

# 2023年卫生站社会实践心得字 暑假实践 自我鉴定(实用8篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 卫生站社会实践心得字 暑假实践自我鉴定篇一

经过一个暑假我们即将升入高二，因此这个暑假是紧张而丰富的，虽然没有面对高三的压力，但高二是一个转折点，同学在暑假中还是很忙碌。不仅忙于学习也参加了许多社区活动。

1、在放假前，全年级同学参观了禁毒馆，每一个同学都认真听了讲解员的解说，更坚定了远离毒品的信念。

2、在暑假的开端，我们高二新生开展了农村社会实践活动。在整个学农活动中，同学们学会了锄野草、翻地、种豆、搓麻绳等一些劳动技能，同学们还参与了篮球、拔河、挑水和诗歌比赛，增强了同学之间的友谊，增进了班级之间的了解。通过这次学农活动，磨练了同学们的意志品质，培养了同学们的劳动观念和吃苦耐劳的精神。

3、同学们参与了丰富的社区活动，使同学过了一个有意义的暑假。为社区出自己的一分力，为社区做贡献，在实践中锻炼自己的才干，培养和提高各方面才能。同学参与了护绿、慰问孤老、社区演讲、纳凉晚会、献爱心、读书活动等等活动。

同学活动感言：

这些活动使我受益匪浅，充实了我的暑假生活，同时也掌握了一些知识，社会经验，培养我的能力。

这些为社区服务的活动十分有意义，更能让大家感到如家般的温暖。将来我会更多的投入到公益事业中去。

在今年的暑假中，参加了众多的居委实践活动，使我开阔了视野，增长了见识，使我懂得了许多道理。我觉得我这个暑假过得十分充实，十分有意义。

虽然我做的活动只不过是扫地护绿等小事，但我觉得这些对我个人是很有利的，这些让我明白了劳动的艰辛，也明白了清洁工人们是我们城市中不可缺少的。

## 卫生站社会实践心得字 暑假实践自我鉴定篇二

今年暑期，作为一名大学生，我第一次参加了工作，虽然很短暂，只有一个月，可我真正体会到了工作的艰辛和不易。

相信大家都吃过xx，不过在xx工作过的人不是很多。刚进xx的第一天，我以为这是一项很容易的工作，服务员们点点餐，收收盘子，做做清洁。可是等我接触到这些工作的时候，才真正知道这一切是多么的不容易啊。俗话说：“台上一分钟，台下十年功。”我们只看到收银员流畅的点餐速度，却不知道这一项简单的工作她们要付出多少。

在xx上班首先要记住很多的东西，比如：产品的价格、产品的包装等等。就算是记住了这些东西还是远远不够的，因为收银不是在学校做考卷，死记硬背不能解决实际问题。我本来就极不擅长与人交流，在前台工作需要面对面的与顾客交流，这对于我来说无疑是一个巨大的挑战。在面对顾客时，我非常的紧张容易出错，我的速度总是比别人慢很多。看着同一批进来的同事们都适应了工作，越来越进入状态，我心里越来越着急，总觉得自己怎么那么笨，就是做不好，也越

来越没信心了。我开始一直觉得自己作为一个兼职，那些全职会欺负我，会什么都让我自己做，所以开始去的时候总是小心翼翼，生怕出错，可是事实并不是那样，她们对我都很好，很主动帮你忙... 很多人都很照顾“新手”，尽可能交你所需要的东西，这让我觉得很温暖。

后来我还是选择了去看大厅，我觉得还是这里比较适合我。看着形形色色的人们，或安静的坐着，或相互聊着天。我收拾着大厅，微笑着面对每一个顾客，默默地做着自己的工作，比在前台自在得多。由于在学校坐习惯了，突然站7.8个小时真得受不了，不过还好，后来都适应了!哎... 一直知道父母赚钱非常不容易，可是总没有自己去亲身的体会，而这次，自己通过切身的体会，真的是... 是... 三个字：不容易!所以真要珍惜自己学习的机会，珍惜父母的劳动成果，虽然我平时已经比较节俭了，可是还是有时候会头脑发热，乱花钱，以后真得不能再这样了，要理智消费!另外，虽然，觉得累，但也考验了我的意志力，特别是在实在站不住的情况下，我不停的告诉自己：要坚持一会，这是一个难得的锻炼的机会!有时候，人真得需要发挥主观能动性，每当我这么想的时候，我就会真得坚持下来!真得战胜自己，所以总有一种成就感!

总之，这次打工的经历真得让我刻骨铭心!!我所收获的只有我自己知道!

在短短一个月的打工生涯中，我觉得我不仅仅是学到了一些知识，更重要的是练就了自己的韧性，让自己明白了很多道理，很多看似简单的道理，也为我自己踏入社会作好铺垫，人，总是需要去磨练，去拼搏，要不岂不是在人间白走一遭吗?虽然我并不迷信，但我一直相信：既然给你做人的机会，那么就要好好的把握!

## **卫生站社会实践心得字 暑假实践自我鉴定篇三**

走上大学的道路，我在这个崭新的角度上看到了太多不一样

的事情，也出现了很多现在才能去体会的事情。就像在这次的暑假，我在经过了仔细的考虑后，最终决定在暑假期间去做暑期工来当做自己的暑假体验。在过往的暑假中，我们总是将时间花费在学习和补习上！尽管那让我进步了很多，但毕竟也只不过是学习的体验。在这个假期里，我想体会的不是学校中的体验，但也要是能让自己的成长的经历！为此，我在假期里来到了xxx店。

在这里我认识了xxx店的店长xx一开始工作的时候，我经常会在工作中屡遇招满，或是看我是大二的学生用经验不足的原因打发我。但最后的，我的脚步停在了xxx店，这里留下我，并且还有一个出色的店长在工作方面教导我很多的知识，让我在这个暑假收益繁多。

在这个暑假的工作中，我的思想在工作中得到了很好的锻炼。尽管我所工作的小店里并没有什么所谓的企业文化，但它也有自己的经营方式！在这里的工作的中，我学会了怎样去服务顾客，在工作中有应该怎么去做好自己的工作，以及怎么与其他的同事配合好工作。这些在工作中的学习和感受都丢在不断的提升我对工作的认识，并很好的锻炼了我的思想。

如今的我不仅让自己的思想更加的坚韧，也更加的自信，面对的陌生顾客的时候再也不会感到紧张。并且在这次的工作中，我还收获了积极性和上进心！

因为并非是专业防线的工作，所以在学习方面我可能就没有多少呃进步。但是相反，因为是服务业的工作，所以，无论是在人际沟通或是在交谈中来对他人心情的了解方面我都有了很大的成长。总的来说，比起过去在学校中大门不出二门不迈的我，现在在工作中的我能更好的适应社会的环境，并学会了与人相处，在为人处世上变得更加圆滑。

当然，还有一点的很重要，那就是通过这次的工作，我在体力上有了很大的提升。也正是通过这次的工作，我才明白要

做好一份工作并不轻松！甚至是非常辛苦的！

通过这次的实践，我认为我变得更加成熟了，也真正的意识到了自己已经是一名成年人。我会在今后的校园学习上更加的努力，并努力的完成自己的学业，让自己更加出色！

## 卫生站社会实践心得字 暑假实践自我鉴定篇四

暑假，虽然是假期，可对我们来说也是个关键的时刻。现在已经大二结束，在下一个学年结束后我们就要出去实习，所以，也可以说我们这是最后的一次暑假也不为过。如何好好的运用这个暑假呢？我也曾想过，究竟是好好的在这个暑假提升自己的专业知识，还是用来参加暑假的时间来让自己提前体会一下工作的感觉。

找工作确实很辛苦，为了找到一份适合的工作，我可是奔波了很久。所以好不容易得到的这份工作也是让我下定决心要好好地做好。

在思想上我最大的变化就是改变了自己睡懒觉的习惯！是的，在进入了大学以来，因为没了老师严格的管教，我这个习惯是非常的根深蒂固的，要是没有同学叫我起床，我可能都不知道迟到了多少次！可是在参加了工作后，我每天都是靠自己醒来，而且在工作期间，从未有一次迟到的事件发生！这也许就是工作的责任意识吧。

虽然只有短短两个月，可我依然在这份工作中学到了不少的东西，但硬要认真说起来，与其说是在工作中学到了很多东 西，倒不如说是在同事们那里学到了更多的经验！因为我们都还没毕业，在这些老员工的眼里，都不过还只是个孩子罢了，所以他们也乐于向我传授一些在工作上的经验和方法，这些都是我的额外收获！

在工作结束之后，我感觉自己变得更爱说话了，人也变得更

加的开朗。变得不再是只对熟悉的人滔滔不绝，现在的我，就算是不熟悉的陌生人，现在的我都能和他聊上一段时间。毕竟作为客服，我们就是为了与人交流，要是连这点收获都没有，那才真是白去了。

总的来说这次的工作确实是不虚此行，不仅对专业有了更好的认识，还提升了自己的交际能力，面对自己的一些问题也有了发现。现在，我能够更好的制定我在大三时候的学习计划了，我会针对自己的弱点去强化自己，让自己能在大三这最后的学习中进一步提升！

## 卫生站社会实践心得字 暑假实践自我鉴定篇五

承载着学校的社会实践任务，我们很充实的度过了20\_\_年暑假。我们以“弘扬社会主义核心价值观，建设社会主义和谐新农村”作为主题，赴山东淄博市沂源县、滨州博兴县，进行了农村经济社会调查、支教活动。我们活动共进行了4天，受益人数达到千余人，并且通过相关地方的媒体进行了报道。在各地团委中引起一致好评。作为一支大学生实践团队，在各个实践地都受到了热情地接待。

我在本次社会实践中主要负责摄影、访谈内容的记录以及辅助其他队友工作。社会实践过重我们不仅仅增加了友谊，更重要的是锻炼自己的能力，也看到了许多令人耳目一新的社会现象。

在山东滨州市博兴县初级中学、一所高级中学进行大学生涯宣讲，让我们自己重温大学生生活两年的收获。我从进入学校是一个内向，对自己人生目标迷茫的学生，已经转变为在各项活动中积极向上，在学生工作中认真严谨的新时代大学生。同时以在武汉大学生活、学习、工作，作为演讲实例，也一次次让我们热血沸腾，看到熟悉的一步部宣传片，我们讲解着美丽的校园，更增添几份爱校之情。而在座的弟弟妹妹们正在经历着我们曾经走过的路程，我们想通过自己的微薄之

力，让他们看到大学生生活的美好，他们能够在梦想中激励自己奋发图强。

其实这样的互动，给我们是一次重温自己历程，同时又能锻炼自己沟通与表达的能力，对他们来讲是一次放飞梦想的机会，脑海中的大学不再那么抽象，变压力为动力，对学校来讲丰富了在书海中学生的课余生活，也能够为学校的教育任务作出一点点贡献，我们希望家乡有更队的人才辈出。对农村义务教育状况实施问卷调查，我们在宣讲过程中进行社会主义新农村精神文化发展的调查。通过这个匿名调查，结果反映能够更客观真实，我们可以对结果分析，了解到当今农民对义务教育的认识程度。我们的文化建设需要农村的大力支持。

在经济社会发展比较好的村庄进行参观，调查其乡村经济、民风、教育发展以及医疗卫生状况，并进行采访。建设社会主义新农村是缩小城乡差距、全面建设小康社会的重大举措，是提高农业综合生产能力、建设现代农业的重要保障，是增加农民收入、繁荣农村经济的根本途径，是发展农村社会事业、构建和谐社会的主要内容。同时，青年是祖国的未来和民族的希望，是中国特色社会主义事业的建设者和接班人，是社会主义新农村建设的主力军。如何更好的发挥大学生青年在建设社会主义新农村中的作用，做到学以致用，为社会主义建设贡献力量，成为一项重要的课题。参观西台村我们看到了村委在大力发展精神文明方面的努力，村民也有丰富的文化活动。在物质发展的今天，狠抓精神文明是我国可持续发展的必不可少的方面。如今的农村已经不是我记忆中的“日出而作，日落而息”，农民也不只是追求农田带来的温饱之欲，统筹城乡发展，实行“工业反哺农业、城市支持农村”方针，“三农”政策带领他进入了科技耕种的天地，更享受到了当代农民的巨大利益。作为第一产业的支柱力量，我们已经看到光明的一面。

参观民营万事达集团，给人印象最为深刻。以钢铁加工为主

导产业的乡镇民营企业，在竞争激烈的钢铁市场中立足，领导组的努力是不可缺少的，但是我们更应该看到国家在支持民营企业的政策是有利的。现在的钢铁仍然属于国家垄断局面，但是作为民营企业仍有自己的一片利润市场，而且大力发展特色产业更是在高质量的客户要求群中风光无限。企业大胆引进外企的管理模式，使得人员配备上更自由，也说明企业有足够的实力保护人才、发展人才。“看一看就是朋友，买不买都是上帝”的服务理念，让客户有更大的理由相信公司的能力。我相信这是一个很良性循环的思想，家乡的民营企业也越来越多，把握社会机遇，自我发展是当务之急。

实践地点几个地方经济发展水平与其它地区有一定差距，特别是滨州市，属于经济欠发达地区，但是在建设社会主义新农村的过程中，呈现出多层次的发展状况，在不同地区的不同领域，显现出不同的亮点，为了实现经济和社会的跨越式发展，更好的构建和谐社会。文化方面，滨州市博兴县是汉代孝子董永的故里，历史悠久，人杰地灵，仁孝文化在当地得到了比较好的传承，历代一些辞书和类书大量地记载了董永的故事，如清《古今孝子所见录》、明代“记周秦及南宋名人”的《尚友录》等都有收录。我们对文化旅游局的采访和博物馆的参观，感受到了佛教文化和戏曲文化的魅力，了解到对物质文化遗产和非物质文化遗产各级政府都是相当重视，我们的见闻使我们相信处于黄河流域文化发源地和齐鲁大地的家乡将会实现社会文明和和谐社会。

虽然很多方面是让我们兴奋的，但在发展和探索中出现的问题也是让人很焦虑的。由于经济的发展刚刚起步，有部分工资问题不能得到很好地解决，同时乡镇教师的薪水问题也不是很公平，甚至于某些同级别县城学校教师的差距过大，这样导致人才的流失，是很不利于可持续发展的社会需要的。在多样性的企业发展时各种污染和社会影响随之产生了，部分居民区会受到污染大气排放的侵害，对于正在建设中的新城区也是一个很大的棘手，政府需要尽快对企业的建设和污染处理进行整顿。农村在自我发展中难以将国家有关政促



具体落实，农村医疗合作制使部分农民享受到了利益，但是有些农民遇到就医难的问题，甚至有些乡村医生无证营业，而且私自偷开地下门诊，使得具体工作难以进行，有些落后的农村没有能力将“三农”落实，科技富农的战略更是难以实行，需要更多的政府进行支持。发现问题是社会探索发展中的必然，我们必然要对家乡和社会发展充满信心，而且要尽力进出自己的一份的力量。

社会实践让我们劳累了几天，记得好多次在乘车的时候睡着。但是回头想一下，我没有什么可后悔的，我已经感觉到自己获得很多，感触更多。我们要做的总结的东西很多，可以说这是一种人生经历。走在阳光下，放飞希望，成就梦想。

## 卫生站社会实践心得字 暑假实践自我鉴定篇六

本人的专业为商务英语，在此次实习过程中，充分运用商务专业知识，充分解话术及沟通技巧，并充分将其应用于实际。获得令人满意的成果并受益匪浅。

在此次的实习中，我担任中国人寿的邀约员职务，负责邀请或鼓励各中端及高端客户参加各大客户权益增值会议。在邀约的过程中，遇到各种情况，从中我的应变能力得到很大的锻炼和提高。

经过这段时间的锻炼，我增长知识，也培养许多方面的能力，为日后的学习和工作打下坚实的基础。通过这一阶段的锻炼学习，我也发现自己的优点和不足，我会尽力完善自我，发挥长项，补足缺点，从而保证日后的学习成绩和工作能力能有较大幅度的提高。

实习过程中，在单位领导的培育和教导下，通过自身的不断努力，无论是在思想上、学习上还是工作上，都取得长足的发展和巨大的收获。工作上能和同事和睦相处，互帮互助，认真，勤奋好学，踏实肯干，在工作中遇到不懂的地方，能

够虚心向富有经验的老员工请教，善于思考，能够举一反三。对于别人提出的工作建议，虚心接纳听取。严格遵守公司的规章制度，认真履行职责，严格要求自己，不迟到，不早退，踏实的完成工作。

在这一阶段的学习工作中，我跳出课本的束缚，真正面对生活，面对现实，运用我们所学，在实践中成长。从听从导师吩咐到主动准备材料，录入卡片。对业务的有进一步解。而负责接听电话，直接面对我们的顾客，让我体味到“微笑服务”诠释的真谛。而后的看似简单但精密的工作，需要更多的耐心和细心。所以我一直都在加强自己这方面的能力。刚开始时，总要不可避免的犯错误，但是渐渐的在各位老师的帮助和指导下，我慢慢的减少犯错，并争取不犯错。我把每次犯错都作为对自己的一次警示，人生不拒绝犯错，然而如何挽救，并预防下次出错，这才是我看重的态度。

工作中和工作之余我做到坚持学习，树立正确人生观，我知道一个优秀的工作人员不是天生具备的，而是在不断地学习、不断地实践的过程中，通过不断地总结和提高自己的思想境界，才形成的。在实习过程中，我学会揣摩客户的心理以及运用合适的沟通方式与客户进行交流沟通。

通过两天的努力，终于把问卷调查做完，不管怎样，也收集很多真实的情况和共同的问题，我们也有很大的成就感。在整个活动过程中，我负责想学院汇报组员的安全状况和活动的进展情况，每天必做，这也感觉到参加此次活动的意义。

接下来的工作是筹备“医疗卫生知识抢答”晚会，组长让我做主持人，那时特兴奋，第一次挑战这样的任务，给我不少的压力和动力，所以每天都在忙着写串词开场白等台词，然后便是忙着背台词。那次晚会开展得非常顺利，狼山镇的领导也来参加发言，居民们也积极踊跃地回答我们的知识抢答问题，收到意想不到的效果，很多居民还积极参加“关注农村，关注人民的健康”的签名活动。对我来说，这样一个机

会让我受益匪浅。首先，锻炼我的口才和胆量，以前我是一个当众讲话会紧张的人，可这次没有(其实也有点)，很自信，圆满地完成任务。第二，增强我的自信心，让我觉得自己只要好好准备，一定能把事情做好。再次也让我发现自己的不足：其实做主持人，最重要的是要有良好的应场能力，比如遇到突发情况要学会临场应对，而我没有，我只是背好台词，并没有那种能力，以致中间有些环节打乱时我都不知道怎么做，还是学姐帮我应过去。其次，平时要练练口才，多练习普通话，学会与观众沟通。

最后我们还帮园林社区做一个安全感方面的的问卷调查。圆满地完成任务。

通过本次社会实践活动，我得到很多。不管学习还是工作，我们都要做到：第一，学会坚持，坚持就会成功。第二，不畏艰难，学会克服困难，不能轻易放弃。第三，团队组员要有团结精神，互相帮助，共进共退。第四，学会与别人合作，学会与别人交流，学会处理好与社会人的关系。最后，积极参加，主动做事，要学会勤奋，做一个积极向上充满活力的人。当然还有很多的收获，就不说。他们充实着我，增强我的自信心。

## 卫生站社会实践心得字 暑假实践自我鉴定篇七

社会实践是学生理论结合实践的一个重要方式，也是学生提早积累社会经验的一个重要过程，所以对于学生来说，暑假是最好的社会实践的时间，这次的实习给了我们一个认识社会、了解社会，提高自我本事的重要的机会。

暑假一开始，我就去了一家电店实践学习，短短一个月的时间让我领悟到了很多在学课堂上学不到的东西，感受也是五味杂陈，回顾一个月的实习，内心充满着激动，也让我有着无限的感慨，这些东西将让我终身受用。

工作期间，我目睹了家电下乡政策给老百姓带来的实惠，也充分感受到家电下乡对拉动内需、促进国民消费意义重大。在家电下乡的“以旧换新”政策得到了广大农民的支持和赞赏，从某种程度上讲“以旧换新”不仅仅是一种福利还是一种创新和国家对农村建设，对“和谐社会”的发展也起到了必须的促进作用。农民对国家的这种优惠政策也是赞不绝口。家电下乡政策贯彻国家工业哺农业、城市支持农村的方针，逐步缩小城乡发展差距，实现农村经济社会全面发展的具体体现。这样不仅仅促进了农村发展，改变了农村落后的面貌，最终受惠的是农民，也体现了一人为本的思想。

这次的社会实践让我受益匪浅，社会实践加深了与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让我在社会实践中开拓了视野，增长了才干，社会才是学习和受教育的课堂。学校学习的一些基础知识是远远不够用的，在这次实践中我明白自我要学习的东西还很多，以后自我要走的路还很长，不能只安于现状，必须要奋勇向前，任何一个岗位，都必须有饱满的热情，付出加倍的努力。尽管在这次暑期实践中取得的经济报酬是微薄的，可是我收获的精神食粮却十分丰富。因为它让我初步领悟到一个人不管学历有多高，本事有多强，在体现自我价值的社会活动中都离不开“扎实、勤奋、虚心”这样的立身之本。

这次的实习让我受益匪浅，我的动手本事和分析确定本事得到了很大的提升，人际交往和待人处世的技巧也在不知不觉中得到了锻炼，以前我很不爱和陌生人说话，可是我此刻不会对陌生人有任何的胆怯了，这是我在这次社会实践中得到最宝贵的转变，我感到很开心。

在以后的学习活动中，我必须牢记这次学到的刻苦的精神，端正学习态度，在学习知识的基础上加强实践，努力完善自我的同时不断吸收新知识，新思想，到达思想和经历的共同提高。励志做一个专业性强，对社会有用的人，成为祖国的栋梁之才。

## 卫生站社会实践心得字 暑假实践自我鉴定篇八

社会实践是大学生理论结合实践的一个重要方式，也是大学生提早积累社会经验的一个重要过程，所以对于大学生来说，暑假是最好的社会实践的时间，这次的实习给了我们一个认识社会、了解社会，提高自我本事的重要的机会。

暑假一开始，我就去了一家电店实践学习，短短一个月的时间让我领悟到了很多在大学课堂上学不到的东西，感受也是五味杂陈，回顾一个月的实习，内心充满着激动，也让我有着无限的感慨，这些东西将让我终身受用。

工作期间，我目睹了家电下乡政策给老百姓带来的实惠，也充分感受到家电下乡对拉动内需、促进国民消费意义重大。在家电下乡的“以旧换新”政策得到了广大农民的支持和赞赏，从某种程度上讲“以旧换新”不仅仅是一种福利还是一种创新和国家对农村建设，对“和谐社会”的发展也起到了必须的促进作用。农民对国家的这种优惠政策也是赞不绝口。家电下乡政策是贯彻国家工业反哺农业、城市支持农村的方针，逐步缩小城乡发展差距，实现农村经济社会全面发展的具体体现。这样不仅仅促进了农村发展，改变了农村落后的面貌，最终受惠的是农民，也体现了一人文本为本的思想。

这次的社会实践让我受益匪浅，社会实践加深了与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让我在社会实践中开拓了视野，增长了才干，社会才是学习和受教育的大课堂。学校学习的一些基础知识是远远不够用的，在这次实践中我明白自我要学习的东西还很多，以后自我要走的路还很长，不能只安于现状，必须要奋勇向前，任何一个岗位，都必须有饱满的热情，付出加倍的努力。尽管在这次暑期实践中取得的经济报酬是微薄的，可是我收获的精神食粮却十分丰富。因为它让我初步领悟到一个人不管学历有多高，本事有多强，在体现自我价值的社会活动中都离不开“扎实、勤奋、虚心”这样的立身之本。

这次的实习让我受益匪浅，我的动手本事和分析确定本事得到了很大的提升，人际交往和待人处世的技巧也在不知不觉中得到了锻炼，以前我很不爱和陌生人说话，可是我此刻不会对陌生人有任何的胆怯了，这是我在这次社会实践中得到最宝贵的转变，我感到很开心。

在以后的学习活动中，我必须牢记这次学到的刻苦的精神，端正学习态度，在学习知识的基础上加强实践，努力完善自我的同时不断吸收新知识，新思想，到达思想和经历的共同提高。励志做一个专业性强，对社会有用的人，成为祖国的栋梁之才。