

2023年大学生社会实践实践总结 大学生 社会实践总结(大全11篇)

考试总结是我们反思自己学习效果的重要方式，可以帮助我们不断提升自己的学习能力。考试总结范文中的思路和表达方式值得我们学习和借鉴。

大学生社会实践实践总结篇一

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。

20xx年一月开始了一个月的工作见习体验生涯。时间不长，体会甚多。明白了那句读万里书，不如行万里路的深刻体会，也许在此时此刻的我，真实的将实习当做工作了吧。

本次实习的目的在于通过理论与实际的结合、个人与社会的沟通，进一步培养自己的业务水平、与人相处的技巧、团队协作精神、待人处事的能力等，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作能力，以便提高自己的实践能力和综合素质，希望能帮助自己以后更加顺利地融入社会，投入到自己的工作中。

一般来说，学校的生活环境和社会的工作环境存在很大的差距，学校主要专注于培养学生的学习能力和专业技能，社会主要专注于员工的专业知识和业务能力。要适应社会的生存要求，除了要加强课堂上的理论知识外，还必须要亲自接触社会参加工作实践，通过对社会工作的了解指导课堂学习。实际体会一般公司职员的基本素质要求，以培养自己的适应能力、组织能力、协调能力和分析解决实际问题的工作能力。

见习在帮助在校生从校园走向社会起到了非常重要的作用，因此要给予高度的重视。通过见习，让自己找出自身状况与

社会实际需要的差距，并在以后的学习期间及时补充相关知识，为求职与正式工作做好充分的知识、能力准备，从而缩短从校园走向社会的心理适应期。

虽然马上就是大四，但对于实际社会工作还是茫茫然的，毕竟书本上的只是一个概念，具体操作并没有教你。难得的实习机会，我想把它做好。在这段时间学会了一些比较琐碎的事情，但确实体会到了工作的辛酸，觉得自己在学校所学的专业知识严重不足，不能适应激烈的工作要求，像那些实际操作性极强的工作，我们这些刚出来没什么工作经验，而且本身就没好好学学校的专业课的人来说，根本无法和那些老手相竞争，有时候感觉确实无从下手。在这实习期间，我从培训到商品的整理以及到产品的现场营销等，都全身心的投入到工作中去。

见习对我来说是个既熟悉又陌生的字眼，因为我十几年的学生生涯也经历过很多的实践，但这次却又是那么的与众不同。它将全面检验我各方面的能力：学习、生活、心理、身体、思想等等。就像是一块试金石，检验我能否将所学理论知识用到实践中去。关系到我将来能否顺利的立足于这个充满挑战的社会，也是我建立信心的关键所在，所以，我对它的投入也是百分之百的！紧张的4个星期的实习生活结束了，在这两个多月里我还是有不少的收获。见习结束后有必要好好总结一下。

这是第一次正式与社会接轨踏上工作岗位，开始与以往完全不一样的生活。每天在规定的时间内上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，不能草率敷衍了事。我们的肩上开始扛着公司领导下达的任务，凡事得尽心尽力，否则随时可能要为一个小小的错误承担严重的后果付出巨大的代价，再也不是一句对不起和一纸道歉书所能解决。

回顾这一个月来，自己的工作情况，扪心自问，坦言总结。在诸多方面还存在有不足。因此，更要及时强化自己的工作

思想，端正意识，提高销售工作的方法技能与业务水平。

首先，在不足点方面，从自身原因总结。我认为自己还一定程度的存在有欠缺强力说服顾客，打动其购买心理的技巧。

大学生社会实践实践总结篇二

实践，就是把我们在学校所学的理论知识，应用到客观实际中往，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那末所学的就即是零。理论应当与实践相结合。另外一方面，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。由于环境的不同，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。

在餐厅里，他人一眼就可以认出我是一位正在读书的学生，我问他们为何，他们总说从我的脸上就可以看出来，呵呵，或许没有经历过社会的人都有我这类不着名遭受吧！我并没有由于我在他们眼前没有经验而退后，我相信我也能做的像他们一样好。我的工作是在那做传菜生，天天9点钟-下午2点再从下午的4点-晚上8：30分上班，固然时间长了点，但热忱而年轻的我并没有丝毫的感到过累，我觉得这是一种鼓励，明白了人生，感悟了生活，接簇了社会，了解了未来。在餐厅里固然我是以传菜为主，但我不时还要做一些工作之外的事情，有时要做一些清洁的工作，在学校里或许有老师分配说今天做些甚么，明天做些甚么，但在这里，不一定有人会告知你这些，你必须自觉地往做，而且要尽自己的努力做到最好，一件工作的效力就会得到他人不同的评价。

在学校，只有学习的氛围，究竟学校是学习的场所，每个学生都在为获得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每一个人都会为了取得更多的报酬而努力，不管是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习他人先进的地方，也要不断学习他人怎样做人，以进步自己的能力！记得老师曾

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，虽然是大学高校，学生还终回保持着学生的身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得往面对我从未面对过的一切。记得在我校举行的招聘会上所反映出来的其中一个题目是，学生的实际操纵能力与在校理论学习有一定的差距。在这次实践中，这一点我感受很深。在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几近是四平八稳；而在实际工作中，可能会碰到书本上没学到的，又多是书本上的知识一点都用不上的情况。

也许工作中应用到的只是很简单的题目，只要套公式似的就可以完成一项任务。有时候我会抱怨，实际操纵这么简单，但为何书本上的知识让人学得这么费劲呢？这是社会与学校脱轨了吗？或许老师是正确的，固然大学生生活不像踏进社会，但是总算是社会的一个部份，这是不可否认的事实。我们也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些题目有了课堂上认真地消化，有平时作业作补充，才能比一部人具有更高的出发点，才有更多的知识层面往应付各种工作上的题目，作为一位新世纪的大学生，应当晓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留意到社会实践，社会实践必不可少。究竟，3年以后，我已不再是一位大学生，是社会中的一份子，要与社会交换，为社会做贡献。只晓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位合格的、对社会有用的人才，很多在学校读书的人都说宁愿出往工作，不愿在校读书；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，献出自己的一份气力，我们应当在今天努力把握专业知识，明天才能更好地为社会服务。

大学生社会实践总结篇三

这个暑假，在考虑了很久之后，我决定要进行一次社会实践。我之前一直都很怕这样的活动，因为我觉得自己的能力还有欠缺，不一定能够做好一些事情，所以之前我都没有进行社

会实践的想法。这一次选择在假期进行社会实践，就是觉得不管结果怎么样，至少要敢于尝试，勇敢的迈出第一步，至少在这个过程中我能够学到东西，这就是最大的成功了。我也希望在实践中，我能够锻炼自己，增加自己的社会经验，学到一些对我以后的职业发展和学习都有帮助的东西。

在找工作之前，我以为这是一件很容易的事情，但真正开始之后，才发现其实很难。我一直都不是一个很胆大的人，在面试的时候，可能不是很会表达自己的想法，很好的介绍自己，所以我碰壁了很多次。虽然我面试了很多次，确实有一点气馁，但我也在面试的过程中不断的总结，积累了经验，一次比一次表现得更好，这就是进步。所以我最后也成功的找到了一份工作，我自己也比较的满意。虽然面试通过了我很高兴，但还是要找适合自己的，如果不适合，就是在浪费时间，也学不到什么。只有自己喜欢的，才不会每天想着早点下班。

我们没有工作经验的大学生，找工作还是要找团队比较的和睦、同事比较的热心的，因为我们之前没有很多工作的经验，如果同事之间没有互帮互助的话，工作自己做可能怎么样都做不好。现在这个阶段，我们还是需要一些帮助的，如果没有人带的公司或者岗位，最好不要去。我们学习都需要老师来教，工作就更加需要有人来带我们了。在工作的过程中，要跟同事打好关系，这样才能找别人帮忙和求助。职场是很严酷的，如果你没有能力，就会被有能力的人取代。所以必须要不断的提高自己的能力，才能够在非常残酷的社会上生存下来。没有人会可怜你的，所以只能自己变得更强大。

在这次的社会实践中，我学到了很多的东西，也成长了不少。这一次我勇敢的迈出的这一步，让我收获了不少，这让我觉得以后我需要更加的敢于尝试，只有这样，自己才能不断的成长，积累一些工作的经验，这对我的发展是很有帮助的。所以之后有时间的话，我不会再待在家里玩了，我应该多走出去，看一看，多了解这个社会。

大学生社会实践实践总结篇四

时光如梭，转眼间就在自我的工作岗位上过了三个月，回首望，虽没有轰轰烈烈的战果，但在这三个月中也学习到了许多的东西。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”我在xx年xx月xx号开始进入xx公司进行社会实践。在短暂的社会实践过程中，我深深的感觉到自我所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏。刚开始的一段时光里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措，这让我感到十分的难过。在学校总以为自我学的不错，一旦接触到实际，才发现自我得潜力是远远没有到达工作的要求的，实际的工作远比想象中的要细致得多复杂得多，这时才真正领悟到“活到老学到老”的含义。实际的工作潜力是书本社会实践心得体会范文上没有办法教授给我们的，务必要透过实际工作来积累与强化。会计学作为一门与实际工作结合紧密的学科，社会实践是检验学校里的学习成果的试金石。学校中所有学到的知识都要转化为工作潜力，这样才真正做到了学有所用。

下方我从个人社会实践状况及对会计工作的认识作以下总结：

在为期三个多月的社会实践中，我从未出现过早退迟到或者旷工的现象，我与公司所有的员工都持续着良好的关系。在社会实践期间，我能严格要求自我，每一天做好姐姐给我安排的各项工作，空闲的时候，我还会去帮他人做事，我秉持着兢兢业业的态度对待自我的工作，毫不松懈。我在公司的财务部社会实践，我明白财务工作是严谨的，是分毫不差的，是精益求精的，小失误可酿成大错，我勤勤恳恳，兢兢业业，不断地学习完善自我的专业知识，熟悉并掌握财务软件的应用，牢记会计职业道德的每一条规定，透过这三个多月的社会实践，我接触到了真正的账本、凭证，亲手进行了简单的实际业务的处理，真正从课本中走到了现实中，从抽象的理论回到了多彩的实际生活，使我对会计实务的认识从纯理性

的上升到实践，从实践中的感性认识上升到了更深刻的理性认识。尽管社会实践的时光并不是很长，但受益匪浅，我深信这段社会实践的经历会对我今后的学习和工学习发展观心得体会作带来十分用心的影响。

从起初看着姐姐做事，到此刻，我能够独当一面处理一些基本的业务，我觉得也是一个很大的提高。

每周一，我要整理好上周的基本状况，初步汇总，然后做好统计，打印完交给财务经理，周二的时候，我要持着上汽财务的手持器扫描合格证，确保公司的实际库存。

这是一周当中务必务必该做的事，并且是每周都做的。

每一天早上，要完成前一天的现金日记账的登记，登日记账前，要分清现金日记账与银行存款日记账，避免张冠李戴。

开票的时候，要仔细核对车辆识别号、合格证、车价等信息。月末的时候，要开始计算工资，我们工资是月底开始计算，因为主要思考到销售部的工资提成。

每一天每月都要进行对账，月末还要进行结账。

在实际工作中，我加深了对红字更正法的实际体会，以前在学校里只要用红笔划掉，写上“作废”两字就能够了，但在实际工作当中，要用红笔划掉，再盖上职责人的章，这样才能作废。

其次在公司2周年庆和团购活动的时候，我也帮了不少忙！

这段时光的社会实践，除了我对会计行业的基本工作有了必须的了解，并且能进行基本的工作和一些系统软件的操作外，我举得自我其他方面的收获也是很大的，作为一名一向生活在单纯的大学学校的我，这段时光的社会实践无疑成为我踏

入社会的一个平台，为我今后踏入社会奠定了基础。社会实践是每一个大学生务必拥有的一段经历，它让我们在时光中了解社会、在实践中巩固知识，它让我们学到了很多在课堂上根本学不到的知识，为我们以后进一步走向社会打下了基本。

首先，我觉得在学校和公司的很大一个不一样点就是进入社会以后务必要有很强的职责心，在工作岗位上，要对自我的岗位负责，要对自我办理的业务负责，如果不留意出现了错误，也务必及时地纠止，可不要为自我的错找借口。

其次，我觉得工作后每个人都务必要坚守自我的职业道德和努力提高自我的职业素养，其所谓做一行就要懂一行的行规，在这一点我从社会实践单位同事那里神佑体会。

最终，我觉得到了实际工作中以后，学历并不是显得最重要，主要看的是个人的业务潜力和交际潜力。

所以，我觉得，如果将我们在大学里所学的知识与更多的实践结合在一齐，用实践来检验真理，使我们具备基本务实潜力与比较系统的专业知识，这才是我们社会实践的真正目的。

会计本来就是烦琐的工作。在社会实践期间，我曾觉得整天要对着那枯燥无味的账目和数字而心生烦闷、厌倦，以致于登账登得错漏百出。愈错愈烦，愈烦愈错，这只会导致“雪上加霜”。

几个月的社会实践，我发现自我还有很多的不足，在今后的工作和生活中，我将继续学习，深入实践，在未来的日子里，我将努力做到以下几点：

- 1、更要扎实专业知识，不懂就问。
- 2、学好一门外语，平时注重学习。

3、依然持续良好的工作态度，并且要有好的表现力。踏踏实实做人，老老实实做事。要学会适时地，恰当地表现自我。

4、团结合作，善于沟通，要团结同事，不该说的不说，不该做的不做。总之，用知识武装自我，学会做人，学会做事。

我很感激社会实践单位让我学到了一些在学校所学不到的东西，让我学会了与人相处，学会了应对困难，学会了独立思考问题，从中收获了毅力，收获了一份坚持；也感激姐姐对我这段时光的帮忙与指导。梁启超说过：凡职业都具搞笑味的，只要你肯干下去，趣味自然会发生。所以，做账切忌：粗心大意，马虎了事，心浮气躁。做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸。

短暂的社会实践工作的结束让我在劳累中得到欢乐，在汗水中得到磨练，我觉得自我的潜力有了必须的提高，到达了自我预定的目标，残酷的社会就业压力让我不在感到恐惧，我想，只要我们有潜力有信心我们必须会创造一个属于自我的乐园。

大学生社会实践实践总结篇五

这个假期我第一次参加大学生的社会实践活动。和中学的社会实践不同，到了大学，学到的知识就专业了，所以实践活动就更实际可行了。

这次选择了xx市xx医院的实习地点，坚持联系门诊，增长见识；提供服务，给予爱；培养能力，锻炼自我；倡导医学为民的宗旨，充分利用一周的实践时间，走进医院，为患者提供具有本校专业特色的相关帮助和服务，让患者及其家属更好地感受到护理人员的魅力，借助传单了解医护人员的生活工作特点和患者的生活思想。

我的实践分为五个部分。

一、熟悉医院环境，了解工作流程。第一天就自己熟悉了整个医院的环境，方便接下来几天的实践活动顺利进行。同时，认真听取了医院老医生的介绍，熟悉了医院各部门的职责和各科之间的工作关系，了解了他们之间的相关配合和工作流程。在熟悉医院基本情况的基础上，我按计划开始了工作。在熟悉医院的过程中，我发现，虽然各个科室的工作性质有些不同，但只有各个科室各司其职，合理配合，医院才能正常运转，为患者服务。任何一个环节一旦出了问题，都会影响工作的效率和质量。所以以后到了工作岗位，一定要认真对待工作，学会与人密切配合。

第二，与患者沟通，了解其心理状态，并进行相应的心理咨询。每天和患者进行一次交心的谈话，感受他们病后的心理状态和对医疗工作的感受，用我们的心理咨询知识和技巧为他们做简单的心理咨询。搭建了医患沟通的桥梁，医院也对我们的工作表示了肯定和赞赏。通过交流，我们了解到，大多数医患问题的根源在于双方无法相互理解和理解。患者及其家属不了解医生的工作和生活，容易对医务工作者产生误解。同时，医务人员没有及时与患者沟通，没有设身处地为患者着想，导致冲突。

三、积极与医务人员沟通，认真倾听学习。我们不仅向身边的医务人员询问专业的医学知识和宝贵的工作经验，还询问他们的工作和生活条件，对目前工作的看法，以及对执业医师的不足和期望。我们知道医疗工作严谨辛苦，工作关系到生活，要一丝不苟。因为这个特点，我们的工作极其辛苦和劳累。即便如此，我们还是会好好学习，好好实践，不畏辛苦，为患者服务。

四、运用知识和技能，协助治疗工作。在老师的允许下，我们定期测量血压和体温，听老师分析病人的情况。它不仅增强了我们的知识，也锻炼了我们的实践技能，弥补了学生只能纸上谈兵的不足。

冬季注意事项及疾病防治。这场宣传活动得到了每个人的热烈响应。很多患者和家属都会认真看传单，问我们各种相关问题。在老师的帮助和团队成员的努力下，他们得到了满意的答案。为期一周的社会实践结束了，从中我也获得了很多启发和感悟，大致包括以下几点。

在这个实践中，我深深地被人际交往所感动。每个人都是为了工作走到一起的，每个人都有自己的想法和性格。对付他们需要很多技巧，看你怎么把握。我想说的是，在交流中，既然不能改变什么，就要学会适应。如果不行，那就改变你适应的方式。我在这个社会实践中掌握了很多东西，最重要的是我在待人接物 and 如何处理好人际关系方面有了很大的'进步。因为工作的性质，我们需要学会处理与患者的关系。只有设身处地去了解他们的想法，了解他们病后的焦虑无助的感受，了解他们不能及时康复的烦恼，担心烦躁，从而质疑我们的工作能力，积极耐心的沟通，才能处理好与他们的关系，让患者积极配合治疗，让他们早日康复。

当病人生病时，医生是他们的希望。因为只有医生才能给他们健康生活的希望。所以我们的工作是那么神圣，要努力在学校学好专业知识，在实践中锻炼能力，积累经验。同时，在这次实践中，我也深深体会到，一定要勤勤恳恳，慢慢琢磨，不断学习，不断积累。遇到不懂的地方，要先想办法解决。不能的话，可以谦逊的请教别人。知识会被遗忘，只有反复的记忆巩固才能加深扎实的记忆。

短短7天的练习瞬间结束。我终于坚持下来了，耐心的为大家服务，遇到不懂的地方虚心的请教老师，在实践中不断总结学习。感觉很充实，很有收获。我们认为这些进步是在课堂上学不到的。只有通过个人的参与，才能感受到医学的实用性，医疗工作的细微差别，以及义务工作者的无私奉献。

大学生社会实践实践总结篇六

这个假期面临着很多实习机会，我选择去____醒____生物科技有限公司建____办事处做推销员。

自____月10日至8月10日31天的时间里，我跑遍了____江街道的60多家商店、酒家，铺了22家商家店面，每家商铺均为30瓶。根据事后了解和反馈的信息，这26家商店酒家销售共19瓶。在这炎炎夏日，进行社会实践，意义重大，感慨万分。在短暂的两个多月里，我的主要工作分为一是调查了解；二是销售铺货；三是信息反馈。

我跑遍了____江街道的大街小巷60多家企业，进行调查了解。该产品的零售价定在15到18元之间，而在分析家乡（建德）的消费实力与整个饮料行业以后，我认为该价格超出了当地的消费水平，同时又因为是新产品，所以从市场前景来看，该产品上市可能面临较大挑战。我的目标店面是街头排档，因为大型酒店的酒水供应是由专门的供应商提供，拒绝其他渠道。相比之下，排档的人流量较大，基数较多，使迅速建立口碑成为可能。所以街头排档就成为我的首选。

在反馈过程中我所收获的信息确实巨大的。在22家店铺有8家企业有销售，共计19瓶，其中最多的一家“豪城美食”销售8瓶。但是这些店家给我的建议是：饮料行业近几年来已经达到了成熟期，大大小小的饮料品牌层出不穷，那些活下来的品牌之所以能生存，靠的就是独特的品牌影响力。

总之，通过这次铺货（推销）的经历，颠覆了我推销产品很简单的观念，因而我有了很多的感悟。一是产品的第一顾客是自己。作为一个推销人员，我在向别人推销产品之前，对自己产品的特性要有详细的理解。二是一定要有自信。要相信自己的能力，即使在被拒绝的时候也不要失望。三是主动才是积极，相信只有主动出击的人，才会有成功的机会。四是推销过程中要保持微笑，学会倾听。在推销过程中保持微

笑可以拉近二者的距离。

大学生社会实践总结篇七

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，他们总是对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。这次接触的销售业，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。

期实践活动登记表，要求我们利用暑期的时间投身到社会中去，目的是要我们现在开始积累社会经验。暑期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，可以有助于大学生接触社会，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回报社会的一种良好形式。

拿到实践活动登记表的我们兴奋不已，纷纷参与讨论暑假该干什么。有的说去大城市里打一个月的工，他们说这样才叫真正的进入了社会能更快的了解并认知社会。有的说去当家教，这样也可以过一把当老师的瘾同时也可以巩固自己的知识。大家都显现出空前的积极性，其实我们早就对学姐学长们能够利用学习之余的时间去做兼职佩服的五体投地。现在我们也终于轮到我们的了。

放假回到家里，我跟爸妈商量了学校下达的暑期任务，他们都很支持学校的决定，也赞同我在暑期里去社会实践的这一作法，我也觉得这真的是一次自我锻炼的好机会。但是由于爸爸妈妈仍不太放心我一个人出去工作，就帮我在亲戚家里找了一份还比较轻松的工作，也和亲戚说好了，就拿我当员工一样对待，让我真正感受一下步入社会参加工作的不容易。

然后在他们下完稻谷之后，退一下皮。操作是蛮简单的，但我刚接手时真的很手忙脚乱，因为忙的时候真的很忙，有时候一天或一次性有好多车稻谷来卖，一车一车，我就会忙不过来，还会出差错。有时不记得写卖稻谷人的名字，有时又忘记了写稻谷的品种，年月日有时也忘了，真觉得那时自己灰头土脸的。这份工作没有什么时间观念，闲的时候很闲，忙的时候又会到好晚。

刚参加工作的我刚开始真的受不了，忙的时候好累，出了差错还会挨骂，也不能和老板顶嘴，要不就要被吵鱿鱼了。卖谷的人有时也很烦，他们有时不懂电子称，就不大相信我们，就和我们吵，没办法我只得和他们一遍遍的解释。还有人怀疑我们地电子称上搞鬼，说我们稻谷少了称，没办法我又不能发脾气，也不能和他们吵，为了米厂里的生意，只能和他们心平气和的讲解电子称是很标准，是电脑样的东西不会有问题的。

还有时为了一些生意上稻谷价格的事，他们也会和我们吵，有时也会扯进我，受了气也只能自己吞，不过老板有时也安慰我，说做生意就是这样，什么人都有，不要和他们太较真，你习惯了就会好的，听完这些我心里就会宽慰很多当然也在其中学到了不少的知识。

办公室里有一台电脑，因为我曾学过一个月的电脑，对电脑比较熟习也学会了五笔，打字比较快，老板就经常拿一些文件让我打和修改。打的文件老板总是要反覆地修改，我就要经常帮她修改，那时真的觉得好烦，不过不管觉得多烦也要忍着，不能发脾气，毕竟自己是在给别人打工。更难受的是，闲的时候也不能离开办公室，什么也不能做，只能呆呆地坐在那里等。比起自己在家里“大小姐”的待遇和脾气真的想过要放弃，不过还是撑过来了。自己竟然想接触这个社会，想融入这个社会，这小小的辛苦是一定要的。

一个月的暑期实践过得很快，自己慢慢地开始习惯了这种生活和这项工作，犯的错误也越来越少了，老板也夸奖我适应性很强，工作能力也错，以后要是暑期还想实践就到我这来。那时离开时还真有点舍不得呢。一个月的辛苦也是有回报的，拿到我的工资时，真的很欣慰，但是并不是因为有钱可以领，也不是终于结束了打工的苦日子，而是自己的付出有了结果和回报，自己的实践也有了收获，回想一下自己真的觉得很值，自己在这个月里学的东西是用多少钱也买不到的。在工作结束后，我做了如下的总结：

1、要善于沟通：碰到那些做生意比较坏的人和那些比较固执的农民，真的要学会和他们沟通，不能和他们吵，要心平气和的和他们解释他们所不明白的问题，每当看到他们最后都想通的时候，我心里真的很有成就当然和老板也要好好的沟通，不能总是把一些工作上的事憋在心里，有时自己在工作上有什什么问题要经常和老板沟通沟通，并及时的解决，这样工作才会有动力，才不会想不干了。

2、要有耐心和热情：在工作的时候要经常微笑，这样会让那些生意人感觉很舒心，大家一起做生意也就很开心他们有些人是第一次来卖稻谷，对我们厂的基本流程都不是很明白，这时，你就要热心的告诉他们卖稻谷的基本流程，这样我们也可以省很多功夫和时间，米厂也可以运行就可以更好。

3、要勤劳：有时候一些细微的东西可以让老板更赏识你，也比较容易受提拔，比如我很空闲的时候就打扫打扫办公室，汇编汇编文件，帮帮老板的忙。老板就夸奖过我勤劳，有付出就真的有回报的。

当然有总结就说明同时我也意识到了自己很多的缺点和不足，例如不够主动做事，有时候老板说了才知道做，老板不说就没有这个意识去做；社会经验比较缺乏，经常会做一些错事，得罪那梨园些生意人，有时也会得罪老板；刚开始也不大会和人交流，所以那时总是觉得自己很受委屈等等，虽然这些都是我的比较辛酸的历史，不过这些也都是我宝贵的经验，它们都将成为我以后参加工作和社会实践的教训，我要力争在我以后暑期实践以及今后就业的时候不要再犯同样的错误。

短期的社会实践，一晃而过，在这其中，让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西都将会让我终生受用。回到家时爸爸妈妈也说我真的变了好多，变得懂事多了，孝顺多了，脾气也变好多了。学校让我们去社会实践真的很有作用，会让我们从中收益匪浅。社会实践让我知道了，挣钱真的很不容易，也明白工作的辛苦，以后也不会再浪费钱了。

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。社会和大学一样也是一个学习和受教育的地方，在那片广阔的天地里，我们为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。

大学生社会实践实践总结篇八

这个假期，我做社会实践，锻炼了自己的销售能力，同样也是对自己的专业有了更多的理解，明白自己今后从事的工作能为人们带来什么。我是服装设计专业的，按理应该找一份设计的工作来做社会实践，但是我觉得只有了解了我们服装的销售情况，那么我更能了解我们做设计应该如何做，才能让消费者满意。

我应聘的是我们市比较大的一个快消服装品牌的门店导购员，在做导购员的工作中，对消费者的心理有所了解，对世面上的服装也是有了更多的了解和接触，更清楚消费者想要怎么样的服装了。刚开始做的时候，我会说这件衣服设计得如何的好，采用的是什么元素，有什么意义，但是顾客却是不听，总是不停的试穿，或者看看就走了，后来同事告诉我，其实很多他也不懂，但是顾客也不是很在意这些设计，更在意的是是否好穿，而且对他们的风格。而且我们在推荐的时候，并不是说我们设计的有多好，而是他们穿上去有多好看。

在工作当中，门店每周都会进来一批新的产品，有些设计让我感到惊艳，特别是一些元素的运用，我之前根本就想不到还可以这样的搭配和组合，同时在学校的时候，老师也给我们研究过这个品牌的设计，说这个品牌总是会有些设计是很意外的惊喜。有些让我感到惊叹的衣服，我觉得很好看，很有设计的层次感和美感，但是在实际的销售过程中，这些衣服的销量却并不好，而且很多顾客穿上去之后，也搭不起来衣服，两者很不搭，这让我明白服装不但是要设计好，同样也是要选择对能穿的人，有些人穿很合适，有些人穿却完全不合适，甚至觉得很丑。

在设计中，更多的其实也是要考虑大部分人的需求，在门店的时候，我发现一些我觉得很普通的设计，或者感觉没什么元素的设计的衣服反而卖的'很好，后来我反复的研究，也发现这些简单的设计，普通的设计，有一些点确实是吸引了顾客的眼球，也让我明白，有时候做好设计，并不是需要越多的元素，越多的概念更好，反而是一些普通的，一些单调的东西，如果能运用的好，可能会有意想不到的效果，可能这就是大巧不工的意思。就像纯色的t恤，是没有太多的设计元素的，但是热卖的情形却很是惊人，基本每天都有销量，而一些设计很好的衣服总是挂在那里，被顾客赞叹一下就去其他简单一些的衣服了。

总之这次的社会实践我学到了很多，也会在以后的学校专业学习中让我更加能够明白，做好设计，要考虑的不单单是如何使用概念和元素，也是要从消费者的角度出发，让他们喜欢，而不是自己做一个很花哨的东西，但是其实除了欣赏，完全没有任何的作用。这次的社会实践，我觉得做的很值得，我的选择很对。

大学生社会实践实践总结篇九

转眼间暑假已经到来，大家都归心似箭，希望赶快回家，同时各自也在为自己制定这的假期的实践活动，随着假期的到来，束缚已久的身心终于可以迎来自由自在的天空，去享受体会属于自己的假期。假期是学生充实自我、增加阅历、了解社会的重要阶段。打暑期工是一种身心的磨练，在赚取生活费用的同时，又可以亲身感受社会这个熔炉，所以我选择了教师实习这项活动。

一开始我先较快的了解整个班级的学生情况。记得刚开始和小同学相处时，我急着找xx老师了解班级情况。但xx老师并没有直接告诉我，而是让我自己去发现、去了解。可能当初我有点不理解。但后来想一想xx老师并没有做错。我应该用

自己的眼睛用心去观察了解这个班级，了解学生，毕竟我面对的还是学生，这也是对我的一个考验。接下来我就通过班干了解了班级的一些日常工作以及班委的一些工作。

其次，我在熟悉和掌握学生的情况。为了能和学生打成一片，我抓住一切可能的机会和他们接触交流。除了上课时间，我一直是跟班的。刚开始几天，学生都不怎么和我说话，都非常被动。我发现自己好象很难融入这个班级，原因是彼此不了解，这时我采取主动，通过关心他们的学习、生活情况，慢慢的和他们交流。通过自己的主动以及对他们的关心，学生也逐渐放开来了，都愿意主动找我交流了。师生之间就应该多交流，只有这样，才能了解学生。

在这次教学实习中，我与小学生们能和睦相处，与他们一起学习，一起游戏，一起哭泣。跌倒了，我心疼的把他们抱起来，告诉他们要坚强。同时我也很严厉，严格要求他们完成我所布置的学习任务，合理规划学生安排。大学生们自己也应该认识到规划自身假期活动的重要性，要认真负责，不可应付了事，毕竟学生学习归根结底是要服务于社会，随着就业竞争的加剧，高校教育提供的仅仅是个人基本的能力和素质，对于自身没有或者缺乏工作经验、所学专业过于单一、缺乏与人交流的意识 and 能力，如此种种都使得就业变得更加困难，甚至于未就业先失业。

在日常学习之外，学生必须有意识地提高和丰富自己的阅历，掌握更多的专业知识和经验，注意培养自己的表达能力、学习能力、合作能力等综合能力，这就需要大学生们根据自己的情况进行多种尝试参加很多社会实践活动。

大学生社会实践总结篇十

如果你觉得你现在走的很辛苦，那就证明你是在上坡。

随着假期的临近，我开始计划我的暑假。当我得知在浦东任

职的做法时，我毫不犹豫地报名参加了这项活动。因为我相信我会在这次活动中收获很多。

7月10日，我带着些许紧张来到浦东新区办公中心，但听完郭书记机智的介绍办公室里的各种小事，我放下了紧张。而且，郭书记在北京对沈书记的讲话，再次激起了我的斗志。

7月13日，我开始了我的暑期实践生活，和每一个上班族一样，我钻进拥挤的地铁，奔向自己的工作。当我来到办公室时，我的老师刘老师热情地欢迎了我。她忙了很久，给我安排了办公地点，让我觉得很温馨。

然后我进入了紧张的工作状态。领导开会的时候，我帮忙安排会场，签到。开了几次会，我渐渐熟悉了会议的全过程。另外，我经常坐在旁边听。虽然会议内容离我很远，但是学习他们的演讲风格还是让我收获不少。

闲暇的时候，办公室的老师会找我聊天，或者问我学校和专业，告诉我一些做事的方法，会让我受益匪浅。

我即将离开我的长期工作。虽然时间不长，但我已经对它有感觉了。我认为这段经历将成为我未来生活中的宝贵财富。

大学生社会实践实践总结篇十一

社会实践是大学生课外教育的重要方面，也是培养大学生自我能力的重要途径。因此，对于我们大学生来说，寒假有足够的时间练习给了我们一个了解和理解社会，提高自我能力的重要机会。

现在就业压力很大。大学生愿意在暑假期间深入社会体验生活，获得一些工作经验，让自己在以后的就业中有一定的基础，减轻就业压力。而老师也鼓励学生深入社会，参与社会实践活动。为了扩大自己的知识面，扩大与社会的接触，增

加自己在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，让自己毕业后能够真正走向社会，能够很好地处理生活和工作中的各种问题，记得老师曾经说过，学校是一个小社会，但我总觉得校园里永远有纯真和真诚。虽然是大学，但学生终究还是保持着学籍。当你走进一个企业，遇到各种客户、同事、上级等，关系很复杂，但你要面对你以前从未面对过的一切。所以今年夏天小哥哥介绍我去他们公司部门做一些基础工作，我就去了。

学生的实际操作能力与在校理论学习有一定差距。在这个实践中，我对此感触很深。在学校，理论研究很多，多方面的，几乎是综合性的。但是在实际工作中，往往会出现书本上的知识没有学到的情况，更有可能是书本上的知识根本无法使用。可能工作中只用简单的问题，一个任务只需要一套公式就可以完成。有时候你会抱怨实际操作那么简单，但是为什么书上的知识让人学的那么辛苦？也许老师是对的。虽然大学不像社会，但它最终是社会的一部分。随着平时上课对知识的认真消化和作业的补充，我们比别人有了更高的起点，有了更多的知识来处理各种工作问题。

虽然我只负责实践中的简单部分，但我很兴奋能真正把在学校学到的知识应用到实践中去！在学校，老师在教学，学生在听课，理论是主体，我能掌握知识。我以为到了公司就能搞定了，但是在公司没想象的那么容易。平时数字不对的时候，我可以上交，但是工作的时候，数字一定不能错。所以，每个环节都不能出错。这种要求是我们在课堂上学不到的。在学校，可能只需要解决一个问题，制定一个方案，但这里更需要的是结合实际。没有现实，纸上谈兵是不可能在社会立足的。因此，我们必须非常小心。另外，一旦犯了错，不只是像在学校里，老师打了个红十字，就可以改。对工作中的失误负责，关系到公司的利益。

总之，今年夏天的社会实践是丰富而有意义的，有些经历和经历让人感到兴奋，但绝不能只用兴奋来形容，因为那是一

种实实在在的收获，是一种“有经验的人优先”的感觉。