# 大三寒假社会实践的心得体会(精选12篇)

来源：网络 作者：夜色温柔 更新时间：2024-07-29

*体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。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。大三寒假社会实践的心得体会篇一当我...*

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。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。

**大三寒假社会实践的心得体会篇一**

当我到达电子厂以后才发觉这里的职场生活并非自己想象中那般枯燥，也许是寒假期间主动到电子厂上班的人较少的缘故导致自己享受到了许多优待，但也正因为处于年末之际也需要将繁重的生产任务全部解决掉才行，只不过由于初期对于产品的生产与包装不太了解的缘故导致主要以学习为主，实际上由于没能调整好心态导致自己在电子厂花费了较长时间才适应了这里的职场生活。通过老员工的讲解与实际操作中让我对厂内生产的过程有着较为详细的了解，在我经过初次尝试以后才明白值得自己在电子厂学习的工作技巧还有许多。

在产品包装的环节中虽然比较简单却因为任务量较重的缘故花费了自己不少的时间，但对我来说这既是学习的环节又能让自己通过繁多的事务沉淀以往所学的知识，关键是将其转化为实践经验才能够确保社会实践的经历不会因为实践的流逝而逐渐淡忘，所幸的是每当自己在包装产品的过程中遇到难题的时候都能够得到同事们的指点，再加上交接班的制度导致自己在电子厂工作中需要投入的精力没有想象中那么多。

寒假期间的电子厂之旅带给自己的较大感受便是幸苦而充实，毕竟在工厂打工能够感受到幸苦的滋味无论是谁都会心有体会，更何况外界对于工厂上班的观念都是虽辛苦却能得到很好的锻炼效果，至于充实自然是在忙碌的生活中体会到电子厂工作的乐趣，毕竟当自己将精力都投入其中并感受到工作的乐趣以后自然就会在漫长的\'时间中觉得十分充实，关键是这里的生活与校园有着较大不同从而让我对其内部的管理制度感到十分好奇。

也许是在电子厂上班的实践只有一月的缘故让我觉得这个寒假还是比较短暂的，但也正因为如此让我从中学到的工作技巧能够是始终保留在自己的脑海之中，希望在毕业之前能够多经历几次社会实践从而让我对未来的职业规划有着更多的了解。

**大三寒假社会实践的心得体会篇二**

下面是小编为大家整理的,供大家参考。

一段难忘的社会实践结束了，经过这段时间的学习，一定积累了不少经验，那么我们需要好好地进行总结了。那么实践报告有什么格式呢?下面是小编为大家带来的大三寒假社会实践的心得体会范文，希望大家能够喜欢!

大三寒假社会实践的心得体会范文1

作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力，尤其在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段。它有助于当代大学生接触社会，了解社会;同时实践也是大学生学习知识，锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社区，回报社会的一种良好形式。

所以为了同一个目标，同一种信念，我加入了寒假社会实践活动，在一家菜馆里做了10天的服务生。

这是我第一次经历社会实践。对于一个大学生生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。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，提高自己的社会适应能力。

尽管在这十天里，我的手被开水烫伤过，被顾客刁难过，被经理批评过，被酒精炉割破手指，摔坏过碗碟，但是，我知道我经历了一次成长。充分认识到学到了再多的理论，如果它不能很好的指导实践，解决实际问题，那么它永远只是理论，没有实际意义，就像纸上谈兵。

社会百面，餐馆拙见。我在一个月的时间里，尽全力去融入社会，感知社会，我对自己说，遇到难题，不要轻言放弃，在放弃前再努力一次，告诉自己，对于过去不曾后悔，因为付出过，奋斗过，加油!

在为期十天的社会实践中，我总结出了以下几点个人工作的理念来规范自己在工作中的言行举止：

1、首先行把自己同领导和同事之间的关系搞好。使尽快地熟悉自己所在的工作环境，笑对每一位顾客。

2、我们的一切出发点是为了顾客，处处要为了顾客着想。顾客就是我们要服务的上帝。

3、注意我的形象，服装、言行，举止大方、文明得体，要做到一个服务者应该做到的本质。

4、在上班之前制定好今日的工作计划，并熟练各项规章和章程，保证上班的工作效率。

5、按时上下班、坚决做到不迟到、不早退。

6、上班时间不能接打电话，做私人事，聊天等。

7、处理突发事件言遇事冷静、理智以餐馆与顾客的利益出发，不鲁莽行事，及时汇报。

8、保证上班时间，服从领导安排，处处以大局为重，维护大局形象。

经过我的一番努力我的假期打工悄然落幕了，经过这次实践，我能真正体会到这一点。在工作中，在真正的社会交际中，顾客永远是对的，你不能掺杂自己的个性。

第一：乐观，不管遇上什么样的困难，都要用乐观的态度去面对，相信会有所转机。

第二：自信，首先自己要有自信，自信不是自夸，而是对自己的能力作出的肯定，这样别人才能更加相信信任你。你要对自己说“我一定能行”那你就一定能行。

第三：肯努力，我一直非常信奉一句话，“努力就有希望”不要觉得成功遥不可及，其实只要你在不停的努力你就靠成功越近，“踮起脚尖就更靠近阳光”在努力的过程中千万不要放弃，说不定你距离成功就差一步，而你却放弃了!要勇于面对各种挫折，挫折并不能阻挡有勇气的人走向成功。

第四：谦虚做人，我们本来对于社会上的知识知之甚少，我们千万不能骄傲自大，自以为是，那是肤浅的表现，我们要谦虚做人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。别人给的意见，我们要听取、耐心、虚心地接受。

经过这一次的寒假打工，社会实践，我真的是长了不少的见识，增长和很多社会经验，在实践中我也找到了自身的价值。我早晚都要走出校园，走进社会大染缸去。

我积极的倡议当代大学生走出校门积极参加社会实践活动，在社会锻炼中寻找自我价值，我我们来到大学的目的就是学到先进的科学文化知识更好的服务社会，所以我们更应该尽早地了解社会的需求来提升自我各方面的文化知识和素质，当我们走向社会时更准确地找到自己的位置为社会服务。

我们只要了解了社会的需求和自己所长，就会很快找到自己社会中的位现代大学生缺少社会知识和信息，在学校时从不关注社会中的情况，甚至连新闻都懒得看，更不用说社会锻炼，所以当他们迈出校门的那一刻就迷失了方向，拿着自己的简历不知何去何从，只知道自己学的是什么专业，却不知道自己能干什么，以至于很多大学生毕业后都找不到工作;因为大学生缺少社会锻炼，空一肚子墨水却不知如何用，很多用人单位不愿招聘应届毕业生，都愿吸取有工作经验者，因此大学生的就业率也越来越低!

有的学生辛辛苦苦学了数十年的专业当走进社会时却找不到任何与所学专业有关的工作，这是多么可悲的事情，这就是不了解社会的需求所造成的。所以我们要发起倡议，为了我们今后更好更快地投入到社会当中去，为了我们早日实现我们的人生价值，为了能够更顺利的工作用自己的所长服务于社会，让我们积极投入到社会实践中去吧!

大三寒假社会实践的心得体会范文2

大学的的第二个寒假到来了,应学校的提议和社会对大学生的要求,我参加了寒期社会实践活动。在这又一次的活动中,我学到了很多,也感悟了很多。下面就我这次寒期社会实践的心得做一总结。

寒期社会实践,是我们大学生充分利用寒期的时间,以各种方式深入社会之中展开形式多样的各种实践活动。积极地参加社会实践活动,能够促进我们对社会的了解,提高自身对经济和社会发展现状的认识,实现书本知识和实践知识的更好结合,帮助我们树立正确的世界观,人生观和价值观。大学生社会实践活动是全面推进素质教育的重要环节,是适应新世纪社会发展要求,培养全面发展型人才的需要,是加强集体主义,爱国主义,社会主义教育,升华思想的有效途径。积极投身社会实践,深入群众,了解社会,增长才干,是青年学生成长成才的正确道路,是青年学生运用所学知识技能,发挥聪明才智,积极为社会作贡献的重要途径。

寒期社会实践则恰恰为我们提供了一个走出校园,踏上社会,展现自我的绚丽舞台。利用假期参加有意义的社会实践活动,接触社会,了解社会,从社会实践中检验自我。在实践中积累社会经验,在实践中提高自己的能力,这将为我们以后走出社会打下坚实的基础!

一片叶子属于一个季节,年轻的莘莘学子拥有绚丽的青春年华。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,我们能否不辜负他人的期望,为自己书写一份满意的答卷。

步入大学就等于步入半个社会。我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵,通过社会实践的磨练,我们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。今后的工作中,是在过去社会实践活动经验的基础上,不断拓展社会实践活动范围,挖掘实践活动培养人才的潜力,坚持社会实践与了解国情,服务社会相结合,为国家与社会的全面发展出谋划策。坚持社会实践与专业特点相结合,为地方经济的发展贡献力量,为社会创造了新的财富。

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,而这些在学校里是学不到的。

在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好,这门技术是需要长期的练习。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。

在这次实践中我学到了许许多的东西,它教我要善于与人交流,经过一段时间的工作,让我认识了更多的人;它教我吃苦,教我要学会苦中作乐,时时刻刻都要有一种敢于吃苦的心态;他叫我要自信,一分自信一分成功,十分自信十分成功。总而言之,这次实践,使我终身受益!

时代在进步,社会在发展,而随之而来的竞争也非常严峻的摆在了我们的面前,现代社会所需要的已经不再是单纯的知识型人才。时代赋予人才新的定义:不仅能够驾驭新科技,具有创新意识,更要有将科技应用于实践的能力。

时代证明,历史证明,我们的自身状况证明:我们唯有面对社会,才能心平气和地作出一些选择,才能确立自己学习和生活的目标。在这次社会实践以后,我们要找准自己的位置,找准自己的方向,勇往直前,决不轻言放弃!我们要珍惜每一次锻炼的机会,让人生无憾。

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,又加入了世贸,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己,才能在竞争中突出自己,表现自己。

没有实践,就没有发言权，只有亲身经历过才会有那种超乎平常的感觉。其实学校要求我们参加社会实践,无非是想让我们提前接触社会,了解社会,这样才不会在真正走上社会的时候找不到生活的重心。

感谢学校给我们这次把自己推向社会的机会,也感谢在实践中那些给予我无私帮助的人。我会在以后的学习中更加努力,朝着自己的目标不断奋进。

大三寒假社会实践的心得体会范文3

在放寒假期间我参加了--乡--村的几项调查活动，在调查期间让我真切感受到耕耘的艰辛，收获的喜悦，在实践期间我主要做了以下的工作。

我们调查了--村受教育状况村民中有30%受过初等教育、1%受到过高等教育。现在村里只有13个高中生。如今儿童的上学年龄限制到6岁，但有50%的孩子八岁才开始上学。

我们还调查了农民的生活状况，据调查村民的粮食、蔬菜，肉制品都自给，只买一些油盐、因此大部分家庭每月生活费在100元以下。

经过这一段时间与乡亲们的接触，我深深地感到：农村对教育的重视程度比起城市有过之而无不及，甚至越是贫穷地区的人们对教育的渴望越强烈。教育滞后的根源不在于观念的落后而在于经济的落后。

在我们调查的家庭中有80%的家庭的三分之二家庭收入用于孩子的教育，绝大部分的家长非常希望孩子能上到大学.我依然清楚地记得乡亲们朴实的话语，搞调查时，当问及孩子们的学习情况时，他们总说:我的孩子能像你们一样就好了.其实我们这么辛苦，啥也不图，就希望他们多学点东西，找一条好的出路.还记得有个老汉对我们说:俺孩子能上到哪，我供到哪，就算砸锅卖铁也得上.由此，我们转过头来想一想，一个地区是否重视教育能单凭入学率或人口文化水平来衡量吗?答案是否定的。对于农村来说，判断人们重视教育程度的标准应是他们用于教育的开支所占家庭收入的比重。虽然农村地区经济落后，但也正因为落后，他们比城里人更渴望受到教育、更渴望个个都能考上大学!当你看到周家村的乡亲省吃俭用供孩子们上学的时候;当你听到老汉说砸锅卖铁也得上的时候，你还会说他们不重视教育、还在扳着指头数有几个失学儿童吗?!那么，盲目地给老少边穷地区扣上不重视教育、教育意识薄之类的帽子是不是过于武断、是否含有某些歧视成份呢?不是因为我是一个农村的学生我才说这样的话，而这是我们调查的真实情况，而且在这一方面我以过亲身的体验。

从开始调查到调查结束，我的心情经历过一次次的万千感慨、一遍遍的心潮澎湃。在与乡亲们从接触到磨合再到打成一片，乡亲们对我们关怀备至，待我们如亲生儿女，我们体会到乡亲们淳朴的情怀，也感受到了农村对知识的渴求，对富裕的渴望。面对这份深重的情谊，我们都想尽自己的努力为--村的父老乡亲们做出贡献。但是对于有一些想法我只是想得到却无能为力帮助他们，然而现今我们只能在宣传--村成功的经验的同时，提一些不够成熟的建议。

以前该村是连乡村公路都没有通，目前，村民们的收入主要是靠养猪和种土豆，公路以到了村公所，这样就为他们提供了更多的赚钱机会，比如，他们可以种很多的土豆，还可以养猪，养牛销售出去。当然，这取得的一切成绩离不开村领导付出的巨大努力和广大村民的辛勤劳动。

通过几天的实践，我们发现该地农民的经商意识非常薄弱，或许是受传统观念影响太深，其时，逐步使他们转变观念对经济发展是有重要意义的。

在我们调查完了以上的项目后我还又参加了--村的雪灾调查，自2024年1月中旬以来，持续肆虐的强降雪使我们村遭受了史无前例的冰雪灾害，在我和村委会的参观过程中他们主要是调查了，雪灾对越冬作物的影响，我村小麦已陆续停止生长，进入越冬期。今年大雪暴雪天气过程对我村的小麦的降雪量和低温程度基本正常。到目前为止，降雪过程对我村冬小麦生产利大于弊。有利因素为，首先，处于越冬期的冬小麦且有积雪覆盖，减轻了冻害发生;其次，气温降低减缓小麦旺长的势头，有利于改善群体结构，低温过程冻死一些晚弱苗，群体结构更趋合理;第三，低温大雪降低越冬的虫口密度，抑制病害蔓延，对减轻来年病虫害有利。竹子：目前，这次大雪、暴雪天气主要对我竹子造成了不利影响，在我村偏高一点的社所有的竹子都压段了，还有在我村威林寨的一片松树林全被压段，主要危害首先是降雪持续时间长，雪量过大，竹子和松树较高和叶子很多而且脆弱的植株体经不起重压造成茎杆折断等机械损伤;二，由于气温较低，树木上的冰挂易造成其枝条压裂、压断和压倒。在个别的社家禽大棚也有倒塌现象。还有一些是连住房都被雪给压塌了。

对养殖业的影响：寒冷天气使牲畜大量失热，增重速度下降，幼畜、病弱畜、家禽往往经不起寒流降温而造成死亡。羊场场房、圈舍倒塌。在二月一日的一天我和--乡的几个领导及--村委会到--村西洋平社去参观那里的受灾情况，那里的村民说他们家的母猪生下了十四只小猪由于天气的寒冷被冻死了十二只，只活了两只，按今年的物价他们家就损失了7000元左右。还有的是刚生下的小羊羔以被冻死，这西损失都很大。通过村委会调查后--村委员会发动所有的农民及时清除各类林木，特别是常绿树木、经济果木林、苗木枝梢的积雪、冰挂，防止压折造成损失。及时处理断裂枝干，对完全折断的枝干应及早锯断削平伤口，涂以保护剂，以防腐烂;对已撕裂未断的枝干，不宜轻易锯掉，宜先用绳索吊起或支撑起，恢复原状，受伤处涂以保护剂并绑牢，促其愈合恢复生长。同时要及时施肥、恢复树势;树体伤口多易引起病虫害，应加强病虫害的防治。林地、果园地的田间积水也要尽快排除，防止涝渍和冻害。

在这一次受灾拯救过程中--村会的书记他是我们全村的榜样，他和村民们吃住在一起，奋战在一起。在抗灾一线，他废寝忘食，身先士卒，带头苦干;在办公室，他通宵达旦，运筹帷幄，不知疲倦，在他的身上体现了一名领导干部敢于战天斗地的勇气与魄力，他忘我工作的精神深深感染和鼓舞了农民的斗志，在他的带领和指挥下，参与抗灾的广大农民群团结一心，众志成城，取得了一场又一场攻坚战的胜利。他不仅是我的偶像而且还是我学习的榜样。我们通过大学学习后，要想尽快的成为现代化建设的有用人才，适应社会的需要，就要在学习期间，积极参加社会实践活动，认识社会，认识自己的社会位置，明确自己的历史使命，激发自己的学习热情，调整和完善自己的知识结构，战胜各种困难和挫折，锻炼意志和毅力，为适应以后的工作做一定准备.这是我参加这次社会实践的目的之一。

社会上的很多东西单从课堂上是难以得到的.因此我们必须走向社会，深入农村，农民的现状，了解他们的所思所想，才能真正在实践中增长我们的才干。

还有淳厚民情和朴素民风中的情感滋养，难以尽得于书本;贫困母亲脸上的愁容和失学儿童眼中的渴望所激发的力量，难以取之于校园。走出象牙之塔，融入坚实的土地，贴近农民的心，才会真切感受到耕耘的艰辛，收获的喜悦，才会真正把成长的根深深植入祖国的沃土。

实践以充分证明，社会实践促进了大学生的全面发展。通过社会实践活动，我们从与人民群众的广泛接触、了解、交流中受到真切的感染和体验，从无数活生生的典型事例中受到深刻的启发和教育，使思想得到升华，社会责任感增强。在实践中，我们的人生观、价值观得到进一步的强化，提高了认识能力、适应能力和创新能力。

大三寒假社会实践的心得体会范文4

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。

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，锻炼和提高自己的潜质，以便在以后毕业后能真正走入社会，能够及时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，距离放假还有一个月的时刻我就开始筹划自己的寒期生活，希望自己能够在寒假这两个多月的时间里得以锻炼。

透过朋友的帮忙，放假后我就跟朋友一块到了深圳，来到了----有限公司，简称--。--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寒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，只要你不去惹别人，别人也不会轻易地惹你。

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，发誓一定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!

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，慢慢地你的真诚也一定会换来真正的友谊。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 终你一定有所收获!

在一个多月的打工生涯中，发现实际工作中不必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能力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。

大三寒假社会实践的心得体会范文5

实践目的：提升交际能力，丰富社会经验，将在学校学习的部份理论知识灵活的应用在生活中，为自己以后能更好的适应社会打好基础。

实践时间：20--年--月-日至20年--月-日

实践内容：

这是我大学以来第二个寒假，相比于往年少了份青涩与急躁，多了份成熟与慎重，经过了一年半的大学生活，我不断提升自己独立解决事情的能力和照顾自己的能力，同时也不断弥补自己身上的不足及与优秀人才之间的差异，我明白我需要做的还有很多。

基本情况是这样的，爷爷开的是个体的小型超市，麻雀虽小但五脏俱全，所以店里的东西很多，需要记住大量的价码，开始的时候他人不管要买甚么，我都得问问爷爷或看价码，不过经过几天的熟悉我也就记住了很多，对价格有所了解。春节串亲访友的人很多，购买礼品的人很多，这时候推销就起到了很好的作用，开始我只喜欢站着等着顾客到来，而不会想着主动对客户进行推销，后来看到其他的销售员都可以成功推销一些礼品，也就心痒痒了，主动向顾客推销不错的礼品，而且战果不错。

实践收获：

服务态度很重要，要把握服务技能。

所谓态度，即是真诚和微笑，只有让你的顾客买的舒心买的放心才能留住老顾客。所谓技能，即是根据购物者的心情的需要来变换自己的服务方式，不管做甚么，技能都很重要，只有辛苦和蛮力是不够的。做为一个服务行业，顾客就是上帝良好的服务态度是必须的，要想取得更多的利润就必须提高销售量。这就要求我们想顾客之所想，急顾客之所急，提升服务质量语言要礼貌文明，待客要热忱周到，要尽量满足顾客的要求。

;

**大三寒假社会实践的心得体会篇三**

社会实践是大学期间非常重要的一环节，它为学生提供了与社会接触、学习与实践的机会。大三寒假是进行社会实践的绝佳时间，我参加了一项社会实践活动，收获颇丰。在这篇文章中，我将结合实践的具体经历和体会，分享我的观察和感悟。

第一段：选择实践项目的初衷与准备

参加社会实践的初衷来源于对社会热点问题的关注和对个人成长的渴望。我选择了参与乡村教育支教项目，希望通过自己的努力和付出，为贫困地区的孩子带去一些希望和改变。在准备阶段，我们组织了一系列的培训和讲座，提升我们的教育和社会工作能力，同时也了解了一些当地的文化背景和特点，为实践做好充分准备。

第二段：实践的具体经历和问题探索

在实践过程中，我们住在贫困山区的农户家中，每天前往当地的小学进行支教。一开始，我们面临了很多挑战，比如语言沟通困难、教学资源匮乏等。然而，这些问题并没有阻挡我们的热情，我们努力与学生们建立起信任和亲近的关系，不断调整教学方法和策略，让他们对学习充满兴趣。同时，我们也深入了解了当地的贫困问题，通过和当地居民交流和沟通，了解他们的需要和希望，进一步思考如何帮助他们摆脱困境。

第三段：收获与成长

通过这次实践，我不仅学到了如何应对挑战和困难，也发现了自己的不足和需要进一步提升的地方。在与孩子们相处的过程中，我学会了倾听和体谅，认识到每个孩子都有自己的特点和需要。同时，在思考如何帮助当地居民的问题上，我明白了发展的本质在于通过创新和教育来改变一个地区的现状。这次实践不仅让我获得了实践经验，也对我的人生观和价值观产生了深远的影响。

第四段：对社会实践的反思与展望

通过这次实践，我认识到社会实践不仅是为了帮助他人，也是为了更好地了解自己。只有通过实践，我们才能真正认识自己的能力和局限性，进一步完善自己。在未来，我希望能继续参与社会实践，并将所学所得应用到日常生活中。同时，我也呼吁更多的大学生积极参与社会实践，为社会做出更多的贡献。

第五段：总结与展望

大三寒假的社会实践给我带来了一次难得的成长与机遇。通过参与乡村教育支教项目，我提升了自己的教育能力和社会工作思维，同时也了解到了贫困地区的实际情况和需要。通过与当地孩子们相处，我学会了倾听与关爱，发现了自己的不足并有所提升。希望借此机会，我能够持续关注社会问题，为改变社会做出更多的贡献。同时，我也呼吁更多的大学生参与社会实践，以实际行动为社会发展贡献自己的力量。

**大三寒假社会实践的心得体会篇四**

很高兴在这次假期中能够来到餐厅进行社会实践，这是我的一份工作，当然也不会是最后一份。而在这次的社会实践中，让我知道了真正的工作是什么样，再次之前我也并不知道真正的工作是什么样的，只是自己的凭空幻想。而这社会实践的机会让我对于工作有了很多的感悟，以前总认为工作了之后很好，能够自己赚钱，不用再向父母伸手要钱了，但是现在才知道要做到这个有多难。在这里我这么努力的工作做了将近一个月，也就只是比我父母每个月给我的生活费多一点，再想一想我的父亲，这么多年下来为了这个家想必相当辛苦了。

父亲这么艰难都坚持了下来，而我才做了那么一段时间却一直再抱怨自己好累，好辛苦，或许换成父亲来这里工作还会觉得这里好轻松，我想这就是我和父亲的差距了。我们现在的年轻人都没有父亲那一辈的那么能吃苦，都是有一点小事就坚持不住，想要撤退了。而我自己似乎也是这个样子的，但唯一好的一点是，我足够的坚持。我成功的坚持过了自己的社会实践时期，虽然我学习到了很多，但是也真的是很累的。在这段时间里，虽然工作的时间不长，但是我对这个社会的了解更深了，原来这个世界真的有那么多的奇葩，会莫名其妙的觉得你比他第一等。在以前我是从没有遇到过这种事情的，我认为这个世界还是比较美好的，虽然也有阴暗但只是一点点，而那些三观不正的\'人也都只是一小部分。

但现在慢慢的发现好像大部分人的想法，对一件事的看法好像都不同，有些想法在我看来简直是变态，别人却觉得理应如此。这让我有时候都不禁怀疑自己是不是正确的，但后面我发现了，不管别人是怎么看待的，我做好自己应该做到的事情就可以了，不要在乎别人的看法，你永远也不可能让别人感到满意。如果说来到这里实践我最大的收获是什么的话，我想我最大的收获可能就是这段时间以来的见识，以及自己内心心智的一个成长。这些对我来说都是我成长路上的一部分，而现在我过早的接触了，所以这想必是我最大的成长。而我在这次实践中也有着一定的感悟，既然我改变不了别人的看法，那就让别人理我远点，只要我足够努力，做到别人无法接触的高度，他就无可奈何。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

**大三寒假社会实践的心得体会篇五**

而我似乎也是样子的，但唯一好的一点是，我足够的坚持。我成功的坚持过了自己的社会实践时期，虽然我学习到了很多，但是也真的是很累的。在这段里，虽然工作的.时间不长，但是我对这个社会的了解更深了，原来这个世界真的有那么多的奇葩，会莫名其妙的觉得你比他第一等。在以前我是从没有遇到过这种事情的，我认为这个世界还是比较美好的，虽然也有阴暗但只是一点点，而那些三观不正的人也都只是一小部分。但现在慢慢的发现好像大部分人的想法，对一件事的看法好像都不同，有些想法在我看来简直是变态，却觉得理应如此。这让我有时候都不禁怀疑自己是不是正确的，但后面我发现了，不管别人是怎么看待的，我做好自己应该做到的事情就可以了，不要在乎别人的看法，你永远也不可能让别人感到满意。

**大三寒假社会实践的心得体会篇六**

我在同学的介绍下前往超市进行和社会实践的时候还经过了老板的考核，经过初期的观察觉得可以留下工作的时候便开始了这次的社会实践之旅，其实在超市工作的时候我主要是负责辅助顾客尽快找到所需商品并及时补充货架，只不过有时也会参与到当日超市营业额的结算以及前台处理的工作，当我熟悉了导购员的工作流程以后便参与到其中并帮助了许多顾客，实际上我在超市工作的时候还误以为寒假期间的顾客数量可能会比以往少许多，后来才明白由于年关将近的缘故导致采购商品的顾客数量比以往多一些。

在超市工作期间由于参与过进货之类的事务从而对各类商品的行情有着些许了解，主要是有着同事的帮衬让我能够尽快熟悉超市导购员的职务，当我认清自身的缺陷主要在于实践经验的不足以后便花费了许多时间在超市的工作之中，每当遇到导购工作中的难题都会敢于请教同事并更改这些缺陷，然而由于寒假期间出现流感的缘故导致超市在半月多以后便开始暂停营业了，尽管发生了这样的突发状况却能在工作群里感受到超市老板对我们这些员工的关心。

寒假即将结束的时候实在是让我难以忘怀在超市工作的半个多月，无论是工作中存在的瑕疵还是超市老板的照顾都令我感受到社会的善意，但也正因为如此才不能忽视自己平时在超市工作中表现出来的不足之处，毕竟并非每个职场都能够奢求领导的关心与同事的`协助，因此唯有自身能力足够优秀才能在职场工作中获得他人的认可并获得长足的进步，而且考虑到大学毕业以后的形势应该尽快适应职场的环境才能够实现社会实践经验的积累。

资历尚浅的我面对毕业以后的职场环境很有可能会因为实践经验不足而难以适应，所以我要妥善利用后续时间的假期并用以进行社会实践并锻炼自己，无论是为了自身的成长还是父母的期盼都不应该在学校混时度日导致所学知识难以得到转换，有了这次寒假在超市进行工作的积累相信能够更好地展望未来的理想。

**大三寒假社会实践的心得体会篇七**

时光如流水，总在不经意间静静地流逝。不知不觉在大学又度过了半年，迎来了我上大学的第三个寒假。同学们都迫不及待地准备着回家，我理所当然也想要回家和父母亲人团聚。不过作为一名大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力，尤其在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。寒假社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段。它有助于当代大学生接触社会，了解社会;同时实践也是大学生学习知识，锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社区，回报社会的一种良好形式。

一、我的学生叫\_\_，是\_\_中的一名学生。第一次到他家做客，他的母亲热情地招待了我，与我在客厅里诚恳地交谈了很久。从她儿子的性格爱好谈到他的学习情况。我第一次全面了解我的学生时，是通过与他交谈篮球开始的，因为我们都比较喜欢篮球，从对方喜欢的事物谈起才能引起他的好感，才能更容易地了解对方。在交谈中，我了解到以下情况：他有很强的求知心，人很聪明，有些顽皮。但是最近一段时间来懒于学习，贪于玩乐。由于上述诸多原因，他的成绩很不尽如人意。父母对他抱以很大的期望，希望他能够考上重点高中，近而考入理想大学，靠自己创造美好的未来。而他现在的学习情况，让他的父母感到担忧。

在交谈中，我可以感受到父母心中那种望子成龙的殷切期望，感受到父母对儿子的那种期望是那样挚热的、无私的。他们看的很远，看到了儿子的未来;我被父母对子女的这种情义深深打动了，真是可怜天下父母心啊!我也同时感到肩上的担子很重。对于没有任何家教经验的我来说，毕竟是一个“挑战”。

二、家教的第一天我发现他在学习上很随意，对自己要求不严格。我开始意识到：现在的首要任务不是讲课，而是帮助他端正学习态度。俗话说，“态度决定一切嘛!”第二天，我给他讲了我以前同学的经历，有正面的也有反面的，给他阐明了学生的职责和学习的目的。他似乎懂得了什么，不时地点头表示同意。此后，我也经常给他聊类似的事，不时地与他交谈学习体会。他的听课状态比以前有了很大的改观。每天下午工作两个多小时，中间有一段休息的时间。因此，我在以后的讲课中，对他的要求渐渐严格起来，并经常给他讲解懒惰的害处。他虽然听得进去，但改观不大。这也是可以理解的。冰冻三尺非一日之寒，九层之台，是需要起于垒土的。

三、由于每天做家教，这就迫使我改掉了假期睡懒觉的习惯。上午我还有一部分时间用来给自己“充电”。开始的几天，他听课时，时常会走神，一副心不在焉的样子。有时，我心里会感到很恼火：自己如此卖命地讲，他却置之不理。好在我很有耐心。每当他走神时，我都会提醒他，耐着性子给他讲下去。他做题时，喜欢看着干想，而懒于动手。听课时，也只是“洗耳恭听”，从未做笔记。这正是他学习懒惰的体现。我清楚地知道：他有时会给我带来“沉重”的打击。记得有一次，我给他讲解了，他听课时，显得有些吃力。

我讲完后，问他是否还有疑问。他点头表示全听懂了。过了两天，为了检验复习的效果我感觉自己仿佛从九霄云殿一下子跌进了无底深渊。这是我家教过程中遇到的的挫折。事后，我不断地反思：是自己的原因，还是他的原因?不管怎样，有一点很清楚：他根本没听懂，或者没有深刻理解。面对懒惰成性的他，我显得“束手无策”。学习成绩的好坏，往往取决于学习习惯的好坏。懒惰是学习的“大敌”。只得不时地督促他，鞭策他，使他逐渐变得勤快起来。

四、转眼他就要开学了，我也结束了家教生活。他的学习态度比以前端正了许多，学习也知道勤奋努力了，他的父母很感激我这段时间对他的帮助。家教生活让我想到了很多东西，得到了很多感触，城市家庭一般生活很优裕，孩子生长在如此的环境里，个别甚至不会去吃苦。上学放学有人接送，提出的种种要求都会得到满足，甚至连自己的房间都会有人整理打扫。生活如此安逸，就很容易养成懒惰的习惯。真是“生于忧患，死于安乐”啊!因此，从小培养孩子的吃苦能力很有必要。毕竟，吃苦耐劳，艰苦朴素可是咱中华民族的优良传统!以上就是我的收获和体会。这几十天的经历我最深切的感受就是：不论什么事只有亲身的体验过，身体力行，才会有真实的感受，才能对这件事有比较实在的，深刻的认识;还有一点就是，世上无易事，均须用心去做。这些收获和体会我想会将影响我以后的学习生活，对以后的工作产生积极的影响。

**大三寒假社会实践的心得体会篇八**

大三寒假了，就要临近毕业了，距离打死毕业只有一年多的时间里，而我的专业知识依旧有许多的不足，不能算是一个优秀的学生，所以为了能够有更多的学习到更多的专业认识和工作经验，为我以后实习和正式工作提供一定的帮助，所以我进入了一家电子厂参加社会实践兼职。下面谈一谈我这短时间的心得体会。

**大三寒假社会实践的心得体会篇九**

寒假足足有一个多月的时间，想着在家也是无聊不知道做什么，在加上我现在已经是大三的学生了，而且已经结束了大三的第一个学期，未来的毕业日已经是步步逼近了，所有我就想着在赚取一点生活费的同时，还可以通过社会实践增加自己的相关工作经验。所以我通过网络招聘软件，成为了一名兼职网络编辑。因为我在大学里面的专业就是新闻方面的，所以我就想着可以利用这次的社会实践，好好的进行一下锻炼，好给自己将来面试了的简历增光添彩。

我进的是一家小的网络文化工作室，专门给百家号、公众号等新媒体做文案投稿的。简单的说就是各大新媒体平台那边需要收稿发新闻发文章，我们这边就根据他们的要求撰稿投给他们。按道理说这家工作室一般是不会收兼职人员的，因为合作的新媒体平台都是有特定的文风的，招新人的话还需要一段时间的适应才能保持过稿率，公司这边也要进行一段时间的培养，才能提高编辑的写作能力，我只兼职一个多月肯定是不适合他们要求的，所以公司要求我上学时也要经常给他们兼职，这才通过的我。后面的工作也就想这个开头面试一样，过的并不轻松。

进入公司的第一天，上午并没有进入写作撰稿状态，领导给了我一个文件，里面都是跟公司合作的一些新媒体平台，领导让我这个上午就去看这些平台发布的文章，总结他们各自的文风，做一些总结给他。这一个上午都是在观看文章中度过，眼花缭乱头都快炸了幸好也确实看出来些东西。比如有些公众号是偏向影视杂谈的，要对当前的电视剧、电影要有所连接，文章也必须具备一些审美价值才行；有些平台也是偏向娱乐明星的，要观众流量明星的动态，文章要具有一定的爆点吸引流量；有些也是偏向家庭情感的，要能引起共鸣……所以这个上午的阅读，我也是没有白费的，让我知道各个平台的不同倾向，让我知道撰稿要想过稿率高的话必须要符合那个平台的文风。

下午，我则开始了正式的撰稿，分给我的是几个新开的平台，所以过稿率会高一点。后面也确实是这样，交上去的时候只是稍有修改就过了稿。顺利的第一篇稿子，开启了我的兼职之路。为期一个月，我自己都不记得做了几家平台，写了多少的稿子了。被打回来几经修改的有，弃置不要的也有……真的是写的头发都要掉了。

虽然这次的兼职已经因为我的开学暂时结束了，但我的工作却没有结束。这次兼职给我找到了一个很好的`工作机会，我以后有空的时候都可以承接工作室的约稿，既可以赚取生活费，还可以锻炼我的专业知识，一举两得！

**大三寒假社会实践的心得体会篇十**

而我似乎也是样子的，但唯一好的一点是，我足够的坚持。我成功的坚持过了自己的社会实践时期，虽然我学习到了很多，但是也真的是很累的。在这段里，虽然工作的时间不长，但是我对这个社会的了解更深了，原来这个世界真的有那么多的奇葩，会莫名其妙的觉得你比他第一等。在以前我是从没有遇到过这种事情的，我认为这个世界还是比较美好的，虽然也有阴暗但只是一点点，而那些三观不正的人也都只是一小部分。但现在慢慢的发现好像大部分人的\'想法，对一件事的看法好像都不同，有些想法在我看来简直是变态，却觉得理应如此。这让我有时候都不禁怀疑自己是不是正确的，但后面我发现了，不管别人是怎么看待的，我做好自己应该做到的事情就可以了，不要在乎别人的看法，你永远也不可能让别人感到满意。

**大三寒假社会实践的心得体会篇十一**

在大学，我到的专业是电子自动化专业，基本都是跟电子打交道，我为了能够有更多的相关经验，就进入到了我去年做暑假工的电子厂做机械维修员。电子厂的基本都是二十小时上班的，所以都是分白班黑班两个班次，我的运气挺糟糕的，被分在一个刚刚转到黑班的一个组。刚刚过去的，我毕竟是新手，所以组长安排跟一个维修的老师傅，给他打下手。我们在的车间主要是做电动马达的生产，所以流水线上的员工就是利用自动焊锡机器给马达焊接好。因此我们维修人员的工作，就是在这些焊接机器出现故障的时候，给它们进行检修。当然，一个生产车间并不都是焊锡机器，还有质检机器、生产机器和清洗机器等等，这都是我们维修人员需要做的。

从刚开始的时候，我给师傅打下手，师傅检修机器，我就给这些机器进行清洗涂油，做好维护。不过虽然是这样简单的工作，但我丝毫没有放松自己，我时刻谨记着自己来这里的目的，赚生活费只是次要目的，赚取电子维修工作经验，巩固电子理论知识才是我参加这次寒假社会实践的主要目的！所以再打下手的时候，我在完成自己工作之后，会去跟着师傅，看着师傅检修，师傅也挺好，没有我是来参加实践的就对我藏私，而是倾囊相授，交给我维修的一些知识。

所以这短短的时间里面，我对工厂的这些机器有了一定的认识，进一步知道了万能表等等工具的使用。除此之外，我还加深了自己的职业安全意识，知道我们在检修的时候，一定要做好安全工作，保证在断电的情况下才能检修，一定要戴好手套等等，千万不能有马虎的心思，否则造成生命安全就后悔莫及了。再就是检修机器的时候一定要细致千万不能有差不多、应该等思维，否则极容易在后面机器工作的时候，再一次出现故障，这回给工人，也会给我们的检修工作带来麻烦，所以机器检修最好是做到尽善尽美，还要做好机器检修记录，这样就能够方便后续检修故障排除。

虽然这次实践工作只有一个多月，学习到的知识有限，但是我觉得给我安全意识上的变化，就是最大的收获！受益无穷的那种！

**大三寒假社会实践的心得体会篇十二**

大三生涯虽已过去一半却令我对于社会上的职场生活有着跟更多的向往之心，联想到毕业以后将会经历的.社会生活又怎能继续保持无动于衷的态度，实际上我也趁着这次寒假到电子厂进行社会实践并希望能够通过这番磨砺有所成长，期间无论是对产品的包装还是对生产设备的调试都是在社会实践中获得成长的部分，只不过由于今年寒假由于在外进行社会实践未能回家过年导致内心不免感到有些遗憾罢了。

当我到达电子厂以后才发觉这里的职场生活并非自己想象中那般枯燥，也许是寒假期间主动到电子厂上班的人较少的缘故导致自己享受到了许多优待，但也正因为处于年末之际也需要将繁重的生产任务全部解决掉才行，只不过由于初期对于产品的生产与包装不太了解的缘故导致主要以学习为主，实际上由于没能调整好心态导致自己在电子厂花费了较长时间才适应了这里的职场生活。通过老员工的讲解与实际操作中让我对厂内生产的过程有着较为详细的了解，在我经过初次尝试以后才明白值得自己在电子厂学习的工作技巧还有许多。

在产品包装的环节中虽然比较简单却因为任务量较重的缘故花费了自己不少的时间，但对我来说这既是学习的环节又能让自己通过繁多的事务沉淀以往所学的知识，关键是将其转化为实践经验才能够确保社会实践的经历不会因为实践的流逝而逐渐淡忘，所幸的是每当自己在包装产品的过程中遇到难题的时候都能够得到同事们的指点，再加上交接班的制度导致自己在电子厂工作中需要投入的精力没有想象中那么多。

寒假期间的电子厂之旅带给自己的较大感受便是幸苦而充实，毕竟在工厂打工能够感受到幸苦的滋味无论是谁都会心有体会，更何况外界对于工厂上班的观念都是虽辛苦却能得到很好的锻炼效果，至于充实自然是在忙碌的生活中体会到电子厂工作的乐趣，毕竟当自己将精力都投入其中并感受到工作的乐趣以后自然就会在漫长的时间中觉得十分充实，关键是这里的生活与校园有着较大不同从而让我对其内部的管理制度感到十分好奇。

也许是在电子厂上班的实践只有一月的缘故让我觉得这个寒假还是比较短暂的，但也正因为如此让我从中学到的工作技巧能够是始终保留在自己的脑海之中，希望在毕业之前能够多经历几次社会实践从而让我对未来的职业规划有着更多的了解。

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