

大二社会实践心得体会成长(通用17篇)

学习心得是对自己在学习过程中的收获和感悟进行总结和概括的一种重要方式。如果您正在写实习心得的过程中遇到困惑，以下是一些实用的写作指导和方法分享。

大二社会实践心得体会成长篇一

寒假时间段，有很多的人辞职回家准备过年了，但是工厂的上班还有段时间，这个就会缺劳动力，所以我一个只做一个月兼职的学生他们工厂也收。我进的这家工厂是叫xx电机厂，他们做的主要是线性马达的生产和组装，人事刚带我到分配的车间的时候就跟我说我的这个工作没有什么难度，只要细心和有耐心就能够胜任了——我做的是给马达焊锡。简单地介绍的话，在这条流水线上，我上面给我的是的马达的空壳和线圈，我要做的就是讲着两个放好，然后送进，让机器用锡给这两个焊接好，保持供电流畅就行。

我记得我刚进来的时候，是一个女的组长教的我，说把马达壳放进机器对好位置，按动机器的启动按钮就好。虽然组长说的简单，但是我实际操作的时候就发现难度有点大了，因为机器不可能一成不变的，所以开启这它就会有点偏，对好位置了，机器也会给它焊偏了，这样就会是供电不流畅，只能算次品。所以我要自己把握，手动调整位置。这还是算好的，可怕的是弄着弄着锡线圈突然乱了，直接打转直至断了，这种情况我也不知道怎么弄，叫了几次检修的师傅，它嫌太烦就不理我了，幸好我旁边的小哥帮我，还教会了我处理锡线断了的情况。最可怕的就是因为机器用久了就会故障，轻度的问题旁边的小哥教会了我处理，后面我就自己带戴着手套去处理，大的只能请检修师傅过来。可是这个样子不免就会耽误进度，下面的工位就会因为缺东西做不停催我，上面一道程序则是送了一大堆马达壳堆在我这里让我做。机器修好后我就必须得马不停蹄地做，一个晚上都得不到休息，站

脚都酸死了。好在后面做的时间长了，经验也就丰富了，渐渐地能适应各种工作了这才渐渐地变得轻松了。特别是有时候我的工作做的差不多的时候，上面还没来货的时候，我会减慢速度，不让自己无事可做，这样可以不用被领导骂，这是我的一点小心思，哈哈。

这次实践虽然只有一个月多几天，但是给了我一定的工作经验，辛苦的工作磨炼了我的意志。其中最大的收获是告诉了我，不好好读书，只能出来做这种十分辛苦的工作，那种累真的是做了再也不想碰的工作，所以一定要好好学习！

大二社会实践心得体会成长篇二

爆竹声声迎新春，锣鼓喧天辞旧岁。新年的钟声已送来了春的暖意，转眼间我又回到了校园继续我的大二生涯。今年寒假我收获了许多，本着对艺术的爱好，我并没有象其他大学生那样选择一些企业，社区参加活动来提高自己的社交能力，而是依旧参加了一些和自己专业有关的活动。非常荣幸能找到这么多锻炼自己的舞台，能让我把平时在学校里所学的真正用到舞台上。在这x个多月里，我大部分时间是参加舅舅乐队里的一些流动演出，特们是一支由下岗工人自发组织的民间乐队。承接各种开张庆典，红白喜事等，每位队员素质并不高，却有很高的积极性和全方面的组织能力。由于自己上高中起，就参加了此队伍的很多演出，所以它让我一次次地感受到赚钱的艰辛，领略了外界的复杂与是非，更让我懂得团队精神以及该怎样加强人与人之间的合作与沟通。其次，我也参加了一些小中型的商业演出和公益活动，从中受益匪浅。

这是一次别开生面的由xx电视台[]xx广播电视报的工作人员们自导自演的一台精彩纷呈的晚会，这次演出我作为一个非广电系统人员也有幸参加了，让我感到特别有意义和很新颖的是：我和20xx年唱响xx的几位好朋友一起代表承办网络赛区

的电视报出了一个歌舞节目——《和未来有约》，由于自己的专业是民族唱法，所以这次改唱通俗感觉特别新鲜，能和这几位好伙伴一起代表网络赛区也真是莫大的荣幸。而由电视报的老师带来的《千手观音》等更使人觉得耳目一新，让大家觉得这些新闻工作者的才华横溢。

作为一个大二的学生，在这些老师身上，我感受到要是在做好自己分内的事情外，再拥有其他才艺是件多么美妙的事情！再次就是我还参加了家乡镇里的一个闹元宵文艺晚会，政府承办这台晚会，一方面活跃了家乡的文艺生活，另一方面也给了我一个良好的学习实践机会，我甚至认为这是一个给父老乡亲作汇报的机会，意义和商业演出也就自然不同了。

总之，在今年寒假里，我有虎不尽的收获与乐趣，这也是我在大学生生活里少有的插曲，作为一个大二的学生，不但很荣幸能参加诸多实践，以后也会尽量多参加此类锻炼的。

大二社会实践心得体会成长篇三

时光一眨眼，便是春秋轮回。寒假生活向我们愉快的挥了挥手，我也做好了在寒假生活之中体验生活，融入社会。所以此次我在老家县城的一家大型超市做收银员的工作。这份工作虽然听起来非常的简单，但是当我们自己去做的的话也许就会发现，原来这个岗位看起来轻轻松松，其实很多时候我们也要承担很多的事情。比如受到顾客的刁难，甚至是辱骂，这都是我们需要忍耐的，也是锻炼我们的一个地方。

在放寒假不久，我就进入了这个超市开始培训，作为一名收银员，前期是必定有一些培训的，我必须清楚自己这个岗位要做什么，要遵守一些什么，要注意些什么。所以在培训的时候我都把那些注意事项全部记了下来，也在后来的工作上运用到了一些。所以在平时学习的时候一定要学会总结，只有总结了自己，才有可能去完成更高标准的工作。经过几次培训，我在老员工的带领下也逐渐自己上手了。寒假是一

段非常忙碌的收银时光，因为即将春节，每家每户都开始筹备年货，所以晚上来超市置办年货的人非常的多。有时候可能因为人太多，我们还会加班到晚上十点。我们也有几个不同的班次，我刚开始比较靠前，所以之前也比较轻松，我也没有感受到太大的疲惫感。知道后面的我班次调后一些之后，又临近春节，我才认识到作为一名收银员的艰难。

等着排队的队伍看不到尽头，不仅要速度快，还要精准。这需要我付出特别大的精力和耐心，一开始上这个班的时候我是有些接受不了的，上了一半的班之后，我就感觉有些疲惫了，但是无论如何，还是要撑住。一个人一个岗位，一个岗位就是一份责任，不论怎样，都应该打起精神来，让自己看清自己现在所处的一个状态和环境。从而做出更理智的举动。后来的工作还是很忙，但是忙着忙着我发现自己竟然也适应了。速度快了起来之后，就要更加注重自己的工作质量了，人流量大，所以有时候也会手忙脚乱，甚至会出现一些弄错的情况。但还好超市领导给予了足够的理解和包容，才让我没有受到批评。所以在此我也认识到，要好好提升自己，千万不能因为身边的一些小事情就把自己拉进了一个死胡同。这次实践，让我见识了很多，也让我清楚了未来的方向，更是明白了要为将来多做打算，才有更大赢的可能。

大二社会实践心得体会成长篇四

暑期社会实践是我们大学生充分利用暑期时间，以各种方式参加实践，深入社会，提高自我的活动!积极参加社会实践，有利于我们大学生了解社会的现实，为以后更好的融入社会，贡献社会有很好的奠基作用!有利于将我们的书本知识运用到实践中去，实现两者的有机结合!是大学生成长成才的一条重要途径!暑期社会实践给我们提供了这样一个平台，让我们踏入社会，发展自我，展现自我。经过这次实践，我们了解了社会，发展了自我，实现了在实践中检验自我!为我们以后步入社会打下了坚实的基础!

这次实践我们主要针对老年人，希望在雅安建立一种新型的居家上门服务机构，这种机构在沿海一段已经开始运行了，但是在内地还没有发展起来，我们还亲自到雅安是福利院实践了几天，在这几天中我真的感受了好多。先是我们的前期调查，这样的前期调查有利于我们后期实践更好的开展，所以是十分必要的，因此我们也做得很认真！在调查期间我们也碰了不少壁，也曾被误认为是传销，最后在大家的努力下，前期调查还是顺利的完成了！其中让我感受最深的就是有一个农村的老奶奶，她很郁闷，跟我们说了他们家的情况，她有两个儿子，老伴过世了，儿子不孝顺都搬家到外地了，只剩下她一个人在家，逢年过节也没个人一起过过节，平常也没人照顾！听到这些我们的心里真的很不是滋味，但我们问给需要帮助的老年人更多的福利，让他们安安心心地度过余生！到福利院实践的那几天，感受颇深。

在实践期间我深深感受到到政府的福利的时候，老奶奶更是气愤，根本没得到福利，我们当时很不解，但是更多的是期望，希望她的儿子们能尽孝道，也希望政府能多到农村看看，团队的力量，大家在一起，只有齐心协力才能把事情做到最好！只有大家分工合作才能提高效率。但在工作之余我们还是说说笑笑，关系十分和谐！这就是团队的力量！几天的实践，虽然很短暂，但是却是难忘的经历！我们开展了丰富多才的娱乐活动，帮助福利院打扫清洁，跟孩子们一起玩耍.....这个过程中我们收获了快乐，但更多的是感动！在这个福利院的爷爷奶奶们大多都是因为家里的孩子们工作忙或者有些是没有儿女不得已而住进来，他们更多的是需要社会的关爱，让他们有家的温暖，而我们的目的更多的也是给他们带去快乐，让他们感受到自己并不孤单，还有社会这个大家庭他们的关爱！

当然也有很多爷爷奶奶年轻的时候还是知识分子，他们更有利于我们更好的开展工作，支持我们的工作，是我们的实践能够更好的开展，获得更好的效果，所以我们的娱乐活动很成功，大家都很活跃，那种一起笑一起开心的感觉真的很不

错。仿佛我们就是他们的孩子，亲人，真的很感动！在福利院儿童区，我看到了好多有缺陷的娃娃，他们不能像正常人一样生活学习，有的不会说话，有的智力有问题。。。。。。这让我感到很心酸，没想到在这个世界上还有这样一群人，他们没有家，没有父母的疼爱！

从小缺少爱的娃娃对于我们的到来感到特别的开心，他们有一个行为真的让我感到很心酸，一直要我们抱，这样的行为在别人看来也许无法理解，对有父母的孩子这是在简单不过的事了，但是对于他们来说是一种渴望甚至可以说是一种奢侈，面对这样一群孩子，我只有无言额，不知道该说些什么，只希望我们能够带给他们一点家的温暖，让他们感受到这个世界还有爱！真的希望有更多好心人，能够多去看看他们，就算只是就抱抱这些孩子也好！这就是我所希望的！

实践在大联欢中圆满的结束了，有快乐，有汗水，更多是收获了感动！

大二社会实践心得体会成长篇五

寒假，我参加了寒假社会实践。抱着贴近社会、锻炼自己的愿望，也希望为家乡奉献一份力，我积极争取成为了校赴社会实践小分队的一员，并进行了为期8天的走访和调研。希望通过自己的努力，能够运用所学，为百姓贡献一份力量。或许是蚍蜉撼大树，但相信只要坚定意志，真心投入，总会收到可观的效果。

经过这次三下乡，我个人认为，社会实践给我们这些生活在象牙塔的大学生提供了广泛接触基层、了解基层的机会。这次实践，让我长了不少见识，增强了敢说敢做的能力，在个人品质上也得到了很好的培养。同时，也磨练了我的毅力，增强了我的沟通能力和团队合作能力。社会需要的是真正的实干型人才，那么我们就应该努力让自己符合社会的需求。

八天，我们走访和调查了120多户农家，交流中了解其生活现状，倾听其心声。发放问卷，拜访当地政府，收集许多有效资料。这个过程中也遇到了很多问题和挫折，或热情的招待，或冷淡的排斥。但我们始终没有气馁，即使天降大雨、道路泥泞也阻挡不住我们前行的脚步。翻山越岭走过千江坪、树坪、高峰垭等十几个村，将真心投入这一事业中，使对沙镇溪有了更深入的了解。

那些调研的日子早已远去，可回眸，依然历历在目，感触颇深。实践中让我体会了很多东西。

1、要善于沟通。沟通的学问很深，可谓一门需要长期锻炼的技术，也是一门艺术，无论和队友还是和团队之外的人，它需要技巧和礼貌，需要聆听和回应。和谐融洽的气氛往往可以令事半功倍。让人感受到我们的真诚才能很好的交流与合作。

2、要保持自信的心态，克服胆怯心理。作为唯一本地队员，我担负着和农家接洽的任务，要简单明了的让他们明白我们所为何事。我一直害怕在公共场合出趟，这个任务于我是一种挑战。然经历此行后，自信明显提升，遇事不再是唯唯诺诺。自信、积极向上的姿态不仅可以激励自己，也可以感染他人。一个人的自信做成一件件小事，一个团队的自信则做成一件件大事。

3、要善于总结。古人一日三省，不思不足以知得失。每一次的总结为接下来的行动提供有效性的借鉴和指导，避免资源浪费，行动冗杂，也提高了行事效率。

4、要有团队合作精神。俗称：“众人划桨推大船。”个人力量有限，个人能力也有差异，能力再强的人也会有他不可达到的领域。合作时，把众人的价值和能量充分合理挖掘出来，那么，团队的力量就能扩大无限倍。优秀的团队不需要很多优秀的'人，但需要发挥每个人的优秀之处。

5、做事情要有计划、有条理，循序渐进，有条不紊。计划不仅是实际行动方案，还要有预见性。未来有太多的不确定性。有预见性的计划清晰明了，在突发和变故来临时不会措手不及。

6、要有良好的身体素质。这是实践顺利进行的基本要求，于个人，影响自己行动能力，于团队，不会让团队行动脱节。此次我深有体会，当走过乡间小路，翻山越岭远眺峰群时，当攀上峰顶，踩着云彩俯瞰大地时，感慨我们之前有过的体能训练等素质拓展。

1、城乡差距之大。许多家庭只能基本解决温饱问题，低保户数量也比较庞大。

“纸上得来终觉浅，觉知此事要躬行。”社会实践是一笔财富，一份付出，一分收获。让我得到锤炼、启发，让我多了一份生活体验，实践经验和组织活动能力，所带给我的是在书本上无法得到的知识。

此行，体会到了实践的快乐，也感到了所学知识的不足。在今后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。在今后还将面对更多问题，将承担更大责任，要认清自己的位置发现自己的不足，对自身价值有客观评价，不断突破，才能不断进步，并在其中更加成熟和真正走入社会。

大二社会实践心得体会成长篇六

在学校里面的日子永远都是那么快，一下子又迎来了一个假期，这个寒假的时间虽然不是很长，但是也足够我去做一些有意义的事情了。当我回到了家中之后，我便急忙的去打听了一些和干活有关的消息，毕竟在寒假里还是有不少活是比较适合我这种学生去做的，经过了几天的寻觅后我终于得到了一个在药店里当临时店员的机会，其实这也没啥难度，就

是记住一些药品的名字，然后给顾客提供一些帮助就行了。

虽然现在的天气比较冷，但是这阻挡不了我干活的热情，只要轮到了我值班的时候，我会早早地来到药店里面，然后做好一切手续，穿上制服，做好这些事情之后就只需要在药店里面兜兜转转就行了。在最开始的时候，我为了记住一些药品的名字可是花了不少时间，好在这个药店也不是很大，常见的药品名也难不倒我，再加上我一有空就在店里记药品名字和功效，所以我也没有花多少时间就能够承担起自己的职责了。在平日里面，除非药店搞活动，不然一天的客流量也不是很多，而且大部分来买药的人都是中老年人，这也让我借此锻炼了一下交流能力，毕竟在老家交流时都是用方言，老人们的口语我有时候都听不清，只能耐心地一遍遍询问他们的要求，总之，帮助别人时候会让我格外地开心。

后来，我在药店里面工作了数个星期后，肺炎疫情也开始蔓延了，这个时候药店的人流量也突然激增了，大家都纷纷来药店里要求购置口罩了，可咱们药店里平日里也没有准备多少一次性的外科口罩呀，而且店里面的员工每天也要用一点，再加上现在供货又紧张，所以店里的口罩一下子就卖光了，可每天来询问口罩的人依然是络绎不绝，没有办法，店长为了安抚好大家的心情只能利用各种渠道进了一点口罩进来，并免费发放给了大家，但是这么点量也是无济于事啊，这个时候我也看到了大家对于健康的重视性。没过多久，我就被爸妈喊回到了家中，毕竟外面还是过于危险了点，我要是因此染上了肺炎就不好了，所以还是终止了这次社会实践，虽然这次实践没有圆满的完成，但是我也收获了不少东西，以后我一定还会多多参加一些实践的！

大二社会实践心得体会成长篇七

虽然是一份暑假工作，但是我更多的是把它当成了一次可以去学习的机会，在这次的实习工作中，我学到了职场中很多有用的东西，像在学校我们更多的是学习理论的知识，但是

在工作中更多的是实操，要懂得工作中要用到什么软件，什么工作来把工作做好，同时也是让我明白在工作之中和同事间的交流很重要，只有理解了彼此的一个意思，才能更好的进行合作，做好工作，而不是一个人单干，那么其实效率并不会比合作更加的高。

现在的工作更多的讲究的是合作，如何利用集体的力量让工作做得更好，效率更高，只有这样才能做出更大的业绩和成效出来，在学校的时候，虽然也和同学一起学习，一起探讨，但是没有像工作当中那样需要密切的配合，以及频繁的沟通，以前可能觉得和别人一起探讨学习有时候还会分心，还不如自己一个人学习，但是在工作中，我发现，几个人一起合作，一起沟通了，只要都默契的配合了，真的比一个人的工作效率和成果都好更多，甚至工作的速度也是快了很多，以前完全想不到可以一天做到的事情，心得体会几个人真的一天可以完成。

在工作当中，我还学到了不放弃，耐心的等待，也是必要的，有时候几个人几天做一个事情，真的`完全看不到结果，或者觉得结果可能不好，每当这个时候，老同事都是会安慰我们，不要放弃，慢慢来，或者做的过程中总是出错，总是做得不好，老同事都是告诉我们要耐心，一次不行，那就两次，总会成功的，而耐心的结果总是给到我们惊喜，让我们真的有很大的收获，或者可能几次耐心之后还是没有搞好，不过也没关系，我们知道了我们错在那里，我们有了这次的教训，以后也能做到更好了。

这次的实践，让我明白，工作并不是单打独斗的，而且要有耐心，坚持的做下去，只有努力了，方向对了，结果才会好的，而且一个人做并不会比一个团队做得好，要懂得运用团队的力量，我们才能更快更有效率的取得成功。

大二社会实践心得体会成长篇八

经历了将近一周的社会实践，我感慨颇多，我们见到了社会的真实一面，实践生活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，社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们带给了广泛接触社会、了解社会的机会。

千里之行，始于足下，这短暂而又充实的实习，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忙。向他人虚心求教，与人礼貌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一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，和团体持续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”，我们能够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，解决问题的潜力。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！

透过这次的的社会实践活动，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我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，更就应提早走进社会、认识社会、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舞台。在那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，我会更加用心的参加这样的活动。

在本次的社会实践中我们还同诸多群众谈心交流，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，到群众中去”的真正涵义，认识到只有到实践中去、到基层去，把个人的命运同社会、同国家的命运的发展联系起来，才是大学生成长成才的正确之路。

这次实践活动，丰富了我们的实践经验，提高了我们的团队合作潜力，使我们透过这次实践更加了解社会，这次实践活动好处深远，对我们的帮忙享用一生。作为一个21世纪的大学生，社会实践是引导我们走出校门、步入社会、并投身社会的良好形式；我们要抓住培养锻炼才干的好机会；提升我们的修身，树立服务社会的思想与意识。同时，我们要树立远大的理想，明确自己的目标，为祖国的发展贡献一份自己的力量！

范文精选我们在一些事情上受到启发后，将其记录在心得体会里，让自己铭记于心，如此可以一直更新迭代自己的想法。到底应如何写心得体会呢？下面是小编精心.....

大二社会实践心得体会成长篇九

时光飞逝，大学的第二个暑假到来了，应学校的提议和社会对大学生的要求，我参加了暑期社会实践活动。在这个火热的季节，我们暂别舒适的生活，带着青年人特有的蓬勃朝气，走入社会，了解社会，深入社会。

实践工作是很重要的，从一个学生的成长过程来说，我经历了无事可做的孩童时代，到学校里忙碌的学生时代，再到以后的社会工作阶段。而社会实践就像一个链子连着学习和工

作。实践是学生把所学知识运用到实践中去的过程。实践的目的就是运用，就是去指导工作。实践是一个锻炼的平台，是展示自己能力的平台。但是想要有一份自己心仪的工作，又谈何容易啊！

“在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的的能力”。这次实践后才能深刻体会这句话的含义。课本上学的理论知识用到的很少很少。刚开始去的时候，还真有点不习惯。尽管我遇到了很多我以前没有见过的问题，也有很多当场不能解决的问题，时常也感觉很无助，很尴尬，很多东西都不懂，幸好有叔叔、阿姨们的耐心帮助，让我在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。暑期社会实践给我们提供一个走出校园，踏上社会，展现自我的绚丽舞台。通过本次社会实践活动，一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长；另一方面，我们为社会做出了自己的贡献；但在实践过程中，我们也表现出了经验不足，处理问题不够成熟、书本知识与实际结合不够紧密等问题。我们回到学校后会更加要珍惜在校学习的时光，努力掌握更多的知识，并不断深入到实践中，检验自己的知识，锻炼自己的能力，为今后更好地服务于社会打下坚实的基础。

我觉得不论做什么工作，都要学会微笑。这样别人才会对你真诚，总是一些看似细微的东西可实际上却是至关重要的。比如一句简单的问候，但却能表现出你对别人的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。沟通也是一种技巧和能力，要巧妙运用。在社会上要善于与别人沟通需要长期的练习。社会是残酷的，光是有文凭没有社会经验，在社会中生存会有一些的阻碍。在这次实践中，通过亲身体会实践让自己更进

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，找出自己的差距与不足。

社会实践给我们带来的巨大影响，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。

我知道工作是一项热情的事业，并且要持之以恒的品质精神和吃苦耐劳的品质。我觉得重要的是在这段社会实践期间里，我第一次真正的融入了社会，在实践中了解社会掌握了一些与人交往的技能，并且在次期间，我注意观察了前辈是怎样与上级交往，怎样处理之间的关系。利用这次难得的机会，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。

在今后的学习和生活中，我将摆正心态，正确定位，发奋学习，不断要求自己，完善自己，让自己做的更好。我还要参加更多的实践，磨练自己的同时让自己认识的更多，这次实践，让我对社会有了基本了解，也对自己的能力有了基本评估。社会随着时间成长，但社会的进步是全体人类的共同努力成果。实践让我们成长，做事要注意细节，即使很小也会改变很多。实践让我进步。让我懂得如何在社会上立足。以后我会更加努力，跟随时代的步伐，迎接美好的明天！

大二社会实践心得体会成长篇十

1个月的实习结束了，我在这一个月的实习中学到了很多在课堂上根本就学不到的知识,受益非浅。现在我就对这一个月的实习做一个工作小结。

首先介绍一下我的实习单位□xx电脑城□xx电脑城位于xx商业

中心：紧邻xx商场□xx百货大楼、钟楼商厦、五金城、女人世界、大慈阁商区等，客流量大，商业气氛浓郁，是经商者的黄金之地□xx电脑城与居民小区层层相拥，随着xx城市建设步伐的加快，市民的居住条件也迅速得以提高，以xx电脑为中心的双彩小区，永北小区、裕华小区、中华小区、民族小区、金昌小区、帅府小区、北唐、南唐小区等，住宅条件提高优势必带动电脑及其它高档电子产品的消费潮□xx电脑城与居民小区层层相拥，随着xx城市建设步伐的加快，市民的居住条件也迅速得以提高，以xx电脑为中心的xx小区等，住宅条件提高优势必带动电脑及其它高档电子产品的消费潮□xxxx电脑与河北大学、华北电力大学、河北农业大学、河北金融专科学校□xx师范、邮电学校等多个大专院校遥相呼应，与xx一中、二中、三中、四中及十七中xx重点学校毗邻，更加使xx电脑城增添了一分活力，获得一份激情和动力。身处xxxx电脑城更加使你感受到的是一份悠远的古文化氛围，邻近的直隶总督署、古莲花池、大慈阁钟楼、红二师、淮军公所等，厚重的古城文化景点越发使人们感到科技的进步所带给大家生活的日新月异，促使人们加快追求高科技、新事物的脚步。

自9月20号开始，公司安排我进行了四个阶段的实习。第一阶段为搬运，其实这一阶段没有什么技术性。完全是做劳力。把各种产品都归类放入库房。比如mp3放在一块，而各类品牌又放在一块，纽曼货最多，出货也最快。有些品牌由于知名度不高，所以凭借价格优势也很难突破销量的增长。也有些比较知名的品牌由于质量的缘故销量不断下降，比如清华紫光。同时也有一些新拼牌进入。这样由销量的变化，公司的销售部门不断打出清单来调整品牌的进货数量。

干了几天搬运工后公司安排了我第二阶段的实习。当然在这期间我也认识不少品牌的电子产品以及它们的产地和运货渠道。我的第二阶段实习是对mp3有关知识的培训。主要熟悉其主要功能及各品牌及其型号的`独特功能也即优势。由于喜欢数码产品，主要功能熟悉的很快但其特种功能却费了一番

尽，比如ipod的品质非常好，而纽曼有些型号收音机功能，清华紫光的有些机型具有双空间功能(一半具有隐蔽性)在这个过程中有些时候感觉有些不舒服，有些机子质量很差功能也不具备，但负责人却不让把实际情况告诉消费者。所以这一过程学的比较慢。

经历了第二阶段的培训后，我进入了实训阶段。第三阶段负责人安排我到门口促销mp3“苹果”新品牌，因为“ipod”不具有“苹果”这样的中文商标。当顾客走过发现“苹果”mp3及其非常“优惠”的价格和打出的促销的字样时。会非常惊喜驻足欣赏。并且不停的问我为什么这样便宜时，我只好吞吐的说这是两个品牌。脸上表情变化的迅速，我知道这单“生意”又要黄了。心情的失落感但愿不要影响了他们逛里面的商场。

几天的促销活动过后我也转回了里面去站柜台——“小丫”。这是我实习的第四个阶段。主卖“纽曼”和“清华紫光”两个品牌，纽曼是个很好的品牌，卖的也快，很少有顾客回来找“麻烦”，但“紫光”的却麻烦不断，十个就有九个有问题，有些换了好几次都有问题，而每次都会是一个“身”和“心”的考验，卖主让找售后售后又推回来，而每次都是一场口水战。有些顾客强硬，会比较容易的换个新的(当然在保质期内)。有些却没那么幸运了，折腾了好几次都没结果。其实我们这些销售人员也很苦恼，有一次和我一起站柜台的大姐对一学生说：“以后打死你都不要买清华紫光的”。最后没办法买了四天的mp3回去返场了。

其实在这期间我也去了xx的售后，确实不怎么样连个牌子都没有，在劝业市场西门二楼的一个角落里，几台旧电脑和三个人。说句实话确实不敢恭维(当然我没有资格说，但确实看不出有太多职业精神)。

在为期1个月的实习里，我象一个真正的员工一样拥有自己的

工作卡，感觉自己已经不是一个学生了，每天7点起床，然后象个真正的上班族一样上班。实习过程中遵守该厂的各项制度，虚心向有经验的同事学习，一个月的实习使我懂得了很多以前不知道的东西，对xx电脑城也有了更深的了解，通过了解也发现了该公司存在一些问题：(1)由于受市场影响的客观因素和主观努力不够，产品质量不够稳定，使销售工作陷入被动，直接影响工公司的较好运转；(2)销售业务工作管理还不够完善，领导比较多，有时不知道该听谁的，比较乱；(3)市场信息反馈较慢，对发展新客户的工作作得不够细；(4)售后服务太差，有时候会出现欺骗消费者的行为，缺乏有利的监管。

实习是每一个大学毕业生必须拥有的一段经历，他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，长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础，实习是我们把学到的理论知识应用在实践中的一次尝试。我想，作为一名即将毕业的大学生，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：if you can dream it, you can make it!

大二社会实践心得体会成长篇十一

在刚刚来到商场工作的时候还是很多不了解的，但领导也想到了这一点，在我们入职的第一天给我们进行了培训，让我们对于的工作有了概念。而我也因为这是我第一次工作所以格外的认真，并没有因为自己只是来这里实践的就放松警惕，而是时刻保持着认真。在这段时间里我也受到了很多老员工的关照，也都是因为我是新来的原因，我也因此感到十分的感激。经过这段时间的相处我也比较了解了大家，虽然每个人都有着一些小毛病，但是大家的心眼都还是很好的，每个人都都很热情助人。

而我在这段实践的时间里也发现了作为导购比较需要的几点。

首先是要有着一个会说嘴巴，如果不会说话，甚至连怎么样去和别人交流都不懂得是很难说服别人来买你的东西的。其次要有着为顾客服务的真心，真心的尊重顾客，而不是把别人当冤大头骗，真心的为顾客思考，想想不同的人需要的是不同的东西，而换位思考也会更加增加自己的销量。最后是要有，努力是不管做什么事情都需要的一件事情，或许一个人只努力很难做成一件事情，但是如果一个人努力加上天赋肯定会更容易成功。努力会让一个人缩短自己和别人的天赋差距，而足够多的努力甚至可以改变一个人。我想我作为一名大学生光是通过学习到这些东西就已经不虚此行了，更重要的是我通过这次的社会实践让自己积累了一些社会经验，而这些经验对于还在读着大二的我是极其宝贵的，也是让我从百万大学生中能够脱颖而出的资格。当然现在的我还是有着很多不足，但是我想未来的日子还很长，我会在未来的日子里慢慢的进步让自己成为更优秀的人，能够尽快完成自己的大学规划。总的来说这次的社会实践是比较圆满的，我学到了我想要学习到的东西，也收获了人生的第一笔工资，而这也需要感谢学校和商场给予我的这次机会。

大二学生寒假社会实践报告总结2020

寒假社会实践打工心得体会

大二社会实践心得体会成长篇十二

今年是我进入大学的第二个假期里，我参加了假期社会实践活动。在这次活动中我学到了很多，也让我学到在书本中学不到的知识，它让我开阔视野、了解社会、深入生活、回味无穷，并且也让我有很多感悟和体验。下面就我这次假期社会实践心得做一简短的汇报。

这个假期里的天气是炎热的，在这个美好的假期里我去了一间汽车修理店体验打工生活，顺便也挣点钱补贴日常生活，减轻家里的负担。汽修店的汽修师傅和学徒们的工作都是很

辛苦的很劳累的，但是在我与他们相处的这个假期里，我能看出他们工作认真负责不怕吃苦不怕流汗，这种认真负责的态度深深地影响到了我。他们的工作态度教育了我不管是面对什么工作，只有认真负责，才能给顾客一个满意的答复，这是在书本上体验不到的真理。

一开始没来之前，我想的是我应该也来学习修理一下汽车，这样一来可以锻炼身体，二来以后有车出现故障了也能自己动手处理一部分问题，但是在来到这间汽修厂后，由于老板看我是个大学生的，就把处理文件、打扫卫生、收发配件快递的工作交给了我。这些工作其实相对汽修师傅他们来说是轻松的，但是老板告诉我不能因为工作轻松就放松了认真负责的态度，由于我要帮忙处理一些文件，所以更要认真细心，处理文件一段时间后，老板就开始教我如何帮他打印发票，学会打印发票后老板就叫我去税务局学习如何在网上税务大厅进行发票的验旧，因为老板是中年人不是很懂得操作电脑，所以这项技能很重要。通过学习，我也学到了怎么打印发票，怎么方便的在网上通过网上税务大厅进行发票的验旧而不用亲自跑到税务局去发票验旧。这让我体会到了，掌握一些实实在在的电脑技巧是很重要的。

对于另外两项工作，其实一个就是每天早上都要在他们开工之前打扫一下店里的卫生，晚上下班之后再打扫卫生，保持店里的卫生整洁，虽然不能说打扫到干干净净，但是必须得保证店里的卫生情况不会让客人感到不舒服，虽然只是打扫卫生，但早晚各一次，也让我体会到了整洁的工作场所的重要性，虽然汽修店里会有油渍但是也要尽可能保持店里的整齐干净，一个连工作场所的环境卫生都不重视的老板怎么能够吸引客人前来光顾。另外一项工作就是配件快递的收发，其实这项工作很简单，但就是收货的时候时间老是不准确，有时候都要等一个钟左右才能拿到配件快递。

在差不多有两个月的假期里，我在汽修店工作了一个半月，在店里工作一段时间后，和汽修师傅和学徒也混熟了，有时

候他们不够人手就会叫我帮忙一下，而我也要兴趣去学习一下如何处理一些简单的汽车故障。这些师傅教我们如何处理汽车故障很有一套，不像在学校学习到的理论和实践脱节，在课堂上学到的不能处理生活中遇到的实际问题，但是这些师傅就很有办法，虽然他们也不会一些大的理论，但是他们的工作经验足以指导我们，修车不仅动手而且动脑，经验联系实际，在实践中体会经验，在经验中去实践，我们学习得很快，也很难忘记学过的东西，因为这些学习到的实践技能都是真实经历过的。汽修师傅给我的感觉就是他们都很豁达，对于教授学徒他们毫无保留，该严厉的时候对学徒很严厉，但是没事做的时候对学徒也很好，不会像现在大学课堂里学生与讲师关系的生疏。

在这短短的一个半月实践活动中，有太多酸辛的泪水也有很多的快乐体会和收获，我领略到了打工的真谛，一要动手即要吃苦，二要动脑即要灵活。如果有人问我以后还愿不愿意接受这样的挑战，我会毫不犹豫地说是“of course”回首这次社会实践活动，从我接触的每个人身上我学到了很多社会经验，能力提高了许多，这些是根本在学校里学不到的。我深刻的体会到没有实践就没有发言权，只有亲身经历过才会有那种超乎寻常的感觉，其次就是纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行，社会实践是我们理论和实践的最佳结合点，尤其是大学生的我们只是重视理论的学习而忽视实践环节的重要性，往往在实际工作岗位上发挥的不很理想。实践活动也磨练了我的意志。

学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这次的实践活动，不一定有人会告诉你这些，必须自觉地去完成，而且要尽自己的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。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。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，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

高自己的能力！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。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，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。我们也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了课堂上地认真消化，有平时作业作补充，才能比一部分人具有更高的起点，才有更多的知识层面去应付各种工作上的问题。

假期的社会实践一晃而过，却让我从中领悟到了很多东西，而那些财富将是使我终生受用，社会实践加深了我对社会各阶层人的了解，拉近了我与社会的距离。作为一名新世纪的大学生，应该懂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注意到社会实践是必不可少的环节，在今后的学习生活中我会摆正自己的心态，正确定位，努力提高自己的综合素质，适应时代对我们的要求，做一个对家庭、对人民、对社会有用的人。

大二社会实践心得体会成长篇三

大学的第二个暑假到来了，应学校的提议和社会对大学生的要求，我参加了暑期社会实践活动。在这一次社会实践活动中，我学会了很多，也感悟到了很多。

虽说本次社会实践并不是我的第一次社会实践，但却是我以一名医学生的身份到医院进行与我自己专业相关的一次实践。今年寒假，我有幸来到社区医院的针灸科进行实践活动。在学校我们学习的都是书本上的知识，虽说有些实验活动，但尤其对我们大一学生来说，真正动手实践的机会并不多，更别说与患者接触了。作为一名医学生、日后救死扶伤的医生，我们不仅要有一流的理论知识储备，更要通过亲身实践体验，

才能让自己进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，找出自己的不足和差距所在。这就是我们参加社会实践的真正目的。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间在针灸科的学习，我已经能熟练地为患者取针、拔罐、做电疗，虽说不能真正为患者做针灸、小针刀治疗，但我也从中体会到了做一名医生的不易。针灸科室里一天到晚弥漫着艾灸的“香味”，就诊患者常常会被熏的流眼泪，但这一切对医生护士来说早就习以为常，一天几十个病人的门诊量常常让针灸科的主治医师忙的焦头烂额。这我不禁感慨，要想成为一名优秀的医生，需要的不仅是扎实的基本功、丰富的临床经验，更需要一个强健的体魄与超强的忍耐力。

虽说医生在医院工作，环境局限在一个小小的科室里，但常常能与天南地北的患者接触，所以视野还是比较开阔的。来中医针灸科治疗的患者大多是一些患有颈椎、腰椎疾病的患者或是一些中风后进行康复治疗的患者，另外因为针灸治疗对于一些急性拉伤的患者有较好的治疗效果，所以经常能够看见进来时叫痛连天的病人回去时已经面露喜色，连声向医生道谢的场景。

通过这次的实践，不仅让我接触到了病人，更坚定了我学用并重的理念。人体是一部精密的机器，只有充分了解身体每一部分的构造，不断实践后，才能做到下针有神、下刀有神。而我本次实践的最大体会就是：医学知识不进行实践，学起来比较困难，如果理论学习与实践相互交替进行，不但理论知识得到巩固，同时也会增加同学们的临床经验。

第一，沟通交流。开展活动，与社区的居民交流了很多之后，

才发现沟通的语态方式对人第一印象影响的重要。我们在发放问卷的时候，一次一次的被拒绝让我们都历练了不少。

第二，团队精神。毋庸置疑，团队意识在活动中扮演着非常重要的角色。来自不同个体的人，在一起工作，一起生活，良好的团队意识是一切活动成功的前提。我们是一个团队，一个集体，不论是做什么工作，一切都应该为大家着想，为集体着想。

第三，周全的策划。活动中我们往往会发现准备中遗漏了一些细节，对活动的开展造成诸多不便。或者是人员分工的不明确，直接导致很多人做同一件事情，而有的有不知道该做什么，大大降低了工作效率。

矛盾不可避免，就应该积极看待，一起解决。争论多了，理解也多了，我们将更加懂得站在别人的立场想问题。

大二社会实践心得体会成长篇十四

这次的寒假期间我利用了半个月的时间去体验了打寒假工的生活。我选择的打工地点是__的电子厂。这次的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟了很多东西，甚至这些东西将让我终身受用。现将此次实践活动的有关情况报告于下。

之所以选择进厂做一个打工仔，我认为这是一个对于目前状态下的我很适合的地方，无论是从能力的角度看，还是适应和目的的角度。这种嘈杂的环境中，每个人做着自己的事，每处一道不同的程序。经亲戚介绍，我从家里出发于_月__号到达厂里的，但是人事部的大姐考虑到舟车劳顿，大发慈悲让我休息一天，并让我利用这天去__银行办卡以便以后把工资打进卡里，然后去医院办健康证。我们住的是四人一间的宿舍，条件不错，比学校的好；而吃的却比较差点，都是油。所谓的包吃包住原来是住宿费一个月三十块钱，吃的每顿两块。可能是初来乍到，舍友冷冷淡淡的，关系弄得不是很好。

吃饭的时候大家没有排队的概念，盛饭能抢的就抢，看到这种场景我还真的不知道该怎么办，只好等别人都打完饭了再去。可能大家接受的教育程度有限，再加上工作时间紧，休息少，所以基本没顾上那么多，抓紧时间要紧！

第一天八点上班，去主管那填了上班卡，正式上岗工作了。我被分到了加工组，组长和我一样也是90后的，因为主管是她表叔所以得到了提拔，所以趾高气昂的。工作的车间很长，容纳了一百多人在里面，大家都在紧张的干活着，生怕一偷懒被领导发现批评扣工资，所以车间里很安静，除了机器的声音和工作时发出的声音外基本没什么杂声了。组长给我找了个空位，然后教我怎么样撕红蓝膜产品上的保护包并交代了一些注意事项后就离开了。或许做的活挺简单的，撕了几张就比较熟练了。第一天感觉很新鲜，时间不知不觉过去了。

进厂的时候，身上难免带着羞涩的学生味，做起活来相对于其他的员工没有那么快且娴熟，动作慢又笨手笨脚的，好在大家都很关照我，细心的教我工作的步骤和方法。偶尔趁主管和组长不在的时候，大家都会偷懒一下小声的聊天。从聊天中我知道了她们跟我都是一样的年纪，初中高中没有毕业就早早的出来打工了，可以说打工之路漫长而又艰辛。她们有些是因为家里孩子多没钱供读书，有些说因为自己太笨了学不好读不下去了，有些却是非常的厌学半途辍学了。所以在知道我是大学生后，她们都投来羡慕的眼光，并告诫我要好好珍惜眼前的机会，好好读书，将来也生活得更美好。可是对于走出校门接触外面社会的我，感觉一切都是那么新鲜，加入到社会中，有助于大学生更新观念，吸收新的思想和知识；同时，一次的打工之旅可以锻炼我的意志，学到在学校无法学习的东西，增强与人沟通的能力和表达能力，提高自身的社会责任感，既开拓了视野，又受益无穷。

虽然在这种环境中，人们的文化素质不高，为了生计、生存，生活中不免有这样那样的明争暗斗，但我感受最深的就是一个人社会中为了生存忙碌的不易。而随着每天不停地重复

着同样的工作，不免让人感到厌倦的。每天忙碌着枯燥乏味的同一件事，耳边还时刻响着组长甚至部门经理的责备，少说话，多做事；抓紧时间，速度超快，品质超好等等。其实这些都是合逻辑的，只要有一颗有责任心，员工可以用心去做好本职工作。开始时候，我们都感觉做这事会不会太大材小用了？带着此种疑问，很不情愿地上班，自然，工作效率比较低。加上桌子和椅子的设计不是很科学，一整天都是坐着干活，时间久了，全身酸痛，浑身无力，特别是高强度的加班还有白班夜班之间的转换，简直是折磨人。虽然有加班费，可是没有周末的日子是很痛苦的。我很佩服那些同事能忍受长期如此的寂寞与艰辛，她们不是不想回家，不是不想休息，而是生存的压力让她们不得在苦苦挣扎。有些刚到二十岁就已经结婚生子外出打工养家糊口，所以聊天的时候，她们都会开玩笑叫我以后找另一半的时候要看好人，不要那么快就结婚，要找也得找个有钱的，总之成家过早就要承担很多责任失去许多自由。但每次我都是笑笑而过。虽然每天下来，很累很瘫软，从没体会过如此生活，可我却从来没有叫苦叫累，工作还是要做，该坚持的还是要坚持。与人家相比，我这只是微不足道的。

在打暑假工的这段时间，我每天都在盼望着回家，同时也在感受着工作的氛围，体验着工作的辛苦与快乐。这些都是在学校无法经历到的。在社会，没人能帮自己，一切都是靠自己去努力去打拼，只要自觉了，只要尽力了，一件工作的效率就会得到别人的赞同。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，以提高自己的能力！

同时，这次打工的经历让我深深感受到了知识的力量是多伟大。要想以后舒服地过日子，必须先奠定吃亏的基础。一个人有了知识不愁以后找不到好的工作，而不是像现在这样出卖廉价的劳动力。一个月的时间也培养了我吃苦耐劳的精神，锻炼了意志。

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，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包装部的同事相处好，那工作起来的效率才高。而且在工作中常与前辈们聊聊天不仅可以放松一下神经，还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。

挑战自我，终于成功，对自己的表现，我还是比较满意的。有人当天就因为种种原因比如伙食而离开，也有的上几天班就坚持不下去了。也难怪，有人评价我们的大学生，工作效率低，对厂方的要求高。的确，我们都有自己的想法，没有初中高中生等他们那样专心致志地工作，而是为了体验生活，大部分人都是慢吞吞地做事，让组长感到很愤怒，下完班把我们叫出去狠狠地批评一通，说如果上班的时候达不到产量，下班后小组都要义务加班直到完成任务为止。果然不出所料，经过一番的教训，我们的效率高了，产品的质量也有所提高。至此，我明白，工作始终是首要的事情，端正态度，是关键。其次是心态的问题，从学生到职员，转变角色需要时间，但又不能花过多的时间。社会的节奏越来越快，那就要求我们尽快改变自己的觉得，转换好身份，态度要积极，工作才能出成效。有些人可能因为自己是大学生而看不起打工的，但同是为了生活，只是选择的方式不同而已。出到社会，大家的身份都是一样的，无论你的学历是高是低，用人单位看你的三个方面，团队精神，个人能力和态度。

另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。而且在中国的经济飞速发展，又加入了世贸，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑

战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

由于打工的时间不是很长，接触的人与事范围也不是很广泛，待人对事还不是稍有不足之处，加上自己认识浅，考虑问题欠周全，思想还很简单单纯，所以总体来说还是比较嫩。通过社会实践的磨练，我深深地认识到社会实践是一笔财富。在实践中可以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。

总之，知识是力量的源泉。读好书，就走遍天下不怕！相信这次社会实践并不只是带给我以上这些，我肯定！

大二寒假社会实践心得体会

大二社会实践心得体会成长篇十五

大学的第二个暑假到来了，不知不觉已经在学校学习了两年医学了，两年的时光让我们学到了很多。课堂上老师认真的讲授，生活中的点滴积累都让我们深深体会到了医学的博大精深，特别是我们所学习的中医更是如此。所以只靠学习书本上的知识是远远不够的。作为一名医学生，社会实践是必不可少的，也是一个走向临床一个必需的过程。医学除了基础医学，更重要的是临床医学，将所学的医学知识运用到临床上。实习是每个大学毕业生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，在实践中巩固了我的知识。作为一名医学院校的学生，专业知识积累到一定程度与厚度才能更好的在实践中巩固，尤其是医学专业知识。为了更好的把课堂上学到的知识和实践结合起来，在暑假期间我进行了短暂的

实习，这着实让我受益匪浅。

暑假期间正是我所在地区医院进行合作医疗普查建立居民档案的时间，我决定去所在乡镇医院中去见习，找到自己的不足，为以后的学习增添动力。在得到贵人的同意后，进行了实践工作。于是在刚开始的前几天我跟随镇医院的医生到各村和社区对村民进行简单的体检活动。体检的内容都相对简单，血压血糖的检测，和身高体重等的测量，并且对家庭病史及个人病情的仔细询问，通过这些信息给居民建立填写健康档案。但是这些都是在校园生活中从未体验过的，这些简单的工作也让我学到了许多。在我们的工作过程中随行的医生向我们讲述了所遇到病症的很多相关知识和临床经验，这也让我回想起了课本上的很多知识，体会到了医学的奇妙之处，同时也深深到了实践和临床经验的重要性。

在几天下乡之后，我回到了医院，由于自己是中医学院的一名学生，当然要去体会一下中医理疗，于是我去了我县医院里的针灸康复理疗室。刚进入科室就发现来这里治疗的人有很多，不大的房间内有几张床，医生在为病人进行针灸治疗，还有的正在拔罐，在一个角落里还有一个医生正在给腰间盘突出病人进行推拿治疗。突然间觉得自己学的专业是这么神奇，几根针、几个罐子和推拿手法就能让患者减轻痛苦。因为自己的医学知识还不是很多，实践能力也相对较弱，只能观看其他医生的操作，自己动手的机会不是很多，但是看着他们为病人诊断的过程，操作的手法，让我学习到了很多课堂上学习不到的东西。经络穴位在他们的介绍下在我的脑海里也变得更加清晰。随着见习的日子的增加，自己对医院的生活也更加熟悉，对专业的认识也更加清晰，同时也对以后的学习更有信心和动力。

在这次实习中我秉着心求学的态度，与医院的亲密接触中，我明白了知识是永远学不完的，实践才能让我们真正拥有技能。作为一名医生，首先要具备医德，我们首先要学会真诚，微笑对待身边的每一个病人，对待病人要细致耐心，要对工

作对学习有热情有信心。同时善于沟通也是一名医护工作者必备的素质，只有积极沟通才能了解患者，为其制定出正确的治疗方案。虚心求教对刚刚步入医院的我们来说也是非常重要的。工作时要踏踏实实，不要骄傲自负，真正在实践中锻炼能力。除此之外，祖国医学博大精深、源远流长，作为一名中医院校的学生，虽说我们平时接触中医多一些，但是我们应该不断提高自身综合素质，学习西医知识。只有不断提高自身综合素质，我们才有机会在竞争日益激烈的社会中立足。我们还需要加强专业知识的学习与深入。我们只有不断地学习，不断地钻研，才能为他人解除病痛。再过两年我将真正走进医院实习，这次的经历为我以后的学习提供了经验，也为以后的学习提供了动力。

大二暑期社会实践报告

大二暑期社会实践调查报告

暑期酒店社会实践心得体会

大二寒假社会实践报告范文

关爱留守儿童暑期社会实践心得体会

大二社会实践心得体会成长篇十六

第一次穿起绿军装，就觉得自己已成为一名军人，一名能够保卫国家，为人民服务的军人。然而经过一天教官的教导与训练，那军事化的训练，已使我们疲惫不堪，一心只想着怎样才能回到寝室，怎样才能早早脱下这绿军装，享受一顿浪漫而温馨的晚餐，如何才能舒舒服服地睡上一觉……但这种种的幻想都在教官的教导声中化为乌有。

每堂军训课的必修是站军姿。对此我深有体会。军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先认为不

行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，我知觉的时间已不在是时间，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我超越自己的感受。有过斜风细雨的洗淋却没有潮湿我火红的心，有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执着。如果没有这种训练，我都不止到片刻的休息都会成为一种施舍，与平时休闲时间相比，那叫做真正的“奢侈”。

军姿展现的是军人的风采，也展现出的义愤从容之美，坚定之心，硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪，你会觉得有股浩然正气贯长虹。如果青春是精品，那么军姿就是美丽。

也是军训让我体会到了军人的感受，当身边响起“军中绿花”时，我的眼中蓄满了泪水，我想当兵的人多少个日日夜夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放弃了家的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一起，熠熠闪耀在我们上空的云层之上。我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每天要过得充实有意义，有益于别人，有益于自己。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的责任。因为有种生活比我艰苦十万倍。我也应该以军人的姿态展现在诗人面前。

我相信很多人都是带着恐惧感而踏上那片训练场的，但经过6天的训练，从站军姿到转身，从齐步走到正步走、跑步走，从点点滴滴的汗水中我体会到的是比劳累更多的人生意义：

站军姿，给了我们炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了我们龙之传人无穷的毅力；练转身，体现了人类活跃敏捷的思维；“三大步伐”，体现了集体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进！我想那样的路才是真正的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

2022大二军训心得感悟大全4

很荣幸被选入方阵队，虽然很累，但是我不再抱怨，不再想要退缩，每次的伤痛都能让我的心愈加坚韧。

军训可以给我带来的是一种内心的成熟，心灵的成长，让我们有勇气，有信心去面对未来的挑战。而成熟是一种明亮而不刺眼的光芒，一种圆润而不腻耳的音响，一种不需要对别人察言观色的从容，一种终于停止向周围申诉的大气，一种不理睬哄闹的微笑，一种洗刷了偏激的淡漠，一种无需伸张的厚实，一种并不陡峭的高度。

我想，军训给我带来的，更不止成熟。有些说不出的感觉在我的胸口慢慢沉淀，并悄无声息地开花结果。这种感觉给我带来的收获，一辈子也不会消失。纵使有一天我忘记了某些细节，亦或是某些画面，可那些感觉却永远不会忘记。那些感悟，从来就不曾离开过我。

每晚，当我疲倦时，我都会轻轻地告诉自己“天欲将大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，空乏其身，行拂乱起所为，所以动心忍性，增益其所不能。”

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

大二社会实践心得体会成长篇十七

电子工艺实习是一门技术性很强的技术基础课，也是我们理工科进行工程训练，学习工艺知识，提高综合素质的重要实践环节。从第2周到第5周每周周二下午四个小时来进行这次实习。

实习任务是制作一台万用表，刚开始时我并不清楚电子工艺实习到底要做些什么，以为像以前的金工实习那样这做做那做做。之后得知是自己做一个万用表，而且做好的作品能够带回去。听起来真的很搞笑，做起来就应也挺好玩的吧！就这样，我抱着极大的兴趣和玩的心态开始这次的实习旅途。

实习第一天也就是第二周，通过看录像中电子工艺实习的范围与技术，还有录像中老师高潮的技艺让我艳羡不已，这个下午，我对电子工艺实习有了初步的认识，对电路板，电路元件有了必须的认识，对我接下类的三周的实际操作给予了必须的指导。

第3周也并不是学制作，而是做一些基本工的练习，练习如何用电烙铁去焊接电阻，导线。电烙铁对我来说很陌生，所以我很认真地对待这练习的机会。

我再说说焊接的过程。先将准备好的元件插入印刷电路板规定好的位置上，待电烙铁加热后用烙铁头的刃口上些适量的焊锡，上的焊锡多少要根据焊点的大小来决定。

焊接时，要将烙铁头的刃口接触焊点与元件引线，根据焊点

的形状作必须的移动，使流动的焊锡布满焊点并渗入被焊物的缝隙，接触时间大约在3—5秒左右，然后拿开电烙铁。拿开电烙铁的时间，方向和速度，决定了焊接的质量与外观的正确的方法是，在将要离开焊点时，快速的将电烙铁往回带一下，后迅速离开焊点，这样焊出的焊点既光亮，圆滑，又不出毛刺。

在焊接时，焊接时间不要过长，免得把元件烫坏，但亦不要太短，造成假焊或虚焊。焊接结束后，用镊子夹住被焊元件适当用力拔一下，检查元件是否被焊牢。如果发现有松动现象，就要重新进行焊接。

焊接看起来很简单但其中有很多技巧要讲究的，比如说用偏口钳掐导线的`力度、焊锡丝的量和在焊的过程中时间都要把握准才行，多了少了都不行！我觉得最难的就是托焊了，总是把握不好焊锡丝的量 and 电烙铁托的时间。心想还好是练习，要不不明白要焊坏多少个原件呢。

第四，五周，我们开始了我们最后的万用表的焊接，想到平时在物理实验室里用的万用表此刻能够经自己的手焊接出来，心中难免有些许激动。