

# 2023年大学生对社会实践的心得体会

## 大学生社会实践的心得体会800字(9篇)

作者：有故事的人 来源：范文网 [www.wtabcd.cn/fanwen/](http://www.wtabcd.cn/fanwen/)

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/meiwen/796f282851c7f974ba07311fded5174a.html>

范文网，为你加油喝彩！

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

大学生对社会实践的心得体会 大学生社会实践的心得体会800字篇一

透过朋友的帮忙，放假后我就跟朋友一块到了深圳，来到了（香港）深圳精裕塑料实业（制品厂）有限公司，简称精裕。精裕是一个玩具厂，主要生产应用于塑料玩具及其配件生产。紧之后于7月3日下午到公司去应聘作业员。虽应聘上了，但仍需等二天才能进厂，（每一位要进厂的都要先体检，拿到健康证！）但是还好厂里给我们这些暑期打工的学生带给了简易的住宿空间——12人一个宿舍。刚开始晚上不敢出门，正因听说深圳很乱，但最后在朋友的陪同下晚上一块出去买东西，发现事实并没有那么恐怖，只要你不惹别人，别人也不会轻易地惹你。

我所在的地方是一个工业区周围全是厂房，一般买东西的都是一些打工者，在深圳呆了一个多月我也没有发现有打架的，也没有听别人说起过有杀人的。我想可能只是有些事情大家过于夸张了吧。带着些许兴奋和盲目，来到了厂里，开始了自己的打工生涯。在进车间之前厂里安排了两天的培训。首先带领我们来到了招募大厅，在那里我们上交了身份证、毕业证、健康证的复印件和两张照片，然后给我们统一配备了厂服。下午和第二天上午我们又参加了培训，老员工和带班组长给我们讲述了建厂历史以及公司生产的各类产品。7月5号上午在其他工作人员的带领下，我们进入车间，该厂共有a、b、c、d、e、f、g几个个厂房，每个厂房生产不一样的产品。我被分到了g3厂房，刚进去的时候，感觉很陌生，车间有8条流水线，每条流水线上都有百十号人在这不停地忙碌着，没有人说话，只听到机器转动所发出的哄哄声。我被车间的组长也即是车间的最主要负责人带到了一个工作岗位，在组长的指导下，我很快学会了那项简单的工作。一工作就是十一个小时之后，中间没有空闲时刻偷懒，一天下来兴奋劲没了，剩下的只是腰酸背痛了！虽然工作看起来挺简单的，但长达十一个小时的机械工作，对于我们这些过惯了闲散生活的大学生而言，根本就忍受不了，接下来的几天我换了好几个岗位，每换到一个新的岗位，都要学习半天或一天。一般都是坐在老员工旁边看他们如何操作，偶尔那些老员工会给你讲一下。若碰到不给你讲的，必须要勤问、敢问，把自己不懂的都要问清楚，不能模棱两可，不然自己做起工作来就会后悔的。这是我在那工作总结出来的。几天后我稳定到了一个工位，开始了正常的工作。一般进车间的都要先学习几个工序。

刚开始工作的时候，不熟悉那里的环境，不熟悉那里的人，一切都是陌生的！，虽然之前在学校

里也做过一些兼职，但来到那里还是有些没来由的心痛，这时才感觉到大学生是多么的不堪一击！才明白为什么有那么多的大学生找不到工作。而且刚工作的时候，并不适应一天坐在那里机械地工作十一个小时，工厂里面的生活和校园生活真的是一个地狱一个天堂，自己所学的也都浪费了，本想着能够学到与自己专业相关的知识，但没想到来到那里只是机械地做这些手工劳动，完全没有与自己的专业挂钩，自己来到那里真的是一种浪费。在那时才感觉到学习知识的重要性，发誓必须不能再浪费自己的大学光阴了，要发奋学好自己的专业知识！没有知识只能干这些体力劳动，只能干这些毫无生趣的机械工作，一辈子只能生活在别人的掌控之中，只能不停地为别人工作，而自己却得到那么一点可怜的工资！当时有一种想逃跑的冲动，但经过几天的思考，还是决定留下来，正因即使自己以后毕业了，到企业仍需要适应新的环境，此刻何不抓住机会锻炼一下自己的心智呢？自己的专业知识没有学到，但这却是我毕业之前最后一次能够很好地接触社会的机会了，留在社会，我要学到更多的东西，带着这些渴望，慢慢地学会了与人交往，慢慢地学会适应厂里面的生活，最后我也是受益匪浅！由于时刻的限制，我只在厂里工作了五十多天，这个厂有白班和夜班，每个月倒一次，每一天工作十一个小时，白班每一天早上八点到晚上八点，夜班从晚上八点到第二天八点。一周上五天班，偶尔周末会加班，我在那里上了十天白班，每一天早七点五十就得去做早操锻炼身体，但我发现大家都没有认真的对待，只是随意地伸伸腿胳膊，不知道为什么大家都不认真地对待，之后才知道打工时刻长了，大家对厂里的活动都比较不屑，只顾干自己的事，即使有好处的活动大家也都是很少参与。公司每周一集合开例会，厂长都会讲一些厂里出现的问题，各车间的负责人都会及时地解决，同时各车间在上班和下班也都会把车间的所有成员集合起来开大约十分钟的会，这时组长会及时通知上方传达的事情，并针对车间前一天以及当天出现的问题批评教育大家。而且厂里面的规章制度个性的完善，对产品的质量要求也个性高，车间的走廊都张贴着要求质量的标语，如果哪件产品的质量出现了问题，都会追究负责那一道工序的员工，并会对那个员工做必须的处罚。各个车间的负责人也都是从员工中选出的有潜质的人。

在那里工作了一个多月，我还是比较喜爱厂里的环境的，厂内有篮球场、排球场、羽毛球场还有图书馆以及阅览室，周末全天播放电影，丰富大家的生活。无论厂区还是生活区的卫生都是很干净的，十分适合工作和学习！我一向在思考为什么这个厂每年都能够取得较大的进展呢？为什么公司刚刚成立几年就分别在苏州、深圳建立了分厂，而且分厂的规模也是相当的大？工作了一个月后我最后知道了，正因他们有健全的管理规章制度，同时能够吸纳有用人才，公司的员工也都是能够尽职尽责。总之各方面的工作都呈现出一种蒸蒸日上的局面，这样的企业又怎会不兴旺发达呢？而这又使我想到了我自己，如果我们能够像管理公司那样管理自己，我们的大学就不会虚度过去了，我们也就不必担心毕业之后找不到工作了！透过与员工的聊天发现，他们的年龄大都在十八岁左右，而且大都是初中、小学毕业。他们的圆滑事故与他们的年龄根本不想称，他们知道很多为人处事的道理。如果他们不说自己的年龄，不熟悉的人还以为他们都二十几岁了呢。他们大都满足于自己目前的生活，不愿意去改变，即使公司经常会在厂内部招一些助理、打字员等，但那些员工却不愿意利用空余时刻去学一些基本的办公软件。甚至是厌烦学习，即使之后我跟他们说我是大学生，他们一部分也没有表现出什么。他们大都认为对于他们而言，学习根本就不是他们的事。周末也只是和一些朋友一块出去吃饭、喝酒。

除了每一天的上下班，生活没有多大的乐趣。在与众多打工者接触一个多月之后，发现自己在人际交往方面得到了锻炼与提高，学会了如何去与别人交往，也得到了友谊。我想只要我们真诚地对待别人，慢慢地你的真诚也必须会换来真正的友谊。在外面若没有朋友，你的生活就会增添许多遗憾，而你的精神世界也将是空虚的，因此在外要大胆地与人交往，用你的热情去融化世界，最终你必须有所收获！在一个多月的打工生涯中，发此刻实际工作中不必须有太多地方用到专业知识，更多的是我们要耐心、细心一步一个脚印、脚踏实地的去工作，只有基本工作做的够好，才能赢得上级和同事的信赖，才有机会展示更多的才华。单凭专业知识不可能在工作上高枕无忧

，更多还是需要脚踏实地做一些细微之事，而决定一个人的工作潜质怎样恰恰是从一些小事上反映出来的，正可谓：一屋不扫何以扫天下？很高兴自己能有这次社会实践的机会，透过这样的实践，我真正学习到了社会经验，它为我积累了一笔宝贵的人生财富，它为我今后步入社会打下了牢实的根基。

## 大学生对社会实践的心得体会 大学生社会实践的心得体会800字篇二

尊敬的学院领导、老师、以及曾经和我一块儿工作在一线院校的同事们：大家好！

斗转星移，岁月交替，使人难忘的两个月已经过去，带给人无限期待和希望的新学年年已经到来。往事如斯，流年似水，又是一年春华秋实，又是一年硕果累累，又是一年总结时，回想暑假工作中的点点滴滴，用浅薄的思想打捞一些可以沉淀下来的厚重，以为明镜，净心习性，修为致德。

时间是一个无情的家伙，稍不留意它就已匆匆的从你身边溜走，记得两年前这个时候的我，怀着对大学生活的无限憧憬，走进了河南经贸职业学院，“初生牛犊不怕虎”这句话用在我的身上还是比较合适的，刚进校园的我就像是一条游向大海的鱼儿，浑身散发着青春的激情，简单的收拾一下自己的行李就奔向了学校，七百多个日夜，我们一路走来，伴随着伴随金秋送爽的丝丝凉意，回顾过去的百味杂情，学习或者是工作，我想说，人生不能光溜溜的来，再光溜溜的走，人的一生总要做点什么，才能实现更大的人生的价值。在《士兵突击》里许三多的一句话，你应该学会并运用到生活中：“不抛弃不放弃，做有意义的事”。

朋友们，作为差不多同龄人，我假期主要在北大青鸟负责招生咨询的工作，我没有任何学术上的新东西可讲，而且是“真没有”，即使“这可以有”。我站在讲台上，无疑完全是因为，我热切地希望，能和那些学生一起来感受生活中每一个令人激动的重要时刻。不要总是拿自己同别人比，无论是今天的领导还是明天的同事，除非你想把自己往死路上逼，把自己变成别人的影子，把生活变成自己的炼狱。每个人的天分和机会都有差别。影响我最大的一句话是：相信自己，你是一道风景。我也喜欢这样给向我咨询的那些学生讲：

你虽然是一条小溪，却养育了一池的精灵灌溉了一方的沃野；

你虽然是一滴水珠，却折射出了太阳七彩的光芒，让人们看到了世界上最美丽的颜色。

不管如何渺小，你依然可以在自己的小天地里谱写生命的童话，创造这大千世界的奇迹。其实，你是一道风景。真的，有时候觉得自己就是一个幸福的孩子，无论再累，再忙碌，也知道，在看风景的时候，风景也在看着你……

今天我们周围有很多年轻的朋友，拿着文凭，怀揣着梦想，不满意现在的状况，今天有很多人，在进入社会以后遇到很多的困难，或来自工作，或来自生活。我会经常给我的学生讲，什么叫“爱自己”：一个人应该有目标有规划，创造人生最大的价值，那就叫爱自己；要你周围的人因为你的存在而感到自豪，以你为荣，那才叫爱自己；如果你没有规划没有目标，每天虚度年华，那叫糟蹋自己，所以一个真正爱自己的人，是爱周围所有的人。当你学会爱自己，就会爱他人，因为爱他人才能爱自己；当有一天你需要知道谁是最优秀的，你不要告诉别人你是最优秀的，你要告诉每一个人他们是优秀的，你才能听到你是优秀的；当你需要被人帮助的时候，应该学会去帮助他人，当你需要被帮助你才会看到有人去帮助你。



假期兼职的经历让我学会善于快速抓住事物的本质，喜欢从新的角度和独到的方式思考问题，对问题经常有自己独到的见解，不喜欢条条框框的限制和因循守旧的工作方式，习惯便捷的问题解决方法，善于理解，而

非判断他人。乐观，善于鼓舞他人，能用自己的热情感染别人。在公司的专业培训下，我对北大青鸟的专业特色已非常熟悉，并在给家长和学生讲解过程中不断的强化。工作过程中也加深了对公司企业文化的了解，使我热爱这个标准化的团体。

在罗宁县工作的两个月，我和负责招生的李校长以及其他招生专干教师建立了良好关系。作为北大青鸟的代表，我严以律己，争取把青鸟最优秀的员工形象展现在合作院校各师生面前。但由于经验不足，在工作过程中，也还有很多需要改进的地方。对北大青鸟特色班的情况还需进一步熟悉、加强，学校老师普遍对学校所开设专业的优势、费用、技术、就业、师资配备、竞争对手等基本情况缺乏了解，对北大青鸟特色班的情况也只局限于知道，具体情况给学生讲不清楚。其次，老师整体积极性不高，前三年招生形势一直处上升趋势，以至于教师自我感觉良好，没有危机意识。而且，教师之间的恶性竞争给招生工作带来了负面影响。同时我与学生及家长面对面的交流能力有待提高；把握学生及家长心里的能力还有些不足；一些招生技巧还需进一步学习。所以我及时的对自身进行了总结，以便以后真正工作及及时的查漏补缺。

1、求教于师。三人行必有我师，不管到什么环境，我认为脑勤、口勤、手勤、腿勤不会有错，主动争取领导以及周围朋友的，只要不断地求教于老师，各项工作就能顺利开展。

2、少说多做。我这里指的少说，是指少说空话，多干实事。我们常说：“行动比语言更庄重”就是讲的说到做到。说了就一定做到，要求别人做到的，自己一定做到；不要求别人做的，自己首先不做。己所不欲，勿施于人。

3、个别谈心。我喜欢同个别同学或朋友谈心，我认为这是有效的工作方法之一。在公开场合做工作时，要以表扬为主。首先要肯定对方的长处，尤其是对方的长处恰恰是自己的短处时，要应该表示赞美和学习。这样便于对方听得进去，便于自己讲道理，这种方法不管是招生还是应用于稳定学生工作我觉得都很适合。

4、虚心向他人学习。“虚心使人进步，骄傲使人落后。”在实际工作中，提醒自己学会谦虚谨慎，虚心学习他人的长处，用别人的长处去比较自己的短处，就会发现自己身上存在很大差距，你就会下决心改正不足。

1、缺乏活力。在做兼职期间工作局面过于沉闷，按部就班，缺乏高潮，缺乏创新，缺乏精品。

2、缺乏动力。容易患得患失，在个人的小环境处于低迷状态时激情的源动力不足。

3、缺乏能力。没有明显的特长和优势，集体环境下带头作用和引导作用不强，不能够集中有效的解决学生中快速衍生的问题。

4、缺乏魄力。个人影响力不够，不能支配周围的人。

在我的假期实践生活里，我积累了两笔财富：一笔是友谊，一笔是经验。俗话说的好：“朋友多了路好走！”在外流浪，家人是不可能跟着我们。所以，在外边有个朋友可以互相照应，不会那么孤单。而且无论在那里，人脉也很重要，尤其是对于搞销售的、管理人来说更重要。好多事情

要从身边做起，从小事做起，善交益友。还有我最珍惜的是我的做兼职的经验，通过实际生活，亲身体验，让我明白了许多在校园里学不到的东西。这些经验对于我来说是很珍贵的！对我的工作，我的发展有很大的帮助！

为实现以后目标的现阶段准备

- 1、现阶段准备是多学点知识让自己的知识面宽些。现在的大学刚好提供了这个平台。我要好好学习文化理论知识。但我在理论联系实际上很欠缺，以后会多多向老师们虚心请教。
- 2、综合能力的培养显得尤其重要。为了提高自己的各方面能力，假期里的实践经验让我的思维能力、组织能力、策划能力与写做能力都得到了一定的提高。
- 3、提前积累社会实践经验非常必要。围绕自己的人生目标，我以后会更多的参加了一定的社会营销实战，掌握了一些技巧。并且现在正在积极联系。
- 4、努力改正自己性格中不善于控制情绪与倾听，过于莽撞的缺陷，形成一种积极上进而平和的心态，建立起更广泛的人际关系网。
- 5、体能锻炼不能松懈。我的体质不是很好，必须要加强锻炼，但我总是不能坚持。

计划总是赶不上变化。要完善人格，塑造自我：无论我们是个怎样的人，我们都应悦纳自我，接受一个不完美的我和一个不完美的生活。我们需要增强挫折容忍力，我们可以试一下“清静无为”即不强求，顺其自然的心境，做一个“自如”“独特”“最好”的我。值得强调的是，“自如”的我对自己有内在价值感，不过分在意别人的眼光；“独特”的我肯定自己，不刻意模范他人；“最好”的我充分利用自身有利资源，发挥自我。另外，重要的是我们要有团队精神。我们的确应以独特的魅力感染他们，也感染我们自己，使一个整体发挥最大潜力。总之我会积极的准备，一旦踏上工作岗位，我将会结合面临的各种环境作出下一步“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”，我相信，只要坚持心中的信念，每一个人都能实现自己的人生目标。

工作是已经做的事情，成绩是曾经的努力，失误是未来成功的老师。面对前路，我信心百倍，我一定会主动请责，踏实工作，在实践中探索，在继承中创新，在改革中发展，奋发进取，与时俱进，不断研究新情况、提出新要求、解决新问题，找准新目标、开拓新思路，把握新机遇、探求新方法，积累新经验、做出新成就。

春去秋来，花开花落，时间总是这么匆忙，让我们措手不及，转眼间大学生活已经逝去，来不及回味的我们又要迎接新生活的洗礼和考验，就像歌词所唱傲气面对万重浪，我们女孩当自强的，我们无须抱怨时不我待，也无须抱怨任重道远，只需保持一颗积极向上的心，亦足矣。

最后，再次感谢工作中所有给予我指导和帮助的人。

大学生对社会实践的心得体会 大学生社会实践的心得体会800字篇三

社会实践是大学生课外教育的一个重要方面，也是大学生自我能力培养的一个重要方式，今年我参加了假期实践，此次实践的具体内容为：

在大学毕业前的最后一个假期，我选择了到xx企业有限公司进行为期三十多天的假期打工生活。

据了解，该公司是一家生产圣诞灯饰和汽车灯泡产品为主的台资企业，产品主要销往欧洲英国等地。此次xx之行，目的在于体验工厂的生活提前接触并尝试适应社会，为将来适应工作环境锻炼锻炼。

7月23日，我正式以一名暑期工的身份，被分配到厂研发部的打样组打样课。所谓打样，就是根据客户的图纸及意思，在做大货之前做的样品啊，一般是等样品确认后，才生产大批量订单的。因此，这个部门的工作比较重要，产品的质量关系到公司的声誉。

我们的上班时间异常紧凑，08：00-12：00，13：00-17：30，18：30—（加班）。后来，我了解到，和我同在一个部门的还有省内的其他大学的学生，当然，小学，初中，高中，中专和大专的员工更多。不过，说归说，做这些眼见工夫的工作，我们这些大学生就显得笨拙了，甚至比不上初中还没毕业的小女生。实在是太惭愧了。以前说大学生高分低能我还不服气，现在我也要说不，动手能力不强已经是大学生的通病。

也许，生活和工作有着相同之处：都是重复。休息休息再休息，工作工作再工作。来到厂，经理就告诫，这里不是学校，首先安全第一，其次必须遵守厂纪厂规。每天忙碌着枯燥乏味的同一件事，耳边还时刻响着组长甚至部门经理的责备，少说话，多做事；抓紧时间，速度超快，品质超好等等。

其实这些都是合逻辑的，只要有一颗有责任心，员工可以用心去做好本职工作。开始时候，我们都感觉做这事会不会太大材小用了？带着此种疑问，很不情愿地上班，自然，工作效率比较低。经过组长的一番话，我终于明白到，做好事才是真正的目的，并不是说随便应付就能了事，工作不等同于玩笑，必须做到最好！

适应能力也在考验着我。

首先是住宿，改变的环境和朝夕相处的各种人，都要让我面对。努力做到和善地与人相处，尽量保持宿舍清洁等等。在不久的将来，我进要踏入社会，面对的是错综复杂的人和事，要学会如何去面对去处理。就在这次实践中我的适应能力得到锻炼。最基本的礼貌，见到同事和上司，打个招呼问句好。凡此种种，说简单简单，做到也不是容易的！

其次是心态的问题，从学生到职员，转变角色需要时间，但又不能花过多的时间。社会的节奏越来越快，那就要求我们尽快改变自己的觉得，转换好身份，态度要积极，工作才能出成效。

小组长和我的谈话让我获益匪浅，他说，出到社会，无论你的学历是高是低，用人单位看你的三个方面，团队精神，个人能力和态度。听君一席话，胜读十年书！

个人能力，我也曾经怀疑过，一想到本专业的就业前景，毕业出去到底能从事什么工作呢？就猛然感到背后冒冷汗！除了专业技能，我还拥有什么呢？一直在思考。作为大学生，我们的优势何在？学历，文化修养，专业技能。还有，我认为最重要的是连自己也说不清的叫素质的这个东西。在车间时候，有人跟我说悄悄话，你们大学生有一个特点，就是说话都柔声细语的。

还有人看到，大学生就是不会在吃饭排队时候插队，也不会集合时候大声讲话。这些大概就是个人的修养了。这些都是小事，很平常，可实施起来又有多少人真正做到？我想我是可以的。成功靠的是什么？细节！什么是细节？刚才所说的也是！工作中有许多的细节，比如在焊接的时候必须加一个水管，如果忘记了呢？那将是什么的情形？浪费的包括人力物力财力，如果每个人都

忘记加一个，那就将损失惨重，先不说构建和谐节约型的社会主义社会了，因为这本身就是和企业的宗旨背道而驰的，企业在细节抓不好，谈何发展？说的已经回到所学的专业上来了，尽可能节约能源，节约用水，循环使用等等。比如说，上班时间时常会断电。节约电能够重要的了。

挑战自我，终于成功，对自己的表现，我还是比较满意的。有人当天就因为种种原因比如伙食而离开，也有的上几天班就坚持不下去了。也难怪，有人评价我们的大学生，工作效率低，对厂方的要求高。的确，我们都有自己的想法，没有初中高中生等他们那样专心致志地工作，而是为了体验生活，大部分人都是慢吞吞地做事，让经理感到愤怒，最后，做思想工作，果然不出所料，经理是行的，我们的效率高，吃的饭菜也没那么多辣椒了。至此，我明白，有要求有自己的想法，可以在适当的时候提出；工作始终是首要的事情，端正态度，是关键。

另一个收获，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，以提高自己的能力！多劳多得的现实让每个人都拼命地以最快速度工作，每当我看到身边的人在编灯饰网的紧张身影，自己再也不能那样慢吞吞的了，无意之中形成一种竞争。

再有，我放弃了可以和同学到环保局实践的机会到厂来体验生活，没有半点后悔。实践的机会还是有的，体验生活的机会就剩这一次了，接触各种人，看到各种事，了解到以往靠听到的事。凡事总有两面性，他们的实践可以很好地加强和巩固专业知识，目标方向明确，可他们缺少真正的体验经历，体验到吃苦耐劳的机会相对而言会少，得到考验意志等的机会也少。

当我写下以上文字时候，心中一股感激之情涌起，感谢那些热情开朗的工友，他们给了我不少的帮忙；感谢领班们，纵使他们责骂过我，可更多的是以谈话来劝说，感谢他们。

#### 大学生对社会实践的心得体会 大学生社会实践的心得体会800字篇四

随着假期的到来，我为能利用假期来增加自己的社会阅历和工作经验，特意在xx市附近寻找了一份假期的实践工作——商场促销，以此来充实自身的寒假生活！

如今，随着几周社会实践的结束，我在这次的工作中也收获了很多的经验和体会，且还为自己的赚到了下学期的一些经费！现对我这次的社会实践心得做如下记录：

对我而言，商场的环境也算是比较熟悉的地方了，毕竟经常来这里买东西，在作为一名顾客的时候，我在这里非常的放松，也不会有任何的不自在。但如今，当身份一改，我从一名顾客变成了一名工作者。这里环境给我带来的影响瞬间就变的不一样了！

促销员，意味着要主动将自己变成商场的焦点，用自己的言语和行动来吸引顾客的注意力。而对于一直生活在学校的我来说，虽然也不是没上过台，但当要真正主动吸引顾客注意的时候，心中还是难免放不开，而且还会觉得禁止。

但好在我也已经做了自己的准备，既然已经踏上了这一步，就必须去完成的准备！当我终于拿起麦克风喊出宣传语的时候，我感到四周顾客的目光都聚集了过来，但我没有停止，继续勉强自己喊完这段话。但很快，这种不适应的感觉消失了，原来是我在不知不觉中，已经融入到了整个商场的环境当中！

作为一名促销员，在经历了环境的适应之后，我也继续开始积极的自我改变。但这次的目标却恰



恰相反，放开了胆子的我在思想上已经彻底改变，我不仅要大声的宣传，更要聚集周围顾客的目光，提高促销的成绩！

在工作期间，我积极的改进着自己的工作方式，通过热情的推荐和努力，我遇上了很多的顾客，不断的与他人的沟通，也让我收获了更多的经验！

期间，我还利用空余实践与身边的同事们进行了讨论和学习，不仅通过改进提高了工作的效率，还收获了很多新的经验和知识！

在这次的社会实践中，我通过促销这一活动，深刻的接触到了工作、生活、社会，并通过工作期间的经历，强化了我的沟通能力，个人胆量。以及思想态度。

这些，都是在工作中的中必不可少的经验和能力，也是我在今后的学习和工作中最主要的个人目标。今后，我会更加完善自己，提高个人的能力，取得更大的成长！

大学生对社会实践的心得体会 大学生社会实践的心得体会800字篇五

这是我迈入大学校园的第一个暑假，一年的法律专业的学习为我打开了一扇通向法律殿堂之门，但对我们这些还生活在象牙塔里的大学生来说还是既神秘又好奇。而今年暑假我有幸来到家乡xx市xx区民一庭实习，在近一个月的实践过程中，让我深深感到作为一名法官是多么令人骄傲。在这里我不仅找到学术理论体现和验证，更找到了一种神圣的使命感。

进大学校门，就接受了这份新鲜而有挑战性的社会实践—活动，感觉到很能锻炼自己的能力和增强自己的勇气，毕竟已经—开始尝试着用天真的思想去触摸这个社会。尽管有些思想和观点—还比较稚嫩和单纯，但毕竟已经迈出了第一步。

进实习后，我虚心地向法官们学习，并与他们建立了一良好的关系，积累了一些社会经验，这是在学校和课本上学不到—的，让我终生受益。与此同时，我也看了许多实际案例和一些专—业书籍与杂志，让我初步地进入了角色。

一开始实习的时候，我就旁听了庭审，了解到法庭审判的—大致流程；通过整理卷宗、翻阅案例、合议庭笔录—等都让我逐渐熟悉了—的实务操作。通过实习，让我了解了本—专业在实际中的应用，将理论用于实践中，这样才能使我今后更—好地掌握基础理论知识，加深对本行业的了解，为以后的学习和—工作打下较好的基础。不久我还很幸运的有机会同法官去xx监狱处理一起离婚案的调解，第一次走进高墙之内，仅仅一道铁栏之隔，却是两个不同的世界，看着他们眺望远方的眼神，那是一群向往自由的灵魂。

而实习中整理卷宗是我们一项很重要的工作，这个是我在以前的学习中没有接触过的，—鉴于卷宗将成为永久性的档案，在整理前我都问得很仔细，然后—做得很认真，整理完后觉得自己很有成就感。尽管做的事情都—比较微小、繁杂，而且第一次上手，但每一件看似平凡琐碎的小—事都蕴藏着丰富而深刻的学问，特别对于法律这门彰显公平与正—义的学科，每一个细微的环节都事关当事人的切身利益，因此我—在处理每个细节时都抱着“处处小心，时时留意”的态度，虚心—地向法官们请教，他们也不厌其烦地对我进行传帮带，使我从中—受益匪浅，同时我也深深地明白了作为一名法律人身上所肩负的—崇高使命与社会责任，我为将来能成为其中的一员而感到无比地—骄傲和自豪，但更感到重任在肩，任重而道远。



旁听庭审也是一个学习的好方法，庄严的国徽下，现实中并非我们想象的那样严肃，因为民一庭处理的很多案件是婚姻家庭案，而当事人也基本上是第一次参与庭审，有时双方会激烈的争吵，这时总要法官一遍遍讲述法庭纪律。甚至有当事人因为不肯离婚差点在庭上服药自杀。而法官就必须马上控制局面，安抚当事人。

我深刻地体会到：法律是一门实践性很强的学科，它仅有基本的专业知识是远远不够的，它更需要——的是实务操作、办案经验和社会阅历，作一名法官不仅需要有独一立的法律人格，更需要有崇高的法律素养。作为刚跨入法律的新人，我们有、有干劲，但是我们在拥有这些年轻财一富的同时，缺乏经验与理性是我们的致命弱点，我们有时对于案一件的庭审容易受到外界的干扰，有时过于感性和头脑发热，甚至——会因为当事人情绪的波动而产生恻隐之心，这些都是我们在法律——职业化的过程中需要克服与避免的。我们还需要一个冷静的头脑和一颗正直的心，我们的心中——必须时时都有一杆天平，公平与正义是我们不可推卸的责任，也——是我们永远的精神目标和价值追求！

有人说民一庭处理的都是一些鸡毛蒜皮的小案子，每天都是家长里短的。而且人少案子多，可我看到的是民一庭的法官们任劳任怨的敬业和实干精神，他们常说关乎百姓的事就无小事。法律追求正义，有些人一辈子也就进这么一次，我们需要做的就是让他们尽量的感受到法律是公平的，是他们权益的捍卫者。只有这样这种法制的观念才会不断地传播下去。

大学生对社会实践的心得体会 大学生社会实践的心得体会800字篇六

20xx年7月17日到19日，政法系社会实践队在团总支书记、辅导员的带领下，开始了为期3天的社会实践社区之行。

团队成员先后来到xx、xxxx、xx小区等多地进行发放社会主义核心价值观和法律常识宣传单页、设立咨询台，对国家政策与法律法规进行宣讲；在中海表演了话剧《团圆中国梦》，阐述了社会主义核心价值观的内涵，在各个小区举办了模拟开庭，向社区人员介绍了生活中的法律常识，如何用法律知识维护自己的合法权益，队员们结合自己的专业知识向前来咨询的人员做出详细的讲解。

活动结束后，实践队员们纷纷表示此次暑期社会实践成果丰富，受益良多。他们一致认为大学生仅仅学习书本知识远远不够，还必须将实践与所学专业结合起来。而此次暑期社会实践就为大家提供了很好的平台，同学们用自己的努力和形式新颖的活动更好的认识了自己、更深入地了解了社会，思想上也更近了一步。

赴xx社区暑期社会实践工作圆满结束。在这最后一天的社会实践里，同学们帮助xx社区物业清除三个区的路边野草、打扫物业办公室卫生、看望孤寡老人。虽然每个人都是大汗淋漓，但望着干净舒适的社区环境，大家都颇有成就感。xx社区物业管理人员对我系社会实践小组的同学们的工作进行了充分的肯定和表扬。

一周的社会实践虽然时间不长，但xx社区实践小组的同学们学到很多东西。他们摆脱了以往佼佼者的身影，跟伙伴们携手整理图书；懂得了团结合作，跟伙伴们清洁打扫；学会了不怕吃苦，跟伙伴们一起慰问老人，一起感动这是社会实践带给同学们的成长礼物。经过前期材料准备，出征动员和活动宣传，“熏陶历史文化，寻根美丽中国”暑期社会实践团队开始了对历史文化保护的实地调研与实践。

本次实践团队将实地考察的第一站选在了坐落于xx市xx镇的杜受田故居，团队成员将在这里追寻名士生活足迹，获得文化熏陶。队员们首先来到故居旅游服务处与工作人员进行交流沟通，向他们说明了此行的目的，并对故居中历史文物保护现状展开调研咨询。之后，在这个典型的具有明清时代鲁北建筑风貌的院落中，实践团队实地考察了这个“一门十二进士”、“父子五翰林”的官宦世家的生活足迹，充分感受到了它的文化底蕴和氛围。团队在进行社会公益活动服务的同时还向景区游客发放宣传册与调查问卷，对游客宣传保护历史文物的重要性和必要性，获得了广大游客的支持。

经过队员们的不懈努力与热心的服务，对杜受田故居的实地调研与考察圆满结束，通过追随古人足迹的方法，深刻领悟了本次“熏陶历史文化，寻根美丽中国”活动的核心内容，日后将以更多方式继续开展历史文化保护实践。

至此，我系20xx年暑期社会实践赴xx社区服务工作圆满落幕，同时祝愿所有参加社会实践的同学们在今后的学习、生活和工作中都秉承本次社会实践工作的宗旨，尽自己的努力，做更好的自己。

### 大学生对社会实践的心得体会 大学生社会实践的心得体会800字篇七

大学生社会实践活动是高校人才培养目标的有效途径，是推进大学生“素质拓展计划”的重要举措。作为大一生活学习的总结，我也参加了社会实践活动。得到了实践单位领导的赞誉，而且在实践活动中拓展了自身的综合素质，增了知识，长了才干。

很快的，假期又过来了，面对最后一年的校园生活，想着刚刚过去的最后一个假期，紧张沉默之后更多的是感慨，印在脑海里的每一个足迹都是那么的深，真的说不出是什么感觉，伴着时间，就像是在和自己的影子赛跑，不可能从真实的两面去看清它，只是经意不经意的感受着有种东西在过去，也许更适合的只有那句话：时不待我，怎可驻足

xx工人日报的新闻中心最大的特点就是一般没什么人在办公室，以至于我过了很长一段时间才在办公室见过每个人。他们一般都在外面跑新闻，只有赶稿的时候才会出现在办公室，或者说，只是来交稿的时候出现在报社。跟着“来无影，去无踪”的老师们学习，确实有点难度。

每天上班，办公室是我开门，总是要等很久才有记者来上班。初来的几天，个人简历我每天第一个去，坐着看半天报纸，然后上网找料，经常找不到新闻线索，我心里很着急，几乎都是老师给我一个电话，联系一下，就开始出去或者电话采访。很多时候我不知道该怎么办，彷徨。

#### 1、高温系列采访

才来了一天，也还不认识什么老师，带我的老师又常年不在办公室。史老看我们有点小空，于是，让我和另外一个实践生去外面采访一下高温下的务工人员。我们在九莲社区门口发现了一个缝衣服的阿姨和两兄弟的修鞋铺。一翻生疏的招呼后，就开始和他们聊了起来，虽然他们都不愿意多讲，更不愿意我们把他们写到报纸上去，但最后也勉强地了解到了我们需要的信息。回来努力写稿，直到下午一点多才记得还没吃饭。

#### 2、稿件不能发

夏老师常跟我说：“自己去找找有什么好写的，然后发到我邮箱。”由于我还没有自己的消息网，所以，我经常去论坛找还没被发掘过的消息。突然被我发现了有关移动集团彩铃的帖子——“

我的彩铃都被和谐了！”心想着终于找到可写的了，于是我打电话去了移动的人工服务台，以业务为由取得了一些信息，也写了一篇稿子，心里很喜。第二天，夏老师就来办公室说这篇稿子不能发，因为报社的领导和移动的老板关系很好。这样的理由我很无语，不得不接受，也算是一种体会。

### 3、电话采访

电话采访是采访中经常会用到的，而最经常用的号码就是114查询台。在这期间，我电话采访过游泳池的水质检查、救救白血病小孩和康师傅“自来水事件”。电话采访最容易吃闭门羹，打过去不接或者告诉你应该找哪个部门，采用迂回战术是常常碰见的。“康师傅”的事件我不知道打了多少电话去各个公司，比如统一，都只有“嘟嘟”的声音，看来还是要平衡下自己的情绪。

### 4、实践生出差

据说，我们报社实践生是不能出差的，而我却偷偷地去了，还是代表整个报社，说来心里也挺慌的。我们报社和杭州电台、电视台联合主办了一个“和谐中秋”的活动，主要是在全省评选最感动的外来务工人员。夏老师突然有事，我战战兢兢地一个人去了，什么都不知道的小菜鸟，就这样跟着他们一行人去了台州和温州，跟着采访了三个人，一切还算顺利。这种处在初级阶段的人，还是在旁边多学习老师们才是对的。

经过这四个星期的社会实践，我学到了很多的东西，一些在课本中无法学到的东西。怎么跟不同的人相处，怎么跟不同身份的人说话，怎样处理突发的状况。还有一些是我将要学的知识，比如摄影和新闻写作，这些我都在实践中提早得到了锻炼。社会实践是验证实力的“试金石”。走出校门融入社会的大舞台，我才真正体验到自身知识的欠缺，能力的有限。任何理论知识只有与实践密切结合，才能真正发挥它的价值。行不行，实践中看！

通过实践，我在各个岗位上都得到了锻炼，并且对于如何将理论与心得体会实践相结合有了新的体会。

1、做记者，深入到工作第一线采访，锻炼了自己与人交往沟通的能力，并对采访的准备、技巧和总结整理问题的能力有了提高，学习借鉴他人、分析内外因素、克服内外矛盾。

2、接触不同的人，和不同的人打交道，上至报社社长、主任下至普通记者、编辑员、广告员，形形色色，各具特点，同时也培养了我对不同事情的独特观察，锻炼了我独立思考的能力，为以后的学习打下了有益的基础。

3、加班撰写稿件，不仅锻炼了我的写作能力，还让我学会了如何才能提高工作效率，如何准确地抓住新闻点。

4、经过报社老师们的言传身教，我懂得了做工作首先要热爱这项工作，只有热爱了才能干好这项工作，还懂得

了处世之道“害人之心不可有，防人之心不可无”。

5、在思想认识上的提高。从报社老师们身上不仅学到了业务知识，更重要的是学到了他们身上那种吃苦耐劳，不怕困难的奉献精神。记者编辑们的敬业精神和职业道德。



要拓展自己的知识面，使自己的知识系统化。新闻需要接触社会的方方面面，光有书本知识是远远不够的。要求自己在以后的学习中多想，多读，多学。要求自己的写作水平一定要过硬。

在实践中不断对自己所学的知识进行更新，进行补充。

## 大学生对社会实践的心得体会 大学生社会实践的心得体会800字篇八

大学的时光已走过了三分之二，即将奔上大三的自己，对于未来的工作规划还没有清晰的思路，面对毕业后工作问题的压力，成为压在心口的一块大石。了解自身，认清社会，感受工作，发现自我，才能更清楚地认识未来的道路。利用假期空挡在社会中尝试和社会实践，无疑是最好的选择。

今年的暑假已是我在中国人民财产保险公司(picc)里度过，我先后在picc财务部，档案室工作过。很庆幸每个假期来到公司都可以在不同的岗位锻炼，让我对自己有一个更充分的认识。这次也不例外，我先被分配到销售管理部，一周后，工作调动，我被派往车行业务部。picc作为一家制度规范，结构完整的成熟国企公司，每一天朝八晚六的办公室生活，显得单调和枯燥，很容易把年轻人充满拼搏的激情消磨殆尽。流水线式的工作程序，可以看出公司运行中的严谨和细致，但对于充满自主的人来说并不完全是一件好事。缺乏工作弹性的工作会让人失去创造力，这是我第一个感受。

我先在销售管理部中工作，在这个部门中让我见识到公司业务人员分派，业务人员培训、考核，绩效评分等与人力资源息息相关的工作内容让我获益良多。也让我见识到一家成熟企业中如同一部精密的仪器，里面每一个零件紧密相扣，任何一个环节脱线，都会影响到其他部分的运作，可谓是牵一发而动全身。这是我第二个感受。虽然只是短短的一周，我就被调往车行业务部，未能更深入地了解销售部的工作，颇有遗憾。

新位置，新挑战，带着这样心情来到新岗位。所负责的工作仍然单调繁琐内勤工作，只是在一群时刻面临挑战的业务身边，还是学到不少。每天早上参加部门的例会，由于对部门工作的不熟悉，往往听得一知半解，但对我而言，这个例会更像一堂企业管理和业务培训课程。部门经理是一位拥有很强烈企业归属感、自主思考的人，往往在工作安排表露无遗。我在私下将他戏称为“老油条”。

“老”：工作经验老道，遇事冷静；

“油”：待人接物，油滑圆润；

“条”：规划决策，条理清晰，不失进退。

在这么一个“老油条”手下工作，能学习到的经验亦非一星半点可以形容的，我在这里进行一个归纳：

- 1、企业注重员工的执行力，把自己的本职工作保质保量的完成。三流的创意拥有一流的执行力，也可以绽放惊人胡效果。
- 2、对于一个萝卜，一个坑的企业制度，每个人都必须精通自己的工作，并熟悉了解整套工作流程，便于自己在工作中提高效率。

- 3、充分利用上班时间完成工作，不拖拉，是良好的习惯。
- 4、学会自己思考发现工作问题，解决问题，才能更进一步的提升。
- 5、市场即战场，时刻留意信息的变更，做好应变准备。
- 6、勇于承担工作，接受挑战，锻炼自己。

即将走上社会，我必须对自己的未来负责任。年轻是资本，但不是肆意挥霍的本钱。头脑中拥有主动学习，谨慎思考的态度，保持一直前进的步调，因为未来需要自己去拼搏。

#### 大学生对社会实践的心得体会 大学生社会实践的心得体会800字篇九

这个暑假，我参加了黄江镇20xx年大学生社会实践的活动。时间飞逝，很快，一个月的社会实践活动就结束了。在这一个月里，我学到了很多的东西。在许多方面也有所提高，例如，在交际本事上，我比以前开朗了，更加主动的去认识朋友，跟同学们聊天等等。在这一个月里，镇政府组织了很多活动。例如，组内交流活动，由各小组组织一个内部活动；大学生志愿服务活动；社会调查活动；兴趣培训活动；第一桶金活动。

组内交流活动中，我们“三黄组”组织了一次打羽毛球的交流活动。我们组织组员一齐去打羽毛球，促进各组员的感情。在活动中，我们有说有笑，玩得不亦乐乎！玩累了，我们就一齐去麦当劳填饱肚子。在其中，我们各自说说在大学里的生活，对大学学习的看法，交流交流一下我们的经验。这次的组内交流活动，使我的交际网扩大了不少，认识了很多同学。

之后，7月25号这天，我们进行大学生志愿服务活动。那天，我张文乐，陈勇同学和志愿者黄先生去探望孤寡老人张老人。据张老人说，他5岁的时候就盲了，此刻已经86岁了。能够想象他这81年的不见天日的生活有多么的困难，有多么的艰难。那时，我觉得张老人真的挺可怜的。他住的屋子很残破，很旧。我想为他做点什么，可是，我又不明白我能够做些什么。我真的真的不明白。我也只能在那里和他聊天，说说话，为他的生活增添一点色彩。我听黄先生说，政府每个月都会组织一些志愿者来探望这些孤寡老人。的确，他们最需要的就是社会的帮忙。我由衷的期望，随着社会经济的发展，我们能够为这些孤寡老人做更多更多的东西，使他们都能够过上幸福的生活！

在兴趣培训活动中，我参加了交谊舞培训班。因为培训班里，我们男生比女生还多，所以，我们的舞蹈教师何教师就交我们跳叉叉舞。虽然，我们仅有三天的学习时间，可是，我们每一个人都十分认真的学习。我明白，我们参加了这次活动的学生都对舞蹈有必须兴趣。在这短暂的三天里，我们学习到了如何和别人更好的配合，更加增添了我们男女同学彼此之间的认识。从中，我也变得不再那么的羞涩，能主动的邀请女同学一齐练习舞蹈。

在社会调查活动中，我觉得这是我们比较辛苦的一次活动了。在这活动的几天里，我们在我们住的三条村的工厂里和到镇上的一些企业里询问。因为，我们的主题是有关企业等单位使用什么样的人才。在活动中，我们当然会遇到一些困难。例如，企业领导并不想见我们，或者只跟我们聊了几句就走了等等的问题。可是，我们并没有气馁，因为这是考验我们本事的时候。我们也只能继续坚持。最终，我们最终完成了我们的调查活动。虽然，我们在社会调查汇报会里面，发现我们的调查工作和其他组还有必须的距离，有必须的不足，可是，我们并没有灰心丧气。因为，我们从中学到了很多东西。无论在勇气方面，吃苦耐劳方面，还是在应变本事方面，我们都有了必

须的提高。所以，我们是获益不浅的。

最终，我们进行最终的一个活动——第一桶金。第一桶金，为期10天，在这10天里，我们各组成员都发挥出了自我应有的水平。我们卖的东西都得到了广大人民的一致好评。为什么这么说了？因为他们都光顾了我们的每一个摊位。并且还不只一次了。这次活动，是我们这次社会实践活动中最辛苦的一次活动了，为期10天，午时早早的就在公园正门摆好摊。应对着炎热的太阳，热得满身大汗。

更多 范文 请访问 [https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/91\\_0.html](https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/91_0.html)

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发