# 2025年返家乡社会实践心得体会(精选15篇)

来源：网络 作者：静水流深 更新时间：2025-06-09

*心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。返家乡社...*

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**返家乡社会实践心得体会篇一**

我们的实践时间从2月6号到2月22号，一共17天。作为一名大二的学生，我怀着好奇的心情开始了我的打工生涯，卖东西虽然看着简单，但是其实其中也有很多奥妙，以下便是我个人得出的心得体会。

第一，要有礼貌。试想如果一个人来买东西，却受到店员的漠视，他还会买的开心吗?

第二，要熟悉店里的东西以及店的摆设。如果顾客问起某种商品放在哪里，或者某种商品这里有没有货，如果不熟悉，答不出来，就会给顾客造成困扰，也给顾客留下一个不好的印象。

第三，要和其他店员友好相处。如果你和大家格格不入，大家就会排挤你，你会寸步难行。

第四，不要迟到早退。没有一个老板喜欢员工迟到早退。

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。

“千里之行，始于足下”，这短暂而又充实的打工，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。这次打工也让我深刻了解到，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！

通过这次的社会实践活动，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。

**返家乡社会实践心得体会篇二**

在今年暑假期间，本人在\_\_市福仁堂药房连锁有限公司进行了为期一个月的社会实践。实践期间在单位指导员工的帮助下，我了解并熟悉了公司的推销及服务流程，在一定程度上提高了自己推广与推销产品的水平，在沟通与处理事务能力均得到了很大的锻炼和提高，现将暑假期间社会实践的具体情况及体会作出一个系统的总结。

广东\_\_福仁堂药房连锁有限公司成立于20\_\_年6月，公司总部设在广东省\_\_市\_\_镇。其北临中国商业名镇小榄，南接\_\_市区。公司总部面积16000余平方米。厂区环境清新优雅，绿草茵茵，生机勃勃。公司属下近50间直营门店遍及\_\_市各区域。各门店与公司总部全部实现光纤连接，实行数据与数码管理，年营业额逾亿元。公司本着“创诚信品牌，做百年老店”的经营理念，力争塑造“福仁堂——非常专业化+服务第一品牌连锁药房”，让福仁堂及其弘扬的“健康是福，仁爱无限”的人文理念家喻户晓。

第一周：熟悉公司业务的组成，了解单位的公司机构设置，掌握该公司的日常事物及规章制度。辅助其它员工处理些日常的工作。第二周：在了解了公司的业务其主要产品的性能，参数和价格后，开始在各镇区的药房销售产品，向顾客介绍产品，并向其推销某些产品。也处理一些售后服务的事宜。并在空闲时间帮助正式员工做一些力所能及的事情。第三周及第四周：学习进行产品的日销售结算及月销售结算，防止订单发生错误，或者帐目不符，并接受一定的`公司管理知识及经验。

在接下来的几天里，我认真研读了有关的公司制度，也熟悉了公司的基本业务，对机构人员的设置也有了一定的了解，明确了公司相关负责人的权限以及公司的销售的程序及流程，通过这几天的学习与询问我基本弄清了以上需要掌握的内容。于是单位带我的主管便教我了些最基本的销售知识，并且有意识的让我独立的应对一些顾客。

几天以后，对公司产品的性能参数，价格等方面都已经比较熟悉了，就单独到\_\_各个镇区向一些药房和顾客们推销产品，并对产品的一些售后事宜进行处理。在实践中慢慢提高自己的销售能力，而且在无形之中也大大提高了自己与人相处与沟通的能力。

经过一段时间的产品推销后，开始接触公司销售部门的另一道流程，那就是进行产品的结算及帐单的订对，并从公司的一些管理人员那里学习到一些管理的基本知识，毕竟他们的经验比我要丰富得多，在各方面都是我学习的对象。8月20号离开实践公司，圆满结束社会实践。

这一次的暑假实践时间并不是十分的长，虽然只有短短的四周的时间，但对自己两年以来大学生学习是一个很好的检验与巩固，使我自己认识到了很多的不足，从中不断地学习与提高。

从当初对各项工作的生疏与不懂，到最后在公司主管的帮助下，能独立的进行一些简单的处理，这对我而言就是一种巨大的收获。实践的过程是单调乏味的，但是当你真正的深入其中的时候却会发现是乐趣无穷的，自己的事业感和对这份工作的责任感也不禁油然而生。

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质，正所谓做一行要懂得这一行的行规，在这一点上我在那里有很深的体会，个人的工作能力跟为人的交际能力也是十分重要的，这样才可以把自己的工作完成的更加出色。

再次，我觉得要想把销售产品做好不单要有销售技巧，更要精通产品知识，产品知识好比双刃剑，它既可以增强你的自信心，又可以提高你介绍产品时的说服力，在面对顾客的各种提问时应对自如。有了信心，你说话就可以理直气壮;应对自如就可以使顾客对你的产品重新认识，感兴趣，进而产生购买欲。不要厌倦和顾客的频繁接触，培养好感情可以给你增加朋友。而这位朋友既可以成为你的用户，也可以成为你的帮手。总之是好处多多啦。

这次实践给了我很好的学习与时间的机会，无论对我的人际交往还是处事能力都有了很大水平的提高，这次社会实践为我将来的工作、生活打下了良好的基矗这次实践也让我长了不少销售方面的知识，也懂得了许多销售中的做人道理，也更清楚地认识到自己的不足和缺点，这些都是在实践中发现的，也就是课本之外的知识。每个人、每个大学生都要走向社会，在走向社会之际能有这样一次的体验是很荣幸的，当我走向社会的那一天开始，我相信这一段实践定会让我在大路上走得越来越宽阔!

**返家乡社会实践心得体会篇三**

第一次参加社会实践，使我明白社会实践是锻炼我们青少年的一个好机会，因为在如今日渐安逸的社会中，许多青少年在进入了高中还不会自我照顾。也是促进学生投身改革开放，培养锻炼自己的才干的良好渠道，提升自身的思想与修养，树立服务社会的良好思想的有效途径，有助于我们更新观念，吸收新的思想与知识，提高素质。

一放暑假，我便进入了家人的公司上班。

第一次进入社会总是很紧张，因为我什么经验也没有。一个高一学生走出校门，第一次来到社会这个大门口前，不知所措。尽管肯定会通过面试，可还是担心会出丑。所幸的是还好没有发生什么意外事故，我顺利通过了。虽说是实践，但生活方式已完全不同于学校了，而是转变成了上班一族。

由于是自个家的公司，所以上班和下班的时间都很随意，但我绝不会乘机偷懒。在工作的这些时间里我在办公室中度过。此次实践，我主要的实习任务是整理好近年来公司的相关业务资料，排序归类。

近一个月的社会实践，一晃而过，我从中领悟了许多道理，而这些东西是我以前完全不知道的，并且生平第一次靠自己的能力解决了中途发生的一些意外事故，并且都处理得不错。社会实践让我更加熟悉了这个弱肉强食的社会，从而也让自己吸取了更加多的社会经验，增长才干。社会是学习和受教育的大课本，在那片广阔的天地里，我的人生价值才能得到体现。实践中我学会了更多的处理人际关系的方式方法，如何处理好上下级的关系，明白自己在公司的位置，使为人处事更加成熟。

社会实践为我将来在这社会中打拼打下坚实的基础，为以后做好铺垫，使自己在以后的道路上顺顺利利，不会让自己在这个竞争激烈的社会中被人淘汰，丢弃在某个角落，有能力有自信才会更加充实的生活下去。

这次实践的机会让我深入了解了这个社会，让我有机会展现锻炼自己，让我相信了自己的能力，使我更有信心地投身于这个社会。

社会实践心得体会高一社会实践”这个词我早有耳闻，无疑就是学生体验生活的一种方式，可是当我真正经历过一次时，我才发现之前那种想法很幼稚、可笑，因为它并不像我们想像的那么容易。通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践中认清自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。

社会实践活动给生活在象牙塔的学生们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，深入农村，能从中学了很多书本上学不到的东西。也真实的理解了“从群众中来，从群众中去”的真正涵义。的确，感性认识到只身到实践中去，到基层中去检验才知道其正确与否，同样，只有在实践中把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年成长成才的正确之路。这次短暂而充实的实践将对我走向社会起到了一个桥梁作用、过渡作用，将是我人生的一段重要的经历，一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。

社会实践告诉我，在新经济时代学生应当具备创新观念和掌握成熟技术的能力，善于经营和开拓市场，富有团队精神等素质。要有严密的思辨能力和理性的思考能力，致力于探索理性、情操、才智、体质之完美，只有做到全面发展才能适应社会的需求，并立于不败之地。我们要时刻与外界社会保持同步发展做到与时俱进，不与社会脱节，我们应该珍惜现在的学习机会，珍惜生命的分分秒秒，学习好知识，运用知识，时刻牢记，虚度年华就是作践自己。与此同时，多多与社会接触是很必要的。如果我们想接受时代的挑战受到社会的欢迎，就抓紧时间好好地充实自我。不仅要学好各门学科，还要广泛地吸收各领域的知识，努力提高综合素质。

一路的艰辛与微笑，虽有所收获，然所学是开始，新的考验和抉择要奋斗不息，请不要让我们年轻的时光留下太多遗憾!在这短短的暑假实践我碰过壁，受过累，流过汗，但是我却成长了，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。

此次社会实践告诉我:“成功的花，人们只惊羡它现时的明艳，而当初的芽，却浸透了奋斗的泪泉，洒满了牺牲的血雨。”我们每个人都渴望成功，那么我们就应该在刚刚起步的时候，用我们充分的准备，去面对不知的过程，迎接满意的结果。

“千里之行，始于足下”，这短暂而又充实的活动，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。这次实践也让我深刻了解到，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。

实践是每个中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，作为一名中学生来说，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫。

**返家乡社会实践心得体会篇四**

我的家乡在—农村，在农村长大的我对家乡这几年的变化看在眼里，记在心里。在衣食住行文卫几个方面，家乡都有了翻天覆地的变化。

穿衣由简单朴素，难以保暖，到华丽大方，结实舒适。现在的农村人摒弃了曾经的单调乏味的服饰，换上了色彩艳丽的品牌服装，保暖已不是主要的追求，经济舒适逐渐成为最终目的。原来的追求填饱肚子，现在的追求饮食营养健康。

农民种地原来种地缺乏专业知识，亩产几百斤，还得缴纳农业税，现在农民种地有了技术，知识增加了，亩产千斤以上，同时种地还能得到国家的补助。农村还实现了机械化生产，收割机，水泵，插秧机，大型的机械让原本复杂的劳作变得简单。

农村劳动力剩余，继而吸引了大批投资商到农村办厂，既利用农村的剩余劳动力，又能利用农村成本低的优势，实现了互利双赢。粮食产量提高了，农民的\'腰包鼓起来了，加上国家的优惠政策让农民种地的积极性大大提高，生产生活都得到了大幅度改善。

农村以前的建筑多以低矮的草房土房为主，现在大部分都住上了宽敞明亮的平房，条件好的盖起了小洋楼，有的年轻人在外工作还选择在城市里买房。室内的家居设备也信息化，现代化。原来用电都困难，使用的是煤油灯，土质锅灶，有个收音机就不错了；现在用电那是最最基本的，室内从白炽灯过渡到了节能灯，彩电已不足为奇，液晶电视开始受到亲睐；农民也开始接触到了计算机，与信息高速公路接轨，真正体会到了地球村的感觉；太阳能，冰箱，洗衣机，电磁炉等等，全都走进了寻常百姓家。在通讯方面，每家每户都装上了固定电话，手机也越来越普及，人们享受到了无线通讯的快捷与方便。

以前的农村，通的是最难走的泥路，路上跑的是笨重的大三轮，手扶车，牲畜拉的车走起来颠簸不用说，还扬起漫天灰尘；现在村村通上了平坦的水泥路，国家的汽车下乡让有条件的家庭配上了面包车，小轿车。摩托车，电动车逐渐成为大众化的代步工具。四通八达的农村公路还通上了公交车，远近交通都很方便。

农村的文化建设也得到了显著改善。国家重视三农，努力贯彻落实“三个代表”重要思想，搞三下乡活动，使得农民的文化生活发生了翻天覆地的变化。

从原来的上不起学，买不起书，到现在的义务教育，设立助学金等，农村孩子摆托了文盲的束缚，接收到了文化教育，素质提高了。老一代农村人深刻体会到了没文化的痛苦，十分重视子女的教育，鼓励读书，期盼能把孩子送到高等学府，接受高等教育，成为国家栋梁之才。在这样的环境下，农村的孩子发奋读书，考高中，考大学，乃至出国深造，在外打拼，让农村人都扬眉吐气了。

原来农村人看病难，没钱看病，也没有先进的医疗设备，大病小病都没个着落。而现在，农村的卫生条件大为改善，药店，诊所，大的医院都基本上能解决农民的身体问题。为了照顾农村，国家还给农村办了医疗保险，看病报销让农村人看病更加省钱，农民有病不再拖延，健康状况较以前提高了许多。

改革开放的伟大政策改变了中国的道路，改变了中国人的生活。相信在不久的将来，农村生活必然奔小康。

文档为doc格式。

。

**返家乡社会实践心得体会篇五**

当代大学生应当是能为自己的家乡，自己的社区做出贡献的大学生。或许个人的力量对家乡是有限的，但只要身边的人都能为家乡贡献出自己的一份力量，每个人的家乡也必将变得更加美好。为响应江苏科技大学团委“用实践感知社会，把青春先给祖国”为主题的暑期社会实践活动，2020年7月10日，实习小队开展了“暑假返家乡服务团”的实习活动。

此次活动主题为“用实践感知社会，把青春先给祖国”，活动将持续一周。活动主要内容为为自己的社区站好自己的一班岗，检查社区出入人员体温及健康码。

2020年7月10日上午8点，实习小队来到了山东省济宁市任城区曹东社区，在与社区管理处表明来意后，社区管理人同意实习小队成员为社区检查社区出入人员身体健康情况。经过了一天的站岗后，实习小队成员也深刻理解了即使是看起来简单的任务亲自体验之后也未必简单。作为一个新人，实习小队成员最快面临的挑战是高温。当天最高气温能够达到33度，而实习小队面临的挑战是没有空调和风扇，面对高温的来袭只能选择正面迎击挑战。在第一天结束后，实习小队有些收到打击，但还是靠着自己的毅力完成了接下来六天的站岗任务。

本次暑期社会实践活动不仅锻炼了当代大学生的体魄，同时加强了当代大学生的精神气质，展示了当代大学生不畏艰难，敢于攀登的精神和勇气。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

**返家乡社会实践心得体会篇六**

通过20xx年樟树籍在校大学生“返家乡”社会实践活动，让我获得了一次宝贵的实习机会，能够在樟树市统计局统计业务岗实习。作为一名经济统计专业的学生，将自己从书本、课堂所学的知识运用到实际工作中是巩固知识的方法，也是提升业务能力的途径，为毕业后步入职场做好铺垫。以下是我的总结与心得体会：

对办公软件尤其是统计常用软件的灵活使用，是从事统计工作至关重要的能力。我跟随市统计局的陈泳虹前辈学习，主要处理劳动力调查方面的工作。我们的工作对象是众多表格和漫漫数据，工作时间有限，如何快速处理并核对数据考验的就是业务能力。熟练使用excel帮助我们大大提高工作效率，快速找出错误项和同类项，且能够有效避免遗漏。如今的机关、企业都是无纸化办公，方便快捷的同时更需要从业人员的技术，因此对办公软件尤其是统计常用软件的灵活使用不仅是统计从业者必备的能力，更是“吃饭的手艺”。

良好的沟通能力是顺利工作的保障，甚至话术训练都是有必要的。从事调查工作，常常需要给许多陌生人打电话、上门访问，所以一定要掌握好人与人之间的交往原则和社交礼仪，对不同的调查对象适当调整说话方式和语气，在极大程度上保证了工作的顺利进行。遇到被访者不配合调查、有意隐瞒或词不达意的情况实在常见，为了获取有效的数据，话术训练能够提供很大的帮助，帮助我们将被访者的真实情况“套出来”。我在本次实习中就参与了电话访问的工作，面对形形色色的人、形形色色的态度、形形色色的语气，我也心怀紧张不安，也曾遇到过被访者不配合、态度抗拒的情况，还好我都能保持冷静、做出解释。但我还有很多不足，需要更多的实践历练和积累，天道酬勤。

对于实习生的我们，必须重视每项任务的细节，在细节中发现自身不足，及时弥补改正，优化自身，才是实习的意义和目的。同时，在工作中我们会遇到很多难题，我们不仅要沉着应对，更要坚持着自己的信念，步步为营，为最终的胜利而努力拼搏!

**返家乡社会实践心得体会篇七**

时光飞逝，浅谈参加“返家乡志愿者“活动的心得体会之时，我在县委宣传部一个多月的社会实践活动已经结束了。

在这个绚烂的夏天，我来到了县委宣传部参加社会实践活动。虽然了解过习大大一直鼓励号召青年人才投入到家乡、深入到基层的政策方针，我怀着激动的心情报名了宣传部的实践活动，但是作为一名中医学院的学生，初来乍到之时，我又有些胆怯和无所适从。虽然之前的学习生涯中有过一些社会实践经历，但是我从未接触过文秘性质的助理工作，所以一开始我的心情是激动的、喜悦的，但又是胆怯和迷茫的。一开始不知道怎么投入到工作中，也不知道怎么开展团委发布的“七个一”活动，但让我感到非常幸运的是，宣传部的领导、干部、哥哥姐姐们，以及我们部门其他大学生志愿者都非常地热情和乐于助人，我们一起投入工作、开展活动，充实又快乐。

我在宣传部新闻科进行社会实践活动，从整理资料开始，我了解到了部门工作任务之繁重，基层工作者们的艰辛。宣传部不仅仅负责着县里各种大小型文艺活动，还负责着开展扶贫工作、召开各种会议、以及沽源县的大事小情的各方面宣传任务。在很多人的刻板印象中，政府工作人员过着“一杯水、一张报纸”的工作生活，而现实恰恰相反，我发现政府所有工作人员人手一件普普通通的防晒衣、人脚一双沾满了泥的、普普通通的运动鞋。他们深入基层，和群众打成一片，一心为民。我也跟着部里领导下过几次乡，我们走在乡间泥泞的小路上，一户户地走访调研，虽然很累，但是我感到非常地充实。很多老百姓都热情地拉着扶贫干部的手交谈，最淳朴不过乡亲，最动听不过乡音。虽然日常繁重的工作任务让我们应接不暇，无论是整理资料、接打电话、布置会议室、日常工作的各种会议、总结，还是下乡扶贫、开展县里的各种大小型文艺活动，宣传部的所有领导、干部们凡事亲力亲为，鞠躬尽瘁，带领着我们这些大学生志愿者井然有序地完成了一项又一项工作，并均取得很好的成绩与效果。再比如由政府支持、宣传部主办的cctv《黄金一百秒》张家口赛区的海选、半决赛、决赛活动，我们这些大学生志愿者也是全程参与台前幕后的工作。一次次地开会讨论，从场地选择到时间安排、从舞台布置到分区管理现场秩序，从选手报道登记到台前幕后所有工作人员的工作餐，事无巨细。我们一起在广场上忙碌到深夜，参与并见证了一台优秀的比赛的全过程。每天看到部里所有人在工作非常忙碌之时顾不上喝一口水、吃一口饭，甚至在办公室坐着歇一会的时候，很多领导、干部们仍然都在为了工作任务而忙碌，我深深地被他们的忠诚于党、奉献于党的精神所感动着。他们的赤诚之心、团结一致、肝胆相照、无私奉献，他们的热情善良、互帮互助、平易近人、有商有量，真的实实在在地、每时每刻地都感动着我、感染着我。就像习大大之前对全国名老中医说的一样，如果中国能有一百位像他们这样德艺双馨的名老中医，那么祖国的中医事业必将蓬勃发展、代代相传。而我认为，祖国也有千千万万围绕在以习近平同志为核心的党中央领导集体的、坚持走群众路线、实实在在为民服务的人民公仆，祖国的各项事业也一定会繁荣发展!一个人充当的社会角色太多，在当好领导、干部的同时，我相信他们也是合格的丈夫和妻子、爸爸和妈妈、儿子和女儿。

就锻炼个人能力方面来说，我学会了分类整理资料、做电话记录以及会议记录、打印文件的技能和部分办公室常用电脑技术，并且培养了我对新闻工作的敏锐性和洞察力，而我非常爱好的摄影也得到了锻炼。还是那句老话“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”，实践永远是检验真理的金标准，而我一直信奉“读万卷书，不如行万里路”，我热爱用双脚去丈量土地，我也热爱祖国的大好河山。从心理层面来说，我感悟到只有你去做了，你认识到了，你见过了，你才能会了。物质决定意识，而意识也实实在在地对物质做出了能动的反作用。生活处处是学问，一言一行是修行，生命本是如惊鸿一瞥，但，一定要如夏花一样绚烂!

**返家乡社会实践心得体会篇八**

在这次“返家乡”社会实践活动中，我被分配到了敦煌市沙洲镇梨园社区，成为一名基层社区的工作服务者，在社区工作的这些天，我跟随社区专干人员进行过疫苗接种情况排查，登记，入户询问，疫情防控志愿者站岗。

我的家乡将我哺育成人，不管我的能力的大小，只要家乡需要我，我便会义不容辞的加入其中。本次的志愿者活动让我学到了许多，感受到了我们国家的繁荣与昌盛、感受到了家乡带给我的乡情、感受到了做每一份工作的责任与担当。作为一名大学生，国家有需要我义不容辞，作为家乡的孩子，家乡有需要我必出战。

文档为doc格式。

。

**返家乡社会实践心得体会篇九**

此次“青春兴晋”大学生返家乡社会实践活动在-镇人民政府，在这里学习实践使我受益匪浅。政府各个科室的工作琐碎而繁多，让我能够仰取俯拾，收获颇多。在无数看似平常的纸张文件中，折射出的是基层和百姓的真实工作和生活。作为普通的大学生，能够通过这些文字看到平常所无法触及的事实，能够真正了解家乡的发展状况。在一些重要的会议中，我们也能了解到各分工岗位的职责和为百姓做实事的初心。因此也让我更加坚定了学业完成后，回到家乡贡献己力的决心。在农科站的工作和协助中，我不仅在领导的帮助下学习了解处理各种办公文档，更学到了现今家乡乡村振兴和脱贫攻坚成果巩固的工作情况。

在参加或旁听的一些会议中，我真正认识和体会到了奋斗在脱贫攻坚以及乡村振兴一线的基层领导，正在为了巩固脱贫攻坚成果，扶持脱贫不稳定户、边缘易致贫户以及突发灾难困难户等，以及鼓励脱贫劳动力接受培训、稳定就业和增收等诸多方面做出努力。在脱贫攻坚足迹记录册中看到家乡的劳动人民经由政府的帮扶和自己的不懈努力收获累累，脸上露出由衷的喜悦时，我们也无比感动。

只有切身体会，才能明白各种工作的不易与重要性，才能明白政府为何与怎样为人民而服务。自己在日后的实践工作中，要继续提升学习能力，向优秀前辈看齐，学习如何较好地完成任务、解决问题。坚定初心，深入到人民中去，增加实践经验，与时俱进，加强创新，实现对社会和人民的服务价值。

**返家乡社会实践心得体会篇十**

作为一名马上要进入大二的大学生，这次的实习经历让我受益颇多。很感谢xx委为我们提供了社会实践的机会，感谢市妇联为我提供组宣这个实习岗位，让我可以通过社会实践，深入地了解社会实践的意义和目的，从而更加促进自己的综合能力提升与发展，增强我的社会责任感。

通过实习，我学到了很多学校课本上没有的知识。以前对妇联这个单位的了解，仅止于是妇女儿童工作这个层面，在工作中，我深入了解了妇联工作的性质、意义和工作的重要性，了解了妇联组织工作、妇女思想政治引领工作、妇女发展工作、妇女维权工作、家庭家教家风工作、妇儿工委等工作框架与流程，在把自己的专业知识和实际工作相结合的过程中，发现自己懂得真的太少了，理论与实践相结合，说起来容易，做起来真的很难，读万卷书不如行万里路，诠释了我们学习的知识对于实际工作真的是纸上谈兵，最重要的是，这次实习活动让我在步入社会之前就可以了解到工作的实际意义，单位同事们工作任务的繁重，这都是我以前想象不到的，对我今后的学习和生活、就业起着重要的导向指引作用。

经过单位领导和前辈们的指导，我提高了实际工作的能力。虽然以前在学校也多次参加相关的社会实践活动，但是这次经历让我更近距离地感受到实际工作的辛苦。我身边的领导和前辈们都耐心指导我，这使我在工作中充满干劲。平时生活中，她们像家人、像长辈一样对我关爱备至，时刻关注我的情况，及时纠正我的错误，引导着我向更优秀的目标迈进。

这次实习帮我缩小了理论与实践的差距，既开阔视野，又增长见识，更学习了“团结、务实、美丽、向善”的延吉市妇联精神。它是我生命中难得的一次宝贵回忆。实习过程中的点点滴滴，我都会铭记心上。短短的实习时光相较于于前辈们的服务于社会的工作还是远远不够的，我要努力学习，获得更多的经验以及社会实践能力，促进我今后不断发展进步，砥砺前行，不负青春，不负韶华，不辜负前辈们对我的教导，不负于国家对我的教育培养，为家乡延吉的建设与繁荣付出努力，为美丽延吉建设发挥巾帼力量。

**返家乡社会实践心得体会篇十一**

社会实践是青年学生根据学校培养目标的要求，在节假日等业余时间参与社会、政治、经济、文化生活的教育活动。以下是为大家整理的关于,欢迎品鉴！

社会实践心得体会高一在这个炎热而又寂寞的七月里，我暂别了家中舒适悠闲的生活，以积极向上的态度开始了我的社会实践路程。说实话，如果学校没有安排这个任务，我是绝对不会想到以此来锻炼自己的。

第一次参加社会实践，使我明白社会实践是锻炼我们青少年的一个好机会，因为在如今日渐安逸的社会中，许多青少年在进入了高中还不会自我照顾。也是促进学生投身改革开放，培养锻炼自己的才干的良好渠道，提升自身的思想与修养，树立服务社会的良好思想的有效途径，有助于我们更新观念，吸收新的思想与知识，提高素质。

一放暑假，我便进入了家人的公司上班。

第一次进入社会总是很紧张，因为我什么经验也没有。一个高一学生走出校门，第一次来到社会这个大门口前，不知所措。尽管肯定会通过面试，可还是担心会出丑。所幸的是还好没有发生什么意外事故，我顺利通过了。虽说是实践，但生活方式已完全不同于学校了，而是转变成了上班一族。

由于是自个家的公司，所以上班和下班的时间都很随意，但我绝不会乘机偷懒。在工作的这些时间里我在办公室中度过。此次实践，我主要的实习任务是整理好近年来公司的相关业务资料，排序归类。

近一个月的社会实践，一晃而过，我从中领悟了许多道理，而这些东西是我以前完全不知道的，并且生平第一次靠自己的能力解决了中途发生的一些意外事故，并且都处理得不错。社会实践让我更加熟悉了这个弱肉强食的社会，从而也让自己吸取了更加多的社会经验，增长才干。社会是学习和受教育的大课本，在那片广阔的天地里，我的人生价值才能得到体现。实践中我学会了更多的处理人际关系的方式方法，如何处理好上下级的关系，明白自己在公司的位置，使为人处事更加成熟。

社会实践为我将来在这社会中打拼打下坚实的基础，为以后做好铺垫，使自己在以后的道路上顺顺利利，不会让自己在这个竞争激烈的社会中被人淘汰，丢弃在某个角落，有能力有自信才会更加充实的生活下去。

这次实践的机会让我深入了解了这个社会，让我有机会展现锻炼自己，让我相信了自己的能力，使我更有信心地投身于这个社会。

社会实践心得体会高一社会实践”这个词我早有耳闻，无疑就是学生体验生活的一种方式，可是当我真正经历过一次时，我才发现之前那种想法很幼稚、可笑，因为它并不像我们想像的那么容易。通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践中认清自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。

社会实践活动给生活在象牙塔的学生们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，深入农村，能从中学了很多书本上学不到的东西。也真实的理解了“从群众中来，从群众中去”的真正涵义。的确，感性认识到只身到实践中去，到基层中去检验才知道其正确与否，同样，只有在实践中把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年成长成才的正确之路。这次短暂而充实的实践将对我走向社会起到了一个桥梁作用、过渡作用，将是我人生的一段重要的经历，一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。

社会实践告诉我，在新经济时代学生应当具备创新观念和掌握成熟技术的能力，善于经营和开拓市场，富有团队精神等素质。要有严密的思辨能力和理性的思考能力，致力于探索理性、情操、才智、体质之完美，只有做到全面发展才能适应社会的需求，并立于不败之地。我们要时刻与外界社会保持同步发展做到与时俱进，不与社会脱节，我们应该珍惜现在的学习机会，珍惜生命的分分秒秒，学习好知识，运用知识，时刻牢记，虚度年华就是作践自己。与此同时，多多与社会接触是很必要的。如果我们想接受时代的挑战受到社会的欢迎，就抓紧时间好好地充实自我。不仅要学好各门学科，还要广泛地吸收各领域的知识，努力提高综合素质。

一路的艰辛与微笑，虽有所收获，然所学是开始，新的考验和抉择要奋斗不息，请不要让我们年轻的时光留下太多遗憾!在这短短的暑假实践我碰过壁，受过累，流过汗，但是我却成长了，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。

此次社会实践告诉我:“成功的花，人们只惊羡它现时的明艳，而当初的芽，却浸透了奋斗的泪泉，洒满了牺牲的血雨。”我们每个人都渴望成功，那么我们就应该在刚刚起步的时候，用我们充分的准备，去面对不知的过程，迎接满意的结果。

“千里之行，始于足下”，这短暂而又充实的活动，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。这次实践也让我深刻了解到，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。

实践是每个中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，作为一名中学生来说，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫。

时光飞逝，浅谈参加“返家乡志愿者“活动的心得体会之时，我在县委宣传部一个多月的社会实践活动已经结束了。

在这个绚烂的夏天，我来到了县委宣传部参加社会实践活动。虽然了解过习大大一直鼓励号召青年人才投入到家乡、深入到基层的政策方针，我怀着激动的心情报名了宣传部的实践活动，但是作为一名中医学院的学生，初来乍到之时，我又有些胆怯和无所适从。虽然之前的学习生涯中有过一些社会实践经历，但是我从未接触过文秘性质的助理工作，所以一开始我的心情是激动的、喜悦的，但又是胆怯和迷茫的。一开始不知道怎么投入到工作中，也不知道怎么开展团委发布的“七个一”活动，但让我感到非常幸运的是，宣传部的领导、干部、哥哥姐姐们，以及我们部门其他大学生志愿者都非常地热情和乐于助人，我们一起投入工作、开展活动，充实又快乐。

我在宣传部新闻科进行社会实践活动，从整理资料开始，我了解到了部门工作任务之繁重，基层工作者们的艰辛。宣传部不仅仅负责着县里各种大小型文艺活动，还负责着开展扶贫工作、召开各种会议、以及沽源县的大事小情的各方面宣传任务。在很多人的刻板印象中，政府工作人员过着“一杯水、一张报纸”的工作生活，而现实恰恰相反，我发现政府所有工作人员人手一件普普通通的防晒衣、人脚一双沾满了泥的、普普通通的运动鞋。他们深入基层，和群众打成一片，一心为民。我也跟着部里领导下过几次乡，我们走在乡间泥泞的小路上，一户户地走访调研，虽然很累，但是我感到非常地充实。很多老百姓都热情地拉着扶贫干部的手交谈，最淳朴不过乡亲，最动听不过乡音。虽然日常繁重的工作任务让我们应接不暇，无论是整理资料、接打电话、布置会议室、日常工作的各种会议、总结，还是下乡扶贫、开展县里的各种大小型文艺活动，宣传部的所有领导、干部们凡事亲力亲为，鞠躬尽瘁，带领着我们这些大学生志愿者井然有序地完成了一项又一项工作，并均取得很好的成绩与效果。再比如由政府支持、宣传部主办的cctv《黄金一百秒》张家口赛区的海选、半决赛、决赛活动，我们这些大学生志愿者也是全程参与台前幕后的工作。一次次地开会讨论，从场地选择到时间安排、从舞台布置到分区管理现场秩序，从选手报道登记到台前幕后所有工作人员的工作餐，事无巨细。我们一起在广场上忙碌到深夜，参与并见证了一台优秀的比赛的全过程。每天看到部里所有人在工作非常忙碌之时顾不上喝一口水、吃一口饭，甚至在办公室坐着歇一会的时候，很多领导、干部们仍然都在为了工作任务而忙碌，我深深地被他们的忠诚于党、奉献于党的精神所感动着。他们的赤诚之心、团结一致、肝胆相照、无私奉献，他们的热情善良、互帮互助、平易近人、有商有量，真的实实在在地、每时每刻地都感动着我、感染着我。就像习大大之前对全国名老中医说的一样，如果中国能有一百位像他们这样德艺双馨的名老中医，那么祖国的中医事业必将蓬勃发展、代代相传。而我认为，祖国也有千千万万围绕在以习近平同志为核心的党中央领导集体的、坚持走群众路线、实实在在为民服务的人民公仆，祖国的各项事业也一定会繁荣发展!一个人充当的社会角色太多，在当好领导、干部的同时，我相信他们也是合格的丈夫和妻子、爸爸和妈妈、儿子和女儿。

就锻炼个人能力方面来说，我学会了分类整理资料、做电话记录以及会议记录、打印文件的技能和部分办公室常用电脑技术，并且培养了我对新闻工作的敏锐性和洞察力，而我非常爱好的摄影也得到了锻炼。还是那句老话“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”，实践永远是检验真理的金标准，而我一直信奉“读万卷书，不如行万里路”，我热爱用双脚去丈量土地，我也热爱祖国的大好河山。从心理层面来说，我感悟到只有你去做了，你认识到了，你见过了，你才能会了。物质决定意识，而意识也实实在在地对物质做出了能动的反作用。生活处处是学问，一言一行是修行，生命本是如惊鸿一瞥，但，一定要如夏花一样绚烂!

时光流逝之快，转眼间我的大学生活就已经过去了一年了，仿佛自己昨天才刚刚高考结束，仿佛昨天还是高中生活。在学校的这一年时间里，我的学习方法比以前更灵活，学校的活动我也积极参加，综合能力在这一年里有了很大的提升。作为一名大学生，在我看来，我们不应该在该努力的年龄虚度光阴，即使在假期，也应该抽出一段时间去社会中锻炼自己。所以，我想在这个假期通过社会实践拓宽自己的视野，培养自己的毅力、恒心和沟通能力，实现自己的价值!

其实在放暑假前的一段时间，我就已经有了暑期兼职的打算，所以我在提前联系了我们家乡画室的老师，询问了一些关于画室助教的问题，后来通过面试，最后我便回到家乡，开始了我的暑期画室助教之旅。

我的家乡在临沂，这是一所专门培训美术高考的画室，也是我曾经挥笔拼搏的地方，它从以前的小地方搬进了县城，条件变好了，但老师们还是一样亲切，虽然有些熟悉的面孔离开了，但看到学弟学妹们认真画画的样子，我就仿佛看到了曾经自己和伙伴。

画室不是很大，但也能容纳一百多人。在我到达之前他们就已经开课了，总共需要集训差不多半年多的时间，我辅导的有二十五个学生，课程安排是上午色彩静物，下午素描静物，晚上速写人物，有时会根据情况还会调动，每天八点上课，中午十一点半休息，下午两点半上课六点放学。第一天辅导他们，想看看他们水平怎么样，水粉是刚开课的，大家都拿着临摹书临摹，比我们那会儿刚开始的水平好很多，真是刮目相看。辅导他们时还是有一定的困难的，因为我知道虽然知道怎么去画，但是我有时不会用语言去表达出来传授给他们，看到同学小心翼翼地画笔触时，我会去亲自帮他们改画，并和他们沟通，让他们看到笔触的画法，和他们讲摆动笔触时要大胆、放松以及多动脑，即使有时语言组织能力不够，我还是想尽办法去表达出来帮助同学们。

下午开课的素描是我最喜欢的，素描与色彩不同的是它比较理性，素描他们已经学了很长时间了，作品都特别的优秀，需要我讲的地方也不是很多。上素描课感觉时间过的更快一些，上课时我会把我以前所获得的经验交给他们，让他们少走弯路，能够认识到自己的问题，并主动去解决，日积月累，便会有质的突破!在这两个月的期间我给学生们做了三次素描范画，为他们在此基础上起到推动作用。晚上的速写课由专门的速写老师辅导，我只需要管理一下课堂纪律。其实，在这期间我一直没有拿他们当我的学生，而是当朋友一样相处，毕竟我没比他们大多少，下课时我也经常和他们聊聊天、打打游戏，积极与他们交流，融入到他们当中去。

一个多月的假期每天都是这样度过着，虽然有时很疲惫，但是能够和学弟学妹们一起画画，向他们传授经验，便是一种很幸福的事情。我珍惜这里的每一个人和每一刻的时光，因为可能这是最后一次与他们相处，告别时对画室对他们都有一些不舍，每当看到晚上放学后还有同学在那自己练习画画时，就仿佛看到了当年的自己，我们都想通过自己的努力改变命运，我们也从不言败!

通过这次的美术辅导，发现有的同学对画画不自信、不积极，这也需要我们给予更多的帮助，以免后期成绩不理想。当然，这次社会实践我也明白了许多，在工作中我学习到了人际交往、为人处事的技巧，面对自己的不足要勇敢地去解决，这样才会对自己的价值带来提升。辅导学生的同时我也是一个学生，有一些东西也需要请教他们，三人行必有我师。这次实践也开拓了我的视野，对自己也有了全新的认识，这对我以后的人生规划也有着很大的帮助。

暑假即将过去，生活还要继续往前看，假期生活也成了回忆，愿学弟学妹们继续努力，祝联考金榜题名!

社会实践是每一个大学生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。这是我进入大学以来的第一个学期，当然，也是我第一次经历社会实践。

寒假我回到了家乡，为了使自己假期过的充实，自己独立的去找了一份工作是中国移动通信的(专营店)，其实也算是营业员。因为移动网络很多方面用的就是非完全电子商务。在那工作我没有说我是实习生对公司的人来说我是一个走出社会的人了，给我的压力是自己要像有社会经验的人一样。幸运的是，在我努力学习下，很顺利的和同事相处，工作也投入了其中。我的工作主要是办卡，充值和业务咨询服务。

经过一段时间后，自己常常出现错误，粗心大意，马虎了事，心浮气躁。而且也接受了批评，这使我明白了做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸!社会实践活动带给我们的是欣喜，喜悦。在实践活动中我们感受到自己的微薄，体会到整个社会强大的凝聚力。一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长，在实践中学习，充实了自我，增强了口头表述能力，与人交流，真正地走出课堂。如何服务大家，享受自己的成果，使自己陶醉在喜悦之中，有时会很累，但更多的感觉是我在成长，我在有意义地成长，在这之后，我明显地发现自己变开朗了，虽然我自己的力量不足以改变一些东西，但如果再多一些人呢，整个社会共同努力，这才是动力之根本，动力之源泉;另一方面，我意识到了自己的不足，没有经验，没有与人交流的口才。

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，我带着心中的问号，踏上了社会实践的道路,也结束了这个实习阶段。在这次会计实习中，我可谓受益非浅。仅仅的一个月实习，我将受益终生。这一次的实习虽然时间短暂，虽然接触到的工作很浅，但是依然让我学到了许多知识和经验，这些都是书本上无法得来的。通过实习我们能够更好的了解自己的不足，了解这个社会的方方面面，同时给自己在新的学期定下了目标，能够让我更早的为自己做好职业规划，设定人生目标，向成功迈进一大步。

我打过工，知道学生打工很不容易。学生是廉价劳动力，有的公司很江湖，我们辛辛苦苦赚来的钱还少给，有的是托着不给，还有的干脆就不给了。

那么现在自然先是得选择好打工的种类。时下大学生打工无非是做家教，搞推销，出卖劳动力。据说现在做家教就等同于骗钱。这可是我们班上十几位做家教的同学一致的心得体会。再说由于这学期就要结束了就算想骗也没有地方骗了，因此做家教显然行不通。搞推销，说句老实话，其实我是很想干这行的。不就是告嘴皮子混饭吃吗，那还不容易?可转念一想，还是不行，只因为自己面目狰狞。加上五短身材，我的哥们一致要求我不要去现丑。说是影响市容，极易让外国游客对广州产生误解。我知道什么叫金玉良言。什么叫忠言逆耳。为了顾全大局，推销也只好作罢说实话，推销实在太苦了。我怕我受不了。

我寒假每天早晨7：00起来，下午6：30下班。听听元老们的工作经验，慢慢的我干了将近一个月，教我一些有关公司的基本知识。我慢慢的开始进入工作状态。每天对象是电脑，一天下来，我的眼睛都成肿的了。打工可真累，我是深有体会呀!但是打工不仅可以增加收入，减轻家里的负担，还可以通过打工锻炼自己，培养各方面的能力。打工是人生历练的过程，是人生很有意义的经历。边学习边打工，收获肯定会比在学校里一味读书多得多。

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。

老板对我很好，对员工们都很好，第一月虽然没有学到多少东西，但是，我对公司的印象还是比较不错。我会更加努力的去做。不会让公司的员工失望的。

打工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!不经风雨，怎见彩虹，没有人能轻轻松松成功。

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。暑期虽然只有短短的两个月，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。

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。

社会实践是每一个大学生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。这是我们进入大学以来的第一个学期，也是我第一次进行社会实践。

这个暑假我回到了家乡，由于年关前后疫情散播严重，使所有人人心惶惶，也使我的整个假期基本都呆在家里，但是之后疫情减弱，各个学校开学后，在进行网课之余，我也有了一些时间去进行社会实践活动。我选择的是一个餐厅的服务员的职务，因为在高中时我就已经有过做服务员的经历了，但我还是小看了在经历长时间疫情封锁后餐厅的工作量，基本上每个人都在做着保洁人员的工作，而且因为刚刚解封的原因，来的客人很少，所以我们每个人都在打扫卫生，我也是切实体会到了保洁人员的工作任务量与艰辛的程度。虽然服务员的任务也很多，但是和保洁人员相比还是有差距的.

这次的机会也让我彻底认识了这个职业的劳累程度，也让我更深刻的认识到了要尊重任何职业的人，每个职业都是伟大的，都需要得到应有的尊重。我曾在杂志上读过这句话：那有什么岁月静好，不过是有人替你负重前行。这句话解释在这里的话就是许多的职业或许渺小，或许平凡，但这就是社会的重要基石，造福这社会中的所有人，每个人都受到了它们的影响，每个人都要收敛自己的轻视之心。之后，这次的实践虽然因为我的家乡这里疫情又一次短暂的出现而被迫结束但我依旧从中有了收获，也更近地感受到了社会的风气。

这些在以后我步入社会会有很重要的作用，也为将来打下了基础。

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，为了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，我在这个暑假再次利用空闲时间去参加了一次社会实践。

作为一名大学生，社会实践是我们在大学生活中的一个重要环节。这个暑假，过的真的很快，在将近一个半月的实习里，我初步接触了五金的一些基础知识，同时也积累了不少社会经验。实习，不仅是学习，更多的是体验生活，在实习开始之前我就想：这次去实习，我不仅是去学习实践，更重要的是去观察那些在工厂上生活的人们，不论是普工，部长还是老板。虽然他们的称呼不一样，但我相信在他们每一个人的身上都有值得我学习的东西。实习可称为实践，学习。也许真是我们从大学踏入社会的必经之路，也是开启我们踏入工作，适应社会的钥匙，是我们人生中不可缺少的一部分，就是把所学的理论知识，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，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，也有了的挑战，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。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。

暑假的社会实践活动已经结束了，但社会实践给我们带来的巨大影响却远没有结束。它使我们走出校园，走出课堂，走向社会，走上了与实践相结合的道路，到社会的大课堂上去见识世面、施展才华、增长才干、磨练意志，在实践中检验自己。半个月的社会实践虽然比较辛苦。是庆幸?还是依恋?回想起来，才发觉，原来乏味中充满着希望，苦涩中流露出甘甜。

在这个假期，我去了熟人的工厂里实习，说是实习，其实就是去做苦力活，在别人的介绍下，我成为工厂里的一员，刚进去的时候呢的确挺害怕，不知道社会上的人是什么样子，能不能应付过来，但是在慢慢接触过程当中，发现他们大部分都是很友好的，虽然刚开始会嫌你这不会那不会，但还是会耐心的去教你怎么做好，教你在厂里的潜规则，告诉你哪个领导好，记得我不舒服的时候，那里的姐姐阿姨就很关心我，问我要不要请假啊，我觉得友好是相互的。有的时候也会碰到很多麻烦，好容易做错事，挨骂的时候就会很委屈，想着还没被谁骂过呢，开始受不了，想放弃，但是想着在外面肯定是不容易的，于是咬牙就过来啦，我胜利啦，一直坚持到了最后。

在那里我学到了许多课本上没有的知识，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。

首先，在与人交流时，即使不是对大人物，我们也要用请教的态度口吻而不是傲慢的姿态与他们说话，因为人不可貌相，很多实用的良师益友往往来自不起眼的生活与工作中。

当在在受到别人对自己的相貌、事情、人品赞扬时，不要表现出理所当然的样子，也不要假意否认，合适的方式是表示感谢，尤其感谢朋友的肯定与支持。例如：说句~不敢当，哪有在座的各位那么厉害呢~每当在饭局是，即使你不是服务人员，在朋友或者同事有客人来的时候主动倒水，会让朋友与同事很有面子，也会让客人觉得你的朋友与同事很有威望。这会让你的朋友与同事特别感谢你的姿态。

其次，虽然你觉得你是新手或者地位比较低的人，但是你要勇于不耻下问，也要做到主动询问别人的需要，而不要等领导或者资深的同事对你表现出亲和，因为他们这样表现往往需要特别的努力。记得在别人不在座位的时候很热情地帮助接听与记录电话、接受信件、传递信息，对团队的同事与同学，提醒他们一些你知道的重要日程。重要的是在征询了别人意见之后才进入别人的房间，阅览别人的书架或者室内物品，在经别人同意的情况下才用别人的电脑，坐在别人的私人座位上，但通常不去翻动别人的笔记本。

再次，在有多个出席者的场合，主动介绍自己的朋友给其他人，或者主动在你认识的朋友之间穿针引线。那些被缓解了陌生感的朋友会特别感谢你。在有不同地位的朋友在的场合中，都要保持微笑，体贴地招呼下那些内向的、不为人注意的、可能有点自卑感的朋友，在社交中对弱势者的帮助会得到别人特别的感激。对于社会地位较低者，尤其在有你不能适应的生活条件与生活习惯时，要克制自己所想表现出的不适感与负面表情，尽量主动先打招呼。如果有人做错了事，不要用情绪性的方式加以批评，尤其要注意就事论事，避免评价了别人的人格、个性与家庭教养。批评时能提出解决方案就更有建设性。批评时应不忘肯定别人的长处。如批评时能较幽默，往往负面效果就更少。被批评者遇到尴尬的时候能幽默自嘲，也能提高交流的建设性。

最后，在自己不能有充分把握的时候，用“争取”与“尽量”这样的口吻回答别人的邀约，承诺了就要最大限度去履行。诺言是指100%做到的事情。如果你有了三次甚至更多的对同一个人没有履行诺言的记录，那个人通常就不再认真地对待你的约定，这就是所谓的信用问题。虽然在商言商，但是我们要尽量不谈回报地先为别人做点什么，这样就赢得了在心理上比别人优越的债权感。一个人的社会地位是别人对他负有的社会债务感的总和。

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。

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，相信人际关系也是现今不少大学生刚踏出社会遇到的一大难题，于是在实践时我便有意识觉察前辈们是如何和同事以及上级相处的，而自己也虚心求教，使得十天的实习更加有意义，此次的实践为我们深入社会，体验生活提供了难得的机会，让我们在实际的社会活动中感受生活，了解在社会中生存所应该具备的各种能力，利用此次难得的机会，我努力工作，严格要求自己，虚心向财务人缘请教，认真学习会计理论，学习会计法律法规等知识，掌握一些基本的会计技能，从而意识到我以后还应该多学习什么，加剧了紧迫感，为真正跨入社会施展我们的工作，走上工作岗位打下基础。

。

**返家乡社会实践心得体会篇十二**

光阴似箭，岁月如梭。转眼间，为期一个月的“返家乡”社会实践活动已经接近尾声。回首过往，在这个过程中遇到的人，做过的事，都如此让人印象深刻。

“人生交契无老少，论交何必先同调”在这次实践活动中，最重要的就是遇到了办公室的主任们和领导。初来乍到，对很多事情还不是很熟悉，主任们对我也很关心和照顾，每次遇到不懂的地方，都会细心给我解释，每次任务结束也会对我的操作进行检查与核对。工作时，他们是我的师傅，指导我完成相应的工作；闲暇时，他们是我的老师，对我以后的发展提供建议，指点迷津。他们教会了我真正意义上的人际交往和人情世故，这是我认为在这次社会实践活动中收获的最重要的东西。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。

“千里之行,始于足下”社会实践时间虽然不长，但为我走向社会，参加工作起到了重要的过渡作用。在这里，我的主要工作是协助各位主任修改一些信息，处理相关数据，将所学的技能付诸实践。在工作过程中，接触最多的就是老百姓的医保问题，看着他们每天都要为自己的医保信息奔波劳碌，不禁感慨医保问题还“任重道远”。但正所谓“艰辛知人生，实践长才华”。透过展开丰富多彩的社会实践活动，我逐渐了解了社会，开阔了视野，增长了知识，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。

“少年心事当拏云，谁念幽寒坐呜呃”年轻人就要有凌云壮志，谁又会怜惜你困顿独处，唉声叹气呢？为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平才是吾辈奋斗目标。在这次社会实践过程中，百姓的医保问题始终围绕着我，感慨峥嵘岁月的同时，更要建设繁荣祖国，提高百姓生活质量。岁月悠悠，飘逸的白云牵走童稚的歌谣，汹涌的江水载走纯真的幻想，理想的天空又多了些许灿烂的云霞，引领着无数的追梦人为之奔跑，如夸父逐日般执著。

“返家乡”社会实践圆满地拉下了帷幕，故事到这里就结束了吗？不，我和这片土地的故事才刚刚开始.....

**返家乡社会实践心得体会篇十三**

在这一次的樟树籍在校大学生“返家乡”社会实践活动中，我很荣幸地获得了xx市统计局统计业务岗的实习机会。在实习过程中，我收获颇多。工作中，我了解了更多关于这个岗位的相关知识和工作内容，对樟树市的工业、农业、畜牧业等各方面有了更深入的了解，学会了许多工作技能，沟通和交流能力也大有提升。工作之余，我切身感受到了一份工作所需要的能力是多方面的，综合能力的提升是我们当代大学生适应社会的关键，但是在校园中，我们只能通过书本学到理论知识，理论和实践的差距需要我们用努力去缩减。

此次实践活动让我把目光从大城市转向了我的家乡樟树。通过这段时间在岗位的实习，我了解到了基层工作的重要性以及樟树作为一个县级市经济发展的迅速，投身于家乡建设会成为我以后发展的方向之一。我认为县城人才流失的原因之一就是大学生们没有充分了解自己家乡的经济状况和发展前景而一味追求一线城市。这次活动就很好地将大学生的就业目光转向了家乡，让我们对家乡有更深层次的了解。

除此之外，工作之外开展的各种活动也充分锻炼了我的合作能力、沟通能力和实践能力。疫苗接种志愿者工作，让我更了解了居民对政府工作的看法和态度，聚焦民生，聚焦百姓;“河小青”志愿服务，让我有机会为赣江的环境治理贡献出了一份力量。

**返家乡社会实践心得体会篇十四**

。

社会实践是每一个大学生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。这是我进入大学以来的第一个学期，当然，也是我第一次经历社会实践。

寒假我回到了家乡，为了使自己假期过的充实，自己独立的去找了一份工作是中国移动通信的(专营店)，其实也算是营业员。因为移动网络很多方面用的就是非完全电子商务。在那工作我没有说我是实习生对公司的人来说我是一个走出社会的人了，给我的压力是自己要像有社会经验的人一样。幸运的是，在我努力学习下，很顺利的和同事相处，工作也投入了其中。我的工作主要是办卡，充值和业务咨询服务。

经过一段时间后，自己常常出现错误，粗心大意，马虎了事，心浮气躁。而且也接受了批评，这使我明白了做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸!社会实践活动带给我们的是欣喜，喜悦。在实践活动中我们感受到自己的微薄，体会到整个社会强大的凝聚力。一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长，在实践中学习，充实了自我，增强了口头表述能力，与人交流，真正地走出课堂。如何服务大家，享受自己的成果，使自己陶醉在喜悦之中，有时会很累，但更多的感觉是我在成长，我在有意义地成长，在这之后，我明显地发现自己变开朗了，虽然我自己的力量不足以改变一些东西，但如果再多一些人呢，整个社会共同努力，这才是动力之根本，动力之源泉;另一方面，我意识到了自己的不足，没有经验，没有与人交流的口才。

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，我带着心中的问号，踏上了社会实践的道路,也结束了这个实习阶段。在这次会计实习中，我可谓受益非浅。仅仅的一个月实习，我将受益终生。这一次的实习虽然时间短暂，虽然接触到的工作很浅，但是依然让我学到了许多知识和经验，这些都是书本上无法得来的。通过实习我们能够更好的了解自己的不足，了解这个社会的方方面面，同时给自己在新的学期定下了目标，能够让我更早的为自己做好职业规划，设定人生目标，向成功迈进一大步。

我打过工，知道学生打工很不容易。学生是廉价劳动力，有的公司很江湖，我们辛辛苦苦赚来的钱还少给，有的是托着不给，还有的干脆就不给了。

那么现在自然先是得选择好打工的种类。时下大学生打工无非是做家教，搞推销，出卖劳动力。据说现在做家教就等同于骗钱。这可是我们班上十几位做家教的同学一致的心得体会。再说由于这学期就要结束了就算想骗也没有地方骗了，因此做家教显然行不通。搞推销，说句老实话，其实我是很想干这行的。不就是告嘴皮子混饭吃吗，那还不容易?可转念一想，还是不行，只因为自己面目狰狞。加上五短身材，我的哥们一致要求我不要去现丑。说是影响市容，极易让外国游客对广州产生误解。我知道什么叫金玉良言。什么叫忠言逆耳。为了顾全大局，推销也只好作罢说实话，推销实在太苦了。我怕我受不了。

我寒假每天早晨7：00起来，下午6：30下班。听听元老们的工作经验，慢慢的我干了将近一个月，教我一些有关公司的基本知识。我慢慢的开始进入工作状态。每天对象是电脑，一天下来，我的眼睛都成肿的了。打工可真累，我是深有体会呀!但是打工不仅可以增加收入，减轻家里的负担，还可以通过打工锻炼自己，培养各方面的能力。打工是人生历练的过程，是人生很有意义的经历。边学习边打工，收获肯定会比在学校里一味读书多得多。

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。

老板对我很好，对员工们都很好，第一月虽然没有学到多少东西，但是，我对公司的印象还是比较不错。我会更加努力的去做。不会让公司的员工失望的。

打工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!不经风雨，怎见彩虹，没有人能轻轻松松成功。

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。暑期虽然只有短短的两个月，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。

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。

此次的“知纪律、守规矩、严作风、树形象”队伍纪律作风教育整顿活动当中本人在学习了相关法规法纪及兄弟公安处兄弟所队典型违法违纪案例，让本人对队伍纪律作风的重要性有了新的体会。

首先是对兄弟公安处非访事件的认识。一是错误的价值观，没有树立好正确的价值观，认为其他人有的自己就一定得有。在上级已经解释及正在积极争取的情况下仍然不顾自己警察职业、自己的党员身份到路局、公安局门口非访，造成了极其恶劣的影响。二是错误的职业观。没有充分的认识到自己人民警察代表的含义，没有认识到人民警察是国家维护社会治安稳定的刀把子而不是作为其非访博取眼球和同情的工具。三是错误的政治观。作为人民警察、共产党员正确的政治意识是必须具备的条件之一。集体穿着制服在路局、公安局门口拉横幅，不仅是给警察形象的抹黑更是让国内甚至国外媒体的负面炒作，政治影响极其恶劣。

我认为作为一名人民警察，我们要以反面典型为镜鉴，像古人说的那样“以人为镜，可以明得失”，树立正确的人生观、世界观和价值观，牢固树立政治意识、大局意识、核心意识和看齐意识。首先是对警纪条例要有敬畏之心。我们铁路公安是一支纪律部队，拥有着严格的队伍纪律。《公安机关人民警察纪律条令》、《公安机关人民警察内务条令》、“五条禁令”、“三项纪律”。在这些警纪条例里面，明确的给我们画了一条红线。公安处每年组织观看的“警钟”系列教育片里通过一系列的典型案例也时常在自己的耳边敲响警钟，要知法、敬法，时时刻刻崩好自己的思想意识。对职业要有敬畏之心。从警校、到警察，在自己不断的人生经历当中，让我不断加深了对警察这个职业的认知。“国家危难，公安系于一半。”

作为一线执法部门，我们一线民警手中掌握着一定的自由裁量权，我们需要对我们的职业要有敬畏之心，把手中的权力规范运用起来。清人张清恪在《禁止馈送檄》中写道：“一丝一粒，我之名节;一厘一毫，民之膏脂;宽一分民受赐不止一分，取一文我为人不值一文。”对我们普通民警而言，不只是不贪不占的问题，根本上讲是如何执法、怎样用权的问题。反过来说，有的人不能自律，总是企图借职务之便为自己谋取私利，损害的都是党和人民的利益，到头来只会是害人害己。对单位对家人要有敬畏之心。作为90后的我们，逐渐成为家庭的中流砥柱、单位的小草。我们始终要对单位对家人保持一颗敬畏之心，对单位心存敬畏之心，对单位组织下发部署的任务有心去完成，对家人存敬畏之心，用自己的能力为家里撑起一片天。所以我们要学会算成本账，问清楚自己对家庭的意义。问问自己离开单位是什么，能做什么。时刻存敬畏之心，保持警醒。让自己的一言一行都能够对单位、对家人、对自己负责。

其一，通过这次学习训练，我认识到以前党的性质、宗旨、指导思想的学习和认识是停留在表面的学习，不知道为什么。通过系统的学习，我明确了党的性质是中国劳动者阶级的先驱队伍，同时是中国人民和中华民族的先驱队伍，是中国特色社会主义事业的领导核心，代表中国先进生产力的发展要求，代表中国先进文化的前进方向，代表中国最广大人民的根本利益。以马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论、三大代表的重要思想和科学发展观作为自己的行动指南。党的最高理想和最终目标是实现共产主义。

其次，这次学习训练加深了我对科学发展观重要思想的理解和认识。科学发展观的内涵非常丰富，涉及经济、政治、文化、社会发展的各个领域，既有生产力和经济基础问题，又有生产关系和上层建筑问题，管理现在，管理长期的重大理论问题，也是重大实践问题。我们要全面了解和准确把握科学发展观的主要内涵和基本要求，认真贯彻落实。学习发展观是我党指导邓小平理论和三个代表的重要思想，从新世纪、新阶段党和国家事业发展的全局提出的重要战略思想。是中国共产党对社会主义市场经济条件下经济社会发展规律的认识达到的新高度。是社会主义建设指导思想实现的重大创新，是指导发展的世界观和方法论的集中体现，是我们必须长期坚持的指导思想。科学发展观的重要意义是多方面的，最重要的是把握科学发展观的理论意义和实践意义。我们只有全面、准确地理解其重要意义，才能提高贯彻科学发展观的自觉性和坚定性，坚持科学发展观武装头脑，指导实践。不仅要认真学习科学发展观的重要思想，还要在实际学习工作中实践科学发展观，构筑和谐社会的重要思想，进一步丰富党的理论。

第三，这次学习训练使我对党的重要性有了更具体的了解。正确的入党动机，是正确行动的精神力量，要求入党的同志只有树立正确的入党动机，才能经受住党组织的考验。这种考验在新时期更有重要的现实意义。此外，这次学习还让我认识到端正入党动机，不是入党前的一时之问，而是一生之事。无论党组织是否认可我加入中国共产党，我都会一如既往地以共产党员的标准严格要求自己，不仅要在思想上争取入党，还要长期注意检查自己入党的动机，全心全意为人民服务，保护党的团结和统一，保护党的纪律，保护党的机密，对党忠诚诚诚实，言行一致其四，这次学习训练，使我坚定了入党的自信和决心。今天，我国正处于改革的关键时期，中国在面临巨大发展机遇的同时，也面临着巨大的挑战。在这个历史时期，强调了坚持中国共产党领导的重要性。党中央领导集团以及时完善中国社会主义市场经济体制为目标，提出科学发展观等一系列新思路、新观点，这些理论上的新突破必将对中国经济体制改革产生极大的推动作用，充分体现中国共产党与时俱进的精神，适应时代发展进步的需要，代表着广大人民群众的根本利益和要求。中国共产党诞生八十多年的所有历史证明，只有共产党的领导人才能承担民族的希望，领导中国人才能推动历史。没有共产党，就没有新中国，没有共产党就不能发展中国。这是历史的选择，也是人民的选择。作为一名积极要求进步的青年大学生，我渴望加入这个的组织，更好地将自己的个人价值与国家和人民的利益相结合，将党、祖国、社会主义事业的无限爱投入到中华民族。

在伟大复兴的社会实践中，在建设中国社会主义事业的广阔舞台上展示自己的人生价值，努力创造正确的时代和人民成绩。

也就是说，通过入党积极分子班的训练，我进一步系统地学习了党的基本知识和理论，进一步确立了正确的入党动机。以后，我将更加认真地学习这些科学理论，在科学的基础上建立自己的共产主义信念，加强思想和世界观的改造，首先在思想上入党，尽自己的能力帮助别人，团结周围的人，一起学习。我以党员的要求要求自己，不断努力，不断提高自己，积极接近党组织，尽快成为党组织的一员。以上是党课的学习感想，请党组织批评指正和帮助！

第一，这次党课的学习让我重新认识了我们的党，给党带来了新的面貌。我在中学才开始系统学习党的理论知识。当时，由于学习的压力，没有深刻的学习党的知识，只是根据书记住党的概念，对党的认识只是停留在表面文字的记忆上，不知道为什么。这次党课的学习让我重新认识了党，对党有了更深的理解。

通过系统的学习，我明确了党的性质是中国工人阶级的先驱队伍，同时是中国人民和中华民族的先驱队伍，是中国特色社会主义事业的领导核心，代表中国先进生产力的发展要求，代表中国先进文化的前进方向，代表中国最广大人民的根本利益。以马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论和三大代表的重要思想和科学发展观作为自己的行动指南。党的最高理想和最终目标是实现共产主义。以前，这些对我来说只是政治试卷的问题，现在我认识和理解它是中国共产党最正确的定义和最合适的说明。

这次的学习心底承认了我们伟大的中国共产党和许多共产党员的先进性。中国共产党员要全心全意为人民服务，不惜牺牲个人一切，为实现共产主义奋斗一生。中国共产党员永远是工人中的普通成员。除法律和政策规定范围内的个人利益和工作职权外，所有共产党员不得寻求任何私利和特权。党员要坚持党和人民的利益高于一切，个人利益服从党和人民的利益，辛苦前进，享受后，克服自己的奉公，与多做贡献的大众密切联系，努力学习维持大众的正当利益的科学文化和工作。

知识，努力提高为人民服务的本领;带动群众为经济发展和社会进步艰苦奋斗，在生产学习和社会活动中起先锋模范作用。这些都体现出了中国共产党员的先进性和对其的要求，这些要求是每个共产党员的基本行为准则，用一句话高度概括，那就是“全心全意为人民服务”。中国共产党的根本宗旨就是全心全意为人民服务。一个共产党员必须时刻树立为共产主义事业奋斗终身的志向。因此每个党员在终身为共产主义事业奋斗的过程中，都要在思想上想着人民，在政治上代表人民，在行动上为了人民，真正做人民的忠实公仆。

第二，这次培训学习加深了我对科学发展观的理解和认识。科学发展观，第一要义是发展，核心是以人为本，基本要求是全面协调可持续，根本方法是统筹兼顾。

科学发展观，是对党的三代中央领导集体关于发展的重要思想的继承和发展，是马克思主义关于发展的世界观和方法论的集中体现，是同马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想既一脉相承又与时俱进的科学理论，是我国经济社会发展的重要指导方针，是发展中国特色社会主义必须坚持和贯彻的重大战略思想。全党同志要全面把握科学发展观的科学内涵和精神实质，增强贯彻落实科学发展观的自觉性和坚定性，着力转变不适应不符合科学发展观的思想观念，着力解决影响和制约科学发展的突出问题，把全社会的发展积极性引导到科学发展上来，把科学发展观贯彻落实到经济社会发展各个方面。

作为当代大学生的我们，应对自己的职业有科学的、全面的规划，既应有短期规划，也应有长远规划。在面对就业问题时，运用科学发展观的方法做到“身心科学、起点科学、规划科学”，应对压力时应强内攘外，从容乐观，脚踏实地，以不变应万变，走出一条精彩的人生路。

第三，通过这次党课学习培训，使我对端正入党动机的重要性有了更具体更深入的了解。正确的入党动机，是正确行动的精神力量。要求入党的同志只有树立了正确的入党动机，将来入党后才能很好的履行党员义务，才能全身心地投入到党的事业中去，才能经受住党组织的考验，才能做到真正意义上的思想上入党，才能坚持共产主义，这种考验在新时期更有重要的现实意义。

此外，这次学习还使我认识到端正入党动机，不是入党前的一时的问题，而是一辈子的事情。不论党组织是否批准我加入中国共产党，我都将一如既往地用共产党员的标准来严格要求自己，不仅要在思想上争取入党，而且要长期的注意检查自己入党的动机，努力实践全心全意为人民服务，维护党的团结和统一，严守党的纪律，保守党的机密，对党忠诚老实，言行一致，密切联系群众，在工作学习和社会生活中起先锋模范作用，为实现共产主义奋斗终生。

第四，这次党课学习培训，使我十分地坚定了入党的信心和决心。今天，我们国家正处于改革的关键时期，中国在面临巨大发展机遇的同时，又面临着巨大的挑战。这个历史时期更凸现坚持中国共产党领导的重要性。中国共产党诞生八十多年的全部历史证明，只有共产党的领导，才能肩负起民族的希望，才能领导中国人民把历史推向前进。没有共产党，就没有新中国;没有共产党就不能发展中国。这是历史的选择也是人民的选择。作为一名积极要求进步的青年大学生，我渴望加入到这个光荣的组织中，将自己的个人价值同国家和人民的利益更好地统一结合起来，把对党、对祖国和对社会主义事业的无限热爱投入到中华民族的伟大复兴的社会实践中去，在建设中国社会主义事业的广阔舞台上展现自己的人生价值，努力创造无愧于时代和人民的成绩。

党课学习，带给我的不仅是以上的收获，更多的是思想和认识的转变、精神的洗礼、以及一些意想不到的人生启示。

在学习中，我感触颇多，懂得了没有追求与理想，人便会碌碌无为;没有信念，就缺少了人生航标，人便会迷失方向甚至自我。要成为新世纪的人才，就要向中国共产党这个光荣、伟大和先进的组织靠拢。

作为一名入党积极分子的我，在这次党课学习后，我认为首先我应该提高自己的思想道德修养。修身自古乃立人之本。一个党员更需要高尚的情操。一个没有高尚情操的党员，他怎么能全心全意为人民服务呢?在今后的生活中，我会随时以一个优秀党员的标准来要求自己，努力培养自己道德情操，形成一种良好的习惯，树立正确的社会主义荣辱观，坚决克服自己的不良习惯，争取把自己塑造成为一个有理想有抱负有文化有思想的“四有”新人。

其次我要加强我自己的学习。一方面我要努力学习自己的专业知识和人际交往，处理事情，敢于创新等新时代下不可或缺的能力。我只有努力学习，提高自己多方面的能力，才能在这个竞争激烈的时代成为一名佼佼者。只有我的能力提高了，我才能在更大的程度上，更好的全心全意为人民服务。另一方面我要努力学习有关党的理论知识。我知道要作为一名优秀的党员仅仅靠这次党课学习是远远不够的，我必须自己在课余时间主动的去学习。我会通过报纸、刊物、上网等形式，学习党内知识和当前国家时事、大事，学习科学发展观的重要思想、以及构建社会主义和谐社会的重要理论。在努力学习党的章程的同时我还需认真思考，我们党是一个与时俱进的党，是时刻代表人民利益的党，党无时无刻不在进步，时刻牢记党对我们的要求，发扬党的求真务实，自强不息，艰苦奋斗等优秀传统。

在此同时我还会时刻坚定社会主义和共产主义理想信念。社会主义和共产主义信念是共产党人最崇高的追求和强大的精神支柱，也是我们党的政治优势，有这样的理想就有了立党之本，就能够自觉地、满腔热情的为党的事业而奋斗。

作为入党积极分子的我，在对我自己严格要求的同时，我会努力使自己成为别人的学习榜样，希望其他同学能够在我的感召和影响下也能够积极向党组织靠拢。同时我会积极宣传党的指导思想和方针，让党的理论知识能够得到更大程度上的传播。对那些不利于我党的言论与行动，我一定会坚定的拒绝并给予强烈的反对。

以上就是我对这次党课学习的心得体会。通过这次党课学习，我对党的基本知识和理论有了比较系统而全面的理解，使我思想觉悟上有了更深一层次的提高。同时也更加坚定了我的入党决心。在今后的生活与学习之中，我会严格要求自己，不断地努力，不断地上进，从而不断地完善自己，积极向党组织靠拢，争取早日进入中国共产党这个光荣的组织。

怀着无比激动的心情,我参加了学校党团委举办的党课培训班，通过这次学习，提高了我的思想境界，扩宽了视野，进一步端正了我的入党动机，更坚定了我要求加入中国共产党的决心，现就我的思想情况及下一步的打算向党组织汇报如下，对有错误的地方，敬请各位老师批评指正。

中国共产党之所以是中国唯一的执政党，原因在于他有很好的组织性和纪律性。民主集中制是中国共产党的根本组织原则和领导制度。我国的民主集中制是民主和集中的统一，自由和纪律的统一。民主集中制的思想是马克思,恩格斯奠定的基础,随后由列宁确定了它的原则,而中国共产党是坚持和发展了民主集中制的组织原则。在中国，坚持和贯彻民主集中制，是全面建设小康社会，开创中国特色社会主义事业新局面的根本保证。中国共产党不但有严密的组织性,同时也具有很强的纪律性。党的纪律是党的事业取得胜利的根本保障.党的纪律的内容有四项，包括党的政治纪律，党的组织纪律，党的群众纪律和党的保密纪律，同时党的纪律也有其基本特征，党的纪律是铁的纪律，是自觉的纪律，是二者的辨证统一,在纪律面前人人平等。有了指导思想，有了严密的组织原则，有了铁一般的纪律，才能使我党走向他的最高目标:实现共产主义。党的历史告诉我们，中国共产党所从事的是变革世界的伟大事业，更是为人民大众的解放和幸福而努力奋斗的伟大事业。这就要求每个共产党员和先进分子都应为实现党的根本宗旨——为人民服务——而奋斗。周恩来同志曾经说过“立党为公还是立党为私?这是无产阶级政党和资产阶级政党的分水岭，是真共产党员和假共产党员的试金石”。这段话正说明了我们党的根本宗旨是全心全意为人民服务，这不仅是党的宗旨，也是共产党同其他政党的根本区别。历史上举不胜举的事实告诉我们，中国共产党是全心全意为人民服务的伟大政党。共产党刚成立时，李大钊等无数共产党员，为了带领人民走向光明，身系牢狱，英勇就义;抗日战争和国内革命战争中，数十万共产党人为了求得全国人民的解放，转战南北，前仆后继，壮烈牺牲，左权、刘胡兰、董存瑞等就是他们中的典范。正是在这优秀的政党优秀的党员的带领下，中国人民经过几十年的残酷斗争，终于推翻了封建军阀，打败了日本侵略者，推翻了国民党反动派的统治，解放了全中国。中国人民从此站了起来!今天，中国共产党正领导着全国人民疾驰在一条通向富强、民主、文明的大道上。

我们党是伟大的党，一辈辈的党员都把一生奉献给了人民，这正从事实上体现出了党为人民服务的宗旨。我们党一贯要求党员特别是领导干部要淡泊名利、无私奉献、践行宗旨。党员作为具有共产党觉悟的先锋战士，是“具有特种性格的人，是由特殊材料制成的”。先烈们爬雪山过草地吃野菜煮皮带，焦裕禄、孔繁森治兰考赴阿里以身殉职，郑培民、谷文昌“做官先做人，万事民为先，”表现出共产党员的高尚情怀。而对于共产党员来说，也只有结合党的事业，其个人价值才能得到真正的实现。

通过我们党的宗旨我们可以清楚的看到党的事业代表了最广大人民群众的根本利益，人民拥护党、支持党的事业，因而战无不胜。帝国主义的坚船利炮不能征服我们，反动派的围剿不能消灭我们，悬赏缉拿、跟踪盯梢也不能奈何我们。我们党在人民群众之中，如鱼得水，游刃有余，反倒在帝国主义、国内反动派的围剿中成长、壮大，最终取得了革命的胜利。正是所谓“水能载舟，亦能覆舟”、“得人心者得天下，失人心者失天下”，党的每一个成员都应该意识到这一点，必须密切联系群众，全心全意为人民服务。

作为新时期的先进青年，我深深的感到，我们在生活中应该勤俭节约，严格要求;在学习上，以书山有路勤为径，学海无涯苦作舟的精神，不断增加新的科学知识，不断提高自己的政治理论思想，努力在建设有中国特色社会主义过程中建功立业。这不仅是一种政治责任，也是一种人生追求，是实现个人社会价值和人生价值的最高理想。

一个个历史事实告诫我们一个人，只为个人或少数人的利益而斗争、而牺牲，是最不值得的;只有为党、为阶级、为民族解放、为人类解放和社会的发展、为最广大人民群众的最大利益而斗争、而牺牲，那才是最值得、最应该的。一个具有共产党觉悟的人，应该把党和人民的利益放在个人利益之上，大公无私，先公后私。作为一个入党积极分子，要努力体会这一点，向前辈们学习，把一生的奋斗目标放高放远，真正做到为人民服务，为国家服务，这才是真正光荣的一生闪光的一生。

通过党课的学习，我认识到党的性质是中国工人阶级的先锋队，同时是中国人民和中华民族的先锋队，是建设中国特色社会主义事业的领导核心;代表中国先进生产力的发展要求，代表中国先进文化的前进方向，代表中国最广大人民的根本利益。每一个有志于中国革命和建设的同志，都必须以马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想作为自己的行动指南。党的最高纲领是实现共产主义社会制度。通过学习，我认识和理解到，中国共产党的根本宗旨就是全心全意为人民服务。一个共产党员必须时刻树立为共产主义事业奋斗终生，全心全意为人民服务，随时准备为党和人民的利益牺牲一切的理想信念和正确的世界观、人生观、价值观。党除了无产阶级的利益、中华民族和中国人民的利益以外，没有自己特殊的利益。因此每个党员在终身为共产主义事业奋斗的过程中，都要在思想上想着人民，在政治上代表人民，在行动上为了人民，真正做人民的忠实公仆;在日常工作和学习、生活中，要正确处理国家、集体、个人的关系，忘我工作，锐意进取，勇于创新，开创各项工作的新局面;在对敌斗争中，在战胜自然灾害的斗争中，在面临困难和危险的时候，要把人民的利益摆在第一位，奋不顾身，挺身而出，甚至牺牲个人的生命;在物质利益面前，要做到吃苦在前，享乐在后，公私分明，克已奉公，把方便让给群众，把困难留给自己，绝不允许以权谋私，假公济私，为个人捞取好处，损害国家、集体和群众的利益。全心全意为人民服务，就要在一切工作中真心实意地想着群众，虚心向群众学习，认真听取群众意见，接受群众批评和监督，处处关心群众疾苦，切实为群众谋利益，甘心情愿地做人民大众的“牛”，供人民驱使。

通过党课的学习，我对党的组织制度、党的纪律、党的作风都有了充分的理解和重新认识。民主集中制作为党的根本组织原则，是党的组织制度的核心内容。实行民主集中制，是党的性质和历史使命的要求，是党的团结和统一的需要，是保证党的领导沿着正确方向发展的关键。党有着严格的政治、组织、经济工作、群众工作、宣传、人事、保密和外事纪律，党的纪律是党的事业取得胜利的保证，每个已经入党和要求加入党组织的同志,都必须严格执行和维护党的纪律。党的作风体现在党的组织和党员的思想、政治、工作、生活等各方面，是党的性质、宗旨、纲领、路线的重要体现，党风关系党的形象、关系人心向背、关系党的生死存亡、关系党的路线能否正确贯彻执行，关系社会主义精神文明建设能否取得成功。共产党员应当堂堂正正做人，在纷繁复杂的社会生活中做到慎独、慎微、慎权、慎欲，从各方面严格要求自己，管住自己的头、管住自己的嘴、管住自己的手、管住自己的脚。

共产主义远大理想，是无产阶级政治立场和世界观在奋斗目标上的集中体现，是共产党人终身所信仰、所向往、所执著追求的最高价值目标，是支配共产党员思想和行动的强大的精神支柱。因此，要成为一名合格的共产党员，首先就要树立共产主义远大理想，坚定共产主义信念，做到任何时候、任何情况下都决不动摇。

所以，我要在今后的工作中做到：勤奋、敬业、积极进取、吃苦耐劳、以集体利益为重，甘于奉献、尽职尽责，在关键时刻，要挺身而出，不怕吃亏，经受党组织对我的考验，把申请入党作为自己人生的加油站，在实际工作中改善自我、提高自我。虽然党课学习结束了，但是它使我明确了今后自己努力的方向，我要用自己的实际行动，为党、为共产主义事业奋斗终身，请党组织考验我。

时光流逝之快，转眼间我的大学生活就已经过去了一年了，仿佛自己昨天才刚刚高考结束，仿佛昨天还是高中生活。在学校的这一年时间里，我的学习方法比以前更灵活，学校的活动我也积极参加，综合能力在这一年里有了很大的提升。作为一名大学生，在我看来，我们不应该在该努力的年龄虚度光阴，即使在假期，也应该抽出一段时间去社会中锻炼自己。所以，我想在这个假期通过社会实践拓宽自己的视野，培养自己的毅力、恒心和沟通能力，实现自己的价值!

其实在放暑假前的一段时间，我就已经有了暑期兼职的打算，所以我在提前联系了我们家乡画室的老师，询问了一些关于画室助教的问题，后来通过面试，最后我便回到家乡，开始了我的暑期画室助教之旅。

我的家乡在临沂，这是一所专门培训美术高考的画室，也是我曾经挥笔拼搏的地方，它从以前的小地方搬进了县城，条件变好了，但老师们还是一样亲切，虽然有些熟悉的面孔离开了，但看到学弟学妹们认真画画的样子，我就仿佛看到了曾经自己和伙伴。

画室不是很大，但也能容纳一百多人。在我到达之前他们就已经开课了，总共需要集训差不多半年多的时间，我辅导的有二十五个学生，课程安排是上午色彩静物，下午素描静物，晚上速写人物，有时会根据情况还会调动，每天八点上课，中午十一点半休息，下午两点半上课六点放学。第一天辅导他们，想看看他们水平怎么样，水粉是刚开课的，大家都拿着临摹书临摹，比我们那会儿刚开始的水平好很多，真是刮目相看。辅导他们时还是有一定的困难的，因为我知道虽然知道怎么去画，但是我有时不会用语言去表达出来传授给他们，看到同学小心翼翼地画笔触时，我会去亲自帮他们改画，并和他们沟通，让他们看到笔触的画法，和他们讲摆动笔触时要大胆、放松以及多动脑，即使有时语言组织能力不够，我还是想尽办法去表达出来帮助同学们。

下午开课的素描是我最喜欢的，素描与色彩不同的是它比较理性，素描他们已经学了很长时间了，作品都特别的优秀，需要我讲的地方也不是很多。上素描课感觉时间过的更快一些，上课时我会把我以前所获得的经验交给他们，让他们少走弯路，能够认识到自己的问题，并主动去解决，日积月累，便会有质的突破!在这两个月的期间我给学生们做了三次素描范画，为他们在此基础上起到推动作用。晚上的速写课由专门的速写老师辅导，我只需要管理一下课堂纪律。其实，在这期间我一直没有拿他们当我的学生，而是当朋友一样相处，毕竟我没比他们大多少，下课时我也经常和他们聊聊天、打打游戏，积极与他们交流，融入到他们当中去。

一个多月的假期每天都是这样度过着，虽然有时很疲惫，但是能够和学弟学妹们一起画画，向他们传授经验，便是一种很幸福的事情。我珍惜这里的每一个人和每一刻的时光，因为可能这是最后一次与他们相处，告别时对画室对他们都有一些不舍，每当看到晚上放学后还有同学在那自己练习画画时，就仿佛看到了当年的自己，我们都想通过自己的努力改变命运，我们也从不言败!

通过这次的美术辅导，发现有的同学对画画不自信、不积极，这也需要我们给予更多的帮助，以免后期成绩不理想。当然，这次社会实践我也明白了许多，在工作中我学习到了人际交往、为人处事的技巧，面对自己的不足要勇敢地去解决，这样才会对自己的价值带来提升。辅导学生的同时我也是一个学生，有一些东西也需要请教他们，三人行必有我师。这次实践也开拓了我的视野，对自己也有了全新的认识，这对我以后的人生规划也有着很大的帮助。

暑假即将过去，生活还要继续往前看，假期生活也成了回忆，愿学弟学妹们继续努力，祝联考金榜题名!

。

**返家乡社会实践心得体会篇十五**

20xx年x月，我趁着暑假时期走出了学院大门，通过xx委组织的樟树籍在校大学生“返家乡”社会实践活动，选聘到xx市阁山镇人民政府。踏足社会，去社会和工作中体会生活。

在对大学生村官的调查实践中，我们感受到了村里的建设，这里有孩子，农民村干部，每每从他们的质朴中，我们在感受，感受着这份简单。在这次社会实践上，我充分的体会到了工作的辛苦与辛酸。每天工作的劳累是一项，但其次，在工作中被批评也是在所难免的。尽管心中多少感到委屈，但在每次的批评后，我认真反思自己，也能认识到自己的错误。这不仅帮助我提高工作效率，也给了我很深的教训，让我能在工作中更加的谨慎。

如今，实践快要结束，但我所学的东西让我记忆尤甚，在今后的学校学习上，我也会更加努力，让自己变得更加出色。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn