# 2024大学生寒假心得体会优秀7篇

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

*心得体会可以更好的向大家展现自身内心的真实想法，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，下面是职场范文网小编为您分享的2024大学生寒假心得体会优秀7篇，感谢您的参阅。2024大学生寒假心得体会篇1利用这个寒假，我有幸参加*

心得体会可以更好的向大家展现自身内心的真实想法，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，下面是职场范文网小编为您分享的2024大学生寒假心得体会优秀7篇，感谢您的参阅。

2024大学生寒假心得体会篇1

利用这个寒假，我有幸参加了社会实践活动，前往了xx市xx公司食品分公司，体验了一回上班一族的生活，颇有收获和体会。

我这次的实践主要是当了回行政打字员，主要负责行政及公司事务。当行政打字员当然先要了解事务程序、造表格式等事务，为此，我向一起工作的叔叔阿姨们请教，使我能更好的完成这次的实践活动。

这是我第一次参加社会实践，有幸能进入公司办公室做个小文员，令我兴奋不已。

一起工作的叔叔阿姨们对我都很照顾，总是在旁边指点我，教我各种工作的方法，让我很快进入了工作的状态。第一天上班，上级领导就派给我一项任务：制作工资报表。虽然我的电脑技术还不错，个人简历对excel的功能也比较熟悉，但是制作报表的难点就在于格式与数据处理方法。

我一下蒙了，坐在电脑前发呆，无从下手！这时，一位阿姨从百忙之中抽空走过来，微笑着问我：“小妹妹，哪里不懂，问阿姨，阿姨帮你忙！”于是，我就把这项任务告诉了她，她立刻拿起了纸和笔，把表格格式大致地画了一遍，然后让我照着式样先输入excel中；待输入完成后，她又一步步地引导我设计正确的计算公式，中间环节利用函数的部分最令我费解，我脑筋也总转不过弯，老出差错。阿姨不但没有生气，还耐心提示我找出正确方法，这样，既丰富了我的excel造表知识，又让我在造表中养成多思考，多动手的能力。真是太感谢这位阿姨了！

通过这次的调查和实践，使我对公司行政工作有了比较全面的认识和了解，也锻炼了我自己的社会工作能力，意义颇大，为今后大学毕业走出社会打下基础。

2024大学生寒假心得体会篇2

不知不觉之中，暑假又到了，回头想想自己高一的生活，又想想自己将如何面对暑假，是回家还是在外面找工作，一时茫然。毕竟身在学校，接触社会的机会很少，所以要让自己面对更多的各种各样的人，增加自己的阅历，因为在以后的学习工作中，需要有更多的体验，更多的经历。所以我向家人宣布趁着暑假有这样一个机会，好好的大干一场。

放假之后的一个星期我都在市中心找工作，可是要不是工资低的养不活自己，就是怕自己累到。到最后三天过去了，我还是一无所获，我终于知道原来自己一直是眼高，觉得只有那种体面的工作才适合自己，眼看我就要放弃了，可是又想到我和家人说过我一定会找到工作，仍而他们却笑我不出一个礼拜就会放弃。我就不放弃，我就要做给他们看，让他们知道，我能行！

我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的生存，同时，也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，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

这次我不再把眼光放的那么高，我想到自己是学市场营销的，所以我就专门去找那种大型超市，看下是否需要导购，终于在一个商场里面找到了一份导购工作。第一天工作就是小组主管交我商场里面的.规定。

1、严格遵守商场的规矩。俗话说：国有国法，家有家规。自然，作为一个单位也有相应的规定了。

2、做事勤快，不能偷懒，不仅要做好本职工作，还要帮助其他人。

3、虚心向别人学习，努力完善自己。

4、对待客人要面带笑容，耐心服务。

5、要与同事和睦相处，争取在大家心中留存一个完美的形象！

就这样我开始了工作，也许是由于自己制定了完善的计划，所以工作还是很顺利的，虽然有些客人很叫真，很难缠，只要耐心解答就会解决问题；同事还是很友好的，也许是由于我的工作时间短，对他们没有竞争吧！

万事开头难，什么事都要有尝试，都要有开始，都要有经过，都要有失败。在经历了这次的工作之后，明白了“很多事情看起来简单，但实际上与我们的想象是有很大的差距的”。一个小小的商场的经营也不容忽视，不但要有细心，还要有策略，谋划。总之，任何事情都要考虑周全。

人的一生中，校园并不是永远的学校，真正的学校只有一个，那就是社会。一个月的实践一晃而过，却让我从中悟到了很多东西，而这些东西也将让我终身受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的`情感，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，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到体现，为将来打下坚实基础。我会不断实践，在实践中锻炼，在实践中得真知。在今后的学习生活中会更加努力，端正思想，明确方向，在不断完善中求发展。也知道了：不要抱怨这个社会是如何如何的黑暗，哪里哪里的人是不对的。因为这个社会不会因为你的抱怨而改变的。不是让社会来适应自己，只有自己去适应这个社会才行！

社会实践活动的开展培养了我们的独立处世的能力。让我们在社会实践过程中，通过独立生活、独立思考、独立自主的去面对问题，分析问题、解决问题，对社会的认识更加清晰。不管在实践过程中遇到挫折还是成功，对我们都是一种收获，明确了优势同时也发现了不足之处，让我们面对社会更加自信。希望以后学校多开展一些这样的活动，从各方面锻炼我们！

2024大学生寒假心得体会篇3

上个学期过去的很快，在学习和生活的各种繁琐事物的影响下，一年来过的很忙碌，但也很充实。如今的我，即将迎来在大学生活的第x次寒假！但我却并不想将这次的假期全权交给游戏和休闲的生活。我希望能用更充实的生活来填满自己的假期，让自己能在更多的地方学到更多的事情！为此，今年的寒假里，我来到了这里——xxx百货商场！

尽管一开始我也向着能找到符合自己专业的工作，但稍微去尝试了一下就明白了现在自己的不足。为此，我给自己选择了一份简单的任务，让自己能从简单发展，一步步的变得更强！以下是我对假期社会实践的心得体会：

一、初入社会的体会

在这次的社会实践我学到了很多，尤其是对社会的了解上！就说说起初我在找工作时的事情。起初，我去找了好几家的工作应聘，但无一例外都收到了同样回复：“人满了！”这时我才意识到自己犯下了大错！放假的时候本就是打工的热潮，寒假临近新年，大家都想着在年前来参加工作，但我却忽视了这一点，导致原本想好的计划几乎全被打乱！这也是我第一次感到经验不足给自己带来的失败！

但好在，天无绝人之路，就像那句老话说的“只要有恒心，就没有做不成的事情！”在我坚持不懈的努力下，尽管又受到了很多的拒绝，但终于在xxx区的xxx百货中找到了今年寒假的落脚点！

二、工作的体会

如果单说对工作的体会的话，这几周来最大的体会就是——累。这份在商场的工作没有多么的复杂但却极其需要体力！不仅仅是搬货卸货的时候，每天站在那里，近乎一站就是一整天！所以，即使下班休息了，留给我的体会也只有累！

但是，反思这份劳累，我却有得了很多的感受和想法。我想到父母在平时工作中辛苦，想到我这么随便找一份工作都这么累，那他们呢？他们不仅要工作，更要照顾我，还要用辛辛苦苦工作的钱来供我读书！这比我所经历的，要久的远，要累的多。

此外，在工作中也有不少的额外收获，如：在与人交流能力的成长，以及对社会工作现状的一些浅显了解。尽管作为大学生，但我却缺乏对社会的了解，这是不应该的！

如今，新年即将到来，我的寒假社会实践也要结束了！此次的实践让我增长了很多认识！我会在今后的学习中更加努力，让今后的工作更加的顺利！

2024大学生寒假心得体会篇4

尽管假期工作的待遇并不理想却不会动摇自己的信念，毕竟参加这次寒假社会实践的初衷便是为了锻炼自身的能力，而且我也想通过这次实践来认识到自身存在的不足，事实上由于没有摆正心态的缘故导致我吃了许多亏，主要是思想上依旧将自己当做学生从而没有摆正定位，殊不知当自己没能做好工作的时候并不会得到任何包容，毕竟在被支付薪酬的情况下应当具备基本的职业道德，而且作为成年人的自己也应该为工作中的错误承担责任，在这方面吃过亏以后也让我明白做好酒店工作的重要性。

适应职场环境的过程中遵守好制度是十分重要的，想要做好酒店工作自然要将遵守制度贯彻始终才行，通过领导的嘱咐让我明白服务水平的提升是自己需要追求的，即便工作的时间并不长也要做到恪尽职守，因此我以严格的标准约束自己并希望具备较高的自制力，至少积极主动地完成工作能够让自己尽快适应职场环境，这次实践让我明白想要做好酒店工作便要完成角色的转变，即以职场人士的心态来应对工作中的挑战，心智变得成熟自然能够在完成工作的过程中更加认真负责。

在参加实践的过程中应当懂得调整自身的状态，由于是初次参加工作的缘故导致面对压力的时候疲于应对，若是长期调整不好自身状态则会对工作的完成造成影响，而且在作息时间的安排方面也要更加合理些，不能够任由以往的`坏习惯出现在自己的身上，而我则在同事的帮助下明白了这方面的重要性，因此我时刻分析自身的不足根据领导的指示完成工作，直到假期即将结束才不舍地告别这次社会实践的旅程。

虽然我在酒店工作的过程中一度怀疑自己是否不具备任何潜质，毕竟我在这次社会实践犯过许多错误并对工作的完成造成了影响，但随着自身能力的提升让我明白这是从适应到成长的过程，关键在于自己心灵是否足够强大从而适应工作中的艰辛，我会牢记这次历程并决心在下次参加社会实践的时候更加努力。

2024大学生寒假心得体会篇5

在短暂的实习过程中，我深深的感觉到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措，这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。

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，以便在毕业以后能真真正正走入社会，能够适应社会的千变万化，并且可以在生活和工作中很好的处理各方面的问题，我利用假期时间，在家旁边的二中里开始了我的假期实践。

实践，就是把我们在学校所学到的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学习不实践，那么所学就等于零。理论应该与实践相结合。而另一方面，实践可以为以后找工作打下基础。通过这段时间的实习，我学到了一些在课堂上学不到的东西。

因为在这里身处的环境不同，所接触的人与事也不相同，从中学到的东西自然就不一样了。要学会在实践中学习，从学习中实践。而且现在中国的经济飞速发展，又加入了世贸，国内外经济日益变化，天天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多机会的同时，也有了更多的挑战，前天才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高。我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断的从生活中、实践中学到其他的知识，不断的从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己、表现自己，取得胜利。

在实习的这段时间内，我在学校充分感受着工作的氛围，而这些都是在学校学习时无法感受到的。并且在很都时候，我都要做一些工作以外的事情，像打扫办公室之类的。在学校学习时，或许会有人安排你今天该做些什么，明天该做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自己自觉的去学、去做，而且要尽自己的努力做到，因为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。

究竟学校是学习的场所，每个人都会为了获得更高的成绩而努力。而现在这里虽说也是学校，但性质变了，每个人都在为了获得更高的职位，更好的待遇而努力。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么样做人，以提高自己的能力！记得老师曾经说过大学就是一个小社会，但我总是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的身份。而一旦走入社会，要接触各种各样的同事，上司，关系复杂，需要你去面对你从未面对过的一切。记得有次看见一则报道，说是现在大学生就业的一个突出问题就是学生的实际应用能力与在校的理论学习有一定的差距。在这次的实践中，这一点我是感受颇深。

在学校，理论的学习很多，而且的多方面的，可以说是面面俱到的；而在实际工作中，可能会碰到书本上没有学过的，也可能是学过的根本就没有用上。有时候我会觉得似乎要用的学的不多，也不太精；而不用的倒是学了许多。这是社会与学校教育脱轨了吗？也许老师是正确的，虽然大学生活不像踏入社会，但是总算是社会的一部分，这是不可否认的事实。但是也要感谢老师孜孜不倦的教导，有些问题有了在课堂上的认真消化，再加上平时的作业补充，我有了更多的知识去应付工作上的各种问题。

做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主义到社会实践，社会实践必不可少。究竟，2年只后，我已经不再是一名大学生，而是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。

只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的，对社会有用的人才，选择了师范类专业的我，在这次实践中自然比较关注这一环。虽然在实践中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，理论部分占主体，而我自己对专业知识也内容能把握，本以为到了社会实践应该应付得来，但是在实践里并没想象中那么轻易。平时在学校，作业写错了改一改就可以交上去了，但是在这里，出了错就意味着在学生面前丢脸，更无法在日后的教学中树立威信。

这种要求在学校的课堂上是学不到的，在学校里可能会解一道题，算出一个程式就行了，但这里更需要的是与实际相结合，只有理论，没有实际操作，只是在纸上谈兵，是不可能在这个社会上立足的，所以一定要非凡小心谨慎，而且一旦出错并不是像在学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了，但这里是绝对不会这么轻松的。

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把握专业知识，明天才能更好地为社会服务。

2024大学生寒假心得体会篇6

在学校里面的时间为什么老是过得这么快啊，感觉自己还没和同学们待多久呢就又放寒假了，虽然放假对我们来言是值得高兴的，但是我要是一直都在家里面待着也不太好，还是得去做点什么事情才行，不然老是被爸妈给念叨也挺头疼的。于是，我便和自己的朋友们开始找寻起了一些临时工作。

没经历过找工作的人或许还会以为找工作并不是很难，但是实际情况就是找工作十分麻烦且坎坷，我找了诸多的店面，发现别人不是不需要没有经验的学生就是希望能找能长时间工作下去的人，像我这种只待一个月左右的人基本上就是不受欢迎的，所以我也吃了不少瘪，在这个寻找事做的.过程中，我一度都想放弃了，反正时间也不多，干脆就老实待在家里宅着算了，但是好在最后还是和朋友们一起在一个大型超市里找到了工作的机会，在这里只需要我们当一个普通员工，然后再偶尔负责一下促销就行了，随后我经过几天的简单培训后，就开始正式在超市工作了。

我在超市里面的排版是早上到中午，这个工作时间其实也不算长，也就三个多小时，只不过我首先要面对的一个问题就是早起，要是我连这个要求都做不到的话，那么绝对是会迟到的，每一次迟到可是要扣自己的工资的，本来我的工资就不高，要是扣的次数越来越多的话，怕是最后我都拿不到多少钱咯，所以我每天顶着寒冷和起床气都要尽力爬起来，然后赶到自己的工位上。在超市里面工作倒也没有太多技术含量，平日里只需要注意一下超市里面的货物有没有出现问题，看看顾客是不是需要自己的帮助呀等等，其实就连促销工作也就是拿个小喇叭吆喝几句，倒也没有硬性要求让我每天卖多少货物出去，所以虽然我在工作的时候需要一直站着，但是一上午的工作下来还是很轻松的，我倒也挺满足这样的生活，每天做一下事情然后还有不少时间去过自己的生活，这才是我理想中的生活嘛，不过就是薪资待遇稍微差了点。

就这样，我在超市里安稳的度过了一个多月，期间虽然请过几次假，但是倒也没有其它状况了，也没有在工作中出现大的失误，所以我也顺利地拿到了自己应得的报酬。这一次实践，不仅磨练了我的心智，也让我收获了不少，相信在以后的日子里我还会多多参加一些实践活动的！

2024大学生寒假心得体会篇7

寒假的到来意味着我有着充沛的时间来锻炼自己，毕竟相对于理论知识的学习来说我在社会经验的积累方面是比较匮乏的，而且即便是为了应对今后的实习以及毕业后的工作也要提前进行准备，虽然寒假的时间并不长却让我找到了一份商场导购员的工作，通过担任商场导购员的经历让我在这个寒假获得了不少体会。

实习初期主要是通过岗前培训加强对自身职责的认识，也许是不在乎工资多少的缘故导致我能够获得应聘的机会，在培训期间主要是学习服务接待以及推销商品之类的技巧，从中让我明白懂得和顾客进行交流是多么重要的事情，事实上由于我自身能力太差以及培训时间较短的缘故导致社会实践中出现了不少问题，所幸的是我能够在工作中得到同事们的指点从而融入了商场的职场环境，通过社会实践的磨砺也让我对这份工作有了更多的信心。

也许是年关将近的缘故导致商场的顾客数量很多，而我在忙碌的同时也认真接待着每个前来购物的顾客，对于他们的咨询能够虚心接待并将其引领至有需求的商品面前，毕竟帮助顾客找到所需商品也是自己的职责所在自然要予以重视，另外我在社会实践过程中也会结合以往在校所学知识进行工作，说实话对于我在工作中的表现还是难以让人感到满意的，虽然平时成绩还算不错却因为表现较差给人不中用的感觉，而我在追赶其他同事步伐的时候也深刻地认识到自身存在的不足，这也让我更加重视状态的调整以及角色的变化，即找准自己在工作中的定位并花费精力进行学习。

虽然社会实践终会结束却让我从中获得不少感慨，一方面是我意识到自己在职业素养方面是令人堪忧的，很多以往的不良习惯对导购工作的完成造成不好的影响，尤其是在无人监管的情况下会偷偷玩手机以至于造成渎职行为，而我也在被商场负责人批评过后认识到自己思想观念存在严重的错误。另一方面则是对所学知识的运用感到比较生疏以至于难以达到理想的效果，作为学习多年的大学生却在导购工作中难以取得理想的成果，这与我心态没能及时转变以及实践经验的匮乏存在很大联系。

社会实践的结束对我来说未尝不是新征程的开始，至少在我体会过以后能够意识到自己究竟存在着哪些不足，我也会根据自己在社会实践过程中暴露出来的问题来加以改善，已经结束的寒假也意味着自己即将迎来新的挑战。

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