

最新大学生社会实践能力自我评价(精选5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

大学生社会实践能力自我评价篇一

大学生的社会实践让你有了什么感受和想法呢，那么你要怎么去写大学生社会实践表自我鉴定呢？下面由本小编精心整理的大学生社会实践表自我鉴定，希望可以帮到你哦！

7月7日上午，艺术学系暑期社会实践小分队一行17人抵达此次调研第一站——临沂，与临沂市民艺研究专家王滨老先生进行了座谈与交流。

作为研究临沂民艺的专家，王老先生几十年来一直致力于搜集、挖掘临沂范围的民艺资料等，并有一定研究成果。他为我们详细介绍了临沂民艺的种类、形成、分布、发展及其现状，并重点介绍了“郯城三绝”（过门签、木璇玩具、木版年画）的详细情况，对我们此次考察的一些具体细节提出了指导性意见。

谈及临沂民艺的发展现状，王老先生不无担忧的提出：“由于经济发展等各方面因素的冲击，民间艺术已奄奄一息，正在‘打吊瓶’，即将灭绝，因此，抢救和保护民间艺术应是当务之急。”同时，他对我们此次活动给予了高度肯定，同时希望通过我们详细的调研活动，能将临沂民艺推广出去，为更多的人所了解。

此次座谈为我们即将全面开展的调研起到了提纲契领的作用。通过王老先生的详细讲解，我们对郯城民艺有了初步了解，明确了今后几天的调研方向。

郯城文化馆采风

7月7日下午，艺术学系暑期社会实践小分队由临沂辗转至郯城县，参观了郯城文化馆。

作为古圣人郯子的故乡，郯城依傍沂水，地理环境优越，有着悠久的历史 and 灿烂的文化，可谓物产丰饶，人杰地灵。文化馆虽然面积不算大，但很有条理的向我们展示了郯城的历史、文化、政治、经济等方方面面。

特别是近年来，郯城下设各村镇紧随改革开放步伐，发展诸如木璇工艺、草柳编工艺等新兴特色产业，取得了很大成就。

随后，我们就“郯城民艺”这一课题与文化馆张宏亮馆长进行了交流与探讨。张馆长为我们详细介绍了木璇玩具、木版年画、过门签、草柳编等民间艺术在郯城各乡镇的分布及发展情况，并提出了与王滨老先生讲过的类似的问题：“民间艺术的保护与发掘不容忽视。”

特别是随着改革开放以来人们思想观念的变革，富有传统特色的民间艺术正在一步一步地消亡，而大多数人则缺乏去保护他们的意识。”

座谈在友好热烈的气氛中结束。而我们，也即将再次踏上行程，奔赴我们的最终目的地——港上镇樊埝村。

樊埝村调研全纪录

7月8日上午，艺术学系暑期社会实践小分队一行17人抵达最终目的地——郯城县港上镇樊埝村，调研活动全面展开。

此次调研活动较之往年最大不同之处便是目的明确，分工详细，针对性强。根据需要，调研内容被分为五个方向：村落布局调查、农村生活方式调查、族系概况及发展状况调查、经济状况调查、民间艺人录。分组时采取自愿组合原则，每三人一组，每组负责其中一个方向，递交一份调研报告。这样的方式，避免了往年的无目的性，使得同学们干劲十足，全心全意投入到自己的课题之中。

7月8日、9日为全面采集资料阶段。这两天之中，同学们深入到樊埝村各家各户之中，与村民交谈，并作详细记录。在此过程中，同学们克服了天气炎热、方言难懂等困难，一心一意扑在自己所选课题上，不仅收集到大量有用资料，而且与当地村民建立了深厚友谊。

10日为资料整理阶段，热情的港上镇政府将两间娱乐室借给我们当作“自习室”。一天结束后，各个小组资料整理基本结束，可谓圆满完成了调研任务。

11日，调研活动全部结束。同学们也将开始真正意义上的暑假生活。虽说此次调研条件较为艰苦，但同学们仍然出色地完成了调研任务，充分发扬了团队精神，互帮互助，协调一致的开展调研。相信这对每位同学来说，是一次丰富的生活体验，也是一个美好的回忆。

共2页，当前第1页12

大学生社会实践能力自我评价篇二

暑假是漫长的两个月，也是短暂的两个月。它漫长，也许是因为困难。它短暂，也许是因为美好。世界上有些事情觉得它漫长，可能是因为我们觉得这件事情难熬。而又觉得一段时间很短暂，也许是因为它带着美好悄然的逝去了。这两者实则是矛盾的，也是不矛盾的。怎么看待长短，取决于我们个人的看法。

我的这个暑假，是既漫长有短暂，既痛苦又有快乐。成为一名大学生之后，我的一只脚已经踏进了社会的熔炉，另一只脚还在自家柔软的沙发上。左边是炎热，右边是凉爽；左边是寒冷，右边是温暖。左右分明，这就是我来到大学的第一个感受。为什么会有这样的感受呢？慢慢大学里感受到，人和人之间的差距在逐渐拉大，现实也在逐渐的清晰。我们已不在是哪个稚气的少年，我们应该更多地拥有一种责任感，一种紧迫感。

我周边的许多同学都很优秀，有的已经考了很多的证书，有了自己的奖杯。有的热爱音乐成为了乐队主唱，有了一定的热度。有的开始创业，有了自己的工作，每年都有稳定的收入。还有一些同学在生活中碌碌无为，抱怨生活。我想我自己也许属于中间者，不抱怨生活，也不求上进，只是想着安稳度日。但是当年纪越来越大，大学越来越短时，我才发觉自己已经不能再这样的堕落了。所以我在暑假找了一份实习，想要突破自己，打碎自己的惰性。

步入社会之后，我真的很难以去适应这种环境，阿谀奉承，或者是巧言令色。这让木讷又诚实的我不知道该怎么去沟通，怎么去相处。我就抱着一种来几个时日就走的心态熬过了一些日子，这些日子里，我感到非常的漫长，除了在工作上和同事的一些沟通交流外，我再也没有其他的话语了。我仿佛变得有些压抑，开始怀疑这是不是我今后要的生活。逐渐的，我变得不够理智，也很容易冲动，在整个实习中也出现了许多的错误。而改变我的，也是因为这些错误。

有一次发了很大一个错，我已经慌的不知所措。后来同事知道后，立马通知了领导。我原以为会迎来一顿痛骂，没想到领导和同事反而尽心尽力的为我解决，他们自己的事情都给耽搁了，导致后来还在公司加班。他们帮我之后还跟我说了很多话，想让我变得开朗一些，和大家多沟通，其实社会并没有想象中那么艰难。我当时很感动，也很有感触，在后来的日子里，我和大家都相处得很愉快。果真，愉快的日子一

会就过去了，眼睛都来不及眨一下。但这段经历给予了我莫大的鼓励和教育。我也相信自己可以在今后的学习中加以运用。

只有接纳他人，才会看到别人的闪光点。保持一颗积极的心去学习去工作是很重要的。一个人想要进步，不仅需要一个上进心，也要懂得和人沟通。沟通是我们防止错误产生的第一个重要的点。因此，很感谢这次社会实践，让我更加的认清了自己，也让自己有了今后的打算和计划。我会更加的努力的！

大学生社会实践能力自我评价篇三

我们大学生缺乏足够的锻炼，我也不例外一直在爸妈的保护下，没有接触到社会激烈的竞争是不会知道生活的艰辛，爸妈有多么不容易。

我利用空闲时间在学校附近的餐厅做兼职工作，做的都是非常简单的东西，端盘洗碗，打扫等但是工作非常杂，也会参加学校举行的时间活动，比如去做公益活动，募捐，去敬老院等，锻炼自己。

我积极参加，踊跃报名，这让我发现了自己的不足，让我知道了努力知道了坚持，把知识学好，把工作做好。

工作中工作忙碌而又辛苦，每天都要做能多的事情，一直都是站着，没有休息的时间，只要有事做就一直忙到下班，每天都是如此，除了上课时间一点工作就这样，我在休息的时候工作，虽然赚的不断多，但也能够挣些生活费，在工作中让我知道了工作的辛苦，每天为了一点点微薄的工资，做数倍的努力，汗水和辛苦更本就不成比例，但是需要坚持，只有坚持才能够做到更好，只有努力才能够不断进步，每天都要做每天都要做，只有付出才会有收获，只有坚持才能得到回报。

对待工作我一直努力坚持，因为我知道，我需要锻炼，也学习要学习，在工作中我学会了与陌生人交流，也学会了替他人考虑，更是知道了为他人着想，对于每天的工作我都会尊师去，一个学期的时间零零散散的工作，随着时间长成为了习惯。

在工作中我向其他员工学习，工作技巧，学会了很多学校里面没有的知识，知道了工作的艰苦，在学校的时候老想着外出工作，等到了社会上我才知道工作并没有想象中的简单。我在工作中发现了自己很多问题。在工作中经常会分神，比较懒惰，总是想辞掉这份兼职，总是想给自己找借口休息，害怕吃苦，对自己也不够自信，面对陌生人就结巴，不能随意交流，出现了语言障碍，也发现自己学习的东西并不精深，还有很多问题纯在，这些都需要我好好做好。

我明白了生活并不是如同我们想象中的那么好，在学校是打基础，为自己树立根基的时候，只有把知识学好才能够做好工作，我们学习的时间不多，需要抓紧，需要努力，我也一直都认真努力，不断进步，不断坚持，做好，每天都会把工作放在第一位，坚持做好自己的工作，在学习学好知识。

通过实践锻炼了自己能力，学到了知识，也明白了更多的到来知道了努力学习坚持我一定会好好努力做好工作，把学习放在首位。

大学生社会实践能力自我评价篇四

第一次参加社会实践，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。经过参加社会实践活动，有助于我们在校中学生更新观念，吸收新的思想与知识。这次的社会实践，本来是准备和同学一齐去外打工补贴生活，减轻家里负担和锻炼自我的实际动手本事。之后自我认真想

想，应当做一些对自我有用的事情。然后，经得了家里同意，经过叔叔的介绍，我来到了一家建筑公司开始了这次实习。近一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自我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。社会才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了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。我在实践中得到许多的感悟！

经过几天的休整，当刚回到家时的兴奋与惬意渐渐淡去，我回想了一下自我这半年的学习生活，虽然在学校里的生活平静而欢乐，可我却看到了“危机”——就业危机。在大学这个相对自由的天地里，同学们都在努力的经过各种机会来磨砺和充实自我，期望能多学习一些东西对自我将来走进社会有所帮忙。然而，大学只是一个沟通学校与社会的桥梁，是我们步入社会前继续充实自我知识的“深加工厂”。最终我们还是要面临社会和市场无情的竞争与淘汰，仅仅依靠学校里的知识是不够的。于是，我开始思考：怎样才能让自我在寒假这个短暂的时间里学到一些学校里学不到的东西，从而度过一个有意义的寒假。

经过了一番思考后，我把自我的想法告诉了父母：独自到附近的装饰装修公司去应聘。由于研究到自我各方面的实际情景（一没经验；二没学历；三时间有限），决定进行为期10天无偿的义务劳动，主要目的是体验和学习，以便尽早适应社会的工作环境。在得到父母的认同后，我决定第二天就出去找单位应聘。

实践前——行动

半个多小时过后。“成功了！”我带着难以掩饰的欣喜走了出来，因为急着想把这个好消息告诉家人，回家的脚步也显得

轻快了许多，可没想到一抬头，发现父亲就在不远处的拐角处等着我。原先，他这既是监督我(怕我半路落跑)又是关心我(怕我遭受打击)，顿时体会了父亲的一片良苦用心。在确定我这次单独应聘成功后，他也只淡淡的对我说了一句：“看来真的是长大了。”是呀，就在这一刻我发现自我真的长大了，不再是那个什么事情都要等父母安排妥当了再去做的小孩子了。这又不禁有让我想起刚才临离开公司，经理退还我学生证时对我说的话：“我之所以录用你，是因为我欣赏你的就业危机意识和这种敢于单独到社会里推销自我的勇气，对于你这样一个刚上大一的女孩子来说，能做到这两点是很不容易的。”想到那里，再一次庆幸自我之前没让父亲为自我去打探，否则，这份工作说不定就丢了，而我也少了一次考验自我信心和勇气的机会。

当天午时2:00我准时来到公司，和办公室的同事打过招呼后，见大家都在忙自我的事情，我就找了两本书关于家居专修基本常识的书看，因为上午和经理商量过，由于我的本事和时间有限，一些复杂和长期的工作我也不能做，于是就安排我每一天早上做一下办公室(包括卫生间)的清洁工作，以及简单的客户接待工作，其它时间就自我看书学习或看别的同事如何制作电脑效果图。而要作到接待客户时能应付一般的提问就必须先增加自我这方面的知识，于是决定先看看书熟悉一下。我拿着书翻翻看看，不知不觉已经快5:00了，这时一向在外面忙的经理回来了，见我书快看完了就说到：“快看完了啊，速度挺快的嘛，看的怎样样了看完了我要检查的，你要能复述出来才行。”“啊!”我心里不禁一惊：怎样办呀，我翻的太马虎了，复述恐怕……经理没理会我的惊讶去忙自我的事情了。这时我才明白，经理这么说一方面是要考验我的学习吸收本事，一方面是要我不管做什么事情都必须要认真仔细，看书同样如此，决不能走马观花，要对自我负责。尤其是一些看上去不起眼的小事，更是不能马虎的，正所谓：细节决定成败。而让我深切体会这一道理的是第二天的清扫工作。

一向都认为打扫卫生是个再简单可是的工作，家里的清洁工作我也只是偶尔做做，觉得没什么大不了的。可这次的清洁工作，让我改变了对清洁的看法。把办公室的卫生做完之后，我开始了卫生间的清洁工作，把地板上的水渍扫干净以后，擦了墙壁与镜子，看看没什么要弄的了，准备出去看书了，忽然想起了“细节决定成败”：既然我是出来锻炼的，就要得到老板的认同才行，而像我这样的清洁工作谁能做，怎样才能让我的工作更出色就是更细致的清洁！从新审视了整个卫生间，我发现自我之前的工作的确是不够彻底的：墙上的瓷砖上还有星星点点的小水渍和污垢，洗漱台下头也有不少灰尘，而问题最严重的还是便池上的污垢。看到“任务”还如此“艰巨”，我就脱去外套准备来大干一场，说句实话，在自我家里我还没这么勤快过呢，但为了工作我决定“牺牲”了，还好没有什么异味，但心里还是有点不舒服，应对一些顽固的污渍，我也顾不上衣服会溅到污水，拿着刷子就使劲的刷，不觉间时间就已经过去了两个小时，看着被自我打扫的整洁一新的卫生间，忘记了酸痛的胳膊和鞋子上的水渍。虽然这件是并没有被经理注意到，但我自我却有了收获，那就是对“细节决定成败”更深层的理解：人与人之间在智力和体力上的差异并不是想象中的那么大，很多小事，一个人能做，另外一个人也能做，只是做出来的效果不一样，往往是一些细节上的工夫，决定着事情完成的质量。

实践中——体会：

1) 检查《家居忠告》的学习情景；(因为那天经理说要检查，第二天我就准备了一个笔记本，把书又从头认真的看了一遍并做了笔记，可经理却要求我不能只讲书本上的知识，还要结合自我的看法来谈，这样才能有所提高和收获。)

2) 谈谈各自的缺点和不足，共同找出相应的解决方法；(与同一个办公室的小王和小邹相处了一段时间，大家互相也有了必须的了解，经过谈自我的缺点来更加清楚的认识自我，改正缺点弥补不足，共同提高。)

3)学习《基本营销礼仪》;(接人待物处处都是学问,与人的沟通除了语言的表达外,最重要的就是肢体语言即礼仪,为了能给客户留下较好的服务印象,顺利开展接下来的工作,基本的营销礼仪是必须掌握的。)

4)列举分析哲理小故事;(很多趣味的哲理小故事是启迪人生的金钥匙,工作中的不明白的很多事理都能够在这样的小故事中找到答案。)

5)对自我近期学习情景的鉴定。(虽然从表面上看我似乎就是看了一些书,作了一些读书笔记,可我觉得我所收获到的远不只这些。首先,有规律的工作时间,让我在寒假依然能有正常的作息时间,而不是一味的睡懒觉。其次,家居的一些小常识也帮忙我养成了更健康的生活习惯。再者,让我更清醒的认识到了自我在应对就业这一方面还欠缺哪些东西,以便我能在今后的学习生活中做到有的放矢的去弥补。)

我短暂的实践生活就这样结束了,除了收获以外留下的是更多的思考……

实践后——感悟

第一次参加社会实践,让我明白了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,向工农群众学习,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。经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。这次的社会实践,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。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情,拉近了我与社会的距离,也让自我在社会实践中开拓了视野,增长了才干,进一步明确了自我的奋斗目标。社会是另一个学习和受教育的大课堂,在那片广阔的天地里,既能让我们的人生价值得到体现,更为将来更加激烈的竞争打下

了更为坚实的基础。陶渊明说过“盛年不再来，一日难再晨，及时宜自勉，岁月不待人。”期望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

大学生社会实践的自我鉴定3

本次暑期社会实践感慨良多鉴定有以下几点

(一)要想做好工作，良好的沟通是关键。

无论是与同事还是顾客，沟通都是很关键的，尤其是工作之初，很多事情都需要良好的沟通，掌握良好的沟通技巧是提高工作质量的保证，沟通不好，事情解决不了，影响心境，销量就会降低。人与人相处是一门很有学问的艺术，人与人的相互适应、相互包容、相互理解促成我们良好的人际关系，使我们处在一个和谐的工作环境之中，工作质量自然就稳步上升。如此，不仅仅利于自我的工作利于他人的工作，更重要的是也有利于店主和顾客，营业额升高，顾客满意度上升。和谐的工作环境要靠我们自我去营造，此刻到处充满着竞争，似乎身边少了许多人情味，功利之心人人皆有，但我觉得二者并不完全矛盾，我们应当权衡利弊适度改变一下心态，从而从容的应对当今的就业、从业形势。

(二)顾客是上帝，领导也是上帝。

相对于服务行业来说顾客就是上帝，只要把顾客伺候好了，一切都好办。这句话真的一点都没错，在工作的过程中有时候难免遇到比较麻烦的比较刁钻的顾客，可是只要我们语气缓和点顾客还是比较满意的，黄氏牛奶的促销员就是因为说话语气重了点，结果有一位顾客在超市里大喊着要投诉她。我虽然也遇到过类似的顾客，可是其实我们能尽量满足他们的要求，顾客还是很不愿意惹出事端的。再者，领导也是上帝，这是我从伊利酸奶促销员被赶走的事情中领悟出来。领导是就是领导，作为领导工作上就要尊重他，服从管理，与

领导绝对不能有正面的冲突。

(三)努力、努力、再努力!

虽然是短期的实践，可是暴露出了我学习很多不足之处，比如销售心理学，懂得这门学问的话我相信我会做得比此刻更好。在接下来的学习中要不断的学习和摸索，不断的鉴定经验，学好课本知识的同时也掌握谋生的手段。期望下一个暑假实践会有所提高。

(四)最终，十分感激绿态行商贸有限公司给了我这次实践的机会，也感激那些在工作中帮忙我的超市员工和促销员。

大学生社会实践能力自我评价篇五

在本次实践中，本人在某某超市担任促销员。实践中，我不但锻炼了自身吃苦耐劳的品质，更重要的是从这个简单的工作中学习了如何与人沟通的技能，在超市领导和同事的耐心帮助下，也让我看到社会服务工作者们用热情和艰辛的劳动为我们创造美好的购物环境，从他们身上，我意识到培养责任感是非常重要的。

经过本次实践，我总结了自身的不足和缺点，将在未来的学习中更好地改进缺点，发扬优点。努力学习，早日成为社会有用人才。