# 2024年大学生寒假心得体会优秀8篇

来源：piedai.com 作者：撇呆范文网 更新时间：2024-04-06

*通过心得体会我们能够更好地规划自己的未来，实现自己的梦想，写心得体会已经成了我们工作和学习中的一项常见任务，下面是职场范文网小编为您分享的2024年大学生寒假心得体会优秀8篇，感谢您的参阅。2024年大学生寒假心得体会篇1\"纸上得来终觉浅，*

通过心得体会我们能够更好地规划自己的未来，实现自己的梦想，写心得体会已经成了我们工作和学习中的一项常见任务，下面是职场范文网小编为您分享的2024年大学生寒假心得体会优秀8篇，感谢您的参阅。

2024年大学生寒假心得体会篇1

\"纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。\"经历社会实践主要是让自己更进一步的了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性。想通过社会实践找出自己的不足和差距所在。以及锻炼自己的口才和人际交往能力。

来到公司，我没有想太多，径直走向收银台，询问了店长招聘寒假工的事，由于听朋友说xx招人，所以就直接去。也许是一种缘分吧。在工作的这段时间交到了很多好朋友，并且学会了推销，对于从未从事过的行业我感觉很好奇，每天推销的衣服价位在3000元以上就有奖金。虽然不多，但通过自己的努力换取的，我觉得特别欣慰。

这是我第二次经历社会实践，去年暑假在一个装饰公司当一个小小的业务员，也学到了很多有关装饰方面的知识，对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质，虽然天气严寒，寒风呼啸，我毅然踏上了社会实践的道路，想通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会。在实践中增长见识，锻炼自己的才干，培养自己的韧性。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

在现今社会，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题，招聘会上的大字报总写着\"有经验者优先\"，可还在校园里面的我们这班子人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地走入社会，能够适应国内外的经历形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我来到了公司，开始了我这个假期的社会实践，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的，另一方面，实践可为以后找工作打基础，通过这段时间的实践，学到了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到的东西自然就不一样了，要学会在实践中学习，从学习中体会实践。

现如今中国的经济飞速发展，又加入了世贸组织后，国内经济日趋变化，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，对于人才的要求就回越来越高。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。

也许卖衣服和我们学会计的也没有多大关系，但是通过推销衣服可以知道钱的来之不易，可能在卖衣服的过程中会接触形形色色的人，那就得看你的变通能力和语言方面的说服力，这是我们在学校无法学到的，因为接触了社会，人才会有成长。不然老依靠父母给的物质保障那是完全不够的，虽然这次社会实践体验没有持续多久，也只赚了几百块钱，但有的东西是真真切切学到了，所以我认为这次实践很成功，也很值。

在实践的这段时间内，我穿街走户接触各种各样的人和事，这些都是在学校里无法感受到的，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，不会有人告诉你这些。你必须要知道做什么，要自己去做。而且要尽自己的努力做到最好。

在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方。也要不断学习别人怎样做人，以提高自己的能力。记得曾经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。

记得曾经老师说过，大学是一个小社会，但我总觉得校园里少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份，接触那些刚刚毕业的学长学姐。他们总是对我说要好好珍惜在学校的时间，在这次实践中，我感受最深的一点是，在学校，千里论的.学习很多，而且是多方面的，几乎面面俱到，而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书上的知识一点，都用不上的情况。

实践体会:回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校是学不到的。

在社会上要善于与别人沟通是需要长期的练习，以前没有工作的机会，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有时冷场，这是很尴尬的，人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，事半功倍，别人给你的意见，你要听听从、耐心、虚心地接受。

在工作上还要有自信，自信不是麻木的自夸，而且对自己的能力做出肯定，社会经济缺乏，学历不足等种种原因会使自己缺乏自信，其实有谁一生下来就什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了，就算没能解决，最起码自己是开心的。

知识的积累也是非常重要的，知识犹如人的血液，人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭接触的导购业，对于我来说很是陌生，要想起工作做好，就必须了解这方面的知识，对其各方面都有深入的了解，才能更好地应用于工作中。

这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富，在今后我要更多的挑战社会实践，磨练自己的同时，让自己认识的更多的社会实践，磨练自己的同时让自己认识的更多。使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。

作为广大青年学生接触社会。不了解国情，服务大众的重要形式，对于青年学生接触社会。了解国家情，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。

从社会实践中检讨自我。虽然在这段假期我没在我的专业知识点实践，没能在专业能力上有所提升，但是我感觉我懂得太多的书本上没有的东西，假期实践。增强了我的办事能力交往能力。叫我懂得人要打拼出一片属于自己的天空。

2024年大学生寒假心得体会篇2

今年的寒假社会实践已经不是我第一次打工了。去年暑假的时候我就已经在北国超市打了一个月的工。

当时打完工后我就有了很多感触，当时想写下来，可是由于懒，最终这一想法没有转化成为行动。就在前几天大扫除的时候，我突然从抽屉里翻出了一份打工报告来，这份报告是超市门店的左姐姐要求我写的，可是不知后来是什么原因，她一直没向我要。于是这份报告就留在了自己手里，现在看看都还是觉得是那么的受益匪浅。这份报告分为两部分，一是我打工的感受，第二是我对北国超市的一些意见和建议。当然，对于大家来说，还是会对第一部分比较感兴趣吧！我在北国打工的感想大概有以下几点：

１.文凭只是一块敲门砖。你可以在敲门的时候拿着这块砖而洋洋自得，但是伱当进入着扇门后，就不要再把它当做是一种必胜的资本了。因为你会发现，进入这扇门后大家就又一样了，甚至有文凭的比不上那些德高望重的。的确就是如此，相对于文凭来讲，社会更看重的是资历和经验。

２.公司不是家。公司就是公司，它永远也不会成为我们的家。因为维持公司运转的是交易，是合同。只有当你可以给公司带来利润的时候，公司才会让你成为其中的一员。如果当你对公司没有丝毫的利用价值，那么即使你对公司是十分忠诚、十分热爱，我想最终还是会被公司“遗憾”的辞退。我说这点的目的并不是让大家在工作上偷工减料。尽职尽责地工作是天经地义的，这就如同公司要发给工人工资一般。我的意思是，当大家不幸的被某家公司辞退的时候，不要觉得心寒。你要清楚的是，公司之所以辞退你，不是因为他们怀疑你的衷心，而是因为你对他们来讲不再有利用价值了。在这里，希望那些过于投入工作并且过于信任公司的的人们有个心里准备。当然公司是自己的除外。

３.利益是维持同事关系的关键。这点其实类似于上面一点，只不过这点的范围运用的更广。在打工的时候我更是对这句话颇有感触。其实我从来不认为被人利用是一种贬义的说法。我很同意哥哥说过的一句话：当你被人利用的时候，你就会体现出自己的价值。当没有人利用你的时候，就说明伱是真的没用了。人和人之间的关系也确实按照这一规律进行着。仔细想想，在别人需要帮助的时候想到你，这何尝不是一种能力的体现呢？看来要想“朋友”遍天下的话，自己首先要有能力；换一个角度来说，有能力后就会有更多的“朋友”。这是一个良性循环，何乐而不为呢？

这就是我在北国打工的一些感想。当时想想，觉得打工挺苦的：一天站８个小时，随时接受摄像头的监视，到了晚上还要叫卖。我从小到大都没干过这活，开始叫卖时真觉得不好意思，可是一想到这是工作，也不得不照做，后来就渐渐适应了……

最终我们找到了一个给企业发传单的工作，一天３０元，每天工作６个小时。开始想想觉得挺简单，但开始工作后才发现难度很大。那么冷的天气，我们要在外站着，热情地给别人发传单。但是路人的反映，往往十分冷淡。更惨的是，我们要随时接受老板的检查，他要检查我们是否认真工作了。通过这次打工，我们是深切地体会到了资本家的剥削本性啊！呵呵。不过，也确实有收获，这次面对的人更加的社会化，并且没有任何人的照顾是的这次的社会体验更加真实了！最主要的是，我的脸皮是更加厚了，呵呵。

这两次打工社会实践感受有两个共同点，那就是：大学和社会是截然不同的！读书真的是一件再幸福不过的事了，不用为任何生存的事情发愁，更不用勾心斗角。只要把掌握了知识就算完成任务，实在是太简单了！可是，我们早晚都要走出象牙塔，就算外面的世界再黑暗、再艰难，我们还是要面对的。因此，越早适应社会对以后越有好处，适者生存嘛！这也正是我打工的最重要的目的。不管是什么工种，就算它再不起眼，我觉得也能从中收获一些东西，那是从书本上学不到的……虽然我们是大学生，但是你在社会上实际的感受一番，你就会明白，大学生在社会上的分量是越来越轻了。有的岗位还专门注明：不要大学生。（这是我在询问上好佳临促的时候了解到的，厂家认为大学生太木了）怎么样同伴们，倍受打击吧？但这就是现实！现在，学还是要上的，而且还是要上好的；但仅仅学习好是远远不够的，多接触接触社会，就会觉得受益匪浅，也许从中也能找到奋斗的动力，也许人就是这样长大的吧……

2024年大学生寒假心得体会篇3

这是我上大学以来的第一个寒假，理所当然要回家和父母亲人团聚。不过身为当代大学生，总不该“日出三竿而起，日落西山而息”地无所作为。回到家后，我与父母商量，准备找一份工作。可是工作还没找到我人却先病了。等我恢复如初时，假期已经过了一半了。本以为打工的事就这样泡汤了。没想到，隔壁的李叔到我家来了。他说原来的售票员李姐过两天有事，想找人代班，问我是否愿意去。反正闲着也是闲着，我就一口答应了。在我的印象里，售票员不就是收收钱嘛！这种活儿，只要认识钱不就会干嘛。可是李叔还是让我提前一天跟着李姐熟悉一下工作内容，了解情况，简单的帮忙找余钱我本不想提前去，可还是点头答应了。

因为是春节，大家忙着走亲访友，所以车上乘客特别多。慌乱之中，我差点找错了钱，幸好我反应及时。中午休息时，我把这事告诉了李姐。她没责备我，只是很认真地说：“做我们这行的，最重要的就是细心，认真，记忆力好。虽说车上上上下下的，又多又乱，很容易出差错，但是这也正能考验你能否在慌乱的场面中保持镇定。不过，你是第一次，已经不错了。

”我开始觉得我当初的想法，认识是那么肤浅。李姐又问我：“沿路的.站点，你今天上午记住了几个？这条路你平时坐车也经常过，应该全记好了吧？”我此时更觉得羞愧了，因为我根本就没注意这一点，这时候能想起来的也没几个。或许，李姐也意识到了我的尴尬，于是就拿出路线图，耐心地将每一个站点一一指认给我。我认真地在心里记了一遍，然后又利用饭后的时间记了几遍。

下午我开始反复检验自己是否记住了。提前说出下一个站点，并不断回忆以经过去的站点。功夫不负有心人，到晚上休息时，我已经能很快地说出任何一个站点的次序。此时的我也开始慢慢理解李姐的话了。

新的一天又开始了，此时已没有李姐的帮忙了，我要亲自招呼乘客了。我开始在脑海里回想昨天晚上李姐告诉我的几个注意事项：首先要合理安排座位尽量让老年人坐在中间的几排位置上，因为中间比较平稳；当然更要记住每一位新上车的乘客，因为这样收费时就会少出错；最后就是在每个站点到达之前提醒乘客下车，让乘客提前做出准备。还好，这一切进行的还算顺利。就算我有一些小疏忽，司机李叔也会及时的提醒我。将近中午，有一位头发雪白的老奶奶上车了，但车内已经没有座位了。我问其他乘客是否愿意让出一个座位，没想到居然有两个学生模样的年轻人都站了起来。

当时，真挺为他们感到自豪的。事情虽小，但却能反映出我们当代学生的道德修养水平。短短的几天很快就过去了，对乘客来说，仍如往常一样的上车下车；但对我来说，这是一次不寻常的经历。当车内比较拥挤时，我会提醒乘客看好自己的物品，以防拿错或丢失；当碰上心急的乘客时，我会提醒他等车停稳了再下车，安全最重要。

看到乘客们安全下车时，我这个“假”售票员心里就会涌出一股满足感。这几天的经历我最深切的感受就是：不论什么事只有亲身的体验过，才会有真实的感受，才能对这件事有比较实在的，深刻的认识；还有一点就是，世上无易事，均须用心去做。

2024年大学生寒假心得体会篇4

虽然而今很多都是用手机来支付，作为收银员，同样也是收付现金的，毕竟还有一些人是不习惯用手机来支付的，而在做这份的时候，我也是跟随同事，看着他们做了半天，然后教了我半天，我也是上手了，的确操作是的简单，但是收银员是要注意很多细节的，像袋子里的商品是要确认清楚，也是有一些想贪便宜的，把商品混装，期待蒙混过关的，或者标价不一致的，都有这种情况。在收现的时候也是需要确认清楚不要收到假币了，同时在和客户扫码核对商品的时候也是要好好的确认清楚，避免误扫或者遗漏了，导致耽搁时间。

寒假的`时候超市是比较繁忙的，毕竟过年了，很多人都是需要去购置东西的，而一天的收银工作下来，我也是感觉到特别的累，别看这个工作就简单，但其实真的做下来，还是挺辛苦的，而且有时候也是会感觉到很枯燥。可以算是一个比较基础重复性的工作，但是在这份工作中我也是明白，无论做什么事情，都不可能避免重复，而且也是需要我们有耐心的去做事情，就像我们学习英语，背单词，就是比较枯燥重复的，但是想要背好，灵活的去运用，就需要我们去下一番的苦功夫。

做好一件事，就必须付出很多的精力，同时在这份社会实践工作之中，我也是可以感受到要做好，想要得到客户的满意，的服务态度也是非常的重要，不能板着一个脸来做事情，要微笑的去服务，让客户感觉到我们的热情和欢迎的态度，说话也是需要有一个友善的语气，开始我做的不是太好，毕竟没做过，也有些放不下身段，但是经过反思和总结我也是知道，既然做了这份工作，那么我还是要去把它给好好的做好，所以我也是努力的去提升自己的服务水平，做好收银员的工作，回顾这一个寒假的工作，我也是感觉到了我的经验不足，以后也是要多参加社会实践，锻炼自己，提升自己的能力。

2024年大学生寒假心得体会篇5

实践单位：\*\*\*书画报

实践时间：\*\*年6月25日-8月25日

从\*\*年6月25日-8月25日，我在神州诗书画报社进行了为期两个月的实践，对于一个从未接触过纸媒的人来说，这份工作是有一定挑战性的。在实践期间，我学习到了很多在校园里学不到的知识，增加了不少阅历，将在学校学到的理论知识很好地与实践相结合。同时，也发现了自身的很多不足之处，这些难得的收获使我受益匪浅也必将对自己以后的实践和工作有很大的帮助。因此，我很感谢学院安排这次实践，感谢报社众多老师给我们的辛勤指导和热情帮助。现在，我把自己的实践情况简单的总结一下。

选择《神州诗书画报》作为实践单位缘于学校校友会的介绍，《神州诗书画报》是经国家新闻出版总署批准、面向国内外公开发行的全国唯一一份集诗书画于一体的书画类专业周报。神州诗书画报以“弘扬中国优秀传统文化，促进社会主义文化事业大繁荣、大发展”为立足点，以遵循“权威、高端、精品、创新”为办报宗旨，不断发现和推出具有投资潜力和学术价值的书画艺术家。后来的经历证明我选择本报实践是正确的选择，本报的老师对我和我们一起实践的同学都很关心，及时给我们答疑解惑，让我们在短时间内有了很大的进步。同时也尽量让我们不至于浪费宝贵的时间，每天都有事可做。本报的记者不多，所以每个人的任务就比较大，每天都很辛苦，刚来报社的第一天我就感觉到了他们都是那么的敬业，那么的热爱这份工作，对于我们这些实践生也是当做朋友一般，经常跟我沟通交流，指导我们的方方面面，在工作和生活方面都给予我们很大的帮助。

首先，我先将自己在报社的主要工作做一下简要的概括。

在报社正式上班的第一天刚好是周一，报社每周一都开例会，总结上周工作的同时制定新一周的工作计划和实施方案，我们刚到的这些实践生就一一做了自我介绍，之后主编皆我们的学姐就给我们发了十期报纸，先让我们学习本报报纸的基本布局，阅读相关的书画类文章，通过一段时间的学习，我觉得自己的鉴赏力和阅读能力都有很大的提高，同时也对纸媒有了更加深入的认识。

接下来，我们有幸参加了本报社举办的第一次大型的活动“神州好丹青”，这次活动旨在发掘一批功底深厚、技艺精湛、潜心创新的实力型国画家。我们全程参与了该活动。在活动的前期，我们做的主要是宣传工作。主要内容是：1、搜集整理全国各地美协、画院以及与艺术密切相关的各种资料;2、向美协、画院、画廊邮寄附有我们“神州好丹青”活动招募启事的本报周刊以做宣传;我们一共发了登有启示的五期周刊;3、写信封，在两周时间内，我们一共写了将近五千份信封，并且在写信封的时候还要核对邮寄地址是否准确无误;4、之后我们的任务就是装期刊、粘信封、去邮局寄送整理好的信件;5、我们还通过短信平台来宣传我们的活动，由记者部搜集整理国家画院的通信录，之后我们对其发送“神州好丹青”的招募启事。在这个过程中，我们的工作量还是很大的，虽然做的事情有点琐碎，但是却需要很大的耐心和毅力，虽然每天做的工作比较简单，但我却觉得很充实、很快乐，同时也磨砺了我的意志和耐心，我觉得这些品质是以后工作所必不可少的，是以后工作所必须具备的。

完成了前期的宣传工作之后，就进入了工作的中期阶段。在这个阶段，我所做的工作有：1、将附有征稿启事的信件以及短信发送出去之后，就有一部分有意向的参加本活动画家打电话来咨询，我们的任务就是接听电话，解决来电咨询的问题，而且周六、周天我们也加班帮忙接电话;2、整理来稿人员的信息，并将其电脑存档、信封记录、文件柜保存;3、国家画院的招募启事发出去之后，我们还将各位画家的联系方式这一宝贵的资源进行整理、存档;

除了全程参与“神州好丹青”这个活动外，由于报社前期人员比较缺乏，我们也协助报社的行政人员做了一些力所能及的事情，工作内容如下：1、去邮局办理大型业务;2、报社还办了“乡村美术教育计划”，是一个给甘肃各地以及四川泸州中小学免费发送本报社报纸的活动，在这个活动中，我的工作是搜集整理四川以及甘肃各中小学的地址以及联系方式;3、给每期的画家打包邮寄每一期的报纸;

其次，我要总结一下自己在这段实践期内的感悟、收获以及体会。

在这次实践中，我学到了很多在理论课上学不到的东西，包括理论在实践方面的运用。

这来两个月的实践对于我来说真的很难忘。

第一，第一次要把事情做好，对待工作不仅仅把它当作一种谋生的手段，更应当作一种艺术来做。做就要争取做到体现自己程度的最好。在本报的实践中，虽然干的工作技术含量不大，但是却需要百倍的耐心和毅力，对自己要有严格的自律自求，要严于律己，通过踏实的工作，尽可能做好每一件事，同时积极向别人学习，逐步提高自己各方面的水平。

第二，要有吃苦耐劳的精神，要准备随时在路上。通过这段时间的实践，我第一次切身体会到工作的辛苦和劳累。感觉干什么工作都不容易。对于新闻媒体这一行业来说，得具备绝对开阔的视野以及丰富的知识面，因此，通过这段时间的学习，我觉得自己在很多方面还是很欠缺的，因此更加激励自己在今后的学习和工作中更加地踏实、努力。

第三，要认清自己的位置。在实践中，应该把自己定位为一个学生，自己什么都不熟悉，都要积极向其他记者、编辑学习，虽然他们或者没有上过大学，或者没有较为专业的理论知识。但作为出入茅庐的实践生，他们的敬业，他们的工作热情，他们的积极作为，都值得自己去学习。用业余的知识去做专业的事，这也是一种很伟大的精神。对于一个自己陌生的环境，一边自己要主动去靠自己的力量去熟悉，另一边也要通过熟知的人去了解。他们都给自己提供了这样一个条件。作为实践生，在做新闻时，一定要把自己当成一个正式的工作人员，像他们那样尊师各项规章制度，爱岗敬业，严于律己，端正自己的态度，争取多学、多看。

第四，要努力拓展自己的知识面，使自己的理论知识和相关知识更加系统广泛。在报社工作需要广泛接触社会的方方面面，这就需要自己的知识应该有更大的接触面，需要对相关方面知识的全面了解直至熟悉。这就需要自己在以后的学习中多读，多想，多学，为将来投身做更职业的事情打好坚实的基础。

在这两个月中，我深深感受到了诗书画报的文化氛围，从中也领悟到了许多东西。我发现报社里很多人不是新闻专业出身，这说明了做新闻不一定是新闻专业的人才能做好，因为新闻记者和编辑只是报纸运做的小部分人员，报纸运做很大一部分还是在广告策划与市场营销上，同时，报社一个市场运营单位，在某种理念上也可以称为一个公司，这就需要使部门划分明确，人员职责到位，要有管理部门、服务部门与生产部门。记者与编辑只是生产部门中的成员，需要比较专业的知识，但是社会知识与经验显得尤为重要。由于部门庞杂，要想在报社做好工作就必须知识结构全面，所以对人才的要求也是综合型人才，即既要懂新闻的专业知识，又要会管理策划与营销，只有这样，才能无论做什么工作都得心应手。

实践虽然很辛苦，但让我体会到了工作的艰辛，为将来踏入职场奠定了良好的基础。实践期间遇到很多问题和困难，在老师的帮助下和自己的坚持努力下都一一解决，但老师和同学的鼓励让我坚持了下来，而且老师也很照顾，尽量帮助我们，真的是无微不至。实践时间不长，但将是我人生中最重要的经历，在以后的道路上我将更加努力。

2024年大学生寒假心得体会篇6

将近一个月的寒假打工生活就结束了，感触很深，不管是在生活上还是在精神上都得到全身心的磨练，虽然这个寒假又苦又累，但我认为特别的值得，这是我在大学生活的宝贵财富，更是我一生最重要的一课。

在寒假过程中找工作挺困难因为要短期工的地方特别少，所以我选择在兴隆集团工作，一方面有保障另一方面是因为他们为大学生提供实习经验并获得的收获也特别多，在兴隆对于每一位即将上岗工作的员工都特别的严格，无论你是否有过经验在这之前我们都要经过上岗培训，面试以及考试，合格的人员办理上岗手续并佩戴胸签并对着装也有特别的要求，比如员工统一黑色着装，女士可佩带一条项链、一对耳环、一枚戒指，而男士只准佩戴一枚戒指及一块手表，并且男女指甲不准过长与染色，第一天去上班特别的紧张并且是我第一次体会实践，由于我在商场做的是临促所以每天都要站大班，从早上八点十分站到晚上八点半，如果是重要节日例如情人节或春节就要从二月十四号到十八日站到晚上十点，所以为了努力工作我每天早上六点多就要起床八点钟进入卖场，之后就是听新闻、开早会以及前一天的销售量之后带好胸签八点五十回到自己的工作岗位站好、宣誓并迎宾，由于情人节的到来所以经理把我从卖糖调到了金帝柜组去卖巧克力，在这四天里你会看到各种脾气秉性的人，并在卖巧克力的同时自己也学会了推销与顾客沟通的能力，到了上午十点就要进行礼仪时间要站整齐对顾客说“您好，欢迎光临”以及鞠躬，到了中午十二点就到了换饭时间吃饭时间为一小时，下午要接待大批的顾客并未他们包装以及推荐，晚上五点为换饭时间我们可以去员工之家休息里面设备齐全给员工提供良好的休息环境，晚上结束后我们要进行送宾、上货以及摆货，当做完工作时你会发现腿与脚疼的不会走路，但在我觉得最累的是卖糖，巧克力只为顾客大包装而散糖要记住编码打标签，有时候剩下一个人很容易手忙脚乱。

但通过打工我也总结出了就是我对时间的利用，尤其在工作期间时间观念特别强，一分一秒就是一分一秒，涉及时间与金钱你迟到、闲聊或者早退都要扣工资，不像在学校一点紧迫感都没有做事拖拖拉拉，老师说几句不痛不痒，所以这次实践不光让我拥有经验还让我交到了朋友，最重要的是知道了父母挣钱的不易与时间的重要性，这些都是在书本中学不到的，所以我们要在大学期间更好的利用时间，所以一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴！

2024年大学生寒假心得体会篇7

这是寒期实践的最后一周，也是放假的倒数第五天。我们心情表示异常亢奋。但是，往往人的情绪升到最高点的时候，悲剧的事情就会发生在我们的身边。没错，我们团队里有几个在仓库里就快中寒了。

前几个星期寒期实践的时候，天气虽然不至于说是舒适，但也很少会像今天这么晒和热。而又因为今天的我们是在仓库帮忙的，加上仓库的闷、热、和几乎不通风的状态，就让我们觉得像在锅里被煮着一样，这可比温水煮青蛙还不得了，青蛙至少是在不知情的情况下被烧熟了的，我们却是知道自己在被“煮”着，却不得不在仓库里边工作。前几个星期的“舒适”天气，突然换上了今天的炎热高温，导致我们有几个团员在仓库中处于几乎要中寒的状态，甚至有个还想吐。

为了避免团队里真的发生什么状况，我们只好统一和于经理沟通一下，于经理看到那几个人的面色，惊讶极了。或许他是在惊讶现在的年轻人这么不耐热，也可能在背后认为学生真的并不吃苦耐劳吧。他也担心我们再工作下去会出事，所以说我们可以早上过去帮忙工作，下午不用来了。少工作时间虽然是值得高兴的事情，但是总觉得特别得憋屈，感觉让人认为现在的学生都不能吃苦耐劳。

我想我们作为学生真的需要多点的锻炼，不该拘泥于课本的知识，不该只懂得在教室里死读书。

2024年大学生寒假心得体会篇8

寒假的到来，使大家都异常兴奋。我想是对过年的渴望和对放假的喜悦吧!在这个假期中我参加了这个社会实践活动，获益匪浅：第一是要待人真诚；第二是善于沟通;第三是保持激情与耐心。

我利用此次难得的机会，为家乡的人民献出了我的微薄之力，我严格要求自己，在参加活动期间遵守秩序，始终坚守自己的职责。和广大青年志愿者相互尊重、相互关心、相互鼓励、密切配合；深入基层、认识国情、了解社会、开阔视野、奉献社会，在实践中受教育、长才干、作贡献。

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，才能在未来更好地为家乡人民做贡献。这一次参加社会实践，我明白大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式；是促使大学生投身改革开放，向人民群众，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。社会实践拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，一周的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。

实践经验告诉我们，大学生通过参加必要的社会实践活动，有以下好处：

1、有助于了解改革开放的成果，增强自豪感和爱国心

通过慰问老人，能够在社会生活中全面了解、亲身感知、深刻体验国情和民意，加深对国情的理解，把朴素的爱国情感上升到理性认识高度，进而增强热爱祖国、热爱家乡的感情。

2、增加学习压力和动力，促进学风的好转

通过实践，大学生一是可以看到我国经济和社会发展过程中，尽管人民生活总体水平有较大的提高，但发展还不平衡；二是对市场经济迫切需求科学文化知识有了感性认识，对科学技术是第一生产力有了深层次的理解；三是可以感受到人民群众对自己的期望和要求，从而增强自身的责任感，激发自己的报国之情和发愤学习之志，为自己的成长提供压力和动力。

3、为走进群众、学习群众提供条件

看望留守儿童，使我们更能了解新时代孩子的成长，通过家访，我们了解基程群从的生活情况，深刻体会到了家乡需要更多的人来服务和帮助。只有通过一定的社会实践活动，大学生才能走进城市、乡村、才能使大学生对人民群众有亲身感受，才能对人民群众由抽象的认识转为具体的认识，由对劳动群众的轻视转变为尊重和佩服，从而自觉走上与工农群众相结合的成长道路。

虽然我们的力量很小，可是我相信聚少成多，定能汇成江海，我们需要更多的人奉献出光和热，我希望这样的活动能一直延续下去，让更多的人能参加，为家乡的人民做好事做实事。寒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。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。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com