

# 暑假社会实践心得体会(实用15篇)

在进行教学反思时，我们需要关注教学目标的达成情况、教学内容的传递方式以及学生的学习效果等方面。接下来，我们将分享一些有关培训心得的案例，希望能给大家提供一些具体的参考。

## 暑假社会实践心得体会篇一

为了拓展自身的学问面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的阅历，熬炼和进步自己的力量，以便在以后毕业后能真正的走向社会，并且可以在生活和工作中很好地处理各方面的问题记得教师曾说过学校是一个小社会，但我总觉得校内里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是高校高校，同学还终究保持着同学身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系简单，但你得去面对你从没面对过的一切。所以这个暑假小舅介绍我去他们公司部门做些最初级的工作，所以我就去了。

主体，而我对学问也能把握，本以为到了公司可以应付得来，但是在公司里并没有想象的那么简单，平常在学校数字错了改一改就可以交上去，但在工作里，数字肯定不行以错。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，只是纸上谈兵是不行能在社会立足的，所以肯定要特殊留神慎重，而且一旦出错并不是像学校里一样教师打个红叉，然后改正来就行了，个人简历在工作里出错是要负责任的，这关乎公司的利益。

总之，这个暑假的社会理论是丰富而又有意义，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绘的，因为

这是一种实实在在收获，是对有阅历者优先的感悟。

在我的`打工生活中，我也明白了很多：在日常的工作中上级欺压、责怪下级是不行避开的。虽然事实如此，但这也给我上了珍贵的一课。它让我明白到别人批判你或是你听取别人的意见时，肯定要心平气和，只有这样才能表示你在诚意听他说话。虽然被批判是很难过的，而且要明确表示你是真心在承受他们的批判。

因为这样才能在失败中汲取教训，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，这才是我所应当做的。

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。可是假设你只问耕耘不问收获，那么你肯定会交得到许多伴侣。对待伴侣，切不可斤斤计较，不行强求对方付出与你对等的真情，要知道赐予比获得更令人快乐。不管做是事情，都必需有主动性和乐观性，对成功要有信念，要学会和四周的人沟通思想、关心别人、支持别人。

## 暑假社会实践心得体会篇二

今天，是踏上三下乡征程的第一天，我们在指导老师的带领下坐上通往遂川的校车。那炎热的太阳通过车窗照射在神采奕奕的我们身上，让我们对目的地充满了期待。

在校车行驶了三个小时后，我们到达了目的地。这是一个被山包围的小村落，那袅袅升起的炊烟，那高大的榕树，以及那睁大眼睛看着我们的儿童，都像是在表达对我们的好奇。

我知道，今天是不平凡的一天，我们的`到来，会在这平凡的小村落留下浓墨的一笔。虽然说我们的力量很渺小，但我们团结一致，彼此合作，下乡锻炼的决心是不可阻挡的。

## 暑假社会实践心得体会篇三

暑假，从7月16日至8月16日，一个月的实践生活，让我学到了很多课本和课堂上没有的知识。现在社会竞争压力非常大，无论哪方面，总之赚钱真的不容易，本着“挣点零花钱，其次从打工中学点其他方面的知识”的想法，抱着满腔热血只身一人去了很多地方，均被委婉拒绝，说是不需要暑假工。

很苦恼但也没办法，暑假工的短期性质并不适合很多工作。即使需要暑假工的地方，工资又低的可怜，最终经亲戚帮忙才找到一份大理石质检员的工作，很感激也很满意这份工作。刚开始与别人共事，由于自己是零基础，什么东西都要向领班叔叔请教学习，所以手脚有些笨拙，有时还会手足无措，但是我依然相信自己很快能融入到这个职位中，只要有恒心。于是打起十分精神，认真对待，交到我手里的任务，我一定要做到比别人强，这样才能对得起“大学生”这个身份。

大理石加工区的质检是我的日常工作，每天得从办公室成功的找到石材订单，步行至百米开外的加工区进行石材质检工作，其内容是核对数量，检出烂板，根据设计图纸核实加工项目，以及加工品质。每天在这过程中来回反复，不厌其烦。而且工厂里的环境也挺烂，打磨石材制造的粉末弥漫在每处有空气存在的地方，被工友调侃地比喻成“蓬莱仙岛”如梦如幻，如诗如画。

期间，我结识了很多长辈、大哥、大叔，他们有许多优点值得我去学习。他们吃苦耐劳，节俭持家，但是每次到外面消费都抢着买单，对待身边的朋友很大方。一旦走进他们的世界，你会发现很多精彩。如何同形形色色的人打好交道，我不知道怎么能从一个狭窄的教室，所以学校才要求寒暑假学生主动去实践，然而有些同学却当做累赘，却违背了良好意图的本意。

## 暑假社会实践心得体会篇四

社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会，是一个需要不断磨练的过程，也是一个不断升华的过程，实践活动是学生接触社会，了解社会，运用所学知识实践的途径与方式。亲身实践，而不是闭门造车，认识社会，了解社会，才会为步入社会打下了良好的基础。实践让我的生活变得多姿，实经过这次实践的经历，让我深刻的认识到，不管做什么事情都一定要认真仔细。

学习也应如此，决不能走马观花，正所谓细节决定成败。做任何事情的时候，存在不懂的地方是在所难免的，这时的我们应该抱着学习的态度主动求教于他人，而不是因为自己受过高等教育就目中无人，不屑去像他人求教，因为再细微的工作都存在着它自身的价值和意义。

## 暑假社会实践心得体会篇五

今年暑假，我来到xx吊索制造有限公司实习两周，受益匪浅。自从进入大学，就业问题似乎总是围绕着我们，成为一个无休止的话题。当今社会，招聘会上的大字报总说“有经验者优先”，但我们这一类还在校园里的学生，会有多少社会经验呢？为了扩大自己的知识面，扩大自己与社会的接触，增加自己在社会竞争中的亲身经历，锻炼和提高自己的能力，让自己在毕业后真正进入社会，适应国内外经济形势的变化，处理好生活中的各种问题，这个假期我进了一家私企，开始了我的社会实践。

实践就是把你所学的理论知识运用到客观实际中去，让你的理论知识学以致用。如果只学不练，学的东西等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可以为以后找工作打下基础。通过这一段时间的实习，我学到了一些在学校学不到的东西。因为环境不一样，接触的人和事不一样，从中学到的东西自然也不一样。学会从实践中学习，在学习中实践。

而且随着中国经济的快速发展和中国加入世贸组织，国内外经济日新月异，每天都有新的东西不断涌现。在拥有越来越多机会的同时，也有更多的挑战。中国经济越是与外界接轨，对人才的需求就会越高。我们不仅要学习在学校学到的东西，还要从生活中学习其他知识，不断从各方面武装自己，这样才能在竞争中脱颖而出。

x\*有限公司是一家从事各种吊索具生产的专业制造商，已有30年的生产历史。主要生产复合吊绳、高强度纤维吊索、成套吊链、纸导绳、注射绳、梯子、安全带等几大系列数百种规格的产品。广泛应用于电力油田、机电、化工、港口、造纸等行业。产品应用于长江三峡工程、黄河小浪底工程等。在实习的这段时间里，我帮忙接电话，复印材料，整理文件，开发票等。，感受到了工作氛围，这些都是我在学校感受不到的。而且，很多时候，我还得时不时的做一些工作之外的事情，有时候还要做一些打扫卫生的工作。在学校，有些老师可能会分配我今天做什么，明天做什么，但在这里，没有人会告诉你这些，你必须自觉地做。在学校，只有学习的氛围。毕竟学校是个学习的地方，每个学生都在争取更高的成绩。而且这里是工作的地方，大家都会努力工作，争取更多的报酬。无论是学习还是工作，都有竞争。在比赛中，要不断学习别人先进的地方，学习别人的行为方式，才能提高自己的能力！记得老师曾经说过大学是个小社会，但我总觉得校园里总有那份纯真和真诚。即使是大学，学生还是保持学生身份。一边进入企业，接触各种客户，同事，老板等。，关系复杂，却要面对以前从未面对过的一切。在学校，理论学习很多，而且是多方面的，几乎涵盖了方方面面；在实际工作中，你可能会遇到书本上没有学过的情况，或者根本用不到书本上的知识。可能工作中只用到了简单的问题，只要设置一个公式就可以完成一个任务。有时候我会抱怨实际操作这么简单，但是为什么书上的知识让人学起来这么费劲？这是社会和学校的脱轨吗？也许老师是对的。虽然大学生的生活不像步入社会，但他们终于是社会的一份子，这是不可否认的事实。但有时我不得不感谢我的老师不知疲倦的教导。

有些问题已经在课堂上认真消化过了，也有我平时作业的补充。我的起点更高，处理各种工作问题的知识也比别人多。作为一名新世纪的大学生，我应该知道如何与各行各业的人交流，处理社会上发生的各种事情，这意味着大学生应该重视社会实践，这是不可或缺的。毕竟两年后，我已经不是大学生了，而是社会的一员，我想和社会交流，为社会做贡献。懂得纸上谈兵是远远落后的，人生的征途是漫长的，为了锻炼自己成为一个合格的，对社会有用的人。

在公司，领导也批评过我。而且，我永远不会忘记这句话：“看看你做的这份工作。你在学校很笨吗？你做不到！”其实没什么大不了的，只是我工作不够认真。但那时候我觉得很可怕，脸红了白了，自尊也没了。在大学工作，重要的不是得到什么，而是付出多少。不是你会得到什么，而是你学到了什么；测试一个人能力的最简单的标准之一就是他对工作的态度。其实，无论你在假期做什么，都或多或少能提高一个人的内在或外在能力，也能深刻体会到劳动者的艰辛。实践中流汗的过程，只是一个成长的过程。

虽然我的暑期实习生活不长，只有两个星期，但它为我的生活刻下了难忘的经历。我不知道别人对这种实际生活怎么看，但对我来说意义重大。让我在享受生活的时候，也尝到了生活的艰辛。很多在学校读书的人说，宁愿出去工作，也不愿意在学校读书；社会上的人更愿意回到学校。我们上学，学习先进的科学知识，是为了将来进入社会，奉献自己的力量。我们今天应该努力掌握专业知识，以便明天更好地服务社会。

我感谢我的实践生活，它考验了我，激励了我，让我从贪玩到好学，从懒惰到勤奋，从茫然到自信，从幼稚到成熟。

## 暑假社会实践心得体会篇六

我们都应该以平等心对待生活中遇到的每个人。

这次实践也给了我新的认知，是体验基层生活也是进入社会的一个过渡。

社会是一所能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件，体现大学生的`自身价值。

实践的日子也让我对于自己今后的发展有了一些规划和想法，要继续的提升改变自己，让自己更好的去适应社会。

这次实践对我而言是个难得而珍贵的机会，体会了许多新鲜的事，也领会了许多道理。

## 暑假社会实践心得体会篇七

这次实践我来到了xx村，切身体验到了基层工作的艰辛与不易，也品尝到了为人民服务所带来的快乐。在烈日下分发“文明城市”的宣传单，走访宣传防溺水知识，这些我从未做过的事是切切实实的充实了我，让我学到了课本上所学不到的.知识。

这次大学生暑期实践活动让我收获了不一样的体验，我也将在接下来的实践活动中充实自己，努力提升自己的能力，不负这次的社会实践机会与炎炎的夏日。

## 暑假社会实践心得体会篇八

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双手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，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。

护理暑假社会实践心得体会

暑假药店社会实践心得体会

学生暑假社会实践的心得体会

大学暑假社会实践活动心得体会

## 暑假社会实践心得体会篇九

暑假来了，大部分学生都回家玩去了，因为这是属于他们玩的时间。

我没有回家，留在xx了。这些天一直在干兼职，发传单，做小蜜蜂等等□xx的物价都上涨了，大家都说金融危机以来xx什么都涨价了，就是工人的工资没涨。干了xx天才xx多块钱，心里挺不是滋味，本来准备挣够下学期的生活费和住宿费的，现在看来有点难了！在外边租了一间不到xx平米的`房间，里边异常闷热，没有窗户，就一个小门，周围不见光，大白天里面也几乎看不见。无论什么时候，只要进了那个门，汗水就会从身体的各个地方奔出来。晚上只能去楼顶睡，午休基本不可能。

发传单的时间里，每天六点起床，然后骑车去xx区，发完传单实在是又累又渴又饿，有时甚至都想躺那里了。下午无论天多热，都要出去发，有时一点去，有时x点出去。晚上回来那个累啊□xx号我领了工钱，忽然觉得这些天虽然累了点，但也很有价值！生活像这样过，也还是有意义的。不会无所事事，不会感到空虚无聊。

社会是一个大课堂！对学生来说，不仅教室是我们的课堂，而且社会也是我们的课堂，还是一个更精彩更有意义的课堂！在社会里，我们面对生活中的真正困难，我们学会了如何解决，不再依靠父母，而是靠自己！只有真正去社会上实践，我们大学生才能真真切切地体会到什么是社会，什么是生活，我们要怎样依靠自己去生活。

## 暑假社会实践心得体会篇十

在这个火热的七月，我们暂别大学的舒适生活，带着青年人特有的蓬勃朝气，迈进了暑假，走入了社会，开始了暑期社会实践活动。

暑假刚开始，我们便迎来了省运会大学生组排球赛，作为志愿服务队宣传组的一员，于7月7日开始了为期八天的暑期实践活动。作为一名大一学生，就快要步入社会的我带着学习和好奇的心情去迎接这次实践工作，在此之前我是一点经验没有。我主要负责比赛期间的写稿宣传工作，虽然身居幕后，但依旧深感责任重大。一个好的活动如果没有及时很好的给宣传出去，那么这次的活动就没有了意义。所以，自己更想要把工作做好。比赛开始前，我们积极宣传此次比赛的重要意义，为大赛开始奠定良好基础。比赛一开始，我们宣传工作全面展开，写稿、拍照、校对、挑选，经过层层把关，把最满意的稿件上传，用最真实的照片宣传比赛。刚开始的时候，还真的有点不适应。很多东西都不懂，幸好有学校和院团委老师，以及朱老师的耐心指导和帮助，让我在这次实践

活动中掌握了很多东西。最重要的就是我在接人待物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次社会实践活动中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己要先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早会被社会淘汰。通过和其他志愿者的通力合作，自己在实践中学会了很多在课堂中所学不到的东西，增加了自己的社会工作经验，为自己以后踏入社会打下坚实的基础。

我通过此次实践工作，不仅仅增加了对学校，对宣传工作的熟悉，让我学会了一些如何宣传，如何与别人沟通交流的知识。通过和其他志愿者的通力合作，自己在实践中学会了很多在课堂中所学不到的东西，增加了自己的社会工作经验，为自己以后踏入社会打下坚实的基础。而且，我觉得更重要的一点是，这种工作能够培养我去体会怎样助人为乐、团结集体，体会工作中的乐趣，学会真正为人民服务。

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接触社会，了解社会，投身社会实践的良好形式；是促进大学生投身服务工作，向他人学习，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，有助于我们大学生更新观念，吸收新的思想和知识。一周多的社会实践一晃而过，却让我从中领悟到了很多东西，而这些东西将让我终身受用。

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更为坚实的基础。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到更好的锻炼。

暑假社会实践心得体会篇这个暑假，我参加了黄江镇20xx年大学生社会实践的活动。时间飞逝，很快，一个月的社会实践活动就结束了。在这一个月里，我学到了很多的东西。在许多方面也有所提高，例如，在交际潜力上，我比以前开朗了，

更加主动的去认识朋友，跟同学们聊天等等。在这一个月里，镇政府组织了很多活动。例如，组内交流活动，由各小组组织一个内部活动。

组内交流活动中，我们“三黄组”组织了一次打羽毛球的交流活动。我们组织组员一齐去打羽毛球，促进各组员的感情。在活动中，我们有说有笑，玩得不亦乐乎~！玩累了，我们就一齐去麦当劳填饱肚子。在其中，我们各自说说在大学里的生活，对大学学习的看法，交流交流一下我们的经验。这次的组内交流活动，使我的交际扩大了不少，认识了很多同学。

之后，7月25号这天，我们进行大学生志愿服务活动。那天，我张文乐，陈勇同学和志愿者黄先生去探望孤寡老人张老人。据张老人说，他5岁的时候就盲了，此刻已经86岁了。能够想象他这81年的不见天日的生活有多么的困难，有多么的艰难。那时，我觉得张老人真的挺可怜的。他住的屋子很残破，很旧。我想为他做点什么，但是，我又不明白我能够做些什么。我真的真的不明白。我也只能在那里和他聊天，说说话，为他的生活增添一点色彩。我听黄先生说，政府每个月都会组织一些志愿者来探望这些孤寡老人。的确，他们最需要的就是社会的帮忙。我由衷的期望，随着社会经济的发展，我们能够为这些孤寡老人做更多更多的东西，使他们都过上幸福的生活！

在兴趣培训活动中，我参加了交谊舞培训班。因为培训班里，我们男生比女生还多，所以，我们的舞蹈老师何老师就交我们跳叉叉舞。虽然，我们只有三天的学习时间，但是，我们每一个人都十分认真的学习。我明白，我们参加了这次活动的学生都对舞蹈有必须兴趣。在这短暂的三天里，我们学习到了如何和别人更好的配合，更加增添了我们男女同学彼此之间的认识。从中，我也变得不再那么的羞涩，能主动的邀请女同学一齐练习舞蹈。在社会调查活动中，我觉得这是我们比较辛苦的一次活动了。在这活动的几天里，我们在我们住的三条村的工厂里和到镇上的一些企业里询问。因为，我

们的主题是有关企业等单位使用什么样的人。在活动中，我们当然会遇到一些困难。例如，企业领导并不想见我们，或者只跟我们聊了几句就走了等等的问题。但是，我们并没有气馁，因为这是考验我们潜力的时候。我们也只能继续坚持。最后，我们最后完成了我们的调查活动。虽然，我们在社会调查汇报会里面，发现我们的调查工作和其他组还有必须的距离，有必须的不足，但是，我们并没有灰心丧气。因为，我们从中学到了很多东西。无论在勇气方面，吃苦耐劳方面，还是在应变潜力方面，我们都有了必须的进步。所以，我们是获益不浅的。

最后，我们进行最后的一个活动——一桶金。第一桶金，为期10天，在这10天里，我们各组成员都发挥出了自己应有的水平。我们卖的东西都得到了广大人民的一致好评。为什么这么说了因为他们都光顾了我们的每一个摊位。而且还不只一次了。这次活动，是我们这次社会实践活动中最辛苦的一次活动了，为期10天，下午早早的就在公园正门摆好摊。应对着炎热的太阳，热得满身大汗。虽然辛苦，但是我们都没有过多的抱怨，因为，这是我们第一次做生意，第一次挣钱，我们要全力以赴，做到最好。第一桶金活动，使我明白了做生意的艰难，明白了挣钱的不易。虽然总体上都不错，但是，我们付出了这么多的辛苦，才挣到那么一点点钱，有些组的比我们的还少了。此刻，我明白了父母的辛苦，父母挣钱的不易啊！也真正明白了“一粒一滴汗，粒粒皆辛苦”的含义。以后，我要更加节省的发钱了，挣钱不容易啊！

这次为期一个月的社会实践活动，使我学到了很多，使我明白了很多道理，使我在许多潜力上都有所提高。我真的感到很高兴。

## 暑假社会实践心得体会篇十一

整理下来，思路已近清晰，所学无非是自学、与事学或与人学，我从一个不开窍的学生，慢慢的.主动张口，保洁阿姨、

教官、后勤胖大姐、虎哥、送饭司机、物业白领、主管、客户、领班、经理、区域经理、众多同事……无关职称学历，我们同世为人，有过交流亦是缘分；所经之事良多，苦闷过、烦怨过、委屈过、懈怠过、不满过、退缩过、迷惘过、无语过、执着过、苦痛过、快乐过、努力过、尝试过、感动过……一切皆来源于经历，我也渐渐懂得经历的另一面，以及其重要性，文章采用日记这种文体，自然少不了叙事，一件小事就包含了太多说不出的感受，这也是我愿意费时费力描述所经之事的目。

## 暑假社会实践心得体会篇十二

在“下连队、带军训”体验学习多动中，如果没有老师、同伴、学弟学妹们的相互配合、相互协作，军训及其相关工作不可能开展的那样顺利。

我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累，才能成长、进步。

一个要求如此低的暑假工也让我吃了不少苦，受了不少“白眼”，听了不少“忠言”。没有完备的知识素质，过硬的技能想在当今社会立足一一难。

“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”不再是现代大学生的学习心态。在与保险客户打交道的十多天让我思考了许许多多的问题。例如：定位消费群体、把握客户心里动向等等。在课堂中听老师讲，我们是不可能如此深刻的体会，细致的思考问题。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发，不断提出新的问题，促使我们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，我们的认识能力也就不断地改善和提高！

在家千日好，出门半“招”难！在家里的时候，有自己的父母照顾，关心，呵护！但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自己一个人去解决，这十多天，让我学会了自强自立！凡事都要靠自己！

今年，这个暑假过的五彩缤纷。有奔波的’劳累，有琐碎的烦恼，有收获的幸福；有心理的成长，有知识的整理，有能力的提高。这个夏天——我在收割！这次的实践的确给予我很多很多。今后，我将继续保持认真负责的工作态度，高尚的思想觉悟，一如既往的注重理论的学习和实际操作相结合，弥补缺陷，提升自己，为今后工作打下坚实的基础；做一名对社会有用的人。

### **暑假社会实践心得体会篇十三**

通过这次实践，我感受到了前线每位工作人员的热情，他们的无私奉献，牺牲小我，成就大我的精神。

同时也感受到了我们国家在抗击疫情方面做到了淋漓尽致，对人民的关怀也达到了极致。

不管是医院里的护士还是临床医生，大家每个人的’身上都因为那一袭白衣更加的负有责任，而一件件白大褂又散发着医学神圣又伟大的魅力。

### **暑假社会实践心得体会篇十四**

一个酷暑的季节，一个难忘的经历，知了在未知的窗外叫个不停。坐上车，怀着激动的心情上路，经历了两个半小时的车程我们来到了遂川五斗江乡，盛夏的炎热连蜻蜓都只敢贴着树荫处飞。

我也是带着憧憬和激动踏上了接下来的旅程，一下车就完全被这里自然的气息所吸引，眼前高大的树木矗立在远方，仿

佛在欢迎我们的到来，走在路上，当地小朋友热情的目光在我们身上停留。乡亲们和蔼可亲，这让我们原本略有忐忑的心也变得平静起来。傍晚悄悄来临，草丛中传来一阵阵祥和的蛙鸣。

忙碌了一天的我们，伴随着星星点点的灯光，睡梦中期待着明天的到来。

## 暑假社会实践心得体会篇十五

一个暑假又过去了，这个假期在一家场子干杂活。通过本次社会实践，了解和熟悉工厂物流，仓储，营销以及管理等相关知识。使学到的计算机，营销渠道管理，数据库，物流，市场营销，经济管理等理论知识跟实践相结合，在实习中检验，提高自己专业能力和技巧。

作为一个经管专业的学生，最全面的参考在这么一个场子里呆了一个多月。才发现我们经管学院的各个专业之间是相互联系的，不是孤立存在的。作为工商管理专业的学生，我们必须什么都要了解，做一个综合方面的人才。比如在厂子里一个小小清洁剂的派送都要经过好多程序。我只是帮着装下货跟着车去送货。在过程中发现在实际中我们不能死板的按着课本上面的去做，要按着程序去做。

重复工作进一步熟悉公司相关流程和工作技巧，提高工作效率，同时接受上司布置的一些比较重要工作进行锻炼，比如对制作退货单，报损单等有关单据进行审单，配合商品部进行重点商品盘点等等。把工作重心移到早上生鲜的验收，相关单据录入审核以及转送，重点商品管理等等，把相对于一些比较简单如接收供应商商品工作，报损，退货工作移交给新人或是其他员工。

通过这次暑假的实践活动我的收获：

(1) 心态上调整的体会收获学校人向社会人转变，在学校接受了16年的教育，真正的和社会接触并不是太多，而这次毕业实习，则是由学校人走向社会人一个缓冲阶段。在这个过程中最需要调整的就是心态。我们并不是什么天之骄子，也没有什么可以值得炫耀的资本，而从学校走出就直接到一个公司最基层上班，接受公司严格的规章制度约束，以及体力，心力上等等的挑战，当然会使很多同学落差很大。这中间最大的挑战就是我们自己心理上的调整。要有一切归零心态，从零开始，我们不可以改变环境，只有改变自己来适应这个环境。

(2) 相关知识上的收获我由一个不熟悉工厂销售物流，仓储，营销，管理等等，到对这些相关知识的了解熟悉。以及与自己相关知识的进一步学习加强，如数据库，管理学，物流学，计算机，财务会计，营销渠道管理等等。很多工作都是一项需要挑战一个人综合能力的，在工作中，我认识到了自身知识不足和优势，这促使我改进和加强。人生目标感的清晰通过这次实习，我自身其他各方面都有所提升，如交际，口才，做事情，心理等等，但是最大的收获，是让我认清了我自己身上的优势和不足，以及如何去规划自己的时间，工作，生活，使我的许多目标变的清晰。

暑假社会实践心得体会篇曾经一度认为教师是与我无缘的工作，可是偏在毕业之前得到了一次实习支教的机会。在来之前，我告诉自己与其寻找自己喜欢的工作，不如先喜欢上自己现在的工作。

转眼支教生活的一半已经过去了。和朋友聊天我总喜欢称自己是一个伪教师，披着老师身份的毕业班学生。记得9月6号那天踏上征途，在行驶的路上我才知道自己要去的地方是凤居。凤居，听名字感觉好雅，肯定是一个人杰地灵的地方。我甚至就在车上幻想起了自己以后的生活，像陶渊明一样，在田园小镇悠然自得。等真正到了凤居才知道我要去的是凤居学区的黄岩学校。恰逢周五，下午上完课后，老师和学生

们就相继离开了，留下偌大的空荡荡的校园，空荡荡的宿舍。幸好还有一个年岁相仿的刚入编的高老师和我作陪，差点忘了还有她的老乡兼同学宋老师（在另一所学校）。就这样我们三度过了一个无聊却又充满各种奇葩事件的周六日。周一迎来了排课。一二年级品德、音乐、美术，还有全校体育，美名曰晋中学院培养的应该是德智体美劳全面发展的学生。老天，我的专业是化学！我就这样被全才了。

站在讲台上给二年级上品德课时，看着那一双双清澈的充满期待的眼神时，我突然觉得自己特别神圣，就好像讲台之下是一群等着我去拯救的信徒。说实话，站在讲台上才发现原来真的能看到所有同学们的小动作。站在讲台上，眼神总是会无意忽略第一排左右俩边的学生，碰到他们的眼神闪现出略带点被遗弃的感觉时，瞬间会涌现出好多负罪感。我终究不是圣人，原谅我的眼睛不能360全方位都能看到。让我惊喜的是原本以为我在黑板上写字时底下会乱成一锅粥，可是他们竟然跟着我写字速度把一个个字念出来。第一节课下来了才发现，其实好多事并没有想象中那么困难，只要你敢想，然后去做。周二是9月10号教师节，这个本不属于我的日子，恰好在实习期，所以我有幸度过。早上第一节是二年级音乐，上课铃响了，他们却不让我进教室，让我等一会。等我再次推开教室门的时候，看到很班上歪歪扭扭的用彩色粉笔写着教师节快乐五个大字，还有同学们画的各种图案，还有三个桃心，上头用铅笔写着老师节日快乐，教室各个角落还零星的挂着气球，虽不甚美观，可是我能感受到他们满满的心意。第一个教师节，我收获的是满满的感动。