# 社会实践劳动心得体会200字(12篇)

来源：网络 作者：情深意重 更新时间：2024-07-02

*学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。社会实践劳动心得体会200...*

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**社会实践劳动心得体会200字篇一**

休息没多久，教官让我们体验聋哑人生活的艰辛，从而反思自己今后的路该怎么走好？游戏规则是这样的：“一人带上眼罩作盲人，另一人则作聋哑人搀扶着盲人一步一步进行，须越过重重障碍，到达终点。”当我戴上眼罩的那一刻起，我的世界一片黑暗，身旁的伙伴搀扶着我小心翼翼地前行，每一步每一个台阶都走得胆战心惊。不幸的是我摔了一跤，那时真想一手扯掉眼罩，心想：“我一个大好人，为什么要这样活受罪？外面绚丽多彩的世界多好！”可是，换个角度想想，那些盲人在黑暗中摸索前进的那份害怕与渴望，在这过程中他们有过多少的眼泪与心酸啊，但是他们坚强地挺过来了。相比于他们，我这点小痛算什么？于是我坚持走完了这段算长不长，算短不短的“人生之路”。

第二天教官特意让我们玩一个“背摔”的游戏，听口气无疑就是训练同学间的相互信任：有一高平台，大约一米左右，一人站在台上手脚被绑，台下是12位男生手腕手并排着，嘴里喊着：“请相信我们”的口号，台上的人便向后倾倒，躺在他们的手腕上。若稍有不注意，台上的人便会摔倒地上，但班上同学互相信任，以至于没有一个人受伤摔倒。相反的，却是安全落地。这让我明白生活中朋友间、同学间的互相信任是很重要的，总比互相猜忌、一个人独来独往要好得多。

触动全体同学的心的是临走前一天下午播放的那一段视频，一位演说家演讲的“让生活充满爱”--母爱与师生情。在现实生活中，正如那位演说家所说：“儿行千里母担忧，母行万里儿不愁。许多人拘于爱面子，连一句--妈妈，您辛苦了！都不舍得说，更有甚者连爸妈的生日都不清楚。但在自己过生日时，总有个人忙前忙后为自己准备着，那个人是谁？就是你的妈妈……”听到这，同学们惭愧地低下了头，脑海中浮现出妈妈对自己的付出以及自己平时是怎样对待妈妈的种种事情，泪水不禁是了眼眶。

夜晚的排舞，临走前的晚会，与聋哑学校篮球友谊赛等，都精彩夺目，震撼人心。

通过这次集体活动，更加训练了我们的意志力，团结凝聚力和亲和力，使我们受益匪浅！

**社会实践劳动心得体会200字篇二**

为期四天三晚的劳动实践活动圆满结束了。这是一次成功的劳动实践活动。首先感谢中小学劳动基地为我们提供了这样一个难得的锻炼机会，这次活动让同学们学到了许多在课堂上学不到的东西。

无论是在野外平整土地，挖沟浇菜，还是在基地学习陶艺，茶艺，垂钓等技术，同学们认识了劳动的价值和意义，培养了热爱劳动的习惯和吃苦耐劳的精神。

这次实践让同学们品味了劳动有快乐。一个个精美的康乃馨，一盘盘令人垂涎欲滴的菜肴，无不凝聚着同学们的心血，无不表现出同学们的智慧，无不展现出同学们的个性。

这次劳动实践也整合出团结向上的班集体。同学们训练在一起，劳动在一起，生活在一起，特别班主任们在生活上无微不至的关怀更加深了师生之间的感情。这次劳动，不少班级增强了凝聚力，劳动实践让同学感受到团结的力量，集体的温暖。

劳动虽然结束了，但我希望同学们把良好的奋斗精神带回我们的校园。在学习的基地中我们还要继续奋斗。

我们的学习本身就是一种劳动，学习成绩也是检验我们劳动能力的一项重要标准。

我们应该懂得我们学习的目的主要是为了今后的劳动。通过学习，获得更多的知识和技能，让自己聪明起来，心灵手巧起来，就是让自己成人以后会劳动，让自己的生活更加富有，让生命的质量得到提高。

虽然基地的生活或许远不如家中的生活惬意，但是与同学们一起生活，却有一份特别的快乐，不过不管怎么样，我们最终还是要回到平常的艰苦而略带枯燥的学习中。基地的学习、在校的学习，都是一种增长知识的过程，我们应该要珍惜，应该要学会从中寻找快乐。如果我们能把基地中的快乐带回学校，快乐的学习、想必我们的学习生活会更加丰富多彩。

学校组织的公益劳动实践活动让我从中学到很多，也得到了许多深刻的为人处世的道理。

学校把社会作为实践的场所，让我们参与社会，在公益劳动的实践中有所启示。通过小组为单位的社区志愿服务，启发了我们在公益劳动中寻找能使我们受到教育，有所感悟的亮点，引导我们去了解社会、感受社会。在敬老院中，我们小组的同学毫不嫌脏。耐心、仔细地帮助老人们洗脚、剪指甲。这些都让我们体会到了老一辈的孤独、我们的幸福和自私。我们在那里尽可能地多和老人聊天、谈心，竭尽所能使老人感到温暖。我们还帮助敬老院的职工一起打扫敬老院。虽然我们满头大汗，但我们很高兴，因为我们心里都有一股自豪感。而这种自豪感不是在学校里能够体会到的。

公益劳动是不记报酬、不谋私利、不斤斤计较的；公益劳动是忘我的劳动，也是培养我们关心公共事业热情的。参加公益劳动的光荣感，塑造自己美好的心灵。

处于这个时代的我们，大多都是独生子女，对待一些人际关系和自我评估的方面都有所欠缺。而这次的集体公益劳动，使我体会到了集体的力量、集体的温暖和自己的不足。也让我亲身体会到了劳动的光荣感。这些都促进了我努力改正自身错误，正确认识自己。而现在，由于一切向钱看的思想的影响，在一些人的头脑中装满了金钱的利益，干什么事都讲钱，干活不讲报酬认为是傻瓜，甚至有的“公益劳动”也变相要钱。在这种情况下，学校有意识地组织了我们去参加力所能及的公益劳动，对于抵制一切向钱看的思想腐蚀可以起到一定的作用。让我们亲身体会到了劳动的艰辛和劳动穿早世界的真理，抵制了我们轻视劳动和不劳而获的思想的侵蚀，避免了我们形成好逸恶劳的坏习惯。公益劳动也同样加强了我们的劳动观念，帮助我们树立正确的人生观、价值观。公益劳动同样培养了我们的竞争意识和开拓进取的精神。

学校这次组织的公益劳动让我懂得了公益劳动不仅能造福社会，而且能陶冶情操，美化心灵。而我们也该为了公共利益而自觉自愿地参加劳动，因为那是我们中学生的劳动态度的一个特征。不记报酬也是我们中学生劳动态度的一个特征。我们讲的公益劳动，就是以不记报酬为前提的；那是根据以公共利益而劳动；我们必须为公共利益而劳动，自觉要求进行劳动。积极参加公益劳动是为社会尽力，是热爱劳动的表现。

社区实践活动提高了我们的社会实践能力。引导了我们接触、了解社会，增强我们的社会责任感和社会适应能力。而学校组织的劳动，更让我们明白了学会独立的重要性。在竞争如此激烈的今天，对于我们这些出生牛犊的中学生们，独立的培养和社会的洗礼是多么的重要。在这个更新速度超快的今天，如何适应社会也是我们即将面临的困难。对于现在的我们，越早接触这个日新月异的社会，就意味着我们越能适应它。

**社会实践劳动心得体会200字篇三**

在我为如何利用暑假来充实自己发愁的时候，镇政府着眼于提高我镇在校大学生的实践能力和综合素质，搭建大学生深入基层了解工作的平台。

受宠若惊的我欣然接受镇政府的这份关爱，热情满腔，全身心投入地参与到大学生暑期社会实践活动当中。

我被分配到镇劳动分局实习。当我刚踏进劳动分局——一个我将要奋斗和挑战自我的地方，我就受到热情的招待。镇劳动分局局长详细并耐心的为我们讲述分局里的一切日常工作，并为我们分配了岗位和工作，最后还提出了一些具体的要求。局长在讲解中提醒我们，政府的每一个部门都有自己的责职和功能，并不能说哪个部门特别重要，哪个部门一无是处。各部门既有自己独立性，相互之间又存在着不或划缺的关系。

在劳动分局实践的.日子里，我在副局长的悉心指导下，慢慢熟悉分局的日常工作，并感觉到工作的挑战性，从而产生了兴趣。从学劳动法开始，到了解处理劳动纠纷的基本步骤，再具体到学习调解工人与企业之间矛盾的方法，最后到学习出外检察和处理违反劳动法的企业行为的知识地等。

在这个认识和学习的过程中，我深刻体会到，平日里以为政府官员悠闲自在的想法是不可取的，政府部门作为服务群众的机构，每一位工作人员都必须认真扎实地掌握好每一条法律，每一个办事流程，着实处理好每一件事情。只有这样，才能真正为群众办实事，办好事。

短短十几天，我既学到了知识，同时也丰富了自己的社会阅历。在局里接触到事情远比想象中的多，有些生活小事，平时根本不屑一顾的，在这里都可能成为有待解决的群众困难。通过跟同事们学习处理这些问题，我又在一定程度上提高了自己的为人处事能力。

**社会实践劳动心得体会200字篇四**

高中的这次远足活动是我生命中不可抹去的精彩片段，它让我明白了只有坚持，成功才会离我们更近。

人生就犹如一场马拉松赛跑，是否能成为胜利者，就要取决于你在这场赛跑中有没有坚持下去，要相信，坚持可以创造奇迹。

我们最大的弱点就在于放弃，而成功只有一个秘诀——永不放弃！

可能一生只有一次的远足活动，就这么结束了，呵呵，还有点儿舍不得。

下午回来时，看着高三的学长学姐们用热烈的掌声欢迎我们，长长的队伍，心头涌起一阵感动，感觉我们像打了胜仗回来的士兵，纵使个个都拖着疲惫的身体，脸上却仍挂着胜利的微笑。

我们累，老师比我们更累，我们累还可以抱怨一下，他们可以向谁抱怨？他们和我们走同样远的路程，一路上还要给我们加油打气，他们的累，谁懂？谁知？谁理解？

千里之行，始于足下，我们虽然没有走千里，但是60里也算是个很大的考验，这么难的路我们都走下来了，何况小小的高考？

决胜高考，舍我其谁？

**社会实践劳动心得体会200字篇五**

今年寒假，为了更快的走出社会，开阔自己的见识，锻炼自己的能力，找出自己的不足和差距，同时为了响应学校的号召，我利用假期的空闲时间在一家服装店做了为期两周的社会实践。

我的工作是服装推销员，也是卖衣服。在以前买衣服的经验中，觉得卖衣服也不是很难，就是为客人服务，态度好就可以了，但事实并非如此。记得第一天上班，出于对初次工作的羞涩，总觉得无所适从。

当看到其他的同事忙得不亦乐乎的时候，自己却帮不上什么忙，真的恨不得找个地洞钻进去心中无数次给自己打气说，有什么好怕的呢?但自己始终放不开，只好在门口招呼客人，以前逛街的时候，无数次经过专卖店，从来没注意那些站在门口的店员们是如何做好她们的工作的，可如今自己站在这个岗位上，亲身体会工作的滋味，后悔自己的当初。

幸运的是，同事们对我挺照顾的，店长给我讲解了许多招呼顾客的办法，有什么应付不了的，他总是和我配合，把工作做好。其他的同事，他们都会详细地给我介绍了各种款式适合哪些人穿等等。中间我学到了许多经验，譬如要有耐性，要学会随机应变，顾客是我们的上帝，顺随他们的脾气，像还价等不合理要求要婉言拒绝，作为一个小店员还要勤快，要始终面带微笑等等。

在这10多天的工作中，既漫长有短暂，既辛苦又快乐。这次的实践使我认识到：人的一生中，校园并不是永远的学校，真正的学校只有一个，那就是社会。十几天的实践一晃而过，却让我从中悟到了很多东西，而这些东西也将让我终身受用。在实践中，我贴近了社会，丰富了社会经验，使自身对社会有了初步的感性认识，并且学到了许多课本以外的知识，受益匪浅。

第一：服务态度至关重要。做为一个销售行业，我们的目的就是把东西卖出去以换取利润，顾客就是上帝良好的服务态度是必须的，要想获得更多的利润就必须提高销售量。这就要求我们想顾客之所想，急顾客之所急，提高服务质量语言要礼貌文明，待客要热情周到，要尽可能满足顾客的要求。

这一点我深有感触，在实践的初期我就就是因为态度不够好，服务不够耐心而错过了很多顾客!在开始上班的时候，由于态度不好和缺少耐心，动不动就发脾气，常常一天下来一件衣服都卖不出去。在上班的第一天，我就遇到了一位顾客，我把店里的所有品牌逐一给他介绍，在介绍的过程中，他一直频频点头，我心里暗自高兴，原来卖东西不过如此!

可等介绍完了我才知道自己错了，那顾客只说了一句都不怎么样就扬长而去了!我当时很生气，就冲他瞪了瞪眼，没想到被老板看到了，把我狠狠地批了一顿，一再向我强调服务态度的重要性。

后来又遇到了几个这样的的顾客，但因为有前车之鉴，我一直努力保持面带微笑，再加上老店员传授的一些经验，我终于成功的卖出了第一件衣服!这样到实践结束的时候，成绩还很不错，老板直夸我进步快!

第二：具有好的沟通能力。面对不同喜好、不同性格、甚至不同心情的客人，要先通过沟通是对方产生兴趣，接受你的介绍，从而接受衣服，虽然我的介绍不如专业人员，但在卖衣服的过程中，把曾经学习过的沟通技巧运用在实际的销售当中，也是一次锻炼的机会，毕竟在以后的工作中，与人的沟通也是很重要的一部分。

第三：诚信是成功的根本。诚信，对于经商者来说无疑是生存的根本，如果没有诚信，倒闭是迟早的，诚信，我的理解就是人对人要诚实，真诚才能得到很好的信誉。在现在的市场上，有很多假冒伪劣商品，很多商家也是这样发了大财，但这种方法是万万不可的，这种只是一时的生意，以后就没有，用李嘉诚的话说：不是舒心的钱我不赚。我们都知道细水长流的好出，我们一定要有好的诚信，搞好诚信了，自己的生意就像细水长流。所以说好的商家都必然是有诚信的。

第四：付出才有收获。以前买衣服的时候，都会有服务员跟在后面介绍、推荐，总觉得没有必要，自己看就可以，但实践过后，事实并非如此。前几次，客人进店的时候，我并没有跟在后面介绍，觉得他们如果感兴趣自然就会问我，但结果却是客人都离开了，这让我明白，等待是不可以的。于是，我也开始主动推荐介绍，只有这样客人才能真正的产生兴趣。也就是这样，我卖出了我的第一件衣服。这告诉了我，虽然付出了不一定能有收获，但是没有付出肯定是没有收获的。

第五：成功是留给有准备的人。只有事先了解了衣服的各个方面，才能很好的给人介绍，就好比医生看病要熟练的掌握各项技能，熟练操作，才能更好的为病人治疗。记得开始的时候我什么都不懂，招呼顾客的时候，面对顾客的提问我总是一问三不知，满足不了顾客的需求，让顾客心理产生了反感的心理，衣服自然也就卖不出去了。

找到这个问题后，我努力向其他老练的推销员学习，经过自己的努力，我也基本掌握了大部分衣服个方面的情况，这为我以后卖出衣服打下了良好的基础，所以说：成功总是留给有准备的人。

实践的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是实践生活的全部吧!实践虽短，但是在这段时间里，我们却可以体会到了工作的辛苦，也锻炼了自己的意志力，同时积累一些社会经验和工作经验。让我对社会生活的认识有了进一步加深，在与人相处、沟通的方面有了更好的认识，加强了与人沟通的能力，使我在以后人际交往方面有了更丰富的经验。

同时加深了我与社会各阶层人的情感，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。也让我明白要在今后的学习生活中表现得更好，更积极的参加社会实践，不断提高自己的综合素质。

社会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体现，为将来打下坚实基础。这次的实践是一个终点，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。

**社会实践劳动心得体会200字篇六**

这次社会实践呢，时间是比较长的。放假后玩了两天，就被人介绍到奥米工作。说实话，店里的人还是很好的，虽然有那么些个爱使唤人的，但是咱不能跟只有嘴巴没残废的人来计较吧，总体来说还是比较好的。

第一个收获就是...赚钱真的不容易...一天八个钟头，早班上午8:30到下午4:30，晚班下午4:30到晚上12:30。说不累是逗你玩的，生物钟完全被打乱，特别是晚班的时候，回来总是要上会网，睡的最晚的记录是凌晨5点，最早也就是2:30的样子。然后就是下午起床...就是那种今天睡今天起，起了以后一直弄到明天的那种状态。

工作期间基本是那种闲不下来的那种，有时候巡台的时候听到卡座里的人说啥就算上面的人来了也查不到我的帐，我的帐清白的很神马神马的，孙子，有本事你不黑国家的钱啊。

记得大年29的那天早晨下雪了，我上早班，一进店里就听一个清洁阿姨说她进门的时候踩了垫阶梯上的纸盒子摔阶梯上了，暗地里我就狂笑。哈哈哈，还是哥的人品好。清闲了大概半个钟头，店子里来第一个客人了，嗯，没事。来第二个客人了，嗯，没事。又来一群人了，嗯，又没事。高潮来了，那一群人刚刚落脚，一个大叔级别的人捂着头往那群人的卡座走去，然后坐卡座里了，然后一直捂着头。我脑细胞一跳：他不会摔着头了吧。果不其然，那群人一骚动：服务员！喊你们经理来！5分钟过后，我们老总来了，一个大妈直接一暴起，抓着我们boss就骂了起来...战斗一直持续了一个多钟头，期间警察来了，然后医生来了，然后那个悲催的大叔去了，然后那群人也陆陆续续的去了。咳...这就是我为什么记得29号那天下雪了的原因，可怜的孩子....

说正题，南县的消费还是挺高的，也有一大票的人消费的起，卫生方面我觉得奥米还是做得很好的，比其他什么兴禹不会差，最大的一个不足就是太浪费。就煮饭吧，那个阿姨我觉得她还是超神了，一次三锅饭，锅锅都是半生不熟，还弄了好几天，顾客望着那饭都心塞了...全部都得倒掉。还是另一个同事上阵才煮好的。一个宴席，三分之一的都得倒掉，中国每年餐饮业浪费粮食能养活2亿人，折合人民币20xx亿元，这要是年年能省下来，弄死美国那是分分钟的事了，日本那小pp就更不用说了，所以...大家省省吧...

还有就是，街边那啥什么烧烤麻辣烫之类的我劝大家还是不要去吃了的好，娘的哥上次食物中毒，两天狂跌两公斤，当然，爱身材的女女可以试试这个方法，后果我不负责哈。

**社会实践劳动心得体会200字篇七**

20xx年1月15日至20xx年2月19日，我在东莞茂瑞电子厂进行了长达30多天的寒假社会实践，在这一次社会实践中，我可谓上了人生一节很深刻的一课，受益匪浅！

就在这30多天里，我深入生产一线，成为其中的一名工作人员该电子厂生产部键冒九线的键冒段的一名作业员，每天负责插键冒的工作，这工作虽然看似很简单，但也却很讲究技术含量，如果没有插好，键盘的质量就不好了；如果速度不够快，就会导致流水线的生产量降低。作为工厂的一份子，也作为我们xxxx学院的学生，我当然得要努力把工作做好，尽自己最大的努力提高工作效率啦！

所谓春播秋收，经过每天努力的工作，我从中也收获了丰硕的果实：

首先是关于一个公司或工厂管理方面的。还记得我们刚进入工厂时，我们立即就进行了为时一两个小时长的培训，让我们了解清楚工厂的各种管理条例和要求，接下来便由科长给我们讲述进入工厂车间工作要注意的事项，并让我们感受到了工厂的人文关怀，接着给我们分配好工作岗位，之后便每天（除周四外）早上由各条线的组长开展早会，总结评价前一天的工作，振奋队伍精神，调整员工状态，迎接新一天的工作。而每周四便有科长组织六到十一线开展周会，通过总结评价各线的工作情况，让各条线之间形成竞争互助的关系，很好地促进了每条线生产量的提高。从这一系列的会议我们可以看出，要管理一个庞大的队伍的工作，定时且及时的会议对工作进行评价、反馈和总结是必不可少的，这对于师范生的我，在未来管理班级工作方面具有一定的指导作用，我将对此提高重视，这样才能很好地管理好一个班级，让学生们在快乐中学习，在快乐中成长。

其次是关于人生价值观方面的。在工厂这一个平台，我认识了各种各样的人们，他们有来自五湖四海的，有性格各样的通过工作，我发现他们几乎每天都花13个小时左右在工作上，每天几乎都来回于工厂车间、工厂饭堂、宿舍这三个地方，那时我不禁想，这样的生活有的人还持续了一年又一年，他们是怎么坚持下去的啊？这该有多无味啊！鉴于此，凭借工厂工作车间这一平台，我便大胆对他们进行提问，我发现工厂里的各个正式员工在工厂的目标，唯一的目标几乎都是钱，攒钱存钱娶老婆、建房子等等。而在他们看来这些是那么的理所当然，那么的正常，看到他们这样，我无法不替他们感到很伤心：这样如此枯燥无味的人生该多么无意义啊！如果是我，我肯定要将此好好改变一下!不过深入思考他们这一“打工仔”人群，我发现他们是屈于条件才不得不如此，事实上他们也有自己的“惊天动地”的梦想，只是人生难免有很多的不如愿，所以他们只求吃饱喝足，组建一个简单快乐的小家庭，大家健健康康就行了。从他们的这些想法中，我懂得了其实人生也不必要轰轰烈烈的，只要简简单单就行了，其实幸福很简单，知足即可。所谓知足常乐，一个人活着干嘛？不就想要自己可以快快乐乐的吗？

接着就是关于人际交往方面的。正如前面所说的，在工厂里面，我认识了不少的朋友，而不得不一提的是，我与挺多人建立了挺不错的友情。这一次是我第一次出来打寒假工作为大学的社会实践，记得在这之前，很多人都说，社会是一个很复杂的，进入社会我们都要多留心。而来到这一个工厂，我发现其实不然，其中还是很多人让我们备受关怀，社会其实也是一个很温馨的大家庭的，我们这个电子厂就是。记得刚进入工厂时，对于我的工作，我几乎什么都不懂，那时我该是那么慌那么急，幸亏有了那些正式员工的热心帮助，耐心提醒，解决了我工作上的各种问题，减少了我在工作上的烦恼，促进我工作效率的提高。不久，我们便彼此建立了友情，在工作上、在生活上相互帮助，往后我们的工作都顺顺利利、快快乐乐的，不会总是像开始那样那么的枯燥无味

最后是关于做事方面的。从每天看似反复无味的工作中，我发现了一个很重要的道理：细节决定成败！我们一条线的二十多个员工的工作无非是生产一个键盘，而每个岗位的工作人员负责的部分几乎都不同，如果一个键盘有一部分弄错了，那么这一个键盘的质量就不符合规格了，那样的一个键盘就可能报废，而那样就表示其余的二十多人员工所做的工作就又白费了，这该多么浪费啊！所以我们每个人都要把握自己的关，盯好自己负责的每一细节，这样使工作达标，进而提高工作的效率。

高业绩肯定跟高质量产品离不开的，正因为我们每个员工生产的产品高质量，工厂才有市场，反过来说我们员工才有工作做，这样工资才高。然而员工可以生产出如此高质量的产品，是与工厂的管理离不开的。我们电子厂的市场庞大，可见其管理之科学。事实上，无论是员工的什么工作，都是与工厂的管理密切相关的，管理管理，其地位可真不可小看啊!而对于一名教师来说，对于一个班级的管理何尝不是呢？

20xx年这一寒假，我上了这为时相当长的一堂课，可还真没有白上，我的收获可真不少！然而，这些收获都只是存在于我的想法里面的，接下来我要做的就是要进一步实践，结合我未来教师工作进行实践探索，锻炼自己关于的教师各方面的技能，为未来成为一名良好的人民教师做准备！

20xx年1月15日至20xx年2月19日，我在东莞茂瑞电子厂进行了长达30多天的寒假社会实践。在这一次的社会实践中，我主要负责插键冒的工作。虽然工作看似很简单，却也很讲究技巧方法。每天我都认真努力地完成自己的本份工作，这也让我从中收获了不少。通过这一次实践，我了解到了该电子工厂的行业状况，并意识到管理对其的重要性；我懂得了人生价值所在：人生不必太复杂，简简单单就好！不需要追求太多，只要自己快乐就好！另外不得不提的是我收获了友谊，与工厂的正式员工建立了不错的人际关系，彼此成为相互帮助的好朋友；此外，这也让我深刻感受到细节的重要性，指引我未来更好地为人处事。同时，我进一步认识了自己，我更清楚自己的优缺点所在，在往后的日子，这将更好地促使我扬长避短，完善自我。总之，这一次社会实践在我的努力和工友的帮助下，我取得了很不错的成果。而这也将成为我人生的一次美好的回忆，我将铭记心中。

**社会实践劳动心得体会200字篇八**

今年的寒假终于来临了，时间的充裕让我有机会去完成我应该完成的任务了：以“增加社会经验，提高实践能力，丰富暑假生活”为目的，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。这次的社会实践收获不少，至少我认识到服装行业既是我县的一大经济支柱产业，也是我县出口创汇的主导产业，随着全球经济一体化和我国加入wto，服装行业的发展空间进一步拓宽，这一行业对我县社会各项事业发展仍起着举足轻重的作用。在我县的一家服装公司实践，我学了到很多。该公司属于典型的中等类型企业，以诚信、务实、高效为宗旨，其主要产品：羽绒服装、各种防寒服装及其他产品，产品出口到美国、比利时、日本、意大利等国。以下也是我在这次活动中的心得：

一、在社会上要善于与别人沟通。实践让我认识了更多的人。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，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，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

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。在实践过程中，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，没有第一次又何来第二、第三次呢？有自信使你更有活力更有精神。挨骂丢面子没关系，只要有自信就能把事做好。

三、在社会中要克服自己胆怯的心态。开始实践的时候，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。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如工作的领班所说的“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，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某个名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

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，头脑就要枯竭。要学会怎么做和怎么把事做完做好。这些是我自己觉得在这次寒假社会实践学到了自己觉得在社会立足必不可少的项目。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得更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面，不要以单纯的想法去理解和认识社会。而是要深入地探索，为自己的未来打好基础，识进行运作。

在本次实践过程中，我感受到了企业对于人才的热切需求，知道了这个企业的人才使用情况：在这样一个行业里，最需要的还是管理人才。的确，人才的培养是企业取得长足发展的关键性因素。但于此同时，各类企业也对本科毕业的人才观持有保留态度，主要表现为大学生经验不足，眼高手低，缺乏吃苦耐劳的精神，其中意见最大的是对企业的忠诚度不高。所以，我们这些在校的学生只有亲身经历过才能真切感受到社会是怎么样的一个大集体，才能更好地去认识它适应它。我想，作为一名大学生就应该做到加强个人素质修养，处理好人际关系，为就业打下坚实基础，使自己更适应市场需求。

**社会实践劳动心得体会200字篇九**

泛着春意的四月，总是让人觉得慵懒的，极其麻木的。可学校却偏偏拉着我们去了趟温州市学生实践学校，进行脸朝土地背朝天的实践活动。这本身就很不明智。我们想着。

偌大的校车隆隆隆启动了，带着我们满腔的抱怨开到了实践学校。

刹车声刺激着同学们昏昏欲睡的神经。我们下了车，眼前一片绿意盎然，郁郁葱葱的树，开得正艳的花，风景独好，春色满园。

老师带领东张西望，连连咂舌的我们来到了中央的一块空地上，不过在此之前，七中的同学已经来了。密密麻麻的人群涌动着。学校的校长站了出来，接过话筒，介绍起了今天的行程。先是分组野炊，再是进行观赏植物、心肺复苏等实践活动。

介绍完毕后，我们一扫之前的不耐烦，兴奋劲一下就上来了！我们跟着老师来到个广场上，很多个整齐划一，石头砌成的灶台摆放着。我们赶紧找到自己组的灶台，你拿食材我拿厨具地开始了野炊。

几个男同学便自告奋勇地挽起袖子，抄起大锅，昂首阔步地走到水龙头下，哗啦啦地刷起了锅。我们几个女生也当仁不让，赶紧拿出食材、调味品，商讨着做的菜。几个闲着的同学也过来帮忙生火。

生火也有够艰难的，呛着人不说，还控制不好火势，一会儿火大一会儿火小的，这可让我们犯了难。不过古语云“天时不如地利，地利不如人和。”这不，几个同学你递柴，我控火的，那灶台的火就乖乖地呆在里面了。几个人也为此花了脸，瞧瞧一个个的小花猫，大家都开心地笑了。

接下来就是炒菜了。一声刺啦的油迸溅的声音，仿佛战场上的号角一般，拉开了战争的帷幕。同学们忙得热火朝天。几个精通厨艺的同学掌勺，那拿着锅铲的架势，那自信满满的表情，俨然已经是酒店大厨了！几个同学分配食材，递盐递糖，井然有序，毫不慌乱。几个插不上手的也当起了好人，帮我们免费买饮料，买食材。他们穿梭的身影成了广场上一道亮丽的风景线。

十几分钟过去了，同学们紧赶快赶地烧着菜，一道道色香味毫不输酒店佳肴的小菜被端上了桌。琳琅满目。几个小馋猫已经咽了很久的口水，看着美味上桌，便迫不及待地开动了，其它同学见食物快要吃光，也果断地加入到抢吃的队伍中。一时间，好不热闹。

吃完了菜，同学们吧唧吧唧嘴巴，好像世界上最好吃的美味进了他们的肚子。再一把拿起食材，递给大厨，等待着下一道美味。老师们穿梭在各个小组之间，看着诱人的美食，也赶紧拿起筷子，一尝同学们的劳动成果，再露出一个满意的大大的笑脸。

几个小时的时间很快就过去了。同学们吃饱喝饱便自觉地“收拾残局”。短短几分钟，本来杂乱不堪的广场瞬间干干净净，一如来时一般。

接着我们又紧锣密鼓地进行了实践活动。一天就匆匆走过了。从来没觉得时间过得这么快。我想着。校车又来了，同学们要走了。上了车，对仍是一片绿意的实践学校依依不舍地挥了挥手，来年，我们还来。

坐在车上，我仍在回忆今天美好的一天。是的，我们在劳动中获得了书本上所不能给予的快乐。那是一种付出到回报的过程，也是汗水和知足交织的感受。我们学到了很多很多，我们在劳动中体验快乐，在忙碌中收获美好。

**社会实践劳动心得体会200字篇十**

我还挺期待有社会实践活动的，因为我想看看自己到底能不能做好，而且我想体验实践的感觉。而邻居家的奶奶刚好就是社会工作者，她退休后就做起了环卫工人，她说能领到生活补贴，更重要的是能保卫我们的生活环境，是很喜欢的工作。我也想试一试。

我秉着干活要趁早的心得体会大早就起了床，过去奶奶家时，没想到奶奶已经在等着我了，还特地给我准备了一套专业的工作服装，穿上工作服，领了打扫工具，我们就气势昂扬的上班啦！

刚开始扫还觉得轻松地不当回事，早晨人很少，车子也很少，没什么噪音，安静的可以听到鸟儿的叫声。我看到奶奶在低着头很认真仔细的扫这落叶和灰尘，我也赶忙停止发呆，认真扫起来。

好不容易，终于将河边的小道打扫干净了，我的心情又开心起来！接着是要跟奶奶去扫xx路那一带。刚走到要清洁的地点就已经没什么力气了，专注力和激情也被无聊和累磨得消失殆尽。但是奶奶还是和开始一样，仔仔细细，兢兢业业的。我想一个老人家都能坚持，那我作为一个青少年怎么能被这么一点困难打倒？我拿起扫把也继续“唰唰”的扫起来。在我们的努力下，街道干净美观看起来平凡无奇的街道也赏心悦目起来。

经过这次社会实践，我跟着奶奶学到了扫地的一些技巧，其次，我意识到了环保的重要性，环保不是靠环卫工人打扫打扫卫生就好了的，还需要大家来一起维护，做的不乱丢，垃圾分类扔到垃圾桶里。同时，我体会到了基层劳动人民、社会工作者的辛苦，但我也学到了坚持和毅力，事情开始是很容易的，坚持确实最不容易的。

现在终于真正明白学校的用意了，我也开始热爱劳动起来，我想起之前的生活都是懒惰，不想事情的，现在想来都有些羞愧，现在我认识到了劳动的重要性，我会改变的，这次的活动真有意义。

**社会实践劳动心得体会200字篇十一**

这次参加社区服务的实践活动，让我对于社会和身边的人和事都有了一个全新的认识。如今的我们，大部分的时间都身处校园，对于社会、身边的人和环境接触的都比较少。为此不免的产生了间隔，让我们哪怕对身边的邻居可能都无法顺利沟通。

但在此次的实践中，我作为一名社区服务人员，以一个全新的身份进入了社区的环境。在对自己曾经陌生的社会环境和社区交流进行了接触和体会后，我自身的思想和能力也得到了极大的进步。

刚开始参加活动的时候，其实我的内心还带着一些散漫不积极的态度。当时我只觉得，自己不过是来体会一段社会的生活，是为了今后更好的校园学习而做的准备。

但如今再看，我真的为自己当初的想法感到惭愧和遗憾。因为进入这次的活动，我正是进入了社会，进入了工作！但我在起初的思想上却没有重视社区活动，而是以自身的学习为重心，偏离了正确的方向。

但经历了这次的社会实践，我在社区中体会到了很多学习中没有的事物，感受到了在社会中许多仅凭理论知识不好的解决的问题和情况。

活动中，我帮助了社区的阿姨处理文件，整理了活动中的物品。虽然看似是简单的事情，但却都有自己的计划和规律，即使是我也必须严谨细心的去处理，这样才能保证工作的准确。

此外，在活动中，我们还一起去探望了社会中的许多老人和留守儿童。看着他们有些人辛苦的生活环境，我感到有些惊讶。一直以来，生活在父母养育下的我虽然没有奢侈的生活，但对比身边一些人的情况却好了实在太多！我从未想过，那么总在电视和新闻中看到的需要帮助的人，其实在我们身边也有不少。这些了解，这些对于他们生活和情况的认识，紧靠校园的学习我们是无法有所感受的。正因为来到了这里，我才有了这份认识，也正因此，我才在内心中“真正”诞生出了想要帮助他们，想要出一份力的想法。

如今，实践结束了，但它留在我内心的震撼却久久的不能消散，作为一名大学生，我们的前方就是社会，但我们却十分缺乏对社会的认识，这是不应该的。

今后，我也会更加积极的去参与生活中的那些活动，让自己为社会能更多的做出一份贡献，也是为了让自己更多的了解社会，了解我们生活的地方。

**社会实践劳动心得体会200字篇十二**

活动虽然短暂，但在活动中给我们带来的影响却是长久深远的。作为一名大学生，此次的体会虽然没有我给我的成绩带来什么提升进步，但却让我在思想、素质、以及为人上都有了巨大的收获！想必，这也一定能给我今后在校园中的生活带来很多的影响。

本次走出校园，虽然走过的是一个大门，但我内心的重量却不是一样的。过去，我单纯是作为一名学生享受社会的各种服务，只是作为一名消费者。但如今，再次踏进社会，我的目的却是为社会做出贡献，作为一名志愿者！不同的心态下，我看到的社会也变得完全不一样了。

回顾这次活动，本次的活动中我们主要的目标是作为志愿者负责社区的清洁工作。起初，我认为这的不过就是简单的打扫，在学校和在社会又有什么差别呢？但在真正的体验了这的实践之后，我才发现自己想的太过简单。在这次得到实践中，我得到锻炼的不仅仅是自己的身体，更是自己的内心和思想。

本次活动开始后，我们根据队伍的分配分别拿着劳动工具打扫自己负责的职责。而我负责的正好是对小广告的清理。一开始我还觉得简单，认为只要将贴有小广告的地方打扫就的行了！可真正的工作和说说大话可是不一样的！在活动中，因为刻意去看，我才发现，虽然是平时就会走过的路，但仔细一看才发现字这条道路上竟不知什么时候竟贴满了小广告！但仔细的查看才发现，这些小广告，有些是近期张贴的，有些却已经处在很久了。一直以来，张贴小广告的人将社区的公共区域当做自己的宣传墙实在是让人无比的生气。更别说，因为张贴的久了，一些几乎没法弄下来！即使我们又铲又刮，但仍然没法完全的处理干净，留下的一大片污渍严重影响环境的美观。但即使如此，我也一直在努力的坚持着去做，毕竟这也是活动中非常重要的体会。

互动的最后，在大家的辛勤努力下，经我们打扫的地方可以说是焕然一新！虽然很辛苦，但回头看去被清理干净的街道墙壁，我的心中也感到十分的满足。

在在这次劳动中，我充分体会了劳动的辛苦。我们虽然作为大学生，但仅仅只是以此活动就累的不成样子，再看看那些每日都在劳作的人们，我的心中也敢到一些惭愧。但一想到自己的努力也能为社会做出一些贡献，我的内心又渐渐的充满了热情！相信今后这样的活动一定不会少！

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找