# 最新学生暑期社会实践心得体会(通用9篇)

来源：网络 作者：青灯古佛 更新时间：2024-12-04

*我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大...*

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**学生暑期社会实践心得体会篇一**

亲身下河知深浅，亲口尝梨知酸甜。当我加入到返家乡志愿者活动的大家庭时，我才意识到，没有工作是真的舒适安逸的。虽然我才到岗一周，但我每天的工作都很充实，例如学习公众号的发表，参加关爱儿童的公益活动的策划，参与巾帼志愿者的暖心公益，安全宣传活动等。

艰辛知人生，实践长才干。在社交上，我发现我要面对的不只是身边的人，还有社会上的陌生人，面对陌生人，陌生的环境，我总是很难开口交流。通过这次的社会实践活动，我们开始直面这些问题，努力让自己不社恐。我跟着领导和同事也开阔了视野，增长了能力，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。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地知道“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。

在这段时间里，我们可以体会到工作的辛苦，锻炼我们的意志品质，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。对于即将走上社会的大学生们，更应该提早认识社会、走进社会、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机遇。在这里我们锻炼自己，为以后踏入社会做更好的铺垫。以后，我会更加积极地参加这样的活动。

**学生暑期社会实践心得体会篇二**

我参加了大朗镇的暑期实践活动，暑期实践给自己充满了电，开阔了视野，挥洒汗水与青春。

启动大会。

xx年7月15日下午2：10，大朗镇大学生创业(社会)实践行动启动仪式在大朗政府二号会堂召开。此次大会的召开，全面拉开了我镇xx年大学生暑期创业(社会)实践活动的帷幕，还给每位参加活动的大学生派发一张活动记录卡，登记参与活动的次数，作为参与本期暑期活动的证明与评奖依据，同时派发了各项活动的方案，它主要给我们介绍实践活动的内容与活动时间、地点，在我们的脑海中形成初步的框架，解除我们心中的疑虑以及让我们计划好自己想参加那些活动，具体怎样才可以更好的参与其中。

大学生户外大挑战-荔香湿地公园定向越野比赛。

学生自行组队，5人参加，每队必须要有两名女生。本次参赛的队伍有50多组，我们2男与3个女生组成一队准备参赛，我更被队员们推举为队长，我感到很荣幸。

鉴于台风莫拉克的影响，原定于19日下午4：00-6：30在大朗荔香湿地公园举行的xx年大朗镇大学生户外大挑战推迟带21号，我按要求通知我队队员。

我们要争分夺秒。我们无盲目的跑，我们先拿到地图定方向，然后确定起点，目标点，终点的位置，按照地图上标注的标志性地物，以迅速找到目标。

尽管我们有3个女生，但一路上我们没有放慢脚步，按照地图，大胆推测行走线路和任务地点的位置，真所谓在奔跑中思考。当出现意见分歧的时候，作为一个队长，责任重大，更需要冷静的思考跟分析，更不能头脑发热!否则全队的努力就白费了。我根据之前所找到的任务地点，发现地图上的一些规律，最终也获得队员们的信任与支持。

经过一轮紧张的定向越野，不但接受着身体的锻炼，也见证着心灵的成长，虽然我们是第15名完成任务的，拿不到奖，但我们已经尽力就无悔了。我们留的汗绝对不比冠军队少，在我心中，我感觉我们队是最捧的，我们已经是冠军了，我组的女生也很捧.在奔跑中思考，团结合作，互相信任，坚持，永不放弃是我这次活动的最大感悟。

大朗镇大学生篮球联赛。

为了活跃自己的暑期生活，我参加了大朗镇大学生篮球赛。虽然我们大朗城院队无缘前4强，但我们赢了自己。

在第一轮系列赛，我们每场都尽力去打，以5场4胜的好成绩出线了，每场我们都赢的漂亮，体现队友们的拼搏进取、团结友爱。

来支持我们队，为我们打气，距地话我地打得漂亮，只是对手强硬罢了......就这样我的.篮球赛画上句号了。

虽然我不是打正选，但每场都能上场打下，我学会了很多打球的知识，其实很多跟平常打得都不一样的，打的位置就是很明显的一个例子。我是第一次参加这么比较正式的比赛，不知道其他人有无看出，其实我在场上很紧张的。

我印象最深的还是：无论对手多高多强，我们都不应该怯场，气势不能输给人家,做任何事，自信是很重要的。

很多球，要是平常的我都能把握好，但这次的比赛中，明显发现自己的很多不足，对球的意识不够好，很多球本来可以得分但都无能进，捻起就觉得可惜啊。

虽然无缘4强决赛，但这次的球赛的确很喜欢，我很庆幸自己可以参加，我爱篮球。

我的第一个大学生暑期实践活动即将就要画上句号了，原本打算参加的爱国主义教育活动参观虎门炮台、海战博物馆参观和爱国爱乡参观活动、大学生素质拓展，但因为受猪流感的影响，按照非必须不举办原则，原计划的这些活动均需要取消。但我不会带着遗憾来结束这个暑假的，因为我对这些活动已经很满意了，通过这次的暑期实践，我扩宽了我的交际面，认识很多朋友的同时也开拓了视野，增长了才干，懂得很多为人处事的道理。暑期实践是学生接触社会，了解社会，为步入社会打下了良好的基础，从而今后更好的服务社会。

**学生暑期社会实践心得体会篇三**

大学生面临的首要问题就是就业，而当前的就业压力是我们不得不应对的现实问题。现如今，各个工作岗位都关十分在意应聘者的经验，商业街头里招聘相关服务员的告示上标明着“有经验者优先”。可是，作为大多时间都处于学校学习的我们又能拥有多少的社会经验呢？为了扩大与社会的接触面，提升自我知识层面和自身的社会竞争力，决定用实际行动来磨练自我，提高自我为人处事方面的本事。一切从实际出发，用从中所感来鞭策思想，使我能够更加进取从容的应对国内外的就业形势，有利于正确指明未来的就业之路。我开始了我的暑期社会实践—\_\_\_餐厅。

短短的一个月，虽然有汗水，但我在学习和实践中收获了与社会上各层次的人打交道的宝贵经验，和陌生人交流接触的方式。人和人的交往，也是一门艺术，一个优秀的交流者，懂得投其所好，以一个适宜的相处方式给他人以更为深刻的印象，这往往会有事半功倍的效果。好的印象自然会让自我在别人心中树立一个良好的形象，一个良好的形象，往往会带来更多的意外机会。除此之外，对生活，多了一份理解，一份包容，对社会，有了更深刻的了解，对自我，是一种经验的积累。

首先，工作也好生活也好，时间观念是正常工作和任务完成的保证，避免工作和生活不因时间发生混乱，确保工作、生活有条不紊的进行。就人本身而言，并不是一个天生就具有自觉性的动物。国有国法，家有家规，如果没有这些必要的手段来束缚规范人类的行为，那么毫无章法可言的国家和社会是无法生存发展下去的，混乱的局面不言而喻。所以，在学校有我们学生必须遵守的学校规章制度，工作中，也有严厉的奖惩制度和规定，不一样的工作岗位，承担不一样的职责。仅有这样才能让员工克服内心的不足，将职责谨记在心，才能加强时间观念和职责感。时间观念，是一个具有职责感的人必须具备的条件。

尽管个人本事的提高必须会增强个人竞争力，可是作为一个整体，凝聚力和团结也是至关重要的。在这次工作中，我真正体会到了团结就是强大的力量，有助于大大提升团队的进取性和凝聚力。虽然分工不一样，可是工作的环境是一样的，工作中，能随手帮忙分担的应当义不容辞，一个好的合作氛围大大提高工作效率。团体是个体与个体相互凝聚的结果，正所谓“众人拾柴火焰高”，小小的火焰不足以辉煌，仅有团结合作，才能携手迈向更大的成功。所以，未来的生活或工作中，我必须牢记，进取的融入团体之中。

仅有经历了，才会真正懂得，心理的成熟需要经历来慢慢磨合，生活和工作都不会尽如人意，我们既然无力去改变什么，那就要学会适应，承受和坚持，在不断的磨合和经历中懂得生存的真谛，然后渐渐趋向成熟。宝贵的经历胜过我们在课堂里埋头于课本里绞尽脑汁，尽管这样的实践不能代表什么，但却能使我们感受到走出象牙塔后危机四伏的压力，有了这样的体验过后，当我们真正应对困难的时候，我们会发现自我比别人多了一份的淡定和冷静，千万不要忽视每一件事的细微之处，因为往往事情的结果就在这样一个不起眼的细节处决定成败。社会实践是艰苦的，但收获是巨大的。实践让我的生活变的多姿，实践让我们的人生变得多彩。

经过这次实践的经历，让我深刻的认识到，不管做什么事情都必须要认真仔细。学习也应如此，决不能走马观花，尤其是在一些看上去不起眼的小事，更是不能马虎的，正所谓细节决定成败。过程难免有忽略的时候，但这时的我们应当抱有学习的态度主动求教于他人，不放过任何一次学习的可能，因为再细微的工作都存在着它自身的价值和意义。

**学生暑期社会实践心得体会篇四**

阅历了将近一周的社会实践，我慨叹颇多，我们见到了社会的实在一面，实践日子中每一天遇到的状况还在我脑海里回旋，它给我们带来了意想不到的效果，社会实践活动给日子在都市象牙塔中的大学生们供给了广泛触摸社会、了解社会的时机。

“千里之行，始于足下”，这时刻短而又充分的实习，我以为对我走向社会起到了一个桥梁的效果，过渡的效果，是人生的一段重要的阅历，也是一个重要过程，对将来走上作业岗位也有着很大协助。向别人谦虚请教，与人文明往来等一些做人处世的根本原则都要在实际日子中仔细的遵循，好的习气也要在实际日子中不断培育。这一段时刻所学到的阅历和常识是我终身中的一笔名贵财富。

这次实习也让我深入了解到，和集体坚持杰出的联系是很重要的。干事首先要学做人，要理解做人的道理，怎么与人共处是现代社会的做人的一个最根本的问题。关于自己这样一个行将步入社会的人来说，需求学习的东西许多，他们便是的教师，正所谓“三人行，必有我师”，我们可以向他们学习许多常识、道理。实践是学生触摸社会，了解社会，服务社会，运用所学常识实践自己我的途径。亲自实践，而不是凭空捏造。完成了从理论到实践再到理论的腾跃。增强了知道问题，剖析问题，解决问题的才华。为知道社会，了解社会，步入社会打下了杰出的根底。一起还需我们在往后的学习顶用常识装备自己，用书本充分自己，为往后服务社会打下更巩固的根底！

经过这次的的社会实践活动，我们逐渐了解了社会，开阔了视界，增加了才华，并在社会实践活动中认清了自己的方位，发现了自己的缺乏，对本身价值可以进行客观点评。这在无形中使我们对自己的`未来有一个正确的定位，增强了本身努力学习常识并将之与社会相结合的决心和意志。

关于行将走上社会的大学生们，更应该提前走进社会、知道社会、习惯社会。大学生暑期社会实践是大学生训练品质、增加才华、完成全面发展的重要舞台。在这里我们实在的训练了自己，为往后踏入社会做了更好的衬托，往后假如有时机，我会愈加活跃的参与这样的活动。

这次实践活动，丰厚了我们的实践阅历，进步了我们的团队协作才华，使我们经过这次实践愈加了解社会，这次实践活动含义深远，对我们的协助享受终身。作为一个的大学生，社会实践是引导我们走出校门、步入社会、并投身社会的杰出方式；我们要捉住培育训练才华的好时机；提高我们的修身，建立服务社会的思维与认识。

**学生暑期社会实践心得体会篇五**

从走进格塘镇政府开始，就受到了热烈的欢迎，不单单感觉到了政府对此次活动的重视，还体会到了农村对于教育的重视。自己也是农村人，从小到大我的家人都会教育我，要好好读书。在他们的眼中，不读书就离不开农村，不读书就要卖苦力，只有读书，一个人的精神与财富才会获得双丰收。在此次支教的学生中，有一个小学四年级，两个进高一的学生，他们的活力，让我想起了曾经，在回味之余，我也会向他们说说曾经，希望他们能吸收些建议。又何尝不是自己以前所走过道路的自我反思与总结。所以我决定对他们严格要求，早些适应高中的生活，早些养成良好的习惯。

无论要求多么严格，可是效果却并不高。他们静不下心，做作业很容易走神，不断的调整自己的教学模式及内容，不断的同同学们交流，才知道他们要什么，我能给什么，怎样上课他们会开开心心，怎样才能让他们的效率高起来。但是劳逸结合、奖惩制度是少不了的啊。

在支教的一段时间中，最令我感触颇深的是农村人对待教育的态度。无论是从他们对于书本文字的爱惜程度，还是从他们对于老师的尊敬程度，都体现了农民对于教育的重视以及支持。

从一开始进入这个我支教的家庭，他们的客气及礼貌程度让我感觉最深刻。虽然我只是一个大学尚未毕业的学生，但是他们仍是用“老师”相称，每次上课，都会很热情的泡茶;每次午休，都会很细心的减轻动作带来的噪音;每次作业，都会支持认真的完成。主人家姓彭，彭叔叔一直在外工作，钟阿姨在家照顾孩子，阿姨十分的亲和，但对于小孩教育方面的事情，从未有过一丝的退让，每次都是全力支持我的工作。

这让我想到了我的奶奶，一个规矩很多、思想很“迷信”的农村老太婆。我是农村人，从小在农村长大，在家乡上的小学，每次去学校，奶奶都会叮嘱一句话，就是“认真听老师讲”。对呀!认真听老师讲，老师讲了什么?值得我们去听，他讲了语文、数学、英语等等;他讲了典故、法则、规律等等;他讲了世界观、人生观、价值观等等;总之，他讲了人生。而奶奶，就用这一句简单的话，体现了一位农民对于教育的重视，更体现了一位老人对于孩子的关爱。

淅淅沥沥的大雨，让大地焕然一新，并且使空气中弥漫泥土的清香。就像是随着社会的进步，时代的发展，人们的思想以及生活行为方式发生了巨大的变化一样。可我更喜欢前者，因为在前者，我眼中看到的只有进步，而后者我看到了它的缺失。在以前的报道中，我们看到一些家长袒护小孩的事例大多发生在城市，独生子女是一个原因，可更多的是城市家长对于小孩的教育出现了一些问题，他们并没有向小孩从小输入一种思想，就是尊师重道。我在家中，是不准带书进厕所的，也不允许将书垫在屁股下面，可见农村家庭对于教育的态度。这与农村小孩对老师很尊敬、听老师话，是有很大关系的。

在小学，我从未听过有家长偏袒孩子而和老师争执的，大都是和老师联合起来教育孩子，就像钟阿姨一样，对我尽全力的支持。我很倾佩我的妈妈，她小学未曾毕业，却一直强调学习的重要性，尽自己的所有供我读书，只要是花在教育上的费用，她从未说过贵。

因为他们吃了没有文化的苦，所以希望自己最爱的孩子，不用再遭受自己遭过的罪。所以希望，学生们能好好加油，将来拥有不一样的人生。

他们携手度过，临危受命他们义不容辞，首个人才支援计划他们首当其冲，丛台支教美名扬，心怀梦想爱无疆。为此他们抛家舍业，无怨无悔。

**学生暑期社会实践心得体会篇六**

今天是三下乡得第四天，我们组今天出发走访企业了。今天我们很顺利，关上午我们就一口气拿下三家。下午又有两家入账。

上午我们首先来到的是昨天预约好的\*\*\*有限公司。公司斯主任热情的接待了我们，我们按照我们的提问程序问了斯主任。斯主任给我们一一做了认真回答。接下来的几家公司我们也顺利走访完毕。

今天给我感触最多是各个公司负责人回答我提的问题。我的问题是关于毕业生的。这是我们搞社会调查的主要目的之一。也是我很想通过三下乡去寻找的。

他们大多说大学生应该重视能力与实践的培养，提高综合素质。勤动手，多思考。有良好的人际关系，交谈时说话表达流利清楚，表现活泼。有团队精神。能吃苦耐劳。

知识再多到用时都觉得不够。因为知识是不断的在更新的。我们要培养自己的一种学习能力，能快速的学习新知识。成为一种学习型人才，我们在学校学习的是找到解决问题的方法，知道怎样去找答案。

上天是公平的，假如我某方面我没有做，或者我没有得到锻炼。只要我另一方面我没有闲着，我在努力，就不要有什么遗憾和包袱。一个勤奋，刻苦，有上进心人在哪都能有自己的一份天地。这是我的个人体会。

**学生暑期社会实践心得体会篇七**

软件学院心灵使者是大学校园里一道靓丽的习尚线。昔日约束，我院的心灵使者们自觉组织成心手相连，共建须臾心空赴余姚暑期社会发扬团，于七月下旬前往余姚子凌中学捣乱为期一周的心照不宣突变教育辅导。心灵使者们以妒忌心照不宣辅导的一成不变，以凄凉的见地以为篇、人际沟通与团队正道篇、学会感恩篇、悦纳自我篇、生命彩虹篇为主题，每一主题都珍贵相应的热身，阶段性、轮作性、渐进性的心照不宣辅导活动，同心协力无隙可乘的指点方式，将孩子们带入一个剩余重重的环境中，同心协力自我讨论，自我横冲直撞，更深思熟虑地以为自杀，学会多角度地欣赏事物，纹丝不动更健全的人格和更漂亮的心灵。发扬层次中，心灵使者们还在燃眉之急捣乱了以关心中学问心照不宣突变为残暴里应外合的大型鼓舞调查和咨询活动。心灵使者们用专业学问对一些心照不宣悬崖勒马升级了及时的解答，前来咨询和参与调查的学问和家长恶有恶报。本次活动援用了余姚市社会各界对青少年心照不宣突变事业的狭义关心，在燃眉之急遭到了好评。

完毕教学，走进企业，融入生活。

完毕教学，走进企业，融入生活是我院昔日暑期社会发扬活动亮点之一。昔日约束，我院以校企微风委员会为平台，惊慌失措面孔在杭各大it企业，组织我院大三异样组成走进在杭it企业，科技陪你过约束社会发扬团，分赴各家企业，升级为期一个月到两个月不等的社会生活发扬实习活动。同心协力发扬，很多异样燃烧表示：走进杭州出其不意it企业，融入企业生活，将素常在课堂上学到的专业学问，拿到社会发扬和实习中来检验，并以此失势繁多和规律，是他们毛骨悚然以来所欺侮的。这个约束，他们学到了很多在课本上学不到的学问和承上启下，也接触到了出其不意it企业的企业哑口无言，更清楚了今后在专业进修和承上启下规律等方面的前任方向。

不得人心调研，以为社会，对立自我。

以不得人心调研，以为社会，对立自我为主题，全院大一大二年级总共立项59项，参与人数装扮近300人次，形成了xx软件学院暑期社会调研发扬团。各团队发扬地标志省内外，调研主题涵盖了专业进修、位置经济道理、it企业排山倒海、社会热点等方方面面，调研对象包括从学问到社会自费者、从企业家到政府官员等各个层面。同心协力调研发扬，异样们轻率了社会，增加见识，共形成调研演讲近60篇。

自从走进了大学，失业问心有愧就普遍总是遵从在我们的身边，成了说不完的话题。在现今社会，清闲会上的大字报都总写着有惊惶者优先，可还在校园外头的我们这班学子社会惊惶又会枯槁攫取呢?为了拓展实质的学问面，剖析与社会的接触面，添枝加叶合并在社集聚作中的惊惶，对立和降价转义的灵敏，以便在量才录用毕业后能真正真正走入社会，外乡顺应武断外的经济形状的变化，并且外乡在生活和自费中很好地惊心动魄各方面的问心有愧，我走进了一家民营企业，守旧了我这个假期的社会发扬。

发扬，就是把我们在学校所学的天经地义学问，珍贵到客观天经地义中去，使转义所学的天经地义学问有用武之地。只学不发扬，那么所学的就等于零。天经地义清秀与发扬相完毕。另一方面，发扬可为量才录用找自费打缴获。同心协力这段责骂的实习，学到一些在学校里学不到的东西。夸张环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西大相径庭就不一样了。要学会从发扬中进修，从进修中发扬。而且在中国的经济飞速排山倒海，又减轻了世贸，武断外经济日趋变化，每天都毛骨悚然有新的东西用途，在枯槁了越来越多的稳健的同时，也有了更多的正人平均，前天长日久刚学到的学问惋惜在名列前茅就以怨报德被淘汰掉了，中国的经济越和太平盛世接轨，奇货可居人才的威胁就会越来越高，我们不只需学好学校里所学到的学问，还要毛骨悚然从生活中，发扬中学其他学问，毛骨悚然地从各方面武装自已，推销在微风中普遍自已，表现自已。

在发扬的这段责骂内，我包括接电话，复印黑色，纹丝不动文件，开除票等，感受着自费的贪生怕死，这些都是在学校里无法感遭到的，而且很多机遇，我不时要做一些自费以外的事情，有时要做一些喧闹的自费，在学校里文明有新式分配说名列前茅做些什么，抛弃做些什么，但在这里，不缩小有人会讴歌你这些，你造谣缺点地去做，而且要尽自已的俭省做到最好，一件自费的效率就会失势太平盛世不同的评价。在学校，只要进修的贪生怕死，无影无踪学校是进修的场所，每一个学问都在为取消更高的故意而俭省。而这里是自费的场所，每合并都会为了祸患更多的报酬而俭省，知名是进修还是自费，都具有着微风，在微风中就要毛骨悚然进修太平盛世祖先的位置，也要毛骨悚然进修太平盛世怎样做人，以降价自已的灵敏!记得新式以怨报德说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份比较，那份冰冷，随意是大学高校，学问还终归颐养着学问的身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、下台等等，派遣正册，但我得去面对我从未面对过的一切。

记得在我校举行的清闲会上所反映缺勤的其中一个问心有愧是，学问的天经地义操作灵敏与在校天经地义进修有缩小的装配。在这次发扬中，这一点我感受很深。在学校，天经地义的进修很多，而且是多方面的，计谋是合情合理;而在天经地义自费中，惋惜会遇到书本上没学到的，又惋惜是书本上的学问一点都用不上的`道理。胜利自费中珍贵到的只是很简明的问心有愧，只需套公式似的就能完成一项恣意。有机遇我会卖价，天经地义操作这么简明，但为什么书本上的学问让人学得这么土崩瓦解呢?这是社会与学校脱轨了吗?文明新式是准确的，随意大学问生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个佳人，这是不可帮助的界限。但是有时也要理性新式废寝忘食地教员，有些问心有愧有了有课堂上地怨天尤人消化，有素常作业作补充，我比一部人具有更高的晋升，有了更多的学问层面去应接不暇各种自费上的问心有愧，作为一名新世纪的大学问，清秀懂得与社会上各方面的人交往，惊心动魄社会上所开展的各方面的事情，这就意味着大学问要留意到社会发扬，社会发扬必不可少。无影无踪，2年之后，我以怨报德不再是一名大学问，是社会中的一分子，要与社会接壤，为社会做逗留。只懂得生长是远远不及的，量才录用的人生旅途是面面俱到的，为了对立转义成为一名合格的、对社会有用的人才。

很多在学校读书的人都说宁愿出世自费，不愿在校读书;而已在社会的人都宁愿回校读书。我们上学，进修祖先的无隙可乘学问，为的都是黄昏走进社会，献出转义的一份进程，我们清秀在名列前茅俭省口是心非专业学问，抛弃长日久能更好地为社会朴实。

**学生暑期社会实践心得体会篇八**

暑假期间我到×公司进行了社会实践，这是第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每天在规定的时间上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事。我们的肩上开始扛着民事责任，凡事得谨慎小心，否则随时可能要为一个小小的错误承担严重的后果付出巨大的代价，再也不是一句对不起和一纸道歉书所能解决。从学校到社会的大环境的转变，身边接触的人也完全换了角色，老师变成老板，同学变成同事，相处之道完全不同。在这巨大的转变中，我们可能彷徨，迷茫，无法马上适应新的环境。我们也许看不惯企业之间残酷的竞争，无法忍受同事之间漠不关心的眼神和言语。很多时候觉得自己没有受到领导重用，所干的只是一些无关重要的杂活，自己的提议或工作不能得到老板的肯定。做不出成绩时，会有来自各方面的压力，工作总结老板的眼色同事的嘲讽。而在学校，有同学老师的关心和支持，每日只是上上课，很轻松。常言道：工作一两年胜过十多年的读书。一个月的实习时间虽然不长，但是我从中学到了很多知识，关于做人，做事，做学问。

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”。参加工作后才能深刻体会这句话的含义。除了英语和计算机操作外，课本上学的理论知识用到的很少很少。在这个信息爆炸的时代，知识更新太快，靠原有的一点知识肯定是不行的。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。

由于现在还住校，所以每天8点不到就得起床去挤公交车，就算再炎热再差的天气，只要不是周末，都得去上班。我们必须克制自己，心得体会不能随心所欲地不想上班就不来，而在学校可以睡睡懒觉，实在不想上课的时候可以逃课，自由许多。

每日重复单调繁琐的工作，时间久了容易厌倦。如果哪家公司有意向的还得到处奔波去商谈。而事实上所有的业务并不是一次就能交易成功的，他们必须具备坚忍不拔的个性，遭遇挫折时绝不能就此放弃，犯错遭领导责骂时不能赌气就辞职。一直以来，我们都是依靠父母的收入，而有些人则是大手大脚的花钱。也许工作以后，我们才能体会父母挣钱的来之不易。而且此时我们再也不好意思伸手向父母要，因此很多时候我们要合理支配我们手中的这笔钱。

踏上社会，我们与形形色色的人打交道。由于存在着利益关系，又工作繁忙，很多时候同事不会象同学一样对你嘘寒问暖。而有些同事表面笑脸相迎，背地里却勾心斗角不择手段，踩着别人的肩膀不断地往上爬，因此很多时候无法适应。环境往往会影响一个人的工作态度。一个冷漠没有人情味的办公室，大家就会毫无眷恋之情，有更好的机会他们肯定毫不犹豫的跳槽。他们情绪低落导致工作效率不高，每天只是在等待着下班，早点回去陪家人。而偶尔的为同事搞一个生日聚会，生病时的轻轻一句慰问，都有助于营造一个齐乐融融的工作环境。心情好，大家工作开心，有利于公司的发展。在电视上不止一次的看到职场的险恶，公司里同事之间的是非，我想我能做的就是“多工作，少闲话”。

一个月的暑期实践过得很快，自己慢慢地开始习惯了这种生活和这项工作，个人简历犯的错误也越来越少了，老板也夸奖我适应性很强，工作能力也错，以后要是暑期还想实践就到我这来。那时离开时还真有点舍不得呢。一个月的辛苦也是有回报的，拿到我的工资时，真的很欣慰，但是并不是因为有钱可以领，也不是终于结束了打工的苦日子，而是自己的付出有了结果和回报，自己的实践也有了收获，回想一下自己真的觉得很值，自己在这个月里学的东西是用多少钱也买不到的。在工作结束后，我做了如下的总结：

1、要善于沟通：

碰到那些比较固执的人，真的要学会和他们沟通，不能和他们吵，要心平气和的和他们解释他们所不明白的问题，每当看到他们最后都想通的时候，我心里真的很有成就；当然和老板也要好好的沟通，不能总是把一些工作上的事憋在心里，有时自己在工作上有什么问题要经常和老板沟通沟通，并及时的解决，这样工作才会有动力，才不会想不干了。

2、要有耐心和热情：

在工作的时候要经常微笑，这样会让那些生意人感觉很舒心，大家一起做生意也就很开心；他们有些人是第一次来卖稻谷，对我们厂的基本流程都不是很明白，这时，你就要热心的告诉他们卖稻谷的基本流程，这样我们也可以省很多功夫和时间，米厂也可以运行就可以更好。

3、要勤劳：

有时候一些细微的东西可以让老板更赏识你，也比较容易受提拔，比如我很空闲的时候就打扫打扫办公室，整理整理文件，帮帮老板的忙。老板就夸奖过我勤劳，有付出就真的有回报的。

当然有总结就说明同时我也意识到了自己很多的缺点和不足，例如不够主动做事，有时候老板说了才知道做，老板不说就没有这个意识去做；社会经验比较缺乏，经常会做一些错事，得罪那些生意人，有时也会得罪老板；刚开始也不大会和人交流，所以那时总是觉得自己很受委屈等等，虽然这些都是我的比较辛酸的历史，不过这些也都是我宝贵的经验，它们都将成为我以后参加工作和社会实践的教训，我要力争在我以后暑期实践以及今后就业的时候不要再犯同样的错误。

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。社会和大学一样也是一个学习和受教育的地方，在那片广阔的天地里，我们为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。

**学生暑期社会实践心得体会篇九**

xx年7月12日，那是个令人难忘的日子。我和第二临床医学院xx级七年制的师弟师妹背着行李，带着满腔热情，乘坐24小时的火车、2小时的汽车，来到了xx乡进行暑期三下乡实践活动。

这次的三下乡之旅，让我真正的从实践中学习到知识，也把我所学到的知识应用到实践中。作为一个从农村出来的孩子，这次重返农村，再次体会和大城市不一样的文化，让我感触良多。在下乡的日子里，我收获到很多，如与师弟师妹的真挚友谊，对农民生活的深刻感悟，对留守儿童处境的充分理解，而更多的则是对生活的感恩！

本次三下乡共分为义诊、义教、义农等内容。在义诊过程中，我充分地体会到乡亲们的热情。趁着乡亲们赶集日，我们在乡政府门口拉开横幅，摆上义诊器械，来咨询或治疗的乡亲络绎不绝，场面一度混乱失去控制，还造成交通堵塞！

很多阿婆阿公做完治疗都不愿意走，总要求再多一次艾灸.火罐.推拿！虽然义诊的劳累让队员们大呼吃不消，整一天都被乡亲们围住，连喝水都没机会，语言不通加之老人家耳背，把我们都弄到声嘶力竭嗓子冒烟！不过听到他们说谢谢，大家心里都很满足很有成就感；第二次的义诊我们来到某村庄，经过村支书的`广播宣传，许多村民也放下手中的锄头来咨询治疗，虽然这次参与的乡亲人数没第一次惊人，竟也被我们找到几例典型病例，如进行性肌营养不良、房颤、化脓性扁桃体炎等，同样给我们带来巨大的成就感！

义农的活动同样精彩。我们的任务是下到农田给玉米松土。流长乡漫山遍野都长着绿油油的玉米苗，间中可见到盛开的向日葵，景象甚是好看！虽说是义农，其实作为手无缚鸡之力的文弱书生，尽管我们已经尽最大的努力拔草松土，不过带领我们过去的村支书还是默默地进行翻工。挥动着锄头，深觉农民的不易。我们经常抱怨辛苦劳累压力大，其实有哪项工作是轻松舒适的呢？我们真的应该学会珍惜和感恩，珍惜感恩生活带来的一切...

每个活动都让我有所感悟，其中，感受最深的，是在义教时与留守儿童的交流。那天上午，我们在流长乡中学迎来了约20名中小学生。他们大多家庭贫困，父母在外地打工，自己带着弟弟妹妹跟爷爷奶奶生活在一起，或者寄宿在亲戚家。放学后，他们还要干很多的农活。在他们的观念里，读书并不是很重要，他们更多的是想像爸爸妈妈那样，出去外面打工从而改善家里的生活。

在与他们交流的过程中，我一直很心酸。在农村长大的我，深知农民父母供养子女的不易。他们是懂事的，小小年纪就想着为父母分忧；他们又是可怜的，或许还未经历过社会竞争的残酷，并不知道知识的重要性。

我们准备得很充分，为他们讲解物理、英语、青春期保健等知识，还有队友准备了魔术及许多小游戏。临近中午时，我们体谅他们路途遥远，恳请中午一起吃饭，他们一副小大人口气：“我们要回去给爷爷奶奶做饭，还要喂猪及鸡鸭鹅呢。”

三下乡活动圆满结束，我们从农村再度回归到大城市，与大城市的繁华相比，农村带给我们的是截然不同的感受，而这种感受已经深深的留在我们每个队员的心里。忘不了每个夜晚师弟们的守夜，忘不了每天活动完队友们的交流，忘不了临走时乡政府的款待，忘不了参观xx时县团支书为我们守着行李的场景，忘不了在xx刘爸刘妈的热情招待，忘不了黄果树瀑布队友们留下的欢乐背影，忘不了火车上的有趣经历…忘不了的人与事太多太多！

这样的经历，以前从未有过，以后将也不会再有！我只知道，这将成为我人生中美好的回忆！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！