打工，而是在打工的过程中积累经验，丰富生活，增长知识。

总的来说，在超市里打工是绝对有收获的。我提前进入了社会，提前了解了社会，对这个社会提前有了认识，我以后在社会上就能少走点弯路。更何况我寒假两个月还拿了一千多的薪水呢？虽然这一千块不算多少，但是算上学到的东西是不是很值呢？总比天天在家看电视、上网好吧。

学生寒假社会实践活动心得体会篇八

本人于20__年1月13日至2013年1月20日来到黑龙江省绥化市北林区农业开发办公室进行社会实践。

实践目的：

(一)是了解现实农业发展趋势，掌握基本的工作方法，为以后进入社会创造有利条件。

(二)是增强自身责任感，确立自己正确的人生志向与就业取向，把自己所学的专业与社会接轨。

来到单位工作得到了单位同志的支持，在工作之余听取同志们的工作经验，丰富自己的工作阅历。实践中主要从事的工作是整理与打印材料，从整理材料中得知现在新农村建设的快速发展给广大农民带来的巨大利益，使广大农民感受到国家政策是从农民所需，农民所想，而制定的，真正的为百姓着想，为百姓谋福利。

从此也可以想到世界性经济对中国的影响，中国政府采取四万亿救市的政策，也是从广大人民的根本利益出发而制定的，所以从此也可以进一步增强本人拥党爱国的思想，积极努力的学习为党和人民贡献自己的一份力量。

在此期间我还参加了一次由单位领导主持的党员学习活动，使自己在一次增强思想认识，增强为人民服务的责任感，对于单位主持的学习包括《中国共产党新党章》，和__同志的《论中国共产党员修养》，从中使自己领会到如何作为一名年轻的预备党员，如何发挥自己的主观能动性来最大程度的为人民服务。

中国共产党是我国的执政党，如何领导广大群众带领广大人民群众谋发展是我党的重要工作任务，所以能够尽快尽早的适应工作环境，是当代大学生的新的任务和发展需要。

正确对待理论学习与实际工作

在工作中会让自己发现自己的很多理论知识无法完全融入工作当中，往往会有不知所措的感觉，这种现象的根本原因是自己在学习中没有把理论学通，没有完全将学习务实，没有在学习的过程中不断巩固，没有做到知行统一：另一个主要原因没有应用好学校的有利资源，学习科目单一，无法将各项工作有序的衔接起来。这些都是自己在下学期的学习生活中应该改进的，不断的完善自己。

正确的择业观念

通过进一步的工作和学习，发现当今的农业不断的向机械化和自动化方向发展，为广大求业者提供很大的就业前景，从自身出发，我所从事的是制药工程，其中一项便是农药的开发与研制，努力向这个方向发展不仅可以为自己提供就业机会而且还可以造福百姓，为祖国贡献自己的一份力。

正确的学习动力

中国的农业的快速发展充分体现了广大劳动人民智慧的结晶，充分体现了中国人民艰苦奋斗的高尚品质，所以在当今社会中就更应该发扬这种精神，这样才能更好的为人民服务好，作为一名中国人中国的腾飞让我们感到，所以每一个人都要为祖国的腾飞贡献一份力量，现阶段我所能做到的便是努力做好本职工作，努力学习。同时还要培养自己的责任感，正确的对待工作中出现的问题，树立自己的高尚人格。

正确的学习动力

中国的农业的快速发展充分体现了广大劳动人民智慧的结晶，充分体现了中国人民艰苦奋斗的高尚品质，所以在当今社会中就更应该发扬这种精神，这样才能更好的为人民服务好，作为一名中国人中国的腾飞让我们感到，所以每一个人都要为祖国的腾飞贡献一份力量，现阶段我所能做到的便是努力做好本职工作，努力学习。同时还要培养自己的责任感，正确的对待工作中出现的问题，树立自己的高尚人格。

实践感言

以上是自己在首次社会实践中获得的心得，希望以后可以有更多的机会参加这样的活动，使自己从思想和行为上不断的完善自我，使自己在竞争日益激烈的社会中能够更大的发挥自己的能力，为社会造福。

如果说知识的丰富是一个人的内在的修养，那么实践便是修养的外在体现，当代大学生不仅仅需要知识的丰富更注重的应是实践，实践能让一个人在应用理论时感受快乐，能让一个人在社会中体现自己的人生价值。

学生寒假社会实践活动心得体会篇九

参加了这次大学生“返家乡”的实践活动，让我收获颇多，通过这次实习，让我对办公的基本业务有了一定的了解，让我感受到了学校以外的环境。实习是每个大学生务必拥有的一段经历，它使我在实践中了解社会，让我学到了很多课堂上根本就学不到的知识，也开阔了视野，增长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。感谢团市委给我们提供这么难得的'机会，让我们这个假期没有虚度；感谢单位里的领导和同事们的关心和帮助，给予了我很多宝贵的经验；感谢自己，在这段时间里收获很多，我还需要再沉淀沉淀，继续做好总结。

学生寒假社会实践活动心得体会篇十

短暂的寒假即将过去，快乐的时光弥足珍贵，但那短暂的经历总是耐人寻味的。这短短几天的社会实践有汗水，有欢笑，更有沉甸甸的收获。

寒假社会实践活动已经结束，蓦然回首，虽然没有很长时间的锻炼，但却给我带来的影响远没结束。它使我们走出校园，走出课堂，走向社会，走上了与实践相结合的道路，让我们有机会到社会的大课堂去见识世面，增长才干，磨练意志，在实践中检验自己。

尽管我所干的工作只是一个小单位的办公室打扫，工作很简单，但在这一过程中，我却体味到了很多。它给我带来更多的是丝许的欣喜，是获得成果后的喜悦。

在这次短暂的实践活动中，我感受到了自己微薄的'力量，以及献出自己的一点点力量所得到的贡献。虽然这工作很简单，看似只是一点点的体力活，不过，在这一过程中，我一方面锻炼了自己的能力，增强了自己的口头表述能力，学会了与人交流，真正走出了课堂，在实践中成长，在实践中学习，

充实自我，让别人享受到自己的成果，使自己有了收获后的喜悦。

有时候感觉工作还是有点辛苦，比较乏味，但我更多的感觉到的是我在成长，有意义的成长。而且在另一方面，我也感受到了“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”意识到了自己的不足，因为自己没有什么实践经验，处理问题不够成熟，书本的知识又与实际结合不够紧密，没有与人交流的口才，而且有的东西以前没有尝试过，看起来很简单，做起来却并没有想象中的那么理所当然。但是在那一次又一次的实践中，我正渐渐把那些“错误”减少。

这次的实践活动还让我懂得了，我们现在还处于学习阶段，没能真正了解到工作的难处和辛苦，和自己踏入社会所要面临的种种问题。想想现在的我能在这么好的环境下读书，我们就更应该要学会珍惜，而不应该整天在家无所事事。现在的社会需要的不仅仅是拥有知识的人，更加需要的是拥有各方面的能力、综合素质较强的人才。如果我们光靠在学校汲取知识，那是远远不够的，从现在开始，更重要的是注重自己能力的培养。