# 最新中医学生暑期社会实践心得体会(精选16篇)

来源：网络 作者：独坐青楼 更新时间：2024-12-04

*心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。中医学生暑期社会实践心得体会篇一这是我进入大学...*

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**中医学生暑期社会实践心得体会篇一**

这是我进入大学以来的第一个暑假，当然，也是我第一次经历社会实践，说实话，对于这种实践活动，我并不十分清楚其真正的意义。可是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，带着心中的问号，我踏上了社会实践的“道路”。虽然心里有不解，但是对于这次实践我还是有着自己的计划的.

七月二十五日这天，天阴闷的很，但这丝毫没，但这丝毫没有影响我们淮师et协会暑期实践活动的黄桥之旅.

待我们抵达革命老区时已是临近中午，可我们还是稍作休整就出发了，前往这次活动的主要目的地-黄桥战役纪念馆.一路穿街走巷终于我们来到了深巷中一处古典韵味很浓的宅子.＂到了＂组长发话，我们走进大门.顿感凉意袭来.后来才知道原来这幢＂古宅＂是由我国近代富有＂地质之父＂的丁\*\*先生亲自设计建造的，难怪炎炎夏日能有如此阴凉的效果，一股敬意由心底而生.

接着我们在讲解员阿姨的带领下一一参观了纪念馆的各个组成部分，以及一一为我们讲解了伟人们当年的伟绩和他们背后那一个个感人的故事，另外，我们还看到了很多伟人们当年用过的生活用品。一条\*\*\*将军用过的军被格外引人注目：上面的补丁是一个接一个，一个叠一个，可联想当年如此艰苦环境下新四军领导人民群众英勇抗敌的场面。

下午，我们来到黄桥战役革命纪念碑.一眼望去，高大伟岸的纪念碑俨然一根擎天大柱，就象当年新四军是人民群众心中的力柱一样。敬意之余我们实践小组的成员人手一块抹布擦拭着花岗岩每块角落的灰尘，5分钟，10分钟。汗水开始从毛孔争先恐后的跑出来，太阳这时也出来凑热闹，变的越来越毒.但经过我们近两个小时的＂艰苦奋斗＂花岗岩筑成的纪念碑已恢复夕日风采，在阳光的衬托下更显辉芒！

临近傍晚，我们拖着沉重的身体走出黄桥，但心里却异样的兴奋，为着当年的烈士们！

另外我们实践小组来到了泰州白马庙的中国人民解放军海军诞生地纪念馆，接受了一次爱国主义教育，华东海军是新中国人民海军的前身，中国人民解放军海军就是在华东海军的基础上组建的。1989年2月17日，中央军委作出决定，确定1949年4月23日为中国人民解放军海军的诞生日，泰州白马庙也成了人民海军的诞生地。

此次“红色之旅”使同学们更加深入学习领会了“三个代表”重要思想，树立和落实了科学发展观，激励着同学们把爱国热情、成才发展的强烈愿望和知识技能转化为实际行动，在实践中认识国情、奉献社会、提高素质。

在驻地的农村我们还开展了“留守儿童感恩教育”、“指导农民科学施肥”等等一系列的活动！

总之，这次大学生暑期“三下乡”社会实践活动，不仅了解了很多有关当年民族英雄们的光辉事迹，还锻炼了实践能力，同时也让我们了解了农民生活的辛酸，也认识到“三下乡”社会实践活动在为促进全民健康，推动全面实现小康社会今后我们要努力学习，为社会的明天献出自己一份力，在当今安逸的生活中力求发现更多问题、为农民解决更多难题，一切以为人民服务为宗旨.

**中医学生暑期社会实践心得体会篇二**

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xxx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。

**中医学生暑期社会实践心得体会篇三**

我完成了从中学生到大学生的转变，对社会各方面也有了新的认识，学习不再是我生活中唯一的旋律。我要更多的去考虑未来，考虑工作，寻找最适合自己的生活方向！

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，去接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。虽然在这假期我没有在我的专业知识，专业能力上有所提升，但是我感觉我懂得了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，叫我懂得了老百姓生活的不易之处，叫我懂得体会人间疾苦，叫我明白好好学习，将来用专业知识帮助他们。

这是我第一次经历社会实践。第一次参加社会实践，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。虽然我的实践内容只有短短两天，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！对于一个大学生生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽天气严寒，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，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我来到了延陵镇麦溪村村委会，开始了我这个假期的社会实践。实践可为以后找工作打基础。通过这两天时间的实习，学到了许多在学校里学不到的东西，更真切地感受了老百姓的生活。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。

中国的政治飞速发展，民主化的发展也是深入人心，即便老百姓的生活发生了翻天覆地的变化，生活质量节节升高，但生活总不断有新的问题涌现，在越来越的民主的同时，也使得基层官员的工作有了更多的挑战，这两天我就深深体会到他们的辛苦。

在实践的这段时间内，我整理了很多反映老百姓问题，关系老百姓切身利益的信件，也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，但在这里，不会有人会告诉你这些，你必须要自己认真总结，要自己认真分析，而且要尽自已的努力做到最好。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。接触那些刚刚毕业的学长学姐，他们总是队我说要好好珍惜在学校的时间。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。

回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我翻阅的每一封信，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。

经验的积累也是非常重要的。经验犹如人的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了经验，办事就很难顺利。第一次接触政治，对我来说很陌生，充满挑战，要想把工作做好，就必须了解这方面的知识，我很高兴我克服了困难，积累了宝贵的经验！这是我人生的一笔财富，一定会利于以后的工作！

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。在今后我要参加更多的社会实践，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。

虽然我以后从政的几率十分之渺小，但这次社会实践依然对我意义重大，甚至可以说是我走向社会的第一步，我会好好珍惜它，为在校的学习服务！

**中医学生暑期社会实践心得体会篇四**

古人曰：“逝者如斯夫，不舍昼夜”。短暂又难忘的实习旅程就像白驹过隙般，个人简历飞速而逝，而这其间的感受也像五味瓶——酸甜苦辣咸一应俱全，在每日紧张充实的工作环境中不觉间已经走过了x个月的实习期，回首这x个月的实习期，内心充满着激动，也让我有着无限的感慨。

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社会实践工作。打工实践实践虽然很短，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。

这次的认识实践是一个开始，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。

作为一名在校学生，能在大一期间参加社会实习，是一次难得的机遇。使我们在掌握基本理论知识后，迅速的加以实践运用。巩固学习成果。同时，在大x学年，能对所学知识有了更进一步的深化理解，便于更好的学习。这是学业上的优势。更为可贵的是，我们在实习中成长的更加成熟，无论是思想还是心理上。由于我们一贯生活在校园中，时刻有老师、家长和同学关爱，生活可以说用无忧无虑来形容，很少接触社会，也很少吃苦。在这次酒店实习中，困难时刻严峻的考验着我们。通过这次实习，我比较全面地了解了酒店的组织架构和经营业务，接触了形形色色的客人，同时还结识了很多很好的同事和朋友，他们让我更深刻地了解了社会，他们拓宽了我的视野，也教会了我如何去适应社会融入社会。

而作为一名还未走出校园的学生，我深知自己要学的东西有很多很多，对即将踏入的工作岗位又有着太多的陌生和神秘，在这种矛盾心理的促使下，我满怀着信心和期待去迎接它。初来酒店我就被它神秘的色彩、清新的空气、幽雅的环境所深深吸引，为能有机会在这个地方实习而感到庆幸。来到酒店安排岗位，我才发现自己并没有太多的优势，学校所学的理论知识和现实还有很大的差距，一切都需要重新开始学习摸索，为此当让我选择岗位的时候，我选择了收银员这一岗位，因为它接触客人比较多，工作时间也比较紧凑，这对于我来说是一个绝好的锻炼机会。在工作中，虽然我只是充当一名普通收银员的角色，但我的工作也绝不仅仅是收钱那么简单，其中也是一系列的复杂程序。在这x个月的工作中，我发现要能自如的做好一项工作，无论工作是繁重、繁忙还是清闲，要用积极的态度去完成我们的每一份工作，而不是因为工作量比例的大小而去抱怨，因为抱怨是没有用的。我们更要做的是不要把事情想的太糟糕，而是要保持好的心态面队每一天。因为快乐的心态会使我们不觉的工作的疲惫与乏味。

工作中我刻苦学习业务知识，在领班的培训指导下，我很快的熟悉了酒店的基本情况和收银的岗位流程，从理论知识到实际操作，从前台到接待为客服务，一点一滴的学习积累，在很短的时间内我就掌握了收银员应具备的各项业务技能。

实习占用了我们大学里的最后一个暑假的时间，但是这和以往打的暑期工不同，在工作过程中，我们不是单纯地出卖自己的劳动力去换取报酬，而是当自己是酒店的一员，和各部门同事密切合作维护酒店形象和创造最大的利益。实习过程中，我们不会因为还是本科在读生而受到特别的礼遇，和其他心员工一样，从酒店基本知识和本职工作开始了解，偶尔做错事，也不会有人偏袒。作为酒店的一员，穿上了制服，就要处处维护酒店的权益，要把自己和酒店紧密联系起来，要熟悉酒店的信息，要另自己的一言一行都要代表酒店的利益，时刻为酒店做宣传，提高酒店和自己的形象。实习过程中，让我提前接触了社会，认识到了当今的就业形势，并为自己不久后的就业计划做了一次提前策划。通过这次实习，我发现了自己与酒店的契合点，为我的就业方向做了一个指引。另外，酒店的人才培养制度为我们提供了大量的学习机会，为我们提供了就业机会。实习实际上就是一次就业的演练，在实习中，我发现，其实学习不光充满在课堂上，社会上给你提供的学习机会更多。只不过，这个学习资源需要你的筛选。不象我们课堂上，老师永远教给我们的都是实实在在的真理性的知识。但是，社会上提供的学习资料更及时，利用效率更高。学习的机会时刻充实在生活中，工作总结学习中。

**中医学生暑期社会实践心得体会篇五**

这次暑假非常的充实，自己的过去从来没有在暑假期间去实践过，这次是一个非常不错的机会，对我而言还是有很多的意义的，我很渴望能够通过实践的方式去积累经验，但是我还是得到了很多的变化，这短短的一个多月确实还是有很多的进步，对于这方面我更加是做好了充分的准备，我也希望能够在下一阶段的工作当中努力去提高自己的工作能力，这对我是有很大的意义的，这次的实践过后我也有了一些心得。

作为一名学生这是我应该要有样子，在以后的学习当中我一定会认真的搞好自己的本职工作，近期的工作当中我也是对自己的能力有一个客观的判断，通过实践我也是有很多的提高，在这次社会实践当中我有着很多的提高，在以后的学习当中我升华了很多，这次暑假期间我去到了一家工厂，我认为在这段时间当中我的变化是很大的，我的能力得到足够的提高，实践和在学校是有很多的区别的，在学校的时候总是会有一些其它的理由，让自己有退避的想法，但是离开学校就不是这样了，在工作当中不应该有这些理由，要对自己各个方面有一个客观的判断，这方面是应该做好准备的，让我映象深刻的就是在这个过程当中我确实是有很多的进步，这让我明白了很多的道理。

作为一名学生，不断提高自己的工作能力，我需要对自己有深刻的理解，暑假期间我看到了很多，有很多是在学校没有过的经历，近期在工作当中我保持着好的心态，在工厂工作这让我有很多的变化，虽然比较累可是我确实还是有足够的锻炼，我认为在以后的学习方面我应该要有对自己的判断，这次的实践经历是我需要重视起来，这也是作为一名学生这是我会做好准备的，在累的同时我也和周围的同事相处的很好，明白了赚钱的不容易，过去我没有这方面的概念，多多少少是有些大手大脚，这让我确实是的很有触动的，作为一名学生我应该要搞好这些，赚钱是一件辛苦的事情，通过这次暑假期间的实践，我真的感觉很好，我一定会在以后的学习当中坚定信念，学习是摆在第一位的，在未来的学习当中我会实现对自己的要求，通过这次暑假期间的实践工作，我也明白了很多，学习到了很多，感激这次时间经历。

**中医学生暑期社会实践心得体会篇六**

从古至今，作为一个学生就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方式。

最后一个暑假，我去区检察院实践。实践期间努力将自己在学校所学的理论知识向实践方面转化，尽量做到理论与实践相结合，在实践期间能够遵守工作纪律，不迟到、早退，认真完成领导和检察人员交办的工作，得到院领导及全体检察干警的一致好评，同时也发现了自己的许多不足之处。

此次实践，主要实践科目是刑法和刑事诉讼法，也涉及一些其他私法科目。在实践中，我参加了几起案件的开庭审理，认真学习了正当而标准的司法程序，真正从课本中走到了现实中，从抽象的理论回到了多彩的实际生活，细致的了解了公诉起诉的全过程及法庭庭审的各环节，认真观摩一些律师的整个举证、辩论过程，并掌握了一些法律的适用及适用范围。跟随干警提审，核实犯罪事实，探询犯罪的心理、动机。真正了解和熟悉了我国的公诉程序及法庭的作用和职能，同时还配合公诉人员做好案件的调查笔录和庭审笔录，做好案卷的装订归档工作。

实践期间，我利用此次难得的机会，努力工作，严格要求自己，努力提升各方面能力，虚心向领导和检察干警求教，认真学习政治理论，党和国家的政策，学习法律、法规等知识，利用空余时间认真学习一些课本内容以外的相关知识，掌握了一些基本的法律技能，从而进一步巩固自己所学到的知识，为以后真正走上工作岗位打下基础。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在短暂的实践过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏，就是我们的法学教育和实践的确是有一段距离的。法学是一门实践性很强的学科，法学需要理论的指导，但是法学的发展是在实践中来完成的。所以，我们的法学教育应当与实践结合起来，采用理论与实际相结合的办学模式，具体说就是要处理好“三个关系”：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；暑期实践与平时实践的关系，以暑期实践为主要时间段；社会实践广度与深度的关系，力求实践内容与实践规模同步调进展。

在实践过程中，也发现法律的普及非常重要。我国政府为推进法治建设而进行的多年的普法教育活动，取得了很大成就。人们的法制观念、法律意识都有了很大的提高。但是在普法的深度与广度上还有一些不足。比如有些时候，人们对有些法律条文是知道的，但却不知道如何适用它，以至于；有时候人们对两个以上不同法律对同一问题的规定不明白，不知道该适用哪一部法律，有一个案件就是这样的，被告人原是某村会计，后来在改选中落选，这样一些会计帐簿、会计凭证需要移交，但是他一直认为《会计法》是规定的要等帐目清算后再移交，所以就坚持不交出，结果被以隐匿会计帐簿、会计凭证罪逮捕。这一个案例就说明我们的普法活动不能只做表面文章，要深入实际，真真正正的让人们了解法律、法规的含义。并在这个基础上，逐步确立人们对法律的信仰，确立法律神圣地位，只有这样法治建设才有希望。

**中医学生暑期社会实践心得体会篇七**

20xx年暑期大学生社会实践报告永城大地，人杰地灵，文明灿烂。红鹰学子挖掘正能量，为美丽强国梦想贡献力量。20xx年7月18日是xxxx学院第三届暑期社会实践团“寻找永城正能量”为期十天的暑期社会实践活动即将结束的重要日子。在这个暑假里，实践团成员不畏风雨炎热，接受台风“灿鸿”的考验，始终坚持“团结、坚持、包容、奋斗”的团队宗旨，以“奉献、友爱、互助、进步”服务社会。该团以“汇聚青春正能量，共筑美好强大梦想”为主题，走访xx市各街道、社区，寻找xx人的正能量精神和文化，也坚持“理论联系实际”，用行动践行正能量！

社会是一个学用结合的大舞台。通过暑期社会实践，大学生可以在实践中努力，在社会中锻炼自己，积极参加祖国的建设，了解社会，为将来更好地为现代化建设服务做准备。当代大学生是建设社会的小能量，是未来的主要能量。只有总结今天的经验，才能更好地为明天做准备。让我们携手青春，寻找、传递、分享正能量。

活动第二天，团队来到xx市三区的社区街道，开展了关于xx市民对最美人物的认识及法律意识的问卷调查。期间虽然很多队员听不懂当地方言，带来了一些麻烦，但是通过文字、手、描述的方式，问卷调查活动进行的很顺利。通过问卷调查，我们获得了许多有价值的数据和信息。除了专门安排时间对市民进行问卷调查，团队还会在走访活动中与受访者交流最美人物、法制建设等内容。团队成员通过调查、走访、总结，对如何在“最美人物”、“xx好人”等被采访对象中寻找正能量，如何弘扬正能量，打下了基础。

团队与浙江大学xx理工学院暑期社会实践团“寻找最美白银时代志愿者”一起，为丹顶鹤社区的老人和孩子开展了“汇聚一点力量，共创美好社区”的环保活动。活动旨在倡导保护生活环境，垃圾分类从我做起。由宣讲垃圾分类知识和开展“垃圾分类之旅”互动游戏两部分组成。本次活动得到了xx街道丹顶鹤、周边社区居委会以及xx区民生网的\'支持。

在一系列的知识宣讲和游戏活动之后，团队将注意力转向了实际参与体验的部分。通过组织“环保绿色”志愿服务活动，陪伴社区老年志愿者，带领社区儿童参与活动。一路走来，社区居民的每一句赞赏话都是一股暖流。虽然很累，但成员们的笑容总是挂在脸上。只有会心的微笑，才能真正体会到为他人服务是一件多么幸福的事！全心全意去选择自己想做的事，做好自己选择的事，做到最好。这就是正能量。

理论上，团队成员尽讲堂讲师的职责，耐心讲解知识；在生活中，作为班里的大哥哥大姐姐，和他们一起玩，一起分享他们的快乐。无论以何种方式，都让人感受到他们深深的信任和不舍。他们的天真让人喜欢，他们的热情让人开心，他们的留恋让人感动。正能量需要分享，生活才会精彩！

团长黄xx曾说，“每一次寻找都是收获，每一次努力都是成长。”在今年夏天的社会实践中，队员们努力拼搏，勇于拼搏，通过汗水为社会带来正能量。大学生的蓬勃成长，源于社会这片沃土的滋养。现在，每个人终于可以把自己珍藏已久的知识财富奉献给社会，服务社会，帮助他人，为与祖国共建社会主义和谐社会尽自己的一份力量。时光飞逝，但社会实践教会了我们很多东西，这些东西将会终身受用。

暑期社会实践已经落下帷幕，但正能量团队还会继续寻找、传递、弘扬正能量。

**中医学生暑期社会实践心得体会篇八**

转眼间我已经度过了大学的第一个年头，进入了大学的第一个暑假。作为已经成年的大学生，我的暑假生活不能再像以前那样无所事事了。我要过一个既有意义而又充实的暑假，我和室友有很多热烈的讨论，我也有了自己的打算。我想依靠自己的双手和大脑来赚取自己所需的生活费，当然更多的是想通过亲身体验让我自己更进一步了解和认知这个社会，我也希望自己能在这个暑假中增长见识，更为重要的是想检验一下自己是否能够融入这个社会的大家庭并通过社会实践，找出自己在社会中存在的差距。

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，招聘会上的大字报都总写着“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，我开始了我这个暑假的社会实践。炎炎夏日烈日当头，还有就是从未在其他城市度过过真正的暑假，想一想就有让自己立刻马上的进行自己的暑假工计划。正是因为有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的又手和大脑维持自己的\'生存，同时，也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，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。

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。记得在去年刚到学校不久，我校举行的双选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。在学校里，理论知识学习很多，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那样，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。“吾尝终日不食，终夜不寝，以思，无益，不如学也。”这是论语中的一句话，说的是一个人整夜不食不寝去思考钻研一个问题，没有什么好处，不如亲自去实践学习研究。实践的过程是每个人都要经历的必经之路，在这个路上，你不在是个孩子，在锻炼，在成长，跌跌撞撞，且歌且行。青春的光阴留给我们更多的是奋进的号角与激昂的乐谱，也许每天拖着疲惫不堪的身子回来，也许每天都要为了完成当天的任务而焦头烂额，也许每天都要为了明日的顾客做着准备，但我们是快乐的。不再是不为浮云遮眼之势，更在一览众山之躯。

总结我的这次暑假社会实践活动，虽然是我第一次正真经历社会实践，但我认为它是成功的，有用的，受益非同的。它将会对我的以后学习和生活以及职业生涯起到很大的帮助。

参与社会实践是每一个大学都应该且必须拥有的一段经历。它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。实践是我们把学到的理论知识应用在实践中的一次尝试。我想，作为一名有追求的大学生，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫，不是吗?信奉在哈佛广为流传的一句话：ifyoucandreamit，youcanmakeit!实践已经结束，我也该开始新的生活了。在余下的大学生活里，我还需要做好很多事情，比如英语计算机的继续学习，比如专业课的深入学习，比如对行业的继续关注等。未来不管是做个企业职员还是自主创业，大学时期的积累，必定是我人生的一笔财富!

**中医学生暑期社会实践心得体会篇九**

七月流火的暑期背影已经渐渐远去，当我转身回眸时，才发现在那个刚刚逝去的夏日里仍然留有自己的身影，想起在“车无限汽修公司”实习的日子里，我所接触的东西，远远胜过我们在象牙塔里循规蹈矩苦学多年的内容。一夜间，我们似乎从一个蹈跳独行的孩子，瞬间成长为一棵参天大树。

回忆社会实践生活中的点点滴滴，其中滋味，酸、甜、苦、辣感慨颇多。

酸：“两耳不闻窗外事”，对于我这个从未走出过校门的学生来说，对社会的方方面面，所知甚浅。然而，在酷暑烈日中行走之时，我开始明白身边街角低头打扫的清洁工默默无语的艰辛，沿街店铺呆然枯坐的店员眼角里闪过的焦灼。为了生存，都是为了生存的无可奈何。我不会记得在烈日下我流下了多少汗水，我只记得，在汗水留过嘴角的那一刹那，我品味到的那一丝辛酸。

甜：初出茅庐，第一次走向工作岗位，紧张的心情，使我说话都略带颤音，但公司前辈们的`理解与微笑，同事们支持和善意的眼神，如一缕缕春风，化解了我的不知所描。也许宽容与理解是生活的甜味剂，恬适的心境，亲和的语言，温馨的善举，都为生活增添着沁人心脾的甜意。

苦：许多需要完成的大量工作都涉及相关的专业知识，而这些都是在课本上找不到答案的。面对进退维谷的处境，只能埋头恶补。所幸，有单位前辈们的指点下，再加上我几天来的虚心学习，终于熟练地掌握了整套的业务流程。人只能在痛苦中奋起，在沉默中爆发，在烈火的煎熬中炼成大器。不经一番寒彻骨，哪得梅花扑鼻香。

辣：大量的社会交际在公关实务中无可避免。而我做的前台接待一职，一下子开始应对三教九流、各行各业的人，一向面矮的我难免手足无措，时常也会有尴尬窘事，脸上虽火辣无比，但在此过程中，为人处事之道同时也精进不少，待人接物也成熟老练了许多。

通过这一个月的实习生活，我深刻的体会到：知识就是力量，知识改变命运。细想一下，上大学两年了，我们究竟在学校里学到了些什么。当真正走到工作岗位上，才发现在学校里学的东西很多就是纸上谈兵，内容很肤浅，只有我们真正应用于实际，才能从本质上把握它。而且，仅靠书本上的知识根本不够，我们必须不断实践学习，从过程中总结经验。用知识打造经验，凭经验武装自己，以此完善自己，提升自己。

与人沟通和交流是一门学问，其中充满奥妙与神奇。做人要有原则，做事要有始有终，要想达到很好的沟通效果，需要多想，多感悟，细节决定成败。懂得迁回前进，有时吃亏也是福。

现在是一个充满激烈竞争的时代，但也是体现团队合作精神的时代，作为团队的一员，我们需要时时沟通，了解大家的性格特点，充分发挥大家的优势，才能取得最佳效果。

干什么都要有准备，这样事情的成功率才会大大提高。跑客户，你要通过交谈了解他的特点，从薄弱之处下手，不时站在客户的角度考虑问题，让客户觉得你是在为他着想，他才有理由相信你，与你合作。

在劳累忙碌的几十天里，我体会到了实践的快乐，同时也感到了所学知识的不足，必须继续更加努力学习，学好专业知识，全面发展自己，在实践中长知识求发展。在以后的日子里，我还将不可避免的面对更多的问题，还将承担更大的责任，并在其中更加成熟和真正走人社会。而这次社会实践，是我走向社会的第一步。我会更加努力，争取走好以后的每一步。

作为年轻的学子，我们拥有着绚丽的青春年华。谁说意气风发的我们年少轻狂，经不住暴风雨的洗礼？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，我们会书写一份满意的答卷。炎炎夏季中的我们满怀激情地参加了暑期社会实践活动，这使自己懂得了此次实践不仅是一次实践，更是一次人生经历，一生宝贵的财富，成为自己留在心底的一道亮丽的风景。

暑期实践使我我收获满满，我珍惜！我把握生我决乐！

**中医学生暑期社会实践心得体会篇十**

为了响应党的号召，我们小分队以“扬爱国心，凝民族魂”为主题，在蓝天碧海的舟山开展了为期三天的社会实践活动，学习舟山红色历史，感悟中华民族精神。

1月28日，小雨纷纷。小分队在熟悉路径后来到了舟山鸦片战争纪念馆。雨中的纪念馆宁静庄严，仿佛在回望着往日的硝烟与壮烈。队员们冒雨前行，踏着纪念馆的台阶逐级而上。怀着崇敬而略微沉重的心情，参观了馆内陈列的史物、图片、烈士遗像，学习了重大的战役和烈士的英勇事迹。在馆内队员们感受到了烈士们强烈的爱国主义精神和为革命奋不顾身的民族情怀。在参观了鸦片战争纪念馆后，小分队一行采访了馆长。馆长用平实有力的语言为队员们讲解了那段布满硝烟的历史，使队员们再次深深地被烈士们爱国精神所震撼。

29日，小分队一行再次来到鸦片战争遗址公园。公园内满是高大的树木，郁郁葱葱，使得整个公园静谧安详。拨开历史的浓烟，战争的号角似乎仍在耳边响起，那充斥于鼻尖的硝烟的气息，久久未曾散去。经过园中老人的介绍，队员们来到了位于山腰处的百将题词。笔力雄劲,行云流水,圆润流畅，一起一回里无不诉说着隐匿在历史喧嚣后的故事。这份爱国情感即使已经历近百年的沧桑依然浓烈地涌动，谁也无法忽视，谁也不能不为之震撼!

30日，也是三日之行的最后一日。小分队来到了烈士陵园。陵园位于半山腰，经过一路的冒雨跋涉，队员们终于来到了林茂成烈士纪念碑前。小雨淅沥，纪念碑静静地矗立在山中，带着烈士无法散去的牵挂，久久地凝视着远方。一行人在雨中拜祭烈士，怀着一份虔诚，打扫了烈士纪念碑，学习并感受着烈士的英勇事迹。

最终，三日的寒假社会实践在队员们的齐心努力中圆满完成。战争的岁月虽已悄然远去，那些血泪却早已铭刻在华夏的历史里。翻开历史的卷轴，那些不堪回首的屈辱将永远使得每一个国人为之警醒。“忘记仇恨，铭记历史”。一个国家不可以永远只被盲目的仇恨所遮蔽，但是历史不可忘记。“勿忘国耻，振兴中华”实乃国训!三日，不长，却值得每一个队员永记。永记那份忠义，永记那份壮烈，永记那不屈的中华傲骨!

**中医学生暑期社会实践心得体会篇十一**

短暂的走出校园，踏上社会，在这个暑假给自己一个充实的假期，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。

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。

21号，我们全队队员依时到达，各队队长在4点准时领取定向越野任务指示图，并由队长集中听解比赛规则及其要求，随后回去传达给队员，我丝毫不敢怠慢，因为时间就是胜利的保证，，到多个指定地点拍集体照，然后回原出发点，用时最少的队伍先胜出，可以说我们要争分夺秒。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。

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。

**中医学生暑期社会实践心得体会篇十二**

我是在健身房做销售课程的工作，虽然我自己也是喜欢运动，但是从来没有去过健身房，这次也是体会了以下健身房，了解了更多关于健身的知识，同时也是在销售的过程中，面临着各种拒绝和无视，但在这次的工作里，我也有一些成绩，虽然销售的不多，但也是我第一次出来工作的成绩。

刚开始到健身房的时候，老师是带我们参观健身房，体验各种器材，了解都是怎么使用和健身是针对哪个部位的，然后就是对健身房各种课程的了解，有瑜伽课程，健身课程，动感单车课程，等等，在了解后，我们就开始在外派发传单，销售课程了。刚开始的时候我是跟着一个老同事的，我还有些腼腆，不懂得如何去做好销售，但是经过老同事的带领，我也能很好的和街上的人沟通，推销我们的课程。

不过刚开始的时候，很多人都是拒绝或者脚步匆匆的，到了晚上的时间，很多人是出来逛街休息的，所以还是有一些有健身想法的人会停下脚步来听你说，甚至愿意一起去健身房体验下，不过这种比较少，有些则是拿了传单，然后就走了，也不交流。但更多的是拒绝的比较多。老同事也是说，现在虽然健身的意识有了，但是还是有很多人没有时间或者意识没那么强，所以并不会来健身房。

慢慢的，我在派发传单中，也是更加的了解了我们健身房的课程，而面对走过的人群，也是更加了解哪些人群是更容易销售成功的，在沟通中我也是会使用一些销售技巧，让其对来健身房的意愿更强烈些，愿意来了解，或者是购买课程。在销售课程的过程中，识人的能力，沟通的能力我都有了很大的进步，不再像刚开始的时候，什么都不懂，就是默默的发着传单，那样的效率也是比较低，而且成功率基本是没有的。

在这次的社会实践中，我对销售的工作有了一定的了解，同样我也对我所学的知识知道，只有真的去用了，这些书本上的东西才是我学到了的，而不是只是那些理论和字了。

**中医学生暑期社会实践心得体会篇十三**

本学期，我担任二年级的英语教学工作。这半年以来，可以说是紧张忙碌而收获又不少的一学期。我在实施学校的教育教学工作方案的同时，也积累了一些经验，当然也有缺乏之处。为使今后的工作取得更大的进步，现对本学年的教学工作作出总结，希望能发扬优点，克服缺乏，总结经验教训，继往开来，以促进今后的教学工作更上一层楼。

每上的一节课，我都做好充分的准备，我的信念是决不打无准备的仗。在备课过程中认真分析教材，根据教材的特点及学生的实际情况设计教学方案，并不断地加以改善修改，在传授学生知识的同时，关心保护学生，特别是差生，首先是课堂上多提问，多巡视，多辅导。然后是在课堂上对他们的点滴进步给予大力的表扬，课后多找他们谈心、交朋友，使他们懂得老师没有把他们“看扁〞，树立起他们的信心和激发他们学习的兴趣。

在课堂上，认真授课，运用实物教具、简笔画，情景教学、手势语言等方法来启发、教育学生。教学生做游戏、唱英语歌等来激发学生的\'学习兴趣。鼓励学生大胆质疑，注重以学生为主体、教师为导的教学方法，充分调动学生的学习积极性。课堂教学中采用集体、个人、小组等多种活动形式，创造时机引导学生全员参与、全程参与，突出学生的主体地位，促进学生的积极情感体验。学生有疑难和不懂的地方，我总是不厌其烦地讲解、分析、带读，力争让他们学了就懂，懂了就会用。我还发动班上的优生自愿当后进生们的辅导老师，我让他们组成“一帮一〞小组，使全班都有进步，有的进步非常快。

本学年的英语教学工作中，我严格遵从教学的各个环节，课前认真备课，做到既备教材，又备学生，因材施教，努力实施课堂改革，积极探索小学英语快乐课堂，小学阶段英语教学的目的是：激发学生学习英语的兴趣，培养学生学习的积极性，使他们树立学习英语的自信心，同时培养学生一定的语感和良好的语音、语调根底，为进一步学习打下根底。

总之，这一学年以来，本人勤勤恳恳地做好各项教学工作，孜孜不倦地传授给学生各英语会话知识，努力开发快乐课堂，取得了一定的成效，学生的成绩也有了很大的提高。由于经验颇浅，许多地方存在缺乏，希望在未来的日子里，能在各位领导老师，前辈的指导下，取得更好成绩。

**中医学生暑期社会实践心得体会篇十四**

暑假里我也是过得很充实，去参加了实践的活动，也是感受到和学校的很大不同，在校的时候老师会教我们，会给我们布置作业，会告诉我们如何的去完成，但是社会确是有很大的不同，只会给到目标，并不会说过程怎么的干涉你去做，完成了，那么这份努力才是有用的，如果没有完成，那么之前的努力是白费的，也是让我知道，自己要去做好事情要不断的调整自己的态度，同时也是要找到方法去做好事情。

过去代表不了什么，只能说过去做的还不错，而现在如何也是要去表现出来，在校的时候我的成绩也是还不错的，但是进入到社会来做实践，却是又另一回事，同时也是知道在工作里头，自己的动手能力也是有些欠缺的，同时在做事的细节处理方面是不够的。的确很多的方面除了经验，却是也是自己的能力问题，所以想要做好工作真的自己还有很多的方面去提升的，不过还好此次只是兼职，也是做了一些基础的事情，但和同事去相比也是看到自己各方面都是要去学习才行的，同时也是挺感激的，同事们愿意帮我，把他们的一些经验传授给我。让我也是能去更好做好事情，同时也是学到了很多，积累的经验以及学到的工作方法都是对于自己有很多的帮助。

实践之中也是让我明白，做事情很多时候也是要自信，要明确自己的目的，不能松懈觉得完成任务就够了，同时对面困难的时候，不要觉得做不到，即使的确能力有欠缺但是也是可以去找方法的，去自信的面对，问题可能会很难，但是积极的态度其实也是可以让我们更好的去把问题给解决掉的。而自己在校的所学，也是感受到的确是有用的，可能工作里头很少去用到，但是那些确是基础，如果自己没学好，那么也是无法到岗位真的做好，很多的名词，很多的基础常识我都是会不知道的。而这也是让我知道自己的专业要继续的去学好才行的，只有如此才能更好地来把能力得到锻炼，为以后的发展而做好准备。

通过实践，我对于社会也是了解了一些，知道竞争的压力很大，同时人心也是不像学校那么的单纯，也是需要自己更好的去保持本心，来做好，实践让我更加的明白学好了知识然后还要去用好了，才能真的变为自己的能力，去为以后的职场之路规划好。

**中医学生暑期社会实践心得体会篇十五**

今天我们终于体会到了劳动的艰辛。

穿上并不御寒的城西社区医院的红背心，拿上厚厚一沓宣传单，我们踏上了社会实践的漫漫征程。

刚开始时很打怵，遇到了人也不好意思上前，后来看看手上的宣传单慢慢变少，身上的负担也越来越轻，心里也越来越轻松，微笑着说着那句您好，城西社区医院，谢谢也渐渐习惯。

看着数码相机上那些劳动的背影，我才发现我们的微笑是那么的甜。

原来劳动者才是最美丽的。

劳动了一上午后，现在我们正坐在店里吃着热气腾腾的土豆粉，心里是无比的畅快。休息片刻，下午的劳动马上就要开始了。fighting。加油！

下午依旧是一样的模式。看着手里厚厚的宣传单，看着源源不断的陌生的人群，我们开始有了劳动的乐趣。

就这样我们度过了劳累的一天，虽然是义务劳动，但我们收获了很多。

开始时只是抱着完成任务的心态去工作的，但是后来看着传单一张张的减少，脸上的笑容也越来越轻松。冻僵了的手，笑僵了的脸，走过了的街道，穿过了的人群，我们看到的不仅仅是任务的完成，更是自己的成长。并且我们知道了对待同一件事，你的兴趣越大，你的效率就越高。

虽然我们在社区服务的过程中遇到了大大小小的困难和麻烦，我们有过分歧，有过退缩，但我们最终还是选择了继续努力，直至达到目标。

通过本次的社会实践，我们不但像以前一样知道了劳动的辛苦和乐趣，更知道了做任何事都要采用正确的方式方法，发挥团队集体的力量，不退缩不放弃，最终一定会取得成功。

**中医学生暑期社会实践心得体会篇十六**

作为一名在校学生，能在大一期间参加社会实习，是一次难得的机遇。使我们在掌握根本理论知识后，迅速的加以实践运用。稳固学习成果。同时，在大x学年，能对所学知识有了更进一步的深化理解，便于更好的学习。这是学业上的优势。更为可贵的是，我们在实习中成长的更加成熟，无论是思想还是心理上。由于我们一贯生活在校园中，时刻有老师、家长和同学关爱，生活可以说用无忧无虑来形容，很少接触社会，也很少吃苦。在这次酒店实习中，困难时刻严峻的考验着我们。通过这次实习，我比拟全面地了解了酒店的组织架构和经营业务，接触了形形色色的客人，同时还结识了很多很好的同事和朋友，他们让我更深刻地了解了社会，他们拓宽了我的视野，也教会了我如何去适应社会融入社会。

而作为一名还未走出校园的学生，我深知自己要学的东西有很多很多，对即将踏入的工作岗位又有着太多的陌生和神秘，在这种矛盾心理的促使下，我满怀着信心和期待去迎接它。初来酒店我就被它神秘的色彩、清新的空气、幽雅的.环境所深深吸引，为能有时机在这个地方实习而感到庆幸。来到酒店安排岗位，我才发现自己并没有太多的优势，学校所学的理论知识和现实还有很大的差距，一切都需要重新开始学习摸索，为此当让我选择岗位的时候，我选择了收银员这一岗位，因为它接触客人比拟多，工作时间也比拟紧凑，这对于我来说是一个绝好的锻炼时机。在工作中，虽然我只是充当一名普通收银员的角色，但我的工作也绝不仅仅是收钱那么简单，其中也是一系列的复杂程序。在这x个月的工作中，我发现要能自如的做好一项工作，无论工作是繁重、繁忙还是清闲，要用积极的态度去完成我们的每一份工作，而不是因为工作量比例的大小而去抱怨，因为抱怨是没有用的。我们更要做的是不要把事情想的太糟糕，而是要保持好的心态面队每一天。因为快乐的心态会使我们不觉的工作的疲惫与乏味。

工作中我刻苦学习业务知识，在领班的培训指导下，我很快的熟悉了酒店的根本情况和收银的岗位流程，从理论知识到实际操作，从前台到接待为客效劳，一点一滴的学习积累，在很短的时间内我就掌握了收银员应具备的各项业务技能。

实习占用了我们大学里的最后一个暑假的时间，但是这和以往打的暑期工不同，在工作过程中，我们不是单纯地出卖自己的劳动力去换取报酬，而是当自己是酒店的一员，和各部门同事密切合作维护酒店形象和创造最大的利益。实习过程中，我们不会因为还是本科在读生而受到特别的礼遇，和其他心员工一样，从酒店根本知识和本职工作开始了解，偶尔做错事，也不会有人偏袒。作为酒店的一员，穿上了制服，就要处处维护酒店的权益，要把自己和酒店严密联系起来，要熟悉酒店的信息，要另自己的一言一行都要代表酒店的利益，时刻为酒店做宣传，提高酒店和自己的形象。实习过程中，让我提前接触了社会，认识到了当今的就业形势，并为自己不久后的就业方案做了一次提前筹划。通过这次实习，我发现了自己与酒店的契合点，为我的就业方向做了一个指引。另外，酒店的人才培养制度为我们提供了大量的学习时机，为我们提供了就业时机。实习实际上就是一次就业的演练，在实习中，我发现，其实学习不光充满在课堂上，社会上给你提供的学习时机更多。只不过，这个学习资源需要你的筛选。不象我们课堂上，老师永远教给我们的都是实实在在的真理性的知识。但是，社会上提供的学习资料更及时，利用效率更高。学习的时机时刻充实在生活中，学习中。

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！