

# 社会见闻 手术室见习心得体会报告(通用9篇)

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。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。

## 社会见闻 手术室见习心得体会报告篇一

3月25日晚21点38分，“有急诊手术…”，一看是周剑宇老师发来的短息，我和几位同学急忙赶往外科楼，很快我们跟随周老师来到了手术室，周老师向我们强调了手术室的相关注意事项和应该遵守的规则制度同时介绍了病人情况，这台手术是剖腹探查术，正是我们在外科学中刚学习过的普外科常见手术。周老师向我们详细讲解了病人的腹部ct片，我们了解到，肠梗阻病人的ct中会出现“同心圆”。紧接着周老师引导我们复习了剖腹探查术的手术指征，在手术的整个过程中，老师还为我们详细讲解了手术消毒、铺巾、手术入路等手术全过程的相关知识点。

本次手术，虽然只有短短一个小时，却接触到了我们大二学过的解剖学、正在学习的外科学以及各种我们还没学到的知识，非常直观地让同学们了解到医学基础课程、桥梁课程与临床课程同样重要，加之外科老师的幽默诙谐，让同学们或多或少产生了对外科系统的向往。手术台上的医护人员，敢于“正视淋漓的鲜血，直面惨淡的人生”，手术过程中医护人员睿智、机敏、果断、沉稳、谦和、协作的品质给一旁观摩的我们留下深刻的印象。

这种直观的体验，让我们将许多抽象的文字转换成了具

体的图像，深深地刻在了我们的脑海中，不仅加强了理论知识，更培养了同学们的兴趣，让医学生能够早日确定自己对不同科室的兴趣方向，是再好不过却不可多得的学习机会。”我一定会再回来的！”离开手术室的我碎碎念着，这便是一个女汉子对外科的向往。希望以后还有更多可以让同学们进入手术室学习的机会。

## 社会见闻 手术室见习心得体会报告篇二

暑假是一个长的假期，根据我们学校的相关安排，我积极主动，其实自己早就期待这么一个机会了，我们在暑假期间可该对自己进行一个社会实践活动，在跟几个同学沟通之后，在暑假的第二个礼拜我们打算去养老院，社会实践活动我没少做，以往我都是在打工，这次暑假我决定去感受一下，也是处于一些一些遗憾，还有好奇，自己从来没有去过养老院，更加别说去做一些实践活动了，这次我觉得是一个感受的好机会，我觉得我们现在的的生活很浮躁，暑假在家中也不知道自己要干什么，对于学生来将这是很可惜的，时间对于我们来说是很多，充实的的一天跟闲下来的一天却是大不相同，实践是感悟生活的很好机会，让自己的生活不在那么浮躁，这次的养老院实践我有一些心得。

暑假开始之后我就非常的期待，跟几个同沟通好了，我们到了楚大那一天是很期待的，应该是很好的一天，我们来了到了郊区的养老院，这里人不是很多，环境确是很好，不过转念一想养老院的位置还是很好的，远离了嘈杂，进入到养老院这里白天看上去很安静，但是个别的角落还是很热闹的，过很多的爷爷奶奶在外面锻炼身体，还有相互聊家常，我们是计划着能过感受一下老人们的一天生活是怎么样的，然后帮助爷爷奶奶们做一些事情，最后在表演一下才艺。

上午的时间当然是对这里进行了一番了解，这里的环境非常好，我们也了解到爷爷奶奶们每天的生活就像是我们看到的

一样，每天出来走走，锻炼一下，自己有自己娱乐的方式，老人们也有，我们现在的人太过于依赖手机了，来到了养老院我没有看到玩手机的，这里都是人与人之间的亲密交流，我感觉到自己今后也需要改变自己玩手机的习惯，其实很他人交流才是的相处方式，而不是一直抱着手机，生活还是很多的乐趣的。

到了中午吃饭的时候，我们也了解到了老人们的日常伙食，相比来说还是比较好的，但是我们也看到了很多老人们吃饭不能够自理，这让我感受颇多，但是养老院的服务还是很周到，通过相关的了解我们也感受到了国家针对老人们的福利，这些都是在向着一个好的方向发展着，一上午的时间了解到了很多的东西，通过个人老人们相处也拉进了距离，下午的时间我们打算进行一些才艺表演，老人们每天的生活都是一样，这次的才艺表演也让大家非常开心，非常的满足。

通过这次的养老院实践，我干感受到了很多，其实不是我们的生活太单一，只是我们没有主动去做一些实践活动，我们日常的浮躁会让自己觉得很无聊，这次实践真的很好，只有自己去做了才能够有所收获。

## 社会见闻 手术室见习心得体会报告篇三

在注重素质教育的今天，大学生假期社会实践作为促进大学生素质教育,加强和改进青年学生思想政治工作,引导学生健康成长成才的重要举措,作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径,一直来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。寒假期间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,更是大学生服务社会、回报社会的一种良好形式。多年来,社会实践活动已在我校蔚然成风。

大学是一个小社会，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。

这个假期我没有选择自己所学的专业去实践，而是在一个亲戚开的电脑配件柜台帮忙卖货，过的十分充实。在此次实践过程中我学到在书本中学不到的知识，它让你开阔视野、了解社会、深入生活、回味无穷。也对自己一直十分想了解的电脑知识有了更进一步的深入。社会实践作为广大青年学生接触社会、了解国情、服务大众的重要形式，对于青年学生的成长、成才有着极为重要的作用。

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，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。这次的社会实践收获不少。我认为以下四点是在实践中缺少的。

一. 在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的工作让我认识更多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前工作的机会不多，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。与同事的沟通也同等重要。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，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

二. 在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。在多次的接触顾客中，我明白了自信的重要性。你没有社会工作经验没有关系。重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，没有第一次又何来第二、第三次呢？有自信使你更有活力更有精神。

四. 工作中不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。

以上是我自己觉得在这次假期社会实践学到了自己觉得在社会立足必不可少的项目。

大学是一个教育我、培养我、磨练我的圣地，我为我能在此生活而倍感荣幸。社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会。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。

### 第一篇可怜天下父母心

我的学生叫\_\_。第一次到他家做客，他正在书房里生闷气(因为他开始不同意请家教)马叔和阿姨热情地招待了我，与我在客厅里诚恳地交谈了很久。从\_\_的性格爱好谈到他的学业特长。因此，第次了解\_\_，不是通过与他的直接接触，而是通过与他父母的交谈。在交谈中，我了解到以下情况：\_\_有厌学情绪，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中学，将来到大学去深造。而他现在的学习情况，让他的父母感到很灰心很失望。

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和恨铁不成钢的急切心情，父母对子女的那种期望是挚热的、

无私的。他们看的很远，看到了子女的未来；他们做得很无私，甚至会由于子女的不才而深深自责。我被父母对子女的这种情义深深打动，同时感到肩上的担子很重。他，对于没有任何家教经验的我来说，毕竟是一个“挑战”。

第二篇他，就是我的学生，一块尚未雕琢的顽石

他，叫\_\_。又高又瘦的个子，高高的鼻梁上架着一副学士眼镜。稚气未干的娃娃脸上，总是挂着一丝难以褪去的疲倦。这是他给我的第一印象。

家教的第一天，我给他讲解了期末试卷。试卷上的字迹很潦草，不论是英文还是汉文。由字知人，我想他在学习上一定很随意，对自己要求不严格。在讲解试卷的过程中，我发现他听讲时显得很疲倦，不时地打呵欠。如此的听讲状态，其效果可想而知。我也开始意识到：现在的首要任务不是讲课，而是帮助他端正学习态度。

第二天，我给他上了一堂思想教育课，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，我也经常给他上类似的课程，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。我为之而感到欣喜万分。

每天上午工作两个多小时，中间有一段休息的时间。休息时，他不会与我主动谈些事情，因为他的性格很内向。他很爱看报纸和杂志。休息时，他总要找一些报纸来翻阅，去寻找他感兴趣的东西(尤其是足球新闻)。偶尔也会在客厅里，将一个足球踢来踢去。他说，足球是他的至爱，由此也结交了好多朋友。

## 社会见闻 手术室见习心得体会报告篇四

暑假里我和几个朋友一起去了敬老院参加社会实践活动，刚

刚走进敬老院，我们什么都不知道。这时，我们便找到了一位清洁工人，说明我们的来意后，他便笑了起来，连连夸我们有爱心，然后就匆匆的领着我们来到了老人们生活的地方，而且还将我们领进了一位他最熟悉的老奶奶的房间中。

刚进房间，我们就闻到了一股淡淡的清香味，那是一股花香，一股桂花的清香。随后，清洁工人又告诉我们，这位奶奶姓x今年已经76岁高龄了。然后，他又向老人说明了来意，说完便走了。

看到老人后，我们便亲热地叫了她一声“x奶奶！”她也开心地应了一声“x奶奶要我们坐下，还准备给我们倒茶，我们却异口同声说“不用了！”是啊！我们是来帮老人解忧的，而不是来为她添负担的。然后，我们就和她聊天、谈心，只到我们要走的时候，他还依依不舍的抓住了我们的手说：“你们以后一定还要再来哟！”嗯嗯嗯，我们想也没想就答应了！可能这句话并不是只正对她自己一个人，而是针对敬老院里的老人吧！

我觉得这些最平凡的人才是世界上最需要人们关注和关爱的人，往往这些人的生活总是空虚的，那是因为很少会有人去看他们，她们很寂寞！

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。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，作为一名高中生来说，建立自身的十年发展计划已迫在眉睫。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。

## 社会见闻 手术室见习心得体会报告篇五

为期30天的社会实践圆满的结束了，期间所发生的一切值得

令人好好回味一番。为此我用这篇社会实践论文记录与总结这段时间的工作情况，而这并不纯粹是为了完成任务，更重要的是，这是为了自己而写的一次找寻内心声音的伟大体验。

我很庆幸能在放寒假的当天跟学长、学姐们一起去苏州的一个手机厂工作。在手机厂刚开始做清屏工作，后来转成看外观。刚进无尘室的第一感觉觉得一个小小的手机屏一定不会难倒我。可是并没想象的简单。进到无尘室有一个小师傅带我，她说清屏需要很大的耐心，我说我有。她笑了。她对我说的最多的一句话就是：“只要下定决心的去清这块屏，不去想那么多，一点一点的来，总会很容易清干净。”是啊，或许这就是小事并不是那么简单的事。从清屏上我感觉到了一个人的耐心需要多大才可以清出来那么干净的一块小小的手机屏。

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回学校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，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。

这个寒假我利用这段宝贵的时间参加有意义的社会实践活动，接触了社会，了解了社会，并从社会实践中检验了自我。这次的社会实践让我收获不少。

一、在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的工作让我认识更多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期练习。与同事的沟通也同等重要。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，更事半功倍。

二、在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力作出肯定。你没有社会经验没关系。重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，没有第一次

又何来的第二、第三次呢?有自信使你更有活力更有精神。

这个寒假，见识了很多事，认识了很多，收获了很多，很多。不只是有劳有得的工资，还收获了比这更重要更加无价的财富。期间所赚取的经验将永远成为人生最宝贵的财富之一。

社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会，我感觉学习与社会实践是密不可分的。

## 社会见闻 手术室见习心得体会报告篇六

成长，是一种经历；经历，是一种人生的体验。人生的意义不在于我们拥有了什么，而在于从中我们体悟了什么。在生命的短暂与存在的永恒之间锻造了自我，拥有真正的价值和真实的幸福。暑假社会实践活动给了我们一个锻炼自我的平台，让我们有所体会、有所启迪、有所感悟，让我们更好地成长！

一方面，大学生有着良好的知识，有新思维，新思想，对国家的政策理解的较多，到农村去实践，可以戒掉自己的心高气傲，学习吃苦耐劳的精神，体会农村人艰苦朴素的生活作风，这是在物欲横流的大城市没有的东西，同时也可以增加大学生的见识。用自己的知识去服务社会，回报社会，也是推动我国迅速发展的一支重要力量。另一方面，农业在我国是一个基础产业，也是一个国家在大力发展的产业，国家深切关注农业，农民，农村，在知识相对落后的农村，更需要我们当代大学生去指导，告诉他们国家的相关政策。科学技术是第一生产力，要发展社会主义新农村，就必须提高农民的科技水平，让农民对政府的相关政策有充分了解。

带着自己的材料证明，向村委会的几位叔叔说明了来意，他们很是惊讶，我将自己在家就练习好的话一股脑全说了出来，

其实还真怕那几位叔叔拒绝呢，不过事实证明他们留下我了，不过好象有种不信任的感觉，所以好好努力，你定可以的，加油！不能让几位叔叔小看了我这个当代大学生的水平与实力的。

实践的前几天，一直在办公室里呆着，端茶，倒水，扫地，一点都没有什么我想象的那种刺激，那种新鲜。但那天一位阿姨询问我关于农村合作医疗的事，并将她的情况告诉我让我分析，我讲解了之后，再问了阿姨关于新型农村合作医疗的事，但阿姨好象知道的挺少的，对于国家出台的相关政策也是不了解。经过和几位办公室的叔叔们商讨之后，决定进行义务宣讲，主要是针对政府出台的许多惠民利民政策，讲解给村民之后并针对他们的实际问题进行回答和帮助，告诉他们一些做法。

由于天气原因，宣传只进行了三场，但感觉真的挺好的，应该说很成功吧！告诉大家有什么问题可以到村委会去解决，在讲解了之后，挺少有人去的村委会还真的来了不少人，都是问一些他们自己家遇到的问题，该怎么解决。我一一回答，感觉真的挺好的，努力！相信自己一定会做的更好的。

### 【优秀范文1】

大学是一个小社会，步进大学就即是步进半个社会。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，我们深深地熟悉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进社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中往，才能使我们发现本身的不足，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，体现大学生的本身价值。今后的工作中，是在过往社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，发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气力为社会创造了新的财富。

作为大学生，我们要了解社会，深入基层，深入地学习党和国家的方针政策，学习三个代表，实践三个代表，为增进我国国民经济的发展和中华民族的伟大复兴作出应有的贡献。此次实践之行，是系科给了我学习实践的机会，是系科给了我们极大的支持和信任，我们作为国家的后继气力，只有晓得全面的发展自己，把理论与实际相结合，才能更好地投入到祖国的建设中往，才能对得起养育我们教育我们影响我们的祖国。

社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，同基层领导谈心交换，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，理解了“从群众中来，到群众中往”的真正涵义，熟悉到只有到实践中往、到基层中往，把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年景长成才的正确之路。

“艰辛知人生，实践长才华”。通过展开丰富多彩的社会实践活动，使我逐渐了解了社会，开阔了视野，增长了才华，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，对本身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自我有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一位大三学生，行将走上社会，更应当提早走进社会、熟悉社会、适应社会。

“纸上得来终觉浅，尽知此事要躬行”。社会实践使同学们找到了理论与实践的最好结合点。特别是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，常常在实际工作岗位上发挥的不很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和进步。就是紧密结合本身专业特点，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，本来

理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对基本原理的理解和消化“天将降大任于斯人也。必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤……”。在短短三天的实践活动中，汗水淋湿了我们的衣裤，泪水模糊了我们的眼睛。但我们选择了坚持。我们把淮师人永争第一的精神带往了社区，把淮师学子的优秀品质和良好的精神风采体现得淋漓尽致。在社区人民的心底留下了美丽的印象。七月，我们走进火热社会，用汗和泪谱写一曲壮丽的青春之歌。这是爱的奉献，这是我们的无悔选择。七月，我们撒播希看，同时拥抱丰收，就如新世纪的第一缕曙光，我们的暑期社会实践曙光城也给社区留下了光辉灿烂的一笔。

学生素质教育, 加强和改进青年学生思想政治工作, 引导学生健康成长成才的重要举措, 作为培养和进步学生实践、创新和创业能力的重要途径, 一直来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。冷假期间社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸, 也是推动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、锻炼才华的有效途径, 更是大学生服务社会、回报社会的一种良好情势。多年来, 社会实践活动已在我校蔚然成风。

这个假期我没有选择自己所学的专业往实践, 而是在一个亲戚开的电脑配件柜台帮忙卖货, 过的十分充实。在此次实践进程中我学到在书本中学不到的知识, 它让你开阔视野、了解社会、深进生活、回味无穷。也对自己一直十分想了解的电脑知识有了更进一步的深进。社会实践作为广大青年学生接触社会、了解国情、服务大众的重要情势, 对青年学生的成长、成才有着极其重要的作用。

这次假期实践我以“善用知识, 增加社会经验, 进步实践能力, 丰富假期生活”为宗旨, 利用假期参加成心义的社会实践活动, 接触社会, 了解社会, 从社会实践中检验自我。这

次的社会实践收获很多。我以为以下四点是在实践中缺少的。

一、在社会上要善于与他人沟通。经过一段时间的工作让我熟悉更多的人。如何与他人沟通好，这门技术是需要长时间的练习。之前工作的机会未几，使我与他人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很为难的。与同事的沟通也同等重要。人在社会中都会融进社会这个团体中，人与人之间协力往做事，使其做事的进程中更加和谐，更事半功倍。他人给你的意见，你要听取、耐心、虚心肠接受。

二、在社会中要有自信。自信不是麻痹的自诩，而是对自己的能力做出肯定。在屡次的接触顾客中，我明白了自信的重要性。你没有社会工作经验没有关系。重要的是你的能力不比他人差。社会工作经验也是积累出来的，没有第一次又何来第二、第三次呢？有自信使你更有活力更有精神。

四、工作中不断地丰富知识。知识如同人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。

大学是一个教育我、培养我、磨练我的圣地，我为我能在此生活而倍感荣幸。社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会。实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，应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奔腾。增强了熟悉题目，分析题目，解决题目的能力。为熟悉社会，了解社会，步进社会打下了良好的基础。

中学生暑假社会实践报告2000字

高中生暑期社会实践报告1000字

### 【优秀范文2】

暑期社会实践，使我们大学生充分利用暑期的时间，以各种

方式深进社会当中展开情势多样的各种实践活动。积极地参加社会实践活动，能够增进我们对社会的了解，进步本身对经济和社会发展现状的熟悉，实现书本知识和时间知识的更好结合，帮助我们建立正确的世界观、人生观和价值观；大学生社会实践活动是全面推动素质教育的重要环节，是适应新实际社会发展要求，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，了解社会，增长才华，是青年学天生长成才的正确道路，是青年学生应用所学知识和技能，发挥聪明才干，积极其社会作贡献的重要途径。

暑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。利用假期参加成心义的社会实践活动，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，在实践中进步自己的能力，这将为以后走出社会打下坚实的基础！

年轻，是我们值得自豪的资本，这个时代注定要我们往首创一片完全属于自己的天宇，成为瞬间飞逝的流星，把短暂的生命定格为永久。而这一切的一切，需要我们用行动把空想变成现实，用实际行动证明！

在重视素质教育的今天，大学生假期社会实践作为增进大学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长成才的重要举措，作为培养和进步学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直以来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。暑假期间社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推动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、锻炼才华的有效途径，更是大学生服务社会、回报社会的一种良好情势。

步进大学就即是步进半个社会。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，我们深深地熟悉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进社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中往，才能使我们发现本身的不足，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，凸显大学生的本身价值。今后的工作学习中，不断的扩大社会实践活动范围，发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气力，为社会创造了新的财富。

对对我这自小没靠自己能力赚取一分钱而言，暑期打工实践是我人生的一次重大突破和学习体验的机会，所以经朋友先容，我到了xx-xxx往当了一位广告推广员。

开始一切都毫无头绪，书本上学到的知识在实际中应用其实不是很多对客户资料弄得乱七八糟，对一些合作内容也是不甚了解，还好有同事的耐心指导帮助，加上自己虚心听教、努力干事，渐渐的我便把握了一些技能，也渐渐适应了这类繁忙而充实的生活。

拿到第一笔工资时，固然觉得有些累，但我还是感到特别开心。我总算领悟到了打工的“真理”：一要吃苦，二要脸皮厚。还有一些为人处事的经验。

在社会上要善于与他人沟通。如何与他人沟通好，这门技术是需要长时间的练习。之前没有工作的机会，使我与他人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很为难的。人在社会中都会融进社会这个团队中，人与人之间协力往做事，使其做事的进程更加和谐，事半功倍。他人给你的意见，你要听取、耐心、虚心肠接受。

在工作上还有有自信。自信不是麻痹的自诩，而是对自己的

能力作出肯定。社会经验缺少，学历不足等种种缘由会使自己缺少自信。实在有谁一生下来就甚么都会的，只要有自信，就可以克服心理障碍，那一切就变得轻易解决了。

知识的积累也是非常重要的，知识如同人的血液、、、人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。这次接触的广告业，对我来讲很陌生，呀想把工作做好，就必须了解这方面的知识，对其各方面都有深进的了解，才能更好地利用于工作中。

打工的日子里，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，或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类感觉，但总的来讲，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。

时代在进步，社会在发展，而随之而来的竞争也非常严重的摆在了我们的眼前，现代社会所需要的已不再是单纯的知识型人才。时代赋予人才新的定义：不但能够驾驭新科技，具有创新意识，更要有将科技利用于实践的能力。

作为一位新世纪的大学生，应当晓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留意到社会实践，社会实践必不可少。究竟，几年以后，我已不再是一名在校大学生，是社会中的一分子，要与社会交换，为社会做贡献。

通过这次社会实践的磨练，我深深地熟悉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进社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中往，才能使我们发现本身的不足，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，体现大学生的本身价值。

实践活动固然时间不长，但这只是一个开头，从现在开始我要不断接触社会，多往实践，了解国家政策，国家基本国情，不断寻觅本身的不足，不断进步自己的能力，为我国的发展做出自己具有的贡献，服务社会，服务他人，创造更多价值，实现本身的价值。

这次实践让我明白社会上事情其实不是我们这些年轻人想象中的那末简单，不能像之前一样还有些自以为是，实在我们还有很长一段路要走，我们要经过更多的磨练才能变得更优秀，变成一个合格的大学生。

推荐更多大家喜欢浏览的社会实践文章给大家参考：

大学生暑期工厂社会实践报告

中学生社会实践报告1000字

中学生社会实践总结

初中生暑假社会实践报告（2015暑假版）

社会实践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。

在现今社会，招聘会上的大字板都总写着“有经验者优先”，可是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的走向社会，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题记得老师曾说过学校是一个小社会，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，但你得去面对你从没面对过的一切。记得在我校举行的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的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，理论学习的很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到的，而实际工作中，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简单的问题，只要套公式就能完成一项任务，有时候你会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学的那么吃力呢？“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。每个人都有自己的生活模式，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。

虽然在实践中我只是负责比较简单的部分，但能把自己在学校学到的知识真正运用出来也使我颇感兴奋！在学校上课时都

是老师在教授，学生听讲，理论占主体，而我对知识也能掌握，本以为到了企业能够应付得来，但是在企业里并没有想象的那么容易，平时在学校数字错了改一改就可以交上去，但在工厂里，数字绝对不可以错，因为质量是企业第一生命，质量不行，企业生产就会跟不上，而效率也会随之下降，企业就会在竞争的浪潮中失败。

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，那么你一定不会交到很多朋友。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。不论做什么事情，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。寒假虽然只有短短的一个月，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 and 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。

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。

## 心得二：社会实践心得体会3000字

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，也有了新的挑战，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己，才能在竞争中突出自己，表现自己。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是那不会，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、如何处理好人脉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数，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。

### 心得三：社会实践心得体会3000字

通过这次下乡活动，我受益非浅，我明白到农村缺少的是教育与信息，同时这也锻炼、提高了我的综合素质。这虽说是我第一次参加社会实践，但我认为将会对我以后的学习起到重大作用，我坚信一个合格的大学生必须要有很好的实践能力，同时也希望同龄人们珍惜青春，用无限的青春创造无限的美丽。

“通过做事和与周围的人比较才能发现自己的不足，才知道怎样去提高”“如果想做就用心地做好，我相信只要用心了你便有收获！”这是我在这次三下乡活动中感悟得到的。在

支赴共青城实践服务队里虽然很辛苦，但是我们既然选择来这里就应当克服一切困难，这才能体现我们当代大学生在将来的竞争中更能适应社会的能力。这忙碌的七天“三下乡”的实践活动，觉得只是刹那间的转瞬即逝心中真有些不舍。在这七天里总有辛酸与欢笑。我印象最深刻的就是受到了当地领导和村民们的热情的款待和欢迎。我们队伍也搞了一系列宣传等方面的活动。给予当地村民深下了很好的一个大学生的形象。做为一名当代大学生的我们也以一个大学生的具体行动证明了我们的一切。我们都感到无比自豪。

我们此次三下乡队伍有2位老师，十几名学生。大家既明确分工，又必须紧密协作，每一个人都是团队不可或缺的一分子。能够在这样一支营队中，我感到非常的开心，同时也给我不小的压力。总体上说，我认为是成功的。“成功”，不光是说活动开展的好，而是每位同学都多少知道了些现在的社会没有知识、没有社交主动权，是不能够适应这个社会的。每位同学都积累了一定的社会经验，懂得了怎样与人相处，切身体会到了“科学发展观”的现实意义。参加三下乡有一个重要的目的，就是培养在校大学生的社会实践能力，所以我们这个团队非常注重个人能力的提高。在这几天能学多少就学多少，自己学到的东西才是真正的东西。在服务社会的同时实现自我的成长，是当代大学生的历史使命。

在下乡的七天时间里，我们做了许多，走访、座谈、参观学习、交流体悟。这短短七天的实践路途并非一帆风顺，相反却是坎坷前行。这其中最大的困难莫过于语言不通，难以交流。在问卷调查时我傻眼了，农户表现出的热情让我们很开心，但他们无法使用普通话与我们交流让我们的交谈甚是艰难，复杂的方言着实让人难以理解，集合归队的时候我们只做了全队最少的2份问卷，与另外两个小组差距很大，让我们小组两人心里始终不是滋味。不过的失落并没有挫败我们对实践的热情，通过总结我们怎么与村民交流才能取得更好的效果，在之后的活动开展和调查的继续进行中起到了很好的效果。实践出真知，古人诚不欺我也。只有亲身参与经历实

践，才能获得更多的知识和收获，不断完善自身。真正意义上的锻炼自我，以在将来的工作中更好的服务他人。

七天如白驹过隙般划过。暑期“三下乡”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。说起我们这些大学生，空有书本知识，到基层锻炼的机会是非常少的，但是基层的确可以锻炼人，能将人的优秀品质充分展现。基层是苦，条件是差，可谁都知道“梅花香自苦寒来”的道理，况且基层是那么需要那些有知识，有能力的大学生去贡献力量。能参加这次暑假“三下乡”社会实践活动，我深感荣幸。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经受风雨，见识世面，增长才干，以实际行动去实践和谐社会宣讲。七天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。共青城给我们留下了美好的回忆，留给我们的不仅仅是这一片富饶而美丽的土地，更是当地人的勤劳、豪爽、热情的生活作风，在告别了当地的父老乡亲们，我们又将背上行囊，返回学校，走入一个新学期的开始。通过这次活动，我认识到：基层需要大学生，大学生也需要到基层去，基层的锻炼，可以不断地增强我们的实践能力，这样才能成为一名合格的大学生。

能够在这样的一支队中，我感到非常的开心，同时给我也不小的压力：同学们在活动中学到的比我多，我要不断的进步才不会被他们落下。从活动的总体上来说，我认为是成功的。“成功”：不是说活动开展的怎么怎么好，而是每位同学都多少知道了些现在的社会没有知识、没有社交主动权，是不能够适应这个社会的。可能对于一部份同学来说，他们的成功就是三下乡拿了一本证书，可以加点分数。我认为参加三下乡为的不是别的，为的就是以后可以更快的适应这个社会，所以我们这个团队更注重个人能力的提高，在这几天能学多少就学多少，自己学到的东西才是真正的东西，这些证书没有得到并不代表着自己三下乡是白去的，只要自己认为在活

动中有学到东西就足了，怕的就是什么都没有学到，浪费了那么多的时间啊！

随着社会的发展，人们的物质生活有了很大的提高，而精神文明却一直处于低谷。作为大学生的我们，不仅没有很好的接受文化的熏陶，反而在生活中不断受到陋习的影响，渐渐变成心高气傲。也许在很多大学生看来，大学文凭就是一张通向幸福的万能卡，有了这张证明，生活必定无忧，可就是因为这种不健康的心态，不学无术成了一种“时尚”。迫于生计，不学无术的这部分人最容易忽略的就是诚信。殊不知诚信是人性中最优秀的品质，它是成功背后坚强的后盾，拥有了它就像一枚小小的火柴能燃亮星空，就像一粒不起眼的种子成为参天大树。

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。暑期实践已告一段落，面对不可知的未来，我会汲取暑期实践的经验，锻炼提高融入社会的能力。尽管前面有鲜花，也有荆棘，但我必将义无反顾，勇往直前，将自己的能力展现出来，为社会贡献出一份属于自己的力量！

我在这次三下乡中明显提高了以下几点：

### 一、主动提问

我当学生干部的日子也不少，就是不好意思主动的去找一个提问，有点害羞。

但自己当了这队长之后，不论什么事情自己都得出面，他们有问题就问我，有难点就向我提，而我也是学生，也会有问题，在这儿老师不在的时候我就相当于是老大了，什么事都要解决，不会了怎么办呢，只有自己去问啊，就这样，我在同学们问我之前先向老师或者是当地的负责人了解过来，这样一来，活动开展得顺利，同学们也就都有了信心。

## 二、关心他人

以前都是有活动了大家在，开展结束了就自走自的了，从来没有说还要在一起那么多天的，通过这一次，我知道了原来关心他人也是交朋友的一种方式。

## 三、不断的学习新知识

在现在的社会知识时代，不能够快速的学习新事物就会落后，这次活动让我是亲历了一回，没有新的信息就不能够更好的开展活动。只有不断的学习才行，这一点是主点，能够在活动中得出这来，是我最大的收获了!!

篇一：

转眼之间，迎来了我大学生生活中的第二个寒假，为了不虚度光阴，充实历练自己，我决定这个寒假期间在我父亲的单位——江西省鹰潭日报社新闻采访部实习。采访这个工作看起来简单，似乎只要动动嘴就可以了，其实不然。要做好一个采访，必须事先选好采访对象，想好一个主题，还要列出具体的采访问题。当然，这些仅仅只是采访这一诺大工程的几个主要部分，另外像准备好采访的设备工具，例如录音笔，摄像机，记录本等等也是不可或缺的重要章节。然而，这些只是前奏而已，新闻采访最关键的是把采访的过程记录下来，编纂成稿，经过反复推敲后，始成一篇暂新的新闻采访报道。

在此期间，我跟着前辈们做了几个专题采访，例如：信访局应如何做好数字化管理；提升龙虎山的旅游魅力；企业如何留住人才；农民工也要“理加薪”等等。其中，给我印象最深的，也是准备工作比较充足的专题是“企业如何留住人才”。

莫让“跳蚤”毁了公司

“跳槽”本指牲口离开所在的槽头到别的槽头去吃食，如今多比喻人离开原来的工作，另谋高就。如今跳槽的现象日益频繁，“跳蚤”们愈来愈多，尤其活泛于白领阶层中，而跳槽多发于年终。岁末年初，人才市场迎来了最火爆的季节，跳槽大军异常活跃。有些员工为年终奖节后跳槽，而在此季节，正是各个企业绩效考核的关键时刻。按照业绩兑现，然后跳槽，这似乎成了企业一些员工的年底“三部曲”。人才跳槽，对被“挖墙脚”的企业来说的确是一大损失，如今跳槽之风蔓延到骨干阶层，甚至集体跳槽，因而彻底毁掉了一家家公司。对人力资源管理者、企业的领导们来说，如何留住人才，不让“跳蚤”们毁掉“江山”已迫在眉睫。针对年终频繁的跳槽现象，不管是出高招，抑或是实属无奈，企业倒是想出了一些应对之策，比如缓发年终奖。

然而，缓发年终奖绝非长久之计。由于企业实施缓发年终奖，据专家预计，到三四月份将出现新一轮跳槽高峰。企业要想留住人才，靠扣工资或者分发奖金等措施是行不通的，而应该站在雇员的位置上换位思考，彻底改变传统的思维模式，以应对越来越趋于成熟的人才市场的流转机制。

“治病”也得“对症下药”，跳槽的症结出在哪，乃首要问题。员工“跳槽”主要有以下八大理由：“创业式跳槽”，员工有目的的到有关的企业走一圈，了解行业情况，熟悉行规、制度、技术、成本等各项指标，为自己创业打基础。“发展式跳槽”，公司的发展目标与个人的发展目标不一致，或个人的发展空间受到影响，为个人的发展前程而跳槽。“挑战式跳槽”喜欢向新的领域、新的岗位、新的高度、挑战、冲刺，永不服输式的主动跳槽。“选择式跳槽”，在一些特定领域选择不定，如公务员、事业单位还是企业，企业中如国企、外企、民企还是合资企业，故而频频跳槽。“‘钱’途式跳槽”，以金钱为目标，追着高工资走，谁钱给得多，上谁那去。“感觉式跳槽”，跟着感觉走，感觉好就干，感觉不好就走，美其名曰“顺其自然”。“习惯性跳槽”，有的员工跳槽上瘾了，人熟了，环境熟了，没有

新鲜感，烦而无味，就想换个工作。“被动式跳槽”，在公司和领导或员工闹矛盾了，或出了差错，自认为混不下去了，所以换了工作。

总之，只有了解员工“跳槽”的原因和想法，才能为公司制定对策，留住人才打下基础。而在“知其因”后，必须采取相应的措施，解决实际“跳槽”问题，留住人才，保住公司实力。

应对之策须“双管齐下”，“事先”和“事后”都得做好。“事先”比如招聘时应注意有跳槽倾向的员工，在提问或测试中增加这方面的问题，决定聘用后，要明确合同关系，建立离职的约束机制等等。

“事后”工作极为重要，管理得当，才能留住人才，壮大自身，增强竞争力，处于不败之地。而企业之间的竞争，最终又取决于人才的竞争。一个具备竞争力的企业，必须留住关键性人才。留住人才就得尊重人才，从待遇上留人、从感情上留人、从事业上留人。

首先要赏识和正确评价一个人的才能。要尊重人才，挖掘人才，使人才有广阔的用武之地和发展空间。不能在需要用人时花大价钱在外面招，却忘记平时在企业内部挖掘人才、培养人才，应做到未雨而绸缪。

其次要善用人才。看到员工有才能，就要知人善用。一个人只有被放在他所适应的位置上，他才能得心应手，正常发挥自己的专业水平，反之，则会处处被动，感到怀才不遇，甚至对公司产生误解，丧失工作热情，最后离开公司。善用人才，就应按其才能和特长，安排适当的领导岗位、聘任技术职务，使人才有价值认可感、信任感；给任务、压担子，让人才攻关键、解难题，使人才有成就感；表彰奖励有重大贡献的人才，使人才有光荣感；待遇从优，使人才有幸福感、满足感。这样才能充分体现只要你能干，机会就一定多；只

要你肯干，收获就一定多的人才观。如果一个企业是做多做少一个样，做与不做一个样，服从与不服从一个样的状况，那么人才流失就是必然的事。企业唯有使人才感到值得留下来，他们才会心甘情愿地付出聪明才智。

再者，最关键的是提高物质待遇。只讲重视，不讲待遇，不是真正的重视人才。在市场经济条件下，工资是引导人才流向，控制人才流量最有力的杠杆。因此，企业应制定真正体现按劳分配原则的分配制度。员工在为企业创造效益后，除了享受工资、奖金等基本待遇外，还应享受养老、失业、医疗、工伤、住房公积金等福利待遇，企业理应为职工解除后顾之忧。只有这样，才可以使人才安心工作，满足人才生活需求和安全需求，从而稳定队伍，加强凝聚力。

完成初稿后，我把稿子拿给编辑部主管看，经过几番修改，字词推敲，通顺语句，完善结构，这篇采访报道总算可以见报了，我的心情自然也是颇为激动，因为我顺利完成了工作任务。拿着稿子，我有一种欣赏自己“杰作”的美妙感觉。更为重要的是，我领悟到，无论何种工作，要做好，都得花费一番工夫，一分耕耘一分收获，没有付出，就没有回报。我们当代大学生，只有树立正确的就业观和工作观，选择适合自己并能服务于社会又有意义的工作，认真工作，不断学习，“干一行像一行”，而非仅仅将目光盯在“月薪”和“领导管理层”上，自身却“眼高手低”“好高骛远”，有一技之长并用心工作，这样才能在形势严峻的人才市场中找到“一席之地”并有所建树。

社会实践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。

“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。每个人都有自己的生活模式，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。

虽然在实践中我只是负责比较简单的部分，但能把自己在学校学到的知识真正运用出来也使我颇感兴奋！在学校上课时都是老师在教授，学生听讲，理论占主体，而我对知识也能掌握，本以为到了企业能够应付得来，但是在企业里并没有想象的那么容易，平时在学校数字错了改一改就可以交上去，但在工厂里，数字绝对不可以错，因为质量是企业第一生命，质量不行，企业生产就会跟不上，而效率也会随之下降，企业就会在竞争的浪潮中失败。

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，那么你一定不会交到很多朋友。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。不论做什么事情，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。寒假虽然只有短短的一个月，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 and 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人际能力。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。

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。

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。

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。

“有一种生活，你没有经历过，就不知道其中的艰辛；有一种艰辛，你没有体会过，

## 社会见闻 手术室见习心得体会报告篇七

寒假社会实践是我们大学生充分利用寒暑假的时间，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，实现书本知识与社会知识的更好结合，帮助我们树立正确的世界观和人生观。

另一方面，当我们走出校园，踏入社会开始开始展现自我的时候，我们需要一定的社会经验，没有足够的经验，直接出来闯社会势必要吃很多的亏，但是我们在校园的时候，大部分的时间都在学习，要想得到更多的经验，利用寒暑假的时间来进行社会实践，无疑是最好的选择，而且，国家为全面推进素质教育，培养出适应新世纪社会发展要求，全面发展型人才，并且加强爱国主义，社会主义教育，不断号召大学生积极投身社会实践，深入群众，了解社会，争做社会主义新青年。

本着“了解农村，体验生活”的目的，我报了这次社会实践活动。我想通过这次的实践活动砥砺自己的意志；通过感受农村的艰苦生活，培养自己吃苦耐劳的品性；通过不断地反省，改变以前不好的习惯。总之，一定要收获生活的，社会的方方面面的经验。

20xx年1月4号，我们七个人（杨方益，宫明，宣继岩，周晓玥，李冬梅，李迎春，还有我）开始出发，坐上汽车，远离城市，东北乡村的景色慢慢呈现在我们眼前，一眼望去，目力所及之处都是白的，庄稼地里已经看不见什么农作物了，

我们在车上的时候，几个农村的叔叔伯伯在谈论着最近发生的新鲜事，一个个眉飞色舞，我就在旁边认真的听着，观看着现场版的“东北电视剧”，特别有意思，人人都说东北人豪爽，有啥说啥，直性子，一点没错啊，他们的喜怒哀乐真的可以从脸上看出来。

汽车就这样行驶在乡村的公路上，我们面对着新的环境，一个个都特别兴奋，好像就一转眼工夫，我们的目的地——大堡村，到了。一下车，暖暖的太阳就照在身上，虽然身上还是有点冷，但是看着大伙四处张望的眼睛，还有那好像使不完的精神劲，就觉得身上暖和好多。看天色，应该还有几个小时才天黑，赶紧找了个旅馆，我和冬梅住一个房间，简单休息之下之后，几个人趁着天色还早，赶紧到外面转转，熟悉一下周围的环境。

东北农村和南方不一样，这边农村屋子都只有一层，而且屋子面积很小，大概是为供暖来考虑的。可能这边新农村建设比南方要好，这里的屋子都是很整齐的建在公路两旁，看着很美观，比起南方农村的参差实在是好很多。拍完几张相片，和伙伴们边走边唠，一直在公路上走着，天色暗下来，就会旅馆休息了，这天晚上早早就睡了。

5号是安排参观当地的宏信小学，当时也是为了不打扰小学生上课，就选了个星期天，学校不大，操场大的不得了，我们去的时候操场上的前面一点的地方还有很多没有清扫的积雪，听当地的人讲，这所学校是一个商人资助才建起来的，我们到处走走，没多长时间就逛完了，总体感觉这所学校还不错，在农村有这样的一所小学已经很不错了。下午没啥事，大家又忙着四处看看，毕竟向我们这些南方的孩子很少有机会看到北方的农村的。

而我呢？已经是大学生了，有时候还向爸爸妈妈撒娇，到现在竟有时候也把自己当做小孩，我是不是该好好反省了？做完问卷调查以后差不多也到了十二点多了，大家一起吃完午

饭，开始统计问卷结果，整理好所有资料之后，就到了返程的时候了，这次社会实践就算是圆满完成了。

据我们了解，政府在民生方面的投入越来越大，而且新农村建设的步伐也越来越快，特别是在党和国家的关怀下，给予农村很大的帮助，像医疗方面实行农村合作医疗，教育方面实行九年义务教育，再过几年就要普及十二年义务教育，农业方面早已免除农业税，现在国家为鼓励农民种粮，还推出很多补贴，像农机补贴，粮种补等等。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”通过这次社会实践活动，自己亲自了解了农村的各方面情况，有了深刻的感触，这不仅是一次实践，更是一次人生经历，是一生的宝贵财富我学到了很多，觉得现在确实要好好的读书，为着将来更好的回报祖国，服务社会打下坚实的基础。

20xx/2/25

唐玮璐

## 社会见闻 手术室见习心得体会报告篇八

为期两天的社会调查终于结束了，关于对华硕笔记本电脑消费购买行为的调查，虽然它的时间很短，但我很匆忙，很辛苦，但是她是我初步了解到了笔记本电脑的一些知识，让我知道了怎么与他人进行交流与沟通。经过这次社会调查，我真的受益很多，看着我们准备好的调查问卷全部填完，也多少有些成就感。

调查的时候，我们也为之做了很多准备工作，用什么方法调查我们讨论了很久，最终确定用问卷调查，小组开会分工各自的任务，准备问卷，查找相关的资料，还找来了有过问卷调查经验的同学给我们讲解，现在虽然很有成就感，可是那天感觉大不相同呀！那天，我们带着准备好的问卷来到了百

脑汇的三大出口。开始的时候有些人以为我们是属于商业行为，所以不愿意接受，可是当我们说明来意，他们还是接受我们的问卷。但总是有一些人以没有时间为借口拒绝了我们。我个人觉得，接受问卷不会话费你2分钟的时间，为什么不愿意给我们行个方便呢？这真的让我想事情不能太天真！尤其是进入社会！

通过这次问卷，我总结了以下几点经验：首先，问卷的制定要有针对性，问题的设置要便于被访者接受。

同时，要采用询问的方式，他答，我记录。然后，问卷时要热情客气，问卷后要表示感谢。最后就是问卷的整理工作，数据要准确，客观做出分析，评估。最后，我想说的就是，我们已经是大学生了，从某种程度上来说，大学就是半个社会，我们要学会如何与他人之间的交流与沟通。重要的是，我们在大学学到知识同时，要学会“学以致用”。将理论与实践相结合，多接触社会上实际的东西，而不能停留在自我的，纯粹的理论中，尽可能拓展自己的知识面，为以后自己真正的迈向社会做好准备，才不会被这竞争激烈的社会所淘汰！

暑假期间，我把问卷带回了家里，打算利用这个假期在我们市里面几所高校里面做一些调查。正好我也有一些初中、高中同学也在市里面上大学，有些事情可以找他们帮一下忙。

我们学校一放假我就赶着回了家，休息了一天然后就开始联系以前的一些同学，正好他们没什么事，也不忙着回家，所以都还在学校。于是我就和他们约好了，说第二天去找他们，就这样开始了我的工作。

第二天，我起了一个大早，抱着那一大叠问卷来到了市里面的一所大学。然后找到了一个高中的同学，他把我带进了他们学校，先去了他们寝休息了一会，他的几个同学也在，也都还没回家，我把我的去意向他们说了一遍，希望他们能帮

一下忙，他同学也欣然答应了，每人帮着填了一张问卷。他们做得很认真，不懂的时候还问我该怎么做。我也一一给他们解释。

休息好了我就开始了调查工作，那个同学也愿意帮我忙，他说反正也没有事情做，闲着无聊，我也答应了。我们来到校园里，虽然放假了但还有些同学没有立即回家，有的是留校，有的是车票买迟了点。我心里暗暗高兴，以为人多可以很快把调查问卷做完，没想到遇到了不少尴尬的事情。

前几份问卷做得还挺顺利的，我以为万事大吉了，没想到高兴得太早了，接下来十多个同学都以有事推脱掉了，有的是带有一丝歉意，有的是不屑一顾的眼神，有甚至是一句话也不说直接与我们擦肩而过，刚开始的激情下子就被一盆冷水浇灭了，而这时同行的同学也给我打气，叫我不要气馁，我也最终坚持了下来，中午休息了一下，下午继续做剩下的，最终做完了30多张问卷，但还剩下10多张。

接下来的一天里，我又去了另一所大学，做完了剩下的问卷，所遇到的情况也和第一天差不多。但感觉好多了，毕竟经历过一次了，第二次也就没有什么了。

在选代表性题目来进行数据分析时，我们组员发生过争执，但最终我们通过举手投票方式确定下了5个代表性题目。

在进行数据统计时，在对运用什么软件时也进行了小小的讨论，但后来还是运用了excel因为相对而言对这个软件我们都要熟悉一些，而其他软件不但平时没用过就连听也没听说过。所以为了方便，我们还是选择了excel用它将我们统计的数据理整出来。然后对数据进行分析总结。

总的说来，在我们所做的工作中遇到过困难，遇到过尴尬的事情，但我们都一一克服了，在些次调查中我也认识到了只有团结才是力量，团队的力量是强大的，是不可战胜的。我

也在当中学到了许多东西，如交际沟通的能力，团队协作的能力等方方面面。总之，这是一次意义非凡的一次考验。

学号：08380430 姓名：袁

## 社会见闻 手术室见习心得体会报告篇九

经过三年的会计专业学习，我即将学完会计专业的全部课程，掌握了会计基本知识。按照学校和课程的安排，本着理论联系实际的指导思想，本人于\_\_年\_\_月，在\_\_建筑安装工程有限公司财务部，进行了为期两个月的专业实践。在这两个月的实践中，我学到了很多在课堂上学不到的知识，受益非浅，体会颇深。以下是我的毕业实践报告。

### 一、实践单位简介

会计实践是我从大学校园踏入社会的第一个舞台。为了将有关会计的专业知识、基本理论、基本方法及结构体系变为自身的职业素质，避免纸上谈兵。因此，我根据所学专业 and 职业爱好，选择了在阳光建筑安装工程有限公司实践。阳光建筑安装工程有限公司始建于\_\_年，是一个注册资金150万，包括建筑安装、水泥构件制造、装饰装修国家建筑三级资质小型企业。公司多年来以深化改革，开拓发展为指导，以加强内部管理，提高经济效益为目的实体公司。公司采用先进的管理方式，凭借高素质的专业技术人员和丰富的生产经验，曾经圆满完成了2座4层办公楼，14栋居民住宅楼的建筑安装；装饰装修了4个容纳200人左右的中型会议室以及多个多样式多风格的居民住宅、工厂中央控制室、文化活动中心等工程。公司内部采取分类管理，层层承包，实行年度目标管理合同制的经营管理模式。公司财务部设有材料会计、成本会计、销售会计、总账会计、税务会计以及出纳等岗位。该单位曾多次被县市及上级建筑建设管理部门评为“优秀企业”“质量信得过单位”等，为当地的经济发展和生产生活做出了一定的贡献。

## 二、专业实践过程实践的基本情况

会计专业作为实践性、应用性很强的一门学科、一项重要的经济管理工作，是加强经济管理，提高经济效益的重要手段。在实践期间，我主要学习了一些会计日常业务处理、银行及税务相关工作处理。在日常会计业务处理中，公司主要利用用友财务软件进行会计处理，同时也借助单位网上银行进行收付款业务查询及处理，在税务处理工作方面，主要利用税务局相关软件进行纳税管理，如登录网上办税大厅进行纳税申报以及税收抵扣等业务。在处理日常经济业务方面，主要利用用友财务软件，针对实际发生经济业务性质进行会计处理，编制会计凭证，进行审核记账等。在实践中，针对会计学的基本原理，实践和掌握了会计流程。

### 2、实践的会计岗位

在实践过程中，我先后从事了材料记账、成本核算、出纳等岗位。用财务部领导的话来说，就是上重点岗位，多方面理解财务核算本质，领悟经济管理内涵。在财务部安排的会计老师的指导下，我做到按时上下班，认真处理每项具体业务，慎重填写、计算每一张报表，账单中的每一项科目。公司日常的经济业务通常是材料的采购——入库——发放(出库)——库存盘点，还有水泥构件的销售。在进行采购业务处理时，进行了编制采购入库单，并核对采购数量、金额及税额等；销售业务方面，主要是对于应收账款的核对，根据实际发生以及相应回款进行收款或转账凭证的编制并审核记账等。在采购与销售方面的实践工作当中，我按照老师的要求和指点，在制单处理方面特别细心，注意核对供应商以及客户往来，以免在进行项目核算时发生串户。除了采购和销售业务，日常经济业务还包括通过单位网上银行进行付款业务，并在受到银行回单后，利用用友财务软件进行应付账款核算。

### 3、实践的重点任务

在实践的过程中，重点任务有三项：

第一，成本及费用的核算。

建筑企业产品生产成本的构成，主要包括建筑(生产)过程中实际消耗的直接材料、直接工资、其他直接支出(如运输、机械等)和建设(生产)费用。成本核算主要包括建设(生产)费用核算和建设(生产)成本核算，建设(生产)费用核算，是根据经过审核的各项原始凭证汇集建设(生产)费用，进行建设(生产)费用的总分类核算和明细分类核算。然后，将汇集在有关费用账户中的费用再进行分配，分别分配给各成本核算对象。建设(生产)成本的计算，是将通过建设(生产)费用核算分配到各成本计算对象上的费用进行整理，按成本项目归集并在此基础上进行产品成本计算。如本期开工的项目本期全部完工，则所归集的费用总数即为完工项目成本。如果期末有尚未完工的在在工程，则需采用适当方法将按成本项目归集起来的各项费用在完工项目工程和在项目工程间进行分配，计算出完工项目工程的成本。在实践过程中，对于进行成本核算的原始凭证主要是收料单、领料单、产成品交库单，月末盘点表等。同时，在进行费用归集的时候，对相应的发票进行了计入费用。

第二，财务报表的编制。

根据公司的规定，每个月的月底3天和次月月初2天是公司出具财务报表的时间。总账会计即主管会计，主要负责公司主要财务报表的出具。在实践期间，我主要学习了资产负债表、现金流量表、损益表、利润表、所有者权益变动表以及各种附表，并对财务报表进行分析，计算出本期应纳税所得额并进行纳税申报。通过编制财务报表还能对公司的资产负债率以及销售利率等财务指标进行分析。财务报表一式十份，固定的是三份，上交给国税及地税各一份，本公司自己留底一份，其余呈交公司正副经理和有关项目部。

### 第三，发票和支票的开具。

公司财务部还设有出纳及增值税(水泥构件用增值税发票，项目工程用建筑发票)发票开具处，出纳主要管理日常现金收付业务，编制现金及银行存款日记账等，开具收款收据以及票据的办理，专用收款收据需到税务局领购，且每次只能购买一本。通过出纳岗位的实践，我还了解到真实的现金支票、转账支票的开具以及银行承兑汇票的办理。在增值税专用发票的开具中，必须核对单位的每一项税务信息，包括税号、名称、电话、地址等，在开具过程中，必须真实准确，如发生错误的增值税发票，需向税务局提出申请，开具红字发票等。

### 4、实践的特殊内容

在实践的过程中，我接触了一项较为特殊的内容，就是税务。税务处理是公司财务处理的重要部分，主要是公司税务的申报(包括增值税、所得税、房产税、车船使用税、印花税等)以及办理公司税务的缴纳、查对、复核，办理税务登记及变更事项，编制相关税务报表以及相关分析报告，申请开具红字发票，办理相关免税业务等。在实践过程中，我们主要利用网上办税大厅进行申报以及增值税认证抵扣，利用进行税务报表的填制，并对于本期应交及未交税金进行查对和复核。

### 三、实践的心得与体会

通过本次实践，使我学到了在书本上学不到的财务知识，基本掌握和接触了各类财务报表、凭证和账册。学到了在学校体会不到的会计岗位，流程和人际关系。通过本次实践，开阔了视野，丰富了知识面，为毕业投入实际工作打下良好基础。对此，我具有以下体会：会计人员必须具备较高的专业素质和敬业精神。作为一名会计人员，可以说掌握着企业的经济命脉，直接关系到企业经济的正常运行，保证着国家有关经济政策在该单位的贯彻执行。因此，工作中一定具有良

好的专业素质，职业操守以及敬业态度。会计部门作为现代企业管理的核心机构，对其从业人员，一定要有很高的素质要求。