# 最新寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800字(9篇)

来源：网络 作者：眉眼如画 更新时间：2024-06-18

*我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。那么心得体会怎么写才恰当呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800...*

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。那么心得体会怎么写才恰当呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

**寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800字篇一**

这次寒假，我帮爸爸、妈妈做了许多家务事，有扫地、选菜、端碗、倒垃圾...虽然事情很小，但从这些琐碎的事情我体会了爸爸妈妈平时是多么的辛苦。以后，我一定要努力学习，好好的孝敬他们。

当别人有困难时，我们应该立即帮助他们，甚至是素不相识的人。在春节时我帮助门卫伯伯打扫院子里的落叶时，心里甜蜜蜜的。也感觉到在帮助别人的同时，自己也会有一种特别踏实的感觉。

我记得高尔基曾经说过一句名言＂当饥饿的人扑在面包上，就像我扑在书本上＂。我终于理解这句话的意思，从书中可以学到丰富的知识。我今后一定要养成读书的好习惯。

通过一些小制作小发明，使我的手变的更灵活，同时也锻炼了我的手工能力。使我的.头脑变得更聪明。

>寒假打工社会实践心得体会8

对于大学生来说，打工并不是一件新鲜的事情，但对刚刚加入大一的我而言，这就是一件让人兴奋的决定了！本次的假期，为能充分体会大学的活动与体验，我将自己的假期也积极的利用了起来！并通过前辈的指点下，在xx公司的工厂找到了自己的假期工作！

如今回顾自己在假期的打工经历，虽然每天的辛苦都让人想要放弃，但凭借身边许多朋友和父母的鼓励，我最终还是坚持了下来，并在工作的经历中得到了丰厚的回报！

对于这次的实践经历，我的内心也可谓是起伏不定！记得在刚来到工厂的时候，看着整个厂里大家在自己的岗位上热火朝天的工作着！那种铺面而来的工作热情一下子就让我感到紧张起来。虽然当时我也已经做了充足的准备，但我完全没想到在工厂中大家都是这样一副积极热情的模样原创，好像一下子就将我的决心比了下去。但仔细的想了想，自己在今后的一个月里也要在这里，如今虽然我还不如这里的老同事，但也正因此，我一定能有很多的收获！就这样，我开始了自己的寒假社会实践工作。

工作期间，我因为是临时员工，所以从打杂到各种简单岗位，几乎在不停的变动。但也正因为如此，我在各个方面都有了深刻的体会。虽然这些岗位的工作任务都不尽相同，但都有一个同样的体会——累！

显然我真的小看了工作的辛苦，无论是怎样的工作总会有工作的要求，在这段时间里，我因为工具的使用不当划伤过手指，也因为用钳子加工导致手上长水泡。这些对于过去的我而言几乎不曾遇到的辛苦让我从思想到身体都得到了蜕变。

此外，在生活方面我对社会也有了很多的体会因为是假期工作，又不在父母的身边，结果最开始一段时间里我的作息简直混乱无比！但也因此影响到了我的工作，结果在晨会上被批评了一顿。但这也让我充分的认识到，即使没有了学校的规矩和家长的管理，对于自身的生活我们也一定要有管理能力，并充分的规划自己的时间，这样才能有序的做好自己的事情！

如今，漫长的假期也终于结束，回顾自己社会实践前后的变化，我感到自己成熟了不少，也变得更加冷静，能体会到父母和其他人的辛苦，并能在自己的生活中更好的管理自己。

我相信自己的这份该改变能给我带来新的蜕变，在今后的大学生活中，我一定能得到更好的收获！

**寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800字篇二**

本课题是我们通过对杭州动物园的羊驼5天的观察，进行汇总得出的行为谱。对行为谱进行研究分析，我们更加了解动物，也得出了一些结论，也希望通过结论能给动物园的管理与环境改善提出几点有用的建议。

关键词：羊驼动物行为谱结论及建议

杭州动物园，是中国七大动物园之一，是一座集野生动物保护、科研、科普、教育和游览于一体的山林式动物园，也是全国野生动物保护科普教育基地、浙江省科普教育基地。目前，园中有4只羊驼，生活在用木桩做围栏的一片覆盖有沙子、树叶的范围内，而且内部也有提供饮食的小屋子。每天都有很多人前来看它们，而且也对它的行为活动非常感兴趣。有的参观者在参观的同时，也将一些奇特的现象拍照记录下来，并向我们询问，可见游客对羊驼的关心和喜爱。

行为观察是对动物在一定时间内的活动进行相应的记录。通过对动物行为的观察，我们可以很好的了解各个动物的习性和生活特点，并以此改善动物的生存环境，是动物更好的生存于动物园中。我们通过几日的对羊驼行为的观察，也对羊驼的行为习性有了一些了解，并绘制了行为谱。通过组员间的讨论，我们对羊驼的行为进行分析，也对动物园提出了几点自己的意见。

实践时间：2.5—2.7

实践地点：杭州动物园

实践岗位：羊驼的动物行为观察

第一天的上午，我们进入杭州动物园开始了社会实践。带着兴奋和激动的心情，我们先进入了工作人员中心，在有关工作人员的带领下，来到桌边坐下，听工作人员进行介绍。在工作人员的讲解下，我们初步了解了动物园的近况。在每个国家都有动物园，动物园内也有各种各样的动物，但这些动物却不一定是当地特有，因此，引进成了一种重要方式。而引入后，虽然通过文献资料等可以对相应动物有一定的了解，但偶然性和个体差异的存在，也会使饲养过程中出现一些意想不到的问题。因此，动物行为观察成为一项重要的工作。动物行为观察是指观察和记录研究对象的全部行为，准确定义各种行为后进行记录，并绘制相应的行为谱。通过对动物行为观察后的研究分析，可以让动物园更了解各个动物个体的习性，也可以为动物生活提供更好的环境。我们分配到的职位是观察羊驼的行为。

羊驼既像骆驼又像绵羊，但它属于骆驼科。羊驼一般生活在-18℃到22℃的气温环境中，栖息于海拔4000米的高原，以高山棘刺植物为食。羊驼是南美洲安第斯山区典型的动物，主要分布于秘鲁、玻利维亚和厄瓜多尔等地。除野生种外，还有相当数量的驯良种，主要引进和分布于美国、澳大利亚、新西兰、英国。在温带、亚热带海洋性湿润气候的环境中也能很好地生长发育。羊驼的性情很温顺，胆子小，如果人去喂它，羊驼一定要等人走开后才去吃，

即使是很熟悉它的主人也是如此。羊驼性情温驯，伶俐而通人性，除野生种外，还有相当数量的驯良种，被印第安人广泛地用作驮役工具，适于圈养，是南美洲重要的畜类之一。

**寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800字篇三**

现在，离走进社会越来越近了，校园与社会环境本存在很大的区别。这就要求我们利用假期时间走进社会实践。

校园与社会环境的不同，接触的人与事也不大相同，所以我们还可以在社会实践中学到许多在校园里学不到的知识。这就形成了从实践中学习，从学习中实践的良性循环。

当今中国经济飞速发展，国内外经济不断变化，在机会越来越多的同时，也出现了更多的问题，有了更多更艰巨的挑战，这也就对人才的要求越来越高。我们不仅要学好课本里的知识，还要主动走进社会，积极在实践中学习其他的东西，不断增加自己的经验，全方面武装自已，才能在这个社会有立足之地甚至拥有不败之地。

一回到县城就积极在一家超市找了一份寒假临时工，做促销员。

挂着实习生的牌子站在柜台旁，一脸幼稚、迷茫地站在那，不断地提醒自己要大胆地接近顾客，拉拢顾客，可好长一段时间站在那一声不吭的。一个大姐在顾客少的时候教我如何推销产品。我也慢慢地放开胆去尝试，其实这种交流比想象的容易多了。就好象上台前紧张兮兮，但在台上只顾着自己的表演而忘了紧张。害怕就是这样被克服的。关键在于大胆地迈出第一步。

在超市做促销员不能坐着，也不能在超市随便逛来荡去，得时刻注意服务顾客。虽然每天只有上午或下午班，但一段时间下来，还是腰酸脚痛。或许也正如孟子所说＂天将降大任于斯人也，必先劳其胫骨，饿其体夫，空乏其身。＂

在学校，每天有作息时间表约束你。课程表会告诉你，今天该干什么，明天又有什么事情要做。而在这里，你可以无所事事地像木瓜呆在那儿，然后老板不满意你的表现扣你工资或者将你开除。积极的就是主动接近顾客，拉近与顾客的距离，然后耐心的推销产品。

这也实在锻炼了我们的胆量、语言交流能力和心理洞察能力。我们胆大了才能冷静，冷静了才能很好地通过顾客的言语与表情察觉顾客的想法，然后再作出适当的回应，不至于慌张得不知所措。我们必须主动努力才可能继续干下去。

在学校，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力，虽然这也存在的竞争，可校园里总少不了那份纯真，那份真诚，一般不会招来嫉恨与报复。可是在社会中，优胜劣汰，你的成功就是别人的失败，工作直接影响了他人的经济利益。在社会中接触各种各样的顾客、同事、上司等等，关系复杂，这一切都需要我们有经验去处理。

尽管存在竞争，我们还得不断学习别人优秀的地方，这需要我们有经验去调整自己的心态。而这些经验需要日积夜累，而不是在毕业后读本速成书便可成的。这些事情很多同学沉浸于学习与消遣还未来得及思考，便忽略了社会实践的重要性，有个事实众所周知，学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距。

在这次实践中，这一点我感受很深。在学校，学习的理论知识很多很多，几乎是面面俱到；而在实际工作中，很可能是书本上的知识一点都用不上。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会想，实际操作这么简单，但为什么我们要学习那么深奥的知识呢？现在的教育真的存在很大的弊端，严重的脱离了社会实际应用吗？

其实不然，在学习这些吃力的知识的同时，我们的学习能力提高了，理解力和逻辑思维能力也增强了。更在许多书本中教我们如何去做好自己，教我们树立自己远大的理想，这将更好的为我们社会实践打基础。

作为大学生，我们的年龄也不小了，离走向社会工作也不远了，我们应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上发生的各方面的事情，这就意味着我们必须得重视社会实践。毕竟毕业以后我们不能再带着幼稚、茫然的眼神走进社会，就像我们当初走进大学一样。我们要带着实实在在的能力走进社会，为社会服务。

而现今一个事实却被许多人误读了，大学生越来越不值钱了。甚至某些人开始看不起大学生，认为读大学没什么用了，一些没读书的人在社会上混得更好。现在的大学生已经不包分工了，也确实许多大学生找不到好工作。这正说明了现在社会对大学生素质、能力要求越来越高了；当然也说明了某些大学生的确不过关。

大学生不是全值钱，但社会上值钱的还是大学生。这就为什么还是有许多人打工之后还想读书，甚至有部分人也确实再次进入校园学习。我们在校园里学习到的先进的科学知识能为社会作出更大的贡献，也能为自己带来更多的收益。而要成为值钱的大学生正要求了我们扎实掌握专业知识还有社会实践能力与经验。

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。

经过这次工作我从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，是不可能斤斤计较，不可以强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更另人开心。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。

在这次寒假的工作中，虽然只是在店做些琐事也让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的帮助，从中让我有很大的启发：不管做什事都要坚持，也锻炼了我的坚持力！让我在以后的人生路上更加坚强！通过这段时期的工作学让我更深刻的体会到付出和收获的关系，也让我知道金钱赚取的不容易！在以后的大学生涯里我要很努力的学习，遇到困难我会更加坚强！

在超市里，别人一眼就能把我人出是一名正在读书的学生，我问他们为什么，他们总说从我的脸上就能看出来，呵呵，也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧！我并没有因为我在他们面前没有经验而退后，我相信我也能做的像他们一样好。

我的工作是在那做销售员，每天9点钟—下午2点再从下午的4点—晚上9点钟分段时间上班，虽然时间长了点，但热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累，我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接触了社会，了解了未来。在食品店里虽然我是以销售为主，但我不时还要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。

在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，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，以提高自已的能力！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。

而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。记得在我校举行的招聘会上所反映出来的其中一个问题是，学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距。

在这次实践中，这一点我感受很深。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。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢？这是社会与学校脱轨了吗？

也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了有课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一部人具有更高的起点，有了更多的知识层面去应付各种工作上的问题。

作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。毕竟，2年半之后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才。

**寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800字篇四**

对我身边大部分的同学来说兼职并不算的是什么少见的事情。每每谈论到他们在社会的工作中经历了什么事情的时候，他们好像有很多想说的东西，但对于一直没能去体会过兼职的我来说，却一直不能理解。

如今，趁着这次的寒假期间，我也积极展开了自己的假期计划，在这次的寒假中通过兼职工作来提升自己的独立能力，并体会一下同学们口中那种难以言传的经历。

这次的假期兼职中，因为寒假的时间比较短暂，所以我选择了比较灵活的超市促销临时工。虽然只是社会工作中最基础的一项，但在这段经历里，我通过这份工作，也确确实实的学到了不少的东西。

很快，寒假的空闲时间结束了，趁着春节之前，我离开工作回到了家。一路上，回顾着这次的工作经历，我的心中九九的平静不下来。这几周的工作中，真的非常辛苦，非常劳累。虽然每天的工作的任务都差不多，但每次都同样的繁重。尤其是在春节前的一周里，超市的客流量突然就暴涨了许多，甚至连我们负责的促销岗位每天都要面对不少的顾客！

在这次的兼职中，我充分认识到了社会的工作和我们在学校中的学习有着非常大的差别，在工作中，我们有着更加明确的责任和义务，而且还有这严格的`规定要求。这让我在工作中不得不打起十二分的精神去完成自己的工作任务，不然就会出现错误！还记得在这次兼职之前我是非常喜欢看手机的，每天都要用手机来填充自己的空闲时间。但如今，我却已经有很久都没去碰它了，每天辛苦的工作让我几乎回家后倒头就睡，这也真切的让我体会到了工作的辛苦。

但所谓有付出就有回报，这些天里，无论是经验也好，教训也罢，在工作中我收到了许多的经验和成长，不仅在思想和心态上大大的改善了自己，提高了自己的责任意识。还提高了自身的交流以及管理的能力！

经过这次的经历，虽然收获是丰富的，但辛苦也是真实的。我会利用这次在工作中的收获，给一直坚持在工作岗位上供养我的父母送上一些礼物。虽然不多，但我现在更能体会到他们的心情了。我会好好在学生阶段努力起来，让自己能在今后踏上社会工作的时候能有更多的优势！

**寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800字篇五**

作为一名大一新生，对缤纷多彩的大学生活充满了好奇。在大学的第一个寒假里，我期望能与以往有所不一样。在这个时候团支布供给了参加实践活动的提议。这是一种磨练，对于学生来讲，实践的机会真的是很难得。在中国的教育里，我们学的都是理论知识，真正用到的却不多。理论加实践才是最科学的学习方法。感激学校给我们学生供给一个社会实践的平台。

本次到酒店参加社会实践的总共有三位同学，所学专业为会计。

实践的时间是从x月\_\_日到\_\_月\_\_号为期x个月，实践的主题是进行相关的专业实践学习，主要资料有刷盘子、擦酒杯、上菜、收拾餐具等等。现将本次实践活动的有关情景报告如下：

我是经过熟人的介绍才找到的打工的机会。第一天进去做事觉得感觉很奇怪，因为以前一向都是以消费者的身份进的酒店，这次的身份却是一个服务生。呵呵，第一个感觉就是首先要把心态调整好。酒店的老板娘我认识，平常都叫她阿姨。人很和善，第一天来什么也不懂，她就叫了一个老生来教我们。平常在酒店吃的时候不觉得，来工作的才明白酒店的工作还真不是盖的，每个细节都要弄好。我们第一天是试工，大家都在努力的学习，虽然说有点累，但我们每个同学都很进取、很投入，都感到很乐意，因为这毕竟是我们本次社会实践的第一步嘛。所以在那一天的时间里，虽然说有一点点累，但我们却都觉得挺充实的先说说我在那里的工作情景吧：我们每一天8点半上班一向到晚上9点半。我们没天的工作就是在客人来之前把房间弄干净，客人吃饭的时候，男生负责端菜而我们女生就负责上菜报菜名，帮客人倒酒、换餐盘之类的杂活。在我看来最辛苦的，就是每次客人吃饭的时候你必须站在外面等候，一天下来腿跟腰都很痛，刚开始的时候真的有点受不了。虽然说顾客就是上帝，但有的时候难免会遇到些难缠的客人。要么是过于挑剔，要么就是素质不是很高。记得有一次，老板娘说那天午时的一桌客人看起来都挺乡下的，叫我们看着别让他们把毛巾

给带走了。我刚开始一挺就觉得挺别扭的，乡下人又怎样了，怎样能够这样瞧不起人家呢?可是我到了那个房间，我刚给他们倒好茶，就那么一转身的功夫，桌上所有的毛巾都不见了，都到他们的口袋里去了。做为酒店也不好说什么。

所以服务生的工作看似简单，但操作起来还是挺麻烦的。

因为这个原因，刚开始工作的时候感到有一点紧张，但越是紧张我就越必须鼓起勇气，所以慢慢的我就习惯了。之后证明，我还是很幸运的，因为这给了我一个独立锻炼、独立挑战的机会。

我以“善用专业知识，增加社会经验，提高实践本事，丰富暑假生活”为宗旨，利用假期参加这次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。此刻举例如下：

1.在社会上要善于与别人沟通

经过一段时间的实践工作让我认识很多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的。以前实践的机会不多，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、虚心地理解。

2.在社会实践中以及以后的工作中要有自信

自信不是麻木的自夸，而是对自我的本事做出肯定。就像刚开始时我到饭店那样有一点胆怯，但之后是自信给了我勇气。有自信使你更有活力更有精神。

3.在社会中要克服自我胆怯的心态

自我觉得困难挺多的、缺乏社会经验等种种原因往往使自我觉得自我很渺小，自我懦弱就这样表露出来。所以应当尝试着克服自我内心的恐惧。如有人所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要简便应付，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，仅有征服自我才能征服世界。有勇气应对是关键，如某个名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

4.在工作中要不断地丰富知识

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。

此次社会实践，真正地填补了我在课堂上所没能学到的空白，真正增长了我的社会交际经验。一个人能够没有渊博的知识，但绝对不能没有社会交际的经验和本事，这也是我此次实践体会最深的一份心得。

在实践过程中，我也发现了自身存在的一些问题：

第一，本人的人际交往的本事还欠佳，这还应在日后的日常生活、交际中有待加强和学习。

第二，缺乏社会经验，在为人处事方面尚还不太成熟，处理事物的态度和方法往往有时不得当。

虽然在实践中存在着一些问题，可是我觉得仍有一些值得骄傲的闪光点的。本人参加社会实践有着不畏困难的精神，敢于实践，对工作充满热情，细心真诚。经过参加社会实践，我认识到，在生活中吸取周围人的经验和阅历，掌握一些社会礼仪的技巧是极为必要的。充分发扬本人自身的优点，取长补短，总结经验，吸取教训，使自我对将来充满信心，也为以后真正融入社会奠定坚实的基础。

在同一个地方的时间有点太长，社会实践不完全等于上班工作，所以不应当总在一个地方，时间长了会让人有一种厌倦的感觉。所以提议应当在适当的时候调换一下实践岗位。

因为我的专业是经济方面的，虽然不明白自我的提议到底对不对。但还是觉得如果想要建立良好的社会经济秩序，必须是双方面的。商家和消费者都应当提高自身的素质，努力到达“双赢”。

最终，很高兴能有这个实践的机会，虽然只是短短的一个月，但我觉得挺充实的，至少让我的寒假过得有意义。在今后我要参加更多的社会实践，磨练自我的同时让自我认识得更多，使自我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，为自我的未来打好基础，在学校学会更多的书面专业知识，在实践中好好利用知识进行运作。真期望以后能再有这样的机会，也期望我们学校以后能有更多的同学有机会去参加这样的社会实践吧。

在这次社会实践中，系领导和教师对我们的支持是不可忽视的。正是系领导和教师的支持，才使我们多了一次与社会充分接触，增强了社交本事及实践本事的机会。实践活动的成功，为我们下一次实践做了较好的铺垫，也为我系以后的学生参与社会实践活动打下了坚定的基础。

我们说过，我们也努力过，所以在那段烈日与汗水的日子里，我们感到无悔，更感到骄傲。

**寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800字篇六**

我这个人比较早熟独立自主，读大学的学费是我父母给我出的，但是生活费一向都是我想办法的，有在寝室开过小卖部，有帮别人代拿过快递等等，反正在大学校园里能够赚着钱的事，我都干过。同样也会趁周末放假或者是没课的收获，寻找各种兼职，所以我的能力还是有的，这也为我的这次寒假商场的社会实践奠定了基础，有了很好的开端，我并不是以一个什么都不懂的人去到商场工作的。

我在商场的工作是体育器材区域的导购员，为什么会选择这一块呢，这一点我也是考虑到自己的一些条件的，我在大学班上的身份体育委员，而我们班的体育老师则是管理学校体育器材室的老师，自然我也能经常出入体育器材室，对里面的一些东西都有着一定程度的熟悉，所以，我选择商场的体育器材这一块，能让我更加的轻松易上手。然后就是因为我对这块比较熟悉，更能很好的为来购买的体育器材的顾客推荐适合他们的，在工作上从来没遇到什么困难，这一份工作对我来说算是轻轻松松的，但是也有需要十分注意的地方。

1、每天上班的第一件事就是清点自己每一件商品卖出去多少，自己的心里是一定要有数的，然后再给因为已经被购买，空出来的位置及时的填补空缺，保证顾客不会看到参差不齐的商品摆放。

2、一定要眼观四路耳听八方，随时注意是不是有顾客进入到自己负责的这个区域了，要做到第一时间为顾客导购，不要让顾客觉得这里没人负责，随时解答顾客的一切问题，比如“这两个篮球看起来也差不多啊，为什么价格差距这么大？”我们要给予最专业的回答。

3、每天下班之前做好数据的汇报工作，哪些商品最热卖，哪些商品无人问津的，都需要总结起来汇报给经理，然后对其调整商品的位置，每个货架都有一两格是黄金视野区，一定要根据领导的安排摆放商品。

既然是要进行社会实践，就要全心全意的投入到投入到工作当中去，认真对待自己的社会实践，是非常关键的一点，还有就是坚持，不要因为遇到一点困难就放弃，去经历一次社会实践吧，真的能让成长很多。

**寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800字篇七**

这是我在大二的寒假生活，虽说离毕业还有一段距离，但时光是不容等待的。为能在大学阶段尽早的去了解社会的情况，为自己的实习和今后走上社会做好准备。利用这次的寒假时间，我只身来到社会，通过简单的临时社会工作，让自己了解了社会的环境和生活，并体会到了在工作中努力的感受。

回顾这次的实践，在社会的体验中，我认识到了自己所不知道的社会和生活，并开始对未来的道路充满信心和期待！在此，我将此次社会实践体验的心得记录如下：

当我以一名工作者的身份重新来到社会后，忽然之间熟悉的场景和环境都不一样了！虽然才刚刚成为一名工作者，但我却觉得自己却好像一下来到了陌生的环境一样。如今在看来，工作的环境并没有任何的变化，变化的不过是我的内心和思想的角度！

当我以一名工作者的身份站在这里时，不仅在思想和行动上是不一样的，连自己的责任都有了巨大的变化。这份对环境的体，不仅让我深刻的感受到工作的环境和思想，更让我体会到了责任和压力。这对于还是大学生我而言是非常难得的经历。但好在因为有领导的指点，我也很快的融入了这里的环境，并适应了这份工作。

当工作开始之后，随着在工作中的学习和经历，我对自己岗位工作的责任感也在不断的增加。并且随之改变的还有我的工作思想和态度。如以前在工作中，我只会考虑自己的职责，但如今，我也会更加考虑到怎样将工作更进一步优化，让工作更加圆满。并且对工作岗位的归属感也越发的强烈。

虽然知识假期临时的工作，但这份对工作的投入，也让我在工作中表现的.更加出色，体会到了作为一名工作者为自己前进道路而努力的感受。

在这次的工作中，我充分的在这份工作中努力过，也亲身体会到“做一份工作不容易，做好一份工作更不简单”的道理。虽然是简单的工作，但它也有自己的技巧和方法，而如何去发挥这份岗位的能力，就看我们自身的表现了！

如今，经历了这份工作也让我对社会和工作的环境有了更充分的了解。并且还在锻炼中认识到了自己的不足，这都令我受益匪浅！在新学期里，我会积极利用这份收获，将自己打造的更加出色，在今后开始实习的时候，我一定能有比现在更出色的表现！

**寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800字篇八**

上个学期过去的很快，在学习和生活的各种繁琐事物的影响下，一年来过的很忙碌，但也很充实。如今的我，即将迎来在大学生活的第x次寒假!但我却并不想将这次的假期全权交给游戏和休闲的生活。我希望能用更充实的生活来填满自己的假期，让自己能在更多的地方学到更多的事情!为此，今年的寒假里，我来到了这里——\_x百货商场!

尽管一开始我也向着能找到符合自己专业的工作，但稍微去尝试了一下就明白了现在自己的不足。为此，我给自己选择了一份简单的任务，让自己能从简单发展，一步步的变得更强!以下是我对假期社会实践的心得体会：

在这次的社会实践我学到了很多，尤其是对社会的了解上!就起初我在找工作时的事情。起初，我去找了好几家的工作应聘，但无一例外都收到了同样回复：“人满了!”这时我才意识到自己犯下了大错!放假的时候本就是打工的.热潮，寒假临近新年，大家都想着在年前来参加工作，但我却忽视了这一点，导致原本想好的计划几乎全被打乱!这也是我第一次感到不足给自己带来的失败!

但好在，天无绝人之路，就像那句老话说的“只要有恒心，就没有做不成的事情!”在我坚持不懈的努力下，尽管又受到了很多的拒绝，但终于在\_x区的\_x百货中找到了今年寒假的落脚点!

如果单说对工作的体会的话，这几周来的体会就是——累。这份在商场的工作没有多么的复杂但却极其需要体力!不仅仅是搬货卸货的时候，每天站在那里，近乎一站就是一整天!所以，即使下班休息了，留给我的体会也只有累!

但是，这份劳累，我却有得了很多的感受和想法。我想到父母在平时工作中辛苦，想到我这么随便找一份工作都这么累，那他们呢?他们不仅要工作，更要照顾我，还要用辛辛苦苦工作的钱来供我读书!这比我所经历的，要久的远，要累的多。

此外，在工作中也有不少的额外收获，如：在与人交流能力的成长，以及对社会工作现状的一些浅显了解。尽管作为大学生，但我却缺乏对社会的了解，这是不应该的!

如今，新年即将到来，我的寒假社会实践也要结束了!此次的实践让我增长了很多认识!我会在今后的学习中更加努力，让今后的工作更加的顺利!

**寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800字篇九**

很高兴能够站在这里与大家分享我在寒假打工时的一些心得，这要感谢院长和书记给我的这次机会！春节，我本应该回家和家人团圆，一起过春节！但我没有，我选择了和学长一起去江苏打工。在打工的这些日子里，我们既有欢乐，又有不快！

我们到南通刚下火车时，是酒店的一位司机接我们到酒店的，到了酒店之后由一位专管宿舍的主任把我们带到各自的宿舍（宿舍里面的床单已经被那位主任都帮我们整理好了），看过宿舍之后由酒店的一位副总把我们带到酒店吃了一顿工作餐，等我们都吃饱之后，就都回宿舍休息了！等到第二天，我们各自就都该上岗了。

第二天酒店里就有一个经理专门为我们几个人培训，首先叫。我们怎样去铺桌布，然后教我们用口布叠各种各样的盘花和杯花（因为我们工作的地方是酒店，所以得学会这些东西）。等这些都培训完之后，她就带我们在整个酒店转了一圈儿，熟悉一下酒店的环境，毕竟我们要在这里工作一个月；等一切都弄完之后差不多快到中午了，我们就去食堂吃了点饭，然后回宿舍休息一下，等到了下午，我们就开始正式工作了。我们男生的工作是传菜兼客人吃完饭走后收台，女生的工作就是做服务员了！有人肯定会说，不就是端个菜么，有什么大不了的，也不需要什么技巧，只要有力气，端的起来就行，就算没上过学的人也可以干；话的确是这样说的，当时我们也是这样想的，可事实告诉我们并不是这样的，例如：在一个托盘上，本来可以多放几盘菜的，因为不会放，随便乱放，使得一个托盘上就少放了几盘菜，就让自己多跑几趟或者别人多端几盘，从这个小处就可以体现出其实端菜也需要技巧的，端菜也是一门智慧！在我们刚开始工作的那几天里，酒店里的经理总是让那些老员工带我们这些新员工，处处帮助我们。比如：端菜的时候，那些老员工自己总是比我们端菜端的多，本来一个托盘上可以放五盘菜的，他们为了照顾我们，硬是给我们放三盘。时间长了以后，我们也可以和那些老员工一样，端一样多的菜。

在酒店里，我们还认识了不少好朋友。俗话说的好：在家靠父母，出门靠朋友，朋友多了路好走！这句话充分说明了人脉的重要性，有一个好的人脉，说不定还可以改变自己以后的命运！所以我建议同学们以后都多出去走走，到处看看，对自己是有很大好处的！

时下大学生打工无非是做家教，搞推销，出卖劳动力。打工虽然累，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。每个人都有自己的人生模式，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。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。

在现今社会，招聘会上的大字板都总写着“有经验者优先”，可是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的走向社会，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题记得老师曾说过学校是一个小社会，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身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但你得去面对你从没面对过的一切。记得在我校举行的招聘会上所反映出来的其中一个问题是，学生的实际操作能力与在校的理论学习有一定的差距。在这次实践中，这一点我感受很深。在学校，理论学习的.很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到的，而实际工作中，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。或许工作中运用到的只是简单的问题，只要套公式就能完成一项任务，有时候你会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学的那么吃力呢？也许老师是正确的，虽然大学不像在社会，但是总算是社会的一部分。我们有了在课堂上对知识的认真消化，有平时作业的补充，我们比别人具有了更高的起点，有了更多知识去应付各种工作上的问题。

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，那么你一定会交得到很多朋友。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。不论做是事情，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，三十三天的打工生活，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交际能力。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。

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