

实践调查心得体会

实践调查心得体会 1

在大学进行的首次社会实践安排在了这个寒假，这是我第一次真正意义上参与社会工作。我到亲戚开的餐厅担任服务员，负责为客人点餐、端盘子和清理桌面。尽管这份工作并不复杂，但它确实提供了与客人交流的机会，提升了我的沟通能力，并让我对社会有了更深刻的理解。我也意识到，即使是这样简单的工作，要做到出色并非易事。要获得客人的认可和老板的信任，确实需要付出很多努力。

刚开始时，我显得笨手笨脚，甚至上错了菜，还摔过盘子。尽管老板是我的亲戚，他还是严厉地批评了我，告诉我既然来工作，就要为自己的错误负责，并且要改正。经过几天的适应，我逐渐能够胜任这份工作。点菜、送菜以及与客人的沟通，都没有出现大的问题。当然，在忙碌的时候，我也犯过一些小错误，但都及时改正了，也没有惹客人不高兴。起初，我认为上菜慢或送错菜也没什么大不了的，只需重新再来就好。然而，随着工作的深入，我不再只从自己的角度考虑，而是学会站在客人的立场思考问题。上菜慢或送错菜，都会让客人等待时间变长，从而影响他们的用餐体验。

想做好服务员的工作，沟通和服务的能力非常重要。以前我比较内向，在刚开始做服务员时，话不多，与客人的交流也很少。但随着工作的忙碌，我承担的任务越来越多，说的话也逐渐多了起来。慢慢地，我能够更好地与客人交流，学会如何推荐菜品，如何与老顾客打交道。在这些沟通过程中，我的能力得到了提升。这次实践真的让我改变了许多，性格不再那么内向，人也变得更加自信了。毕竟，我现在能够胜任服务员的工作，不再是像以前那样只会在书本中寻找答案。

通过这次的'社会实践，让我明白餐厅其实也是一个小的社会，各种各样的人都是有的，只要我们用心，别看是一份服务员的工作，其实也是可以做的更加的好的。同时也是在这份工作里可以学到很多东西，懂得怎么沟通，怎么服务，了解餐饮的这个行业，甚至和一些老客人聊天，可以知道一些其他行业的事情，扩展自己的交际圈。可以说这次的社会实践，让我收获满满。

由于酒店的客流量非常大，我的工作也变得格外繁忙。这次经历让我深刻体会到了工作的艰辛，理解了父母工作的不易。尤其在我拿到这次实践活动的报酬时，我更加珍惜每一笔收入，因为这是通过辛勤劳动换来的。这次实践活动还让我明白了工作的不易，使我更加珍惜在校生活，并且要好好对待学习。在学校里学到更多的知识，才能在进入社会后找到相对轻松的工作，避免如此艰辛。

这一次的寒假社会实践，除了让我有了不少心得感想之外，还收获到了一些工作经验，相信会给我以后的工作提供不少的助力！

实践调查心得体会 2

我们知道一句古诗宝剑锋从磨砺出，只有经历社会的打磨经历了社会的人生百态才可以让自己变得更加强大，更加自信，才可以在我们分开父母的时候，独当一面，而不是一直在父母的保护下成长，因为我们的成长假如一直都靠着父母没有自己去尝试着去做好去努力，永远也不会有所成长。

因此在这次暑假期间，我离开了我的家去外面尝试着做一些简单的兼职工作，来到外面我感到忐忑与不安，因为虽然我没有离家多远，但是我却一直没有对生活的周围做理解过。

第一天我来到外面，没有找到任何工作，炎热的天气让我浑身湿透，汗水顺着脸颊滑落，我不愿意就此放弃，坐在公交上在城市里穿梭来去。来着落日的余晖渐渐的洒遍大地我知道时间已经过去一天了，明天是新的一天继续开场，说实话经过了第一天的努力没有找到工作，内心是非常失落的，因为抱着满腔的热情，踏出第一步就惨遭打击，这让我知道了工作的不容易，一份简单的工作也不是那么好找的，我知道假如我如今放弃不会有谁说我，但是如今我放弃以后遇到同样的问题我又该怎么做呢？我没有放弃我知道遇到挫折是肯定的只是没想到第一步就遇到了挫折，给自己信心是必须的，几天没找到我失落我也沮丧，我不停的给自己打气，不断的给自己加油，最终我找到了一份工作是发传单的，之后我有了第一次的经历后渐渐的也长经历知道了怎么去做了，也做了多份工作，我就这样度过了一个暑假。

在工作中困难是存在的，不像我们在学校假如你做错了，那里做的不好，会有老师手把手的指导你，但是到了社会就不同了，你做的好拿的就多，不会有人告诉你怎么去做，更不会有人主动教你，只有自己去努力去拼搏，去学习才可以有所收获，很多时候我们在学校里面学到的知识等到了社会是非常有用的，只要学会去运用会让我们的工作变的轻松，当然不是每样知识都用的到，每个让位需要的是不同的，所需要用到的知识也是不同的，对待这些都需要我们不断的去做好，去努力实现。

在我工作的时候遇到的困难我从来没有逃避过，我尝试着去解决，去理解，才最中在暑假时间有所收获，在我们学习中也是一样的，我们学习也需要我们不断的去努力不断的去付出，遇到困难逃避解决不了问题，今天逃过一次，下次一样要面对，只有把问题解决了才可以得到成功，我们的时机都是需要我们自己去掌握的，学习更是如此只有学好了才可以进步拆能欧股成长。实践调查心得体会 3

一、亲身体会到团队合作的巨大作用，个人的能力毕竟有限，难有以团队形式进行配合的事半功倍。我们这次活动前期以团队形式开展，每次问卷调查都分工明确，有采访的，记录的，拍照的。大家密切配合，使调查活动能成功的完成并趋于完善。使我们亲身感受到团队精神和魅力所在，使我们提高了自己适应团队的能力。

二、深入了解乡村，了解农民，了解农业的发展现状，本次问卷面向广大农民群众及城镇居民，从中我们了解到当前农业发展的实际情况，为农业多功能科学研究提供一定的数据参考。

三、我们自身口才得以提升，在与农民交流时注重语境和语气，及时纠正不当之处，在调研中学会大胆表达，自信发言。总之，这次关于关注农业多功能、发展和谐新农村的暑期社会实践调查活动，我们将尽全力做好，这不仅为今后的社会实践打下基础，而且每个人还将以此次实践为契机，多多……

总结

经验与不足。为以后实践创造更多机会，使自己从中受益，早日成为一名优秀大学生，成为一个对国家，对社会有用的人才，实现自身价值。实践调查心得体会 4

大学三年来参加第一次社会实践心里还是有那么些期待，我们这次实践由石老师亲自组织规划，经过临走之前的几天老师和我们共同商量实践的地点，分布，布局，最终组织我们天水的同学一同去天水市秦安县进行现在小学生学习情况的家长问卷调查。很荣幸的我结识了两个在当地住的两个小学妹孙芳华，孙娅娅，我们三个人组成一个小组来调查秦安县兴国镇，也就是秦安市中心。说真的，这项调查工作对于我们大学生而言很有挑战性，因为它需要让我们知道如何跟陌生人打交道，如何交际，更需要我们把理论用于实践的能力。对于这次实践我有很多感慨。

我们小组第一次调查是在一个当地政府的好心人帮助下实施的，当天由于她们俩在那边住，我便坐去那边的车，到时她俩刚好在等我，我们计划到县政府开个证明以便让我们顺利检查，刚好当时好心的吴大哥说我带你们采个点，让你们先开始体会一下。然后我们跟随他来到了第一个村子蔡店村，给我第一印象就是他们中午乘凉的人特别多，刚开始他带我们去见了他的同事，先从他同事身边着手，有孩子的我们发了问卷，那是当时的第一份问卷，心里有点激动，他们也很热情的配合我们协同我们的问题并且留下了电话号码和姓名，我们一番感谢之后就进到了当地村名家里，村名很热情也很和善，有些老人不会写字，我边读他边写而且很认真，我打心里高兴，原来人与人之间可以这么默契！一个小时过去了我们做了十几份问卷，心还有余力就打算接着问了，到了一户人家，当时人家都在忙着收果子，我心里正纠结需不需要打扰人家呢，一会我看他们开始收拾东西我便放心的进去了，问了一个挣钱包果子的，可他却回绝了说你去找其他人吧，我又问了另一个人，结果一个倒车的人大声说“没看见忙着吗，去去去，到其他地方去”，我的心唰一下凉了回去，“不好意思打扰了”，说完我便匆匆走了！这算是我的一个小打击吧，但是我想这不算什么，一句话而已，接着干！接下来基本比较顺利，我们一天有了成果干完开心的回家了！在这期间让我高兴的是，我听到很多家长内心的真实想法，他们都是格外的关心孩子，说了他们孩子学习有些是由于学校设施不好，老师交到有欠缺，或者存在本质问题是学生认知能力还没有提升上去，经

过跟家长的一番谈话，我深深体会到了养儿难知父母心，他们真得做到了可以为孩子付出一切！！！！

第二天天气下雨了，只能在家呆着，我住在我们小组的孙娅娅宿舍里，她人很好，对我也格外热情！我们整理数据，分析第二天的去向，由于吴大哥给我们开了个好头，所以我们也有了方向！

我们第二次去了较近的南关村，一切还算顺利，跟第一天类似，没有什么大的变化，这一天我遇到了一个老师家长，她说她很能理解我们，并且把报告给她亲戚一份，在此期间她说现在的孩子多数都受的是固定模式的教育，给孩子扩展的空间太少了，读死书死读书是比较严重的问题，学以致用才能把知识学下把能力学出来。想想这些都对没有什么问题，可以一实行又何尝不是易事，小学生也都比较贪玩处于认知状态，最重要的是要懂事知道父母的来之不易。我们谈了很多，或许我的认识没有做父母的那么深刻，但是这些道理是不曾改变的！孩子们的学习关系到他们以后的生活，也关系到他的，更是关系到以后的社会，为了以后的更好地明天，我希望政府可以更好地改造教育，更好地提升学生的发展空间！有利于社会！

之后的几天我们分别去了杨坪村等附近几个村子，这次调查小学生教育问题的我们深深体会到了教育的重要性，如果没有了知识，我们都会变成什么样可想而知，分别从每个小细节就我在兴国镇做的五十份报告可以看出，百分之九十的人都希望孩子更好更快乐的学习！！！！

社会调查结束了，让我获益颇多，多的是对社会的认识，让我明白大学生应该多参加类似的社会实践，而不是纸上谈兵，有些事情真正去做了，你才会有所收益！无论是成功还是失败，你学到的.是一种经验。每个人都是社会的人，我们要积极融入社会，接触社会，了解社会。只有这样才能把你从课堂上学的东西运用到实践中。只有这样做多了才会收获出属于你的经验！几天的社会实践调查活动在我们这个调查队每个成员的辛苦努力下取得圆满结束。感受很深，炎炎烈日下，我们不怕似火的骄阳，举着我们的旗帜向农村进军，深入农村调查；不停的大雨！我们不顾湿了的衣衫，迈着坚定的步伐向农村进军，落实农村家家户户。良好的开端是成功的一半，随后我们团队在下沙其它大学高校的问卷调查活动都很顺利的完成了，当看到所有完成的调查问卷摆在我们面前时真的有一种超脱的感觉，但是我们知道这只是我们这次暑期实践活动的第一天，等待我们的将是更巨大的任务。回想今天的问卷调查活动，无处不体现我们暑期团队四人的力量和团结。在庞大的工作面前我们没有人抱怨，我们每个人都是极具责任心的人，问卷调查虽然做着很累，但是我们做的很开心，很快乐，流了汗，也收获了成功。通过这次问卷调查活动我们学会了面对，学会了坚持，学会了协作，在炎热的暑期，我们历练了自己的内心。在此感谢所有积极配合和参与我们这次问卷调查活动的同学。坚持到底就是胜利，为我们团队接下来的日子加油！成功属于有准备的人！实践调查心得体会 5

实践，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。

在西山公园里为顾客拍照。我和两个朋友一起组织，他们负责拍照，我负责跑腿去照相馆印照片。在公园里我们设了一个点，一张桌子，一把椅子，一把遮阳伞，一块照片展版，自然还有两台数码相机。看着来来往往的游客，我们信心满满的开始了。不时的有人过来瞧瞧，打听照相的价格，多久才能拿到照片。我们开始忙碌了，他们去拍照，我在那看着，招揽游客。等他们拍的差不多的时候，我就跑去照相馆印照片。虽然有时会觉得无聊，怎么没人来拍照呢，但我们还是耐心地等待，一个一个地问他们要不要拍照。一些游客本不想拍照，后被我们一问心痒了。一天下来，我们还是挺开心的，收获不少，不仅要满足顾客的需要，抓住顾客的心态，在照相馆里我也了解了印照片的各个程序。

在工作中曾不断告诉自己：在今后的大学生涯中必须要更加努力读一书，学好一些实实在在的本领，塑造好自己人格和修一养。我一直很喜欢这样一句话：人生因为经历而美丽。

我觉得参加社会实践，培养与增强了与人相处，交际的能力。虽然我是一个性格较于开朗的女孩，拥有很多的同学和朋友。但是作为一个人，他必需密切与社会相联系。他所接触的不仅仅是几个同学和朋友，因此良好的能力是必须的。在学校接触同学，老师是比较狭隘的范围，只有通过多和人交流，克服自身的弱点，才能更好发挥自己的潜力，做好每件事。在社会上接触的空间广了，接触的人多了，了解的事情也多了。这样才有利于看待各方面的事物，敢于与别人交流，说出自己的观点和意见，开诚布公，才能赢得对方的认同和信任。

通过社会实践可以激发我们更努力地学习，能够学以致用。十几年的学习，最终总是要用于社会实践中，知识的积累随着学习时间增加而增加，所谓学无止境，今天的学习就是为了明天的实践。我国的政治、经济建设需要一大批具有各种知识技能的人才，现在不抓紧学习，就无法承担这一份重任。我国加入世贸组织后，与其他国家的交流也将更益频繁。时代给了我们压力，也给了我们动力，学习好各门知识，做一个合格的社会主义事业的建设者和接班人，在这个信息社会，不进步就是退步，只有不断地掌握知识，才能赶超别人。

锻炼了独立的个性。离开了家长、老师、同学，一切都要靠自己。因为在工作中，个人有个人的事情要忙，给予的帮助也是有限的。做事就不能依赖别人，只有通过自身的努力，走出属于自己的路，才能在竞争中处于有利位置。办事果断，不能唯唯诺诺，才能出成效。在工作中在所难免，会有困难、挫折，在求助别人的基础上，更重要的是自己勇敢地克服，采取积极的态度，培养个人独立处事的能力，必将获得最终的成功。

通过这次社会实践经历，使我学到和懂得了许多，我懂得赚钱的艰辛，我想我以后花钱肯定会很俭省的；我在工作的过程中，我学会了很多，我想这对于我未来很有帮助。总之，这次难忘的假期社会实践经历使我获益良多，对我将来的发展具有十分积极的作用。

实践调查心得体会 6

上大学后，我积极参与了各类实践活动，不仅有益身心健康，还能提升心理素质。我认为这些活动对我们的现在乃至未来的发展都大有裨益。通过参与这些实践活动，我的身心素质得到了显著提升。

在这次大学实践活动中，我参与了几项有益身心的实践活动。首先是无偿献血，其次是心理讲座和心理沙龙。关于无偿献血，当我得知学校组织献血时，便下定决心要参加。第二天，我独自一人勇敢地前往献血地点，自豪地填写个人信息并接受体检，然后自信地登上献血车坐下。那天天气有些寒冷，我的血管不太明显，护士姐姐见状递给我一杯暖暖的热茶。在细心的护士一番检查后，终于在我左手臂上找到了一条细小的血管。护士在我的手臂上轻轻涂上药水，并插入了一根比平时更粗的针。那一刻，我强忍住泪水，右手紧紧抓住座椅，心中默念“不痛不痛”，坚持了下来。不到十分钟，一包400毫升的血液已经出现在眼前，心中充满了自豪感。尽管手臂有些疼痛，但想到这袋B型血对有需要的人来说是多么珍贵且重要，就觉得一切都值得。献血后，我不仅获得了学校赠送的精美礼品和营养品，还将此事告知了父母，他们对此表示赞赏，并鼓励我多参与这类活动。是的，我的血液能够帮助到许多有需要的人。半年后，我又一次献血，手中拿着红色的献血证，脸上洋溢着骄傲与喜悦。

12月份，我参加了学校举办的“关怀从新开始”辅导员心理沙龙和“打开心窗，用心聆听”名师论坛大型心理讲座。资深心理老师苏老师为我们授课，这节课让我受益匪浅。在课上，我学会了如何与人沟通，如何调整心态，如何与大学同学友好相处，以及如何更好地把握大学生活和恋爱。苏老师把她的讲义做成PPT，让我们学习得更细致深入，她确实是一位出色的心理老师！从小我就对心理学充满热情，因此在这次心理讲座中格外专注，领悟了许多道理，心情也更加轻松。大学如同半个社会，来自各地的同学个性迥异，刚开始我并不适应东软的生活方式，还没能将高中时的习惯转换过来，面对同学们的冷漠更是感到无所适从。方言和普通话的差异也增加了沟通的难度，我很担心如何与他们相处。但苏老师说得多与人沟通，很多问题就能迎刃而解，关键在于调整自己的心态，改变学习和生活方式，学会与人交流，迈出第一步，很多难题就会迎刃而解。想要结识新朋友，需要主动出击，不必害怕他人，很多时候将心比心，自然就能成为好朋友。苏老师提到，“良言一句三冬暖，恶言一句六月寒”，我们应该多赞美他人，避免歧视的眼光，多关心身边的同学，共同协作完成任务，这样就能让大学生活变得充实而快乐！苏老师还分享了一个真实的案例：几年前，东软有一位学长因为情感问题选择了轻生，这是多么令人惋惜的事情！有什么问题是无法解决的呢？真的有必要通过极端手段来解决问题吗？遇到困难时可以找值得信赖的朋友倾诉，缓解压力，保持乐观的心态面对生活。我知道每天都有人出生和去世，但我们仍需勇敢地生

活下去。我们不知道下一秒会发生什么，但至少要珍惜当下的每一刻，不要忘记身边还有亲爱的父母！保持积极乐观的态度非常重要，苏老师建议每天早上醒来后，对着镜子对自己说：“我是最棒的！”并露出微笑。这些看似微小的动作，却可能对我们的一生产生深远的影响，很多时候我们所需要的正是这样的心理暗示。

别让自己活得过于疲惫，要学会看开，看淡。学会不强求，学会深藏。适时在大学生活中放松自己，遇到困难时寻找出口，为心灵减压。

社会实践不会就此停止，我会利用剩余的时间为社会做更多有意义的事情，贡献一份力量和爱心。尽管做的好事再多，总觉得时间不够用，我会继续努力，因为社会需要我们！加油！实践调查心得体会 7

假期来了，我还能像以前一样来挥霍自己的时间吗？一片叶子属于一个季节，年轻的莘莘学子拥有绚丽的青春年华。谁说意气风发，我们年少轻狂，经受不住暴雨的洗礼？谁说校园里的我们两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书？走出校园，踏上社会，我们能否不辜负他人的期望，为自己书写一份满意的答卷

在注重素质教育的今天，学生假期社会实践作为促进学生素质教育，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学校培养德、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，实践也是学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是学生服务社会、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。

学校是一个小社会，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。虽然在这假期我没有在我的专业知识，专业能力上有所提升，但是我感觉我懂得了太多

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，叫我懂得钱来之不易，叫我懂得人要打拼出一片属于自己的天空。

这是我第一次经历社会实践。对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽天气严寒，寒风呼啸，我毅然踏上了社会实践的道路。想通过，亲身体会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，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，我来到了___，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。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。

在中国的经济飞速发展，又加入了世贸组织后，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。在实践的这段时间内，我们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，但在这里，不会有人告诉你这些，你必须要知道做什么，要自己地去做，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！记得老师曾经说过大学是一个小社会，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的身份。接触那些刚刚毕业的学长学姐，他们总是队我说要好好珍惜在学校的时间。在这次实践中，我感受很深的一点是，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。

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

里是学不到的。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，你要听取、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，而是对自己的能力做出肯定。社会经验缺乏，学历不足等种种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来句什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。

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。这次接触的酿造业，对我来说很陌生，要想把工作做好，就必须了解这方面的知识，对其各方面都有深入的了解，才能更好地应用于工作中。

这次亲身体会让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。在今后我要参加更多的社会实践，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。实践调查心得体会 8

算起来，这次做调查报告应该是第二次了，在大一之前也做过一次思想建设体系课程的调查活动，只不过这次的调查比起上次来说显得更为正式一些，而且作为小组成员来说付出的心血也更为多一些。

但是，总体而言，不管付出多少心血，问题总是层出不穷，这也反映了我们作为学生这个群体的局限性。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。
。如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/265340303202012012>