

# 最新暑期大学生社会实践心得体会(通用20篇)

工作心得可以成为我们职业生涯的宝贵财富，为我们未来的工作提供宝贵的经验和启示。现在就让我们一起来看看一些关于培训心得的精彩分享吧。

## 暑期大学生社会实践心得体会篇一

这次社会实践的开始时间是在六月份，从一开始的选拔实践队成员到准备社会实践内容中间的所有事情在全体社会实践队成员的努力下有条不紊的进行着，因为我们知道一定要付出全部的努力才能对得起老师和孩子们对我们的期望。这次社会实践是两个校区同时参加的第一次活动，通过这次社会实践我认识到了两城一家的重要性，同时也认识到了我们与菏泽校区的差距。

当到达杨寺村的第一天，看到孩子们站在学校门口焦急的等待我们的眼光，我深刻体会到了接下来的责任重大。我辅导的孩子叫杨兴缘，当我问起他等了我们多长时间的问题之后，我竟然得到的答案是他们从早上起床就直接到了学校等待我们的到来，他的眼光里闪烁着掩饰不住的兴奋，一连串的问了我好多问题，我才发现原来我们对于他们来说不仅仅是老师这么简单，同时在亲情陪伴结束之后我也明白了老师这两个字所担负的责任之重。

几天的时间很快就过去，我们每一天的任务都很紧张，生怕自己懒惰导致为村民、孩子们做的还不够，手绘墙、家风家训宣讲、亲情陪伴、爱溢书屋等等等等都在紧锣密鼓的开展着，甚至在晚上我们为了第二天的消夏晚会的效果，忍着困意，在11点的时间还要一遍一遍的彩排。队员们一人多角，不止是按照分工那么简单，每人都可以担任摄影师，每人都是画家，所有人默契的分工，协同合作让我感觉到了整个社

会实践队积极不放弃不抛弃的心态。

最让我感动的是我们的消夏晚会，前期为了节目的质量不计其数的彩排，当天宁愿冒着雨也要给村民们表演完，当我们打开手机的闪光灯和村民们一起合唱《相亲相爱》的时候，我们真的感到所有的付出都是值得的。

作为一个准大四的学生，我比任何人都珍惜这次社会实践的机会，因为我清楚大学时光一晃而过，我们不能让自己的大学时光碌碌无为，应该努力使自己的大学时光丰富起来，我们正处于青春最好的年纪，我们要让未来的我们回想起这段青葱岁月的时候，脸上洋溢着无悔的笑容。

经过这次社会实践，我深刻体会到了必须将书本知识与现实实践相结合的重要性，我们不应该只是待在象牙塔内埋头苦学，我们应该积极主动的走出学校，去体验在外界的风土人情。也体会到了服务他人的快乐，国家还有许多地方需要我们青年大学生去服务，去奉献自己的青春，我们应该响应党的号召，紧跟党的步伐，勇于担当青年大学生的责任，为社会主义事业而奋斗！

## 暑期大学生社会实践心得体会篇二

最近，我有幸参加了文明交通志愿者服务工作，感触颇多。

刚去的时候，我还很茫然，因为没做过类似的活动，不知道如何着手去做，也不知道自己能否做好。在我们学校x主任的指导下，我明白了自己的职责，也知道了自己应该怎样指挥行人过马路。直到自己真正站在了交通路口，身着志愿者服装、手拿小红旗，便自然有了感觉。

那天风很大，我们执勤的路口路况极为复杂，高峰时的人流量更多。一次红灯，光自行车道就能积压几十人。时间对这些出行者来说很宝贵，总体来说人们还是比较守秩序的。但

也有一些路人因抢时间想闯红灯，这时，红灯亮时我就举起小红旗，行人们便自觉地停下，耐心地等待绿灯。偶尔有人想闯红灯，也会有人自觉提醒让其停下。

我在想，一个协管员的力量不足以改善整个路况，但千千万万个微不足道就能使成百上千个路口的交通秩序得到改善。这次交通协勤体验给我两点启示：一是我体会到了协管员这个工作很辛苦，作用非常大。二是出现交通协管员这一岗位，根本原因还是因为有些人不能自觉遵守交通法规，继续加大交通法规的宣传力度，强化市民的自律意识和安全意识，加上有效劝导，人们自觉遵守交通法规的良好氛围就能形成。

经历了一天的路面执勤，我深深的体会到作为交通秩序的维护者和执法者的辛苦和责任，在路面站岗执勤，从早到晚经受风吹日晒，更重要的是时刻保持高度的注意力，随时注意车辆、行人遵守交通秩序通行。这次活动的开展，有效地提高了我们的文明交通意识和安全意识，拓展了文明交通宣传阵地，营造了浓厚的文明交通氛围。通过实地参与交通管理，充分认识到不文明出行可能造成的后果，树立正确的交通安全观念很重要。以后，一定要严格遵守交通法规，做一名文明的出行者。

## 暑期大学生社会实践心得体会篇三

两年的医学理论学习让我受益匪浅，今天我竟有幸在这家卫生室体会实践，让我从一个完全不懂的临床经验的学生变成一个可以当助手的工作者，心中确实有点成就感。

虽然说这家卫生室规模不大，但是医疗水平和工作态度绝不逊色。我很感谢给我的实习机会。这里的医生在忙碌之余教导我，指导我，这里的护士也耐心的教我，同时我也虚心的向护士学习，紧紧地跟着护士，寸步不离，年轻的护士耐心地给我讲解着关于护理的知识。慢慢地，我穿梭在各个病床，了解了一些护理术语和日常工作。我协助护士接诊病员，做

好四测（测血压、测体温、测脉搏、测体重），熟练地掌握了血压及体温的测量方法，接触配液环节，在严格坚持“三查七对”（三查：操作前查、操作中查、操作后查；七对：对床号、对姓名、对药名、对浓度、对剂量、对方法、对时间）的原则下，并为病员配液。

这一天的实践不仅让我真正的做了一回医护人员，也让我更深一步懂得了如何去学习去提高自己，同时在这次实习中让我懂得了医生应具备的思想素质：要教育和培养每个医护人员热爱医疗工作，献身医疗事业，树立牢固的专业思想；要有崇高的道德品质、高尚的情操和良好的医德修养，以白求恩为榜样，发扬救死扶伤，实行革命的人道主义精神；真诚坦率，精神饱满，谦虚谨慎，认真负责；要高度的组织性、纪律性和集体主义精神，团结协作，爱护集体，爱护公物。还要具备专业素质：医护人员要对病人极端负责，态度诚恳，和蔼热情，关心体贴病人，掌握病人的心理特点，给予细致的身心护理；严格执行各项规章制度，坚守岗位，按章办事，操作正规，有条不紊，技术熟练，做到准确、安全、及时，精益求精；要有敏锐的观察力，善于发现病情变化，遇有病情突变，既要沉着冷静，机智灵活，又要在抢救中敏捷、准确、果断；做好心理护理，要求语言亲切，解释耐心，要有针对性地做了病人的思想工作，增强其向疾病做斗争的勇气和信心；保持衣着整齐，仪表端庄，举止稳重，礼貌待人，朴素大方；作风正派，对病人一视同仁，对工作严肃认真。同时要具备科学素质：医护人员要具有实事求是、勇于探索的精神，要认真掌握本学科基本理论，必须注意在实践中积累丰富的临床经验，要掌握熟练的技术和过硬的本领；要刻苦钻研业务，不断学习和引进国内外先进的护理技术；要善于总结经验，不断探索，开展研究，勇于创新，努力提高业务技术水平，不断推动医疗事业的发展；要积极努力学习和了解社会学、心理学、伦理学等知识，拓宽自己的知识面，更好地为病人的身心健康服务。

这里的医生还告诉我，只要你平时多观察，多用心学习经验

和知识，不懂的地方多问，都能够得到解答；和老师讨论，提出意见，也都有助益的；重要的是，认真念书，多查询相关资料才能够很快的进入状况。我觉得我们要学的知识还有很多很多，自己可以寻找方法，也要听取别人的意见，接纳别人的方法，这样综合起来我相信提高自己不是难事了。

医生其实是一个平凡的职业，但也是最崇高的，作为医生他的职责就是救死扶伤，挽救病人的生命；同时要有一定的责任心，把病人的生命看成自己的生命；再者，医生要有创新和探索的能力，积极为医学的未来作出贡献。

我们新的学期开始了，新一轮对医学知识的吸收和总结也拉开序幕，我会投入百分之百的努力：加油——对自己以及所有的人说！

## 暑期大学生社会实践心得体会篇四

除了实习之外，社会实践也是大学生在进入社会前的一个考验，下面是大学生暑期社会实践心得体会范文，欢迎阅读参考。

“吾尝终日不食，终夜不寝，以思，无益，不如学也。”

这是论语中的一句话，说的是一个人整夜不食不寝去思考钻研一个问题，没有什么好处，不如亲自去学习研究。

实践的过程是每个人都要经历的必经之路，在这个路上，你不在是个孩子，在锻炼，在成长，跌跌撞撞，且歌且行。

青春的光阴留给我们更多的是奋进的号角与激昂的乐谱，也许每天拖着疲惫不堪的身子回来，也许每天都要为了完成当

天的任务而焦头烂额，也许每天都要为了明日的采访做着准备，但我们是快乐的。

不再是不为浮云遮眼之势，更在一览众山之躯。

我们实践，我们快乐。

作为实践，这样的一项活动，也必须有其流程经营。

从开始的确定主题，到队员的选拔再到实践的开始，分工，任务的布置，或许疏一看，甚易。

但实则不然，在这过程中不是冷冷的追求学术上的严谨，更是寻找种人心向往的科学之美。

孙中山说“人既尽其才，则百事俱举；百事举矣，则富强不足谋也。

每个人在“sunshine”这样阳光的队名中贡献着自己，以追求对大学生村官的深入调查为目的，大胆的去想，去做，在这个团队中关心着对方，真正做到了团结，奋进。

有激动，有感动，有触动。

不论第一天大家为了提高团队工作效率方案的讨论争论不休，不论每天在外采访村民的队员被烈日晒伤，汗珠滴落早已浸湿全身的队服，更不论每晚写报告，写日志，总结全天，为明日准备到深夜。

每天的采访，吃饭，采访，总结，休息，成为了我们的主线，每天奔波于乡村城镇的各个小巷街头，我们询问着，调查着，目的只是完成实践，让自己明白更多属于我们，属于我们这个时代的真谛。

只因为我们知道，孵化梦想，需要汗水与坚强的臂膀，我们付出，我们收获，我们快乐。

经过我们的采访，知道了村里创业的艰辛，孩子受教育的困难，在同情的同时，我们更多了一份宽慰，因为，我们的村在不断的改善为更好的生活而努力。

还是有着一些需要帮助，建设的村镇，我们的实践活动受到中国高邮网，郭集网，高邮信息报，扬州日报晚报的关注。

为自己为一名南大学子感到自豪。

**sunshine**这个词，不再是一个队名，更多的是一种精神，当远离喧嚣，来到村镇的时候，才真正明白，什么是奋斗，什么是团结，什么是一个团队。

这样的实践，这样的我们，这样的，快乐。

今年的暑假，为了响应学校的号召，更为了锻炼自己，提高自己的社会实践能力，为将来的就业打下基础。

我不仅在实践中深化了知识，而且学到了书本上没有的知识，收到了深刻的教育，了解了我们村里的一些民情和青年的一些现状。

通过我的观察，我感受到了农村基层党员干部务实的工作态度和全心全意为人民谋利益的无私奉献精神。

此外，在这次实践中，据我亲身所感、亲眼所见、亲耳所听，我们对村里的现状有了更多更深的了解。

村里自2003年以来，全体村民在村委村领导的带领下，同心同德，修乡村公路5条，打居民用水井12眼，兴修水利灌溉池塘8口，

新建养鸡产2座……。自2003年至今的7年时间内,全村700多户村民从人均收入不到1000元一下子提高到2500元。

此外,村领导干部积极响应党中央国务院建设社会主义新农村的号召,主动转换思维,跟上科技前沿,大力引进抗虫棉、超级杂交稻、三倍体无子西瓜等新型农作物品种。

既增加了农作物的产量,有改良了土壤。

板栗、李子、油桃等一系列蔬果新品种,将原来一些劣质土壤的农田进行大面积整合改造,在上面载起了果树。

如今的马埠头村,再不是原来的穷乡僻壤了,村民的腰包鼓了,腰杆直了,村里的精神文化生活也越来越丰富了。

村民开始盖起了各自的小二楼,一个个对社会主义新农村充满了信心和期待。

放假之前,我就联系了爸爸曾经的同事,村领导王会计,表明自己希望参加和帮助村委会的日常工作,从而锻炼自己,同事也可以为乡亲们服务。

村主任和其他村干部商量后,同意我在村委会挂名并开展工作社会实践 报告,主要负责基础的日常工作和一些对自己感兴趣的课题进行调查。

接到可以正式上班的第二天,我就按照村主任的安排,走进了村委会的办公室,正式开始了我的第一次社会实践。

第一天“上班”,难免有些激动和紧张,接受的工作完成的都不是很顺利。

例如在帮王会计作工作记录时,经常记住上句忘了下句,而且为了赶时间社会实践 报告,字迹十分潦草,整个会议过程都手



忙脚乱的,闹了不少笑话。

但是会后村支书找我谈话,并没有批评我的“错误”,反而对我进行了鼓励,并告诉我他的一些工作经验和教训,让我受益匪浅!一天下来,我深感工作的不易,但我学会了怎样调整自己的心态,很快融入到了新的环境中去!

以后几天,我一直做着整理文件,清洁卫生,接打电话等一些较容易较轻松的工作。

但即使是一些不起眼的工作,我也深刻体会到做任何事都不能马虎,要做就要认认真真、一丝不苟。

一页文件整理错了,到需要时候就很难找到;卫生大扫得不干净,就会给上级领导和人民群众留下不好的印象;接电话的语言不得体、传达事情表述不准确,就会影响到工作效果。

我加强了对自己的要求,不放过任何微笑的细节,尽量将每件事情都做到出色和完美。

虽然我不是学经济学的,但对这方面也有一些了解,我确立了一个调查的大致方向,不是很专业,但我觉得挺合实际的。

我查了下村里的人口和人均年收入,然后根据自己家里的情况和周围邻居、亲戚的一些了解,同时也走访了一些其他的村民,最终确立了一个有关我们村的一个经济结构模型(私下里觉得挺幼稚简单的,但毕竟是我自己的东西啊)。

最终,我在村委会完成了将近20天的社会实践。

这些天下来,我收获了太多太多,许多都难以用语言来形容和表达。

而通过这次实践活动,让我感受最深的除了我的能力得到锻炼

和提高外,就是农村在这几年里的飞速发展,农村经济的欣欣向荣,农民生活的巨大改变给了我很大的感受,让我对社会主义新农村建设充满了信心。

作为一名在校大学生,我生在农村,长在农村,能够在农村中参加社会实践,去体验中国最底层的社会生活,这对我以后的人生道路来说绝对是一笔宝贵的财富。

通过这次活动,我开阔了眼界、增长了知识、锻炼了能力,还丰富许多工作经验,自己的认识和理论水平也明显有了很大提高,也让我对以后的生活和工作充满了信心。

我会用饱满的热情去迎接即将到来的大学新学期生活和未来的挑战!

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，他们就是最好的老师，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最好途径。

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未来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。

大学生暑期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!

大学生社会实践心得体会范文

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，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。

不同的时间的社会实践，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。

社会实践加深了我们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。

## 暑期大学生社会实践心得体会篇五

今天是三下乡得第四天，我们组今天出发走访企业了。今天我们很顺利，关上午我们就一口气拿下三家。下午又有两家入账。

上午我们首先来到的是昨天预约好的xx有限公司。公司斯主任热情的接待了我们，我们按照我们的提问程序问了斯主任。斯主任给我们一一做了认真回答。接下来的几家公司我们也顺利走访完毕。

今天给我感触最多是各个公司负责人回答我提的问题。我的问题是关于毕业生的。这是我们搞社会调查的主要目的之一。也是我很想通过三下乡去寻找的。

他们大多说大学生应该重视能力与实践的培养，提高综合素质。勤动手，多思考。有良好的人际关系，交谈时说话表达流利清楚，表现活泼。有团队精神。能吃苦耐劳。

知识再多到用时都觉得不够。因为知识是不断的在更新的。我们要培养自己的一种学习能力，能快速的学习新知识。成为一种学习型人才，我们在学校学习的是找到解决问题的方法，知道怎样去找答案。

上天是公平的，假如我某方面我没有做，或者我没有得到锻炼。只要我另一方面我没有闲着，我在努力，就不要有什么

遗憾和包袱。一个勤奋，刻苦，有上进心人在哪都能有自己的一份天地。这是我的个人体会。

## 暑期大学生社会实践心得体会篇六

作为一名大二的`师范生，能在这个假期去参与一个教育机构的招生工作以及后面上课的全过程，我觉得这是上天或是社会或是自己给自己的另一种引导，鼓励和启发，很多事情是需要我们勇敢的踏出第一步，也有很多事情是需要我们去尝试了才能明白了解的。

前期的招生工作，让我感受到了许多的人间冷暖，生活的酸甜苦辣，但儿童的成长这个话题却是在前期招生工作中的一个尤为触动我心弦的话题。我们的招生工作，不仅仅就是在一个地方摆点招生，而且也要走家串户的去宣传做记录。

如今，随着社会的发展，物质与精神往往两难全，父母为了给孩子创造更多的物质财富来满足他们的精神财富，打工已经成为一种潮流，然而这种潮流不是父母们愿不愿去追随的问题，而是他们不得不追随的问题，这样就形成了父母在东孩子在西的局面，长此以往，“留守儿童”也就诞生了。

无论怎样，留在家里的孩子还是懵懂的，他们的人生观价值观和社会观还需要一个强有力的牵引，所以，我们不能眼睁睁的看着他们一个个因为父母不得已的离开而把自己荒废在这个属于他们自己发展的关键时期，尤其是作为园丁的老师们，我们要尽全力去关爱这些孩子们，从学习思想生活多方面的走进他们，走进他们的内心世界，努力地把这些未来的祖国花朵培养得阳光健康和积极向上！

对于前期的招生工作，再辛苦，更多的都是体力上的支付，但对于接下来的上课环节，尤其是对于我来说，即使我是师范生，纵然我有再大的热情，但一考虑到从未接触过这方面的实战演习，在学校学的东西毕竟在运用的过程中多少有些

差距，本就不自信的我，越想越多，再加上周围的人都很优秀，我开始怕了，开始准备退缩了，但是我想，如果就这样走了，不仅是对自己的不负责，也是对他人的不负责，最终还是决定留了下来。

后来，我开始狂看小学每个年级的教材和相关资料，对每个年级的内容进行初步归类，找出重点难点易错点。最让我不放心的还是第一天的课该怎么上的问题，为了这节课，我思前想后，最终决定第一天不上课，而是放轻松的与孩子和家长交流，争取在尽可能短的时间内了解每个孩子的学习状况和家长的相关意见，从而达到因材施教的教学效果。

第一天真的来了，实施照着计划顺利的进行着，家长也满意地把孩子交给了我，也许对于其他老师来说，能取得这样满意的结果是他们意料之中的，但是对于毫无经验的我来说，能取得家长的肯定就是我给了我莫大的坚持下去的勇气。一上午，我通过与孩子和家长们的交流，初步了解每个孩子的状况，从而了解了每个班级的状况，剩下的就是根据每个孩子所组成的每个班的大概状况准备教学内容以及精选课堂练习和课后练习，一切都准备好了，就等着第一堂的到来，这里给他们上的第一堂课，也是我上讲台正式讲课的第一堂课吧，这一上午下来，总感觉没发挥好。

于是，我更加努力的把自己投入到准备后面每一天的教学安排中去，就这样，我每天都是上午集中精力上课，下午就是认真的备各个年级的课，晚上批改作业，分析孩子们的作业，总结今天上课的状况，也想一下明天该以何种方式让孩子们在愉快中学习，让他们不仅能掌握这种知识，而且能把这种知识学活，自己能够灵活的去迁移扩展和应用……就这样，一天天过去了，在这些天里，我几乎是没有睡过好觉，经常都是整夜整夜的失眠，但这一切都是值得的，因为在这些天里，我真的是在用心的对待我的每一天每一堂课，用心的对待每一份教案每一份作业，用心的对待我所接手的每一个孩子每一个家长。

我在用心真诚的付出，孩子们也确实是在收获，最让我满足的还是孩子们都能够数出自己在哪些方面的收获，与此同时，我也真正体会并懂得了用负责真诚勇气来面对身边的每一个人每一件事在人的生命过程中的重大意义，也明白了人生就是一个以实力为基础并借助信心来不断挑战自己超越自己的过程！往往大多数人都愿意向别人耀眼的光环投去赞赏与羡慕的眼光，然而，又有多少人去注意过那光环背后的故事，去关心过那光环背后的辛酸与泪水！

每个人都拥有一个梦，看着别人用辛勤灌溉着自己的梦之花，闭目凝神，我们不能仅仅停留在欣赏别人的芬芳中，我们也要汲取他们随着“花香”所散发出来的那种精神，然后学着去耕作自己的“花园”，等待你的会是满园花色还是满园枯枝，那得看你的付出有多大！短暂的相逢，给我的却是巨大的进步和成长。同事的那种奋斗精神让我看到了随梦而飞的炫丽，让我感受到了梦想的魅力与力量，这种力量也无时无刻地在鼓励着我！与孩子的相处，我也找到了自己前进的方向，要想每一个孩子能得到健康而又全面的关心和培养，作为教师的我们就得不停地全面地去丰富和发展自己。

人类有一种情感叫“后悔”，总是等到问题出现或是等到不可挽回时才知道怎么做，那么，作为一名走在教育大道上的教师，尤其是现在在校的师范生，我们得明白知识就像金钱，当你越是需要它的时候越觉得它不够用，我们不要等到它不够用的时候才去寻找它，正如“老师要想倒给学生半桶水，自己得有一桶水”这句话一样，我们得随时做好储存的准备，时刻保持一颗学习向上的心，坚持发展性学习，坚持以专业学习为中心的发散性学习，综合提高自己各方面的能力！

## 暑期大学生社会实践心得体会篇七

社会实践活动激发学生的活力和创造性，是课堂教学的有益补充和不可分割的一部分。下面是本站小编整理的一些关于大



学生暑期社会实践心得体会，供您参阅。

大学生的第一个暑假，当然，也是我第一次经历社会实践。对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。于是我毅然踏上了社会实践的道路。想通过亲身体会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。

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好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。虽然被批评是难受的，但是也要明确表示你是真心在接受他们的批评。这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从哪里跌倒就从哪里爬起来，这才是我们所应该做的。

我也从工作中学习到了人际交往色待人处事的技巧。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，要知道了给予比获得更令人开心。不论做什么事情，都有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通，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！暑假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，锻炼一下意志力，同时积累一些社会经验和工作经验。这些经验无非就是我们所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就显现出来。我们除了学习书本知识，还需要参加社会实践。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。知识转化成真正的能力要依靠实践的经验的和锻炼。

在今年这个火热的七月，我们暂别象牙塔中舒适的生活，带着青年人特有的蓬勃朝气，走入社会，了解社会，深入社会。

暑期社会实践活动一直是我校大学生投身社会、体验生活、服务大众的真实契机。

我感觉很荣幸可以进这样一家公司让我实践锻炼。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第一天的实践，在这之前我实践经验也没有多少。虽说只是实践，但生活的方式却已完全不同于学校里的生活，而是转变成了正式的上班一族：早上7：30上班一直到下午5：00下班，这一天的生活便度过于这小小的办公室之中。此次实践，主要实习的内容是打印处理文件、日常电话接听、客户接待工作，以及给各种杂活。简单来说就是学习做一位办公室文员。“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。这次实践后才能深刻体会这句话的含义。除了计算机操作外，课本上学的理论知识用到的很少很少。刚开始去的时候，还真有点不习惯。

实践的前几天，一直在办公室里呆着，端茶，倒水，扫地，一点都没有什么我想象的那种刺激，那种新鲜。很多东西都不懂，幸好有领导、同事们的耐心帮助，让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。30天，很长也很短。在做暑期实践之前，还以为会很难熬，那么长的日子，但经历过以后才知道原来那么短。还有发现我们农村人特有的淳朴，善良是我一辈子都会珍惜的事情，他们那美好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。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

30天的端茶倒水扫地，我只当举手之劳了，但一直到最后叔叔才告诉我，他们想看看当代大学生到底是怎样的，是有着

娇惯的脾气，不负责任的小孩子，还是充满朝气的有着丰富知识和责任心的大学生，其实还是感觉还是不错的。叔叔说我通过了考验...总之是狠狠地夸赞了我啊，呵呵。我的暑期实践就这样通过了，好开心!最开心的是，叔叔们还说以后希望有这样的机会时，还能够来实践，以后一定加倍努力，加油!

时光虽然悄无声息地从指间流走，但我会永远记住大一的这个暑假，记得这次社会实践活动，记得与我相处过的每一个人，记得我经历过的每一件事。那些细微的感动和琐碎的记忆以及深刻的体会将一直在我的生命中潺潺地流淌。

我知道我们社会实践的目的虽不在于此，但這些小事却又是生活中必不可少的一部分。因为生活中的考试往往是无形的，不像真正的考试一样用白纸黑字将问题摆在我们面前，可以十分清晰地检验我们。一些与人生有关的话题就在我们的一言一行中找到答案，这有关我们是否真诚，是否充满爱心。

虚伪挟不来真情，冷酷也挟不来热忱。多替他人着想，多帮助别人，才能活的更舒坦，更有质量。暑假社会实践我又结识了几位好朋友，谢谢他们给我的生活带来了异样的生机与感动，给我的生活携来了久违了的阳光。人与人的相处，最重要的是心灵的沟通，彼此坦诚相待，只要人人都有一颗明亮而温暖的心，这个世界会更加美好!

暑假社会实践，终究会成为过去，终究会成为永远，终究会被记忆尘封。但是它给我的启示将会影响我的一生，让我在人生的路上越走越好。当人生的年轮驶过若干年后，那些深深的车辙将会始终笔直如一!

也许我们能从书本学到好多理论，但只有经历过实践之后，才知道有些知识是书本上永远学不来的东西，暑期实践看到了很多目前的现状，国家的政策和农民的行动还没有一致起来，我们还需要一起努力，同时自己在这30天的实践中也感

到了我们所肩负的责任。实践留给我们很多的思考，使我们这些“读圣贤书”的人也开始关心“窗外事”。

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，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。近一个月的社会实践，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。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

成长，是一种经历；经历，是一种人生的体验。人生的意义不在于我们拥有了什么，而在于从中我们体悟了什么。在生命的短暂与存在的永恒之间锻造了自我，拥有真正的价值和真实的幸福。暑假社会实践活动给了我们一个锻炼自我的平台，让我们有所体会、有所启迪、有所感悟，让我们更好地成长。

在这个火热的七月，我们暂别象牙塔中舒服的生活，带着年轻人特有的蓬勃朝气，走入社会，了解社会，深入社会。

暑期社会实践活动一直是我校大学生投身社会、体验社会、服务大众的真实契机。而我，也在这次社会实践中领悟到很多曾经根本无法懂得的道理。找工作不好找，在实际工作中也会遇到许许多多棘手的问题，我现在才明白其实真实的生活远没有想象中的那么简单这里会有很多想象不到的问题，很多问题中又有复杂的关联，这么想起来生活的确会很累。因此就必须提高自己处理问题的能力，让复杂的问题简单化，让自己的生活简单而又充实。想到这里我真的很羡慕那些懂得享受生活的人，我想那他们应该早就看透了生活成为个中高手吧。

通过这次社会实践我真正明白社会生活与校园生活的差距。校园毕竟是太小了，我们在学校学的是理论知识，我们必须要把所学的东西应用到实际中才会发现它的价值。我们总以为在学校上课枯燥无味，总向往那些自言自语享受生活的人，总有着别人不知到的理想，总想着有一个辉煌的未来。但我现在开始明白，所有的想象都是虚无缥缈的，只有自己亲身实践过，才会有一个清醒的认识，才会正确地给自己定位，确立相对现实的目标。在实践后才会发现自己所学的东西是多么有用，自己是多么的需要进一步充实，其实实践也可以提高学习兴的。“实践是检验真理的唯一标准”多少次说过这句话却不去想它所包含的真正意义，直到实践后才对这句名言有了更深的理解。现在我也明白了人的潜力是需要自己去发掘的，太多的不自信只会把机会一次又一次地从身边赶走。通过实践你可以发现自己从未发现的方面，或许是需要改正的习惯，更或许是某个被掩盖的亮点。这次实践也让我坚定了坚持不放弃的信念，放弃就等于否定自己，自己的否定几乎几十倍乃至上百倍的强于别人对自己的否定，这对一个人来说是相当可怕的。自己不去接触社会就永远不会知道社会的规则，依此类推，任何东西不去接触就永远不会了解它。在学生阶段的我们需要了解的东西太多了，我们不能只靠书本去认识它们，这样的认识太浅薄了，不能算是真正的认识。我们需要尽可能多的去接触这个社会上的东西，俗话说人是社会的主人，我们要享有主人的权力就必须先了解社会，不然的话就很可能被社会所左右，那样的生活不会幸福安乐的，只会是痛苦和无奈的。

吾尝终日不食，终夜不寝，以思，无益，不如学也。”这是论语中的一句话，说的是一个人整夜不食不寝去思考钻研一个问题，没有什么好处，不如亲自去学习研究。实践的过程是每个人都要经历的必经之路，在这个路上，你不在是个孩子，在锻炼，在成长，跌跌撞撞，且歌且行。青春的光阴留给我们更多的是奋进的号角与激昂的乐谱，也许每天拖着疲惫不堪的身子回来，也许每天都要为了完成当天的任务而焦头烂额，也许每天都要为了明日的采访做着准备，但我们是

快乐的。不再是不为浮云遮眼之势，更在一览众山之躯。

我们实践，我们快乐。作为实践，这样的一项活动，也必须有其流程经营。从开始的确定主题，到队员的选拔再到实践的的开始，分工，任务的布置，或许疏一看，甚易。但实则不然，在这过程中不是冷冷的追求学术上的严谨，更是寻找种人心向往的科学之美。孙中山说“人既尽其才，则百事俱举；百事举矣，则富强不足谋也。”每个人在“sunshine”这样阳光的队名中贡献着自己，以追求对大学生村官的深入调查为目的，大胆的去想，去做，在这个团队中关心着对方，真正做到了团结，奋进。有激动，有感动，有触动。

不论第一天大家为了提高团队工作效率方案的讨论争论不休，不论每天在外采访村民的队员被烈日晒伤，汗珠滴落早已浸湿全身的队服，更不论每晚写报告，写日志，总结全天，为明日准备到深夜。每天的采访，吃饭，采访，总结，休息，成为了我们的主线，每天奔波于乡村城镇的各个小巷街头，我们询问着，调查着，目的只是完成实践，让自己明白更多属于我们，属于我们这个时代的真谛。只因为我们知道，孵化梦想，需要汗水与坚强的臂膀，我们付出，我们收获，我们快乐。

在对大学生村官的调查实践中，我们感受到了村里的建设，这里有孩子，农民，村干部，每每从他们的质朴中，我们在感受，感受着这份简单，经过我们的采访，知道了村里创业的艰辛，孩子受教育的困难，在同情的同时，我们更多了一份宽慰，因为，我们的村在不断的改善为更好的生活而努力。或许，我们的实践不能反应村里的每个角落，但是我们每个人都希望，我们的实践能够受到更多人的关注，更多人注意到在大城市的周围，还是有着一些需要帮助，建设的村镇，我们的实践活动受到中国高邮网，郭集网，高邮信息报，扬州日报晚报的关注。为自己为一名南大学子感到自豪。

实践活动结束了，每个人在思考着这几天发生在我们身上全

部，少了那些青春的张狂，多了些青春的踏实，少了那些青春的迷茫，多了些青春的奋斗☀sunshine这个词，不再是一个队名，更多的是一种精神，当远离喧嚣，来到村镇的时候，才真正明白，什么是奋斗，什么是团结，什么是一个团队。这样的实践，这样的我们，这样的，快乐。

## 暑期大学生社会实践心得体会篇八

实践活动已经进入尾声，大家伙的心情都很激动，同时也在更努力地奋斗着。我们偶尔遇到十分热情接受会访问的叔叔阿姨，更多的是也有不愿理睬的各色路人，但是作为万里的学生，我们有的是“厚脸皮”，我们不怕被拒绝。只要有1%的希望就要尽100%的努力，这是万里学子的精神。

7月17日是暑期社会实践队之非遗队活动的最后一天。天气也是相当的给力。今天早上不论是哪一个社区，我们都发现社区门口坐着很多人，大家讲起麻将的历史都很起劲，没一会儿就填好了很多张。但是好的开始并不意味着成功。在进入社区里面后，我们还是遭受了一些冷眼，有的居民听到麻将就避而远之，更甚者直接骂起了我们的志愿者。不过我们也遇到一位90岁的老人，他认为麻将是一种高雅艺术，体现了东方文化的独特魅力，而现在麻将变成一种赌博工具，主要是由人们对麻将的不合理利用造成的。

虽然过程中碰到了不少困难，我们深知通往成功的道路的艰辛，不可能随随便便就成功。通过这次活动，我们收获颇多，我们在走访中学会如何更好更灵活地与别人交流，不仅是受采访的人，队员之间也是这样。

对于我们所采访的人群，因为这么多人对麻将文化存在误解，所以我们才要更竭尽全力去为我们的非物质文化遗产做一些贡献。作为社区走访的收官之作，今天的任务并不轻松，大家却是斗志满满，似乎要在今天把前几次留下的遗憾都补上。

我们全体成员似乎又看到了那个第一天决定加入非遗队的自己，充满笑容，活力满满。为整个活动画上了圆满的句号。

通过这次对非遗的调研，我们收获到的不仅是有关于麻将的一些背景文化，更多的是团队相处及一起同甘共苦的小伙伴们。感谢大家携手并肩，无怨无悔走到最后。我相信这将会成为我们最难忘的一个暑假和最美好的回忆！

## 暑期大学生社会实践心得体会篇九

现在的社会是一个开放性的社会，是一个充满规则的社会，我们国家要与世界接轨，高才能的人是必不可少的，但没实践的人才是无处可用的。因此对于人才的培养应当面向实际，面向社会，面向国际。环境保护本身的社会实践很强所以采用理论联系实际，理论与实际相结合的办学模式是比较可行的，定期安排学生见习，让学生更好的消化所学的知识。本人在xx公司的会计部进行了社会实践学习。

xx公司的会计部并没有太多人，设有一个财务部长，一个出纳，两个会计员，刚到会计部主管就叫我先看她们以往所制的会计凭证。由于自己在这方面的知识比较匮乏，于是只能晚上回家补课了，把公司日常较多使用的会计业务认真读透。毕竟会计分录在书本上可以学习，可一些银行帐单、汇票等就要靠社会实践时才能真正接触，从而有了更深刻的印象。别以为光是认识就行了，还要把所有的单据按月按日分门别类，并把每笔业务的单据整理好，用图钉装订好，才能为记帐做好准备。制好凭证就进入记帐程序了。

虽说记帐看上去有点象小学生都会做的事，可重复量如此大的工作如果没有一定的耐心和细心是很难胜任的。因为一出错并不是随使用笔涂了或是用橡皮擦涂了就算了，每一个步骤会计制度都是有严格的要求的。例如写错数字就要用红笔划横线，再盖上责任人的章，才能作废。而写错摘要栏，则可以用蓝笔划横线并在旁边写上正确的摘要，平常我们写字



总觉得写正中点好看，可摘要却不行，一定要靠左写起不能空格，这样做是为了防止摘要栏被人任意篡改。

对于数字的书写也有严格要求，字迹一定要清晰清秀，按格填写，不能东倒西歪的。并且记帐时要清楚每一明细分录及总帐名称，不能乱写，否则总长的借贷的就不能结平了。如此繁琐的程序让我不敢有丁点马虎，这并不是做作业时或考试时出错了就扣分而已，这是关乎一个企业的帐务，是一个企业以后制定发展计划的依据。结帐最麻烦的就是结算期间费用和税费了，按计算机都按到手酸，而且一不留神就会出错，要复查两三次才行。

一开始我掌握了计算公式就以为按计算机这样的小事就不在话下了，可就是因为粗心大意反而算错了不少数据，好在主管教我先用铅笔写数据，否则真不知道要把帐本涂改成什么样子。从制单到记帐的整个过程基本上了解了个大概后，就要认真结合书本的知识总结一下手工做帐到底是怎么回事。主管很要耐心的跟我讲解每一种银行帐单的样式和填写方式以及什么时候才使用这种帐单，有了个基本认识以后学习起来就会更得心应手了。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在短暂的社会实践过程中，社会实践中，我采用了看、问等方式，对在工作中人与人的关系做了进一步的了解，分析了人与人之间特点，方式。我深深地感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏。刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，苦累交加，这让我感到非常的难过。一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。这也许是我一个人的感觉。不过有一点是明确的，就是我们的教育和实践的确是有一段距离的。

我们的教育应该社会实践得结合起来，采用理论和实践的办学模式，做到课堂教育与社会实践的关系，暑期实践与平时实践的关系，社会实践广度与深度的关系，分别同过课堂，

暑期和实践把我们所学的和运用想结合起来，才能更完全的掌握。“千里之行，始于足下”，这近一个月短暂而又充实的实践，我认为对我走向社会起到了一个非常重要的作用，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。更重要的是要向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，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。

领导和同事们的经验，好的习惯和他们的知识也会是我们人生中的一大宝贵的财富。这次实践更让我肯定了做事先做人的道理，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，他们就是最好的老师，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。

经过这次实践，虽然时间很短。可我学到的却是我一个学期在学校难以了解的。就比如如何与同事们相处，相信人际关系是现今不少大学生刚踏出社会遇到的一大难题，于是在社会实践时我便有意观察主管是如何和同事以及上级相处的，而自己也尽量虚心求教，不耻下问。要搞好人际关系并不仅仅限于本部门，还要跟别的部门例如市场部的同事相处好，那工作起来的效率才高，人们所说的“和气生财”在我们的日常工作中也是不无道理的。而且在工作中常与前辈们聊聊天不仅可以放松一下神经，而且可以学到不少工作以外的事情，尽管许多情况我们不一定遇到，可有所了解做到心中有数，也算是此次社会实践的目的了。

## 暑期大学生社会实践心得体会篇十

一年一度的暑期社会实践匆匆的来了，又在不知不觉中匆匆的结束了。下面是小编分享的大学生暑期社会实践心得体会，希望能对你有所帮助。

在这个异常炎热的暑假，怀着一份让自己的假期生活更充实更充满乐趣的心态，我加入了学院组织的社会实践。在刚刚入学的那会儿，就听学长学姐不断的在说他们实践过程中的开心而又难忘的故事，让我好羡慕。现在，终于有机会亲身体会一番了。

现在已经在家了，可每次吃饭的时候却还是会想起在惠来等待开饭的日子。不是因为我们会贪吃，而是因为等待开饭的时间都是我们自娱自乐的时间。在这段时间，会有很多开心的事会发生，有很多时刻都将让我铭记一生。最难得是和言川、其灌那一顿真正的“大餐”，现在即使有一模一样的饭菜放在我面前，恐怕也很难吃出那种感觉来了。永远得怀念那一句：“老板，开饭啦！”

回忆准备工作阶段，辛苦的排练伴随着紧张的复习。这个阶段我的工作算是比较多的。有《歌舞青春》要排练，另外要负责教会那些男生《青花瓷》。一下子要记好多舞蹈动作，对我这个记性差的人来说还真不是件容易的事。但是自己没有放弃过，一直坚持着把两个节目都搞定了，虽然辛苦，却觉得很充实，很值得。

在文娱工作的准备阶段，我和很多队友都培养了深厚的友谊。因为跟进了多个节目，跟每个节目的成员都有接触，所以很快就跟整个实践团的人混熟了，看来文娱工作还帮了我不少忙。在文娱工作方面还德到了很多人的帮助，在这里要谢谢他们了。至于文娱组那群家伙就更不用提了，大家打成了一片，一起工作，很是开心。

实践的最后一个晚上，就是我们的文娱晚会了。晚会在《街舞》秀中开场了，虽然演员都不是专业，但是动感的舞姿却赢得了观众的片片掌声。双胞胎姐妹用她们优美的歌喉展示她们《手心的太阳》，《鸿门宴》和《青花瓷》将晚会推向了高潮，在一曲《朋友》歌声中，所有惠来的朋友们一起高歌，一起铭记我们曾经相聚在惠来这个美丽的海滨城市。晚会由

此落下了帷幕，但我们的友情却得到了升华。

在惠来，我还负责了去敬老院的演出工作。当时决定了要迎合老人家的兴趣，发挥我们在广工学习太极拳的优势，表演一个太极拳。结果到了前一天晚上，发现几乎没有人记得太极拳是怎么打的。当时晓通很想帮我，很努力得回忆动作。最终这个节目还是被取消了，仍然很感谢晓通帮忙。去敬老院之前，我还被团长派去买水果慰问敬老院。但当时买水果的时候也很为难，觉得各种水果都不适合，有得水果过酸，有得水果过硬，有得容易上火。当时考虑到老人牙齿不好，所以特地买了香蕉。结果回来后，团长告诉我，有些老人不能吃香蕉的。虽然说水果只是我们对老人们的一片心意，但事实上意义并不是很大。而且老人们还说不希望我们这些学生为他们破费什么，能来和他们聊聊天就已经很好了。老人们虽然年纪大了，却还能为我们着想，值得我们敬佩。在敬老院，由于语言上的不通，虽然我很想做点什么，却似乎帮不上什么忙。只能帮忙打扫一下卫生，其他的也做不了。刚好我们打扫完后不久便是老人们的冲凉时间，所以之前准备的小表演也就取消了。只有那些会讲潮汕话的队友能跟老人沟通了一段时间，我在旁边听他们交谈，听得是一头雾水。

在义教方面，我收获颇大。与我一起搭档的是来自华农的yc□她是学商务英语的，所以在英语方面也特别厉害。她的讲课也非常的精彩，我从她身上学到了不少的东西。当然，我自己也有投入到义教工作当中去。第一次义教，由于一些临时的变动，剩下给我的时间并不是很多，所以临时又对我要讲课的内容作了一些调整，只是利用前面的教学内容，跟小朋友们玩了个游戏，结果效果是很好的，至少充分调动了小朋友开口说英语的积极性。希望他们以后也会多开口，这样对他们的英语提高会有很大的帮助。英语，我实在不怎么擅长，但是这一次，我不仅大胆得说英语，更大胆得去教学生说英语，这种感觉实在是太棒了。

在最后一天去葵春学校教那些高一年的学生，我们进行的是一

对二的辅导。临走之前，有个男生说我讲解得特别好，他有一种豁然开朗的感觉。听到这些，我真的很高兴，因为我的付出得到了认可。

义教结束，很怀念当老师的那份感觉。在惠城这边是每天每天都给不同的学生上课，与学生的感情，自然不如其西埔那边的好。但是，当第二天听到前一天的学生叫我的名字的时候，我感到发自内心的高兴。至少，有学生记得我的名字，至少我讲的课，给学生留下了深刻的印象。在学生一个个找我签名的时候，真的特别自豪。

时间过得很快，转眼间，实践就结束了。但是相信每个人都怀念在惠来那段特别的日子。实践虽然没有回家舒服，但却收获很多，也很值得。在增长见识之余，我们收获了友谊。虽然一切都结束了，但我们会将实践的快乐一直延续下去。

社会是另一所大学，作为一名大学生我们不仅要在大学中勤奋的学习科学知识以求更好的报效祖国，为社会做更多的贡献，而且我们不能把自己仅仅的局限在学校这个封闭的环境里，我们要走出校门，走进社会这所大学，以便我们能更早的融入社会，这在另一方面也能把我们在课本中学到的知识应用于实际，来处理现实生中的事情。从而我们能够得知社会需要什么样的人才，在今后的大学中我们应该重点的学习什么，锻炼自己的什么能力。

这次我们的活动是走进农村学校，去调查农村教师的发展状况，炎炎的夏日，对于某些同学来说本身就是一种挑战，但是大家一起齐心协力克服了各种不认识路，没有交通工具的困难，也克服了天气对我们的影响，顺利的完成了调查。

在大家的共同努力下，整个调查工作有条不紊、循序渐进。问卷调查、走访慰问、结构访谈，无论哪个阶段，我们都有所收获、有所长进。期间我们遇到过挫折，遇到过麻烦，因为某些外因而使调研进程延误过，但我们不畏困难，及时的

纠正错误，调整策略，严格保证调研活动的科学有序进行。整个活动下来，我感触颇深，经历了很多，也学到了好多。

这次实践我们了解了乡村地区学校发展现状，以及学生老师的大概情况，相信无论我们的调查结果如何，对与错都是我们共同努力的结果。其实结果并不重要，重要的是我们在这里面学到的东西。

只有竭尽全力，才能更臻完美。这次调研活动，渗透了我们实践队每一位成员的心血。无论是前期准备，还是后期实施，每个环节我们都竭尽所能，通过各种渠道，利用各路资源，使整个调研更加完善，更富创意，更具特色。

只有相互协作，才能齐力断金。合理分工，团结一心是提高效率，完成共目标的关键。只有用心经营，才能和谐互动。热情是敞开心扉的钥匙，真诚是促进沟通的法宝。我们本次调研活动得到了孙煤的大力支持。各层领导积极部署采访事宜，孙煤员工全力配合。我们得到的不仅仅是一个赞许的眼神、一个会心的微笑，更多的发自内心的感动。

本次社会实践中切实让我感受到实践是学生接触社会、了解社会、服务社会的最好途径。亲身实践也增强了我们认识问题、分析问题、解决问题的能力。谁说年少轻狂的我们经不住风雨的洗礼？谁说大学里的我们两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书？走出校园，踏上社会，我们一定能为自己的未来书写一份满意的答卷。

年的这个特别的暑假，为了响应我们学校的统一号召，更是为了进一步锻炼自己，提高自己的社会实践的能力，为将来毕业就业打下牢固的基础。我不仅在实践中深化理解了所学专业知知识，而且学到了书本上不可能拥有的知识，受到了深刻的社会教育，了解了我们村里的一些民情和青年的一些现状。

通过我的观察，我感受到了农村基层党员干部务实的工作态度

和全心全意为人民谋利益的无私奉献精神。此外,在这次实践中,据我亲身所感、亲眼所见、亲耳所听,我对我们村的现状有了更多更深的了解。

村里自20xx年以来,全体村民在村委村领导的带领下,同心同德,修乡村公路5条,打居民用水井12眼,兴修水利灌溉池塘8口,新建养鸡产2座……。自20xx年至今的7年时间内,全村700多户村民从人均收入不到1000元一下子提高到2500元。

此外,村领导干部积极响应党中央国务院建设社会主义新农村的号召,主动转换思维,跟上科技前沿,大力引进抗虫棉、超级杂交稻、三倍体无子西瓜等新型农作物品种。既增加了农作物的产量,有改良了土壤。另外,村领导带领村里一批有志青年利用寒暑假时间到一些信息科技相对发达的新型农村示范点进行考察和交流,在村里率先引进水晶梨、板栗、李子、油桃等一系列蔬果新品种,将原来一些劣质土壤的农田进行大面积整合改造,在上面载起了果树。

如今的马埠头村,再不是原来的穷乡僻壤了,村民的腰包鼓了,腰杆直了,村里的精神文化生活也越来越丰富了。村民开始盖起了各自的小二楼,一个个对社会主义新农村充满了信心和期待。

放假之前,我就联系了爸爸曾经的同事,村领导王会计,表明自己希望参加和帮助村委会的日常工作,从而锻炼自己,同事也可以为乡亲们服务。村主任和其他村干部商量后,同意我在村委会挂名并开展工作社会实践 报告,主要负责基础的日常工作和一些对自己感兴趣的课题进行调查。接到可以正式上班的第二天,我就按照村主任的安排,走进了村委会的办公室,正式开始了我的第一次社会实践。第一天“上班”,难免有些激动和紧张,接受的工作完成的都不是很顺利。例如在帮王会计作工作记录时,经常记住上句忘了下句,而且为了赶时间社会实践 报告,字迹十分潦草,整个会议过程都手忙脚乱的,闹了不少笑话。但是会后村支书找我谈话,并没有批评我的“错

误”，反而对我进行了鼓励，并告诉我他的一些工作经验和教训，让我受益匪浅！一天下来，我深感工作的不易，但我学会了怎样调整自己的心态，很快融入到了新的环境中去！

以后几天，我一直做着整理文件，清洁卫生，接打电话等一些较容易较轻松的工作。但即使是一些不起眼的工作，我也深刻体会到做任何事都不能马虎，要做就要认认真真、一丝不苟。一页文件整理错了，到需要时候就很难找到；卫生大扫得不干净，就会给上级领导和人民群众留下不好的印象；接电话的语言不得体、传达事情表述不准确，就会影响到工作效果。我加强了对自己的要求，不放过任何微笑的细节，尽量将每件事情都做到出色和完美。

在村委会工作的同时，我也对我的研究课题进行了一些调查，我个人对经济方面比较感兴趣，所以着重调查了一下村里的经济结构（村民收入的主要组成部分），虽然我不是学经济学的，但对这方面也有一些了解，我确立了一个调查的大致方向，不是很专业，但我觉得挺合实际的。我查了下村里的人口和人均年收入，然后根据自己家里的情况和周围邻居、亲戚的一些了解，同时也走访了一些其他的村民，最终确立了一个有关我们村的一个经济结构模型（私下里觉得挺幼稚简单的，但毕竟是我自己的东西啊）。

最终，我在村委会完成了将近20天的社会实践。这些天下来，我收获了太多太多，许多都难以用语言来形容和表达。而通过这次实践活动，让我感受最深的除了我的能力得到锻炼和提高外，就是农村在这几年里的飞速发展，农村经济的欣欣向荣，农民生活的巨大改变给了我很深的感受，让我对社会主义新农村建设充满了信心。

作为一名在校大学生，我生在农村，长在农村，能够在农村中参加社会实践，去体验中国最底层的社会生活，这对我以后的人生道路来说绝对是一笔宝贵的财富。通过这次活动，我开阔了眼界、增长了知识、锻炼了能力，还丰富许多工作经验，自己



的认识和理论水平也明显有了很大提高,也让我对以后的生活和工作充满了信心。我会用饱满的热情去迎接即将到来的大学新学期生活和未来的挑战!

## 暑期大学生社会实践心得体会篇十一

在以往的暑假里,我都是在家玩,要么玩游戏,要么和别人出去玩,可等到了学校后,我发现我的那些同学们居然都去打暑假工了。她们交流了暑期时间的劳累,交流着暑假工的心得,花着自己挣来的钱,我突然感到十分的羡慕,于是我决定在下一次的暑假里,我也要去进行暑期的社会实践。

很快,新的暑假就到来了,在手机上看着那些招聘,我的目标定在了快递分拣员上,吸引我的纯粹是那高额的工资,收拾好东西后我就去了那家公司,与我同行的还有我的一个室友。来到公司的第一天,我的心中充满了期待,这份期待在第二天到来的时候就被毁灭了。

我们的工作是把那些传递过来的快递,搬运到我们身后对应的货架上,听起来很简单,做起来也很简单,像是在玩游戏。所以开始干的时候我甚至干的很开心,觉得这份工作可好玩了,可干了大半天后我感觉到了不对劲,工作还是很简单。可我的腿已经开始发抖,肩膀无论怎么捶都很酸,腰也因为多次重复这些动作而感到疼痛,第一天下来,我整个人就已经摊在床上上了。

第一天的晚上,我躺在床上,连玩手机的心情都没有了,就连大学时的军训,都不曾让我如此的劳累,有那么一瞬间我很想放弃。可当我看到室友平淡的脸,仿佛这样的劳累不值一提的时候,我那丝念头就打消了,我不想自己被甩开的太远,不想承认自己比他人差。

第二天抱着劳累的身体,我回到了自己的岗位上,这次我遇

见了很大的难题，过来的快递了，有一箱矿泉水，我试了试，只能勉强搬动，废了很大的力气，才把它搬到了货架上。我的心中不禁升起一股浓烈的成就感，还没来得及细细体会，我就看到两箱更大的矿泉水传送了过来，那一瞬间我觉得我的人生都黑暗了，刚才那一箱已经耗费了我全部的力气。正当我绝望的时候，旁边的大妈宛如救星般帮我把那两箱矿泉水搬下来，对此我真的非常感谢。

这次的社会实践我收获了不少，往日里常常看见电视里的人每天有多辛苦，但我的心中一直没有特别在意，这次确定的体会了一下，让我对那些干着苦力活的人有了更为深刻的见解，也会更加体谅我辛苦的父母，也让我更加明白了学习的重要性。

## 暑期大学生社会实践心得体会篇十二

通过做事和与周围的人比较才能发现自己的不足，才知道怎样去提高如果想做就用心地做好，我相信只要用心了你便有收获!这是我在这次三下乡活动中感悟得到的。

在\_服务队里虽然很辛苦，但是我们既然选择来这里就应当克服一切困难，这才能体现我们当代大学生在将来的竞争中更能适应社会的能力。这忙碌的七天三下乡的实践活动，觉得只是刹那间的转瞬即逝心中真有些不舍。在这七天里总有辛酸与欢笑。我印象最深刻的就是受到了当地领导和村民们的热情的款代和欢迎。我们队伍也搞了一系列宣传等方面的活动。给予当地村民深下了很好的一个大学生的形象。做为一名当代大学生的我们也一以个大学生的具体行动证明了我们的一切。我们都感到无比自豪。

在下乡的七天时间里，我们做了许多，走访、座谈、参观学习、交流体悟。这短短七天的实践路途并非一帆风顺，相反却是坎坷前行。实践出真知，古人诚不欺我也。只有亲身参与经历实践，才能获得更多的知识和收获，不断完善自身。

真正意义上的锻炼自我，以在将来的工作中更好的服务他人。

七天如白驹过隙般划过。暑期三下乡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。在告别了当地的父老乡亲们，我们又将背上行囊，返回学校，走入一个新学期的开始。通过这次活动，我认识到：基层需要大学生，大学生也需要到基层去，基层的锻炼，可以不断地增强我们的实践能力，都说大学是一个小型的社会，是学生正式进入社会的前奏曲，可企业反馈回来的信息不仅不是当代大学生的优秀事迹，反而是现在有相当一部分大学生好高骛远，眼高手低，浮躁的思绪严重影响了他个人应有的价值。整日呆在象牙塔中的我，第一次的尝到了生活的现实和不易。或许，这种真切的体会，才是我最宝贵的收获。

通过暑期社会实践活动，我在服务社会的同时，自身也受到深刻的教育，得到了提高。开阔了我们的视野，增长了才干，冶炼了情操，加大了我们与社会的接触面，进一步激发了我们的学习、就业、创业的激情。使我们认识了自我，对生活、对社会有了更深的理解。

社会和大学一样也是一个学习和受教育的地方，在那片广阔的天地里，我们为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。暑期实践已告一段落，面对不可知的未来，我会汲取暑期实践的经验，锻炼提高融入社会的能力。尽管前面有鲜花，也有荆棘，但我必将义无反顾，勇往直前，将自己的能力展现出来，为社会贡献出一份属于自己的力量！

## 暑期大学生社会实践心得体会篇十三

这个暑假，烈日炎炎，大地如被火烤一般炽热无比，但也正是这种艰苦的环境才点燃了我心中的热火，坚定了我去参加暑期实践的念头，我们新一代的大学生就是要看看自己是否拥有在恶劣环境中依靠自己的双手跟大脑而生存的能力，这样，通过亲身体会社会实现远比自己道听途说的要真实的多，

在实践中增长自己的见识，锻炼才干，培养良好的韧性，更为重要的是检验自己所学的东西在社会中是否具有实用性也就是一一一自己的能力是否能被社会所承认，同时也找到自己的不足和差距！

在那十多天的时间生活中，我每天的工作便是向询问的顾客介绍产品，告诉他们我们公司的一些新活动，有需要的话也会为他们提供一些关于手机方面性价的对比，兼负责收银发票的工作，我们是两个同事一块工作的，并且轮换班工作，但是可能是暑假的缘故，来买手机的人并不少，因此我们的工作也不太轻松，经常会被忙的手忙脚乱的，而这是往往我的同事就会帮我，通过这十多天的工作让我明白了，人在社会上立足依靠的不仅仅是知识，我们更需要的是eq□即处理人际关系的能力。我们是不可能脱离于社会而存在的，在学校我们要学的不只有知识，我们更应该学习怎么样更好的跟同学相处，只有这样我们在社会上才能站的住脚。

这个暑期的社会实践给生活在象牙塔中的我们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，深入基层，能从中学到了很多书本上学不到的东西。也真实的理解了“从群众中来，到群众中去”的真正涵义。的确，感性认识到只右到实践中去、到基层中去检验才知道其正确与否，同样，只有在实践中把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年成长成才的正确之路。

同时这个暑期实践让我知道了“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。社会实践使我们找到了理论与实践的最佳结合点。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗位上发挥的不很理想。通过社会实践，可以紧密结合自身专业特色，让自己所学的专业理论知识在实际操作中得到巩固和提高。通过社会实践，可以检验自己的知识和水平，加深和巩固原来在理论上的模糊认识，使理论上的欠缺的在实践环节中得到补偿，从而加深了对基本原理和基本理论的理解和消化。

“千里之行，始于足下”，这次短暂而又充实的实践，将对我走向社会起到了一个桥梁作用、过渡作用，将是我人生的一段重要的经历、一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。社会实践告诉我，在新经济时代大学生应当具备创新观念和掌握成熟技术有的能力，善于经营和开拓市场，富有团队精神等素质。要在严密的思辩能力和理性的思考能力，致力于探索理性、情操、才智、体质之完美，只有做到全面发展才能适应社会的需求，并立于不败之地。我们要时刻与外界社会保持同步发展，做到与时俱进，不与社会脱节；我们应该珍惜现在的学习机会，珍惜生命的分分秒秒，学习好知识、运用知识，时刻牢记，虚度年华就是作践自己。与此同时，多多与社会接触是很必要的。如果我们想接受时代的挑战受到社会的欢迎，就抓紧时间好好地充实自我。不仅要学好专业课，还要广泛的汲取各领域的知识，努力提高综合素质。

作为大学生，我们要了解社会，深入基层，深刻地学习党和国家的方针政策，学习三个代表，实践三个代表，为促进我国国民经济的发展和中华民族的伟大复兴作出应有的贡献。此次实践之行，是学校、学院给我们的难得的学习实践机会，是给了我们的极大的支持和信任，我们作为国家的后继力量，只有懂得全面的发展自己，把理论与实际相结合，才能更好地投入到祖国的建设中去，才能真正做一个奋发有为的现代青年！

一路的艰辛与微笑，虽有所收获，然所学是开始，新的考验和抉择要奋斗不息、磨砺前行，请不要让我们年轻的时光留下太多遗憾！

“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，加快融入社会的步伐，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。

## 暑期大学生社会实践心得体会篇十四

在注重素质教育的今天，社会实践作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为学校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。暑假期间社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段。它有助于当代大学生接触社会，了解社会。同时，实践也是学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是学生服务社会、回报社会的一种良好形式。多年来，社会实践活动已在我校蔚然成风。

学校是一个小社会，我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更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，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件；才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量为社会创造了新的财富。

这个假期我没有选择自己所学的专业去实践，而是在一个亲戚开的电脑配件柜台帮忙卖货，过的十分充实。在此次实践过程中我学到在书本中学不到的知识，它让你开阔视野、了解社会、深入生活、回味无穷。也对自己一直十分想了解的电脑知识有了更进一步的深入。社会实践作为广大青年学生接触社会、了解国情、服务大众的重要形式，对于青年学生的成长、成才有着极为重要的作用。

这次假期实践我以“善用知识，增加社会经验，提高实践能

力，丰富假期生活”为宗旨，利用假期参加有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。

虽然在这假期我没有在我的专业知识，专业能力上有所提升·但是我感觉我懂得了太多的书本上没有的东西，假期实践增强了我的办事能力交往能力，叫我懂得钱来之不易，叫我懂得人要打拼出一片属于自己的天空。

## 暑期大学生社会实践心得体会篇十五

通过四周的学习，我充分体会到了工作的艰辛，本以为是简单的工作在实际体验后却失败连连，对于抱着简单的心态来参加实习的自己，我非常羞愧。

看似轻松的文件整理工作，却能反映出一个人的细心和耐心。字里行间的不同代表的是不同的社区，不同的小组，往往一个疏忽，就会在登记时遗漏，事后要反复检查表格，做到万无一失。和人的交流也同样重要，在打电话给社区负责人时，我的紧张使我无法顺利交流，在蔡老师的帮助下，我才渐渐熟悉了交流的技巧。

想要充分学习不能光坐在办公室，在我熟练了文件整理表格制作后，蔡老师给我安排了社会体育指导员的讲座和考试，从讲座中我懂得了光有做事经验并不能完美应对工作，同时也需要强健的体魄，才能在快节奏的生活中劳逸结合。

之后我还参与了健身日活动和演唱会活动的筹备，以及文件运输工作，这些工作让我更深刻的认识到，自己的能力还不够。这次实习结束后，我也会继续努力，不断挑战自己的薄弱面，加强与人交往的能力。

最后感谢我的带教老师蔡子浩，在我每次遇到困难时都会耐心指导我，帮助我熟悉了这份工作，让我在不擅长的事情上有所进步。在今后的学习生活中我也会以蔡老师的教导不断

前进，做更好的自己。

## 暑期大学生社会实践心得体会篇十六

今年的夏天酷暑难挡，烈日依旧。然而今年的夏天我们却肩负着不同的使命，拥有不同的感动。我们在院领导的关怀下，在院团委领导的领导下，肩负着“党照大学生，我暖夕阳心”暑期“三下乡”实践活动的重要使命，在青岛市城阳流亭敬老院，我们开展了为期十天的义务暑期“三下乡”活动已经圆满结束。

我们走进流亭敬老院时，敬老院里的老人都非常高兴迎接了我们的到来，给我最大的体会是：敬老院看望那里的老人，看到他们上了年纪手脚不灵便，说话也不清楚，我感到很辛酸，也想到我在几十年后会像他们一样，唉！人生易老啊！珍惜时光吧！

作为大学生，我们要了解社会，深入基层，为促进社会主义和谐社会的建设而作出应有的贡献。此次的“三下乡”暑期之行是理论与实践的最佳结合点，使我的思想碰撞出了火花，理解了“从群众中来，到群众中去”的真正含义。“艰辛知人生，实践长才干”只要你愿意去尝试和经历，并坦然的接受过程的酸甜苦辣和结果的成败得失，人生就会很精彩。通过这次实践活动，我总结出：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，才能加快融入社会的步伐，才能扬起理想的风帆驶向成功的彼岸！

通过这次活动我也更加坚信：意气奋发的我们经得住暴风雨的洗礼，象牙塔里的我们并非“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”，年轻的我们拥有绚丽的青春年华，走出校园，踏上社会，我们仍会交上一份满意的答卷。总之，这个暑期的“三下乡”社会实践活动是丰富而有意义的，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



这是一种实实在在的收获。“三下乡”活动不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富！

## 暑期大学生社会实践心得体会篇十七

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温室里长大中的大学生们提供了广泛接触社会、了解社会的机会。

实践的过程是每个人都要经历的必经之路，在这个路上，你不在是个孩子，在锻炼，在成长，跌跌撞撞，且歌且行。这次的暑期社会实践虽然才只过了一个星期，但是我已经感觉到了辛苦与枯燥。虽然辛苦、枯燥，但是我也学到了许多的专业技能知识，也锻炼了自己的能力。在老师与学长们的教导下，我发现自己的专业技能经验远远不足，处理问题不够成熟，专业理论知识与实际结合不够紧密。

来到大学我才真正明白社会生活与校园生活的差距，校园毕竟是太小了，我们在学校学的是理论知识，我们务必要将所学的东西应用到实际中才会发现它的价值，我们总以为在学校上课枯燥无味，总向往那些自由自在享受生活的人，总有着别人不知道的理想，总想着有一个辉煌的未来。

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。

## 暑期大学生社会实践心得体会篇十八

这次暑假的时间我锻炼了自己一下，在假期开始之前我经常在路上会看到很多的学生推销产品，这样是需要跟陌生人打交道的，我一直认为自己的缺少这些能力，暑假中是一个很好的机会，锻炼自己，让自己成为一名更加外向，沟通能力，业务能力更强的大学生。

在学校闲的时间太久了，不知道自己要去做什么事情，总是会觉得自己很无聊，每一天都在浪费着时间，我也觉得自己参加实践的次数很少，很多的事情自己还没有体验过，这次暑假我是在做产品推销，我也迈出了一大步，因为自己也没有尝试过，我就是想要感受一下这种感觉，自己沟通能力是不强的，很多人说在做一件工作的时候需要按照自己的强项来选择，但是我却是选择了自己不擅长的，其实我觉得这也就是看法不同吧，这次的暑假实践我非常开心，充实，也知道了做产品推销的那份不易。

暑假开始的第二周我就一切准备就绪了，往年自己都是在家里宅着在，这次我的选择了迈出这一步，让自己锻炼一番，我去到了一家护肤品专卖店做产品推销，从来没有想过自己做这个工作，就像一开始自己不知道怎么去开始一样，不过来到了这里之后我还是有人带的，了解了一下我们的产品，也深入的去学习了一些护肤的知识，自己的之前不知道什么叫时间紧迫，这次我是真的知道了时间紧迫这几个字，我来到这里的第一三天就开始了自己的推销之路，靠着自己前两天的一个匆促而又简单的学习，还有对于产品的了解我开始了自己的推销，自己也不知道会发生什么，总之我是感觉很紧张的。

开始了推销之路，毫无疑问自己一开始处处碰壁，我不知道这是是什么原因，但是我觉得这一定是自己的问题，一开始我子啊推销的时候也是觉得很不好意思，自己的语言组织能力不够好，就像在推销产品的时候自己也不能够清楚的表达，

我一直在改善这问题，我很清楚这不是不能改变的，这也很简单，这次在工作中我也很清楚，这给我带来的影响是很多的，我迈出了第一步，我就不怕接下来会出什么问题了，我开始一步一步的钻研这个推销工作，我把自身的一些问题解决后，这花了我一周的时间我一直在不断的找陌生人推销。

慢慢的我开始了解用户的需求把人群分类明确自己要向哪一类的人群推销，慢慢的我成功了，我卖出了产品，这个暑假中我卖出自己第一个产品的时候是很开心的，后面我也知道怎么去推销了，一切都是进行的很顺利，总之这个暑假很充实。

大学生暑期社会实践实习心得体会

大学生暑期医院社会实践报告

大学生暑期金工社会实践报告

暑期酒店社会实践心得体会

## 暑期大学生社会实践心得体会篇十九

不知不觉间，猛然发现时间过得很快，眨眼就到了开学的日子啦！大一也算在学习和实践中完满的结束啦！回头再去回忆打工一路走过来的日子，其中酸甜苦辣，只有自己亲身体会了，才可以真正了解。短短的一个多月，我学到了很多课本上学不到的东西，尤其在认识社会，人际交往和适应社会方面受益匪浅。在工作过程中，从认识的人，经历过的事中明白了很多的道理。

在工作中，要时刻谨记自己不再是学校娇弱的学生，父母怀中的宝贝，而是离开学校和家庭臂弯要在社会上求得生存的独立的个体。在社会上没有人会把你当作孩子去包容你爱护你宠幸你，只有自己去遵守这个社会的生存法则，去适应这

个社会，才能在社会上站稳脚跟。在工作中要认真的工作，不要认为自己是学生就可宽容自己的无知，工作的错误和不熟练，因为世界上不管是什么样的老板都不会花钱去雇佣一个废人或者捣乱的员工，在他的公司当摆设品。他需要的是踏实为他工作，为公司谋利益的员工，所以当你没有任何的实践经验是，到公司去谋职时，不要把自己的利益和要求放在第一位而是把自己的工作摆在第一位，老板是会根据你创造的价值来衡量你自身的价值的。这是我学习到关于求职和工作的体会。

在人际交往方面我也体会甚多，好的人际关系对每个人而言都是很重要的。其实人与人的交往没有想象中的复杂，所以不要害羞与人交往，只要你热情大方，待人真诚，你就可以交到很多好朋友，他们不仅在生活方面，在以后其他方面也可以给你很好的帮助。在社会上你会遇到各种不同类型，不同层次，不同文化的人，在工作中你可以学习接触，接纳不同的人，而这就需要宽广的胸怀，和与人相处的技巧。我在这方面就缺乏与不同类型的人沟通的能力，在以后的学习中要着重培养这方面的能力。

最后想说打工虽然很辛苦，可是它增长了我的知识，开阔了我的视野，培养了我吃苦耐劳的精神，和勇往直前的胆量，以及坚韧不拔的毅力。我发现自己不再是温室的花朵，变成了一颗可以适应不同环境的“野草”。在以后的日子里，我会参加更多的社会实践，让自己在实践中成长，把自己所学投入实践，让自己在毕业的时候不再对社会变得陌生，对未来一片迷茫。让我们的青春在不断的实践中绽放光芒。

大学生暑期的社会实践心得体会

大学生暑期医院社会实践报告

大学生暑期金工社会实践报告

## 暑期大学生社会实践心得体会篇二十

做完了这次的社会实践调查后，我更加了解到我们大学生在就业中存在的问题，当然问题是多方面的，但我们还是能在我们自己身上找到一些不足。社会是日新月异的，所以机遇无处不在。因此我们首先要学会的就是把握好机遇，不要好高骛远错失良机。同时我们每一个人都是同社会、同国家有着紧密的联系。因此我们应该时刻关心社会的最新动向，千万不要两耳不闻窗外事。只有紧跟社会的动向，了解社会现实，才能为自己的人生做出正确的选择。

在这次假期的社会实践调查活动中，我抱着提高自己社会工作能力的目标，努力完成这次社会实践调查活动，同时也从调查活动中检验自己的工作能力。在这次的社会实践调查中我收获不少，其中我认为以下四点在完成调查的工作中是必不可少的：

一在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前工作的机会不多，使我与别人对话时不会应变，谈话时有冷场，这是很尴尬的。但经过这次的调查工作后，我与人沟通的能力有所进步。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，良好的沟通能使其做事的过程中更加融洽，事半功倍。

二. 在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。在工作中，我明白了自信的重要性。你没有社会工作经验没有关系，重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的。没有第一次又何来二、第三次呢？有自信使你更有活力更有精神。

三. 在社会中要克服自己胆怯的心态。实践活动没开始的时候，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。但其实有谁一生下来就什么都会的，当你克服心理的障碍，

那一切都变得容易解决了。几次的尝试后就可以克服自己内心的恐惧了。如师兄师姐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。有句话说得好：只有征服自己才能征服世界。我相信只要有勇气，一切事情都会变得简单起来。

四. 工作中不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，工作总结头脑就要枯竭。在这次的社会实践调查活动中，我深深地感悟到知识犹如浩瀚的大海，而且相互交织。我们想要完成这次的社会实践调查，还需要许多其他的知识。因为一份社会实践调查的制作需要多方面知识的应用，因此我们需要查阅大量的资料，学习新的知识，才能完成一份有质量的社会实践调查报告。

在这次的社会实践调查活动我学到了许多东西，如强化了我独立思考、独立工作和独立解决问题的能力，但我也发现我还有许多不足的地方，因此我会在以后的学习中更加努力，朝着自己的目标不断奋进。