

2023年社会实践感悟心得体会励志(大全13篇)

教学反思可以帮助我们及时发现和解决教学中的问题，提高教学效果。以下是小编为大家收集整理的一些军训心得感悟，希望能够对即将参加军训的同学提供一些思考和帮助。

社会实践感悟心得体会励志篇一

学的再多，不会用也没用，学的再好，做不好也无济于事，在我们学习的过程中我们过于注重学习，并不是这样不好，但是这样就让我们变成了一个被温室保护的人，走上社会连自己都不会照顾，也养活不了自己，这样会害了我们。

为了能够让我全面发展，也为了能够锻炼磨砺自己，在这次的暑假期间，我参加了由青少年活动中心组织的高中生暑期社会实践活动，成为了_书店的导购员。我的工作主要是整理书架，将顾客阅览过的书籍归位，帮助客户找书等等，都是一些简单的工作。虽然已经提前做过心理准备了，但是第一天工作还是有些紧张，早上店里没人我就拿了一本书看，不经意之间顾客渐渐多了起来，我赶紧把书放下，准备接待客户但是我总是拉不下脸来主动上去搭话，就这样我站在书架前手足无措。最后我鼓起勇气向一位顾客介绍他想买的图书，结果顾客很满意。吸取了这次经验之后，我懂得了如何适时地帮助客人，仔细地了解了图书的分类，同时在这期间我再遇到相同的事情，并不再像开始那样等待机会悄悄溜走，我会尝试与客户沟通，与他们交流帮助他们解决问题，在这过程中我的动手能力得到了充分的锻炼，也学会了与客户沟通，知道怎样把工作做得更好。

这一次的社会实践对我的影响真的很大——结交了新的朋友，懂得了如何与人相处；学习了新的知识，增强了服务意识；学会了服从安排与恪尽职守，增强了自身的责任感；耐心地对待

每一个顾客，也学会了宽容他人……每一个所见所闻所想所感，都教会了我很多。

社会实践感悟心得体会励志篇二

本次三下乡暑期社会实践活动我们通过学习关于三下乡相关政策，结合农村现状，为农民群众宣讲“三农政策”，普及相关的法律法规，这不但激发了我们自身的学习热情，促进我们增长知识才干，丰富社会实践经验，也让我们真正了解到了三农政策是什么，在人民群众中究竟起到了怎样的作用。

在这一周的时间里，我们的团队默契协作、合理分工。在到达八里湾之后，我们分成几组，分别去进行实地考察，了解当地的三农政策的实施方案以及扶贫工作的开展情况；街头调查访问，搜集民意，知悉群众对于三农政策的了解程度以及三农政策实施后的切实效果；惠农政策普及宣讲，到群众家中去，向其宣讲国家对于三农政策的规定以及相关法律；设立法律咨询点，解答村民们的问题，为其提供解决问题的途径与方法。

在实践的过程中，尤其是在对街头访问的问卷进行统计总结之后，我们发现有部分村民对于三农政策是相对比较陌生的，比如最基本的三农涉及的是哪三农也不能准确地讲出来，说明对于三农政策的普及我们依然做的还不够。在法律咨询站，村民们向我们咨询了很多问题，对于能够解答的我们都尽全力为其进行解答，涉及相关国家政策的我们也认真为其介绍，村民们参与的积极性很高，也很乐意去了解这些政策法律，但是有一部分问题我们也的确无法解答，不能为其提供良好的解决方案。

几天的实践下来，一方面我们收获了很多，除了自身增强了对三农政策的了解外，也为八里湾的农民们尽我们所能的给予帮助。另一方面，我们也充分感受到了一个政策要切实落实到广大人们中的难度之大，具体各个环节中的可能出

现很多的复杂情况。

我觉得这一次的实践活动，不仅使我们自己对国家的三农政策有了进一步的认识了解，使八里湾的村民们有了更深入的了解，也让我们有了一次机会能够真正去了解一个政策在实施过程中的各种问题，让我们明白三农政策的普及与发展还需要我们继续做出努力，让这个政策真正的达到惠及农民，造福农民的目的。

我们一直在路上！

社会实践感悟心得体会励志篇三

有一种告别很无奈，谁都害怕这一天的到来，然而我们如何都逃不开。今天是寒期社会实践的最后一天，心里有点小兴奋，又有点惆怅。兴奋的是我们经过二十多天的努力奋斗终于看到成果了，我们最终达到了目标。而实践一结束，意味着我们“飞翔”实践队在一起实践的日子也就没有了，多希望时间能够倒流，再让我好好体会一番。

结束了，不可惜，放弃了，才无益，我希望未来的寒期社会实践里能一直有“飞翔”的存在，然后把这份对社会的贡献一直传递下去。让每个队员都能体会寒期实践的意义所在。

社会实践感悟心得体会励志篇四

我国规定11月9号为全国消防日，因为火警电话是119，我们学校特意在今天举行了消防演练。下午1点20分，老师走进了教室，然后开始讲解消防知识，并再三叮嘱我们要记住刚才的话。

我们满怀期待这次演习的到来。终于，“呜……呜……”，报警声响起，一、二年级的小同学在老师的带领下紧急疏散，又立刻集中在操场上。轮到我们四年级了，当急促又刺耳的报

警声再次响起时，老师手一挥，我们敏捷地用自己的衣服捂住口鼻，猫着腰快步加小跑地跑了下来，跑到操场我们又迅速地排好队伍，这是，我心里沉甸甸的包袱才放了下来了。第二次演练开始了，我心里的紧张感少了一点了。大概过了十来分钟，广播里的火警声再次响起，全校同学就像士兵接到命令一样非常有秩序地猫着腰疏散到操场。我们全校同学又有秩序地排好队伍。

幸亏今天让我们“经历”了这场火灾。这边的火继续在燃烧，那边前来参加消防演练的消防员叔叔紧接着给我们讲解起了怎样使用灭火器。为了让我们小朋友也学会使用灭火器，方老师叫五、六年级的哥哥来试一试。我看那些哥哥也挺紧张的样子，可能是第一次使用吧！

演练结束后，老师教育我们，如果真的发生火灾，我们千万不能紧张，一定要消除恐惧心理，团结一致，成功疏散。

社会实践感悟心得体会励志篇五

《刻意练习》这本书很早之前就听说过，不少文章有推荐。之前在_阅读上又看到了，就收藏起来了。直接春节的这段时间，趁着假期，就打算在手机上阅读，因为方便携带。

但是远远高估了自己的意志力，以为在手机随时能查阅，阅读的时间会缩短不少，结果，刚好就是使用手机阅读，每次打开手机，就忍不住的去刷其他了。所以，算下来整整是一个月的时间了，才看完。

本书开头有点想要打破“一万个小时”定律的味道，但是越读到后面，越觉得作者是很认可这个定律的，但是作者把这个概念更加进一步的解释完整，让人们不再是迷迷糊糊的以为，只要我在某一个领域中付出了一万小时的努力，就能成为这个行业的专家。一万个小时是基本条件，但是你如果只

是重复的做，一万个小时，可能就是简单的一万个小时而已。那一万个小时付出成为专家的那些人是怎么做到的呢。因为他们在一万个小时吉，做到了“刻意练习”。

刻意练习，意味着你需要在每天的重复动作中去打破跟突破，每次设定好一个目标，做到了，继续把这个目标进行升级，加以重复的练习。

有目的的练习，包含了以下的特点：

一：有目的的练习具有定义明确的特定目标。我们假想的音乐学生如果确定了类似下面这样的练习目标，可能会比他漫无目的的练习要成功得多：“连续三次，不犯任何错误，以适当的速度弹奏完曲子。”如果不制订这样一个目标，就没有办法判断练习是不是成功了。

二：有目的的练习是专注的。如果你的任务目标是要记住100个连续的数字串，首先的任务是记住30个，然后顺利的记住了；接着进行35个，这次可能需要进行几次，你才能记住，但是完成了35个之后；难度继续增加，此时你可能已经很兴奋了，因为之前从来没有突破过35，继续给你增加难度（）你还是会很乐意接受，来吧，继续；终于40个的数字，居然都记住了，虽然已经不能再继续增加难度了，因为没办法继续完成下去了。要想取得进步，必须完全把注意力集中在你的任务上。

三：有目的的练习包含反馈。你必须知道某件事情自己做得对不对，如果不对，你到底怎么错了。一般而言，不论你在努力做什么事情，都需要反馈来准确辨别你在哪些方面还有不足，以及怎么会存在这些不足。

四：有目的的练习需要走出舒适区。对于任何类型的练习，这是一条基本的真理：如果你从来不迫使自己走出舒适区，便永远无法进步。比如，业余钢琴爱好者在十几岁的时候就上钢琴课，等到30年过去了，他还在以完全相同的方式

弹奏着那些同样的歌曲，看起来，在那段时间里，他已经积累了数十万个小时的“练习”，但他绝不会比30年前弹得更好。事实上，可能还比年轻时弹得更差。

作者也在书中列举了众多的明星，伟人。之所以他们能够确定如此的成就，并不是天赋造就，而是脱离不开日复一日、年复一年的练习。一万个小时是基础，但是要想突破，你就得加上“刻意练习”。

社会实践心得感悟范文

社会实践感悟心得体会励志篇六

到xx酒店实习已经有二十来天了，原来时间过得这么快，这二十来天也只不过是一眨眼的功夫，但是这一眨眼的时间我可真的一点都没有浪费，因为呀我已经破壳而出了。刚开始我对中餐厅的工作可以说是一无所知，而现在的我对中餐厅的工作也只是略懂略懂，我还需要不断的去学习，因为我们中餐厅的文化呀博大精深!我们餐厅的地盘不大岗位挺多，我们有迎宾台，收银台，包厢，大厅，还有我们的后场，每个岗位都有每个岗位要做的工作，所有的岗位之间又要做到很好的配合，在这里不得不夸我们中餐厅的主管经理还有所有的员工都是非常有爱的，每天他们都会教会我，帮助我去完成各样的任务，在休息的时候我们也会在一起开心的玩闹。我们简直像一家人一样，而这就是我们的家。

如果你今天要来我们家做客，让我来告诉你，你会被怎样的服务。当电梯门在二楼打开的时候，你第一眼看到的会是我微笑的对你说：您好，您几位用餐?我会根据您的回答带您到包厢或是大厅的位子上坐下，然后会有点菜员为您点菜再将您的菜单送到后场，我们的大厨会立刻为您准备菜肴，再由我们的服务员为您上菜，您用餐时有任何问题都可以呼叫我们服务员，我们很乐意为您服务。用完餐后，您可以让叫我们到您的位子上为您结账，也可以选择到收银台结账签单。

等您要离开的时候我会为您开电梯的门;请您慢走。，我们这一一条龙的服务希望您会喜欢。

社会实践感悟心得体会励志篇七

1. 当前社会(企业)对高校人才需求特点调查分析
2. 某地区人口老龄化及养老方式情况调研
3. 农民业余文化现状调查与分析
4. 某地区文化产业发展状况调查
5. *当前在“互联网+”前提下大学生服务社区的调查与分析
6. 当前城乡收入差距与思维能力关系调查研究
7. 当前大学生关心的社会热点问题及加强舆论引导的对策建议
8. 企业在互联网思维下的人才招聘选拔调查研究
9. *农村“公推直选”发展状况调查
10. *新型农村合作医疗现状调查
11. *留守儿童现状调查与分析
12. 农村家庭结构变化调查
13. *农村文化消费状况调查
14. 农村基础教育现状调查
15. 城镇人口结构情况调查

16. *农村留守儿童基本生活状况调查
17. *所在地区空巢老人生活状况调查
18. 农民的维权途径调查
19. 社会主义新农村建设状况调查
20. 所在地家庭财务状况调查
21. *所在地生态环境状况调查
22. *民间宗教信仰问题调查
23. *改革开放以来人们生活方式的改变调查
24. 农村人口状况调查
25. 农民思想道德状况调查
26. 农村法律意识现状调查
27. 农村旱情的调查与思考
28. *所在地“啃老族”现象调查
29. 校园暴力问题的调查与分析
30. *农村养老问题调查
31. *农村网络普及率及其对农村社会的影响
32. *农村集市与小卖店中的食品安全问题
33. 农村劳动力外出打工与婚姻家庭稳定状况调查

34. 部分农村留守儿童的暑期生活现状的调查与分析
35. 我国农村群众的精神文化生活调查
36. 调查和了解当代社会青年的世界观、人生观、价值观、法治观状况
37. 农村信访现状调查
38. 大学生创业现状调查
39. 当代青年恋爱观调查
40. 农村留守儿童教育现状调查
41. 失独老人生存现状调查
42. *家乡所在地鼓励大学生自主创业情况调查
43. *家乡所在对改革开放形势的调查
44. 家乡所在地对于社会热点的认识度及对社会公益事业的调查
45. 家乡所在地关于互联网对人们生产生活方式影响的调查
46. *侵华日军与我的家乡调查
47. 东北抗联的足迹和抗联精神的教育意义
48. *口述历史——走访中国现代史的亲历者
49. *改革开放30年家乡经济巨变的社会调查
50. 伪满洲国的历史考证

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

社会实践感悟心得体会励志篇八

不知不觉暑假即将过去，快乐的时光弥足珍贵，但那短暂的经历总是耐人寻味的。这短短三十天的社会实践有汗水，有欢笑，更有沉甸甸的收获。

暑假社会实践活动已经结束，蓦然回首，虽然没有很长时间的锻炼，但却给我带来的影响远没结束。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，让我们有机会到社会的大课堂去见识世面，增长才干，磨练意志，在实践中检验自己。

有时候感觉工作还是有点辛苦，比较乏味，但我更多的感觉到的是我在成长，有意义的成长。而且在另一方面，我也感受到了“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”意识到了自己的不足，因为自己没有什么实践经验，处理问题不够成熟，书本的知识又与实际结合不够紧密，没有与人交流的口才，而且有的东西以前没有尝试过，看起来很简单，做起来却并没有想象中的那么理所当然。但是在那一次又一次的实践中，我正渐渐把那些“错误”减少。

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。

这次的实践活动还让我懂得了，我们现在还处于学习阶段，没能真正了解到工作的难处和辛苦，和自己踏入社会所要面临的种种问题。想想现在的我能在这么好的环境下读书，我们就更应该要学会珍惜，而不应该整天在家无所事事。现在的社会需要的不仅仅是拥有知识的人，更加需要的是拥有各方面的能力、综合素质较强的人才。如果我们光靠在学校汲取知识，那是远远不够的，从现在开始，更重要的是注重自己能力的培养。

我庆幸的是我还是一名在校学生，我只有真正的把本领学好，才能在未来真正进入社会时不至于这样不知所措。参加社会实践，我明白大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式；是促使大学生投身改革开放，向工农群众学习，培养锻炼才干的好渠道；是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。

在这次社会实践让我体会到，我们不应该是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，社会实践的磨练，让我更加深深地认识到社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有我们正确的深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们更好的发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会奠定良好的基础；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。所以我认为今后的工作就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、民族、社会的全面发展出谋划策。社会实践是我们一笔巨大的财富。

总之，这个暑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的收获。

暑假社会实践心得及感悟（二）

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。在这个火热的七月，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。而实习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。

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。

暑假的社会实践活动已经结束了，然而活动的每个场面却深深的印在我的脑海里，虽然是有苦有累的十五天，但我觉得这是一次不错的经历，我又结识了几位新的朋友，开阔了眼界，从中学到了不少东西也增长了不少才干。使我懂得了在将来不管做什么要有坚持不懈的精神。要勤劳，要虚心学习，不耻下问。要明确目标，端正态度。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定的阻碍。在这次实践中，通过亲身体验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。

这次的社会实践，让我有着很大的感触：人的一生中，学校并不是真正永远的学校，而真正的学校只有一个，那就是社会。在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

通过此次实习，让我学到了很多课堂上更本学不到的东西，仿佛自己一下子成熟了，懂得了做人做事的道理，也懂得了学习的意义，时间的宝贵，人生的真谛。明白人世间一生不可能都是一帆风顺的，只要勇敢去面对人生中的每个驿站！这让我清楚地感到了自己肩上的重任，看清了自己的人生方向，也让我认识到了工作应支持仔细认真的工作态度，要有一种平和的心态和不耻下问的精神，不管遇到什么事都要总代表地去思考，多听别人的建议，不要太过急躁，要对自己所做事去负责，不要轻易的去承诺，承诺了就要努力去兑现。单位也培养了我的实际动手能力，增加了实际的操作经验，对实际的工作的有了一个的开始，更好地为我们今后的工作积累经验。

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实习期间里，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。

实习期间，我从末出现无故缺勤。我勤奋好学.谦虚谨慎，认真听取老员工的指导，对于别人提出的工作建议虚心听取。并能够仔细观察、切身体验、独立思考、综合分析，并努力学到把学样学到的知道应用到实际工作中，尽力做到理论和实际相结合的最佳状态，培养了我执着的敬业精神和勤奋踏实的工作作风。也培养了我的耐心和素质。能够做到服从指挥，与同事友好相处，尊重领导，工作认真负责，责任心强，

能保质保量完成工作任务。并始终坚持一条原则：要么不做，要做就要做最好。

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！

社会实践感悟心得体会励志篇九

通过这一个多月的社会实践活动，让我取得了丰富的社会经验。

第一，做事要严谨

之前历来不知道自己是这么的粗心，填写报表的时候任何一个数字，任何一个汉字都不能写错，一错就得作废，这就必须仔细，愈甚的时候，当面临促销点产品报废时，要及时和主管说明，同时还要与相应__的同事说明清楚，以确保工作的顺利交接，才能保持有条不紊的工作秩序。另外，要加强与其他促销员的交换，以致于能使自己更能熟习整个工作流程。

第二，学会坚持

天天的工作都是紧张而繁忙的，以为自己很坚强，很有时候还是会脑海中闪现出放弃的动机，但骨子里还是时刻地鼓励自己往坚持。是的，到目前为止我坚持下来了。虽然我的业绩不是秀的，但我到达我的目标及要求。我的坚持是我的收获，也是我的自豪。

第三，学到宽容

在与顾客进行交换时，难免会出现在利益方面的冲突。同时由于天气酷热的原因，客户的心情不是特别的好，偶尔会出现言语过激的状态，因此，只有时刻保持一颗宽容的心，才可能顺利地完成每项工作。

通过学习与锻炼让自己想到了学校时光的珍贵，知道了工作的辛劳，知道了如何学会克制自己，学会了如何积极地往与人打交道，如何全身心的投进到工作中，更重要的是通过不断地失误与成功让自己更加清楚的熟悉到自己的上风与不足，能够有一个更加明确的目标往面对未来！

由于我属于短时间工，所以我的工资是按天计算的，比正式员工的工资要低一些，很感谢经理能够给了我这次实习的机会，同时也十分感谢同事们的支持和鼓励，各方的帮助才使得我的社会实践能够美满完成。我想，_超市做急促的工作经历将是我永久珍惜的宝贵财富。

个人社会实践心得感悟范文

社会实践感悟心得体会励志篇十

在实习中，不仅让我受益匪浅，也让我看清了自己还存在许多不足。出了校门，我们才知道自己在校园里，认为简单的专业课，其实离现实还有很多的不同，为了更好的能化知识为技能，需要努力的还有很多很多。可能是因为自己来到一个陌生的新环境不能马上适应，所以做事情总是找不到头绪。担心自己非但没有帮上忙，倒给人家添了乱，所以对各项工作的学习稍慢了一些。由于走出校门来到工作单位，所以容易忽略一些细小的工作。幸好自己、以及公司同事可以在发现问题后，能够及时想办法解决。其实，只有发现了问题，才能更好地了解自己，知道自己哪里还需要改进，从而向着更好的方向发展。所谓“知己知彼，百战不殆”。只有过了

自己这关，才能更加自信地去接受任何挑战。

当今社会，科学、信息技术的日新月异，我们只有在不断的学习中才能进步。在走出校门之后我们面临的是很大的就业和生活压力，只有不断的进取才能取得成功。在以后的.与同事的工作相处中要谦虚好学，这样才能迅速补充自己的工作经验，同时获得愉快的工作环境。经过这次实习，很多东西我都是初次接触，学习。所以我现在不能再像以前那样等待更好机会的到来，要建立起边学习边就业的就业观。同时要有信心，学会在社会上独立，敢于参加，敢于承受压力，使自己能够在社会上快速成长。

真的很高兴，可以参加这次的实习，我会将我在这次实习中所学到知识和体会到心得、感想牢牢的记在心中，为今后的学习和工作提供经验，让自己可以更加自信地迎接未来的挑战。在这个蓬勃发展的时代，伴随着美好青春一起飞扬，飞向远方，去追逐我的梦！。

社会实践感悟心得体会励志篇十一

其实，我一直相信缘分，相信一种感觉;有时，虽是未曾相遇，却有着似曾相识的感觉。感谢缘分，感谢生活。

在几天的工作中，我真的十分感谢我的项目负责人——大哥哥。在我们的交流中我才得知，缘分就是这么神奇，在我接手他这个兼职之前我们就曾经相遇过，他还十分热情的给我提供了帮助。在6天的`工作中，他更是给我们带来了很多的欢乐，因为他，我们一路上都可以嘻嘻哈哈;他很细心，那天我身体不舒服，他再三的询问，给予我亲哥哥般的关怀;他是一个驾车新手，所以他总是笑着说我们是他的第一批乘客，也因为他是新手，所以坐他的车真的有些心惊胆战，但是现在想想真的妙趣横生。

昨天我接到通知说项目出了些问题工作情况要等通知，然后，

今天早上又接到了项目终止的通知，才发现，那日下午的匆匆一别，竟可能再也不相见，我想：出现在我生命中的都是该出现的人，虽然他们陪伴我的道路很短，总是教会了我一些事情或陪我走了一段路便离开了，我还是很感谢他们曾经出现在我的生命中，让我的生活变得多彩，感谢那些曾经出现和现在还生活在我生命里的朋友，亲人！且行且珍惜，感谢！

社会实践感悟心得体会励志篇十二

在注重素质教育的今天，大学生假期社会实践作为促动大学生素质教育，增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，作为培养和提升学生实践、创新和创业水平的重要途径，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，我们深深地理解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，只有准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，持续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，提升实践能力，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很多。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理解更多的人。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，而是对自己的水平做出肯定。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关系。重要的是你的水平不比别人差。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。

三、在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道要打假期工时，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如哥哥所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别

人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某个名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

四、工作中持续地丰富知识。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，使用所学知识实践自我的途径。亲自实践，而不是闭门造车。实现了从理论到实践再到理论的飞跃。增强了理解问题，分析问题，解决问题的水平。为理解社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。

社会实践感悟心得体会励志篇十三

扶贫慰问活动结束了，可是我的心却一直难以平静，连续几天晚上久久难以入睡，眼前不断的浮现出原来只有在电影电视里才得一见的画面：风一吹好象就要坍塌的歪歪斜斜的茅草屋，屋里是黑乎乎的木头屋顶；厨房里是黑乎乎的锅灶，边上放着一个没有了上半截的带着高低不平的碴的缸，是用来装水的；炕上摊着黑乎乎的最少得二、三十年的被褥；除了黑乎乎的老式的木头柜子外，没有见到任何家具和电器……整个屋子给人的整体感觉就是黑乎乎的，很平民、很压抑、也很艰辛。在这样的小屋里，墙角的最上方张贴着三、四幅毛泽东的画像，纸已经发黄变旧了，估计也是有年头的了，也许这就是这一家人生活的支柱吧。这就是在活动中我见到

的最贫困的一户人家，家里三口人，70多岁的老两口带着一个30多岁的没有自理能力的傻儿子。见我们去了，老两口眼里满含泪水，我知道那是感激的泪、辛酸的泪、无奈的泪；老人的手好象老树皮一样，一道道深深的黑色的沟，那是艰辛的劳作筑成的。从老人的口里得知，他的儿子由于小时候一次意外摔伤，大脑受损，因为没钱医治，越来越重，变成了现在的样子，不只是傻，还要不断的闹腾，半夜经常起来闹，把家里的炕刨得都是坑。对于没有生活来源的老两口，傻儿子是最大的心病。老人说，他只能把苦水吞在肚子里，出门在外时装也要把笑容挂在脸上。穷点没关系，精神上的折磨让老人心力交瘁，无路可走。

看着饱经风霜的老人不断用袖口擦眼泪，我心酸极了。没想到还有这么穷困的家庭，这么令人辛酸的老人！七十多岁了，辛辛苦苦、认认真真的生活一辈子，把儿子养到三十还得继续，却没有任何盼头和出路，这需要多么大的承受力。回来的路上，大家都在为老人的生活担忧和唏嘘。我们的到来多少能为老人送去一丝慰藉，但却解决不了根本问题，如果能从根本上解决老人的生活问题就好了，就比如想办法治好老人儿子的病。

回到单位，与其他组的同志们交流，也都见到如老人一样的困境，大家都说“穷，真穷啊！”只是穷的原因不一样。我盼望国家能够尽快的建立起全民的医疗、养老保障，给这些新世纪仍处在水深火热中的善良的穷苦百姓们一点点依靠和慰藉！

现在，我们能做的就是尽己所能，为那些真正需要帮助的人尽一点力。哪怕是一个盛水的桶、一件御寒的衣裤、一套半新的被褥，都会给那些没有任何生活来源的人送去一丝温暖。