

最新寒假社会实践的心得与总结 寒假社会实践的学生个人心得感悟(通用5篇)

总结是指对某一阶段的工作、学习或思想中的经验或情况加以总结和概括的书面材料，它可以明确下一步的工作方向，少走弯路，少犯错误，提高工作效益，因此，让我们写一份总结吧。那关于总结格式是怎样的呢？而个人总结又该怎么写呢？以下是小编精心整理的总结范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

寒假社会实践的心得与总结篇一

等了许久，终于等到了2021年寒假的来临，这个寒假相比于往年还是长了不少的，所以我除了在家里帮帮忙之后也应该把空闲的时间利用起来，这样才不会浪费掉大好的寒假时光，所以我开始寻找起了一些临时工作，通过这样的方式来增加自己的社会阅历，同时也给自己挣一点零花钱用用。于是，我来到了离家不是很远的一个商场，在这里我也顺利地找到了一份比较适合自己的工作。

在商场里，我应聘是促销员的职位，这个职位要求不是很高，每天的工作时间也不是很长，所以还是比较适合我这个学生的。还记得刚开始面试的时候，虽然我以前从没有过推销的经验，但是商场的负责人还是给了我尝试的机会，随后我也满怀信心的进入到了工作岗位上。当然了我是没有啥工作经验的，所以还是得先跟着商场里面的老员工们学习，看看别人是怎么促销产品的。商场里面的物品繁多，小到每天都要吃的食物，大到价格昂贵的生活用品，虽然看着别人在推销产品时好像很简单，只需要说一些物品的优点就行了，但是等到了我上去操作时，我是遇到了不少的问题的。

首先，促销是肯定要和诸多顾客面对面进行交谈的，可我个人平日里也不是很擅长交际这方面，所以当有顾客来询问

我问题时，我都有点紧张的回答不上别人的问题，更别提主动向顾客给介绍产品了。商场里面的老员工们也看出了我好像是有点拉不下脸，所以也是对我进行了思想上的教育，其实我们的工作没必要太注重个人的心理感受了，我们要注重顾客的感受，多为客人来着想，这样才能取得较好的成效，同时我也得知了，在工作的时候被顾客无视或者白眼是极为正常的，毕竟不是每一个人都喜欢在购物的时候被人打扰，所以我们得根据情况来推销自己商场的产品。

为了做好自己的工作，我先是确立了自己所要负责的区域，然后便花了不少时间来记背这一块区域内产品的优缺点，然后再给路过的顾客进行讲解，虽然我在销售这一方面没有过多的研究，但是我的真挚话语还是打动了不少的顾客的，不少人在听了我的讲解后都去购买了一些物品，这让我体会到了一丝丝的成就感。相信在接下来的日子里，我还会取得更大的进展的！

br/>

寒假社会实践的心得与总结篇二

假期渐行渐远，在经历了社会实践的磨练，我变得更加成熟、更加自信。我认为社会实践是一笔财富，社会实践是一种动力，社会实践是体味人生的“百味筒”，社会实践是验证自己实力的“试金石”。

社会实践是一笔财富。一分付出，一分收获。有付出就一定有收获。在此次社会实践中我学到了书本上学不到的知识，比如：如何招待顾客，如何介绍自己的产品，如何回答并解决顾客所提的问题，等等。这使我更好的处理同学与室友之间的关系，不仅如此，这还让我开阔了视野，了解了社会，深入了生活。其实社会实践这一过程本身就是一笔财富。

社会实践是一种动力。今年，我在家乡的一家电子厂作焊接工

(锡焊)。一方面可能是焊接本身技术含量不高，另一方面是农村劳动力富余，导致价值尤其的低，一件只有__，有__根，要做__分钟。在自己工作的过程中，自己亲自体验的过程中，使我深沉的理解了父母为什么屡次叮嘱我要好好学习，为什么每次看到父母他们都是那样的憔悴、那样的疲劳。这不仅不会让我变得悲观，反而只会让我更加自信、更加努力的学习并要学好。

社会实践是体味人生的“百味筒”。它我深刻体味了一下生活的酸甜苦辣咸。我再次应聘上___，虽然通过了，但这次应聘并不像第一次那样的顺利，而是在面临诸次考验中才晋级“决赛”的。第一次我和几位校友顺利通过。是骡子是马，溜溜就知道。在__前的周末就挑了几个去实践实践。叫我去，我因有事没去。结果这些导购们不够格，重新再来。我和__学院的一位同学处于待定人选，后来与新增的几十号人为三个买场的七个名额竞争。

当时我很是害怕，准备选择退出竞争，因为希望太渺茫，但我对自己说再坚持一下，在结果没出来之前决不能退缩。正如《亮剑》中所说的一一狭路相逢勇者胜。最终以敢于表现且表现出色顺利通过。应聘路上的坎坎坷坷，为我以后步入社会将面临的现实作好心理准备，是自己到时候不再彷徨、不再迷茫的小案例。

社会实践是验证实力的“试金石”，是走出校门融入社会的大舞台。我才真正体验到自身知识的欠缺、能力的有限。任何理论知识只有与实践密切结合，才能真正发挥它的价值。在社会实践中，我清楚的看到我所需要学的东西还很多，我要虚心向前辈、同行请教，不断的充实自己、壮大自己。

过去常听人说刚出社会的大学生往往无法适应社会的人际关系，导致生活和工作找不到自我的平衡点，错失不少成功机遇。经过这几次社会实践，让我深刻认识到这一点的确没错。每一次人际的交往事实上都是为我们自己积累人生阅历，可

以说没有好的沟通能力，再好的才华也会被埋没在沉寂的阴影下。对工作的热情，对任务的投入态度都决定了我们在前辈眼中被信任的程度。

总之，在这些社会实践中我学会了很多东西，给予了很多启发，但社会实践也只是一个过程，真正的目的是要我们改变思想观念，学会学习，这样才能不断进步，不被社会淘汰，才能为建设祖国、奉献社会作出更大贡献。

2021寒假社会实践活动个人总结心得3

寒假社会实践的心得与总结篇三

经历了将近一周的社会实践,我感慨颇多,我们见到了社会的真实一面,实践生活中每一天遇到的情况还在我脑海里回旋,它给我们带来了意想不到的效果,社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们提供了广泛接触社会、了解社会的机会。

“千里之行，始于足下”，这短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。向他人虚心求教，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这一段时间所学到的经验和知识是我一生中一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，和团体保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是我的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我们可以向他们学习很多知识、道理。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。同时还需我们在以后的学习中用知识武装自己，用书本充实自己，为以后服务社会打下更坚固的基础！

艰辛知人生，实践长才干

通过这次的的社会实践活动，我们逐步了解了社会，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。这在无形中使我们对自己的未来有一个正确的定位，增强了自身努力学习知识并将之与社会相结合的信心和毅力。对于即将走上社会的大学生们，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。大学生社会实践是大学生磨练品格、增长才干、实现全面发展的重要舞台。在这里我们真正的锻炼了自己，为以后踏入社会做了更好的铺垫，以后如果有机会，我会更加积极的参加这样的活动。

从群众中来，到群众中去

在本次的社会实践中我们还同诸多群众谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，理解了“从群众中来，到群众中去的真正涵义，认识到只有到实践中去、到基层去，把个人的命运同社会、同国家的命运的发展联系起来，才是大学生成长成才的正确之路。

这次实践活动，丰富了我们的实践经验，提高了我们的团队合作能力，使我们通过这次实践更加了解社会，这次实践活动意义深远，对我们的帮助享用一生。作为一个21世纪的大学生，社会实践是引导我们走出校门、步入社会、并投身社会的良好形式；我们要抓住培养锻炼才干的好机会；提升我们的修身，树立服务社会的思想与意识。同时，我们要树立远

大的理想，明确自己的目标，为祖国的发展贡献一份自己的力量！

2021寒假社会实践活动个人总结心得4

寒假社会实践的心得与总结篇四

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。

——题记

轻轻叩开人类虚掩着的历史大门，穿过尘封的岁月，我发现在历史的长河中，成功的背后总有挫折在扮演角色，挫折是我们成功的绊脚石，是我们攀登时的悬崖峭壁，是我们欣赏美景时所经受的艰难跋涉。我们想要感受成功的喜悦，就必须接受艰难困苦的挑战，我们想要享受俯首大地的乐趣，就要敢于攀登；我们想要真正感受欣赏美景的快乐，就必须经历长途跋涉的艰苦。

随着校长激情高昂的一句：“读万卷书，行万里路”远足活动开始。我们怀着满腔热情踏上了远征的道路。刚开始是如此的有趣。走出校园心飞进了大自然。鸟儿在树梢上快乐地唱着歌，一簇簇姹紫嫣红的花儿张开她的笑脸，天空吹过一阵柔媚的风。这些是大自然在欢迎我们这些远征者。

太阳公公随着我们的脚步爬上我们的头顶。用他毒辣的光封住了鸟儿的嘴，赶走了柔和的风，浇蔫了我们这些祖国的花朵。我们开始喊着，“好累呀！渴死了，脚好痛呀！”而学校领导则在一旁为我们加油鼓励：“坚持，坚持就是胜利，还有十公里的路程。”一听到这个数字我们就更蔫了：“唉，天啊，还有十公里，我一辈子也没走过这么远的路，真后悔，真不该来。路在我们一声声哀怨和后悔声中缩短了……”

“到达目的地了。”这真是一杯舒心茶。随着不知从哪传来的声音我们欢呼雀跃地跑到了目的地。那是一个很舒服在我们眼里看来很美的地方——长江边。首先映入眼帘的是一望无边的江面。江面上行驶着船只。一阵风吹来江水与江岸击起了浪花。岸边长着野草，野花，各种蝴蝶亲吻着野花，有些围绕着花儿翩翩起舞。一群羊正在岸边饱餐。看见我们来了个个抬起头来望着我们，躲在布帘子般的胡须的嘴还发出“咩咩”的声音，可爱极了。一幅江边美景图展在我们眼前。我们跑到花丛中追赶着蝴蝶与蝶起舞，江面吹来柔和的风。我们是如此快乐，望着江边美景发出一声感叹：苦难与美景同在。

未品尝过酸涩的人，无法真正体会甜美，经历了艰难的磨砺才会有宝剑的锋利，经历了寒风的吹打才会有梅花的飘香。在这次远足过程中，我们经历了艰苦的跋涉，才体验了成功的喜悦，这就是成功背后的艰难。我不禁想起了一句歌词：不经历风雨，怎能见彩虹。人生因挫折的点缀而更加丰富多彩。

寒假社会实践的心得与总结篇五

此次寒假工，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。

我进入了社会，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。和以往的实践不一样，这次的我真的看到了自己的不足和优势，当我认真工作起来就会很投入，但是当我遇到挫折的时候我就会手足无措，毕竟还是学校里养着的学生，做起事情来一点也不老道，这是我父母给我的评价，我自己也是这么认为的，原来社会实践的作用就是让我提前知道自己的缺点，让我们在一次一次锻炼中学会客观地看自己，不要觉得自己是大学生就不得了，以后毕业了择业眼高手低，到头来一事无成。我想这一次的打工，会永远记在我的心里，毕竟那是我第一次感到：无论什

么事都不能靠别人，只有靠自己！但是这一切首先，是要拥有知识、能力还要有持之以恒的决心。没有足够的知识、能力是根本无法在社会上立足的。

最后，很高兴能有这个打寒假工的机会，虽然只是短短的两个月，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，不要以单纯的想法去理解和认识社会。而是要深入地探索，为自己的未来打好基础，在学校学会更多的书面专业知识，在实践中好好利用知识进行运作。真希望以后能再有这样的机会，也希望我们学校以后能有更多的同学有机会去参加这样的社会实践吧。