

大学生的寒假社会实践心得感悟 大学生 寒假社会实践心得(精选12篇)

撰写工作心得，让我对自己的职位和责任有了更清晰的认识和理解。下面是一些教学反思范文，希望能够引起大家对教学反思的重视和思考。

大学生的寒假社会实践心得感悟篇一

在这段是时间以来的工作当中我也是认真的做好了自已的职责，我每天认真的搞好自己在工作当中的细节，这段时间的工作当中我也是把这些看的非常清楚，现在回想起来的时候，还是感觉的很有意义的，这次寒假虽然不是很长，但是我还是看到了自己的变化，这一个月我去到了一家超市做收银工作，感觉这也是我自身的一种成长，特别的有意义，在这方面这是我应该要端正好的，在这方面我是能够有进一步的提高的，这也是我应该要保持下去，我也有一些心得体会。

做超市收银工作我是第一次做，这次出来实践我觉得自己还是有很大的进步的，这对我而言是一个锻炼的机会，让我能够有这么一段经历去找到自己，知道自己的还有哪些不足，这一个月的时间，我坚持好自己分内的职责，寒假我觉得自己还是进步了很多的，在这方面我有着非常客观的态度，在这次实践当中我也是感觉很有成就感，我不断的积累工作经验，在这一点上面我还是应该要坚持自己的原则，有一个明确的方向，一开始的时候我觉得自己是非常不适应的，我觉得自己在这方面还是感觉非常不好的，社会实践的过程当中我还是觉得自己的进步是很大的，我清楚意识到了这一点，在这一点上面我也一定会坚持自己的原则，这也是我应该要有的态度。

寒假期间我能够清楚的意识到这一点，在这方面这也是我应该要去认真落实好的，在这个过程当中我非常明确自己的方

向，所以我觉得这是非常有意义的，作为一名大学生我深刻的意识到了这一点，这次短暂的超市实践虽然结束了，但是我还是感觉非常好的，在这个过程中我清楚感受到了自己的变化，我也需要进一步的去做好自己分内的职责，这段时间我清楚感受到了这一点，通过这样的方式我还是感觉非常有动力的，在实践当中我感觉自己还是不断的在进步着，在心态上面我也是感觉非常吃力的，我清楚的意识到了这一点，在这一点上面我一定会继续努力的去做好的，在实践当中我还是感觉非常有意义，一个月的时间下来还是能够深刻的体会到这一点，我感觉非常的有意义，我也一定会认真的去做好自己分内的事情，以后在学习当中让自己做的更好，这次寒假的实践很有意义，成为一名优秀的大学生。

大学生的寒假社会实践心得感悟篇二

从我校社会实践开始过了半个多月了，这半个多月来从脚酸疲惫的不适应到现在慢慢适应发生了许多的变化。来到店里一开始从倒水和铺台子撤台子开始做起，做得很慢，怕摔坏东西再加上手法不熟练。

后来给我们分到各自的区域让师傅带着慢慢的熟悉每个桌子的桌号，在我们的这些手法熟练后取而代之的就是熟悉各个区域的桌号，和点菜，怎么上各种的菜。

每天遇见很多的客人遇见各种各样的人，我们生气过，累过。但是再想想每天晚上能和同学们室友们住在一起，一起工作，一起玩耍，一起拍照就感觉生活很美好很开心。其实生活中有许许多多的困难但是总有那些美好的事情会让我们忘记这些事。我还学会了许多东西，比如说包容，当你今天包容了这个人，每天都包容一个人那一刻你的胸怀会变得很大，在以后的生活中不能说没有困难但是可以说有些困难或者事情是可以你的胸怀解决的。

大学生的寒假社会实践心得感悟篇三

进入饭店可不是直接就进取的而是通过在网络上寻找然后面试才通过的，我也没想到就像做一个短工也面试，但是对我来说这样的面试并没有坏处，听说我们毕业之后去参加面试找工作，现在的面试对我来说就是一次预演，就是一次练习，虽然这次的面试简单但是我也体验过了面试。

进入到了饭店，我开始了工作，因为我一直都在上学，可以说什么眼力劲，动手能力都不怎么样，因为我并不会这些，只会默默的读书，正应为记的动手机会少所以我选择了参加社会实践，锻炼自己，因为自己的工作能力不行，每次上菜都需要有人提醒，都需要别人催促，导致我在工作的时候经常被训斥，以前的我从没有受到过这样的委屈，一种叫做难受的东西在心中酝酿，让我久久不能放下，一些阿姨和我一起工作的同事看到了我的情况，就及时点醒我告诉我，工作就要主动，不能什么都被动的接收这样的工作是不被领导说喜欢的，所以想要能够做好工作就要做到手勤眼尖，边做事请边思考，这样才能够做好。

因为有了他们的提点让我工作起来有了很大的进展也有了不同的结果，我的动手能力明显强了也得到了很多经验对我来说都非常宝贵，虽然不是与专业相关的工作但是却也都帮助很大，我发现很多行业都有一些相同之处，想要好工作只要我们把自己的工作完成，实现自己的任务目的之外还要学会释放自己的理论知识，虽然有一定的区别但是却能够锻炼，我学过消费这心理学这类营销学知识，在工作中我考虑，消费中的消费心理，经常会主动的给客户帮助让很多客户都慢慢喜欢我的服务，对我的满意度大大提升，我也从中收获了很多，比如与人交流的能力得到极大的提高，自己的办事效率也都变得更加高效快速，不在向以前一样磨磨蹭蹭，做起事来要分多个简短，能够一气呵成，知道了工作不能有拖延。

其实这次实践的最大的收获，就是我走出了大学人生的第一

步，能够跨出校门去学习去成长，不需要父母的庇护，不需要爸妈的教导，能够自己养活自己，能够独立生活这是我的优势，对我来说是一个非常好的开始。短暂的寒假充实快乐，在今后的假期中我还会积极参与。

大学生的寒假社会实践心得感悟篇四

寒假期间，我参加了“xx计划”大学生实践活动，到县市场监督管理局参加实习实践工作。在工作期间我学习到了在市场中药品药械以及化妆品的分布与管理，进入人事科后进行文案整理工作以及管理大学生实习方面的工作。

在实习中我感触很深，收获颇多。实践是大学生活的第二课堂，是大学生锻炼成长的有效途径。经过这段时间的实习，我认识到了我们不仅要学好学校里所学的知识，还要不断从生活实践中学习其他的知识，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。

这次的实习工作，也让我感受到了家乡的变化，以及家乡要发展的美好前途，我也希望以后可以回到家乡，为家乡的进一步发展添砖加瓦，为家乡的发展尽自己的一份力。

大学生的寒假社会实践心得感悟篇五

当我在学校的，我问了不少的同学，看一看他们是参加了哪种社会实践，我得到的回复大部分都是去一些大城市里面打零工，可寒假去打工不方便啊，而且再过不久就得过年了，我决定就在老家附近找一个事做吧，这样也少了很多顾虑。按照计划，我原本是要和我的高中同学一起去找事做的，可变化实在是太多了，最后我只能独自去寻觅一份。我看过不少的兼职广告，也找过不少的中介，不得不说现在的骗子还真不少，要不是我时刻提防着，怕是要被骗不少钱。好在经过一番折腾后，我还是找到了一个店子开始了工作。

这个店子是一家饭馆，我在这里就是一名服务员，每天的工作就是负责点菜、上菜、清理卫生等等。这家店每天的生意还是比较火爆的，虽然我一天的工作时间只有六个小时左右，但是我还是感觉到了深深地乏累，一是因为我对服务员的工作还不够熟悉，所以有很多业务我不清楚，碰到一些复杂的问题我也不知道怎么去解决，还得去问店里面的老员工，二是一天天的基本就什么机会坐下来，一直都疲于奔波在店内，给顾客们服务，站久了自然而然就会觉得腰酸背痛的。我最开始工作的时候，还出现了不少事情呢，因为我服务不够热情和主动，所以店里面的领班也批评了我几次，有几次我还差点把碗给摔在地上，这弄得我一直都是心惊肉跳的，好在工作了一段时间后，我也是熟悉了这种生活节奏，工作起来也没有感觉很累了。

这一次的工作经历，让我理解了工作的不容易，也体会到了钱不是那么好赚的，之前问爸妈要生活费的时候我还是理直气壮的，可我现在花钱却感到了分外的心疼，因为我工作了这么久也没有赚到多少钱，所以以后还是老老实实的把学习弄好吧。

大学生的寒假社会实践心得感悟篇六

时间一晃而过，转眼间社会实践快结束了。这是我人生中弥足珍贵的经历，也给我留下了精彩而美好的回忆。在这段时间里您们给予了我足够的宽容、支持和帮助，让我充分感受到了领导们“海纳百川”的胸襟，感受到了“不经历风雨，怎能见彩虹”的豪气，也体会到了煤矿工人的艰难和坚定。

在这段时间里，在老师和同学的悉心关怀和指导下，通过自身的不懈努力，各方面均取得了一定的进步。社会实践期间，我利用此次难得的机会，努力学习，严格要求自己，认真学习专业知识，利用空余时间认真学习一些课本内容以外的相关知识，掌握了一些基本的专业技能，从而进一步巩固自己所学到的知识，为以后真正走上工作岗位打下础。社会实践

期间努力将自己在学校所学的理论知识向实践方面转化，尽量做到理论与实践相结合，在社会实践期间能够遵守纪律，不迟到、早退，认真完成各老师交办的工作，通过本次社会实践，我们学到了很多课本上学不到的东西，并对煤矿井下生产有了更深的认识：

2、要把安全教育作为一项长期性的重要任务把安全教育作为一项长期性的重要任务，贯穿安全生产的全过程。要把安全教育工作作为一项长期性的工作来办，仅靠一两次的教育就让职工始终按章作业正规操作是不太现实的。必须做到常抓不懈，持之以恒。不要等出了事故紧一阵，开展活动忙一阵”的做法，更不能心血来潮，忽冷忽热。要树立长期抓的思想，切实把安全教育作为一项长期性的重要工用任务，制定长远规划，持续不断地对职工进行安全教育，使职工真正在思想上认清：“煤矿安全生产最大最危险的隐患是人的不安全意识和行为”所造成的，但安全事故都是由违章造成的”，“违章作业就是自杀，违章指挥就是杀人、犯罪”，从而牢固树立“安全第一”、“人的生命高于一切”的安全价值观，自觉地抵制“三违”，远离“三违”。

3、职工是安全教育的主体安全教育必须坚持以人为本，注重研究职工在安全生产过程中的思想、行为变化规律，研究不同层次的职工群体对安全生产的心理需求，研究预防为主的安全教育内容和手段。要围绕不同时期、不同阶段、不同季节的安全工作情况，针对常见事故的类型和发生地点，针对安全薄弱地点、薄弱人物的具体情况，有的放矢地对职工进行教育。要把以人为本的思想教育与法律约束、行政监督、经济和奖惩等多种手段有机结合，贯穿于企业管理、生产经营、法律法规等各项制度中，这样才能有效地增强安全教育的整体能力，提高安全教育的实效性。要不断创新教育形式和载体，积极探索安全教育的最佳方桉。下矿井之前应该做的准备：

1、了解本次下井所经过路线的安全条件和工作环境的安全条

件及紧急情况下的安全逃生路线和方法。

2、人井人员在人井前，一定要吃饱睡足休息好，并且人井前严禁喝酒。

3、人井前要穿戴好安全帽、工作服和胶鞋，做到整齐利索；脖子上最好戴一条毛巾，既可擦汗，又可防矿渣掉落到衣服里去，在自救互救中也可能用上。

4、接受岗前培训，取得安全资格证书方可人井。每个在井下工作的人员都必须熟悉自己工作地点的各种灾害情况的避灾路线。

5、必须遵守入井挂牌登记制度，登记后方可人井。

6、人井人员必须随身携带矿灯等照明灯具。

7、随身携带的锋利工具，如瓦刀、斧子、锯等必须套上护套或装入工具袋，以防伤人。

8、每个人井人员都必须自觉参加班前会，明确当班生产任务和安全注意事项，防止发生事故。矿井参观的感想：刚一到矿区就被它的整洁所震撼，在我想来，煤矿都是又黑又脏、灰尘满天的代名词，可是大湾煤矿不然。一走进矿区：平整的草坪、绿绿的树、整洁的路、楼内更是窗明几净，墙壁雪白。当我们站在煤矿作业区的桥上时，远看宽大的开采区景象，听着工作人员的解说，尤其是当看到开采原煤所用长龙似的火车装运时，大家无不感叹平顶山资源之丰富，企业规模之大。这种火车配20多个车厢，每个车厢可以装载吨上好的煤炭，！眼前的这一切征服了当时在场的每一位同学，大家纷纷站在桥上，和火车留影

矿井防尘：地面空气进入矿井后，由于矿石表面的氧化、木料的腐烂、凿岩、爆破及装运等作业产生粉尘和有毒有害气体，致使矿井空气成分发生变化，不同于地面空气，称为矿内空气。矿内空气的变化，造

成矿井作业环境恶劣，空气质量和气候条件很差，有害矿井作业职工的安全与健康。因此，必须进行矿井通风与防尘。供给矿井各工作面新鲜空气，排除、稀释有毒有害气体及矿尘；改善作业环境，保障职工的身体健康，提高劳动生产力，避免或减少灾害事故。矿尘对人体危害主要表现为：

1、有的矿尘会产生爆炸，造成国家财产损失和人员伤亡；

2、如果工人呼吸过多，会导致矽肺病，影响职工身体健康。为了预防矿尘危害，我们必须充分利用现有条件进行防尘工作（湿式作业、使用水泡泥、喷雾洒水、加强通风、戴口罩工作），减少矿尘危害。我井机采队、炮采队、放炮落煤（机采做机窝）后，煤尘浓度远远超过爆炸界限，因此，在爆破时，必须打开设置的水幕和使用好水泡泥。煤矿安全教育：煤矿安全是一种多因素、多环节、动态复杂的系统工程。据统计，全国工伤事故最多的是煤炭工业，煤炭工业中80%以上的事故是由于违章作业、违章指挥造成的。其中，人的不安全行为在煤矿事故致因中占有决定性的地位，而煤矿职工的心理隐患是不安全行为的根子，所以，早就有专家断言——研究矿工的安全心理素质，寻找出一套强化心理素质的好方法，对尽可能多地防止和减少事故有着特别重大的意义。在以后的路途中，我会更加多的实现我的梦想，多到基层中去感受社会实践，更多的了解到我们国家的国情，在了解到实际情况后能够相处更多的解决方案来，让我们的国家的生产更加的合理，安全！

大学生寒假社会实践心得【精】

大学生寒假社会实践心得【热】

大学生寒假社会实践心得【荐】

大学生寒假促销社会实践心得

大学生寒假社会实践心得【热门】

【热门】大学生寒假社会实践心得

大学生2022年寒假社会实践心得

大学生的寒假社会实践心得感悟篇七

这次社会实践是一段很忙碌的时间，在忙碌之中时间也仿佛变得快了起来。一转眼，二十天的社会实践已经结束了。这是我第一次进入社会，也是我第一次全职做这样一份工作，这一切对于我来说都很新鲜，同时也充满着挫折感。所以这二十天让我受教良多，也让我明白了人生中很多的道理。我想在这里将自己的这些体会记录下来，让自己对今后有一个更好的打算！

这次实践的地方是一家美妆店，我当时选择美妆店，是因为自己本身喜欢美妆，其次做销售也是一件可以锻炼自己的事情。但是在这个市面上，很多美妆店都是不会招寒假工的，一开始也确实找不到这样的寒假工。但是后来通过我朋友的介绍，一家美妆店愿意接受我，但是有要求，就是二十天的时间内要做出业绩来，如果没做出业绩的话二十天的底薪减半。一开始我认为自己只是来工作感受一下生活，我相信这是许多大学生进入社会的初步心理，所以我也不是很在意这个底薪，也抱着一种无所谓的态度。但当我工作了第一天之后我就遇到了自己思想上的转折点，那一天恰好是美妆店做活动，活动也比较大，虽然我第一天上班，但在此之前我也是受过培训的，所以我也能够自己独立上手。那天的人流量很大，平时不太健谈的自己突然之间话都变得多了起来，一旦有客人进店，我就会热情的跑上去问，刚开始自己问出口还会有一些别扭，但是次数多了就感觉都是一样的了，也不会有太多别扭的感觉。所以越到最后，我就越是健谈了。一天下来，接待了不下三十名客人，这天店内的收益也特别的高，而我这一天便差不多完成了这个月三分之一的业绩。我

接收到了满满的成就感，也仿佛看到了自己的希望，与此同时，我对这份底薪和提成就更加有想法，有激情了。

一次成功，让我明白了一份事业的意义，它能给我带来成长，能给我带来憧憬和希望，它更能给我带来内心的满足和充实，这对于我来说就已经足够了。同时我也很清楚赚钱不易，我也更加理解爸妈每天在外辛苦赚钱的艰辛，所以我就要更加珍惜在校学习的时光，争取在毕业之后找到一份好的工作，为自己赢得富裕充实的生活条件，为家人也带来一些欣慰。这次实践，让我更加的'充满希望，充满力量。我会继续努力，继续往前，继续坚持，去看一看更远的世界，也望一望更远的未来！

大学生的寒假社会实践心得感悟篇八

不知不觉中今年的寒期社会实践就已经要结束了，一个月的时间，说长不长，说短也不短，毕竟那炎热的天气，就会让我记住这个特别的xxxx月。

今天温度还是很高，这个时候还要在外面跑，我也是被自己的精神给感动到。这天待在房间里是没什么感觉，但在外面只要稍微一动，就是汗流浹背的下场，衣服是湿了好几遍，湿了又干，还要继续穿在身上，自己都要被汗臭熏到，还好今天的客户都比较好相处，并没有对我表现出很嫌弃的样子，反而我的工作非诚支持，主动配合我完成工作。这点还是比较让人高兴的，这炎炎夏日也就多出了些许凉意。

每天在外面跑，原本讨厌的赶公交，反而成了我一天中最为享受的时光，在车上吹着凉风，小憩一下，也会觉得是人生中美好的事情。还有几天寒期社会实训就要结束，想想却有点不舍，好不容易已经开始满满习惯甚至爱上这样的日子，却到了快结束的时候了，想要对过程中每一个曾给予我帮助、肯定、批评的人说谢谢，谢谢你们让我成长。

大学生寒假社会实践心得【精】

大学生寒假社会实践心得【热】

大学生寒假社会实践心得【荐】

【推荐】大学生寒假社会实践心得

大学生寒假社会实践心得【推荐】

大学生寒假假期社会实践心得

【热】大学生寒假社会实践心得

【精】大学生寒假社会实践心得

【荐】大学生寒假社会实践心得

大学生的寒假社会实践心得感悟篇九

放假回到家中之后，我便联系上了自己的同学，我的这名同学经常在假期里去地方打工的，之前我还在一个餐馆里碰到了她，所以找这种有经验的同学准没有错。在和同学了解了一些情况之后，我得知了刚好有一家正在招收服务员，而且招人的要求也低，只要手脚、口齿不是太笨就行，得知了这个信息之后，我连忙找上了这个餐厅，在和餐厅的负责人表明了来意之后，我便和负责人谈论起了一些比较重要的信息起来了，最后我还是答应了他们在这里进行为期一个月的，这里各方面的待遇还是比较令我满意的，工作一个月的话还是能抵上我两个月的生活费的，所以我对于上班都有点迫不及待了。

第二天我便按照要求准时赶到了餐厅里，在这里我先是跟着老员工们学习了一些最基本的工作制度，也明白了一些招待

的礼仪，由于我之前没有啥工作经验，所以我还只能在一旁先看着别人是怎么干活的，我得先从最基本的打扫卫生学起来，然后再去学端菜、上菜等等，就这样，我在餐厅里打扫了几天卫生后，才有资格去做一些服务员平日里要做的事情。有时候餐厅里面客人比较多，大家都忙活不过来，给客人点菜、上菜都显得有点混乱，所以这时候就得考验我们的耐心和专注度了，要是上错菜或者漏了客人的话，那么必然是会影响到自己的绩效的，但也正是这样一种忙碌的状态，让我学习的很快，我渐渐地适应了这样一种快节奏的工作方式，也掌握了一种和客人打交道的方式，这让我不得不感叹道要是我以前早点来工作就好了，那么我不仅能给家里少添一些压力，还能让自己的身心得到一个不错的磨练。

大学生寒假促销社会实践心得

大学生寒假社会实践心得【热门】

大学生寒假社会实践心得【精】

大学生寒假社会实践心得【热】

大学生寒假社会实践心得【荐】

【热门】大学生寒假社会实践心得

大学生2022年寒假社会实践心得

大学生的寒假社会实践心得感悟篇十

虽然而今很多都是用手机来支付，但是作为收银员，同样也是需要收付现金的，毕竟还有一些人是不习惯用手机来支付的，而在做这份工作的时候，我也是跟随同事，看着他们做了半天，然后教了我半天，我也是上手了，的确操作是比较的简单，但是收银员是要注意很多细节的，像袋子里的商品

是要确认清楚，也是有一些想贪便宜的，把商品混装，期待蒙混过关的，或者标价不一致的，都有这种情况。在收现的时候也是需要确认清楚不要收到假币了，同时在和客户扫码核对商品的时候也是要好好确认清楚，避免误扫或者遗漏了，导致耽搁时间。

寒假的时候超市是比较繁忙的，毕竟过年了，很多人都是需要去购置东西的，而一天的收银工作下来，我也是感觉到特别的累，别看这个工作就简单，但其实真的做下来，还是挺辛苦的，而且有时候也是会感觉到很枯燥。可以算是一个比较基础重复性的工作，但是在这份工作中我也是明白，无论做什么事情，都不可能避免重复，而且也是需要我们有耐心的去做事情，就像我们学习英语，背单词，就是比较枯燥重复的，但是想要背好，灵活的去运用，就需要我们去下一番的苦功夫。

做好一件事，就必须付出很多的精力，同时在这份社会实践工作之中，我也是可以感受到要做好，想要得到客户的满意，自己的服务态度也是非常重要，不能板着一个脸来做事情，要微笑的去服务，让客户感觉到我们的热情和欢迎的态度，说话也是需要有一个友善的语气，开始我做的不是太好，毕竟没做过，也有些放不下身段，但是经过反思和总结我也是知道，既然做了这份工作，那么我还是要去把它给好好的做好，所以我也努力的去提升自己的服务水平，做好收银员的工作，回顾这一个寒假的工作，我也是感觉到了我的经验不足，以后也是要多参加社会实践，锻炼自己，提升自己的能力。

大学生的寒假社会实践心得感悟篇十一

寒冬的天气里，我没有窝在家里，而是去到超市做收银员来作为我这个寒假的一个兼职工作，虽然是个很基本的工作，但是要做好，也不是那么的容易，上手我还是很快，同时通过这次的社会实践，我也是对社会有了更多的一个认知，了

解了更多工作真的不容易，我也是要更加努力的去学习专业的知识，让自己毕业之后更加的有竞争力。

虽然而今很多都是用手机来支付，但是作为收银员，同样也是需要收付现金的，毕竟还有一些人是不习惯用手机来支付的，而在做这份工作的时候，我也是跟随同事，看着他们做了半天，然后教了我半天，我也是上手了，的确操作是比较的简单，但是收银员是要注意很多细节的，像袋子里的商品是要确认清楚，也是有一些想贪便宜的，把商品混装，期待蒙混过关的，或者标价不一致的，都有这种情况。在收现的时候也是需要确认清楚不要收到假币了，同时在和客户扫码核对商品的时候也是要好好的确认清楚，避免误扫或者遗漏了，导致耽搁时间。

寒假的时候超市是比较繁忙的，毕竟过年了，很多人都是需要去购置东西的，而一天的收银工作下来，我也是感觉到特别的累，别看这个工作就简单，但其实真的做下来，还是挺辛苦的，而且有时候也是会感觉到很枯燥。可以算是一个比较基础重复性的工作，但是在这份工作中我也是明白，无论做什么事情，都不可能避免重复，而且也是需要我们有耐心的去做事情，就像我们学习英语，背单词，就是比较枯燥重复的，但是想要背好，灵活的去运用，就需要我们去下一番的苦功夫。

做好一件事，就必须付出很多的精力，同时在这份社会实践工作之中，我也是可以感受到要做好，想要得到客户的满意，自己的服务态度也是非常的重要，不能板着一个脸来做事情，要微笑的去服务，让客户感觉到我们的热情和欢迎的态度，说话也是需要有一个友善的语气，开始我做的不是太好，毕竟没做过，也有些放不下身段，但是经过反思和总结我也是知道，既然做了这份工作，那么我还是要去把它给好好的做好，所以我也是努力的去提升自己的服务水平，做好收银员的工作，回顾这一个寒假的工作，我也是感觉到了我的经验不足，以后也是要多参加社会实践，锻炼自己，提升自己的

能力。

大学生的寒假社会实践心得感悟篇十二

时间飞逝，在大学的第一个假期很快就结束了，可是我还是沉醉在自己寒假社会实践的收获中。作为一名大学生，有着重大的历史责任和使命，而要承担起这一切，跟上时代的步伐，必须让我们的每一天都无缘无悔。我不想虚度我的人生。因此在大学的第一个假期，我有了一个充实的、难忘的社会实践经历。我度过了一段被人称为“老师”的难忘的、阳光的日子。我在一家教育机构课外辅导部做兼职老师，在这次实践中，我感受到了不一样的东西，是我之前没有接触到的东西，这对我来说，是一项很难得到更好的发挥的前提。在不断的发展中，我有了更多的进步，我知道自己需要更多的进步，现在的我已经很好的适应了学校生活，可是社会生活还是不行，我需要继续不断的努力。在实践中使自己不断地提高。大学生寒假社会实践促进大学生素质全面发展，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、协作精神、实践能力和社会交往能力的重要途径。因此我觉得在假期得到这样的锻炼对自己尽快的适应社会生活有很大的作用，这样的经历也会成为自己的一笔宝贵财富。

这次假期我为什么选择做家教作为自己实践的内容，原因有两点，首先我爸是一家课外辅导的负责人这样就给我提供了一个很好的平台，还有一个原因就是自己一个小小的梦想。记得小时候就有一个梦想，希望长大后能成为一名光荣的人民教师。可是后来经历了人生的种种，我成为了一名工程管理专业的大学生。可儿时的那个梦想却一直都没有消逝。老师那高大的形象和伟岸的身躯，“好大一棵树”的优美旋律却依然在我脑海中萦绕，在身边回响。于是就有了这样一个“一石三鸟”的经历。可以实现我的儿时梦想；能多一种不同的人生经历；可以靠自己的双手完成学业。后来我发现不仅仅让我学会了这几种东西。而使自己更加清楚的了解了自己

的能力和学到了许多课堂以外学不到的东西。

在假期刚结束一周左右我就开始了自己第一次社会实践。第一天是试讲，我给两位初中生补习数学，为了能做的更好，我又把初中时代的课本重新翻阅了几遍，走上了我的人生第一讲。尽管有些紧张，但是我还是通过了第一关。当时我心中唯一的感受就是做一名老师真的很不容易呀。一回生，二回熟，就这样我便做起了我的“老师”了。可能是第一次给学生做家教吧，我格外认真，每次讲课的前一天晚上，我都很努力的备课，生怕讲错了那一道题。可是这样事情还是发生了，有一次我讲错了一道题，当时要是有一个地缝，我恨不得钻进去。就这样我每天早上起得很早睡的也比较晚，很辛苦，很累，但是却很充实，算是顺利的完成了我的当老师任务。学生家长也对我很认可，我带的学生也对我很尊敬，我们也成为了好朋友。特别是他们管我叫“仲老师”的时候，我的感觉就好像是飘向了天，很自豪，很光荣。那时我才真正的明白人们为什么说老师是太阳底下最高尚的职业。

也跟大家共同分享。

一：教育需用心

我们都是经历了九年义务教育后按部就班的上高中、考大学，如今自己以一个过来人得身份面对这群还处在懵懂时期的孩子时，或许更能体会到他们的心情吧。在这里，带班的大都是在校大学生。他们年轻、富有活力和激情，当然还有自己独特的教学方法和理念。孔子讲“因材施教”，在这里，针对不同年龄的孩子，当然需要不同的教育方法和方式。比如说对于一二三这三个年级的小学生来讲，鼓励和奖励是他们最喜欢的方法。做的好的，适当给予相应的奖励，做的不好的，则要给予鼓励。批评是需要的，但非必要。而对于四五六这三个年级的小朋友来说，他们虽然还小，但脑子里应已经有了一定的的是非观念和自己的想法。所以一块糖，一个大拇指这样的奖励对他们来说就有点幼稚了。不过，你可以奖励

他们一些他们感兴趣的东西，比如一块聊聊穿越火线，一起做游戏，讲个他们感兴趣的故事等等。而对于初中生，正是个性形成和发展的关键时期，因此一定要注重他们的个人感受。一味的批评无疑是他们最反感的。所以平时的教育中，既要想办法引起他们的兴趣，又要把知识传授给他们，同时还要搞好和正处于叛逆期的他们的关系。一期班下来，收获的不仅仅是他们的信任和喜爱，还有面对他们成绩时的自豪感和成就感。一直记得最初辅导班负责人的话：一定要用心。只有这样，才能获得家长和学生的信任，只有这样，我们的事业才会长久和发展。当然，不仅仅是做教育需要用心，从事任何行业，都需要我们用心去做好每一件小事，只有做好了每一件小事，才能成就大事。俗话说，细节决定成败。只有真正的用心注意好细节，才能将事情做好。因此说“走心”，这不仅仅是演员们演戏时的要求，也是平时的工作、学习和生活中，想要做好每一件事情的一个前提和必要条件。孔子说“有教无类”，确实一个班里总会有几个学习成绩差点的，几个学习成绩优秀的。当然，自己的亲身体会也证明，老师喜欢学习好、懂事的孩子是有道理的。但这并不能成为我们放弃其他孩子的理由。看到成绩好的孩子取得好成绩，我们当然会高兴；但当你看到经过自己的努力，那些成绩差的小孩成绩有了进步时，心里更多的确实骄傲和自我的满足。我们都曾经经历过，所以知道小孩子会喜欢怎么样的老师，会讨厌怎么样的老师。也知道他们更容易接受哪种教育方式。所以这是我们的一个优势，也是我们应该好利用和开发的资源。时间虽然不常，但学到的东西，却不仅仅局限于教育上。相信这些人生的经历会让我在以后步入社会的道路上，给我以启迪和警醒。

二：挣钱很辛苦要学会节俭

勤俭节约自古就是中华民族的传统美德。但是这对于从未步入社会参与劳动的我们来说，就如同对牛弹琴。对于一直以来的纯消费者而言，哪会明白赚钱的辛苦和不易。而且一直以来，还理所应当的享受着父母给予我们的一切。但当我真

正投身其中的时候，我还是体会到了赚钱的辛苦和不易，虽然这并不是多么费力的体力劳动，但每天按时的上下课，对懒散惯了的我来讲，已经是一个不小的挑战。尤其是天冷的那几天，起床变得尤为困难，但因为肩上的责任，每次都是咬咬牙，坚持了下来。最后，手里拿着自己辛辛苦苦赚来的红包，心里既激动又感动，觉得自己好像瞬间就长大了，懂事了，可以分担一下父母肩头的担子了。虽然工资并不多，但毕竟是融入了自己的汗水，付出了自己劳动的所得，所以拿着“沉甸甸”的红包，想着之前自己打算的花钱计划，犹豫了。还是把钱花在有用的地方，那些杂七杂八的东西终究还是没舍得花自己赚来的钱。哲学讲实践出真知。如果不是亲身体验了一把工作的艰辛，仅仅从书上学习那些空洞的理论和说教似的东西，我不会有这么深的体会和感悟。也不会明白父母的辛苦和不易。所以我倡议大家利用课余时间尤其是大学生出去做份兼职，一来体会一下生活的艰辛，二来自己赚取一点零花钱，再者还可以积累一些工作经验，学到一些课本上我们学不到的东西。只有真正体验了其中的滋味，才能给一个人的心灵最大的触动。半个月的讲课，早睡早起的生活，既锻炼了我的意志，又让我明白了什么是责任，什么是担当。所以从此以后，节俭不应该仅仅停留在口头上，更应该实践在平时的生活中。继承先辈们的优良传统，既是对先辈的最好缅怀，也是我们以后可以留给后辈们的宝贵财富。

三：搞好人际关系

人际交往是伴随我们一生的一门课程，如何与人相处，如何与不同的人相处这是我们一生都值得研究和探讨的课题。在辅导中心，我们要跟不同年龄的小朋友和大朋友相处，还要跟其他阅历、背景不同的老师相处，还要跟学生的家长做好及时的沟通，当然跟管理者也需要及时的交流和讨论教学中的困难和问题。因此，这张复杂的关系网中，如何与不同的人相处，如何搞好人际关系成为了一门学问很大的课程。

首先，在与学生的相处中，因人而异成为了首要原则。有的孩子内向，有的孩子外向，有的调皮，有的内敛。针对不同个性的孩子，因人而异尤为重要。作为一个大哥哥一样的老师，不要摆出一副高高在上的样子，拒人于千里之外，那样谁都不会喜欢你。相反，亲和力才是一个老师受欢迎的法宝。其次，在与学生家长的沟通和交流中，则要以足够的耐心和责任心让他们放心。家长把孩子交给老师，那是对你的信任。同样的，你必须要做到让家长放心。针对孩子平时学习中的问题，一定要及时发现，及时沟通。当然，这种沟通并不是告状，只是为了更好的促进孩子的成长。只有老师和家长的共同努力，共同配合，才能使孩子更加健康快乐全面的成长。

再次，是与管理者之间的交流。作为辅导中心的老师，首先要服从管理，听从安排。当然这并不是说你不可以有自己的意见和建议。适当的时机，你也可以发表自己的建议。而且一定要做好沟通。对于平时教学中发现的问题，一定要及时的与管理者沟通，只有这样，才有可能在事情变糟糕之前，解决掉那些可以避免的麻烦。而与其他老师之间的相处，即与同事之间的相处，也是非常重要的一点。和谐的人际关系会让你的工作更加轻松、更加简单。俗话说，三人行，必有我师。在平时的交往中，要真正做到则其善者而从之。善于看到别人的优点和长处，善于学习别人的优点和长处，这是一个人不断成长和成熟的标志。在辅导中心的一个非常受欢迎的老师身上我也学到了很多。

比如，上课时，给其他老师倒杯水，教孩子们懂得感恩老师的付出，当然还有一些小方法和小窍门，虽然很小，却很受用。人与人之间的相处是一件很奇妙的事情，虽然我们不可能做到让人人都喜欢自己，但起码掌握一定的人际交往技巧，对于改善人际关系，构建和谐人际交流网络还是非常有必要的。良好的人际关系使我们的一笔财富，不论是在大学，还是以后步入社会，这都是我们人生中不可或缺的一课。掌握一定的技巧，学会一定的方法，则可以让我们的关系更加和谐，从而使我们的社会更加和谐。

四：管理有方法

在大学自己是学工程管理专业的，所以在这次实践中得到的管理经验对自己专业学习有很大的作用。通过这次当老师的经历，我认为作为一个管理者，方法尤为重要。对学生的管理，你既不能像在学校那么严厉，又不能太过懒散。所以把握好一个度，显得尤为重要。但需要明确的是一定要有明确的管理方案和要求，否则将难以控制其局面。所以，管理有方法，合作更和谐。

五：自立方能自强

作为当代青年和大学生，当然还是90后，如何成长如何成才？我认为第一步一定要学会自立。寄生虫一样的生活环境很难培养出真正优秀的人才。而一味靠父母也不是我们的风格。离开父母的羽翼，自己敢于面对生活的风雨和挑战，这才是你真正步入社会所需要学会的第一步。一个人只有真正的自立，能吃的了苦，方能成就自己。一个人如果连自己都照顾不好，何谈抱负和理想呢？自立、自信、自强是我们青年人的宝贵财富。所以即使家庭再优越，父母再有钱，如果你自身不够优秀，你也不是一个成功的人，不是一个会受人敬仰的人。

在这十几天的经历我最深切的感受就是：不论什么事只有亲身的体验过，才会有真实的感受，才能对这件事有比较实在的，深刻的认识；还有一点就是，世上无易事，均须用心去做。这些收获和体会将影响我以后的学习生活，对以后的工作产生积极的影响。

第一次参加社会实践，我明白大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，有助于我们在校中学生更新观念，吸收新的思想与知识。近

三个月的社会实践，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！

寒假我回到了家乡，为了使自己假期过的充实，自己独立的去找了一份工作是中国移动通信的(专营店)，其实也算是营业员。因为移动网络很多方面用的就是非完全电子商务。在那工作我没有说我是实习生对公司的人来说我是一个走出社会的人了，给我的压力是自己要像有社会经验的人一样。幸运的是，在我努力学习下，很顺利的和同事相处，工作也投入了其中。我的工作主要是办卡，充值和业务咨询服务。

经过一段时间后，自己常常出现错误，粗心大意，马虎了事，心浮气躁。而且也接受了批评，这使我明白了做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸！社会实践活动带给我们的是欣喜，喜悦。在实践活动中我们感受到自己的微薄，体会到整个社会强大的凝聚力。一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长，在实践中学习，充实了自我，增强了口头表述能力，与人交流，真正地走出课堂。如何服务大家，享受自己的成果，使自己陶醉在喜悦之中，有时会很累，但更多的感觉是我在成长，我在有意义地成长，在这之后，我明显地发现自己变开朗了，虽然我自己的力量不足以改变一些东西，但如果再多一些人呢，整个社会共同努力，这才是动力之根本，动力之源泉；另一方面，我意识到了自己的不足，没有经验，没有与人交流的口才。说实话，对于这种实践活动，我并不十分清楚其真正的意义。可是对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。于是，我带着心中的问号，踏上了社会实践的“道路”，也结束了这个实习阶段。在这次会计实习中，我可谓受益匪浅。仅仅的一

个月实习，我将受益终生。这一次的实习虽然时间短暂，虽然接触到的工作很浅，但是依然让我学到了许多知识和经验，这些都是书本上无法得来的。通过实习我们能够更好的了解自己的不足，了解这个社会的方方面面，同时给自己在新的学期定下了目标，能够让我更早的为自己做好职业规划，设定人生目标，向成功迈进一大步。

我打过工，知道学生打工很不容易。学生是廉价劳动力，有的公司很江湖，我们辛辛苦苦赚来的钱还少给，有的是托着不给，还有的干脆就不给了。

那么现在自然先得选择好打工的种类。时下大学生打工无非是做家教，搞推销，出卖劳动力。据说现在做家教就等同于骗钱。这可是我们班上十几位做家教的同学一致的心得体会。再说由于这学期就要结束了就算想骗也没有地方骗了，因此做家教显然行不通。搞推销，说句老实话，其实我是很想干这行的。不就是告嘴皮子混饭吃吗，那还不容易？可转念一想，还是不行，只因为自己面目狰狞。加上五短身材，我的哥们一致要求我不要去现丑。说是影响市容，极易让外国游客对广州产生误解。我知道什么叫金玉良言。什么叫忠言逆耳。为了顾全大局，推销也只好作罢——说实话，推销实在太苦了。我怕我受不了。

我寒假每天早晨7:00起来，下午6:30下班。听听元老们的工作经验，慢慢的我干了将近一个月，教我一些有关公司的基本知识。我慢慢的开始进入工作状态。每天对象是电脑，一天下来，我的眼睛都成肿的了。打工可真累，我是深有体会呀！但是打工不仅可以增加收入，减轻家里的负担，还可以通过打工锻炼自己，培养各方面的能力。打工是人生历练的过程，是人生很有意义的经历。边学习边打工，收获肯定会比在学校里一味读书多得多。

“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。

老板对我很好，对员工们都很好，第一月虽然没有学到多少东西，但是，我对公司的印象还是比较不错。我会更加努力的去做的。不会让公司的员工失望的。

打工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。

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。暑期虽然只有短短的两个月，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。

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。