# 最新大一寒假打工社会实践心得体会通用(三篇)

来源：网络 作者：天地有情 更新时间：2024-06-23

*最新大一寒假打工社会实践心得体会通用一亲爱的宝宝，你能亲身体验洗碗的艰辛，并能联想到奶奶“洗碗很累”，萌想\"我要帮奶奶洗碗\"的想法，充满爱心!学校布置假期作业时能把体验生活、感受真爱的现实任务作为假期作业之一，让广大家长看到了学校教育思想的...*

**最新大一寒假打工社会实践心得体会通用一**

亲爱的宝宝，你能亲身体验洗碗的艰辛，并能联想到奶奶“洗碗很累”，萌想\"我要帮奶奶洗碗\"的想法，充满爱心!学校布置假期作业时能把体验生活、感受真爱的现实任务作为假期作业之一，让广大家长看到了学校教育思想的变化，看到了幼儿园教育观念的创新与升华。如果有更多象解放路幼儿园一样重视培养儿童非智力因素的学校，则中国的教育迎来了光明!儿童有幸!家长有幸!

外婆常常疑惑的问妈妈：“这个儿童是不是不会哭啊?”的确，你将欢乐撒满了整个家。每天醒来你所做的第一件事情就是微笑着喊一声妈妈，阳光般的笑脸和带着奶味的童声快把妈妈的心都熔化了。下班回家，你会唱着我的好妈妈扑进我的怀抱，用分不清t和d的口音给念儿歌，讲故事，断断续续的弹你刚刚学会的欢迎曲。

宝贝，你最喜欢用常挂在嘴边的歌唱到：“我一天天长大你一天天老，世界也变得更辽阔，从今往后让我牵你带你走，妈妈是我的宝贝”。对一个小班的儿童而言，他一定无法确切理解孝的含义，但他已经感受到了自己作为妈妈的宝贝所享受到的爱，也慢慢实践着将妈妈视作宝贝所要承担的那份责任。

宝贝你是一个活泼可爱的小女孩，你不知道什么是忧，什么是愁，就像电视剧《还珠格格》中的小燕子一样。听老师讲你在学校表现的非常好，时常看到你在操场上蹦蹦跳跳的身影，欢乐的笑脸，更看到你关心集体时认真的态度，专注的神情。老师们都说，你上课回答问题时声音真响亮;小朋友们都说你每天到校最早。妈妈希望你能有更多的好朋友，你这么聪明，妈妈相信你一定能做到，对吗?十分感谢老师们对儿童的无私教育!

你是个好学、懂事的小女孩。很有礼貌。尊敬长辈。你的小手很能干，会描绘出美丽的图画，你的学习习惯非常好，舞姿很优美，这学期，你的动手能力有了较大地提高。进餐习惯也很好，从不挑食，午睡也进步了，还能认真的帮妈妈做一些家务活，真的很棒!希望你大一岁后，能继续发扬自己的优点，再接再厉，更上一层楼!

因为平时我们工作都比较忙，缺少了带走进大自然的机会，对于许多的课外知识缺少了与昊男之间的更多的交流与语言培养。儿童升入大班后，学到了许多的知识，开阔了儿童的思想。在家中经常会说一些大人有些惊讶的话。比如：空气污染太厉害了要多坐公交车;月亮上的嫦娥;黄豆要怎样才能发芽;八国联军;地球不久就没有煤矿了等等这样的话题。知识学的多了，问的问题也经常难倒我们。希望以后能够大胆的多与老师和小朋友们互相交流，提问。能够更全面、更多、更大胆的想像、探索这奇妙的世界!

每一个父母心中都会有“望子成龙、望女成凤”的梦想，但我们的心中更会有儿女长伴左右、承欢膝下的期盼。伴着儿童慢慢长大，将自己的无私付出内化成儿童的反哺之情一定是生活最大的快乐。进入幼儿园进入自己小小的社会，在老师的引导下，儿子渐渐有了爱父母、爱他人、爱生活的意识，小小男子汉的一举一动常常带给我们许多欢乐和感动。

虽然你还不懂得家务的烦琐，但是你看得见爸爸妈妈忙碌的身影。一旦看到大人拿起拖把扫帚，你会自觉的拿起小拖把、小抹布，这里拖拖，那里擦擦，和妈妈比比谁把我们的家打扫的更漂亮，一边还开心的分享劳动的喜悦，骄傲的说“我是勤劳的小帮手，哪里脏了擦哪里”。帮奶奶洗手帕、切黄瓜、叠被子都是你乐衷的事情。玩的满地都是的玩具在妈妈下令玩具要回家时你立马就会收拾的干干净净。爸爸下班累了的时候，你会利索的跳上沙发，捏一捏揉一揉，攥起小拳头敲一敲，再献上甜甜的吻，爸爸立马会充满能量的从沙发上弹起。

无论是在超市买东西还是你用橡皮泥煮出来的菜，你都会给长辈留一份。就在最近一次的家长开放日上，老师为了让小朋友们知道如何管住自己的嘴巴，不多吃零食，每人发了一粒巧克力豆，只有忍住不吃的儿童才能再得到一粒。你管住了自己心中那只呼之欲出的馋小鸟，得到了四粒巧克力豆。当老师说小朋友们可以一起吃掉的时候，你看看手里已经开始融化的巧克力，转身塞了两粒到妈妈的嘴里。妈妈吃到了比巧克力更加甜的味道。还有一次妈妈给你洗小脚丫的时候，你搂着妈妈的脖子说，以后我也会给妈妈洗脚的。

**最新大一寒假打工社会实践心得体会通用二**

从实践中走来，带不回任何精湛的技术，但带回了也许是一生中最宝贵、最值得珍惜的收获。很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书；而已在社会的人都宁愿回校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务。

作为一名大一学生，抱着贴近社会，服务社会的愿望，参加了大学生社会实践。希望在进入社会之前，积累多点社会经验，提早与社会来个零距离接触，学习如何与人沟通，如何与人交流，如何与人合作等等。经过重重考验，终于成为实践小组中的一员。相信任何的工作都能给带来课本上无法得到的知识，所以在工作中多听多学多做，按时超量的完成任务。也在工作中学会了许多大到铲车等机械的工作，小到水准仪的使用。在这期间所做虽无大事，但从点滴做起，所获亦非浅。

实践中，我认识了不少领导。领导们是那样的和蔼、亲切，对我的到来也表示了热烈欢迎开始时的紧张顿时荡然无存，想像中严肃的领导给了一个全新的认识。当天，我就由项目部管的技术人员（x叔叔）奔走于工地了。并即刻开始了步入社会的第一天工作，并从认识图纸开始。

由于是第一次工作，难免会有许多的不适应之处，因此也总会出现一些小错误，但我认真学习，有不懂的地方就问，随着经验的不断积累，错误的逐渐减少，工作效率不断提高。这一点不但充分的体现了“磨刀不误砍柴工”的道理，从刚到工地时他就跟我说，“好好学，争取几天之后独立作业。”当时我就下定决心，一定努力学习！不负他人重望。

我所在工地现阶段的任务是雨水井和污水井的建造与施工！由于是在第一现场里面工作，一有时间，便在工地里到处观看，时常抢过吴叔手里的图纸自己钻研，看现场工人他们在做什么，从开始如何使用铁钳，如何使用撬棒，如何使用镐一直到后来如何开铲车、碾子等机械！在施工期间真的忙的焦头烂额，紧张的学习将枯燥乏味的生活带来很多乐趣！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技术和社会所淘汰。

刚开始接到验槽任务的时候，在吴叔的指导下，独立利用水准仪通过附近留点检查了槽底的绝对高程，并与图纸对比，所有数据均在误差范围之内！刚开始到达工作地点时候，令我感悟的就是项目部这种分工明确、敬业爱岗的精神，和那种兢兢业业的工作态度深深教育了我，处在这样一种工作环境使我深受感染，让我明白到工作就是要这个样子，这个对以后无论在哪个岗位上工作都是受益不浅的。深深的感觉到自己在单位里所学到的东西和在学校所学的理论有一定的差别，所以领悟到：要想在日后工作生涯上有所发展，就必须理论和实践必须紧密结合，使自己的知识在实践中得到增长，必须在实践中培养自己各方面的能力。

工作中几位前辈对我十分关心，手把手的为我解答疑难，见我任务多时就主动为我减轻工作量。但自然带来了我无事可做，为了不拖后腿，我必须要争取前辈和用人单位的信任，每当碰到工作的机会，便积极主动承担。那是不是打肿脸充胖子呢？不是的，那样带来的只会是反效果。在承担前先充分判断自己能用最少的时间做出的效果，当你独立完成一项任务后你的道路就算打开了！那是否就以这种稳定的工作方式结束你的实践呢？认为应当在实践中检验自身的实际工作能力的化程度，所以开始接受一些有挑战性的任务，如独自带人挖收水管沟槽（角度、长度都是根据图纸自测）、独立监管工人一步一步回填等，因为以前没有怎么接触过这样的工作，为了不拖慢工作进度，一遇到问题马上就会向前辈请教，而不像之前那样自己摸索解决的方法。没有舞台就要自己建一个；面对不同的工作就要及时调整工作方法。

在实践中，我认识到以下能力的掌握与熟练对我的工作是非常重要的：

1、测量能力：工地施工避免不了按图纸施工，所以图纸上所有数据都要通过水准仪、全站仪等测量工具来完成，实现施工的准确性、安全性。只有数据精确，才可以保质保量的完成工作！

2、表达能力：有施工的地方避免不了会有监工，不管是什么样的施工，甲方都会选派技术性、工作性、观察性极强的监理人员下工地实地考察！所以我们工作的任务、方式、进程都要清楚的表达给对方，只有用工程的严密性才能让他们那些监理人员哑口无言，所以我们的工作不容许有一点瑕疵！

3、独立认知和分析能力：应该说，很多的要求规定里面都有提及类似的能力，但我认为我们大学生更应该有而且扎实地掌握这种能力。独立的认知能力使你不拘泥于传统，这是个讲求效率，讲求实际的时代，有独立认知能力或许会给你带来创新的灵感和机遇。当然，这并不是说偏激，摆酷。独立分析能力自己认为也相当重要，特别是在某些大是大非面前，更应该审时度势，准确判断，坚持立场，否则很容易走弯路，走偏路。

在工作中，还认识到自己有许多不足之处，例如主动性不够，沟动意识有待提高，以后，一定会不断提高自己，因为知道，只有沟通，才能相互了解、相互认识；只有沟通，才能在实践中不断提高。比如说，技术人员与工人之间交流过少，工人在遇到技术性问题时由于不好意思问就按自己的意思办，这样的话工作质量就会出现问题，所以技术人员要时常跟工人讲讲每个任务的技术要领，因为工作中的得与失只有通过交流、沟通，相互学习、参考，才能避免走弯路，才能真正达到共同提高的目的。

同时，也会继续坚持创新理念，创新是源动力，有创新才有发展。创新能为你的工作增加筹码。比如说，在工作中能做到不循常规，以一种创新的形式去完成工作，这不但能为工作赢得时间，提高工作效率，而且还能赢得领导或同事的肯定和表扬。还比如说，在讨论一个课题或者在写一份调研报告的时候，如果能用独特的思维提出新的思路、新的观点、新的方法，这对的个人发展非常有利。

在短短一个月时间中付出了自己的汗水收获了课本上学不到的知识。完成了自己“贴近社会，服务社会”的愿望，永远不会忘记与前辈们一起走过的短暂而充实的日子，谢谢你们的照顾和批评！而且我要郑重的感谢一直指导我的吴树栋叔叔，是你带我在施工上从陌生到熟悉，并且可以独立作业！

只怪时间太短暂了，们只能走马观花似地去接触和吸收新事物，但我通过实践也学到了很书本上没有的知识，既增长了见识，开阔了视野，又增长了实践操作能力、丰富了生活阅历，这将是我走向社会的一笔最为宝贵的财富，同时通过社会实践活动，从根本上解决了我们学生一些思想认识问题，促进了自身世界观的转变，通过到了一公司这个项目部的温暖，受到了教育和鼓舞，增强了民族自信心和自豪感，坚定了走社会主义道路的信念。更为自己日后就业指明了方向，对自己的社会定位和自身价值进行了一次客观评价，发现自己与现实之间的差距。

有句许说得好：实践出真知。作为一名大学生，要想成为21世纪的一名合格人才，必须跨出校门，走向社会，把自己所学的理论知识应用于实践，从实践中不断分析、总结，从而提高自身解决问题的能力。走向社会，参加实践，可以帮助我们摆正自己的位置：不盲目自大，也不过分自卑。参加社会实践，对我们树立正确的人生观、世界观、价值观有着很大的帮助，对我们的事业心、社会责任感也有一定的帮助。

时间总是在不经意间从指尖流逝！为期近回过头来看看这近一个月来的打滚爬摸，觉得自己很幸运可以参加这样一个有意义的活动，很珍惜这机会。同时也深切地感受到“知识无限，能力有限”的涵义。在日后的日子里，会充分发挥自己的能力，展现自，积极向上。

近一个月的实践活动已结束，在工作岗位上留下的是汗水，带走的是知识；在工作期间留下的是快乐，带走的是深厚的友谊。

结束语：通过这次社会的实践，我学会了自立，懂得了团队在工作中的作用，为以后的工作和学习提供了宝贵的经验和教训，我会依次为起点，以后更加勤奋学习，锻炼自己的各方面的能力，努力提高自己的综合实力！

**最新大一寒假打工社会实践心得体会通用三**

寒假期间我并没有将全部的精力用在休息上，而是将自己最多的精力用在参加社会实践中来了，虽然时间只有两个星期，但是两个星期的实习就给了我很大的感受，社会和学校的差别就是很大，从来没有注意到的问题，现在我也已经注意到了，我相信以后我还会做的更好的。

系部名称： 专业：

年级： 班级： 姓名： 学号:

实习单位：超市化妆品柜台

1.实习时间： 年\_\_月01日 至 年\_\_月15日 共 14天

2.实习目的：

身为大一新生，本次实习的目的着重在于体验社会，从而锻炼自己的社会适应力。而且，我从事的是服务行业，从中对我所学的专业也做了一次实质性的体验，学到了与顾客沟通交流的技巧，体验到了找工作的不易以及做工作的艰辛。丰富工作经验的同时自身价值也得到了一定程度的提高。广而言之，了解当前就业形势，熟悉就业环境，使将来的就业规划更明了。

3.实习内容：

09年寒假八月一日至八月十五日，为期两周的时间，我在烟台“家家悦”超市塔山分店的化妆品柜台从事化妆品销售工作。

首先，通过招聘广告我联系到店主，面试后，店主接受了我的实习请求。

实习过程，采取倒班制，每天工作八小时，早晚班轮换制。由于我是新人，起初三天，有一个工作经验丰富的同事和我一起上班，教授我各种推销技巧以及各种注意事项，我在学习的同时，积极主动的熟悉各类化妆品的说明，牢记各项特性。我深信，过硬的专业知识是从事服务业的坚实基础。再者，我便开始模仿同事的表情、语气以及面对问题敏锐的反应和解决问题的有序与从容，这是事故可信赖我们的前提，饱满的热情、满腹的自信、还有一份坚定的勇敢都是成功的诸多法宝。慢慢的，我开始主动上前推销，首先判断顾客的需求，小而言之，就是观察顾客的肤质从而做出准确的判断，哪类护肤品或者化妆品适合其肤质。从而进行推荐，引到其适用，耐心地最大程度的满足顾客需求。从价位、功效、质量及售后全方位服务。起初，我还不好意思主动向顾客推销，一次一次的尝试，不顾及太多所谓的面子，像对待朋友一样真诚的对待每一位顾客，就会自然很多，当然业绩也一步步攀升，同事的三天陪伴使我很快适应了工作。之后的工作也都还是比较顺利的。遇到有特殊要求的顾客，我也能及时采取其他措施维护到自己的柜台和老板。

其次，我发现与同事的相处以及与周边柜台销售员的相处也是我们工作的重要组成部分之一，人与人的相互适应、相互包容、相互理解促成我们良好的人际关系，使我们处在一个和谐的工作环境之中，工作质量自然就稳步上升。如此，不仅利于自己的工作利于他人的工作，更重要的是也有利于店主和顾客，营业额升高，顾客满意度上升。和谐的工作环境要靠我们自己去营造，现在到处充满着竞争，似乎身边少了许多人情味，功利之心人人皆有，但我觉得二者并不完全矛盾，我们应当权衡利弊适度改变一下心态，从而从容的面对当今的就业、从业形势。另外，我还是觉得这次实习时间有限，对于工作还存在很多疑问，例如：顾客的消费心理。我觉得这是很深奥的东西，不是简单的课本知识可以解释的。这必须是我们不断实践不断摸索的，通过丰富的经验，不断总结的。也应给算是一种学问了。更多的东西我还不能体味到，明年寒假我还会继续我的实习旅程。从这次实习结束我就要开始计划以后的实习规划，进而更好的丰富自我。挺高自身素质，做社会需要的有用之人!

4.实践结果及总结体会：

由于是短期工，有没有太多经验，所以我的这次实习是无偿的，很感谢店主给了我这次实习的机会。同样，学校的实习要求也对我起到了督促作用，多方的支持使我有了这样一次圆满的实习经历。通过这次实习，我接触到了一些不同形式的奖惩制度，例如：定量提成制，弹性提成制等等一些制度，这些制度都从不同的方面、不同程度激发我们的工作热情，不得不佩服商人们的智慧。还有，就是销售模式的不同也同样刺激了不同心理的消费者，例如：定量减价制、赠品制、代金券等等，也是很多销售方法，使我大开眼界。另外，在推销商品时，针对同一现象的不同说法，也会对销售结果造成很大影响，例如：对于需要美白产品的顾客，若是说“美白产品比较适合您”，对方很有可能只是听听你的意见而已，但若是说“您的皮肤保养的很好，如果用一下美白类的产品效果就更棒了，而且现在也是优惠期间有赠品的。”(赠品由我们自行赠予)。迎合顾客的心理是很关键的，也这恰恰能映射出一个优秀销售员的专业能力及专业素质。我们依然要不断摸索，即使是有丰富经验的“老”销售员，不断的学习才是不断进步的捷径。

这次实习是在销售这方面的服务业，同样，对于我将要从事的旅游类、酒店类服务业，大多数经验也是适用的。这次实习是我走出了自我封闭的世界，敢于接触更多新事物和形形色色的社会人，一步一步成熟，一点一点不再畏惧，不仅是长大而是一种成熟。这次实习，是我看到了社会的复杂，了解到为事的不易，更加坚定了我为自己的目标不断努力奋斗的决心与信心。我充分意识到只有不断充实自己，才能有强大的竞争力，是自己的能力立于他人之上，成为同行者中的佼佼者，亦是就业大潮中的宠儿。我会继续努力!努力实现自身价值的同时，将自己塑造成当代人才!

社会需要更多的人才来支撑，我作为一名大学生，毕业走上社会之后，就必须为社会的发展做出应有的贡献，这是毋庸置疑的。不断的前进中，我还是有着更多的认识，努力，继续努力下去，才是最重要的。相信随着时间的不断的推移，我还可以做的更好。努力不断的前进，我就可以做的更好!

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