

2023年寒假打工社会实践心得体会(汇总8篇)

在教学反思中，我们应该客观对待自己的教学过程，找到问题所在，并积极加以改进。以下是小编为大家整理的军训心得，希望能给大家提供一些建议和参考。

寒假打工社会实践心得体会篇一

我利用假期参与这次有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中提高自我检验自我。这次的社会实践收获不少。现在举例如下：

一、在工作中要不断地丰富学问。学问如同人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了学问，头脑就要枯竭。要擅长学习，勤于学习，学习无处不在无时不在，并不是只有在课堂的时候才可以学习的！

二、坚持不懈，成就将来。坚持再坚持是很重要的一个胜利法则！人们在受挫的时候总是想要放弃，能够坚持下来与否是自己最终圆满完成任务的关键！

三、在社会中要克制自己害怕的心态。自己觉得困难挺多的、缺乏社会阅历等种种缘由往往使自己觉得自己很渺小，开头工作总蹑手蹑脚，怕消失失误，所以应当尝试着克制自己内心的恐惊。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，当你克制心理的障碍，那一切都变得简单解决了。战胜自我，做英勇的`自己，由于“士气通往天堂，怯懦通往地狱。”

好，这门技术是需要长期的练习的！人在社会中都要融入社

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、急躁、虚心地承受。忠言逆耳总不是一句空话，要用真诚去感化别人，真心总会换来真爱的。

在实践中过程中，我也发觉了自身存在的一些问题：

第一，思想起伏不稳定，在觉得工作太过于单调无聊的时产生做退却的念头。参与社会实践应有不畏困难贵在坚持的精神，大胆行动敢于实践，对工作布满热忱，细心真诚。通过参与社会实寮，我熟悉到，在生活中吸取四周人的阅历和阅历，把握一些社会礼仪的技巧是极为必要的。充分发扬本人活泼开朗的优点，取长补短，总结阅历，吸取教训，使自己对将来布满信念，也为以后真正踏上工作岗位，融入社会奠定坚实的根底。

其次，缺乏社会阅历，在为人处事方面还不太成熟，处理事物的态度和方法往往有时不得当。面对一些没有好印象的同学总是想到回避。

寒假打工社会实践心得体会篇二

通过这次社会实践工作我深刻的意识到了自己消失了问题，过去的时候我还是的做的不够好，我认为这是对我个人力量的提升，这次超市打工的时候，我也始终在仔细的思索这些，我觉得在这方面，我还是消失了一些细节的问题，作为一名大学生，我时刻都在考虑工作当中的缺乏，这让我感觉特别的有必要，在为期一个多月的时间内，我也有一些感悟。

这我也始终都在提高自己，在超市工作我始终感觉特别有必要，寒假期间的点点滴滴，我也是在努力去调整好自己的心态，作为一名大学生，我认为这是我接下来应当要努力的方向，现在回想起来的时候，这种感觉是特别真确的，对此我也抱有很大的信念，固然那这次实践当中，我也遇到

了许多问题，但是我都是一一的在解决，我知道作为一名大学生，我应当要努力去落实好自己各方面的状态，大学期间，我还是做的比拟仔细的，通过这些细节，我的确是做的比拟仔细的，由于在学校的时候总是会遇到一些问题，从这方面来讲我还是觉得很有意义的，在这个过程中，我也应当要不断的去调整好心态。

这也是我需要去做好的成绩，现在回想起来的自己在工作中的一个生活状态，这让我觉得是很有意义的一件事情，通过工作当中取得的成绩，我还是过得比拟充实的，这也是接下来我应当要去做好的工作，我感觉很有动力，每天都在仔细的负责的处理好工作当中的细节，这也让我感受颇多，我也盼望自己能够在下一阶段的工作当中，做出更好的成绩来，这也是我应当努力的方向，这是我要去一点点积存的阅历，寒假期间我也是赚到了自己第一桶金，我对此真的是深有体会，我认为自己能够在这样环境下面，一点点的去积存工作阅历，也是一个不错的选择。

现在回想起来的时候，我是觉得很有必要的，我很清晰这一点，提高自己，丰富自己这一点是特别重要的，我应当要在将来的工作当中，让自己接触更多的成绩来，这对我是一件很有意义的事情，我很清晰，做好自己的本职工作，的确是一件特别重要的事情，我对此是布满信念的，以后我也肯定会更加的仔细，将来正式步入社会我才能够更好的去努力，做好自己的本职工作，积存更多的社会阅历。

寒假打工社会实践心得体会篇三

寒假社会实践是一件快乐的事，既能够学以致用，又能够拓展自己的知识面。带着这样一种莫名的使命感，我很努力地坚持着！这毕竟是我们本次社会实践的第一步嘛，万事开头难。第一天，累并快乐着。

走进大学的校门，再在从里面走出来，几个月下来，感觉自

已成熟了许多！在大学的第一个寒假里，我希望能与高中初中有所不同，改变除了学习还是学习的规律生活。我们的辅导员建议我们在寒假多出去走走，去接触外面的社会，不要老师在家里面窝着，还交给我们一个在寒假进行一项社会实践的任务。实践是一种磨练，对于学生来讲，我们学的都是理论知识，真正运用到却不多。理论加实践才是最科学的学习方法。

基本情况以及工作体会：实践的时间是寒假过春节之前的10天，实践的主题是体验生活感受社会，主要内容是在一家食品生产工厂的生产车间进行食品包装和称重等简单的活儿。通过表哥的介绍，我找到这次打工的机会，并且以一个临时工的身份和许多正式员工一起走近这家工厂。第一天进去做事觉得感觉很新鲜。因为是做食品的包装，所以要求很严格！在进车间之前要先把自已包装一把！要穿白色的大褂，白色的口罩，还有帽子，靴子。把自己包得密不透风！这样做有两个用处，一是食品的卫生要求很高，再是我们做的是粉状类的产品？过多吸入对身体有一定的伤害。第一天是试工，我都在努力的学习，虽然说有点累，而且是一直坐在那里工作很机械，但我对每一个步骤都很积极、很投入，因为那是人要吃的食品，是不可以马虎的！带着这样一种莫名的‘使命感，我很努力地坚持着！这毕竟是我们本次社会实践的第一步嘛，万事开头难。第一天，累并快乐着。

工作情况：工作时间为每天上午7点半到下午3点半，中午歇息一个小时给我们吃午饭，每天两个班，总共八个小时。上班是采取打卡的形式的。在第一天报到的时候就有人给我们做好了工作卡，人事部的那个姐姐还很细心地和我们说打卡的时间，要我们注意一定不要迟到，公司内的规章制度不严格，但是在迟到的惩罚这一方面可就是绝的容情的！厂长也出面给我们这些刚刚进来的临时工开了一个小会，跟我们说了厂的一些基本制度，还有公司的一些重要部门分别负责什么和什么，叫我们如果有什么需要，就和部门的人说一声，做个登记。还有就是一再强调要确实做好卫生工作，一定不

要马虎看待工作！衣服啊，帽子啊，手套啊，所有进入车间的衣物都要定时清洁、消毒，必要的时候换新的！

厂长一大通话讲完之后，我们便开始工作了。我被分配到了第四车间。厂里总就有四个车间，听说第四车间是最小的一个，但是产量却是最高的！我为自己能够来到第四车间而感到十分高兴！车间里面加上我总共六个人，分成两组，在两台机器下面工作，一个是用包装袋承装机器已经分配好了的粉末，一个用电子称称重，还有一个负责最后的封口工作，三个人形成一条流水线，工作效率想要不高也不行啊！我在里面，什么没有技术的活都干，哪里人手不够我就到哪里帮忙。工作不是很粗重也不是很费劲，但是的确是很无聊的！没过几天我就已经开始厌倦了。好在，每一次上班的时候总是有一段时间可以出来休息一下，喝口水，和几个同？聊下天，这些都挺宽松的，就是时间不要太过于长了，不能耽误了工作。我想，这个车间能够产量一直居厂里面第一就是因为大家都懂得劳逸结合。刚刚开始做的那两天，睡觉的时候能感觉自己的腰啊，手臂啊还有腿都有些酸痛，不过慢慢的我就适应了。车间的同事们都挺和善的，几个阿姨也是很健谈，一直有什么没什么地和我聊天，从最正经的问我的爸妈是谁啦，到问一些八卦问题，我在里面工作一点也不觉得陌生或者不自在！也在这一过程中获得了宝贵的社会经验。后来证明，我还是很幸运的，因为这给了我一个独立锻炼的机会。

寒假打工社会实践心得体会篇四

在经历了一个学期的努力之后，能在寒假里悠闲的度过假期真的是十分诱人的事情。虽然原本我也是这样计划的，但在这次大二寒假到来之前，我却找到了比起在家中虚度时间更加诱人，也更有意义的事情——社会实践！在此次假期中，我通过和家里人商量在放假后来到了xxx工厂，并申请兼职了临时的假期工。虽说是临时的工作，但毕竟是我第一次亲身体会社会的工作和生活。这短短一个月来，虽然辛苦有很多，

但在这里却收获到了学校多年来都没有学到的知识和经验！可谓是非常有意义的一段旅程了。

回顾假期，起初刚来到工厂的时候我还是非常腼腆的，因为对人对事都不熟悉，所以在任何事上都小心又谨慎。但很快，在渐渐接触到了团队和工作之后，我也渐渐被团队成员们的热情感染，并渐渐融入到了这个大集体里。

作为长期生活在学校的大学生，工作的环境对我们而言真的很陌生。因为在这里，我们都有自己的任务和目标，并且要按照严格的规定去进行任务。与这相比，虽然学校也有自己的规矩，但相较之下还是差了很多。

此外，面对工作的时候也有很多无奈。虽说临时工的工作不算复杂。但毕竟也会有一些不擅长，或是不习惯的地方。就像在这次的工厂工作中，我对于xx零件的合格分辨一直很难认清。但对于工作，这又是不得不做的事情。即使不擅长，及时做起来很麻烦，但我们仍要去做，并且做好，这就是工作的严格之处。

但所谓“条条大路通罗马”，既然无法改变工作，那么就只能去改变自己了！在本次的实践中，当我认识到自己出现问题的时候，就会和领导与前辈积极的学习和请教，将不会的学会，将不懂的搞懂。最终，不仅掌握了许多的工作技巧，还让自己也掌握了预先学习的好习惯。

这样的体会也让我内心中认识到，想要不被工作难住，就必须超过工作！这一点，无论是对于学习的考试还是工作的任务都是一样的！

这一个月的假期社会实践，说不辛苦是假的，每天过的比上学的时候都要累，都要辛苦。但换个角度来说，比起过去的生活也充实了许多。更别说在工作的时候我还能学习这么多的知识和经验，这就更加难得了。

寒假打工社会实践心得体会篇五

这段时间以来的实践我感觉非常的充实，这样的一段经历，给我的感觉非常的好，这一点是我没有思考清楚的，在这一点上面我还是感觉自己在能力上面，应该要做的更加细心一点，这一点是毋庸置疑的，现在回想起来我感觉自己还是非常充实的，这次寒假虽然时间不是很长，但是我还是希望能够做的更好一点，这也是非常重要的，在这一点上面我也希望自己可以做的更好一点，这次寒假期间的点点滴滴，我确实也是需要让自己把细节的工作处理好，这段时间我也有一些心得。

寒假一个多月的时间，我去到了一家工厂，在这个过程中我也是积累了很多经验，在这个过程中我也是维持了一个好的态度，在这段时间的工作当中我也确实很充实，在工厂每天的工作是比较多的，我也是对此感觉非常的好，在这个过程中我也在一点点的积累工作经验，现在回想起来还是很有动力的，这让我感觉非常的有意义，学习是自己的事情，我也是真切的体会到了这些细节，对此我也希望自己能够学习掌握更多的知识的，现在回想起来还是很好的，在这个过程中我深刻的感受到了自己的进步，尽管每天是比较忙碌的，但是我还是对自己各方面能力做出了很多调整，未来我也一定会认真维持下去的，在这个过程中还是应该进一步的去调整好，维持好的工作状态，很有必要，这次打工的时间虽然是比较短暂的，可是我也是对自己很有信心的。

这也是我第一次出来实习，我感觉非的不好，这样持续下去我确实得到了升华，现在回想起来的时候，我还是应该要认真的去维持下去，这给我的感觉确实是很不好，这也不是我想要看到的结果，我真的感觉这样下去是非常不好的，在这个过程中我应该要调整好自己的心态，在这方面我还是应该坚持去做好的，现在回想起来确实很有意义，未来在工作当中我也一定会端正好心态的，这也是工作应该要有的态度，这次打工的时间也结束了，这让我确实深刻的体会到了这些，

虽然只有一个多月的时间，但是我还是做的比较认真的，我当然也不希望继续出现什么问题，确实这样下去是很不好的，在这一点上面我应该要进一步的去调整好心态，感激这次的实践，我也会更加认真的。

寒假社会实践打工心得体会12

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。第一天来什么也不懂，经理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。

所以在那一天的时间里，虽然说有一点点累，但我们却都觉得挺充实的

先说说我在那里的工作情况吧：我们每天8点半上班一直到晚上9点半。我们没天的工作就是在客人来之前把房间弄干净，客人吃饭的时候，男生负责端菜而我们女生就负责上菜报菜名，帮客人倒酒、换餐盘之类的杂活。在我看来最辛苦的，就是每次客人吃饭的时候你必须站在外面等候，一天下来腿跟腰都很痛，刚开始的时候真的有点受不了。虽然说顾客就是上帝，但有的时候难免会遇到些难缠的客人。要么是过于挑剔，要么就是素质不是很高。记得有一次，老板娘说那天下午的一桌客人看起来都挺乡下的，叫我们看着别让他们把毛巾给带走了。我刚开始一挺就觉得挺别扭的，乡下人又怎么了，怎么可以这样不起人家呢？但是我到了那个房间，我刚给他们倒好茶，就那么一转身的功夫，桌上所有的毛巾都不见了，都到他们的口袋里去了，做为酒店也不好说什么。

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。

寒假打工社会实践心得体会篇六

先说说我在那里的工作情况吧：我们每天8点半上班一直到晚上9点半。我们每天的工作就是在客人来之前把房间弄干净，客人吃饭的时候，男生负责端菜而我们女生就负责上菜报菜名，帮客人倒酒、换餐盘之类的杂活。在我看来最辛苦的，就是每次客人吃饭的时候你必须站在外面等候，一天下来腿跟腰都很痛，刚开始的时候真的有点受不了。虽然说顾客就是上帝，但有的时候难免会遇到些难缠的客人。要么是过于挑剔，要么就是素质不是很高。记得有一次，老板娘说那天下午的一桌客人看起来都挺乡下的，叫我们看着别让他们把毛巾给带走了。我刚开始一挺就觉得挺别扭的，乡下人又怎么了，怎么可以这样不起人家呢？但是我到了那个房间，我刚给他们倒好茶，就那么一转身的功夫，桌上所有的毛巾都不见了，都到他们的口袋里去了，做为酒店也不好说什么。

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。

寒假打工社会实践心得体会篇七

人生的道路是漫长的，但只要我们边走下去边看沿路的风景，便会坚持不懈走下去，因为是那些沿路的风景让你明白人世

的美好事物，并且继续往前走，想知道下一处有什么风景，人生就是这样，只有我们找到精神的慰藉，才能克服处在的困难。

当我们到达成功后，我们便会怀念一路走下来的艰辛与汗水，知道我们原来在不知不觉中已经战胜了恐惧，达到了成功的顶点。

在困难面前，团队精神与友谊是至关重要的因素，团队精神能让你使劲咬牙，一步步的向前迈，友谊是在你面临困难时，朋友与你相互扶持，相互勉励，因为我们相信“加油，我们一定能行的！”

磨炼是你人生中积累的一笔财富，只有你知道他存在的重要性，因为有了它，那些困难，神马都是浮云。

人生就好比一场旅行，你知道什么时候停，因为那有你认为最美丽的风景，什么时候走，因为那儿不值得你去留恋。人生如同一条岔岔的道路，选择对的那条，你才能达到最终的目的地，选择了错的，你可能就会迷失在其中，越陷越深。

远足途中，我们一直是大汗淋漓，只不过仍保持着那颗激昂澎湃的心。腿软了，脚板发麻了，仍要坚持到最后。因为我们只有用汗水来证明我们不是养尊处优，不是不懂得收获的来之不易，不是不知道苦，不知道累，而是学会忍受挫折，面对现实，把握好现在。如果我们把痛苦当作磨刀石，让自己遇到挫折时就应更明确、更明亮些；如果我们把欢乐当作糖果，让自己碰到开心事，就应更沉稳、更硬实；如果我们把收获当作垫脚石，让自己满足一次后就应更自信、更努力。那么我们才能不断地完善自己，充实自我。一心地投入学习，做到真正意义上的读万卷书，行万里路！

苦不苦，想想红军二万五；累不累，想想红军过草地。

不管道路困难重重抑或危机四伏，都应不畏艰险地跑出自己的速度。人有时不是被外界的困难所困，而是被内心的怯懦与过分的谨慎所羁绊。要知道，生命的可贵亦在于酣畅淋漓地放手一博啊！

要想获得成功的人生，就要迎着困难前行。每一个梦想的实现都离不开艰苦奋斗的过程，向着梦想的方向不停的走，不停的走下去，你要勇敢，一直勇敢。

经过这次远足，让我明白遇到困难时，千万不能放弃，不能被眼前所打倒，困难只是暂时的，暴风雨过后便是美丽的彩虹，在长途跋涉过后，展现眼前的便是美的风光。

读书生活亦如我们的远足，我们只有拥有坚定的信念和持之以恒的精神，我们才能冲向最后的终点，赢得最后的胜利。

有些事，看似不可能完成，那是因为我们没有去实践，实践过后你就会发现那只不过是自自己所谓的“心理障碍”。

天空很蓝，没有云彩的点缀那不叫美丽；鸟儿自由，没有天空的包容那不叫自由；人生漫长，没有信念的支持，那不叫完美！

路再远，也怕我们那颗坚定的心！

寒假打工社会实践心得体会篇八

讲究的是你的.付出要有收获，没有收获，这个付出是没有什么用的，公司出钱，而我们的工作也是必须要有一些收获，让其得利，如果没有，那么其实也是养了一个闲人，长此以往也是会被炒掉的，我也是在我工作了一段时间之后意识到这个问题，虽然没有炒掉我，但是也是被领导批评了，让我更加的明白，这和学校是完全不一样的，学校如果学的不好也就是成绩糟糕一点，但是在公司那么就是失业了，而且下

份工作还不一定是能找到的了。所以更是需要我们有更多的，而且努力也是要有方法的，不能白努力了，那样也是没有用的。

工作之中也是需要学习的，不能说做事情就好了，做事情要有方法，开始的时候也是有同事来教我，但是后面工作熟练了，就要多去思考，如何的去把效率提升，如何的让这份工作能获得更多的成果，只有去学了，那么自己的工作经验也是得到了积累，而且也是能有职场上的晋升机会的，如果自己不去学，一直重复的做着熟练的事情，那么其实也是很容易被淘汰的，毕竟别人在进步，而你不去努力，那么就是落后了，特别是现在技术的进步是非常快的，懂得了一种机器的操作，如果淘汰了，那么新的机器不会，那么公司也是不会要你的。

这次的实践也是让我知道社会的压力其实还是蛮大的，我也是感到自己还是个学生而幸运，没有那么多的压力，但是同时也是明白，自己要努力，对于专业的知识要多去学习，多去努力，只有自己多了解了，那么以后真的到了工作的岗位也是能干好的，而且也是有更多的一个职业选择，如果什么都不会，那么其实自己也是收获不到什么的，况且在工作上面，如果自己基础差，其实工作起来也是会更加的艰难，甚至找不到一份好的工作。所以回到学校之后，我也是要多去学，让自己的能力更好，并且自己的一些不足更是需要努力去改进，去提升。