# 最新学生寒假社会实践活动心得体会(5篇)

来源：网络 作者：夜色温柔 更新时间：2024-10-15

*心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。优质的心得体会该怎么样去写呢？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。学生寒假社会实践活动心得体会篇一1.电梯口导购2.超市分装购物袋3.采访管理人员...*

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。优质的心得体会该怎么样去写呢？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**学生寒假社会实践活动心得体会篇一**

1.电梯口导购

2.超市分装购物袋

3.采访管理人员。我很荣幸的参加了前两项活动。

先说说导购吧，由于去的比较晚，我并没有从头至尾的完成这项工作，所以感受不是多么强烈，只是听同行的马敬文讲述了工作的经历。她告诉我，导购是一项十分累而又十分有挑战的工作。为什么这么说呢?首先，你必须对商场十分的熟悉，其次，你还要考虑到你将面临形形色色的顾客，而且面对每位顾客时都要面带笑容，鞠躬问候像“光临”、“您慢走，下次光临”之类的话，做起来有时难免显得畏手畏脚。但庆幸，我们都顺利地完成了这项任务。

对我印象最深的算是分装塑料袋了。每个人都要协助一个售货员完成收款工作，我被分配到一个面容和善的大姐姐的柜上。技术娴熟的她在收款之余和我聊了许多，当他得知是学生会组织的这项活动时，顿时变得热情了许多，

“我初中时也是学生会的一员，当时担任宣传部的部长，在学校里感觉十分的光荣啊!”

她显得心有所思但却不影响工作，仍然熟练的收款。

“可是，后来我的成绩下降很厉害，学校里停止了我的职务，我当时变得十分的迷茫，以至于从那之后一蹶不振。”

她看看我，见我听得很认真，便接着说：“你们这群小孩幸福得很啊，先说是不用愁吃愁穿，然后，你们又能在一中这样好的学校学习，好好努力将来就能成就大业啊。你再看看我们，从天明到天黑、从早到晚都没有时间歇着，只得是不停的干啊干啊，时光就这样挥霍掉了。”

我听了也十分的受感动，“那你现在也可以在奋斗啊，争取取得好的业绩来给自己的工作争光添彩。”

“呵呵，没有你想得这么容易，要是真的这么好干，大家不早就升官了，这是个多么辛苦又多么艰巨的工作啊，而且我们是临时合同，指不好哪一天又被炒掉了。你们小孩啊，现在就得好好学习，不要留下什么遗憾!”

我也陷入了沉思……

很快，下午的工作结束了，说不上辛苦，只感觉收获不少，以至于现在写这篇小记得时候还心有余悸。人生的\'旅途漫漫，即无法预见将来也无法改变历史，只能抓紧现在，抓紧脚下，一步一步地踏实前进。真的要从那个姐姐身上学到点什么，正像她说得，不要给人生留下遗憾，不要到失去了才后悔当初!我们现在正是人生中最艰苦的时刻，但每个人又必须坚持，必须清楚，如果不好好珍惜现在，将来就要面临更艰苦的岁月。

这可能就是社会实践所能带给我们的最珍贵的东西吧，我喜欢这样的活动!

我很高兴也很荣幸有机会加入社会实践基地，我是一个乐于实践乐于展现自己的人，对于社会实践这种提高自己素质、培养自己能力、服务社会、服务学校的活动十分积极，十分向往。因此，我很希望能给我一个加入的机会，来品味这种美好与喜悦，从而展现自我，体现自己的价值，为这样优秀的集体争光添彩!

**学生寒假社会实践活动心得体会篇二**

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够真正的走向社会，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，只要套公式就能够完成一项任务，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?

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。

虽然在实践中我只是负责比较简单的部分，但能把自己在学校学到的知识真正运用出来也使我颇感兴奋!在学校上课时都是老师在教授，学生听讲，理论占主体，而我对知识也能够掌握，本以为到了企业能够应付得来，但是在企业里并没有想象的那么容易，平时在学校数字错了改一改就可以交上去，但在工厂里，数字绝对不可以错，因为质量是企业第一生命，质量不行，企业生产就会跟不上，而效率也会随之下降，企业就会在竞争的浪潮中失败。

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，只是纸上谈兵是不可能在社会立足的，所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了，在工厂里出错是要负责任的，这关乎工厂的利益存亡。

总之，这个寒假的社会实践是丰富而又有意义，一些心得和体会让人感到兴奋，但却决不仅仅用兴奋就能够描述的，因为这是一种实实在在收获，是对“有经验者优先”的感悟。

**学生寒假社会实践活动心得体会篇三**

实践是将我们在学校学到的理论知识应用到客观实践中，使我们学到的理论知识有用。只学不练，学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可以为将来找工作打下基础。通过这段时间的实习，我学到了一些在学校学不到的东西。由于环境的不同，接触的人和事自然不同。我们应该学会从实践中学习，从学习中练习。此外，随着中国经济的快速发展和国内外经济的日益变化，每天都有新的东西出现。在机会越来越多的同时，挑战也越来越大。前天刚学到的知识今天可能已经被淘汰了。中国经济越符合外部标准，对人才的要求就越高。我们不仅要学好学校学到的知识，还要不断从生活和实践中学习其他知识，不断从各个方面武装自己，在竞争中突出自己。

在这个假期里，感觉是几天，我仍然很平庸，对生活感到不知所措。几天后，我和几个老同学见面，只是认为生活对每个人都是公平的，因为它给了我们每个人不同的选择，有些人就业了，有些人继续进入大学，提高了我们对时间概念的把握，利用知识测试真理的准确性。

在接下来的几天里，我参加了几项活动，比如崇拜孔子，去养老院帮助老年人做一些琐碎的事情，来到现实社会。可以说，这里的时间比学校的药要容易得多。在学校里，每天都有课程的限制和老师的监督。你可以放松，沉浸在学习和享受的生活中，但当我们在假期从事社会活动时，我开始思考如何适应社会?

在最初的几天里，当我来到养老院时，我觉得自己进入了一个人间仙境。我能听到一根针掉在地上的声音。我心里有一种寒冷的感觉，他们的生活还是那么优雅。在我刚进入的几天里，我想主动帮助他们，但我不敢说，因为我的恐惧，我只能被动地要求他们把事情留给我。在我的克制和行为出现之前，我已经被他们看穿了

我还是一个刚刚初入社会的人，随着时间的磨练，我在他们的教诲和指导下，慢慢地体会到了生活的乐趣，虽然只是帮助别人做事，但我觉得这应该感到欣慰的。在学校里，我们有学校的规律的制约，生活上比较有规律，行为上表现得比较优秀。而在现实社会里，我们失去了学校规律的制约，一切的一切的都只有靠自己的认真把握，无论对与错，都要靠自己的方法来解决。

因此，在大学校园里和在现实的社会中则是相互融洽，彼此合二为一的，这就是为什么已经从事了职位的人因为文化的差异而不能得到竞升的机会，想要重新回到学校的课堂里，反而有的学生因为课程的芜杂而想要早早的回到社会里面闯天下的原因了。

在这个漫长的寒假里，我还是找到了生活的乐趣，虽然每天只是在帮助别人，而我的每一天也都是围绕在他们的身边，可能有的人会因为厌烦而感到苦恼。可能有的人也会感到无趣而放弃他，而我经过了这几天的熏陶后，我则感觉到这正是一次对生命的考验，我也体会到了一句话：生活不需要像暴风雨那样的凶猛，生活也不需要像姚明把养的高大威猛，生活需要的是一颗能承担起责任而又能体会世间美好的事物的心态。

在这个假期里，经历了这样的人生，经历了这样一次导航，我明白了实践是检验真理标准的试金石这一句话的含义。如果我们在学校的麽偶一个学生知识为了学习而学习的话，那他的目的将会失去它的意义。而且在学校的课堂里，对于没有经历过风雨的人，看着书本上的知识和听了老师的辩论分析后，感到的确是很是复杂和深奥，上了一堂课后，赶到的是迷茫的感觉。然而当我们走进社会时，在遇到挫折和困难时，如果没有了承受的能力，可能有的人会一直的颓废，直至丧失了自己的灵魂，学习的目的就在于能够把生活中复杂的问题简单化，这样才能使矛盾缓和化。而且书本上的知识在生活中也会变得简单。

这个假期里，虽然我没有经历过情绪的大起大落，但此次的经历却让我明白了人生的道理。以下是我得出的结论：

(1)生活中的你无论从事的是什么职业，或参加什么样的团体，重要的不是劳动报酬的多少，而是我为社会奉献了多少。

(2)对于在校的大学生来说，学习是目的，实践是检验。如果只学习，不实践。那么这一切都等于零，只有把两者巩固起来，生活才会更轻松。

(3)生活是有两面性的：一，通过自己的努力，把学习与奋斗化为动力，勇往直前向上爬;二，投机取巧式，通过自己的小聪明利用别人向上爬。

在这次的寒假里，通过这样的经历后，我感觉到了生活即是学习，学习即是实践，实践即是体验，只有通过在学校的学习基础知识，才能把握对将来就业的技能，也只有把学习运用于实践的检验，才能得知知识的准确性进而分析社会中的问题。总之，通过这次的活动使我受益匪浅。

**学生寒假社会实践活动心得体会篇四**

社会实践由两部分组成，一项是做调查问卷，一项则是在服装店当了临时销售员。

①调查问卷是关于独居老人的身体心理情况的一个调查，在调查过程中，感受了许多。老人们大多是六十多岁、夫妇同居，有的子女在同一个城市，有的则在临近城市，所以他们与子女的关系都还不错，看得出来他们还是欣慰的。但同时看着老人们答题，看到他们的答案，免不了还是有些心酸的。有的老人认识的字不多，题目有时念着还有几个错别字，我耐心地跟他们读题目给他们听，一份问卷几页而已，却足足做了半个小时左右，他们也看累了，那时心里只有一个想法就是真是辛苦他们了。

关于一些健康问题，他们有的晚上睡眠不好，有的有慢性疾病，有的中过风、手脚不便，有的会头晕刺痛，看到这些，心里一阵难受。人真的到了一定年纪，一天天开始衰老，头发白了，手颤了，脚不麻利了，就像我们的祖辈父辈，现在慢慢都走向衰老，身体也开始走下坡路，不需要别的，需要的是更多的关心与陪伴。子女不要总说时间不够、工作太忙，等到你有充裕时间了，父母剩下的时间也不那么多了，过一天少一天，别到了后悔的时候才去惋惜，才去自责。题目中有几道题我记得很清楚，“您会感到孤独寂寞吗?”、“您会为一些小事难过吗?”、“您会有时候想哭吗?”，不少老人都填了有时会孤独寂寞，身为男人爷爷们后两个问题大多数是否定的，可是奶奶们答案一般都是会。正是因为这些问卷，让我看到了他们也许平常不会说出来的想法，是内心真正的一些感受。我想子女看着这样的答案也会为之撼动吧，说着没事、不要担心，但父母真的很需要他们。

这次寒假主打便是春节，家家团聚，热闹新年。今年春节大家庭在广东相聚，一起拍合照的时候，那种强烈的归属感是无以言表的，家永远在那里，不论你有多久没回，仍有亲人等候。不管以前发生过什么争执，在快门按下的瞬间，一切不快都被打碎，照片上只有一团和气。愿子女归家路上平安顺利，到家好好陪伴父母，与亲人相聚，珍惜着血浓于水的温情。

②在服装店做销售员说来也是凑巧，正好一个同学在一个大市场里打寒假工，然后就陪她一起体验了几天。为了怎么销售，我好好地思考了一番。平常买衣服的时候自己是顾客，喜欢什么样的服务在这个时候正好能换位尝试一下。我自己是不大喜欢那种一进门，就开始特别热情给你介绍这介绍那的，总感觉有些不自在，但进门不闻不问也是当然不可取的。我的做法就是，客人进店时，我会很热情的跟他们说：“光临，看看有没有喜欢的，可以试穿，如果有什么问题可以叫我。”我想这样比较热情，同时也让客人有自己挑选的空间，他们心里也觉得自在许多。

另外，销售手段是要有的，毕竟要赚钱。在客人试装之后，我会客观评价，当然要先看看客人是什么态度，是很喜欢，还是犹豫，还是不太满意。如果客人很喜欢，你觉得不太适合客人，这时，你需要委婉表达，比如说试试其他款式，说不定会不错，还是得随机应变;如果客人犹豫，你就将自己想法合适地说出来以供参考;如果客人不大满意，便询问看看还有没有喜欢的，可以再看看。这样下来，看表情，大多数客人还是挺满意服务的。至于价钱问题，店主对于服装都规定不可以还价，所以对于客人的还价，我们都婉拒了，大多数还是通情达理的，但有少数几个态度不太好。几天下来，也卖出了几件外套、毛衣、棉袄、裤子、鞋子子、帽子和围巾，成果还算不错吧。

这次的销售体验之后，与社会上人的交往进了一步，社会上什么人都有，以后什么人该避开，什么人该交往，也更加深刻地认识到。同时也体会到了商人的不容易，以后待人处事都要懂得换位思考，能让则让，别花时间在斤斤计较上，吃点小亏是福，俗话说得好，塞翁失马，焉知非福?

社会实践报告 | 社会调查报告 | 社会实践总结 | 社会实践自我鉴定 | 社会实践心得体会

**学生寒假社会实践活动心得体会篇五**

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暑假临时工，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。

在这次暑假的工作中，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!

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