# 2024年大学生寒假社会实践心得报告(15篇)

来源：网络 作者：梦回唐朝 更新时间：2024-09-16

*在现在社会，报告的用途越来越大，要注意报告在写作时具有一定的格式。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的报告吗？下面是小编给大家带来的报告的范文模板，希望能够帮到你哟!大学生寒假社会实践心得报告篇一来到兴城，我感受到了浓浓的过节气氛，街道两旁...*

在现在社会，报告的用途越来越大，要注意报告在写作时具有一定的格式。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的报告吗？下面是小编给大家带来的报告的范文模板，希望能够帮到你哟!

**大学生寒假社会实践心得报告篇一**

来到兴城，我感受到了浓浓的过节气氛，街道两旁所有的树上都挂满了彩灯，街上人山人海，都在购买过节的用品。虽然兴城真的不大，也没有南宁发达，但是兴城的节日气氛，人们的热情，确是在南宁感受不到的。

而在兴城最让我那么难忘的，便是亲人之间的深厚的感情。每一个叔叔、姑姑都非常的热情。对我也非常的好，还有亲爱的奶奶，已近80高龄的她仍在厨房里忙绿着，为大家准备过节年饭。完全不同于南方的婉约、含蓄，北方的亲情是那么的表露在外，让人不禁沉浸其中。他们可以睡在一起，喝同一杯水，吃同一碗饭。他们可以串门于各亲戚家，就像回自己家一样轻松、方便、舒适、自然。他们都那么好客，不管自己是否有钱，都热情招待，似乎钱在他们看来不算什么。

x月x日，我踏上了去哈尔滨的旅程。哈尔滨是一座很大的老城，也是冬季看雪景的必去之处。在那里，我参观了太阳岛的雪博会，这是第二十二届国际雪雕艺术博览会。我欣赏到了瑞雪迎宾、泱泱华夏、黑土神韵、俄域风情、东瀛掠影、雪野欢歌、快乐归途等雪雕艺术，那里的雪白的非常的纯，白到透明，让人的心情也随着晴朗起来。参观完雪博会，最让人兴奋的也就是去参观冰雪大世界了。冰雪大世界是哈尔滨国际冰雪节的龙头品牌，于1999年底在美丽的松花江畔诞生，每年举行，汇天下冰雪艺术之精华、融世界冰雪游乐于一园，集思想性、艺术性、观赏性、参与性、娱乐性于一体，场面恢宏壮阔，造型大气磅礴，景致优美绝伦，被誉为恢宏壮阔的冰雪史诗画卷。下午四点多，哈尔滨的天就渐渐的黑了起来，而这也就拉开了冰雪公园的童话世界的帷幕。白天的冰雕就像砌起来的白色长城一样，每一块冰砖都是四四方方的，里面是一根根灯管，让人看不出什么特别吸引人的地方。这也是为什么冰展都要晚上欣赏的原因了吧。为了等待夜幕的降临，我们去游玩一系列游乐设施：免费滑雪、雪地摩托、冰滑梯既刺激，又有趣。玩完游戏，被冻得僵硬的身体似乎升起一股暖流，而与此同时冰雕的灯也一盏接一盏的亮了起来。就这样，我进入了一个美丽的童话世界：北京古城、埃及金字塔、好莱坞明星雕像、竖立笔直的超大温度计看得人目不暇接。一边品尝着北方特产糖葫芦，一边观赏景点。一座座冰雕在五彩缤纷的灯光映照下，披上了一层奇幻而炫丽的色彩，让人流连忘返。

时间飞逝，似乎才不过几秒中的时间，我们就结束了两天的哈尔滨游，返回了兴城。

年三十的兴城新年气息更显浓厚，四周红通通的一片，炮竹声到处响起。让人的心情也随之兴奋起来。家里面忙碌一片，全家老少齐聚一堂，包饺子，炸苹果、红枣，拌凉菜满满的摆了一桌。小孩们在一块儿看电视，聊天，吃东西，大人们则把酒谈欢，一时间亲情所带来的温暖将所有人都包围了。

晚上看完春节晚会，我和叔叔就前往青岩寺拜山。也只有去了才知道，原来这边的人是那么信佛，而且拜山的时间也是越来越早。睡眼朦胧中，我们便到达了青岩寺。外面仍然一片漆黑，只有寺庙周围亮着些许灯光，我心里疑惑着，大半夜的怎么会有人专程大老远的来拜山呢?可出人意料的是，青岩寺山脚下已站满了人。或许这就是这里人的习俗吧，在大年初一，新年的第一天来拜山，祈求美好的一年，也为自己许上新的心愿。锦州青岩寺位于北宁市医巫闾山南部风景处。是北宁市寺院中香火最盛的寺院，也是辽西乃至东北的佛教胜地。青岩寺有上、下两院。进了由赵朴初亲笔题字青岩寺的山门，踏上石铺甬道，来到群峰环抱的山脚下，就是青岩寺下院。下院寺门上书天开静域，寺院建有大雄宝殿、天王殿、配殿、禅堂等。

而那里也有着关于歪脖老母的神奇的传说：据《东北古迹轶闻》载：当年，这尊石雕观世音佛像雕刻完毕，众僧人选择吉日，率山民抬着佛像进佛殿。可是，由于佛像高，洞口低，无法将佛像抬入洞中。正当众人急的没有办法时，有人戏言，如果老母把头歪一下，就能进去了。话音刚落，人们见石佛果真把头歪向一边，众僧人与山民便顺利的将石佛抬入洞中，稳稳的安放在莲花宝座上。

众人吃惊，老母显圣了，跑拜之后，便匆忙退了出来。忙乱之中，忘了请老母正过来，所以至今石佛仍然歪着脖子。当然这种说法虽不足为凭，然而人们出于对佛教中观世音这位救苦救难、大慈大悲的化身的敬仰，多少年来香火不断，每年家历二月十九，六月十九，九月十九传统庙会期间，更是热闹非凡。过上院，继续向顶峰攀登，在文殊院，殿中供奉大智文殊菩萨。20xx年以后又增修了五百罗汉坡、三百罗汉坡、观音手、二十四孝浮雕壁画、歪脖老母传说浮雕壁画、心经石刻、吉祥白象、弥勒大佛、达摩祖师、休闲罗汉、寿星等景观。

青岩寺景区内自然风光优美，罗汉山峰峦叠障，恋人松丽影婆娑，双人石倩影相依，龙饮涧雾索天泉，一线天劈石见日，丁字瀑飞云如烟。登上山的最顶峰障鹰台，举目环视，风景格外迷人。青岩寺一共有一千八百多个台阶，当站在顶峰环顾四周，太阳缓缓从东边升起，前面连绵起伏的山峦上白雪点点，像披上一层纯白的袈裟，一种崇敬的感觉便油然而生。我是无神论者，但是这时不得不感叹造物者的伟大，建造出如此壮美的景色。其中最有趣的莫过于山上的小贩了：拜老母，吃茶蛋，回家能中五百万。话语幽默，让人不得不为之惊叹。

大年初三，我们启程去辽宁辽阳弓长岭滑雪场去滑雪。弓长岭温泉滑雪场位于辽宁省辽阳市弓长岭汤河风景区内，占地100公顷。东北距本溪市34公里，西南距鞍山市35公里，西北距辽阳市30公里，北距沈阳市70公里，自然条件独特，是辽宁省内的滑雪场，也是集旅游观光、健身娱乐、休闲度假、专业比赛于一体的大型休闲场所，并且还被省体育局指定为辽宁省青少年户外体育活动营地。

或许这是对我来讲最幸运的一天，因为在路上，我终于如愿以偿的看到了下雪。在东北是见到了雪，但那不是活的飞扬的雪，这一直成为我心中的一大遗憾。没想到在回家前竟然梦想成真了!车窗上已渐渐蒙上了一层薄雾，有时能看见几点白皙顽皮的趴在窗前与我对望，并亲吻冰凉的窗户，留下点点嘴唇的印迹。原来雪并不是画上描绘的六角形，也不是别人说的那样带着咸先的味道。他是轻柔绵软的，白的毫无杂质，白的让人不舍得去触碰，那么轻盈，那么美丽，让人忍不住和他们一起迎风起舞。而我十九年来未见过雪的遗憾终于消失得一干二净了，剩下的只是一种满满的幸福感。

滑雪场上人很多，我们大家则迅速的换上了滑雪装备。看电视上的滑雪运动员风姿潇洒，不想到一轮到我们这些初学者就变得异常狼狈。只是从最缓的坡向下滑，就不停地摔。前面幻想的潇洒帅气顿时荡然无存，只剩下对滑板不受控制的懊恼和一股激起斗志的兴奋感。可惜因为时间问题仍然没有完全学会，但是确是我人生中一段最快乐的尝试。

十几天的旅游就这样结束了，我是那般的不舍。不仅是对于那里美丽的风景，还有北方特有的人与人之间温暖的感情。我更加了解了北方的饮食生活习惯，更近距离地领略了北方平原一马平川、广阔无垠的美丽。更深刻的感受到亲人之间的爱与真诚。也为我的人生经验中添加了更绚丽的一笔。

**大学生寒假社会实践心得报告篇二**

这个寒假是我进入大学的第一个寒假，也是我人生20年来最有意义的一个寒假。今年寒假里，我进行了社会实践，真正接触这个社会，走进这个社会，并且在此学习生存技巧。

在这个寒假中，我找到一份工作—超市收银员。由于正值过年之前，所以会有很多人开始准备年货。又因为此超市是附近最大的超市，所以往往此时客流量很多，而我很容易就以一个临时工身份加入超市职员行列，借此机会来锻炼自己。

起初刚到超市，我什么都不会，更别提收款机的使用方法，所以我到超市里做的第一件事就是找了一个师傅。师傅是一个性格很好的人，很耐心地教我收款机的使用方法。虽然我很耐心地学习，但是还是免不了犯错，往往此时总是师傅帮我解决问题。经过一个上午的学习，我会了最简单的收钱，可是每当遇到特殊情况，我总是手忙脚乱，不知该怎么办。虽然刚开始有点纠结，不过我对自己还是很满意的，因为我迈出了勇敢的一步，去尝试那些我从未做过的事，还是有种成功感的。

在接下来的几天了，我逐渐学了不同出售物品的打价方式和正确刷卡结账方法，并且一条比一天熟练。与此同时我也在工作中渐渐学会与人交际的技巧，那就是无论怎样都要礼貌待人，永远不要把自己的不快带到工作中，不要把自己不好的情绪强加到别人身上。虽然有些事跟自己无关，可是能够帮助别人的时候还是要尽力去帮助他人。

因为在高峰期上班，所以有时结账的人会比较多。一开始，我遇到这种情况都会发慌，可是后来我发现，人一慌计算速度就变慢，导致结账速度更慢，而此时往往要师傅接手。经过几天训练后，我对自己有了自信，在忙碌时，心里也坦然很多，速度反而加快。在几天的训练期过了之后，我基本可以独自工作，这可谓我最自豪的事了。我想以后如果我遇到事时也会冷静，能够很好解决事情。

这次社会实践，我学会了很多，也明白了很多。其一，这回我真正地体验到钱真的难挣，每一份工资都是辛勤工作换来的。自此可知，我们的父母供我们上学奉献了很多；其二，在此期间我能够与各种人接触，学习与不同的人交流、沟通；就我而言，我觉得第二点比较难，可是我正努力着，在这个社会里开始学会生存，正朝着独立迈出一大步。

寒假打一份工，这让我的寒假生活变得更加充实。虽然今年的冬天风大，雨大，雪大，但天天的坚持，培养我克服困难的精神。真的很高兴这次这个机会来体验生活，体验我所生存的世界。虽然苦了一阵，工作中受到过委屈，但我相信在以后的日子里，我会更加努力，使自己更加融入这个多彩世界！

**大学生寒假社会实践心得报告篇三**

寒假期间，我在朔黄铁路原平分公司进行了实习。时间是20xx年2月4日至2月22日。实习期间努力将自己在学校所学到的理论知识向实践方面转化，尽量做到理论与实践相结合，在实习期间不迟到、早退，认真完成领导和同事们交办的工作， 得到领导和同事们的肯定，同时也发现了自己的许多不足之处。

我所实习的朔黄铁路原平分公司是朔黄铁路有限公司的一家子公司，隶属于神华集团公司， 是以能源、交通为主业，即煤炭、电厂、铁路、港口、煤液化、航运为一体的企业集团。我所在的朔黄铁路原平分公司拥有员工近1400人，分布在从山西神池到河北西柏坡全长248km的铁路线上。

回顾实习生活，感触是很深的，收获是丰硕的。实习期间我被分配在分公司办公室实习，办公室在一个机关中，是沟通上下、协调左右、联系各方，保证机关工作正常运转的枢纽。能有机会在办公室实习对我来说是一次很好学习的好机会，同时也是一场挑战。在这里通过帮助同事们工作，我学到了办公室的一些日常事务管理知识。这里经常组织一些活动，通过组织和参与对我的组织能力和处理事情的能力有了很大的提高，并有机会参加一些社交场合，对自己以后的发展也奠定了一些基矗令我触动最深的是，同神池南工务工队的兄弟们一起到线路上检查线路，神池南的气温相当低，再加上现在正是腊月，在这样的条件下，我们的铁路工人不畏严寒、毫无怨言、认真巡视线路、详实的作着记录，生怕有疏忽。“不屈不挠”这个词，我在小学就学过，这么多年来这个词也频频出现在我的文章里，但我对这个词并不了解，直到我和工人们去线路上巡查，冬天的神池南冰天雪地，走在铁路沿线上，两边是茫茫的白雪，眼前是一眼望不到边的、冰冷的铁轨，谈们裸露着双手，我这道尺测量着、记录着，我记得他们说得最多的一句话就是“苦干不能苦熬”，我才真正体会到了这个词背后隐藏着的是苦干、是实干，是一种敬业精神。这种精神会在我今后的生活历程中激励我克服一切困难。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措，这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。这也许是我一个人的感觉。不过有一点是明确的，即课堂教育与社会实践的关系，以课堂为主题，通过实践将理论深化。

“千里之行，始于足下”，这近半个月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，可以避免我毕业后的眼高手低现象 。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，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大多来自领导和同事们的教导，这是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事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大学面临走向社会的人来说，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”，我可以向他们学习很多知识、道理。

实习是每个大学生必须拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识，也打开了视野，长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基矗我想，作为一名大学生来说，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫。

最后，衷心感谢朔黄铁路原平分公司给我提供实习机会！

**大学生寒假社会实践心得报告篇四**

20xx年寒假我来到了洛阳市xx有限公司实习。实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会、在实践中巩固知识;实习又是对每一位大学毕业生专业知识的一种检验，它让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识,既开阔了视野，又增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础，也是我们走向工作岗位的第一步。经朋友介绍就来到这里实习。

由于快要毕业了，万种思想凝聚于心，自然想着要找到一份好工作便是当务之急，但由于我们专业的特殊性，会计——一门实用性、操作性很强的学科，如果不进行实际动手操作演练，而只是凭着书本上的一些理论性的东西去从事会计这门行业的话，那么你对工作将会非常不适应，以至于在工作中出现意想不到的差错。这也就是所谓的会计专业从业的谨慎性了。

这一行业就像做新闻工作，不断的在更新，这就需要你有激情去发现与创造，而你的耐心就要用到不断的学习新知识，提高自己的专业水平当中去。

第一天算是熟悉了一下公司的基本情况，第二天，我按照上班的时间早早地来到单位，王会计也准时来到办公室，他对我说，今天主要让我浏览一下公司以前所制的凭证。一提到凭证，我想这不是我们的强项吗?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，以至于后来王会计让我尝试制单时，我还是手足无措了。这时候我才想到王师傅的良苦用心。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，呜呼!这就是会计所要从事的工作。

做过会计模拟实习的人都知道，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，不像在学校，错了还可以用刀片把它刮掉，在公司里，每一个步骤会计制度都是有严格的要求的。比如说：

1、写错数字就要用红笔划横线，再盖上责任人的章子，这样才能作废。而我们以前在学校模拟实习时，只要用红笔划掉，在写上“作废”两字就可以了。

2、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。在学校模拟实习时，对摘要栏很不看中，认为可写可不写，没想到这里还有名堂呢!真实不学不知道啊!

3、对于数字的书写也有严格的要求，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，而不能乱写，否则总帐的借贷双方就不能结平了。

所有的帐都记好了，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，好在王会计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。这真是应了一句话：不试不知道，一试吓一跳!

短短1个月的工作过程使我受益匪浅。不仅会计的专业知识增长了，最主要是懂得了如何更好的为人处事。当今社会一直处在加速的发展变化中，所以对人才的要求也越来越高，我们要用发展的眼光看问题，就要不断提高思想认识，完善自我。师傅说作为一名会计从业者，所受的社会压力将比其他行业更加沉重，要学会创新求变，以适应社会的需要。整个的实习过程是紧张而愉快的，我的工作态度和成效也得到了总经理和同事们的一致称赞。作为我在踏出社会之前的为数不多的几次实践中，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。

**大学生寒假社会实践心得报告篇五**

寒假期间，我在朔黄铁路原平分公司进行了实习。时间是20xx年2月4日至2月22日。实习期间努力将自己在学校所学到的理论知识向实践方面转化，尽量做到理论与实践相结合，在实习期间不迟到、早退，认真完成领导和同事们交办的工作， 得到领导和同事们的肯定，同时也发现了自己的许多不足之处。

我所实习的朔黄铁路原平分公司是朔黄铁路有限公司的一家子公司，隶属于神华集团公司， 是以能源、交通为主业，即煤炭、电厂、铁路、港口、煤液化、航运为一体的企业集团。我所在的朔黄铁路原平分公司拥有员工近1400人，分布在从山西神池到河北西柏坡全长248km的铁路线上。

回顾实习生活，感触是很深的，收获是丰硕的。实习期间我被分配在分公司办公室实习，办公室在一个机关中，是沟通上下、协调左右、联系各方，保证机关工作正常运转的枢纽。能有机会在办公室实习对我来说是一次很好学习的好机会，同时也是一场挑战。在这里通过帮助同事们工作，我学到了办公室的一些日常事务管理知识。这里经常组织一些活动，通过组织和参与对我的组织能力和处理事情的能力有了很大的提高，并有机会参加一些社交场合，对自己以后的发展也奠定了一些基矗令我触动最深的是，同神池南工务工队的兄弟们一起到线路上检查线路，神池南的气温相当低，再加上现在正是腊月，在这样的条件下，我们的铁路工人不畏严寒、毫无怨言、认真巡视线路、详实的作着记录，生怕有疏忽。“不屈不挠”这个词，我在小学就学过，这么多年来这个词也频频出现在我的文章里，但我对这个词并不了解，直到我和工人们去线路上巡查，冬天的神池南冰天雪地，走在铁路沿线上，两边是茫茫的白雪，眼前是一眼望不到边的、冰冷的铁轨，谈们裸露着双手，我这道尺测量着、记录着，我记得他们说得最多的一句话就是“苦干不能苦熬”，我才真正体会到了这个词背后隐藏着的是苦干、是实干，是一种敬业精神。这种精神会在我今后的生活历程中激励我克服一切困难。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措，这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。这也许是我一个人的感觉。不过有一点是明确的，即课堂教育与社会实践的关系，以课堂为主题，通过实践将理论深化。

“千里之行，始于足下”，这近半个月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，可以避免我毕业后的眼高手低现象 。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，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大多来自领导和同事们的教导，这是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事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大学面临走向社会的人来说，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”，我可以向他们学习很多知识、道理。

实习是每个大学生必须拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识，也打开了视野，长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基矗我想，作为一名大学生来说，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫。

最后，衷心感谢朔分公司给我提供实习机会!

**大学生寒假社会实践心得报告篇六**

第一次参加社会实践，我明白中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，有助于我们在校中学生更新观念，吸收新的思想与知识。近三个月的社会实践，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。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，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，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。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。我在实践中得到许多的感悟!

一：挣钱的辛苦整天在公司辛辛苦苦上班，天天面对的都是同一样事物，真的好无聊啊!好辛苦啊!在那时，我才真真正正的明白，原来父母在外打工挣钱真的很不容易!

二：人际关系

在这次实践中，让我很有感触的一点就人际交往方面， 大家都知道社会上人际交往非常复杂，但是具体多么复杂，我想也很难说清楚，只有经历了才能了解。才能有深刻的感受，大家为了工作走到一起， 每一个人都有自己的思想和个性，要跟他(她)们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎么把握了。我想说的一点就是，在交际中，既然我们不能改变一些东西，那我们就学着适应它。如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。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企业和社会所淘汰。

三：管理者的管理

在公司里边，有很多的管理员，他们就如我们学校里边的领导和班级里面的班干部。要想成为一名好的管理，就必须要有好的管理方法，就要以艺术性的管理方法去管理好你的员工，你的下属，你班级里的同学们!要想让他们服从你的管理。那么你对每个员工或每个同学，要用到不同的管理方法，意思就是说：在管理时，要因人而异!

四：自强自立

俗话说：\"在家千日好，出门半\"招\"难!\"意思就是说：在家里的时候，有自已的父母照顾，关心，呵护!那肯定就是日子过得无忧无虑了，但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自已一个人去解决，在这二个多月里，让我学会了自强自立!凡事都要靠自已!现在，就算父母不在我的身边，我都能够自已独立!

五：认识来源于实践

一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高!马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用，认识对实践具有巨大的反作用。认识对实践的反作用主要表现在认识和理论对实践具有指导作用。认识在实践的基础上产生，但是认识一经产生就具有相对独立性，可以对实践进行指导。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。

**大学生寒假社会实践心得报告篇七**

在寒假即将来临之际，我们受到了在寒假完成大学生实践报告这个任务，我听到了一片嘘声，不过我却偷偷的乐了。因为大学的寒假是漫长的，而我在之前就决定要利用寒假去打工了。这样不仅实现了我的假期打工愿望，还完成了学校布置给我们的

我当家教有很多的原因，首先是我从小就梦想到老师，我感觉我可以将我所知道的知识传授给孩子们是一件很幸福的事情，有自豪，更有感恩。所以我上大学的时候报考的是一所师范学院。以便更好的完成我的梦想。其次是我的英语比较突出，当家教去教英语，完全发挥了我的长处..

基本确定了自己要干什么，我就开始寻找自己的实践对象，由于是初次打工，我并不知道我的第一步该怎么走，我该怎么样去推销自己，张贴小广告?还是什么，呵呵，不过这点小事难不倒我，我决定去找我的高中英语老师裴高平先生，希望他可以帮我推荐给他的学生。说做就做，第二天我就去寻找裴老师去了，其实我并不知道他家在那里，不过我知道裴老师夫人在西湖市场开了个化妆品店，通过这个我第二天中午就见到了裴老师，晚上我没有回去，裴老师请我在他家里吃饭，晚上我们聊了很久，裴老师告诉我，他现在带高一，班里有个叫高峰的男孩，他十分的聪明，但是十分的顽皮，数理化都十分的好，就是语文和英语不好，由于顽皮的原因，这些要靠记忆的课都十分的不好，他说明天上课的时候联系下他的家长，希望我可以去给他当家教，因为裴老师所在的闻喜高中是一个全开放式的学校，虽然有少数的人住宿，但是大部分孩子都来自县城里，所以孩子们基本都是走读的，高峰也是走读的。听裴老师说，高峰家里住在西湖小区，父母都是公务员，家里的条件挺不错的，由于是独生子，父母挺溺爱他的，所以才导致他十分的贪玩，不过由于高峰十分的聪明，而且对数理化也十分情有独钟，却对英语十分的反感，甚至是讨厌，裴老师说高峰上他的课经常是睡觉，或者看漫画书，老师家长都没有什么办法，在了解了大概之后，我依然决定选择高峰作为我的第一个实践对象，我不会让我的第一个打工实践以失败告终。

在等了两天之后裴老师给我打来电话，告诉我他已经和高峰的父母交谈过了，他的父母十分的高兴我可以去为高峰当英语家教，当听到这个消息后我十分的高兴，我的家教实践就这样成功的迈出了第一步。后天就是星期六了，高峰也放假了，我决定那天去高峰的家里，把这件事情定下来，那天中午，我在学校门口等着裴老师下课，十二点的铃声终于在我漫长的等待中想起，裴老师带着一个长的十分秀气可爱的小男孩走过来，裴老师告诉我，这就是高峰，我已经和他说好了，现在就让他带你去他家，高峰笑着叫我邓姐姐，带着我向他家走去，一路上我们有说有笑，高峰告诉我，他不喜欢英语，那些奇怪的字母他看着就不舒服，不过他想考重点大学，由于英语如此之差，对以后考大学是个很大的障碍，他也曾想着要去好好学习，可是一旦实践起来，却十分困难，记单词根本就记不住，就算记住了也很快就忘了，他也希望我可以帮助他。晚上我和高峰家长聊了很久，高峰父母告诉我，他希望高峰以后可以考取重点大学，可是英语一直是他们一家人头疼的事情，希望我可以帮助高峰。然后我们说了关于补习的时间，以及费用，高峰晚上九点下自习回家，我每晚从九点半到十点半，补习一个小时，每小时二十元，晚上住在高峰家里，两周后高峰期末考试结束，在寒假里，从早上九点到十一点，下午三点到五点，每小时二十元，补习到腊月二十九，这样算下来，我当家教可以挣到将近一千元左右，想起来就开心，这样我就可以解决两个月的生活费了，更主要的是心理充满了期待，期待第一次的在外实践，第一次的挣钱养活自己。

星期天裴老师接了我两本高一的英语课本和练习册，我仔细的研究了下，好好的开始了自己的第一次备课，高一总共十单元，我决定每两天一单元，利用寒假吧高一课本给结束了，星期天从下午两点我就开始看书，一直看到晚上十点，一遍一遍的对着自己说着课本的内容，我都快把第一单元的两篇reading给背过了，课文，单词，语法，以及练习册上面的习题，看了不知道多少遍。那晚我梦到我再给高峰补习英语，我很成功，高峰十分喜欢我给他补习英语，效果也十分的明显，我带着笑被妈妈叫醒，我才反应过来，原来是个梦。星期一的早上 ，我就开始准备了，由于晚上在住在高峰家里，我决定背上我的单肩包，课本 练习册，笔，手机，钱包，我一边一边的检查自己的东西，这时妈妈突然问我，不是晚上再去吗?现在就要走吗?一下子把我问倒了，我太紧张了，是啊 ，晚上才出发，现在才早上，确实太早了。感觉这天好漫长，充满着期待我来到了高峰的家里，那时是九点二十多，高峰还没有到家，他妈妈已经把我的卧室收拾好了，我在高峰父亲的书房给高峰补习，终于等到高峰回来了，坐在高峰的旁边，我紧张到双腿发抖，我一直在告诉自己，这是高一的东西，那么简单，紧张什么，再说昨天备了那么久的课，不要紧张，.........................那晚我失眠了，我哭了，我感觉自己很失败，一切都和我想的不一样，我没有想到第一节课竟然是这样，高峰根本就听不懂我在说什么，reading部分高峰根本就听不懂，他甚至不知道old是什么意思，语法更是一窍不通，就和天书一样，我到最后也是越讲心里越乱，再加上高峰的无奈，我甚至不知道最后十几分钟我在说什么，好漫长的一小时，我感觉想坐在那里过了一天，那晚，我想了很久，我不知道我到底失败在那里，我认为很简单的东西高峰为什么就听不懂呢，到底哪里出了差错?

第二天在家里，我一直在想这个问题，到底是哪里出错了，为什么会这样，我想起了我刚开始学英语的时候，初次接触一种新的语言，心里充满了好奇，发誓要学好它，每天狂练单词，狂背课文，英语课总是充满了期待。难道是高峰的英语太差了?以至于就讲课文和语法他接受不了?难道是高峰对英语根本无法充满期待?甚至是逃避英语?我突然明白了，对于英语这种语言课程，对于一个英语底子十分差的高中生，补习英语根本不能从高一开始补，而且对于一门语言课程，培养兴趣是多么重要的事情，我立马想起了什么，我跑到自己的书柜里，把弟弟的初中英语书全部翻出来，单词全部撕下来，定成册子，把初中很简单的语法总结道一起，把初中的课本全部带上，我决定对高峰的补习从初中开始，从最简单的开始，从兴趣开始培养，从英语的重要性开始说起，初中和高中一起复习，以单词和课本为主，语法其次。晚上，在明亮的灯光下，我看到了高峰的无奈，和昨日的无奈一摸一样，那种表情，似乎放弃了我，放弃了英语。我并没有直接对高峰讲课，而是对他说了很多，你知道吗，语言对人类的重要性吗，作为人类基本的沟通方式，语言是最重要的，...说了很多和英语没有关系的，关于语言的重要性，当我拿出初中单词册时，他高兴的说里面有很多他都认识，我有让他看了初一的课文，他说挺简单的，他只有少部分不会，我很高兴，我希望从初中英语上来培养他的兴趣，培养他的英语自信心，更用以弥补他的英语基础，增加他的词汇量，我告诉他，既然很简单，每天在学校利用课下时间必须记住三单元，课文记住三篇，怎么样，我相信你应该没有问题，他高兴地答应了，说这么简单一定可以，我晚上负责抽查他记忆的情况，并且教他高一的单词，一晚上教他十个，我不希望太多的量压垮他，让他失去信心，就这样，他每天都按我们所说的那样，努力的复习初中的英语知识，我晚上教他少量的高一英语知识，很快两周过去了，他高兴地告诉我其实英语也不怎么难嘛，初一后面的课文由于他单词全都记住了很简单就看懂了，他也不是很讨厌英语了，我很高兴他的变化，我并不会奢求在二十多天的时间教会他多少英语知识，我只希望我可以让他真正的喜欢英语，真正的爱上英语，期末考试结束了，他告诉我，英语他考得还是一样的糟糕，根本看不懂那是什么，阅读短文基本上很少有能看懂的，我告诉他，没关系，毕竟我们才开始复习嘛，期末又不是高考，并不代表什么，我相信下次考试，你一定会有很大的进步，就这样，我按照我的方法和计划初中高中一起复习，以增加他的词汇为主，二十多天很快就结束了，我明显感觉到高峰对英语已经不再像以前那样充满厌恶和反感了，而是一说起英语反而情趣勃勃，还没事主动学习英语，记单词，我很高兴看到他的改变，虽然短短的二十多天我并没有教他什么英语知识，但是我还是十分的激动，因为我让他知道了英语的重要性，帮助他培养了学习英语的兴趣。在腊月二十九下午，在那顿离别餐上，我一言不发，我怕我随时会泪流满面，我不舍，我的第一次打工，第一次挣钱，第一次实践，第一个学生，那顿饭吃了很久，在出门的那一刻，我终于无法控制住想潮水般的泪水，是激动，不舍，更是欣慰.....

经过这次家教实践，我收获很多很多，我感觉到了挣钱的艰辛，感觉到了血汗钱的宝贵，这次寒假的家教实践，带给我的不仅仅是那薄薄的一叠百元大钞，而是我所获得的社会实践经验，所获得的那种宝贵的第一桶金。

**大学生寒假社会实践心得报告篇八**

寒假期间，我在\*\*公司进行了实习。时间是xx年2月4日至2月22日。实习期间努力将自己在学校所学到的理论知识向实践方面转化，尽量做到理论与实践相结合，在实习期间不迟到、早退，认真完成领导和同事们交办的工作， 得到领导和同事们的肯定，同时也发现了自己的许多不足之处。

我所实习的\*\*公司是朔黄铁路有限公司的一家子公司，隶属于神华集团公司， 是以能源、交通为主业，即煤炭、电厂、铁路、港口、煤液化、航运为一体的企业集团。我所在的\*\*公司拥有员工近1400人，分布在从山西神池到河北西柏坡全长248km的铁路线上。

回顾实习生活，感触是很深的，收获是丰硕的。实习期间我被分配在分公司办公室实习，办公室在一个机关中，是沟通上下、协调左右、联系各方，保证机关工作正常运转的枢纽。能有机会在办公室实习对我来说是一次很好学习的好机会，同时也是一场挑战。在这里通过帮助同事们工作，我学到了办公室的一些日常事务管理知识。这里经常组织一些活动，通过组织和参与对我的组织能力和处理事情的能力有了很大的提高，并有机会参加一些社交场合，对自己以后的发展也奠定了一些基矗令我触动最深的是，同神池南工务工队的兄弟们一起到线路上检查线路，神池南的气温相当低，再加上现在正是腊月，在这样的条件下，我们的铁路工人不畏严寒、毫无怨言、认真巡视线路、详实的作着记录，生怕有疏忽。“不屈不挠”这个词，我在小学就学过，这么多年来这个词也频频出现在我的文章里，但我对这个词并不了解，直到我和工人们去线路上巡查，冬天的神池南冰天雪地，走在铁路沿线上，两边是茫茫的白雪，眼前是一眼望不到边的、冰冷的铁轨，谈们裸露着双手，我这道尺测量着、记录着，我记得他们说得最多的一句话就是“苦干不能苦熬”，我才真正体会到了这个词背后隐藏着的是苦干、是实干，是一种敬业精神。这种精神会在我今后的生活历程中激励我克服一切困难。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措，这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。这也许是我一个人的感觉。不过有一点是明确的，即课堂教育与社会实践的关系，以课堂为主题，通过实践将理论深化。

“千里之行，始于足下”，这近半个月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，可以避免我毕业后的眼高手低现象 。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，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大多来自领导和同事们的教导，这是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事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大学面临走向社会的人来说，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”，我可以向他们学习很多知识、道理。

实习是每个大学生必须拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识，也打开了视野，长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基矗我想，作为一名大学生来说，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫。

最后，衷心感谢\*\*公司给我提供实习机会！

**大学生寒假社会实践心得报告篇九**

回想当时报名参加这个活动的初衷，不禁感慨颇深。

犹记得，当初我并未积极地报名，因为我想，寒假就那么点时间，要是再参加了，那我原来的计划不都打破了吗?于是，我对其置之不理了。后来，有一段时间我很是挣扎。因为我想，这是一个多么难得的实践机会去锻炼自己的办事能力和一个宝贵的经验呢?若是参加了，我不仅达到了锻炼自我的目的，或许出其不意我还能扩大自己的眼界并且能认识到很多人。于是，在报名期限的最后一天，我踊跃地报名了。

说实话，当看到那么一系列的活动名目时，我几乎快闭气了，不禁惊叹道“活动真多啊!”习惯了假日里的闲适和懒散，在活动开始前夕，一种逃避感和恐惧感不禁油然而生!但是，很快我便说服自己勇于面对自己当初的选择。

“开启典礼”结束后的第一天，活动正式陆续地展开了……

第一天的任务是采访大河乡的团委书记吴志强同志。其实在活动前，我对这个职务几乎毫无了解。于是为了能在采访活动中有较好的表现，我开始收集资料，逐步了解，并根据资料里的内容进行问题的编写。

第一天

总结而言，所有组员的表现都相当出色，大家配合十分默契，以一人提问，一人针对性作笔记的形式进行采访活动，大家效率都很高，以致活动十分顺利结束。大家围成一个圈，团委书记坐在圈中心，很认真地接受我们的采访，气氛十分其乐融融。

虽然大家都互不认识，但是我们在活动中都不约而同地进行着默契合作的锻炼与努力尝试。而在活动中，我感受很深的是，大家都有很强的集体意识。

第二天的任务是去到大河乡蒙正村，与村支书面对面，并且慰问老党员和一些孤寡老人。

第二天

这一天的桂林十分寒冷，临近1°c的气温笼罩着整个桂林。朔风呼呼地吹，但威力再强大，都依然不能阻挡我们0189第14组成员前进的步伐。早上九点大家集合，集体先去市场自己掏腰包给老党员们和孤寡老人们购置慰问品。因为没有直通的车进去村里，所以，我们一行16个人两两相互依偎着在寒风中前行了约一个多小时。终于到村里了，我们又马不停蹄地对村支书进行了采访，询问一些关于蒙正村的发展的问题以及我们组员各自对村支书或者村子里感兴趣的事。接着我们一一看望了老党员和孤寡老人们。只是令我耿耿于怀的是，我犯大错了。我不知道五保户老人是没有小孩的，于是在慰问一个老人的时候，我问“爷爷，您的儿女经常回来看你吗?”当时，所有人的脸都绿了，我一脸茫然。后来，大家跟我说明了原因，我才知道自己错得如此离谱。不过，团队没有因此狠狠责怪批评我，只是很耐心地指出我的错误。所以对我而言，我认为我也因此获益颇深。

……

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。

**大学生寒假社会实践心得报告篇十**

20xx年寒假作为一名专业功底不错的中文专业的学生，我来到了《濮阳早报》，开始了自己的短暂的实习之旅，所谓短暂就是指寒假这一小段时间。实习大致是从1月23日开始的，随着寒假的结束于2月17日结束。

开始准备实习首先是确定实习单位，结合自己的特点和意愿，我选择了当地的一份都市报——《濮阳早报》。理由有四：首先自己比较喜欢贴近生活、贴近实际、贴近群众的报道，因为这样的报道是百姓喜欢看的，不但有意思、对百姓的生活方方面面有帮助，同时在一些问题舆论监督上能够起到更加明显的作用。其次写都市报道，各种写作技巧和方法都可以进行尝试：消息、通讯、特写更重要的是一些视点深度的东西，较之于时政新闻更具灵活性。第三，《濮阳早报》作为本土的都市报可以让笔者更容易接触社会、调查百姓的生活，更加了解自己的家乡。第四，笔者了解《濮阳早报》是一份刚创刊的报纸，也就是说它是充满朝气的，相对的会给个人以更大的发展空间，同时也很有挑战性，笔者性格是比较喜欢挑战的，所以这个比较适合。于是通过电话联系、现场考察，笔者选择了这个实习地。

作为实习记者期间最大的感受就是无论你是做什么的都要努力寻找一个目标，做媒体的就要找准自己的宣传目标，有一个主题。第二，我确定本文来自小草了一个思想：如果想更好的成长，必须摆脱依赖性。如果想作为一名很优秀的实习记者，必须把自己放在正式记者的位置去锻炼自己，只有这样你才能学到更多。寒假假期很短，而且要过节，所以在实习的时间和效果可能会受到影响，但是只要你把握好机会，努力再努力，你就会有所收获的。

进入报社的时候，我清醒看到自己所遇到的困难：一是老师因为本身有报道任务等，不可能给你很多出去的机会，也就是现场采访报道的机会，所以你必须根据指导学会方法，更多的学习是放在自己用心的去看去听、去问去想、去探索去实习方面。二是经验很重要，虽然报社的那些记者很年轻、从事记者这个职业不久，了解到他们大多是从重点本科院校中文专业毕业的学生，来的已有半年了，但是就这个半年足够让你很有差距：缺乏专门的线索，新闻敏感性弱、写作水平的差距、采访等配合度……三是实习生整体现状不是很理想：发现很多的实习生每天都是缺乏ji情的状态、不知道思考如何去做去学习，不知道自己独立完成稿子，过分的依赖自己的老师，有时无聊就不正常的上班……所以我告诉自己必须要有信心、要有规划。

我每天都很积极的去上班，虽然是假期但是每天都保证7点多就起床，做很久的公交车，在上班时间前到达，基本上不迟到，而且告诉自己：新的一天，加油!到报社去看新的一天的报纸，看别人发的文章，仔细去思考：他为什么会发现这个，这篇文章的新闻点在哪里?如果是一篇很长的专稿，我就会直接去问这篇文章是怎么写的，怎么策划的，采访时怎么进行的?花了多长时间做前期准备……通过这些我也开始去思考自己的文章，然后写去发表。

记得我发的第一篇文章是关于家长逼着大学生相亲的，是从我们当地的一个论坛上看到的，然后去证实是真的，就询问主任是否可发，征得同意我就很快发了这样一个消息，虽然字数不是很多，400多字，但是却是我第一天上班就出来的成绩，所以也感觉很有成就感。这也ji励我不断的去思考、去锻炼、去发表文章。

后来为了要写新闻，自己去“跑大街”，因为我知道我没有正式记者那么广阔的线索网，也没有人给我提供或者是编辑室还有那些下派任务的报道，这些根本就轮不上我们这些实习生，所以就要自己去捕捉，人家说“脚底板下出新闻”。所以就多跑、耳勤、眼勤、腿勤、手勤、脑勤等等，发现这样不仅自己写稿多了，而且新闻敏感性强了。什么都本文来自小草是相辅相成的，我的新闻敏感性强了之后，更加容易捕捉新闻、也更加容易发表新闻了。后来写的文章有的是自己或身边人亲历本文来自小草的《崇尚健康节日消费观念龙城万余人次“电影过年”》、《返程濮阳人忙着留乡味》;比如我发表的《一条祝福短信小两口险离婚》;有的是从一些博客、论坛上得到的，如《网民新创意：“情人节”网络爱情宣言成时尚》;有些是自己策划的比如“情人节系列”的，“节后消费”之类……

最高兴的还是做比较大的报道，先后和老师做了当地交通状况尤其是出租车交通状况的专版，近4000字的文章、涉及很多方面，文章发表后影响很大，特别是对当地的交通状况的改善起了较大的作用。还有在金融危机下，关注当地群众就业的问题、深入招聘现场、采访很多人，全面分析普通市民就业的状况和更好就业的措施。关注节日情况，搞了情人节的系列报道，给很多市民节日消费等以正确的导向。如此的还有大学生就业、银行等vip制度市民反响、民俗文化、交通事故等，真正的是都市报道，民生新闻，视点深度，“关注都市发展，关心都市民生”。在短暂的实习内，严格要求自己，把自己放在一个正式记者的平台上去锻炼，同时抓住任何机会去认真学习和培养做都市报道记者各种素质：吃苦耐劳、思维活跃、新闻敏锐、策划与深度相结合，在老师的指导下，单独和配合发表了30多篇报道，约4万字，加上自己调查、策划等约10万字，居实习生之首。其实最大的收获是用心做文章，用文章帮助人。要有社会责任感，认真做人、认真学习、认真做文章。取得了那么大的成绩也主要感谢所有帮助我的老师，他们是记者，他们的职业道德和热情令我敬佩。他们不仅教会我新闻宣传的知识，更让我懂得做一名记者的责任与良知。感谢我们早报郑迎军副总编、机动记者部张永生主任，带我的机动记者部副主任袁冰洁大哥。同时，感谢那里所有的记者同事，因为我们是同龄人，有很多共同语言，在我实习那段时间，也很帮助我、关心我，我觉得好的氛围是我成长的重要条件。

实习结束了，我觉得不像很多人说的那样，实习生就是免费劳动力，只要你端正心态、努力去做，你也会收获很多!今后无论我从事什么工作，但我都会：简单快乐、充实提高，做一个有用的人，做一个有利于国家、有利于社会、有利于他人的人!

**大学生寒假社会实践心得报告篇十一**

2024年寒假作为一名专业功底不错的中文专业的学生，我来到了《濮阳早报》，开始了自己的短暂的实习之旅，所谓短暂就是指寒假这一小段时间。实习大致是从1月23日开始的，随着寒假的结束于2月17日结束。

开始准备实习首先是确定实习单位，结合自己的特点和意愿，我选择了当地的一份都市报——《濮阳早报》。理由有四：首先自己比较喜欢贴近生活、贴近实际、贴近群众的报道，因为这样的报道是百姓喜欢看的，不但有意思、对百姓的生活方方面面有帮助，同时在一些问题舆论监督上能够起到更加明显的作用。其次写都市报道，各种写作技巧和方法都可以进行尝试：消息、通讯、特写更重要的是一些视点深度的东西，较之于时政新闻更具灵活性。第三，《濮阳早报》作为本土的都市报可以让笔者更容易接触社会、调查百姓的生活，更加了解自己的家乡。第四，笔者了解《濮阳早报》是一份刚创刊的报纸，也就是说它是充满朝气的，相对的会给个人以更大的发展空间，同时也很有挑战性，笔者性格是比较喜欢挑战的，所以这个比较适合。于是通过电话联系、现场考察，笔者选择了这个实习地。

作为实习记者期间最大的感受就是无论你是做什么的都要努力寻找一个目标，做媒体的就要找准自己的宣传目标，有一个主题。第二，我确定本文来自小草范文网了一个思想：如果想更好的成长，必须摆脱依赖性。如果想作为一名很优秀的实习记者，必须把自己放在正式记者的位置去锻炼自己，只有这样你才能学到更多。寒假假期很短，而且要过节，所以在实习的时间和效果可能会受到影响，但是只要你把握好机会，努力再努力，你就会有所收获的。

进入报社的时候，我清醒看到自己所遇到的困难：一是老师因为本身有报道任务等，不可能给你很多出去的机会，也就是现场采访报道的机会，所以你必须根据指导学会方法，更多的学习是放在自己用心的去看去听、去问去想、去探索去实习方面。二是经验很重要，虽然报社的那些记者很年轻、从事记者这个职业不久，了解到他们大多是从重点本科院校中文专业毕业的学生，来的已有半年了，但是就这个半年足够让你很有差距：缺乏专门的线索，新闻敏感性弱、写作水平的差距、采访等配合度……三是实习生整体现状不是很理想：发现很多的实习生每天都是缺乏ji情的状态、不知道思考如何去做去学习，不知道自己独立完成稿子，过分的依赖自己的老师，有时无聊就不正常的上班……所以我告诉自己必须要有信心、要有规划。

我每天都很积极的去上班，虽然是假期但是每天都保证7点多就起床，做很久的公交车，在上班时间前到达，基本上不迟到，而且告诉自己：新的一天，加油！到报社去看新的一天的报纸，看别人发的文章，仔细去思考：他为什么会发现这个，这篇文章的新闻点在哪里？如果是一篇很长的专稿，我就会直接去问这篇文章是怎么写的，怎么策划的，采访时怎么进行的？花了多长时间做前期准备……通过这些我也开始去思考自己的文章，然后写去发表。

记得我发的第一篇文章是关于家长逼着大学生相亲的，是从我们当地的一个论坛上看到的，然后去证实是真的，就询问主任是否可发，征得同意我就很快发了这样一个消息，虽然字数不是很多，400多字，但是却是我第一天上班就出来的成绩，所以也感觉很有成就感。这也ji励我不断的去思考、去锻炼、去发表文章。

后来为了要写新闻，自己去“跑大街”，因为我知道我没有正式记者那么广阔的线索网，也没有人给我提供或者是编辑室还有那些下派任务的报道，这些根本就轮不上我们这些实习生，所以就要自己去捕捉，人家说“脚底板下出新闻”。所以就多跑、耳勤、眼勤、腿勤、手勤、脑勤等等，发现这样不仅自己写稿多了，而且新闻敏感性强了。什么都本文来自小草范文网是相辅相成的，我的新闻敏感性强了之后，更加容易捕捉新闻、也更加容易发表新闻了。后来写的文章有的是自己或身边人亲历本文来自小草范文网的《崇尚健康节日消费观念龙城万余人次“电影过年”》、《返程濮阳人忙着留乡味》；比如我发表的《一条祝福短信小两口险离婚》；有的是从一些博客、论坛上得到的，如《网民新创意：“情人节”网络爱情宣言成时尚》；有些是自己策划的比如“情人节系列”的，“节后消费”之类……

最高兴的还是做比较大的报道，先后和老师做了当地交通状况尤其是出租车交通状况的专版，近4000字的文章、涉及很多方面，文章发表后影响很大，特别是对当地的交通状况的改善起了较大的作用。还有在金融危机下，关注当地群众就业的问题、深入招聘现场、采访很多人，全面分析普通市民就业的状况和更好就业的措施。关注节日情况，搞了情人节的系列报道，给很多市民节日消费等以正确的导向。如此的还有大学生就业、银行等vip制度市民反响、民俗文化、交通事故等，真正的是都市报道，民生新闻，视点深度，“关注都市发展，关心都市民生”。  在短暂的实习内，严格要求自己，把自己放在一个正式记者的平台上去锻炼，同时抓住任何机会去认真学习和培养做都市报道记者各种素质：吃苦耐劳、思维活跃、新闻敏锐、策划与深度相结合，在老师的指导下，单独和配合发表了30多篇报道，约4万字，加上自己调查、策划等约10万字，居实习生之首。其实最大的收获是用心做文章，用文章帮助人。要有社会责任感，认真做人、认真学习、认真做文章。取得了那么大的成绩也主要感谢所有帮助我的老师，他们是记者，他们的职业道德和热情令我敬佩。他们不仅教会我新闻宣传的知识，更让我懂得做一名记者的责任与良知。感谢我们早报郑迎军副总编、机动记者部张永生主任，带我的机动记者部副主任袁冰洁大哥。同时，感谢那里所有的记者同事，因为我们是同龄人，有很多共同语言，在我实习那段时间，也很帮助我、关心我，我觉得好的氛围是我成长的重要条件。

实习结束了，我觉得不像很多人说的那样，实习生就是免费劳动力，只要你端正心态、努力去做，你也会收获很多！今后无论我从事什么工作，但我都会：简单快乐、充实提高，做一个有用的人，做一个有利于国家、有利于社会、有利于他人的人!

**大学生寒假社会实践心得报告篇十二**

广东德邦物流有限公司，是营业额位居国内物流行业前三强的大型企业。截止xx年12月末，公司已开设直营网点  4,300多家，服务网络遍及全国，自有营运车辆7,200余台，全国转运中心总面积超过88万平方米。

xx年1月18日至1月20日三天，我与我大学同学一行五人前往位于广州市白云区的广东德邦物流有限公司东平总部进行实习。作为其中的一员，倍感荣幸之余心中也免不了感到紧张与兴奋，在这样实力强劲、口碑绝佳的大企业中，我们会看到些什么，遇到些什么，又会学到些什么呢?怀着这样的忐忑与期待，我们的实习之旅开始了。

18日清晨，一身正装的我们被带往了总部新建的办公楼，去和许多德邦的正式员工一起接受员工培训，这次培训的主题就叫做心态修炼。

在一间干净整洁的多媒体教室里，课程开始了。一起参加培训的有三四十名德邦的正式员工，通过课上的交流得知，他们都是在德邦工作不超过两年的人，而这种培训，也正是德邦向新员工介绍自己企业文化的一种有效手段。最让人印象深刻的是这次培训的讲师——鹿宁先生，在三个小时的培训里，鹿先生谈笑风生，引经据典，无论是自己的亲身经历还是名人轶事，都信手拈来，把课堂驾驭得有序而不死板，热烈而不嘈杂。另一方面，无论是在培训课程里的自我介绍、相互大胆问好交流等互动环节中，还是让大家站到台上发表自己的看法想法时，德邦的大部分员工们都表现的相当踊跃、从容，没有我印象中许多校园互动活动里学生们的拘谨与放不开，取而代之的是员工们言语中所透露出的活力与自信。我觉得，从这个侧面，也反映出了德邦人总体的精神状态，即使在如今经济状况整体不太好的情况下，他们仍然乐观、上进。

在培训课堂接近尾声的时候，鹿先生组织大家一起做的一个游戏也令人十分难忘。首先，大家一男一女相互隔开，一个人的脚尖顶着前面一个人的脚跟，紧紧围成一个小圈。这时，鹿先生的指令“蹲下”，在我们看来这就十分困难了，只能前面一个人蹲在后面一个人的大腿上，因为相互不熟悉，又是男女隔开，大家蹲得都十分不自然。谁知，鹿先生又命令我们听好口令，一齐左右左地向前迈步。大家勉为其难地走了几步后，都觉得腿部发麻，有点撑不下去了。可鹿先生仍旧不依不饶，下命令说走满一圈，我们顿时叫苦不迭。可是这个游戏的神奇之处就在于，当你腿部无力，没有办法，只能把重量完全放到后面一个人的腿上后，马上就会感觉轻松不少，虽然说不上完全不累，但是走完一圈嘛倒还绰绰有余。就这样，大家完成了这个游戏。

游戏后鹿先生让大家自己做的总结也让人受益匪浅，有说要合作时互相信任的，有说要分工后勇于承担的，总之，有了这样的经历，心里倒真是别有一番滋味。

18日下午，我们在人力部门何先生的带领下对东平总部的各个部门进行了参观。

正值午休刚刚结束的时候，2月末的广州，已经于温暖中透着一丝慵懒，正是午睡的大好时节。可各个部门的办公区域里却早已忙碌了起来，没有睡眼惺忪，没有拖沓无力，我们听到的是员工接到用户电话时的热情，看到的是井然有序的工作状态。

走到总部办公大楼一楼到二楼的交界处时，何先生不无骄傲地谈起了墙上挂满了的德邦优秀员工照片：“这是xx年初我们员工自己评选出来的xx年优秀员工，包含了我们工作的各个方面，现在已经是xx年初了，新的评选结果很快就会出来，这种荣誉与奖励，也是我们工作的动力!”

参观过程中，还有一点引起了我们的注意，那就是每个部门墙上贴出的看板。据何先生介绍说，这是向日本丰田公司学习的看板管理模式，面板上面详细、真实地记录着该部门工作的质量、时间、安全指数等指标，让员工们对自己部门现今的工作状态一目了然，从而通过这些信息来提高自己的工作效率，改进自己的工作方法。

经过这一番参观，大企业对待工作的态度以及面对如今外界金融环境不利的形势下表现出的吧从容不迫的风度让我折服。

在19至20日的两天时间里，我们实习的五人被分别派往不同的部门，就像一名真正的员工一样，拥有了自己的工作岗位。

我被分到了短途车队的数据统计小组。短途车队是公司负责珠三角内近距离运输的部门，而我所就职的这个数据统计小组则负责对车队每天的收发货时间、运输时间、成本利润结算、事故支出等细节数据进行记录，进而进行统计方面的分析，得出结论，从而提出对公司减少成本、增加利润有所帮助的建议。在这个小组中，并不是像我想象的那样，短短两天时间里只是对着这些枯燥的数据进行录入，反而通过和同事以及领导的交流，从细节中看到了德邦做出的努力。

员工正常工作的时间是早上九点到下午五点半，午休时间是中午十二点到下午一点半。就统计小组来说，长时间的工作都是在电脑前完成的，这样就不可避免地对员工的身体有所损害，颈椎病也算是办公一组的职业病。可在19日早上十点的时候，我惊讶地听到了久违的广播体操之前集合的音乐。跟随着人流来到了车队旁边的空地，只见员工们用丝毫不逊于中学生们的认真态度做起了广播体操。看着西装革履的他们认真地做操，我竟然丝毫不觉得滑稽，倒是对于德邦一心为员工着想所做出的努力有了更深刻的体会。在同事只见的交流中，一提到做操这个安排，大家都赞不绝口，“要是每天早上十点多不活动一下，估计我颈椎病早就犯了”。

下午的五点整，一天的工作接近了尾声，统计小组并没有浪费剩下的这半个小时，胡乱敷衍过去，而是组织了每天一次的例行会议。会议上，员工们和组织会议的领导畅所欲言，完全没有上下级之分，大家说出来的全是自己工作中遇到的问题，虽然细小，但是如果逐个击破，对公司运行顺畅度的提高是可想而知的。这一次，统计小组还专门请来了财务部门的会计们，为了能提高自己对数据的分析水平，提出了财务培训的请求。可见例行会议对部门间的协作也有很大帮助。

两天的部门实习很快就结束了，除了以上所说的两点细节外，我们还从对鹿宁先生以及校友们的采访中得知了许多德邦在工作中的其他细节，比如每个月结算工资的时候，员工出一百，公司出一百，把这些钱专门寄给员工父母的亲情1+1活动，再比如德邦为了加强员工归属感所组织的集体婚礼活动等等，这正说明了一句话，细节决定成败。

xx年1月20日下午，我们离开了德邦公司，在三天的社会实践实习中，所见所谓的许多事情引起了我的思考。在第一天迈入德邦公司之前，我的心情是紧张与兴奋的，如今从德邦公司走出，我仿佛能感觉到身后这间公司是一个巨人，在风暴的冲击下岿然不动，屹立不倒。

**大学生寒假社会实践心得报告篇十三**

系部名称： 专业：

班级： 姓名： 学号：

实践单位：茶餐厅

实践时间：

为了拓展自身知识面，扩大与社会的接触面，增强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真正地走入社会，更快地适应社会形式的变化，并且能够在生活和工作中很好的处理问题，同时也可以打发这空虚无聊的漫长寒假，让寒假充满意义。

我的工作是在茶餐厅当一名服务员，负责上菜。工作总共有两个班，分为早晚班和中班。所谓早晚班就是早上9点上班，中午12：30下班，然后下午5：30上班，晚上11：00下班；而中班就是早上10点上班，晚上7：30下班。每天工作八小时，午饭和晚饭都在餐厅吃，吃饭时间为半小时。每天早上我们都要打扫，我们每个班有八个人，每个人都有各自负责的工作，而我的打扫任务就是负责擦餐厅里所有的桌子。晚班结束时依旧如此。

刚开始，我是抱着试试看的态度去找工作的。反正在家闲着也是闲着。正好看到一家茶餐厅要找人，我就去报名了。

首先，那老板让我填了一张表，（就是介绍自己的）。然后，他询问了我一些问题。得知我是大学生来做假期工的，他很是欢迎。他说他就喜欢招一些假期学生工，因为学生的素质高，同时，也可以锻炼一下学生自我。我听了很是兴奋，心中也暗自佩服那位老板。

果然，过了两天我就接到电话，说让我第二天九点去报到。我听了非常激动，这是我的第一份工作，不管做什么，我都下定决心要做好。

第二天，我提前去了。同样，我也看到很多和我一样来报名。我很奇怪，因为她们中的大多数都和我一样是学生，也有几个是刚毕业的。我的心里不禁暗自高兴。

由于茶餐厅是刚装修好，还没正式开业，所以店经理就先让我们帮忙打扫，互相认识，自我介绍一下，同时也熟悉熟悉环境，没半天，我们大伙就打成一片了。毕竟都是同龄人，能聊的话题也很多。第二天，经理给我们每人发了两套工作服，以及工号牌，拿到工作服那一刻，我们所有人都很兴奋，都在期待着开业。

终于，第三天，在一片炮竹声中，茶餐厅开业了。那天，我 是第二个班，而第一个班的人已早早站在门口当起了迎宾小姐。我有些紧张，推开大门，我换上制服，开始了我第一天的工作。

不过没多久，我就觉得脚很酸，想休息，但我们并不允许，也不可以在客人面前乱动，要维护好自己的形象及餐厅的形象。好不容易到了中午，可以吃饭了，不知为什么，平日里那并不怎么好吃的菜那天突然那么可口，（也许是站太久饿坏了吧。)下午，我和一个同事一起当起了迎宾小姐。每当有客人进来时，我们都要点头并微笑着说“欢迎光临。”当客人用完餐离开时，我们也要微笑着说“谢谢光临。”

不知不觉，第一天的工作结束了。我似乎还沉浸在这兴奋中，但晚上回到家，脚好酸好痛，都不能平伸，夜里疼得睡不着觉。不过热情而年轻的我没有丝毫感到累，我倒觉得这是一种激励，明白了人生，甘无聊生活，接触了社会，了解了未来。

在餐厅里虽然我是以传菜为主的，但我不时还要做一些工作以外的事情，又是要做一些清洁工作，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，你必须自觉地去做好，而且要尽自己的努力做到最好。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。

所以，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，也要学习别人怎样做人，以提高自己的能力。

记得老师曾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。

在这短期的假期实践里，有一件事令我印象深刻：发传单。由于我们的餐厅是刚开业的，所以没多少人听说，生意也没有多红火。于是，店经理决定让我们员工去发传单，宣传我们店。

我非常高兴的接受了这份工作，但事情并不如我想像的那么顺利。我那么热情的向路人介绍我们茶餐厅，发传单给她们，很多人并不理踩你，压根儿连看都不看一眼就把传单给扔了。结果是我们给扫马路的清洁工带来了很大困扰。我们前面发，有些人后面扔。我当时就很气，心想她们怎么一点儿也不尊重别人的劳动成果呀。但渐渐地我也习惯了，这就是社会。多数人都在为了自己而活，别人并不可能花那么多心思去关心或替你考虑。。。。。

不知不觉，半个多月的假期实践结束了。说也奇怪，平日里那么多的怨言都变成了离别时的不舍。在这里，我学到了许多学校里学不到的东西，也认识了不少朋友。总之，这次假期实践非常有益。

以前总是乱花钱，但当真正工作后才发现钱挣得不容易，所以，当领到工资时，我并没有舍得花，而是好好的保存。同时，也学会了尊重与感恩，还有淡定。

短短20天的社会实践结束了。我从中学到了很多。

一，要学会做人。首先，人要有诚信，要遵守信用，既然答应了就应该做到。

二，要学会忍耐，要沉着冷静的思考问题。不要遇到问题就不知所措。

三，要记住，在上半时一定要遵守纪律，不能在客人面前随便说话，要给客人留下一个好印象。最最重要的是要记住，客人永远是上帝，不论客人有什么不好的行为，都不要当面指责；客人提出的意见要虚心接受。

四，要勤奋，做好自己分内的工作，不要因为工作量大就想偷懒。看到哪里脏了，要自觉地去扫干净，不要等到领班去催你，打扫时不能马虎。

同时，我也学会了勤俭节约。第一次挣钱时才感觉到了钱的来之不易。懂得了节约，不乱消费。

当然，在这里，我也交了不少朋友，她们给了我很大帮助，更让我学会了珍惜。我想这次的假期实践会让我终身受益。

在这次实践中，有一点我感受很深。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问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有的时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上就学的这么吃力？

或许老师是正确的 ，虽然大学生活不像踏入社会，但总算是社会的一部分，这是不可否认的事实。

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，社会实践毕不可少。

毕竟，两年之后，我已经不再是一名大学生，而是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做事。只懂得纸上谈兵是远远不够的，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。

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在学校读书；而已在社会的人都宁愿会学校读书。我们上学，学习的是先进的科学知识，为的都是将来走进社会。

所以，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。

**大学生寒假社会实践心得报告篇十四**

实习小结：

由于刚进入大学学习建筑方面的知识，对建筑上的知识可以说还是了解不多，而且我认为今后要想在建筑工作上游刃有余，仅靠在书本上学习的知识和理论是远远不够的，所以我决定在我还没毕业之际，应该多多去了解和实习。一方面是为了增加自己的实习能力，另一方面，是为了更好的积累自己的专业知识，所以，我寒假来到了桂林利源水电建设有限责任公司进行实习。

通过这次水利工程实习，我收益匪浅，不仅学到了许多书本上没有的知识，而且还从老一辈的工程专家那学到了许多做人处世的道理，现将实习以来的心得体会总结如下：

由于我是在学校学到的是建筑工程技术专业，因此这次实习非常具有针对性和实习意义。由于我只是刚进大学，刚刚接触建筑方面的知识，只学到了最基本的专业基础，所以我不管是工作阅历，还是知识累积，都是不够丰富的，然而通过这次短暂的实习，使我充分地了解了很多知识，进而在今后的工作和学习中更好地掌握和运用专业技能。

首先，通过这次实习，使我更深刻地了解到：大学三年在学完专业基础课和专业课后，具有了扎实的专业知识是非常重要的，在校期间所学的内容都是理论知识，除上课学到的专业知识外，在运用已学理论知识还远不够。通过这次实习，我对以前学习中存在的问题和不足有(20xx年 电厂参观实习报告)了正确的认识。

我们在课本上学的知识都是建筑工程中最基础的内容，所运用的模型，器材和原理也是最简单的类型。但随着我国建筑行业的日趋规范和完整以及人民群众对建筑物安全、合理、经济的更高要求，工程上很容易出现各种问题和疑惑，如何快速正确地处理好这些问题?我想，那便是运用我们所学的知识和原理，根据问题具体找出“瓶颈”所在，找到突破口去解决好。其实，这些基本知识和原理很多我们都学过，但如何将他们联系起来，用于解决和、工程中的实际问题，则需要我们在实习中不断学习和总结。定能够更好地解决问题。

其次，通过这次施工实习，使我更清醒地意识到施工管理的重要性。无论是从事设计还是施工或监理工作，我们都应该注重提高施工管理效率然而在通过这次实习，我懂得了如何的运用全站仪，和水准仪去测量，外加一些对工地的测量规范。积极参与到工地当中，参观中控室，放样，收集有关的数据。我觉得这次施工实习的工地，他们的先进管理理念和方法都值得我们学习，使我感受特别深刻。

水利工程施工管理要考虑的内容多，范围广，所要安排的工作任务量更大，但这直接关系到工程的进度和效率。通过在工地上的实习与见证，利源水电建设有限责任公司工作人员各司其职，各项工作开展的有条不紊，工人们在工地上忙碌但有序，施工员、安全员、监理员也是在施工现场步步不离，认真将施工工作效率提高到最佳，而项目工程负责人则在工地现场指导。因此各项工作都在计划进行中。

通过这些引入先进管理模式和科学管理方法，施工效率有了很大提高，这样十分有助于施工的连续性和可续性。

最后，通过这次施工实习，使得我更全面地明白了今后的努力方向。其实，在这么短暂的施工实习中真的很难学到更多的知识和技能。但是，在这几天的施工实习中我从更全面的角度认清了今后所从事工程工作所需努力的方向。正如在学校老师所说的：“毕业后从事土木工程工作，需要的是谦虚和学习”。

的确，从大学毕业走上新的工作岗位后，我们所面临的如同一张白纸，一切都是新的，一切都在等待我们去努力。另外，在这次实习环节中，我也发现自己存在的一些不足和缺点，主要有以下两点：

一、专业知识掌握的不够全面。尽管在学校认真学习了专业知识，但是当前所掌握的知识面不够广，尚不能轻松胜任自己的工作，因此，尽管在不久的将来走上工作岗位，但我应该将所从事的工作看作是新的学习的开始，只是在实习中学习，才会掌握更多专业知识和技能。

二、专业实习阅历远不够丰富。由于专业实习时间较少，因此很难将所学知识运用与实习中去，通过实习所获取的阅历更是很短缺。所以，今后我们在工作岗位上，一定要抓住机会，多向从事水利工程的前辈学习，同时要转换学习方法和态度，改变以往过于依赖老师的被动吸收学习方式，应主动积极向他人学习和请教，同时加强自学能力和驾驭解决难题的本领。

总之，我会好好体会这次实习给我带来的成果，我相信这对我今后的工作中是极其有帮助的。

单位信息：

单位名称：

地址：

经营范围：

水电建筑工程，民用建筑工程，施工，水利水电开发，水电设备输变电工程施工，水利水电咨询及开发

安全生许可证号：

jz安许证字【20xx】000166

【实习单位指导人】：

【职务】专职安全员

【联系电话】

【实习项目名称】

【项目简介】：

桂林市漓江防洪堤及桃花江疏浚整治工程涉及两江四湖、七星区、象山区、秀峰区三个城区和甲山乡，保护面积14.67k㎡,保护人口9.8万人，保护耕地10780亩。

本标段的施工内容为肖家橡胶坝壅水工程项目。

肖家壅水工程枢纽挡水建筑物主要由橡胶坝、铺盖、消力池、海曼及水泵房、中空室等组成。

【实习意见】：

该同学在为期一个月的寒假实习期间，不断加强专业知识和理论知识的学习，工作中严格要求自己，关心集体，态度端正，积极主动的配合其他工作同任协调完成各种工作任务。完成了认知实习的学习使命，找到了理论于与实际的差距，积极学习专业知识，并补习了原来的基本操作的一些知识，主动学习了实战书籍，积极与周围人沟通工作以外的社会问题，获取更多的做人道理，为迈进社会做准备，此积极探索心态值得赞许，得到领导和同事的一致好评。

**大学生寒假社会实践心得报告篇十五**

寒假期间，我在临沂市中裕燃气公司进行了实习。时间是xx年年2月1日至2月28日。实习期间努力将自己在学校所学到的理论知识向实践方面转化，尽量做到理论与实践相结合，在实习期间不迟到、早退，认真完成领导和同事们交办的工作，得到领导和同事们的肯定，同时也发现了自己的许多不足之处。

回顾实习生活，感触是很深的，收获是丰硕的。实习期间我被分配在公司办公室实习，办公室在一个机关中，是沟通上下、协调左右、联系各方，保证机关工作正常运转的枢纽。能有机会在办公室实习对我来说是一次很好学习的好机会，同时也是一场挑战。作为一名助理，我的主要工作具体方面包括文件发送，电话记录，指令下达，传真以及信件收发等。由于这项工作便于对企业整体运作模式的观察，因此担任此项实习工作更能够将学过的专业知识与实际相对比。

刚开始去的时候，还真的有点不适应，感觉自己什么都不会做，还好后来在老师的鼓励和帮助下，我也开始有了点感觉，对公司环境开始渐渐适应了。由于以前在学校里的时候条件的限制，我对日常办公自动化和工具维护这两个方面接触的比较少。虽然大的服务器、激光打印机、传真等我都见过，但是都没有具体的操作和维护过，所以对这些方面我都只有一个大概的印象而已。不过后来在老师的一一介绍下，我对一般的打印机和传真等方面都有了一定的了解。在开始的工作中，由于对人员和工作环境还不太熟悉，因此工作效率比较低，也出现了一些错误，比如发错报价单、文件指令下达效率低等，但是经过后来的弥补，没有造成经济损失，同时总结经验教训并且努力在与员工沟通和协调方面下功夫，了解人员关系，适应企业环境，渐渐比较熟悉的掌握了业务技能，后面的类似工作便能应付得比较得心应手。由于业务方面的熟练，企业领导对我提高了信任程度，并且交给了我一些较为复杂的工作。

在这里通过协助同事们工作，我学到了办公室的一些日常事务管理知识。这里经常组织一些活动，通过组织和参与对我的组织能力和处理事情的能力有了很大的提高，并有机会参加一些社交场合，对自己以后的发展也奠定了一些基础。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措，这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。这也许是我一个人的感觉。不过有一点是明确的，即课堂教育与社会实践的关系，以课堂为主题，通过实践将理论深化。

千里之行，始于足下”，这近一个月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，可以避免我毕业后的眼高手低现象。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，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大多来自领导和同事们的教导，这是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事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大学面临走向社会的人来说，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”，我可以向他们学习很多知识、道理。

在此次的实习工作中，我严守职业道德规范，认真完成了领导交给的各项任务，利用学习到的理论知识投入到现实的工作中，利用自己学到的知识解决现实中发生的问题，利用自己的特长为企业提高效率。做好了自己的本职工作的同时，带头做出了一些如打扫卫生等各个方面的义务劳动，利用自己的组织协调能力，使得自己和员工之间的工作配合默契，提高工作效率，受到领导和员工的好评。

通过这次的实习，我对自己的专业有了更为详尽而深刻的了解，也是对这几年大学里所学知识的巩固与运用。从这次实习中，我体会到了实际的工作与书本上的知识是有一定距离的，并且需要进一步的再学习。虽然这次实习并没有真正接触到企业的高层管理，业务有的与企业管理联系并不是太紧密。但是，这帮助我更深层次地理解企业运行的模式，对专业学习和今后的工作提供了极大的帮助，使我在企业管理专业方面，不在局限于书本，而是有了一个比较全面的了解。俗话说，千里之行始于足下，这些最基本的业务往往是不能在书本上彻底理解的，所以基础的实务尤其显得重要，特别是目前的就业形势下所反映的拥有实践的工作经验的竞争力要远远大于仅仅局限于理论知识。从这次实习中，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，用我们的实际动手操作在真正理解和学习我们学习过的理论知识，这才是我们学习与实习的真正目的。

社会实践是每个大学生必须拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识，也打开了视野，长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。我想，作为一名大学生来说，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫。

很快，一个寒假又过去了，面对最后半年的校园生活，想着刚刚过去的最后一个寒假，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。一个月，短短的一个月，说不上是每一份经过都会成为内存，但紧张沉默之后更多的确实是感慨。

最后，十分感谢临沂市中裕燃气公司给我这样一个宝贵的实习机会，让我对社会、对工作、对学习都有了更深一步的理解和认识，为我即将走上工作岗位增添了信心，让我在大学生活中留下了美好的一页！

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