# 大一学生寒假社会实践心得体会(15篇)

来源：网络 作者：落花无言 更新时间：2024-06-29

*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。那么心得体会怎么写才恰当呢？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。大一学生寒假社会实践心得体会篇一首先，我觉得在学校...*

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。那么心得体会怎么写才恰当呢？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。

**大一学生寒假社会实践心得体会篇一**

首先，我觉得在学校和单位的很大一个不同就是进入社会以后必须要有很强的责任心.在工作岗位上，我们必须要有强烈的责任感，要对自己的岗位负责，要对自己办理的业务负责.如果没有完成当天应该完成的工作，那职员必须得加班。如果不小心出现了错误，也必须负责纠正。

其次，我觉得工作后每个人都必须要坚守自己的职业道德和努力提高自己的职业素养，正所谓做一行就要懂一行的行规.在这一点上我从实习单位同事那里深有体会.比如，有的事务办理需要工作证件，虽然对方可能是自己认识的人，他们也会要求对方出示证件，而当对方有所微词时，他们也总是耐心的解释为什么必须得这么做.现在商业企业已经纳入正规化管理，所以职员的工作态度问题尤为重要，这点我有亲身感受.

最后，我觉得到了实际工作中以后，学历并不显得最重要，主要看的是个人的业务能力和交际能力.任何工作，做得时间久了是谁都会做的，在实际工作中动手能力更重要.

因此，我体会到，如果将我们在大学里所学的知识与更多的实践结合在一起，用实践来检验真理，使我们具备较强的处理基本实务的能力与比较系统的专业知识，这才是我们实习的真正目的.

很感谢实习单位给我这个这么好的实习机会，让我学习很多、成长很多、收获很多。

**大一学生寒假社会实践心得体会篇二**

\"纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。\"经历社会实践主要是让自己更进一步的了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性。想通过社会实践找出自己的不足和差距所在。以及锻炼自己的口才和人际交往能力。

来到\_\_，我没有想太多，径直走向收银台，询问了店长招聘寒假工的事，由于听朋友说\_\_招人，所以就直接去。也许是一种缘分吧。在\_\_工作的这段时间交到了很多好朋友，并且学会了推销，对于从未从事过的行业我感觉很好奇，每天推销的衣服价位在3000元以上就有奖金。虽然不多，但通过自己的努力换取的，我觉得特别欣慰。

这是我第二次经历社会实践，去年暑假在一个装饰公司当一个小小的业务员，也学到了很多有关装饰方面的知识，对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质，虽然天气严寒，寒风呼啸，我毅然踏上了社会实践的道路，想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会。在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

在现今社会，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题，招聘会上的大字报总写着\"有经验者优先\"，可还在校园里面的我们这班子人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地走入社会，能够适应国内外的经历形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我来到了\_\_，开始了我这个假期的社会实践，实践!就是把我们在学校所学的理论知识运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地，只学不实践，那么所学的就等于零，理论应该与实践相结合的，另一方面，实践可为以后找工作打基础，通过这段时间的实践，学到了一些在学校里学不到的东西，因为环境的不同，接触的人与事不同从中所学到的东西自然就不一样了，要学会在实践中学习，从学习中体会实践。

现如今中国的经济飞速发展，又加入了世贸组织后，国内经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就回越来越高。我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

也许卖衣服和我们学会计的也没有多大关系，但是通过推销衣服可以知道钱的来之不易，可能在卖衣服的过程中会接触形形色色的人，那就得看你的变通能力和语言方面的说服力，这是我们在学校无法学到的，因为接触了社会，人才会有成长。不然老依靠父母给的物质保障那是完全不够的，虽然这次社会实践体验没有持续多久，也只赚了几百块钱，但有的东西是真真切切学到了，所以我认为这次实践很成功，也很值。

在实践的这段时间内，我穿街走户接触各种各样的人和事，这些都是在学校里无法感受到的，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\_\_，不会有人告诉你这些。你必须要知道做什么，要自己去做。而且要尽自己的努力做到最好。

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，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。记得曾经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。

记得曾经老师说过，大学是一个小社会，但我总觉得校园里少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份，接触那些刚刚毕业的学长学姐。他们总是对我说要好好珍惜在学校的时间，在这次实践中，我感受最深的一点是，在学校，千里论的学习很多，而且是多方面的，几乎面面俱到，而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书上的知识一点，都用不上的情况。

实践体会:回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校是学不到的。

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，会使谈话时有时冷场，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，你要听听从、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，而且对自己的能力做出肯定，社会经济缺乏，学历不足等种.种原因会使自己缺乏自信，其实有谁一生下来就什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了，就算没能解决，最起码自己是开心的。

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，头脑就要枯竭接触的导购业，对于我来说很是陌生，要想起工作做好，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，在今后我要更多的挑战社会实践，磨练自己的同时，让自己认识的更多的社会实践，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。

作为广大青年学生接触社会。不了解国情，服务大众的重要形式，对于青年学生接触社会。了解国家情，服务大众的重要形式，对于青年学生的成长，成才有着极为重要的作用。这次假期实践我以\"善用知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富假期生活为宗旨，利用假期参加有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会。

从社会实践中检讨自我。虽然在这段假期我没在我的专业知识点实践，没能在专业能力上有所提升，但是我感觉我懂得太多的书本上没有的东西，假期实践。增强了我的办事能力交往能力。叫我懂得人要打拼出一片属于自己的天空。

**大一学生寒假社会实践心得体会篇三**

寒假的生活总是多姿多彩而又轻松的，我们有着充足的时间去安排各项活动，当然也少不了寒假的社会实践。

在这个寒假里，我们实践小组决定到宾馆实习，学习服务和管理的技能，体验真实的生活。首先，我们来到实习的宾馆，再简单地向经理交代实践的事情后，我们便开始了实习。我们分成了两个小组，第一个小组负责前台登记，账务结算。

第二个小组负责客房的服务和打扫。然而，前台登记并没有我们想象的那么简单。我们先了解了怎样登记，怎样刷房卡，怎样扫描客人的身份证和输入客人的信息并发送到公安局。在简单学习怎样解决一些紧急状况之后，我们开始了实习。不一会儿，来了几个客人，询问了一下房间的价格，我们怀着微笑回答。或许因为我们热情的服务，客人二话不说便决定入住了。在我们登记了旅客的信息后，我们把刷好的房卡递给了客人，并示意微笑。

第一次登记，便让我们几个成员有了成功感。我们继续保持着这份感觉，愉快的奋斗了一个早上。虽然有些辛苦，但汗水见证着我们的劳动，留下了我们辛苦后的痕迹。但下午的工作却没有早上那么顺利，在将近1点半的时候，这一带突然停了电。这个时候正是一天中最热的时间段，很多客人打来了电话。有耐心询问的，当然也有大发牢\*，怒气冲天的。但我们现在是服务生，所以我们平静自己焦躁的情绪后，耐心地为客人解释。

虽然有些客人还是听不进去，但我们可以理解，依然耐心解释着。令人高兴的是半个小时后便来了电，我们也就松了一口气。当我上楼的时候，发现第二小组的成员忙不开交，干的都是累人的体力活，但是这也是一种工作，也要做好。他们首先要认别大小被单，被套，床单，床套。然后学会整理床，包括套被子，放床套，铺床单，套枕头套。还要打扫房间和卫生间，扫地和拖地，换掉用过的毛巾，浴巾，牙刷，牙杯，清洗浴缸等。不时在打扫的过程中，还要给房间的客人送去他们所需要的物品，为不会开门的客人开门。当然，打扫房间的质量要高。他们第一次打扫的时候没仔细，没清理掉墙角的烟灰，客人知道后便向经理反映。他们了解情况后也就吸取了教训，开始仔细认真地打扫，并热情地为客人送物品。

但半天下来，他们便累趴下了（毕竟是第一次做房间的打扫，不时很习惯），但他们在中午休息一下后，又开始清理楼梯了。傍晚时分，经理来到楼下结账，而我们便在一旁看着并学习如何结账。因为这也有助于我们在以后的生活里更好地经营理财，规划等。在接下来的几天里，两个小组都慢慢找到了感觉，慢慢开始熟练。前台登记的成员和客房清理的成员都提高了他们工作的效率和质量，开始默契地配合。例如，在客人退房后，我们总台的服务生会打电话通知打扫，他们打扫完后再通知总台，进\*间清理的登记。当在房间里的客人需要什么时，总台的服务生也会通知他们把东西送到房间。避免了自己运送的时间浪费，也提高了整个经营的运转效率。在快要结束的时候，我们向经理报告了几天的工作情况，房间的入住率。

例如，在周末，节假日的时候往往房间间的入住率会比较高。当然这也会受到一些特殊情况的影响，像台风，停电，停水等等。所以我们认为应该要把握好房间入住率的基本情况，针对现实的情况，实行相应的策略（像在入住率很高的情况下可以稍微提高房价，以增加销售额。在入住率低的情况下，推出一些优惠政策，以吸引更多的客人）。

当然，在一段时间的经营后，可以考虑对房间进行一些装修，（可以参考一些高级宾馆的设施，吸收他们的优点，并结合自己宾馆的状况，改进不足的地方）从而可以大大提高房间的入住率，给客人带来新鲜的感觉，提高旅客的满意度，有利于做“长久生意”。

总而言之，我们不能拘泥于现状，要不断地推陈出新。这样，我们经营的宾馆才不会随着时间的推移而“变老”。同时，我们也要完善经营管理制度，实行奖罚分明的政策。在小的经营范围内形成一个良好的运作机制，从而能使宾馆可持续地，高效，健康的发展。在经营的同时，让自己不断学习经营之道，理财之道，规划之道，投资之道。结合科学理念和现实状况，使我们的工作事业蒸蒸日上！

**大一学生寒假社会实践心得体会篇四**

寒假渐行渐远，在经历了社会实践的磨练，我变得更加成熟、更加自信。我认为社会实践是一笔财富，社会实践是一种动力，社会实践是体味人生的“百味筒”，社会实践是验证自己实力的“试金石”。

社会实践是一笔财富。一分付出，一分收获。有付出就一定有收获。在此次社会实践中我学到了书本上学不到的知识，比如：如何招待顾客，如何介绍自己的产品，如何回答并解决顾客所提的问题，等等。这使我更好的处理同学与室友之间的关系，不仅如此，这还让我开阔了视野，了解了社会，深入了生活。其实社会实践这一过程本身就是一笔财富。

社会实践是一种动力。今年寒假，我在家乡的一家电子厂作焊接工（锡焊）。一方面可能是焊接本身技术含量不高，另一方面是农村劳动力富余，导致价值尤其的低，一件只有九毛五，有200根，要做40~45分钟。在自己工作的过程中，自己亲自体验的过程中，使我深沉的理解了父母为什么屡次叮嘱我要好好学习，为什么每次看到父母他们都是那样的憔悴、那样的疲劳。这不仅不会让我变得悲观，反而只会让我更加自信、更加努力的学习并要学好。

社会实践是体味人生的“百味筒”。它我深刻体味了一下生活的酸甜苦咸。我再次应聘上，虽然通过了，但这次应聘并不像第一次那样的顺利，而是在面临诸次考验中才晋级“决赛”的。第一次我和几位校友顺利通过。是骡子是马，溜溜就知道。在元旦前的周末就挑了几个去实践实践。个人简历打电话叫我去，我因有事没去。结果这些导购们不够格，重新再来。我和xx学院的一位同学处于待定人选，后来与新增的几十号人为三个买场的七个名额竞争。

当时我很是害怕，准备选择退出竞争，因为希望太渺茫，但我对自己说再坚持一下，在结果没出来之前决不能退缩。正如《亮剑》中所说的——狭路相逢勇者胜。最终以敢于表现且表现出色顺利通过。应聘路上的坎坎坷坷，为我以后步入社会将面临的现实作好心理准备，是自己到时候不再彷徨、不再迷茫的小案例。

社会实践是验证实力的“试金石”，是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。在社会实践中，我清楚的看到我所需要学的东西还很多，我要虚心向前辈、同行请教，不断的充实自己、壮大自己。

过去常听人说刚出社会的大学生往往无法适应社会的人际关系，导致生活和工作找不到自我的平衡点，错失不少成功机遇。经过这几次社会实践，让我深刻认识到这一点的确没错。每一次人际的交往事实上都是为我们自己积累人生阅历，可以说没有好的沟通能力，再好的才华也会被埋没在沉寂的阴影下。对工作的热情，对任务的投入态度都决定了我们在前辈眼中被信任的程度。

总之，在这些社会实践中我学会了很多东西，给予了很多启发，但社会实践也只是一个过程，真正的目的是要我们改变思想观念，学会学习，这样才能不断进步，不被社会淘汰，才能为建设祖国、奉献社会作出更大贡献。

**大一学生寒假社会实践心得体会篇五**

提提你——本文将通过分析平遥县旅游产业发展情况，提出相关意见或建议，以社会实践报告的形式展示实践调查的结果。

平遥古城具有2700多年的悠久历史，拥有众多的文物古迹，全县各级重点文物保护单位99处，其中国家级5处，省级14处，市级4处，县级76处。1998年，平遥古城被国务院命名为第二批国家历史文化名城;1997年12月3日，整座古城和古城外的双林寺、镇国寺被联合国教科文组织列入《世界文化遗产名录》，99处重点文物保护单位中，有27处被列入世界文化遗产清单。在2.25平方公里的平遥古城内，古城墙、古民居、古街巷、古店铺、古庙宇等各类建筑保存完好，风貌犹存;以市楼为中心，以南大街为轴线，对称地分布着左城隍、右衙署，左文庙、右武庙，东道观、西寺院的这种古代左文右武的封建礼制格局;古城内主要街道两侧，完好地保存了220多家古店铺;古城内拥有3798处具有保护价值的古民居，其中保存完整的有448处。平遥古城的所有这些特征，为人们展示了一幅中国历史发展中非同寻常的文化、社会、经济、宗教发展的完整画卷，是中国汉民族城市在明清时期的杰出范例。

面对这一丰厚的文化遗产，保护管理的责任非常重大，同时，如何利用好先辈留下的珍贵财富发展好旅游业，也同样具有重大意义。在各级领导、专家学者、新闻媒体以及社会各界的关注和支持下，平遥古城的保护和旅游业的发展走过了一个从自发到自觉、逐渐理性的过程。从1997年申报世界文化遗产成功之后，国家、省、市各级对平遥古城保护和旅游产业的发展给予了高度重视。20xx年，全省调整产业结构“1311”项目中，将平遥古城列入全省旅游业发展的十大旅游景区。20xx年全省旅游产业工作会议上，将平遥古城作为全省旅游产业重点支持发展的两大龙头之一。20xx年晋中市开始实施双百项目，平遥古城旅游业项目和平遥县城市基础设施建设项目连续两年被列入全市双百项目，主要内容有平遥古城旅游综合开发项目，包括8大类46项工程，总投资为4.58亿元;城市集中供热供气项目，总投资2.27亿元;康宁街拓宽及商业开发项目，总投资15000万元;污水处理厂项目，总投资4300万元;平遥古城旅联实业公司文庙开发项目，总投资3200万元;平遥中学新校建设项目，总投资1.3亿元;丽泽苑大酒店新建项目，总投资3100万元。从1997年之后，国家、省、市三级计划部门加大了对平遥发展旅游业以及城市基础设施建设的支持力度，共给予投资8150万元，其中国家4850万元，省2820万元，市480万元。所有这些支持，都对平遥这样一个基础薄弱、财力紧张的地区起到了非常重要的作用。

同时平遥历届县委、政府充分审视分析和深刻认识到“古城存在的唯一性、古城保护的完整性、古城文化的厚重性、古城景点的多样性、古城内部的混合性”这样一些基本特征，积极借鉴国内外成功经验，坚持以人为本的施政观念和经营城市的发展理念，从解决发展过程中体制、机制、资金、技术等方面的问题着手，走出了一条保护与开发并举、建设与管理并重的路子，最终实现了文物保护、旅游发展、城市建设共赢的目标。在短短的几年间，平遥古城以其丰富多彩、古色古香的人文景观，成为国内外游人向往的旅游胜地，旅游产业有力地拉动了县域经济和社会的快速发展。如今的平遥古城，已经成为展示中国汉民族文化的大型博物馆，成为我县经济与社会持续发展的拉动力，成为全省的旅游龙头。20xx年，平遥古城共接待国内外游客63万人，门票收入4800万元，旅游及相关产业综合收入4.3亿元，分别是1998年的20倍、25倍和18倍。分析平遥古城旅游业的发展，大致有这样几个方面:

一、坚持保护为主的原则，全面夯实旅游发展的基础。

平遥县在发展旅游产业的过程，始终遵循“保护为主、抢救第一、合理利用、加强管理”的方针，始终遵循保护文物就是对历史负责、对未来负的思想，始终遵循保护文物就是发展旅游的理念，全方位地加强文物保护工作。

一是实施依法保护。在省、市的高度重视下，1998年11月30日，山西省人大会颁发了《平遥古城保护条例》，这是全国第一个针对历史文化名城和遗产保护的省级立法，这一条例成为平遥县保护古城的法律依据，成为制定县城建设规划、古城保护规划、旅游发展规划和古城保护管理制度的大纲。根据《平遥古城保护条例》，经山西省政府批准，平遥先后出台了《平遥县县城总体规划》和《平遥县历史文化名城保护规划》;20xx年县人大会通过了《传统建筑和历史街区保护的若干规定》和《城市管理行政处罚权集中管理办法》;针对古城内消防设施失天不足的问题，县政府制定出台了《加强文物单位、古城区消防安全管理的规定》和《古城内电气线路改造的方案》。特别是最近以来，以市政府文件上报省政府《平遥古城消防安全隐患问题整改和基础设施建设方案》，得到了省领导的高度重视，张宝顺省长亲自做出批示，梁滨副省长组织召开了专门协调会予以研究解决。所有这些法律、法规、规章、制度和方案的出台，使文物保护工作更具操作性，更加具体化，促进了文物保护法制化进程。近几年来，根据文物保护法律、法规、制度和规定，坚持“修旧如旧、以存其真”的方针，平遥县先后对古城内主要街道两侧的房屋和重点文物保护单位实施了维修，拆除了不协调建筑，有效制止了乱拆乱建和破坏性建设，保护了古城完整的风貌。

二是实施古城内单位和人口搬迁工程。1998年以前，古城内有近5万常驻人口，多数党政机关和企事业单位聚集在古城内，人口密度比上海、北京等大城市高出十几倍，超负荷的人口密度对保护古城、管理城市及发展旅游带来了很大的困难。为减轻古城人口承载压力，平遥县把古城内单位和人口搬迁作为有效保护古城的重要举措，做为市政建设的重点，持续予以推进。1997年底，县委、政府、人大、政协率先迁出了古城，至20xx年共带动80余个机关和企事业单位搬出古城，累计投资2亿多元，直接或间接带动古城内2万多人口外迁，古城内人口减少到现在的2.7万人，为保护古城、发展旅游创造了宽松的条件。

二、坚持政府主导和市场运作并重的原则，大力推进旅游产业化发展。

旅游是一种特殊的产业，发展旅游产业是一项系统工程。在此过程中，平遥县县委、政府在充当旅游市场建设与发展主角的同时，积极运用市场经济法则，引导全社会支持和发展旅游，二者互为补充，互相促进，大大加快了古城旅游业的快速兴起和发展壮大。

一是文物景点保护实施政府主导。平遥古城与其它景点、景区不同，有它的特殊性，是文化内涵性旅游城市，是以文物、文化资源为主的旅游城市。特别是古城内，既是居住区，也是旅游区，是一个社区和景区特征皆有的混合体，因而，旅游市场管理具有不同于其它旅游胜地的特殊性。鉴于此，文物景点开发和文物保护必须以政府为主导。近几年来，县政府先后投资4000余万元，对古城墙、双林寺、日升昌、镇国寺等重点文物保护单位进行了维修，实施了护城河、环城路、城门综合整治工程;采取股份制、合作制的形式，完成投资5000多万元，对文庙、县衙署、城隍庙实施修复，如今都开辟成为景点向游人开放，成为古城的骨干景点。

二是历史街区开发吸引社会力量。为了更好地保护古城内一大批古民居、古建筑，平遥县从明清街国有房产经营权转让入手，探索政府指导下的社会化发展旅游产业的路子，通过政府出政策、定规划，利用社会力量实施了明清街修复，形成了如今的旅游产业街。以此为契机，采取经营权转让和产权拍卖两种办法，先后对古城内20余处古建筑产权和100余处古建筑经营权进行了公开拍卖，拍卖之后，按照古城保护方面的规定和旅游发展的规划，统一制定维修方案，并严格监督其维修和利用，先后对西大街、东大街、衙门街、城隍庙街、北大街等古城区实施了修复。这样的举措，不仅弥补古城维修保护资金的不足，而且加快了旅游产业化发展。近几年全社会用于古城保护的资金达2.5亿元，建成了特色购物、特色餐饮、特色住宿、特色娱乐等方面的6条旅游产业街，发展了400余辆旅游车辆，建成了40余家具有传统风情的民俗宾馆、民俗客栈，开办了80余家旅游购物店铺，形成了20个景点，旅游及相关行业从业人员达到4万余人，在拉动居民增收、安置国有集体企业下岗职工就业等方面发挥了旅游业独特的幅射力。

三是旅游配套建设依靠市场运作。吃、住、行、游、购、娱是旅游业的六大要素，但由于平遥古城基础设施建设比较薄弱，在旅游快速发展的同时，显露出配套不健全、要素不完善的问题，这是制约平遥古城旅游业发展壮大的主要因素。对此，平遥县采取练内功提高服务水平、出政策吸引市场投资两种方法，发展旅游要素市场中的薄弱环节。一方面，县委、政府鼓励民营企业大户，积极投资旅游接待设施，发展绿色环保产业，20xx年以来，全县新建成了3家星级以上标准的宾馆，其中投资近8000万元的丽泽苑国际大酒店具备四星级标准，20xx年9月份国际摄影大展前已经正式投入运营;还有在建的4家星级宾馆预计20xx年投入运营。另一方面，为了提高古城内民俗宾馆接待服务水平，创出地方传统特色，经过省质量技术局审核，通过了《平遥古城民俗客栈星级评定标准》，这是我国唯一的地方传统客栈评定标准，对平遥县民俗客栈特色化发展起到了积极的作用，目前已有6家民俗客栈通过了星级评定。20xx年年底，平遥县聘请我国旅游界魏小安等专家和权威规划单位，开始组织编制《平遥古城旅游发展规划》，预计20xx年8月份完成，该规划将为平遥县旅游业实现更快更好的发展提供科学有力的指导。

三、坚持改革创新的原则，全面加强古城保护与利用。

平遥古城是世界文化遗产，为了保护好这块来至不易的金字招牌，并利用好它造福后人，发展旅游业，平遥县在体制、机制的改革和创新上做了一些有益的尝试。

一是深化管理体制改革。为切实加强对古城内3000余间公房的维修管理，20xx年撤消原房管所，成立房管局;为了加强对古城环境卫生的管理，撤消原市容办，成立环卫局;同年实施了以成立城市管理行政执法局、组建平遥古城股份旅游有限公司、实行古城门票“一票制”为主要内容的旅游三项改革，旅游运行管理迈上了一个新的台阶。平遥县在全国的县城中第一个成立城市管理行政执法局及城管监察大队，将8个单位的部分或全部行政处罚权进行集中，执法局及监察大队成立以来，充分发挥其力量集中、处罚权集中的优势，组织拆除了2.8万平方米的违章建筑和不协调建筑，在古城保护、旅游市场管理方面发挥了积极作用;平遥古城股份旅游有限公司组建成立以来，发挥其企业融资、项目投资的平台作用，已经与国家开发银行签定了3亿多元的古城保护、旅游开发项目贷款，开发了建筑面积近4000平方米的星级民俗客栈;古城门票实行“一票制”以来，有效解决了部分景点私设回扣、扰乱旅游市场的问题。

20xx年12月份，平遥县根据文物保护的法律法规要求，彻底理顺了文物保护管理体制，成立了“世界文化遗产平遥古城保护管理委员会”，由县长担任委员会主任，全面负责全县文物保护、管理和利用工作;委员会下设办公室，为县政府的常设机构，办公室主任由文物局局长兼任。目前，平遥古城文物保护、旅游开发已经形成了“管委会全面负责保护、管理和利用等方面的工作，旅游局负责旅游行业管理、宣传促销等工作，旅游公司进行旅游项目开发、经营等工作，执法局负责城市行政执法管理等工作”的管理运行模式。

二是创新经营城市办法。为了整合城市资源，加快古城保护和新城建设，平遥县实行了国有土地集中储备制度，创新经营国有土地、房产和广告权等有形资产和无形资产模式，把国有闲置资产推向市场。先后拍卖了县人大、水务局、财政局、交通局、农机中心等10多处房产，拍卖了新城区近400亩国有土地，为政府筹集了6000余万元的建设资金。仅20xx年以来，利用市场运作的方式，铺开了3个上亿元的住宅小区建设工程，政府投入铺开了三大类40余项文物保护、城市基础设施建设、旅游开发工程。同时，将城市公交线路运营权、道路广告经营权等无形资产进行了拍卖，城市公共服务业主要依靠社会资金实现了快速发展。

四、坚持综合整治的原则，全面改善古城环境。

平遥古城因其古老的建筑和弥足珍贵的价值而闻名，同时，也因其古老而暴露出基础设施建设先天不足的问题，成为社会各界、新闻媒体关注的焦点，成为古城保护、管理和利用中最大的瓶颈制约。曾经一度时期，古城内建筑破旧不堪，道路坑凹不平，街上电杆如林，空中线缆如网，新城区交通不畅。针对这一系列问题，平遥县从1998年开始，按照“保护古城、改造旧城、建设新城”的城市建设思路，一以贯之地实施城市环境综合整治，经过几年的努力，取得了明显成就。

一是中小街巷改造初见成效。古城内共有200条大中小街巷，按照先大后小的顺序，投资7000余万元，对古城内86条主要道路进行了硬化，部分街道进行了线路入地和上下水改造，极大改善了古城内面貌。

二是古城消防得到加强。1998年以前，古城内只有3个消防栓，目前已达到45个，并结合古城内道路改造，对部分主要消防供水管网也进行了改造。新购置了一部小型消防车，解决了大型消防车难以进入古城的问题。结合城网改造，对古城内临街古建筑的电气线路进行了阻燃改造处理，不仅美化了环境，而且消除了电气线路老化带来的火灾隐患。

三是新城建设初具框架。为加快新城建设，近几年共投资5000余万元，建设了贯通新城东西的柳根路、连接祁临高速公路的引线和康宁街，东城区新建了东关大街，古城外围绕城墙新建了环城路，新城外新建了外环路，构筑了四通八达的道路网络，进一步拓展了新城发展空间，加快了新城开发。目前，东部形成了以平遥中学、人武部等单位为主的东城新区，西部有在建的天鸿家园住宅小区、行政审批大楼和即将投资开发的柳根花园住宅小区，南部形成了以党政机关、企事业单位和居民住宅为主的新城区。

**大一学生寒假社会实践心得体会篇六**

201\_年的寒假又来临了，我们一大批学生将会在假期选择社会实践。

实践的目的很简单，走入社会，锻炼自己，同时，减轻家庭负担，赚取较少数额的生活费。通过这次社会实践，很大程度上更深入的了解了社会以及世界，在一定程度上改变了或者说使我的价值观人生观得到了进化，从体力、精力锻炼了自己，让自己更加包容，努力的适应社会。并且实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。学会从实践中学习，从学习中实践。去面对我从未面对过的一切。

应聘时，呈上求职申请后由餐厅经理安排并进行面试及试工，面试通过后方开始训练。学习关于你工作的一些基本信息。

在工作中伙伴的沟通与理解尤为重要。

如果你做的服务行业，那么服务挂帅的服务语言以及顾客至上的态度最为重要。这对于解决与顾客的纠纷和减少投诉非常有用。

实践中可能最记忆深刻的就是员工们为客人提供的顾客至上，顾客永远第一的服务。还有就是亲切的员工关系，以及温柔的接待员广播。

实践的一个月学到不少东西，感触也很多，要为客人提供优质的服务，就要充分读懂客人的心，充分理解客人的需求，甚至是超越客人的期望，同时注意与其它伙伴的沟通与交流。为客人提供富有人性化的的服务，满足客人的需求，同时处理好与同事之间的关系。同时，在工作中也存在不少对于工作时间、工作环境、工作压力不满的现象。一些方面来说，正是这些问题导致了人员流动的加强，人才的流失，甚至品牌口碑的下降。建议提高员工福利，减少压力和谈话，统一标准，更宽容的对待新员工。

一个月的社会实践最深的体验就是要处理好与同事、伙伴、上级之间的关系，这些都是在学校里无法感受到的，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，不会有人会告诉你这些，你必须要知道做什么，要自己地去做，而且要尽自已的努力做到。

不管你遇到什么困难，挫折都是靠自已一个人去解决凡事都要靠自已!因此，人会变的成熟了，少了一份脆弱，多了份坚强，忘了如何去依靠，想的是如何去学习让自己独立自强。同时也增强了自己的自信心，体会到没有自己办不成的事，只有自己不去做，认认真真的学习，勤勤恳恳的做事，这就是生活，是真正的生活!

同时，也锻炼了自己，增强了体力、耐力。并且考验了自己的包容心，虚心求教的决心，提高了自己厚积薄发的干劲。

可以说，社会实践对于学生，尤其是即将迈入社会的大学生，是极其重要的!

**大一学生寒假社会实践心得体会篇七**

主要内容：

通过实践调查和参与体验的方式对家乡的旅游产业，旅游文化及旅游景点进行调查，加深对家乡的了解和认识。

详细内容：

大一生活的第一个学期结束了，学校放了寒假，同时也布置一个寒假实践调查的任务，大学的学习生活要比高中轻松得多，但我们却获得了更多的生活经验与实践经验，这个假期放了足足40多天，所以也打算在这些天里多参加一些实践活动，锻炼一下自己的能力，顺便完成假期作业，于是就以调查为名进入了县文物旅游局开始了自己本次的实践调查活动。

由于是调查，自己又对这工作方面毫无经验，所以并未真正参与其中的工作，而是查阅了一些关于家乡旅游的发展前景，同时也客串了一下景点导游，顺便在这里为大家介绍一下我家乡的旅游产业，也算是展示一下我的实践成果吧。

祁县是国家历史文化名城和晋商故里，有着悠久的历史，灿烂的文化和丰富的旅游资源，也是山西旅游业发展比较快的县之一。现已形成了乔家大院、昭馀古城、梨花菀、九沟四个核心景区，12个景点一日游格局，形成了较为完善的吃、住、行、游、购、娱等旅游产业体系。推出了独具特色的节庆活动“晋商社火节”、“梨花节”，影响力不断提升。乔家大院为国家4a级景点，国家二级博物馆。先后荣获“山西省十大优秀旅游景区”、“中国影响力旅游景区”、“中国最美旅游胜地排行榜”，同时被中国大学生推选为“中国大学生最喜欢的100个旅游景区”之一。

调查中我也学到了不少知识。山西省是文物大省，祁县又是文物重点县之一，而祁县的旅游业又是以文物资源为依托发展起来的。县级重点文物保护单位135处，一般不可移动文物254处。但是以上文保单位大部分分布在偏僻的乡村，道路崎岖，交通不便，给文物保护及管理带来诸多不便。而从事文物保护及管理工作的人员匮乏，尤其没有文物修复、古建设计和电脑制图的专业人员，这样使全县的文物保护、管理及安全工作带来很大的困难。所幸的是开放的乔家大院、渠家大院由于有专门的保护机构并有专人管理，再加上每年有一定的保护资金投入，使这两处国保单位得以保存完好，多年来未发生失火、失盗以及人为、自然损毁等事件。

其中最让我印象深刻的就是当导游的那几天，为了当好导游，把家乡的景点宣传给外来的游客，花了好长时间把景点的手册和内容牢记于心，甚至自己一个人在家自己联系，每天早早的就要坐上班车赶到景点，下午再坐回家，在解说的过程中也遇到不少问题，我及时的请教前辈，纠正了自己的不足，在这个过程中不但锻炼了自己的胆量，增长了知识，也加深了对家乡的了解和热爱。

实践所得的认识:

1.在社会实践的同时，一定要认真思考，认真总结经验。使自己在社会上的实践上升一个层次。不要为了实践而实践，而是要拓展自己的认识，提高自己的认识水平，为以后自己的生活提供一个良好的基础。

2.培养自己对家乡的感情，加深对家乡的了解，热爱家乡，心怀感恩，以一个家乡人的身份做人

3.对于自己的理想必须去敢于坚持，在打工或者社会实践的同时，我们一定会遇见许多挫折的，我们一定要敢于纠正自己的错误，解决自身存在的矛盾。只有这样，学习与社会实践相结合，我们才能使自己的人生更加完善和充实。通过参加社会实践，使自己充分了解了自己，使自己的人生观更加科学。对于自对自己以后的人生规划更加的清醒。

4.在实践的过程中来自父母无微不至的关怀和帮助，学会感恩，出门在外更别忘常给父母打几个电话，问问平安。

**大一学生寒假社会实践心得体会篇八**

时间飞逝，转眼间，20xx年寒假过去了，又迎来了充满挑战新学期了。我在工程公司的会计部进行了社会实践学习，以下是我此次学习的一些心得和体会。

社会实践活动是挑战也是机遇，只有很好的把握，才能够体现它的意义，因此，虽然实践活动不像正式工作那样忙，那样累，但我真正把自己融入到工作中了，觉得自己一直过得很充实，每天都有所收获。

公司的会计对我非常和气。先是耐心地向我介绍了单位的基本业务、会计科目的设置以及各类科目的具体核算内容，然后又向我讲解了作为会计人员上岗所要具备的一些基本知识要领，对我所提出的疑难困惑，她有问必答，尤其是会计的一些基本操作，她都给予了细心的指导，在她的帮助下，我迅速的适应了这里的工作环境，并开始尝试独立做一些事情。

刚开始进行的是填制凭证的工作。由于以前有过几次简单的实践经验，所以对于凭证也就一扫而过，总以为凭着记忆加上学校里学的理论对于区区原始凭证可以熟练掌握，也就是这种浮躁的态度让我忽视了会计循环的基石会计分录，以至于后来制单时有点手足无措。

会计分录在书本上可以学习，可一些银行帐单、汇票、发票联等就要靠实习时才能真正接触，从而有了更深刻的印象。别以为光是认识就行了，还要把所有的单据按月按日分门别类，并把每笔业务的单据整理好，并装订好，才能为记帐做好准备。

填制好凭证之后就进入记帐程序了。虽说记帐看上去有点象小学生都会做的事，可重复量如此大的工作如果没有一定的耐心和细心是很难胜任的。因为一出错并不是随便用笔涂了或是用橡皮檫涂了就算了，每一个步骤会计制度都是有严格的要求的。例如写错数字就要用红笔划横线，再用钢笔在起上面更正。

而写错摘要栏，则可以用蓝笔划横线并在旁边写上正确的摘要，平常我们写字总觉得写正中点好看，可摘要却不行，一定要靠左写起不能空格，这样做是为了防止摘要栏被人任意篡改。对于数字的书写也有严格要求，字迹一定要清晰清秀，按格填写，不能东倒西歪的。并且记帐时要清楚每一明细分录及总帐名称，不能乱写，否则总帐的借贷双方就不能结平了。

如此繁琐的程序让我不敢有丁点马虎，这并不是做作业时或考试时出错了就扣分而已，要是在以后的工作中，这是关乎一个单位的帐务，是一个单位以后制定发展计划的依据。

所有的帐记好了，接下来就结帐，每一帐页要结一次，每个月也要结一次，所谓月清月结就是这个意思，结帐最麻烦的就是结算期间费用和税费了，按计算机都按到手酸，而且一不留神就会出错，要复查两三次才行。而且，任何填有单位帐号的凭证及汇款单据都不能留在单位以外的地方，需要及时销毁，注意保密性。

从制单到记帐的整个过程基本上了解了个大概后，就要认真结合书本的知识总结一下手工做帐到底是怎么一回事。根据实习资料教程得知每一种银行帐单的样式和填写方式以及什么时候才使用这种帐单，有了个基本认识以后学习起来就会更得心应手了。其实课本上学的知识都是最基本的知识，不管现实情况怎样变化，抓住了最基本的就可以以不变应万变。

如今有不少学生实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，可我觉得，要是没有书本知识作铺垫，又哪应付瞬息万变的社会呢？随着会计制度的日益完善，社会对会计人员的高度重视和严格要求，我们作为未来社会的会计专业人员，为了顺应社会的要求，加强社会竞争力，也应该严于自身的素质，培养较强的会计工作操作能力。

会计本来就是烦琐的工作，实践期间，我曾觉得整天要对着那枯燥无味的账目和数字而心生烦闷、厌倦，以致于登账登得错漏百出。越错越烦，越烦越错，这只会导致雪上加霜。

反之，只要你用心去做，反而会左右逢源，越做越觉乐趣，越做越起劲。梁启超说过：凡职业都具有趣味的，只要你肯干下去，趣味自然会发生，因此，做账切忌：粗心大意，马虎了事，心浮气躁。做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸。

公司的会计部并没有太多人，设有一个财务部长，一个出纳，两个会计员，而教导我的是老会计霞姐。刚到会计部霞姐就叫我先看她们以往所制的会计凭证。由于以前的暑假有过类似的社会实践经验，所以对于凭证也就一扫而过，总以为凭着记忆加上大学里学的理论对于区区原始凭证可以熟练掌握。也就是这种浮躁的态度让我忽视了会计循环的基石会计分录，以至于后来霞姐让我尝试制单的良苦用心。

于是只能晚上回家补课了，把公司日常较多使用的会计业务认真读透。毕竟会计分录在书本上可以学习，可一些银行帐单、汇票、发票联等就要靠实习时才能真正接触，从而有了更深刻的印象。别以为光是认识就行了，还要把所有的单据按月按日分门别类，并把每笔业务的单据整理好，用图钉装订好，才能为记帐做好准备。

制好凭证就进入记帐程序了。虽说记帐看上去有点象小学生都会做的事，可重复量如此大的工作如果没有一定的耐心和细心是很难胜任的。因为一出错并不是随便用笔涂了或是用橡皮檫涂了就算了，每一个步骤会计制度都是有严格的要求的。例如写错数字就要用红笔划横线，再盖上责任人的章，才能作废。而写错摘要栏，则可以用蓝笔划横线并在旁边写上正确的摘要，平常我们写字总觉得写正中点好看，可摘要却不行，一定要靠左写起不能空格，这样做是为了防止摘要栏被人任意篡改。对于数字的书写也有严格要求，字迹一定要清晰清秀，按格填写，不能东倒西歪的。并且记帐时要清楚每一明细分录及总帐名称，不能乱写，否则总长的借贷的就不能结平了。如此繁琐的程序让我不敢有丁点马虎，这并不是做作业时或考试时出错了就扣分而已，这是关乎一个企业的帐务，是一个企业以后制定发展计划的依据。

所有的帐记好了，接下来就结帐，每一帐页要结一次，每个月也要结一次，所谓月清月结就是这个意思，结帐最麻烦的就是结算期间费用和税费了，按计算机都按到手酸，而且一不留神就会出错，要复查两三次才行。一开始我掌握了计算公式就以为按计算机这样的小事就不在话下了，可就是因为粗心大意反而算错了不少数据，好在霞姐教我先用铅笔写数据，否则真不知道要把帐本涂改成什么样子。从制单到记帐的整个过程基本上了解了个大概后，就要认真结合书本的知识总结一下手工做帐到底是怎么一回事。霞姐很要耐心的跟我讲解每一种银行帐单的样式和填写方式以及什么时候才使用这种帐单，有了个基本认识以后学习起来就会更得心应手了。

除了做好会计的本职工作，其余时间有空的话我也会和出纳学学知识。别人一提起出纳就想到是跑银行的。其实跑银行只是出纳的其中一项重要的工作。在和出纳聊天的时候得知原来跑银行也不是件容易的事，除了熟知每项业务要怎么和银行打交道以外还要有吃苦的精神。

想想寒冷的冬天或者是酷暑，谁不想呆在办公室舒舒服服的，可出纳就要每隔一两天就往银行跑，那就不是件容易的事了。除了跑银行出纳还负责日常的现金库，日常现金的保管与开支，以及开支票和操作税控机。说起税控机还是近几年推广会计电算化的成果，什么都要电脑化了。税控机就是打印出发票联，金额和税额分开两栏，是要一起整理在原始凭证里的。其实它的操作也并不难，只要稍微懂office办公软件的操作就很容易掌握它了。可是其中的原理要完全掌握就不是那么简单了。于是我便在闲余时间与出纳聊聊税控机的使用，学会了基本的操作，以后走上工作岗位也不会无所适从，因为在学校学的课本上根本就没提过这种新的机器。

是的，课本上学的知识都是最基本的知识，不管现实情况怎样变化，抓住了最基本的就可以以不变应万变。如今有不少学生实习时都觉得课堂上学的知识用不上，出现挫折感，可我觉得，要是没有书本知识作铺垫，又哪应付瞬息万变的社会呢？

经过这次实践，虽然时间很短。可我学到的却是我一个学期在学校难以了解的。就比如何与同事们相处，相信人际关系是现今不少大学生刚踏出社会遇到的一大难题，于是在实习时我便有意观察前辈们是如何和同事以及上级相处的，而自己也尽量虚心求教，不耻下问。要搞好人际关系并不仅仅限于本部门，还要跟别的部门例如市场部的同事相处好，那工作起来的效率才高，人们所说的和气生财在我们的日常工作中也是不无道理的。而且在工作中常与前辈们聊聊天不仅可以放松一下神经，而且可以学到不少工作以外的事情，尽管许多情况我们不一定遇到，可有所了解做到心中有底，也算是此次社会实践的目的了。

**大一学生寒假社会实践心得体会篇九**

艰辛知人生，实践长才干。小草用绿色证明自己，鸟儿用歌声明自己，我们要用行动证明自己。

“千里之行，始于足下”，这短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。向他人虚心求教，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这一段时间所学到的经验和知识是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，和团体保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我们可以向他们学习很多知识、道理。实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实践自我的最好途径。亲身实践，而不是闭门造车。实现了从理论到实践再到理论的飞跃。增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。同时还需我们在以后的学习中用知识武装自己，用书本充实自己，为以后服务社会打下更坚固的基础!

艰辛知人生，实践长才干

通过这次的的社会实践活动，我们逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我们对自己的未来有一个正确的定位，增强了自身努力学习知识并将之与社会相结合的信心和毅力。对于即将走上社会的大学生们，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。大学生暑期社会实践是大学生磨练品格、增长才干、实现全面发展的重要舞台。在这里我们真正的锻炼了自己，为以后踏入社会做了更好的铺垫，以后如果有机会，我会更加积极的参加这样的活动。

从群众中来，到群众中去

在本次的社会实践中我们还同诸多群众谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，理解了“从群众中来，到群众中去的真正涵义，认识到只有到实践中去、到基层去，把个人的命运同社会、同国家的命运的发展联系起来，才是大学生成长成才的正确之路。

这次实践活动，丰富了我们的实践经验，提高了我们的团队合作能力，使我们通过这次实践更加了解社会，这次实践活动意义深远，对我们的帮助享用一生。作为一个21世纪的大学生，社会实践是引导我们走出校门、步入社会、并投身社会的良好形式;我们要抓住培养锻炼才干的好机会;提升我们的修身，树立服务社会的思想与意识。同时，我们要树立远大的理想，明确自己的目标，为祖国的发展贡献一份自己的力量!

实习期间，我利用此次难得的机会，努力工作，严格要求自己，社会真的是很残酷，很现实。我唯一庆幸的是我还是一名在校学生，我只有真正的把本领学好，才能在未来真正进入社会时不至于这样不知所措。这一次参加社会实践，我明白大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式;是促使大学生投身改革开放，向人民群众，培养锻炼才干的好渠道;是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。社会实践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，半个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。

一、待人要真诚

踏进办公室，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声“早晨”或“早上好”，那是我心底真诚的问候。往往一些细微的东西容易被我们忽略，轻轻的一声问候，却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和同事们打成一片，我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，也愿意把工作分配给我。

二、要善于沟通

沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。认识一个人，首先要记住对方的名。了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。

三、要有热情和信心

其实，不管在哪个行业，热情和信心都是不可或缺的。热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗;耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精。激情与耐心互补促进，才能碰撞出最美丽的火花，工作才能做到最好。

四、要主动出击

当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似复印打的“杂活”。或许同事们认为你是小辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不知道你能做什么。做“杂活”是工作的必需，却无法让我学到什么。我决定改变自己的命运。有些东西不能选择，有些东西却可以选择。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为你赢得更多的机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

五、要讲究条理

如果你不想让自己在紧急的时候手忙脚乱，就要养成讲究条理性的好习惯。“做什么事情都要有条理，”这是经理给我的忠告。其它的工作也一样，讲究条理能让你事半功倍。

社会才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了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。这些天来，虽然付出了不少汗水，也感觉有些辛苦，但从中我意志力得到了不少的磨练也感受到了工作的快乐。

这一次的社会实践使我明白;大学生只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的状态，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

**大一学生寒假社会实践心得体会篇十**

大学生社会实践是指在校学生利用假期(主要指暑假)及课余时间，深入到工厂、农村、街道、部队、医院等进行考察、了解社会、并利用所学专业知识为经济建设和社会发展服务的实践活动。范文大全特意为大家整理了关于最新大学生社会实践心得体会范文的相关材料，希望对您的工作和生活有帮助。

社会实践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!

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?

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。 ……

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，二十四天的打工生活，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。寒假虽然只有短短的一个月，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。

除了工作中我学到很多很多在学习中无法学到的知识和经验外，在我看来，我收获最大的是，我变得很开朗很自信。以前在人群里，我胆小得几乎宁愿缩在角落里，希望没人能注意到我。而这一次，在我们的小组会议里，我变得很自信，我勇于在大家面前表达我的看法，勇于向组长提出建议。更有甚者，在每一次活动中，我都踊跃参加，表现相当积极。组员居然不相信我之前会是一个相当内向的人。我觉得，这次社会服务活动给我最多的是，让我自己有了很大的改变，而且这个改变，是我之前都一直想要的。

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。

这次的实践的确给予了我很多。今后，我将继续保持认真负责的工作态度，高尚的思想觉悟，进一步完善和充实自己，争取在以后的学习中更好的完善自己，在以后的实践中更好的运用去自己的只是，做一个合格的大学生，将来做一名对社会有用的人。

**大一学生寒假社会实践心得体会篇十一**

大学生的第一个寒假，当然，也是我第一次经历社会实践。对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。于是我毅然踏上了社会实践的道路。想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性;想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

有人这样形容现在的大学生打工族：中文专业投笔从融，外文专业西游取金，历史专业谈股论金，医学专业精益求金。其实并不是我们有严重的拜金主义倾向，只不过我们在这个现实的社会中懂得了该怎学样习生网存。

社会实践报告自从走进了大学，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。在现今社会，招聘会上的都总写着有经验者优先，可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真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我走进了一家民营企业，开始了我这个假期的社会实践。实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。

另一方面，实践可为以后找工作打基础。

通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。而且在中国的经济飞速发展，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

在实践的这段时间内，我帮忙复印资料，整理文件等，感受着工作的氛围，这些都是在学校里无法感受到的，而且很多时候，我不时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，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。

在这次实践中，我感受很深的一点是，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，我比一小部分人具有更高的起点，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。

**大一学生寒假社会实践心得体会篇十二**

春阳之下，盎然生机，年轻的莘莘学子吐露绚丽的青春年华。谁说意气风发，我们年少轻狂，经受不住暴雨的洗礼?谁说象牙塔里的我们两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书?走出校园，踏上社会，我们定能为自己书写一份满意的答卷……

通过社会实践的磨练，我深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件;才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。

这个假期我报名参加了学习安排的寒假带薪顶岗实习，过得十分充实。在此次假期实习中，我以“善用知识，增加社会经验，提高实践能力，从社会实践中检验了自我”为宗旨，接触了社会，了解了社会。以下是我此次实习中的些许心得体会。

一.在社会上要善于与别人沟通。这段时间的工作让我认识了很多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。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，你要听娶耐心、虚心地接受。

二.在社会中要有自信。自信不是狂妄的自夸，而是对自己的能力做出肯定。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。社会工作经验是积累出来的，有自信才能使你更有活力更有精神。

三.在社会中要克服自己胆怯的心态。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。

社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识应用于社会。实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实践自我的途径。亲身实践，实现了从理论到实践再到理论的飞跃，增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为我们认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础!

**大一学生寒假社会实践心得体会篇十三**

短短二十几天的实践生活，是我心的一次磨砺和成长。我不仅在做事的态度与方法上收获了很多知识，我也对自己以后可能要面对的工作岗位有了些认识。参加寒假实践活动，留给了我更大的空间锻炼自己，让自己更早的认清世界冷暖，为自己以后能更好的服务社会打下基础。在实践中，我必须得做到时时警惕，凡事细心。因为，我很害怕事情没有做好而造成他人的麻烦。我也害怕因为不上心儿造成不可弥补的错误，伤害到单位、部门等·····因为害怕，原本大大咧咧的我开始转向细致、成熟。

（一）告别了幻想的年纪，就应该踏踏实实、勇敢面对现实，学着生活。

由于我实践的部门是社会事务科，所以大多数的事情就会和普通群众打交道。由于我们所在的双河口街道办事处属于乡镇级，所以我们也会和很多的农村居民交流。从这个方面讲，生活给了我更多的启示——凡事靠自己动手，生活才会变得充实，有价值。另外，我也意识到：工作没有高低之分，只有价值的实现与否。

农民伯伯们没有高的学历，没有高人的才智，每年就重复同样的工作：春天播种，夏天乘凉，秋天收获，冬天取暖。可是，就是因为他们的简单与淳朴，才使得人间有播种时的期待，秋收时的喜悦啊！他们有他们的生活，他们也许崇拜有钱人，震惊有才的人，可是，他们重来都不放弃自己的生活，踏踏实实做平凡而不平庸的人。

农民伯伯们的真实生活态度，深深的感染着我。他们可以为了一年的低保而哭诉，到处托人解决家里的困难，那么的坚持，不放弃。在爸爸妈妈的金窝中长大的我们，可能还不知道，在农村还有那么一部分人没坐过火车、见过飞机呢。而我们呢？在生活中，有时还会为某样东西不上档次而懊恼。想想，这样的我们，还能抱怨什么？真的是应该好好珍惜、把握我们拥有的幸福。

我记忆中有这么一位老婆婆。身穿蓝色的布衣，弯曲的身体幅度让人有时看不清她的容貌，白白的头发蓬乱着。她提着一个塑料袋，里面有一大把的纸票。她喘息着用微弱的声音说道：请问一下，这个，住院报账在哪儿弄啊？这时，有一大群的目光聚集在老人身上，老人抬起头，前额上的几丝头发微微的随着摇晃了几下，然后用非常期待的混色眼神左右看了一下。这时的我，我自觉的就吧一板凳送上前，然后让她坐下。看到这一幕，我的心又惊又抖：她为什么会自己来？她的儿女呢，去哪儿了？我转过头，斜眼看过去，从她的身上我看见了妈妈的影子。我很伤心，我妈妈以后也会是这样吗？我暗暗地下决心，不能这样。

体会了那么多不同的人，才知道，生活并不像电视剧里“灰姑娘遇到王子”那么美妙。他远比战争要残酷得多。我想，走出社会，面对现实，接受生活，这会是我们的又一课程吧！

（二）作为，就必须掌握坚定地岗位知识，凭着实力，团结同事，踏踏实实为人民服务。这对我以后可能选择的工作岗位有很大的帮助。

1、耐心、静心、细心“三心”必须有。这是我的认识，也将是我培养自己的一个方面。

接触了他们才知道：他们的工作很杂，很靠脑力，很零碎，量很大。在我的脑海里，一直都认为“人民的公仆”工作很多，但是会很简单。没想到，他们的工作原来很考验一个人意志。

我所在的社会事务科，不明思议就是处理社会家庭事务等琐碎小事件的。每天会有很多不同的、相同的问题、情节在办公室里发生，但是，科室里的工作者们不辞辛苦，耐心的一遍又一遍的解释、解决。可能口会说的很干，嘴皮会摩擦的很软，但他们也只能接受。有些话，有些原因，在办公室里实践的我就学会了，有时还会帮忙解释呢。可是，作为“公仆”的他们无权反抗，必须接受，一点一点的解释给群众们听。我想，他们的耐心一定不差吧。

因为是处理琐碎杂事，作为办公人员，他们必须很小心，不容许有半点差错。在他们心中：人民的事情出了半点差错，人民的丁点儿事情没得到解决，他们算就是失职，这样的责任他们不愿担当，也担当不起。因此，在平常工作中，应该更加的细心才是。

2、初次接触了打印机、复印机的应用；大胆的在实践中应用所学的关于word、excel的知识；学会了简单的文件归档知识······

办公职员的头脑一定要灵活，应用的知识很多，有问题一定要学着立刻马上处理，这点是很重要的。另外，问题不可能永远都发生一样的，所以要学会变通。第一次触摸复印机的时候，心里很担心，不知从何下手。在老师的帮助下，我学着去了解它，认知他，发现他其实并不难使用，之后，我总是有意识的去接触他。比如，在办公室里有谁需要复印的，我会马上提出来我去做。这样，我就学会了简单的使用复印机了。真的很开心，因为试一次小小的成功。

（三）和陌生人大方的、有底气的交谈，是我们生活的另一门课程。

刚开始到单位的时候，一个人也不认识，什么都不知道。也不了解他们的职位、姓氏，都不知道怎么称呼别人，所以有问题也不会问别人，首先想到的是自己解决。所以呀，这让我有了一种习惯，就是：遇到困难的时候，首先让自己解决。

后来慢慢的发现，其实与人说话不难，但与人交流就有些问题了。因为，如果和不认识的人随便问候几句，我们平时都经历过，很容易。但是如果要和陌生人进行长时间的交流，这就要靠我们敏捷的洞悉能力了。这需要交流双方有共同的话题，兴趣点。最重要的是：不知道要怎样开口。比如，在实践中给乡村干部打电话通知事情的时候，我既要大声的以办事处的名义介绍自己，也要向他通知清楚事情，并且说话不能颤颤抖抖的，要自信，有底气。在开口说话的时候，如果迟疑或吐字不清，打哆嗦，电话那方的人可能会听不清楚，要求你再说一遍，这时，心里会很不好受的。

在与人的交流方面，我认为放宽心态，把对方看作是和自己一样的人，自然地开口说话，就会有所收获的。

（四）充分发挥自己的主观能动性。这对我们的人生有很总要的意义。

“随时要想着自己找事情做！”这时参加寒假社会实践的时候老师嘱咐我们的。我一直怀揣着这句话快活的陶醉在我的实践愉快当中。因为，事情自己不会指定对象被做。

主动和人说话，主动给人微笑，主动找事情做，主动学习使用打印机······这一切都离不开主动。因为主动地去接触，我学会了文件的归档；因为主动地微笑，我认识了更多的陌生人；因为主动地寻找，我的寒假过得很充实······

（五）作为大学生，我很自豪。

一直认为，作为我们这一代的大学生是很渺小的，很有可能会被世人所忽略。但是，到了时间单位的时候，我感受到，作为大学生，我应该是很自豪的。

在我们还不熟悉那个严肃的单位的时候，总是自我介绍说：我们是三峡学院的学生，到贵单位实践的。而他们总会代问一句：你们是大学生啊？之后，每次科长向不认识我们的人介绍，就会说到：是我们科室来实习，都是大学生······每次他们提到我们是大学生的时候，我们的心理都会感到乐滋滋的。

其实，我们都因该这样：从内而外的自豪，我们是大学生。

**大一学生寒假社会实践心得体会篇十四**

第一次参加一中的社会实践活动，感觉收获颇丰。

1月22日，天气一改前几日的温和，变得格外的冷，不知不觉每个人都又加上了厚厚的外衣，但再冷的天气也驱散不了我们每个参加社会实践活动同学心中的热情。

此次的实践活动任务是服务济宁银座购物广场，主要的活动有三个，分别是：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，而且面临每位顾客都要面带笑容，鞠躬问候像“欢迎光临”、“您慢走，欢迎下次光临”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，顿时变得激情澎湃，

“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，即无法遇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!

**大一学生寒假社会实践心得体会篇十五**

寒假期间本人在恩施市龙凤坝佳联超市里进行了一次深刻的社会实践活动。在那里我受益匪浅，对自我的此刻和以后的发展都是一个十分重要的挑战。实习的结果也证明我的选择是正确的。

这是一家比较正规的超市，商品琳琅满目，每一天的客流量很大，顾客来往不断，在那里我做一名销售人员，当然仅有一天。在实习的开始头几个小时，我主要是熟悉产品，包括：学习各种产品的使用和简单障碍处理、向客户详细介绍产品的性能和演示产品。以前觉得做个销售人员很简单，而再生活中才明白，纸上得来终觉浅，要知此事要躬行。

在刚使用机器时有“心有余而力不足”的感觉。一款收款机，看起来很简单就是那么几个键，可要真正能熟练操作，我甚至用了比预期多一整天的时间才能真正地操作，但还不能和超市里的营业员们比。因为这是我接触的第一项产品，成绩如此不济，也激起了的兴趣和好学的愿望。所以在以后的操作学习中，我倍加用功，专心致志，却也收到了事半功倍的效果。自我操作产品、熟悉产品，还不算难的，真正要下功夫学的是怎样向客户全面、生动，而又要简明、扼要、有所侧重要地介绍出自我的产品。那里面的关键是要会说，不仅仅要说对，还要说得能引起客户的兴趣，从而能成功地做成一庄生意。这也是对我一个巨大挑战，好在学校里有活动课，平时教师的培养与锻炼，让我在工作中并不胆怯。因为专业的优势，在自我的努力下，我能很好的表达，介绍产品，与客户交流，很快就得到了同事和经理的认可。

那里，我也要向这位只比我大十岁的老业务员表示感激，因为他不仅仅教会了我怎样和客户沟通、怎样从客户处获得对自我有用的信息，还教会了我怎样排除困难、战胜自我。第一次接触生人，与人交谈，未免有些局促、放不开，话语的表达也不是很通顺、清楚、扼要，在跟着教师实际学习和模仿了3次以后，我基本上克服了第一次的毛病，说好了，并赞扬我提高很快。销售，在以前总被理解为卖货的，似乎这个职业丝毫没有难度，工作开始我也保有这样的想法，以为这工作很简单。其实，其实做一名好的销售人员需要多方面的素质，要自信，有开朗的性格，又要做到细心，有耐心，并且必须要有良好的表达本事，沟通本事，交际本事等。

现将实践工作总结如下：

1.认真仔细，好记忆。作为销售人员必须要熟悉熟悉商品及商品价格，必须要认真仔细，切不可粗心大意，吊儿郎当。

2.货物摆放，有调理。对于销售货物摆放是有讲究的，必须要把人们常用需求量大的商品摆放在最明显的地方，并且要多多堆放以供顾客选择，物有条理。

3.热情周到，迎顾客。由于商场客流量比较大，有时会手忙脚乱，但要热情微笑，顾客就是上帝，必须要顾客有种宾至如归的感觉，为顾客供给满意的服务，才能使顾客高兴而来满意而去。

4.讲解商品，要耐心。讲解商品要做到耐心不烦躁，不恼怒，用简单扼要的语言介绍商品，突出产品特色与功用，让顾客产生购买行为。

5.知识改变命运。在实践中我深切体会到知识的重要性，在以后的日子，要多参加有意义的社会实践，把课堂所学应用到社会生活中，在实践中补充课堂学习缺少的实际操作本事。

短短的一天的实习工作结束了，留给我的则是在漫长的人生路上用之不尽的财富。我自我看到了自我的闪光点，学会了怎样和别人沟通，也学会了体贴和团结同事，正是在这样的工作中我才真正说是提升了自我，实现了自我的价值。当然经历了这么多的能够说是坎坷和辛酸之后，我也充分认识到自我的不足和缺点，懂得要用一颗平等心、平常心去对待别人和事情，也了解和切身体会到团队的重要，懂得一个人的力量是有限的，在团体中，1+1》2的道理。更重要的是，我学会并懂得了体谅人、爱护人、尊重人，“我为人人，人人为我”的实际意义。在实习工作的待人接物中处处也体现着我们的礼貌度，有些虽说是小节，但若没有真正意识并做到是很难取得别人(客户)信任的，当然那样的话，也做成就不了什么事了。

经过实际的工作，切身接触社会才懂得生活的艰辛，更懂得珍惜的重要，一分一里都来之不易，最重要的还是懂得了学习的重要性，仅有不断学习才能不断提高。

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