

# 2023年实践心得感悟初中(优质9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。我们如何才能写得一篇优质的心得感悟呢？以下是小编帮大家整理的心得感悟范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 实践心得感悟初中篇一

春节的气氛还在迷漫，元宵的气息又扑面而来。街上张灯结彩，喜气洋洋。元宵节是我国的传统节日，元宵节有放烟花，赏花灯的习俗。

街上的人可真多啊！老的少的都出来了，每个人都喜气洋洋的，迎接这与国同欢的时刻。你看，“嗖嗖”，几支“火箭”直冲云霄，千万条金黄闪亮的长线变成一朵美丽巨大的花儿，迅速在天空盛开，眨眼间又如瀑布一般，缓缓流下。黄色的长线变浅后，又幻化成出无数朵小金花，绽放出了新的美丽！又有几朵烟花飞上了天空，五颜六色竞相开放。有的如孔雀开屏般美丽，那一串串扇形的、五颜六色的烟花就是那美丽的孔雀羽毛。有的像千万朵盛开的鲜花，展现出迷人的美丽。有的像一把把展开的扇子，挥舞着。还有的像小精灵，挨挨挤挤地汇在一起……漆黑的夜晚这时被照得通亮，也成为了烟花的大舞台，让我们感觉璀璨夺目、目不暇接。这一切让我不由得想到“举杯邀月，与世同欢”的景象。

看完烟花，我们随着人流开始观花灯，街上的灯真多，我看得眼花缭乱。看，第一只就是有几只精神饱满，生气勃勃的小兔子，今年是鸡年，这几只小兔子就象征着新的一年到来，我们要接受新的挑战，迎接新的自己。咦，看那个，几个小灯笼围着一个大灯笼转，那个大灯笼上写着“新年好”几个金光闪闪的大字，充满着新年味儿。再看看那个，在三只可爱的小熊前面，有一对金童玉女手拿一幅春联上面写

着“喜气洋洋迎春到，欢欢喜喜过大年。”各种彩色的灯像天上的繁星一样，大放光彩。真是“一夜花灯醉，只缘春意浓。”

## 实践心得感悟初中篇二

每当我们参观实践时，我们总能够收获很多，得到深刻的启示。通过实践参观，我们能够更加深入地了解生活和社会，领略丰富的文化，增强自身的见识和修养。在这里，我要分享一下我参观实践的感悟和体会。

### 第二段：参观博物馆

去年我和同事们去了一次博物馆，让我印象最深刻的是展品中的一些文化遗产。这些古老的物品通过展示，让我们感受到了古代人们优秀的智慧和工艺，深刻地反映了中国悠久的历史 and 灿烂的文化。除此之外，博物馆的布局、展示设计等都给我留下了很深的印象，这让我领略到了美学设计的重要性。

### 第三段：参观工厂

去年我还和公司的同事们参观了一家工厂，让我最感兴趣的是其中机器人的应用。工厂中各种各样灵活运转的机器人让我感受到了先进科技的强大魅力，同时也启示我在工作中需要与时俱进，不断更新技术和提高自己的专业素质。

### 第四段：参观公益机构

一次志愿服务让我参观到了一家公益机构，在这里我看见了很多需要帮助和关注的人，这些人不同于我们，他们身处不同的环境和群体中。通过志愿服务，我认识到自己的责任和义务，也更加明确了自己在社会中的位置和作用。

## 第五段：结语

通过参观实践，我们可以学到很多知识和经验，它不仅拓展了我们的视野，更带来了一种灵感和启示。它提醒我们，身处一个大的环境中，人无法孤立地发展，唯有与周围的人和事互动、联系，才能逐步成长和超越。在以后的日子里，我会更加谦虚、虚心，不断汲取知识和经验，认真地思考和学习，将所学所思转化为具体的行动，积极地与周围的人和事互动、联系，造福自己和周围的人。

## 实践心得感悟初中篇三

正月十五的晚上，妈妈带我去看焰火晚会，在去俱乐部广场的路上，熙熙攘攘的人群把我和妈妈淹没了。大路两边高高地挂起一串串的红灯笼，给节日增添了喜庆的气氛。

我看得正入迷，忽然一道雪亮的瀑布从天而降，原来是广场上空倒挂的烟花被点燃了，接着地上的火树也开出了五彩夺目的花。半空中是“银河落九天”，地上是“火树银花不夜天”，真好比人间仙境一样！忽然不远处又传来“咚”的一声巨响，一个礼花腾空而起，在空中绽放开一大朵五颜六色的花，哇，真是太美了！礼花弹一个接一个地飞上天，又在天空中变幻成各种形状：有的是杨柳垂下万丝绦，有的是蝴蝶振翅翩翩舞，更奇妙的是有的礼花弹在空中变出了一串串红灯笼，然后随风飘飘悠悠飞向远方。

礼花在空中绽放，地上是欢乐的海洋，又是一个全家团圆的日子。我望着天空中又大又圆的月亮，想起我的爸爸却远在千里之外的大西北，为公司去开发新的市场。我知道还有许多的叔叔阿姨都坚守在自己的工作岗位上不能与家人团圆。我默默地祈祷：希望这些礼花能给爸爸捎去我的祝福，给那些叔叔阿姨带去亲人们的美好祝愿！

## 实践心得感悟初中篇四

参观实践是我们在校学习的重要课程之一。通过参观各类企业、机构，我们可以深入了解社会发展动态，掌握实际工作技能，提高自身素养和能力水平。在实践中，我获得了很多成长和收获，对自己的职业生涯和未来发展也有了更加清晰的认识。

### 第二段：实践感悟

多次参观实践的过程深刻地教育了我，在从学校到实际企业或机构的转变中，我们需要做的不仅是知识的学习与实践，还要了解到真正工作中的困难和挑战。在实践中，更要注重实践能力的培养。不局限于领域，要多尝试，敢于冒险，勇于创造，增强自己的领导力和创新精神，做到知行合一。

### 第三段：思维转变

实践引发了我对职业规划、个人成长和社会责任等方面的思考。通过调研和交流，我意识到，任何事物都会经历从无知到认知、从学习到实践的过程，只有持续不断地探索和尝试，才能不停地成长和进步。同时，做好自己的本职工作、担负起自己的社会责任，才是个人成长的必要条件。

### 第四段：职业规划

实践参观让我看到了职业规划的必要性。我深深意识到，在人生的旅途中，留给我们的时间是有限的，我们应该珍惜所拥有的每一天。做好职业规划，把握合适的时机，找到自己真正喜欢并且擅长的领域，尽早开始追逐自己的人生目标，为未来生活和职业发展打下坚实的基础。

### 第五段：总结

在实践中，我深刻领悟到：学习不仅限于课堂，切实应用才能获得真正的收获。在将来的求职和职业生涯中，我们也需保持旺盛的学习热情和不断追求进步的态度，积极拓展视野和技能，持续提升自我素养和实践能力。这样，我们才能在未来的生活和工作中大显身手，不负青春岁月和自己的理想标准。

## 实践心得感悟初中篇五

奥运，是世界体育盛事的顶峰。通过参与奥运实践，我得到了宝贵的体会和感悟。这既是对奥运精神的理解，也是对个人成长的深刻认识。在奥运实践中，我收获了友谊与团队合作、坚持与奋发进取、平等与公正、友善与尊重等多个方面的心得体会。以下是我对这些方面的感悟。

### 第一段：友谊与团队合作

在奥运实践中，我深刻体验到友谊的力量。来自世界各地的运动员在奥运会上相互交流、学习，建立了深厚的友谊。不管国界如何分隔，不管种族差异多大，友谊是创造和平与合作的桥梁。在我们的实践中，我发现团队合作是成功的关键。只有团结一致、共同努力，才能达到更高的目标。

### 第二段：坚持与奋发进取

奥运会展现了运动员们的无限潜力。他们每天坚持训练，付出无数努力，只为了争夺一块金牌。这种坚持与奋发进取的精神是令人钦佩的。在我的实践中，无论遇到多困难的挑战，我都会继续努力不懈地追求目标。只有坚持不懈，才能取得真正的成功。

### 第三段：平等与公正

奥运会是团结、友好和公正的象征。不论国家和地区的大小，

每个参赛国家都有平等的机会参与比赛，获得荣耀。在奥运实践中，我学会了尊重和包容不同的文化和背景。只有相互理解和公正对待，才能实现真正的平等。

#### 第四段：友善与尊重

奥运会强调友善与尊重。即使在竞争激烈的场合，运动员们依然能够展现出友善与尊重的态度。在奥运实践中，我学会了尊重对手，并以友善的态度与他们交流。这不仅是体现了体育竞技的风范，也是树立了积极向上的形象。

#### 第五段：结语

通过奥运实践，我深刻体会到了友谊与团队合作、坚持与奋发进取、平等与公正、友善与尊重的重要性。这些经验不仅让我认识到了奥运精神的伟大意义，也对我个人的成长产生了深远的影响。我将继续以积极的心态参与体育运动，以奥运精神为鞭策，不断提升自己，为实现人类社会的和谐与进步贡献自己的力量。

## 实践心得感悟初中篇六

经过一个多学期的学习，我们在老师的指导下进行了两个星期的会计手工实习。我们按手工记账的程序和方法进行了全方位，全仿真性的了解。

实训中，我们组织三人一组。由一个组长带领两名组员组织和指挥实验小组会计模拟实验的操作。

首先，我们根据实验资料中的经济业务摘要编制会计分录。然后设置t字账，编制科目汇总表、开设总账、登记期初余额、且根据科目汇总表登记总帐并结账，最后根据总账及其他有关资料编制资产负债表、利润表和现金流量表。

在我所在的小组中，我担任写分录、根据科目汇总表登记总账、登记记账凭证的工作。在登记记账凭证时，我自以为对单据等并不陌生，但是在实际操作时还是出错了，例如，借方科目的金额写到贷方科目去了。存根联忘写日期等等，还有在写分录的过程中，感觉都是在学习理论知识见过的，看起来比较简单，但是真正轮到自己做的时候，却是错误百出。有时看错了金额栏的位置，明明是在千位却写到了万位，导致数字错误，有时忘写会计科目的明细账，有时没注销空白的金额栏等。有时候登账时特别是三栏明细账，由于明细项目太多，金额栏紧凑一不小心就会把数字填错。但是在经过几天的熟悉过程之后，错误就慢慢的减少了，而且手工操作的速度也有提高。虽然实训这几个星期每天都生活在忙碌之中，但每天都过得很充实。

心得体会：通过本次模拟实验，培养了我们的实际动手能力，缩短了课本知识与实际工作的距离。且理解到会计人员最重要的一点就是细心。对于每天和一大堆数字打交道，绝不能出一点点错，要知道失之毫厘，差之千里，零点零几的差别，有可能造成与实际很大的距离。会计人员还要时刻注意了解会计准则，会计法规的变动情况，对于税率，比例，国家政策的变动一定要明确的认识，在工作中要严格要求自己。

另外，我认为如果在今后的实训中，如小组中三人可由出纳、会计、会计主管组成。实行轮岗制，每个星期更换一个岗位，而且有模拟的银行、公司、税务部门…等等。可能会更生动些、更现实些。

通过这次的实训，学到了许多的知识。希望通过这次的学习能为以后实际工作中得心应手。

“我们党要始终代表中国先进生产力的发展要求，代表中国先进文化的发展方向，代表中国最广大人民的根本利益。”青年大学生是社会主义建设的重要组成部分和后备军，他们身处文化教育战线，是改革开放和社会主义建设的后备军和

先锋队。如果把这些大学生的热情调动起来，创新的潜能挖掘出来，就会汇聚成一股无形的建设战斗力量。所以要让每一个大学生走进实践工作中去，成为先进形象的代表，让广大大学生成为理论知识丰富、实践能力强、建设祖国事业的合格标兵。

为了锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正走入社会，能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我联系到民生公司进行假期社会实践。

经过在民生公司的1个半月的实习，我从客观上对自己在学校里所学的知识有了感性的认识，使自己更加充分地理解了理论与实际的关系。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，实践可以为以后找工作打基础，通过这一段时间的学习，学到了很多在学校学不到的东西，也锻炼了自己，提高了自己实际操作的能力。而今的中国发展是飞速的，世界的变化是飞速的，所以，就要求我们不断的更新我们在课本上学到的知识，不断扩展自己的知识面，不断从实践中学习，不断完善自己，武装自己，只有这样，才能在今后的竞争中不被淘汰，才能在今后的学习工作中表现的更好。

社会总是不同于学校的，学校中的那份纯真，学校中那份轻松的气氛，在社会上是不存在的，在学校中，我们所接触的人和事都是那么单纯、那么简单，在学校中，我们除了学习没有多少事情需要去做，生活的轻松而且自在，但在工作单位，就不是那么简单了，我们要做的事情是那么多，那么繁碎，然而，没有人会告诉你，你要做什么，你要怎么做，只能凭自觉去做，要做好，做的认真漂亮，要把最简单的事情以最认真的态度去做，也只有这样，我们才能得到别人不一样的评价，我们才能有一个漂亮的开头，同时，我们也会发现自己的不足，才能向别人学习更丰富的知识，才能学习别人为人处事的方法，才能高自己的能力。

在工作单位，在实际工作中，会遇到书本中没有学到的知识，可能工作中要用到的和书上学的一点联系都没有，有时，实际工作是那么简单，而书上讲的又是那么复杂，有时，书上一两句话带过，而实际操作又那么复杂，这让人很迷惑，不过，书本上的知识是死的，在实际工作中却需要灵活运用，所以大学生的实践活动是非常重要的，必不可少的，毕竟两年后，我已经不是一名大学生，而是社会中的一分子，所以，不能纸上谈兵，要锻炼自己，要成为一名合格人才。

理论需要与实践相结合，只有理论没有实际操作，只是纸上谈兵，是不可能立足于这个社会的，所以，一定要走出校门，接触社会，真正的把理论与实践结合，真正的成为一名合格的会计人员。

□

时间过得真快，一转眼间三四天的实习时间就过了。在这段时间里，我学到了很多在学校了学不到的东西，也认识到了自己很多的不足，感觉收益非浅，以下是我在实习期间对工作的总结以及一些自己的心得体会。

作为一名刚刚接触专业知识的大学生来说，如果在学习专业课之前直接就接触深奥的专业知识是不科学的，为此，学校带领我们进行了这次实习活动，让我们从实践中对这门自己即将从事的专业获得一个感性认识，为今后专业课的学习打下坚实的基础。实践是大学生活的第二课堂，是知识常新和发展的源泉，是检验真理的试金石，也是大学生锻炼成长的有效途径。一个人的知识和能力只有在实践中才能发挥作用，才能得到丰富、完善和发展。大学生成长，就要勤于实践，将所学的理论知识与实践相结合一起，在实践中继续学习，不断总结，逐步完善，有所创新，并在实践中提高自己由知识、能力、智慧等因素融合成的综合素质和能力，为自己事业的成功打下良好的基础。

首先，我想谈一下实习的意义。实习是一种对用人单位和实习生都有益的人力资源制度安排。对接受实习生的单位而言，是发展储备人力资源的措施，可以让其低成本、大范围的选择人才，培养和发现真正符合用人单位要求的人才，亦可以作为用人单位的公关手段，让更多的社会成员(如实习生)了解用人单位的文化和理念，从而增强社会对该组织的认同感并赢得声誉。

对学生而言，实习可以使每一个学生有更多的机会尝试不同的工作，扮演不同的社会角色，逐步完成职业化角色的转化，发现自己真实的潜力和兴趣，以奠定良好的事业基础，也为自我成长丰富了阅历，促进整个社会人才资源的优化配置。作为一名学生，我想学习的目的不在于通过结业考试，而是为了获取知识，获取工作技能，换句话说，在学校学习是为了能够适应社会的需要，通过学习保证能够完成将来的工作，为社会作出贡献。然而步出象牙塔步入社会是有很大落差的，能够以进入公司实习来作为缓冲，对我而言是一件幸事，通过实习工作了解到工作的实际需要，使得学习的目的性更明确，得到的效果也相应的更好。

再次，我要总结一下自己在实习期间的体会。一是自主学习——工作后不再象在学校里学习那样，有课堂，有作业，有考试，而是一切要自己主动去学去做。只要你想学习，学习的机会还是很多的，老员工们从不吝惜自己的经验来指导你工作，让你少走弯路；集团公司、公司内部有各种各样的培训来提升自己，你所要作的只是甄别哪些是你需要了解的，哪些是你感兴趣的。在我们实习的单位里，我就遇见了几个非常和善的老员工，只要问他们的是技术上的问题，他们都会一一作答，使我了解到，原来理论跟实际是有很大的差距的。二是积极进取的工作态度——在工作中，你不只为公司创造了效益，同时也提高了自己，象我这样没有工作经验的新人，更需要通过多做多问来积累经验。特别是我们的工作并不象正式员工那样有明确的工作范围，只是自由观摩，如果态度不够积极就可能没有事情做，所以平时就更需要主

动争取多做事，这样才能多积累多提高。三是基本礼仪——步入社会就需要了解基本礼仪，而这往往是原来作为学生不大重视的，无论是着装还是待人接物，都应该合乎礼仪，才不会影响工作的正常进行。这就需要平时多学习，比如注意其他人的做法或向专家请教。四是为人处事——作为学生面对的无非是同学、老师、家长，而工作后就要面对更为复杂的关系。无论是和领导、同事还是客户接触，都要做到妥善处理，要多沟通，并要设身处地从对方角度换位思考，而不是只是考虑自己的事。

我想，通过这次实习让我认清了自己的很多不足和缺点。第一个就是缺乏工作经验。因为自己缺乏经验，很多问题而不能分清主次，还有些培训或是学习不能找到重点，随着实习工作的进行，我想我会逐渐积累经验的。第二是工作态度仍不够积极。在工作中仅仅能够完成布置的工作，在没有工作任务时不能主动要求布置工作，若没有工作做时就会松懈，不能做到主动学习，这主要还是因为懒惰在作怪，在今后我要努力克服惰性，没有工作任务时主动要求布置工作，没有布置工作时作到自主学习。第三是工作时仍需追求完美，在工作中，不允许丝毫的马虎，严谨认真是时刻要牢记的。第四是学术上不够钻研。这是由工作性质决定的，也是我自己选择的，因为在我看来，只有被市场认可的技术才有价值，同时我也认为自己更适合做与人沟通的工作。但我毕竟是一名专科生，需要作一些基本的实际工作，这就需要我个人多关注科研的最新进展，同时，这也对我的工作有促进作用。

扎实的专业知识是提高工作水平的坚实基础. 在学校学习专业知识时,可能感觉枯燥无味,但当工作以后,才会发现专业知识是多么的重要. 如我学的电控技术. 机械原理, 液压与制动, 汽车构造这些是必须知道的, 因为在日常工作中要处处用到. 但我要想提高我的工作效率, 工作质量, 这些知识只是知道是远远不行的, 而是要精通. 做为生产技术, 在汽车公司来说就是设备方面的权威, 若没有扎实的机械知识, 在这方面你怎能服人那?遇到设备问题怎能快速有效的解决呢?工作中不但要有良

好的工作态度,而且要有很好的表现力.中国有句俗语:“踏踏实实做人,老老实实做事.”在今天,只是老老实实,勤勤恳恳做事是不够的,你还要学会适时地,恰当地表现自己.让老板知道你做了什么,让老板知道你的存在是必要的!这样你才有发展的可能,别人才会认可你,承认你!团结协作,善于沟通.团结协作指的是部门内部.你这个部门肯定不止你一个人,作为部门担当,你若想把本部门的事做的出色,那你必须把部门成员团结起来,发挥集体的力量,那样才能事半功倍!虽然我们这次的实习没有考虑这些,但我想这些都是在以后的工作学习中都非常必要的。善于沟通是指部门之间.任何一个公司都是由众多部门组成的.部门之间的沟通是必要的也是必须的.总之,用知识武装起自己来,学会做人,学会做事。你才能成功!

我坚信通过这一段时间的实习,从中获得的实践经验使我终身受益,并会在我毕业后的实际工作中不断地得到印证,我会持续地理解和体会实习中所学到的知识,期望在未来的工作中把学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作中来,充分展示我的个人价值和人生价值,为实现自我的理想和光明的前程而努力。在这半周的时间里,我受益非浅。我在那里不仅学到了许多关于专业的知识,最重要的是进一步体会到了做人的原则。公司的宗旨是:规规矩矩做人、踏踏实实做事。在去公司的第一天,老师们就教导我们做人一定要正直、要实事求是,诚以待人,人品对一个人来说非常重要的。我充分的体验到了你如何待人,他人也会如是回报。总之,在公司的半周时间里,我们脱离了学校的庇护,开始接触社会、了解我们今后工作的性质。不但增长了专业知识,还学习到了不少为人处是的方法。

十几年的学生生活,即将划上一个句号。在公司实习的这段时间,我懂了不少东西。大人们都说刚毕业的学生身上总存在着许多让公司老板头痛的“特点”,现在我终于亲身体会到了。以前作为一名学生,主要的工作是学习;现在即将踏上社会,显然,自己的身份就有所变化,自然重心也随之而改变,现在我的主要任务应从学习逐步转移到工作上。这半周,

好比是一个过渡期——从学生过渡到上班族，是十分关键的阶段。回想自己在这期间的工作情况，不尽如意。对此我思考过，学习经验自然是一个因素，然而更重要的是心态的转变没有做到位。现在发现了这个不足之处，应该还算是及时吧，因为我明白了何谓工作。在接下来的日子里，我会朝这个方向努力，我相信自己能够把那些不该再存在的“特点”抹掉。

感谢学校给我们这次宝贵的实习经验，同时也要感谢老师对我们的细心指导。本次实习所学到的这些知识很多是我个人在学校很少接触、注意的，但在实际的学习与工作中又是十分重要、十分基础的知识。通过本次实习我不但积累了许多经验，还使我在实践中得到了锻炼。这段经历使我明白了“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”的真正含义——从书本上得到的知识终归是浅薄的，未能理解知识的真谛，要真正理解书中的深刻道理，必须亲身去躬行实践。

## 实践心得感悟初中篇七

### 第一段：引言（约200字）

奥运实践是一次非凡的体验，它让我在感受体育精神的同时，也获取了许多宝贵的心得体会和深刻的感悟。作为一名参与者，我切身体会到了团队协作的重要性、冠军心态的力量以及个人成长的机会。在接下来的文章中，我将分享我在奥运实践中得到的这些宝贵的经验。

### 第二段：团队协作（约300字）

作为奥运实践的一员，我深刻地感受到了团队协作的重要性。在比赛中，无论是个人项目还是团体项目，都需要整个团队的默契配合。团队成员间的相互信任和合作对于取得好成绩起着关键作用。我们要相互帮助、互相支持，充分发挥各自

的优势，共同战胜困难、攻克难题。只有团结合作，才能在比赛中发挥出最好的水平，取得最佳的成绩。

### 第三段：冠军心态（约300字）

在奥运实践中，我认识到了冠军心态的力量。冠军心态是一种积极向上、坚持不懈、永不言败的心态。在面对困难和压力时，我们不能被击倒，而是要坚持追求卓越，相信自己的能力，勇往直前。也许并不是每个人都能成为冠军，但拥有冠军心态的人，在实践中能够不断超越自我，一步步接近成功。

### 第四段：个人成长（约300字）

通过奥运实践，我获得了自我的成长和提升。实践是锻炼个人能力和心理素质的过程，在奥运实践中，同样如此。无论是在训练还是比赛中，我们都会面临各种挑战和困难，但正是这些挑战和困难，锻炼了我的意志力和毅力，让我更加坚定和自信。同时，通过不断地努力和学习，我也了解到了自己的优势和劣势，进一步激发了我个人的潜能。

### 第五段：结语（约200字）

奥运实践是一次宝贵的经历，它给予了我许多心得体会和感悟。团队协作、冠军心态和个人成长是我在实践中最为重要的收获。这些经验将成为我未来人生中的宝贵财富，指引着我面对困难和挑战时永不放弃的勇气和决心。我相信，在未来的日子里，我会继续坚持运用这些宝贵的经验，不断追求卓越，为成为更好的自己而努力奋斗。

## 实践心得感悟初中篇八

大学生实践心得感悟 导读：我根据大家的需要整理了一份关于《大学生实践心得感悟》的内容，具体内容：大学生实践是

为了锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正走入社会，下面是我整理的大学生实践心得体会，欢迎大家参阅。关于大学生实践心得体会经过一个多学期的学习，我...大学生实践是为了锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正走入社会，下面是我整理的大学生实践心得体会，欢迎大家参阅。

关于大学生实践心得体会 经过一个多学期的学习，我们在老师的指导下进行了两个星期的会计手工实习。我们按手工记账的程序和方法进行了全方位，全仿真性的了解。

实训中，我们组织三人一组。由一个组长带领两名组员组织和指挥实验小组会计模拟实验的操作。

首先，我们根据实验资料中的经济业务摘要编制会计分录。然后设置t字账，编制科目汇总表、开设总账、登记期初余额、且根据科目汇总表登记总帐并结账，最后根据总账及其他有关资料编制资产负债表、利润表和现金流量表。

在我所在的小组中，我担任写分录、根据科目汇总表登记总账、登记记账凭证的工作。在登记记账凭证时，我自以为对单据等并不陌生，但是在实际操作时还是出错了，例如，借方科目的金额写到贷方科目去了。存根联忘写日期等等，还有在写分录的过程中，感觉都是在学习理论知识见过的，看起来比较简单，但是真正轮到自己做的时候，却是错误百出。有时看错了金额栏的位置，明明是在千位却写到了万位，导致数字错误，有时忘写会计科目的明细账，有时没注销空白的金额栏等。有时候登账时特别是三栏明细账，由于明细项目太多，金额栏紧凑一不小心就会把数字填错。但是在经过几天的熟悉过程之后，错误就慢慢的减少了，而且手工操作的速度也有提高。虽然实训这几个星期每天都生活在忙碌之中，但每天都过得很充实。

心得体会：通过本次模拟实验，培养了我们的实际动手能力，

缩短了课本知识与实际工作的距离。且理解到会计人员最重要的一点就是细心。对于每天和一大堆数字打交道，绝不能出一点点错，要知道失之毫厘，差之千里，零点零几的差别，有可能造成与实际很大的距离。会计人员还要时刻注意了解会计准则，会计法规的变动情况，对于税率，比例，国家政策的变动一定要明确的认识，在工作中要严格要求自己。

另外，我认为如果在今后的实训中，如小组中三人可由出纳、会计、会计主管组成。实行轮岗制，每个星期更换一个岗位，而且有模拟的银行、公司、税务部门...等等。可能会更生动些、更现实些。

通过这次的实训，学到了许多的知识。希望通过这次的学习能为以后实际工作中得心应手。

主义建设的后备军和冲锋队。如果把这些大学生的热情调动起来，创新的潜能挖掘出来，就会汇聚成一股无形的建设战斗力量。所以要让每一个大学生走进实践工作中去，成为先进形象的代表，让广大大学生成为理论知识丰富、实践能力强、建设祖国事业的合格标兵。

为了锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正走入社会，能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我联系到民生公司进行假期社会实践。

经过在民生公司的 1 个半月的实习，我从客观上对自己在学校里所学的知识有了感性的认识，使自己更加充分地理解了理论与实际的关系。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，实践可以为以后找工作打基础，通过这一段时间的学习，学到了很多在学校学不到的东西，也锻炼了自己，提高了自己实际操作的能力。而今的中国发展是飞速的，世界的变化是飞速的，所以，就要求我们不断的更新我们在课

本上学到的知识，不断扩展自己的知识面，不断从实践中学习，不断完善自己，武装自己，只有这样，才能在今后的竞争中不被淘汰，才能在今后的学习工作中表现的更好。

觉去做，要做好，做的认真漂亮，要把最简单的事情以最认真的态度去做，也只有这样，我们才能得到别人不一样的评价，我们才能有一个漂亮的开头，同时，我们也会发现自己的不足，才能向别人学习更丰富的知识，才能学习别人为人处事的方法，才能高自己的能力。

在工作单位，在实际工作中，会遇到书本中没有学到的知识，可能工作中要用到的和书上学的一点联系都没有，有时，实际工作是那么简单，而书上讲的又是那么复杂，有时，书上一两句话带过，而实际操作又那么复杂，这让人很迷惑，不过，书本上的知识是死的，在实际工作中却需要灵活运用，所以大学生的实践活动是非常重要的，必不可少的，毕竟两年后，我已经不是一名大学生，而是社会中的一分子，所以，不能纸上谈兵，要锻炼自己，要成为一名合格人才。

理论需要与实践相结合，只有理论没有实际操作，只是纸上谈兵，是不可能立足于这个社会的，所以，一定要走出校门，接触社会，真正的把理论与实践结合，真正的成为一名合格的会计人员。

通过这次的实习，我对自己的专业有了更为详尽而深刻的了解，也是对这一年大学里所学知识的巩固与运用。从这次实习中，我体会到了实际的工作与书本上的知识是有一定距离的，并且需要进一步的再学习。学习不是局限于书本，而是要对知识有一个比较全面的掌握。俗话说，千里之行始于足下，这些最基本的往往是不能在书本上彻底理解的，所以基础的掌握尤其显得重要，特别是目前的就业形势下所反映的高级技工的工作机会要远远大于大学本科生，就是因为他们的动手能力要比本科生强。从这次实习中，我体会到，如果将我们在大学里所学的知识与更多的实践结合在一起，用实

践来检验真理，使一个本科生具备较强的处理基本实务的能力与比较系统的专业知识，这才是我们学习与实大学生实践心得体会 时间过得真快，一转眼间三四天的实习时间就过了。在这段时间里，我学到了很多在学校了学不到的东西，也认识到了自己很多的不足，感觉收益非浅，以下是我在实习期间对工作的总结以及一些自己的心得体会。

作为一名刚刚接触专业知识的大学生来说，如果在学习专业课之前直接就接触深奥的专业知识是不科学的，为此，学校带领我们进行了这次实习活动，让我们从实践中对这门自己即将从事的专业获得一个感性认识，为今后专业课的学习打下坚实的基础。实践是大学生活的第二课堂，是知识常新和发展的源泉，是检验真理的试金石，也是大学生锻炼成长的有效途径。一个人的知识和能力只有在实践中才能发挥作用，才能得到丰富、完善和发展。大学生成长，就要勤于实践，将所学的理论知识与实践相结合一起，在实践中继续学习，不断总结，逐步完善，有所创新，并在实践中提高自己由知识、能力、智慧等因素融合成的综合素质和能力，为自己事业的成功打下良好的基础。

首先，我想谈一下实习的意义。

实习是一种对用人单位和实习生都有益的人力资源制度安排。对接受实习生的单位而言，是发展储备人力资源的措施，可以让其低成本、大范围的选择人才，培养和发现真正符合用人单位要求的人才，亦可以作为用人单位的公关手段，让更多的社会成员(如实习生)了解用人单位的文化和理念，从而增强社会对该组织的认同感并赢得声誉。

对学生而言，实习可以使每一个学生有更多的机会尝试不同的工作，扮演不同的社会角色，逐步完成职业化角色的转化，发现自己真实的潜力和兴趣，以奠定良好的事业基础，也为自我成长丰富了阅历，促进整个社会人才资源的优化配置。作为一名学生，我想学习的目的不在于通过结业考试，而是

为了获取知识，获取工作技能，换句话说，在学校学习是为了能够适应社会的需要，通过学习保证能够完成将来的工作，为社会作出贡献。然而步出象牙塔步入社会是有很大落差的，能够以进入公司实习来作为缓冲，对我而言是一件幸事，通过实习工作了解到工作的实际需要，使得学习的目的性更明确，得到的效果也相应的更好。

再次，我要总结一下自己在实习期间的体会。一是自主学习——工作后不再象在学校里学习那样，有课堂，有作业，有考试，而是一切要自己主动去学去做。只要你想学习，学习的机会还是很多的，老员工们从不吝惜自己的经验来指导你工作，让你少走弯路；集团公司、公司内部有各种各样的培训来提升自己，你所要作的只是甄别哪些是你需要了解的，哪些是你感兴趣的。在我们实习的单位里，我就遇见了几个非常和善的老员工，只要问他们的是技术上的问题，他们都会一一作答，使我了解到，原来理论跟实际是有很大的差距的。

生不大重视的，无论是着装还是待人接物，都应该合乎礼仪，才不会影响工作的正常进行。这就需要平时多学习，比如注意其他人的做法或向专家请教。四是为人处事——作为学生面对的无非是同学、老师、家长，而工作后就要面对更为复杂的关系。无论是和领导、同事还是客户接触，都要做到妥善处理，要多沟通，并要设身处地从对方角度换位思考，而不是只是考虑自己的事。

我想，通过这次实习让我认清了自己的很多不足和缺点。第一个就是缺乏工作经验。因为自己缺乏经验，很多问题而不能分清主次，还有些培训或是学习不能找到重点，随着实习工作的进行，我想我会逐渐积累经验的。第二是工作态度仍不够积极。在工作中仅仅能够完成布置的工作，在没有工作任务时不能主动要求布置工作，若没有工作做时就会松懈，不能做到主动学习，这主要还是因为懒惰在作怪，在今后我要努力克服惰性，没有工作任务时主动要求布置工作，没有

布置工作时作到自主学习。第三是工作时仍需追求完美，在工作中，不允许丝毫的马虎，严谨认真是时刻要牢记的。第四是学术上不够钻研。这是由工作性质决定的，也是我自己选择的，因为在我看来，只有被市场认可的技术才有价值，同时我也认为自己更适合做与人沟通的工作。但我毕竟是一名专科生，需要作一些基本的实际工作，这就需要我个人多关注科研的最新进展，同时，这也对我的工作有促进作用。

人来说非常重要的。我充分的体验到了你如何待人，他人也会如是回报。总之，在公司的半周时间里，我们脱离了学校的庇护，开始接触社会、了解我们今后工作的性质。不但增长了专业知识，还学习到了不少为人处是的方法。

十几年的学生生活，即将划上一个句号。在公司实习的这段时间，我懂了不少东西。大人们都说刚毕业的学生身上总存在着许多让公司老板头痛的“特点”，现在我终于亲身体会到了。以前作为一名学生，主要的工作是学习；现在即将踏上社会，显然，自己的身份就有所变化，自然重心也随之而改变，现在我的主要任务应从学习逐步转移到工作上。这半周，好比是一个过渡期——从学生过渡到上班族，是十分关键的阶段。回想自己在这期间的工作情况，不尽如意。对此我思考过，学习经验自然是一个因素，然而更重要的是心态的转变没有做到位。现在发现了这个不足之处，应该还算是及时吧，因为我明白了何谓工作。在接下来的日子里，我会朝这个方向努力，我相信自己能够把那些不该再存在的“特点”抹掉。

感谢学校给我们这次宝贵的实习经验，同时也要感谢老师对我们的细心指导。本次实习所学到的这些知识很多是我个人在学校很少接触、注意的，但在实际的学习与工作中又是十分重要、十分基础的知识。通过本次实习我不但积累了许多经验，还使我在实践中得到了锻炼。这段经历使我明白了“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”的真正含义——从书本上得到的知识终归是浅薄的，未能理解知识的真谛，要真正理解书中的深刻道理，必须亲身去躬行实践。

## 实践心得感悟初中篇九

经历了社会实践，你一定有许多收获，不妨写一篇社会实践心得。社会实践加深了我们对社会发展影响与矛盾的认识，为今后广泛参与社会建设提供了经验。你是否在找正准备撰写“暑期社会实践家教心得”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

今年暑假，我在一家快递公司找到兼职工作，负责派送快件。因为快过年了，快件比往常多，我的到来帮这家快递公司缓解了小量的工作压力。一方面帮助了别人，一方面锻炼了自己，并且还拿到了一点报酬，所以这次的兼职工作是比较圆满而有益的。

首先介绍一下这家快递公司，公司的名字叫圆通快递公司，总公司在上海，是2002年创建的，经过公司每一位成员的努力，五年时间里圆通公司就发展成为国内一流的快递公司。公司的运送网络遍布全中国，相比邮局，快递公司的优点在于送件价格便宜，速度快。

快递公司总的工作流程如下：

首先由业务员上门收取将要寄出的快件和费用，然后交到公司，然后按快件派送的目的地将快件分类，运往机场以最近的航班送到目的城市，如果快件是送往本城市的，便直接由快递员送去，如果是大型城市，就交到目的地附近的分公司然后再由那里的业务员派送，例如武汉分三镇，汉阳、汉口、武昌就都开有圆通的分公司。离快件派送地点近的分公司收到快件后，再分发给业务员，送件上门，每一个业务员都有自己派送的范围，所以快递公司由上至下的管理井井有条，效率十分之快。

再来介绍业务员的工作，一般的业务员主要负责取件和送件，而我因为初到公司，对于取件的费用不太熟悉，并且还涉及

到业务员有他的固定客户这一问题，所以我只需要送件。取件和送件都是上门服务的，每个快递员一般都随身带个便携秤，普通文件或信件的费用以照目的地距离而定，这都靠业务员对业务的熟悉程度来把握，比如客户要送一份文件到铁岭，业务员马上就要靠经验推断运送到铁岭需要多少邮寄费，如果碰到的是有一定重量的快件，这里就要靠业务员携带的小秤了，结合派送目的地的距离和快件重量来定收取的费用。

仅仅是送件，工作相对来说会难度小一点，我需要把快件送到收件人手上，或者经由别人转交，然后把快件上贴的一张回执让收件的人签字，并把回执带回公司，做为我已经把件送到的凭证。但是刚开始做时也是困难重重的。我负责派送的范围是汉阳区汉阳大道其中的一小截，从地图上看，这一小截也不过弹丸中的弹丸那么小的地界，而且我家住在汉阳，平时上学坐车总会路经这一段，本以为对这一段地方比较了解，谁知在工作的第一天我的乐观态度就被冷峻的事实驳回。

汉阳大道上纵横交错了许多大大小小的街道，有一些我之前都去过或者听说过，还有一些地方，我连名字都觉得陌生，第一次送件看到那些陌生的地名我的头就要爆开了，在作业本上的题目做不出来，还可以根据已经具备的知识给推算出来，可是送快递碰到不知道的地方，还真是毫无头绪。不过在那些老快递员们的帮助，和自己的琢磨下，我也摸到了好多门道。比如汉阳大道是东西坐落的，而那些门牌号码的分布也有学问，至东向西门牌号码逐渐增大，汉阳大道以北的号码是双号，以南的号码是单号，了解了这些基本常识对于送件是很有帮助的。还有一些经验却是在碰壁之后才能长到脑袋里，比如汉阳大道以北的房屋建筑没有南边多，这样就造成了门牌号遍布的不均匀，比如有一次件的目的地是汉阳大道南边607号，当时我已经找到了汉阳大道马路北边的608号，按常理，607号是应该在马路正对面的，谁知我到马路对面去后发现大道以南对应608号的号码已经是623号了，这样我只好往东走半站路才找到了607号。

这都是一些最基本的送件常识，那些走街串巷的辛苦，都时刻磨练着我。而送件工作最磨练人的地方，是为人的责任感。这项工作虽然不完全等同于邮局的快递员，是为私人快递公司工作，在工作性质上却异曲同工。记得第一天我推着自行车，驮着满满一麻袋的包裹和文件走了近5公里的路，并且还要一家一家的寻找，那时我曾有个放弃的闪念，但是转念再想，这些快件交到我手上就是我的任务了，既然接了手，总是要完成，而且收件人肯定也在等着，老板那边也会有压力，种种因素让我明白，该我做的事情，只要我还有力气就必须完成。就是怀着这样的心态，我咬牙完成了第一天的工作，这之后的工作相对来说就容易挺过来了。这样说来，快递员工作的理论依据就是两个字，责任。

作为学生，我这样的工作称之为社会实践，从我的工作性质讲，这也算是很贴切的社会实践了，至少我比别人更多的走到了社会的大街小巷，接触到更多社会上的人和事。前面提及了我工作本身的事情，现在要谈关于社会实践中的一些感想。

这次的工作，让我用我全身的细胞去感受了一遍这个社会，几乎是淋漓尽致的。社会上形形色色的人和事，给我的感觉实在是错综复杂，我看到了好的现象也看到了不好的现象。这里举出几个我印象最深的事例。

首先，关于小区物业。快递员接触最多的客户应该要属住宅户，所以我们经常要跑到居民小区里去送件，而小区里除了住户，最多见到的人就是物业人员了。从物业人员身上看到的事情延伸开了可能要说到一个普遍的社会现象。那一次我送一个文件到某住宅小区，结果收件人家中没人，通过电话联系，收件人交代我把文件送到物业，于是我辗转到物业办公室。见到物业人员后我首先自我介绍说是快递员，那位物业人员听后立即阴沉了脸，说：“又是快递，我们这不是杂货铺，我不是跑腿的，你别把东西放我这！”碰壁之后，我再次和收件人联系，并把电话交给物业人员接听，最后物业和

业主谈好了，把东西先放在办公室，收件人回家后自己来领。事毕，我让物业人员签字了，顺便问了问她为什么开始对我发脾气，她居然告诉我：“很多快递员根本就懒得把快件送到收件人家中，便直接把东西放在物业这。”我说：“那你在还不知道我是不是偷懒的情况下怎么就这么没有礼貌呢？”结果我再次被非常不礼貌的物业人员赶走了。

送件过程中，我还遇到一个离奇的事情。是另一个小区，同样是业主不在家，物业帮忙签收快件，这次物业倒是挺配合的。只是我拿了回执准备走时，进来了一位业主，跟物业人员说他家那栋楼漏水了，楼下邻居提意见，希望那位业主能找物业人员过来维修一下。结果物业人员懒散的坐在椅子上根本懒得起身，直接说，下班了，维修的师傅不在。那位业主显然不太满意这个答复，提出希望坐着的这位物业陪同他过去看看，至少让业主楼下的邻居知道，业主是出来找人修了，只是没找到，好歹让物业帮忙解释是修理师傅不在，哪知道这位物业连陪同过去解释一下都不愿意，甚至不愿意起身。这时业主火了，看样子那意思是，你不把我的问题解决了，我就把你解决了！事情至此，物业只好跟着业主去了他家。那么这里又回归到那个钱的问题，几十万的物业费平摊给十几个物业人员，难道就是请他们过来坐着证明这里还有几个人吗？如果我是老板，我更愿意花几万元买几条狼狗看门。

其次，讲讲国营企业和私营企业的问题。我只是通过快递员这个角度来谈我看到的浅显问题的，而我看到的浅显问题，主要是体现在企业的门口形象——保安。一般的，不是国营企业的公司、工厂等单位，我要去送件一般是可以直接走进公司办公室里交给收件人的，或者保安会很友好的告诉我把东西放在保安室就好了，而且有的保安还会当面给收件人打个内线电话通知有快件。而单位的名称后面如果带个“厅”“局”“所”等字眼的话，那的保安就不会这么好了，比如我送了一个快件到武汉大桥局，门口保安就拦住我不让进去，我说那给收件人打个电话吧，至少告诉他有快件，保安却很蛮横的说不需要打电话，交给他就行了，我对这样

蛮横而且冲动的人是很不放心的，就自己拿出手机准备给收件人打个电话，那保安看见了居然向我走了一步，看起来要抢我电话一样，吼我说：“说了不打电话，东西交给我就行了！”我当时也很恼火，就对他说：“你要负你的责，不让人随便进单位，我也得负我的责让收件人知道有他的快件啊。而且我是用我自己的电话打，你也不让吗？”这样一说，那保安才不再阻拦我。后来我一分析，可能是那位保安觉得自己是为公家乃至国家办事，是很伟大而光荣的，而且我当他面打电话给收件人或许也是对他的一种不尊敬，好像是对他的能力的一种亵渎，不放心他一样。这样想来，就能解释他怎么那么大的火气了。

例子举的不多，但是几天的经历让我发现，这是一个普遍现象，我想，既然是为国家办事，那么也代表着国家的颜面，理应比一般的小单位小企业的职员更具备素质才对。谁知本末倒置。

快递员是和人接触比较多，接触人种比较多的一项工作，而探讨我看到的现象之根本，是从我接触人的态度出发。从我所体验到的问题来说，这些现象也只是影响我的工作情绪，对社会的发展是否有影响便不是我所要谈论的了，毕竟我只是指出我遇到的难以理解的事情，这也是我在社会实践中看到的社会上很不和谐的部分事实。

工作是人生的一部分，人生是社会的一部分，我在工作中看到了社会的一些角落，也是我对人生的一种体验，感谢这次工作经历，为我的将来做了一个很好的铺垫。

快递公司社会实践报告第二篇：

通过对寒假社会实践活动的锻炼，能够使自己积累宝贵的社会活动经验，更好的了解社会、认识社会。同时为了让自我认知水平能够有更进一步的提高，也是为了适应日益激烈的社会竞争。通过亲友的安排，此次我寒假社会实践的地点是

山东省禹城市邮政速递物流公司。

中国邮政集团旗下的全球快递物流服务。由之前的“ems”(全球邮政特快专递)和“cnpl”(中国邮政物流)两个品牌整合而成，另外还包含了包裹业务中的国际包裹和国内快递包裹。主要业务种类有：国际速递业务、国际速递卡哈拉承诺服务、中速tnt快件、中速环球空运、中速阿迈斯、中速佐川、国际货代、国际包裹、国内标准特快、经济快递、电子商务速递e-ems和电子商务速递e邮宝、代收货款、中邮快货、一体化物流、快递包裹等。

我的实践地点位于邮政大厦内部办公区，被分配的部门主要负责邮件录入、邮件查询、客户咨询、投递反馈等。

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，招聘会上的大字报都总写着“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，在大学期间的这一个假期我毅然开始了自己的社会实践。

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，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。

有些时候自己总是认为个人有天赋有能力，可是这些都只是我们自己的一厢情愿。进入社会这个大熔炉里我们才认识到了自己的无知。从课本上学习到的知识只是一小部分，我们需要的更多是能力的提升。此次寒假社会实践活动，我被安

排到了邮政速递物流公司。我有幸能够了解更多关于物流领域的知识，进一步拓宽我的视野。

对我很是关心，先是向我介绍所有的工作人员，以便让我能够更快熟悉工作环境。接着开始给我讲述我们的工作任务即主要负责的工作，以及我们的日常工作安排和 workflow。还很是热情的给我讲述我们的产业前景，最后主任安排我以后跟着他学习日常的邮件录入、邮件查询、投递反馈等业务。他希望我能够很快上手，同时我也希望能够不让他失望。

在活动之初，为了能够增加此项活动的“含金量”。我们组为活动订立了“自己组织，自己分配，自己招生，自己工作”的基本宗旨。其中，这里的“自己”实际上指的是一个群体：即所有参与到我组织的这项活动中来的和我具有同等学历的朋友们。在为期8天的活动中，我们在易邮通快递公司体验了有关快递分类、扫描、包装及派发的相关工作。

易邮通快递公司是全国性快递公司，我所实习的地点是北京市朝阳区清点站。快件分为收件和派件，收件是指快捷其他站点发到本站点的快件，派件是指本站点的速派员在本站点的服务区域范围内收到的要发到其他地区的快件。在参加活动这段期间我主要负责的是快递收件和扫描工作，在工作中我需要将大碟大碟的面单按公司名称分类，一直按着计算器算出7月份各大公司的快递费用总和，与电脑上的数据进行核对，确保正确。这是一件很费心的工作，由于面单上的数据人工输入过程，在按公司名称整理面单的过程，用计算器算出费用总和的过程都有可能出错，有的数据反复计算却会得出不同的结果，所以会比较劳神劳力。

通过这次的寒假社会实践，我获得了很大的收获，我将其总结为如下几点：

第一，与人的沟通很重要

与别人的沟通在平时学习和工作中起很重要的作用，特别在一些特定的工作中，沟通是不可少的。在刚刚接触一样事物时，只有通过与他人充分的沟通，说明自己的不解，在与别人的交流中增长自己的见识并认识工作的原理。与别人的沟通要讲技巧，遵时守时，互相尊重，互相配合，互相理解。

作为客服人员，最常做的事情就是通过电话与别人进行沟通，有时是将别人给自己说的信息准确无误地传递给另外一个人，在传递信息的过程中，关键处说的不清晰时就会影响工作，导致效率低下。在接电话，打电话时说明身份，让客户知道你是做什么的，报上公司的名字，自己的名字可以省略。

## 第二，处变不惊，淡定，事有轻重缓急

处变不惊的应对力，拥有承受打击的能力情绪的自我掌控及调节能力是一个优秀客服不可少的品质。有些客户认为花了钱买的服务很不值，发觉服务很不周到，就会在电话中对客服大发不满，客服只能忍耐，不能与客户发生口舌之争。客服要熟悉公司的运作原理，能对各种问题进行分析解决，不推脱，不推诿，不耽误。客服的工作比较繁琐，所以要分清轻重缓急，提高办公效率。

## 第三，学习无处不在，在实战中发现自身存在的能力缺陷，有意识地自学

在工作的过程中，我也发现自身存在的能力的缺失。在别人眼里，大学生是很难得的，处事能力要比别人强，其实不见得，处事能力是来源于基于实打实的经验。在课堂里所学的知识不一定在工作岗位上都能用上，并且在工作岗位上所需要的技能不一定都能在课堂里学得。在同一个岗位上工作一样长的员工所收获的东西有可能不同，在岗位上有意地自学，增长自身的知识储备的这一过程是最宝贵的。

公司的业务员总是顶着大太阳去跑业务，客服人员的繁琐地

工作中时时有可能受气，因为在任何环节都有可能出错，有的客户很好说话，很谅解，但有些客户故意找茬……经过这次实习我更是认识到工作的艰辛，生活中彼此谅解，感同身受会在不经意间产生影响。

## 第五，发觉知识的重要，珍惜学习的机会

现在的大多数人的工作都离不开计算机，电脑在人的生活中的地位不言而喻。新的信息不断出现，要理解新的信息，就要具备跟专业的知识。另外，一个不具备电脑打字技能的人无法担任此类工作……信息在更新，头脑也需要更新，因此要珍惜学习的机会。而且这种学习的机会不仅仅在大学课堂里。

即人的职业发展是一个持续的发展过程，大学生就业准备绝不仅仅是最后半年或一年才需面对和投入的任务，而应该是贯穿在我们生活过程中的一件大事。通过组织和参与“爱心辅导”活动，我个人对于社会的理解以及就业的估计有了更多的认识，而在组织管理能力上更是得到了很大的进步。尽管不是真正的就业，但是体验到了一种在校园里和课堂上无法体验到的带有一定压力的就业氛围，给自己为人生发展而做出的准备提供了帮助。暑假即将结束，参加与“寒假社会实践”活动使我的暑假生活变得充实而有意义。它让我初步领悟到一个人不管学历有多高，能力有多强，在体现自我价值的社会活动中都离不开“扎实、勤奋、虚心”这样的立身之本。

暑假的社会实践活动已经结束了，但社会实践给我们带来的巨大影响却远没有结束。它使我们走出校园，走出课堂，向社会，走上了与实践相结合的道路，到社会的大课堂上去见识世面、施展才华、增长才干、磨练意志，在实践中检验自己。半个月的社会实践虽然比较辛苦。是庆幸？还是依恋？回想起来，才发觉，原来乏味中充满着希望，苦涩中流露出甘甜。

通过本次社会实践活动，一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长；另一方面，我们为社会做出了自己的贡献；但在实践过程中，我们也表现出了经验不足，处理问题不够成熟、书本知识与实际结合不够紧密等问题。我们回到学校后会更加要珍惜在校学习的时光，努力掌握更多的知识，并不断深入到实践中，检验自己的知识，锻炼自己的能力，为今后更好地服务于社会打下坚实的基础。

机遇只偏爱有准备的头脑”，我们只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。业余的宝贵有很多人理解为为什么学生要进行假期社会实践活动。在这之前也是不怎么懂得的。但是，经过这次的暑假实践活动，我竟然领悟到了一些我以前所不明白的东西。

的。

人生中，有许多事情需要我们去完成。但是我相信，这种实践是不可缺少的一环。我想起了一句话，人的成就是决定于他怎么利用课余时间。所以，一段有意义的人生。实践一定是最最值得我们体会的。

我在酷暑中迎来了暑假，当然，也是我第一次经历社会实践。对于一个高中生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽天气炎热，烈日当头，我毅然踏上了社会实践的道路。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，想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

，从学习中实践。

在中国的经济飞速发展，又加入了世贸组织后，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。

都在为取得更高的成绩而努力。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。接触那些刚刚毕业的学长学姐，他们总是队我说要好好珍惜在学校的时间。在这次实践中，我感受很深的一点是，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。

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。其实有谁一生下来句什么都会的，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。这次接触的酿造业，对我来说很陌生，要想把工作做好，就必须了解这方面的知识，对其各方面都有深入的了解，才能更好地应用于工作中。

这次亲身体验让我有了深刻感触，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。

暑假里我和几个朋友一起去了敬老院参加社会实践活动，刚刚走进敬老院，我们什么都不知道。这时，我们便找到了一位清洁工人，说明我们的来意后，他便笑了起来，连连夸我们有爱心，然后就匆匆的领着我们来到了老人们生活的地方，而且还将我们领进了一位他最熟悉的老奶奶的房间中。

刚进房间，我们就闻到了一股淡淡的清香味，那是一股花香，一股桂花的清香。随后，清洁工人又告诉我们，这位奶奶姓x今年已经76岁高龄了。然后，他又向老人说明了来意，说完便走了。

看到老人后，我们便亲热地叫了她一声"x奶奶！”她也开心地应了一声。x奶奶要我们坐下，还准备给我们倒茶，我们却异口同声说“不用了！”是啊！我们是来帮老人解忧的，而不是来为她添负担的。然后，我们就和她聊天、谈心，只到我们要走的时候，他还依依不舍的抓住了我们的手说：“你们以后一定还要再来哟！”嗯嗯嗯，我们想也没想就答应了！可能这句话并不是只正对她自己一个人，而是针对敬老院里的老人吧！

我觉得这些最平凡的人才是世界上最需要人们关注和关爱的人，往往这些人的生活总是空虚的，那是因为很少会有人去看他们，她们很寂寞！

这短短的暑假实践我碰过壁，受过累，流过汗，但是我却成长了。实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识，也打开了视野，长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。我想，作为一名高中生来说，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫。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。