# 2024年暑期社会实践工作总结(18篇)

来源：网络 作者：夜色温柔 更新时间：2025-03-08

*暑期社会实践工作总结一二个星期的社区社会实践，让我从中领悟到了很多东西，而这些东西将让我终身受用。社会实践加深了我与社会各年龄段人的感情，拉近了我与他们的距离，也让自己在社会实践中开拓视野，增长才干，进一步明确了我们青年学生的成才之路和肩负...*

**暑期社会实践工作总结一**

二个星期的社区社会实践，让我从中领悟到了很多东西，而这些东西将让我终身受用。社会实践加深了我与社会各年龄段人的感情，拉近了我与他们的距离，也让自己在社会实践中开拓视野，增长才干，进一步明确了我们青年学生的成才之路和肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大教堂，在那个广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，让我从实践中得到锻炼。

我实践的社区是镇社区，隶属镇管辖，地处县城中心，占地0.8平方公里，共有居民2535户7335人。社区工作人员21名。

在我报到的第一天社区书记就告诉我：社区最主要的工作就是在党和政府的领导下，依靠社区力量，利用社会资源，强化社区功能，解决社区居民问题，为社区居民提供各方面的服务，组织社区居民开展各种社会活动，促进社区协调和健康发展，不断提高社区居民的生活水平和生活质量。

书记说：社区工作者要有一定的社会责任感，社区工作者的宗旨和目标是帮助社区居民解决社会问题，很多社区居民都是社会的弱势群体，他们没有工作，生活来源困难，是靠政府救济、享受低保解决生活的，如果社区工作者没有一种崇高的理想，务实的工作精神和方法，就不能满足他们的需要，所以社区工作者要有服务居民，贡献社会的意识和社会责任感。书记还说，作为社区工作者要有平民意识，要把自己置身于社区居民一员才能体会和理解居民需要，充分尊重每一个社区居民的人格和平等权利，帮助他们解决最关键的问题。

她还说作为社区干部还要有一定沟通技巧，社区工作及要与社区居民打交道，还要经常与辖区单位联系，充分发挥辖区单位的作用，才能更好的为居民服务。社区工作面对的是不同年龄、性格的各式各样居民，要运用自己的知识技巧，建立信任关系，通过相互的沟通和合作，了解自己扮演的角色，最终达到自己解决问题的目的。

两个星期的社会实践，书记给我安排了三天的走访社区居民活动，带我走访的是社区干部大姐姐，大学毕业在社区工作已经二年了，各方面工作能力特别突出，也给我教了很多工作方法，

通过走访改变我很多以前的认识，真没有想到在城市里还有这么多生活困难的人，三天我们走访近20户，对我记忆最深刻的是家，她是一个族，今年43岁，看上去象50多岁的人，丈夫7年前与她离婚了，三个孩子跟她一起生活，大女儿只上到初中就因为家里没钱她就不上，到处打零工挣钱。二女儿开学上初三，还有一个儿子。因为初中毕业、再加上她汉语说的又不好，没有工作靠每月350元的低保金维持一家的生活，她自己患有风湿关节病，经常腿痛的走不成路，家里只有两间土平房和一个18寸的老式电视机，就再也没有一件像样的家具了，两间平房，进门一间有一个火炉子和一个土炕，供冬天取暖用，有一个矮小的方桌和几个木制小板凳，里面一间有一个双人床、两把椅子和一个衣柜，房间的土地面高低不平。十几平方米的院子里有一个草棚，下面盘着一个锅灶，她说这就是她们夏天生火做饭的地方。

杨姐姐说我们这次来她家，主要是帮她办理十大慢性疾病医疗保险，参加这个保险，她看病、买药可以报销70%，现在国家经济条件好了，为群众办的实事、好事也多了，杨姐姐一边和帕孜古丽拉家常，一边教我如何填写十大慢性疾病医疗保险登记表，一个多小时我们就完成了帕孜古丽家的走访登记工作。

在走访下一户居民家的路上，姐姐告诉我作为社区干部一定要做到四知四清四掌握，就是要知道社区居民每个家庭成员及社会关系、每个家庭经济状况、每个家庭成员政治表现、每个家庭成员遵纪守法情况;清楚社区就业情况清、社区重点人口情况清、社区流动人口情况清、社区贫困群体情况清;掌握社区基本情况及社情动态、掌握宗教活动情况、掌握居民热点难点问题、掌握各类积极分子情况。

三天的走访结束后，书记就安排我协助姐姐开展日常工作，杨姐姐在社区负责的是人民调解、社会治安综合治理、流动人口管理等工作，日常工作看是平凡，却很繁忙，汇总材料、上报报表、接待居民群众来访，调解居民间的邻里纠纷、登记流动人员等，不知不觉一天天就过去了。

繁忙的工作虽然很辛苦、很劳累，也使我收获到了工作上的成就感和工作中的乐趣，每当帮居民办完一件事情，诚心对你说谢谢的时候，我就感到很满足，许多事情是我们份内的事，我们有义务完成它，可居民群众却感到是你在帮助她，她们都会诚心诚意地对你说一番感谢的话，多么朴实的居民啊。

通过社会实践，我学会了和许多同事打交道。从前我不爱搭理不熟的人，现在我强烈地感到人际关系的和谐有多么重要，它有利于你工作顺畅，毕竟在社会工作，团队协作非常重要，有些工作一个人是无法完成的。不会与人打交道就无法顺利开展工作，就不利于工作效率的提高。

通过社会实践，我学会了不断努力，适时虚心请教他人，不断提高自己。从前我不爱请教他人，可现在我明白自以为是不会进步。同时，我也深感我们也必须在工作实践中勤于钻研，不断学习他人的长处，才能进一步提高自己。

通过社会实践，使我在实践中认识社会、增长才干、提高自身素质、为日后真正走进社会奠定基石。我现在理解了学院为什么一直强调加强我们社会实践能力。在那里，我学到许多书本上所没有的社会实践知识，体会到了工作的一些难处，学会了如何处世，怎样才能把事情做对做好，清楚了自身的不足更明确了自己以后要怎样努力去完善自己，为毕业后走上工作岗位而奠定基础，社会实践是为将来打基础的重要阶段，珍惜我们的每一个工作机会，不论什么人，什么学历，从事什么工作，没有一件事情是轻轻松松的，其实工作中不一定有太多地方用到专业知识，更多的是我们要耐心、细心，一步一个脚印，脚踏实地的去工作，只有基本工作做的够好，才能赢得上级和同事的信赖，才有机会展示更多的才华。

**暑期社会实践工作总结二**

今年最流行的要数“致青春”，”在路上”。大学是我青春最美好的段时，也是我最不想浪费的时段，于是我选择了“在路上”见习(我的第一站丽江)。见习是充实自我的一种方式，也是我无限向往的假期生活。暑假，多么漫长的2个月，如果像高中一样在家埋头苦干或者无所事事，那对于现在的我来说，都是没有任何意义的。同样，如果好好利用这个暑假的话，也会过的很充实。有的人选择了去做志愿者，有的人调查起了家乡，而我，结合自身情况，选择了做兼职。早在放假前我就在58同城联系了这份兼职——秀香餐饮管理有限公司的帮工，做的是比较基本的waitress工作。

第一部分、实践程序

1. 面试。

虽然是事先联系好的兼职，但还是少不了面试的。7月12日，收到了公司的面试通知，因为是一家刚注册的公司并不完善，我们都不知道面试官是谁，虽然在学校这两年里也被面试过很多次，但那都是学长学姐，而这次是不同的，这让我很是不安，带着紧张的心理，走进面试室，我甚至想退缩，就这样我的第一次面试以紧张告终。(后来才知道面试官是老总)

2. 学习适应阶段。

当天下午三点，我收到公司通知，去领了工作服，熟悉了公司基本环境。由于刚去公司，对那里的一切都很陌生，领班对我们很热情，态度和蔼，这更使鼓起了我适应环境，战胜困难和挑战的信心和力量，领导的耐心教导，同事的热情帮助无不在激励着我，鼓舞着我，尤其是发自内心的那种想及早进入社会的心情是我适应了公司，习惯生活，努力学习的动力源泉。根据工作的需要，初次将我分到大厅，当时心无杂念，尽头十足，公司采取一带一的方式从慢慢的认识大厅的台号，备餐间的位置，到锻炼托盘的托法，直至最后的开档，收档，菜名我们一点点，一滴滴，一天天的反复记忆，到了最后就是整个备餐的基本管理，运作流程我也都了解了。之后，我进行了服务学习，一连几天的服务操作技能培训，从理论到实践，从摆台铺台布到餐中服务规范，老员工毫不保留的告诉了我们，每天的学习都是满满的，尽管很辛苦，但很充实很满足很高兴，笔记一页又一页，看了很有成就感，由衷的感到是那么的自豪。

第二部分、实践内容

开档，为客人倒茶，在客人就餐期间帮他们撤掉用过的空碟子，尽量满足客人的需求，到吧台拿酒水，收拾桌子，摆位，清理垃圾，抹银器和水杯，叠餐巾等等。工作简单而繁琐，每天都在重复相同的内容。

记忆尤深，分配到岗的第一天领班对我说：“我知道你是大学生，有很远大的志向，可能不喜欢做这些粗活，你们都是受过高等教育的，也可能看不起做这些事的人吧，但大事总是由小事一步一步积累而成的。你知道那些师傅和学徒，他们的区别在哪吗?。我说，看不出来。领班说，学徒通过他们自己长期踏实的努力，积累了很多的经验，也能成为像他们师傅一样的人，那时候，他们的师傅们能做的，只有相信他们的学徒能做的更好，所以，你也要脚踏实地的去干，千万不能好高骛远啊。”听君一席话，胜读十年书啊。确实，好高骛远是我们现代大学生的一个通病吧，都想着自己辛辛苦苦读了十多二十年的书，受过高等教育的，怎么能混的比一般人还差呢。这是，我进入这公司，领班给我上的第一堂思想课。

由于该环境的地理位置好，而且服务、管理、卫生等方面都比较好，所以，生意特别火爆，常常使我们这些新手手忙脚乱的，从而服务效率大大降低，让顾客很不满意。记得有一次，由于很忙，我把一个顾客的菜单搞错了，弄的他等了很久，最后投诉到我们经理那里去了，结果挨骂的当然是我咯。挨骂回来后一个老员工特别向我强调：在工作中一定要专心，既要对客人负责也要对自己负责，特别是在上菜的时候，一定要和客人保持一定的距离，以免出现意外事故，造成不必要的损失。他跟我讲了许多以晚发生的事故，其中的种.种原因都是没有和客人保持一定的距离。他希望我在工作中要特别小心不要在发生事故，要不然可就白干了。我那时候在想，这可相当危险啊，白干了不说，还很容易得罪人啊，以后得多加注意才行!因为公司有相关规定，那就是在工作中如果是由员工自己造成的意外赔偿事故，员工要承担赔偿责任。他说他不希望我辛辛苦苦的工作最后却由于一个不小心而拿不到工资，而是开开心心的来工作，高高兴兴的回学校读书。对于这些话，是我记得最深的一个，而且在以后的工作中，我也是小心翼翼的。而且，我还要求自己时刻保持一个清醒的状态，绝对不能犯一些低级错误，要不然真的白干了，我可划不来啊。除了这些，我的经理也非常关心我们的生活，询问我学习是否顺利，工作是否开心，和同事的关系处理的好不好，还破例给我预支工资，她对我这次实践活动给予高度的肯定，赞扬我是难得的好学生，同时也对我第一次来到他们公司表示热烈的欢迎。他的一言一词都流露出了和蔼可亲，也不乏有严肃，我从心里由衷的佩服并确立了用工作成绩来报答他对我的关心。(从一开始就和经理关系很好，他很看得起我)

由于工作长时间走来走去，我的脚总是酸痛，晚上一直抽筋，但为了工作，为了自己能够成长，我只得忍痛坚持了下来。就这样，我坚持了一个多星期，总算是把前一周所学的真正掌握了。接下来的日子，我就更有的受了，我们公司规模不算比较大的，但生意好的时候，人手是远远不够的，而且还有部分老员工偷懒，全把工作安排给我们新员工。所以，我的工作量远远超过简单的一个服务员的工作，常常是一个人做几个人的事，重复印证那句话：男的当畜生用，女的当男的用。做这些简单的事，我倒是能接受，也不算很难，但令人头痛的是，有的顾客很喜欢刁难人甚至有的顾客很没素质。你在这边忙的要死，他们还是作死的叫服务员，吵得我心烦意乱，就更容易出错了。甚至还有顾客开骂，这叫我如何受得了，有时候我会不给予理会。我知道这样的脾气不好，这样做也很不对，但实在很难忍受别人的讥讽。最近一个星期，我不知道和顾客争执了多少次，领班因为觉得我还是个学生，毕竟也年轻气盛，也就包容了我，我自己也在慢慢改，我想，不管这个月多么的艰难，我必须得忍受过来，长这么大没受过这种气，但不管怎么样，我必须得坚持下去。并且，我也会学到很多学校学不到的东西，多接触不同类型的人，才会发现人与人之间的差距，才会学会如何与人相处，才会学会如何认清自己。一些人情世故，我想，我也该慢慢领会了。这样接触社会，我会受很多伤，但我不怕，受越多的伤，我的胆量却会越来越大，这更能磨练我的意志，我想，我的潜力还是有待激发的。

第三部分、实践心得体会

通过这次实践，我知道，任何一项看似简单的工作都需要很大的努力才能做好，别看服务是一项简单的工作，以前，我看着那些服务生就是走来走去，看起来很简单嘛，但你真的做起来的时候，你不懂技巧的话，那可真是一种煎熬啊，开始工作时我感觉很累，而且很不适应，几度想就这样放弃得了，但最后我还是坚持了下来。宝贵的实践经历胜过我们在学校学到的任何理论，虽然这样的实践很平常，但却能使我们感受到走出象牙塔后危机四伏的压力，有了这样宝贵的经验后，会给我们以后提供很多有利的帮助的。以后，当我们真正面对困难的时候，我们会发现自己比校内的学生多了一份淡定和冷静。在生活中，我们也要多注意细节，细节决定成败，这是很多成功人士的人生格言，对我也会是很有帮助的。社会实践虽然骨感，但给我的社会却不是那么一点点。你多实践，你的生活就会越来越精彩，你多实践，你的人生也会越来越精彩。

服务员是直接对客人提供面对面的服务，为了满足顾客不同的需求，就要求我们要有很强的应变能力，我们每天都要工作到很晚，但是我边工作的时候就边思考一些问题，也顺利的将所思考的运用到实践之中，做到了理论和实践的结合。

在服务中，我们也应该遵守必要的礼貌礼节和仪容仪表，我们要时常保持良好的精神状态，并且热情和蔼地面对顾客们，我想，不仅仅是面对顾客，在生活中，我们应该对每个人都要充满热情。在这一点上，我丝毫没有马虎，它让我在面对顾客需求等其它服务时，能够迅速而准确的完成，而且在动作、表情等细节上也做到了精益求精，给领班留下了很好的印象，也让顾客十分满意。由于我们饭店的假期工比较多，因为社会实践是一笔财富。一分付出，一分收获，有付出，就一定会有收获。在社会实践中可以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，无限回味。社会实践是一种动力，走出校门融入社会的大舞台，我们才真正体验到自身知识的欠缺，能力的有限。任何理论知识只有与实践密切结合，才能真正发挥它的价值。在实践中我们才能真正的知道自己有多少斤两，我们需要虚心的向前辈向同行请教，不断的充实自己壮大自己。

第四部分、总结

这次暑期社会实践真的让我收获很多，特别是让我看清了自己这样的大学生在成人的世界里是什么样的，我们真的做好准备踏入这个社会了吗?自以为满腔热血，满腹经纶，就能干出一番伟绩的我们，应该收起那副为我独尊的架子，宏图之志，我们应该有，但我们更应该看清自己的实力，认清社会的现实，有的放矢.不然我们会摔的很重很痛，痛到我们连面对自己的勇气都没有，这次实践，虽然没能和我的专业直接接洽，但是通过这次实践我学会了做好管理最基础的东西，这些是在课本中学不到的.管理是要和许多不同的人沟通的，他们或许是高阶层的，也可能是生活在社会最低层，这次实践锻炼了我怎样与不同身份的人沟通才能达到预期的效果.才能实现双赢.我想在酒店里，只要你用心学好技能，任何一个岗位都有实现你理想的机会，也同样值得为自己喝彩。

**暑期社会实践工作总结三**

经过几天的休整，当刚回到家时的兴奋与惬意渐渐淡去，我回想了一下自己这半年的学习生活，虽然在学校里的生活平静而快乐，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，同学们都在努力的通过各种机会来磨砺和充实自己，希望能多学习一些东西对自己将来走进社会有所帮助。然而，大学只是一个沟通校园与社会的桥梁，是我们步入社会前继续充实自己知识的“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，仅仅依靠校园里的知识是不够的。于是，我开始思考：怎样才能让自己在寒假这个短暂的时间里学到一些校园里学不到的东西，从而度过一个有意义的寒假。

经过了一番思考后，我把自己的想法告诉了父母：独自到附近的装饰装修公司去应聘。由于考虑到自己各方面的实际情况(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

15日一大早和父亲在外面吃过早饭后，我揣着自己仅有的身份证和学生证，开始了我人生中的第一次求职。虽然在电视上看过人家应聘，心里也作好了被打击的准备，可毕竟是第一次，站在应聘单位的门外还是紧张的打起了退膛鼓。一直在一旁的父亲看出了我的心思，说道：“要不我去帮你问问，看看人家要不要人，你再进去。”“不……不用了，我自己去问，不行我再换一家，你……你还是先回家吧。”我拒绝了父亲的“帮助”，因为我知道，从小到大我一直都生活在父母的扶助中，现在的我如果不迈出这独立的第一步，那么这次应聘将失去意义，即使得到这份工作，对我来说也没什么实质性的收获，因为我已输在了起跑线上。待父亲转身离开后，我稳了稳自己的心绪，深呼吸，带着忐忑不安的心情走进了艾帝尔装饰公司的大门……

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。原来，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己真的长大了，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己的勇气，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。”想到这里，再一次庆幸自己之前没让父亲为自己去打探，否则，这份工作说不定就丢了，而我也少了一次考验自己信心和勇气的机会。

当天下午2：00我准时来到公司，和办公室的同事打过招呼后，见大家都在忙自己的事情，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，由于我的能力和时间有限，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，其它时间就自己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己这方面的知识，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，这时一直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，看的怎么样了?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：怎么办呀，我翻的太马虎了，复述恐怕……经理没理会我的惊讶去忙自己的事情了。这时我才知道，经理这么说一方面是要考验我的学习吸收能力，一方面是要求我不管做什么事情都一定要认真仔细，看书同样如此，决不能走马观花，要对自己负责。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。

一直都认为打扫卫生是个再简单不过的工作，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，我发现自己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，洗漱台下面也有不少灰尘，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，在自己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，面对一些顽固的污渍，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，看着被自己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，但我自己却有了收获，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》的学习情况;(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，还要结合自己的看法来谈，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，大家互相也有了一定的了解，通过谈自己的缺点来更加清楚的认识自己，改正缺点弥补不足，共同进步。)

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;(很多有趣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可以在这样的小故事中找到答案。)

5)对自己近期学习情况的总结。(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助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己在面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。通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，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了自己的奋斗目标。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。”希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

**暑期社会实践工作总结四**

7月11号，我们出发了，队员对下乡活动充满了兴奋和期待!

到了目的地，我们接到的第一个很不幸的消息，活动基地由于各方面原因只给我们提供住宿的地方，不提供活动的生源及举办活动的地点。换种说法，我们之前准备的兴趣班、文艺汇演两大块活动都不能按计划开展。这个消息重重地打击了队员的积极性。庆幸的是，在老师的悉心指导下及经过下乡第二天的座谈会，队员的心态很快调整过来，[莲山 课件]慢慢的进入状态。下乡期间，我们开展了以“喜迎建党九十载，温暖同行献爱心”为主题的关爱农民工留守子女系列志愿活动。其中包括面向亚山镇农民工留守子女开展受教育状况调研，开设舞蹈兴趣班、数学学习辅导班，手语培训班，此外，我们还组织开展了关注留守儿童系列活动，包括到他们家里进行思想、学业辅导，亲情陪护，自护教育等。我们还成功举办了联谊会。在活动的最后一天，我们到亚山镇民富村开展“温暖同行献爱心，数学益智游园会” 活动。游园活动中，具有数学专业特色的“智力谜绳”、“数独游戏”等吸引了许多小朋友，他们都积极参与到活动中。此次活动不仅可以为民富村的孩子带来温暖和关怀，更能促进他们的智力发展和健康成长。当地小学的一名老师说到，“智力谜绳” 可以极好地开发小朋友智力，很新鲜很有吸引力。活动结束后，我们把智力谜绳的道具捐赠给民富小学并给他们具体的游戏规则，希望这种益智游戏可以传播下去，给更多的小朋友带来好处。游园活动成功举办，我们全体队员脸上都挂满收获的笑容。

当我们的“下乡”方案被否决的时候，胡老师的说法是，接到这个不幸的消息她很高兴。不幸在于，我们队员之前的努力准备将无法施展，队员的积极性将会受到重重打击;高兴在于，计划被打乱了，这其实是另外更多的锻炼机会，考验我们队员的应变能力、团结协作的能力以及解决困难的能力。实践的本质也在于成长。

我很庆幸能有这次实践锻炼的机会。通过这次活动我深刻地认识到作一名合格的负责人并不容易。负责人必须以大局为重，对活动进行统筹规划、合理安排任务、时刻跟进活动进展，并及时发现问题、分析问题、解决问题，把本职工作做好。同时，要学会控制，保持弹性心态，主动发挥个人及团队的创造力。在邀请领导、与领导交流以及与领导吃饭这方块存在非常明显的问题。由于不知道要什么又担心会说错，所以几次跟领导吃饭都表现得很木讷，基本不说话，感觉丢了团队的脸，后面那次跟镇领导吃饭我干脆当了“逃兵”，因为经历过前几次，我觉得我需要回去慢慢地总结、反思，以及不断地学习、进步。也让其他队员去体验一下跟领导吃饭的感觉，而从中有所体会。在胡老师的指导下，在邀请领导、与领导交流这方块慢慢有了感觉。其实，要学会与人沟通，不管交流的对象是谁，首先要考虑别人的内心感受，换位思考，绝不能把事情想当然。另外，做任何事情都要有备案，当计划改变时可以迅速调整过来。

另外，亚山镇第一中学团委书记覃老师除了给我们提供大力支持和帮助外，更为我们树立了榜样，是我们学习的典范。还有，大雄同学曾笑着说，我今天又多发现你的一个缺点——严重曲解别人的意思;还有，我记得有一次开负责人会议的时候，胡老师半开玩笑半认真地说“延清，你打住，你说话的速度远远比你思维的速度快。你先想好了再说!……”……

这次下乡，胡老师辛苦了，大家都辛苦了。而我，虽然错了很多，但认识了很多、收获了很多。正如李望说我“成长需要痛苦，要学习的地方还好多”。是的，要学习的地方还好多。我会不断经历，不断学习，不断进步。希望我们可以把下乡的状态带到环境中去。让青春在实践中闪光，人生在实践中辉煌!

通过社会实践，让我深切地明白了毛泽东毛主席的至理名言，实践是检验真理的唯一标准;我领悟到了无论个人拥有怎样的学历，只要有心，一样可以为家庭谋幸福，为社会做贡献。同时，我也感受到了交通给农民的工作及生活带来的影响。

，这个没有一点文化的人，从一个确确实实的文盲成为第一个在村里开办工厂的人，无疑，他是成功的。这成功的背后隐藏着多少艰辛，这份艰难怎能用言语来表达?只能他自己体会了。

，出生在xx省xx市xx村的一个农民家庭，由于家中孩子多，便无机会接受教育，他，没有上过一天的学。但这并未影响他奋发向上的心，他干过搬运活，做过渔民，也当过挨家挨户的推销员，前前后后干过八九种工作，艰难并没有打倒他，而是更加磨砺着他，通过自己的节俭与勤劳，他挣下了一笔钱。十年前，他在自己的家乡开起了工厂，那时，工厂里只有两个工人。而今，他已经拥有了分厂，工人也多了好多倍，订单源源不断;十年前，他骑的是一辆二手的摩托车，而现在，他轿车都有两部。他的工人中大部分都是当地的农民，以前，村里的农民们都去外地打工，而现在，他们已不必远走他乡，体验思乡之苦。王伟邦在一定程度上帮助了当地的农民，带他们走上了致富的道路，为他们提供了物质保障，他为推进新农村建设做出了重大贡献。

从中，我感悟到：想成大事者，必须要有勤奋、正真、公平的品质，用自己的内在去影响他人，从而领导他人，得到别人的信赖，我也学到了当一个人有能力后，不能忘恩，忘记自己的家乡。

这次的社会实践，我来到了这个沿海城市，感同身受到了交通给农村农民的日常生活、工作带来的影响。在这里，水泥路四通八达，可以说每一户人家，每一方稻田都有一条水泥路通达。在这里，每一户人家至少有一辆电动车，很多人家人手一部交通工具;在这里，种田的都是一些老太太，老爷爷们，他们早晨骑着自家的电动车，去田里除除草，打打农药，过的都是免费的农家乐生活，轻松而惬意。交通的便利，让这里充满欢声笑语，人们都洋溢着幸福的笑容。临着长江，水路也是非常方便的，在村里、工厂渐渐增多了，农民的生活渐渐富裕了。交通的便利，带着人们朝着更美好的未来驶去……

水路、陆路的纵横交错，给农民带来如此美好的生活，这当然离不开国家及政府的支持与建设，我从中认识到，要想发展一个地方，帮助人们打开通往外界的路是无比重要的。

通过这次社会实践，我受益匪浅，我深深明白：当我们有能力后，不能忘记故乡，忘记农村，忘记生活在农村的人们，中国正在发展，新农村正在跨大步前进。

**暑期社会实践工作总结五**

社会实践不仅是大学生课外教育的一个重要方面，也是大学生自我能力培养的一个重要方式，因此对于我们在校大学生来说，能在暑假有充足的时间进行实践活动，给了我们一个认识社会、了解社会，提高自我能力的重要的机会。作为大二的学生，社会实践也不能停留在大一时期的那种毫无目的的迷茫状态，社会实践应在结合我们实际情况，能真正从中得到收益，而不是为了实践而实践，为了完成任务而实践。我觉得我们在进行社会实践之前应该有一个明确的目标，为自己制定一个切实可行的计划。应注重实践的过程，从过程中锻炼自己、提高能力。

大学是一个小社会，步入大学就等于步入半个社会。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。

为了更好的了解社会，锻炼自己，感受社会就业的现状，体验一下工作的乐趣，因此在20\_\_年暑假期间我在北京拉手网络技术有限公司找了一份帮他们宣传产品的工作。虽然只有一个多月的时间，但是我觉得受益非浅，基本上达到了自己的目的。短短的工作让我体会到了就业的压力，自己能力的欠缺及社会的艰辛，同时让我感到工作的无比快乐，一种在学校自由天地无法体会到的残酷竞争的“愉悦”。

虽然每天上班的时间不固定，很灵活，但几天下来，还是很不轻松。或许正如孟子所说\"天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体夫，空乏其身\"

在学校，每天有作息时间表约束你。课程表会告诉你，今天该干什么，明天又有什么事情要做。而在这里，你必须主动的接近顾客，拉近与顾客的距离，然后耐心的向他们宣传产品。这其实也在锻炼我们的胆量、语言交流能力和心理洞察能力。我们胆大了才能冷静，冷静了才能很好地通过顾客的言语与表情察觉顾客的想法，然后再作出适当的回应，不至于慌张得不知所措。我们必须主动努力才可能继续干下去。在学校，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力，虽然这也存在的竞争，可校园里总少不了那份纯真，那份真诚，一般不会招来嫉恨与报复。可是在社会中，优胜劣汰，你的成功就是别人的失败，工作直接影响了他人的经济利益。在社会中接触各种各样的顾客、同事、上司等等，关系复杂，这一切都需要我们有经验去处理。尽管存在竞争，我们还得不断学习别人优秀的地方，这需要我们有经验去调整自己的心态。而这些经验需要日积夜累，而不是在毕业后读本速成书便可成的。这些事情很多同学沉浸于学习与消遣还未来得及思考，便忽略了社会实践的重要性。

有个事实众所周知，学生的实际操作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，学习的理论知识很多很多，几乎是面面俱到;而在实际工作中，很可能是书本上的知识一点都用不上。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会想，实际操作这么简单，但为什么我们要学习那么深奥的知识呢?现在的教育真的存在很大的弊端，严重的脱离了社会实际应用吗?其实不然，在学习这些吃力的知识的同时，我们的学习能力提高了，理解力和逻辑思维能力也增强了。更在许多书本中教我们如何去做好自己，教我们树立自己远大的理想，这将更好的为我们社会实践打基础。作为大学生，我们的年龄也不小了，离走向社会工作也不远了，我们应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上发生的各方面的事情，这就意味着我们必须得重视社会实践。毕竟毕业以后我们不能再带着幼稚、茫然的眼神走进社会，就像我们当初走进大学一样。我们要带着实实在在的能力走进社会，为社会服务。

而现今一个事实却被许多人误读了，大学生越来越不值钱了。甚至某些人开始看不起大学生，认为读大学没什么用了，一些没读书的人在社会上混得更好。现在的大学生已经不包分工了，也确实许多大学生找不到好工作。这正说明了现

在社会对大学生素质、能力要求越来越高了;当然也说明了某些大学生的确不过关。大学生不是全值钱，但社会上值钱的还是大学生。这就为什么还是有许多人打工之后还想读书，甚至有部分人也确实再次进入校园学习。我们在校园里学习到的先进的科学知识能为社会作出更大的贡献，也能为自己带来更多的收益。而要成为值钱的大学生正要求了我们扎实掌握专业知识还有社会实践能力与经验。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。

经过这次工作我从中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的。可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定不会交到很多朋友。对待朋，是不可能斤斤计较，不可以强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更另人开心。不论做什么事情都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想，关心别人，支持别人。

**暑期社会实践工作总结六**

(一)前言

作为一名大一新生，对缤纷多彩的大学生活充满了好奇。在大学的第一个暑假里，我期望能与以往有所不一样。我要自我找工作，自我上班，自我实践，一切都靠自我，我不想总当温室中的花朵，被别人保护着，我要独立。

这是一种磨练，对我来讲，实践的机会真的是很难得。在中国的教育里，我们学的都是理论知识，真正用到的却不多。理论加实践才是最科学的学习方法。并且能在社会上实践所学，这才是教育的目的。

这次实践是在饭店做服务员，仅有我一人，实践的时间是从x月x日到x月x日为期一个月，主要资料有刷盘子、点菜、上菜、收拾餐具、摘菜、洗菜、拖地等等。现将本次实践活动的有关情景报告如下：

(二)基本情景以及工作体会

我能找到这份工作完全是凭运气撞的

正在我准备打包回家时，意外的碰到了我们的老板——一位可亲的阿姨，是她给了我这次实践的机会，并且对我照顾有加，我真的很感激她。

刚开始工作时，那真叫一个乱啊。自我什么都不会，什么都做不好，每次手忙脚乱的忙半天，却总是做不对。和我一齐工作的有个比我小四岁的小姑娘，她做的是那样井井有条，我都怀疑自我这二十多年白活了，竟然连简单的刷碗拖地都做不好。好在，那里的人都很好，慢慢教，我也算虚心求教，经过几天的学习，我慢慢适应了。

工作确实很累，每一天九点开始上班直到晚上十点，擦桌子、拖地、摘菜、洗菜、等客人来、点菜、上菜，还要查看菜的样貌，刷碗，中午三个小时的休息时间是我最舒服的时候，仅有那时，脚是离地的，它们才能够放假，可是起床时，它们都要细心的下地，因为它们好疼。在时间快要结束时，我还不细心摔了一跤，把腿都摔青了，但还要坚持上班……

可是在那里还是很开心的。首先，那里有一帮和我同龄的年轻人，我们在一齐工作，没事时还能够聊会天，大家相处的很好。其次，在那里我也算接触过一些人，形形色色，上至各种局长，下至普通食客以及民工等，和他们打交道也很锻炼人啊。还有，我们那里有一位好老板，她待我们真是没的挑，有时感觉她象我妈妈似的，好喜欢她。

(三)实践感悟与心得体会

这次实践，我只是想接触一下人们口中总提到的社会，总说大学生接触不到社会，我想自我体验一下社会到底是什么样貌，一个月下来，还是有所收获。

1、在社会上要善于与别人沟通。经过这一个月的实践工作让我认识很多的人，也让我了解到与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的。以前，我与别人对话时不会随机应变，总是想说什么就说，谈话时从不注意别人的想法，这是很让别人厌恶的。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，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取，耐心、虚心地理解。

2、在社会上工作要有自信。我刚工作时，总认为自我什么都做不好，就养成了不耻下问的习惯，干什么都问好，一开始大家还有耐心。然而当我慢慢熟悉后，还是改不了这个习惯，大家边有点烦了。之后，同事说“你能不能有点自信，自我作主啊”，我才意识到，这是缺乏自信的表现。在以后的工作中我尽量自我作主，让自我有点自信。不论你以后做什么工作，肯定会又要自我做主的时候，所以，自信一点，自我作主。

3、工作中也充满学习的机会。像我在饭店工作，那的厨师很好，我站在旁边，他还教我炒菜呢。虽然学生不是太好，但也还是受了点熏陶，回家后妈妈还夸我做菜好吃呢。还有，我也经常和同事说我们学的东西，讨论我们都看过的书，很有意思。其实，生活中，工作中，到处都是学习的机会，只要肯抓住，不必须要在学校学习。

(四)本人存在的问题及思考

在实践过程中，我也发现了自身存在的一些问题：

第一，本人的人际交往的本事还欠佳，这还应在日后的日常生活、交际中有待加强和学习。

第二，缺乏社会经验，在为人处事方面尚还不太成熟，处理事物的态度和方法往往有时不得当。

经过参加社会实践，我认识到，在生活中吸取周围人的经验和阅历，掌握一些社会礼仪的技巧是极为必要的。充分发扬本人自身的优点，取长补短，总结经验，吸取教训，使自我对将来充满信心，也为以后真正融入社会奠定坚实的基础。

(五)本次社会实践的问题和提议

1、在待人接物上应以真诚为主，只要你真诚对待周围的一切，他们会以同样的行动回报的。仅有你对人家好，人家才会对你好。

2、期望能有更多的实践机会，这样我们才能摆脱温室中花朵的称谓。我们需要的不是保护，而是充足的磨练机会。

最终，很高兴能有这个实践的机会，虽然只是短短的一个月，但我觉得挺充实的，至少让我的暑假过得有意义。在今后我要参加更多的社会实践，磨练自我的同时让自我认识得更多，使自我未踏入社会就已体会社会更多方面，让自我能早点融入社会，这个每个人都必须应对的问题。

**暑期社会实践工作总结七**

暑假一开始，我便踏上了\_\_的路程，准备一个人去打工，以便补贴生活，减轻家庭负担和提高自我的社会阅历，锻练自我的本事，使自我在将来的社会生活中更好地生存。

来到\_\_，经过三五天的奔波，在自我亲自找工作的情景下，我到了\_\_商务酒店工作，进行了一次实践，理解了一次磨砺，收获了一笔财富，这个暑假也过得很充实。实践期间，我的职务是服务员，实践之前并不是很重视这份工作，觉得一切都很简单，真正开始后才发现当好服务员也是一门很有深度学问的。

记得上班第一天，我都不怎样开口，不明白如何开口与客人沟通，与同事之间也没有什么话要话。就简单的铺台布也大有学问，原以为只要铺上就好了，可在商务酒店里有很多要规范的，就连站姿都有商务的标准。夏天天气热工作那里有空调，工作环境与伙食还是相当不错的，刚开始我还有点飘飘然，感觉到了上流社会的生活，但酒店的人事管理很有问题，有好几次我都被气得想不干了，但我还是坚持了下来，认认真真做事。原先坚持下去，生活能够更加充实，原先“自力更生”是挑战与乐趣并存的。

在我的工作中，明白了很多很多：在工作时上司总有责备下属之时，这都是不可避免的。责备也要用适当的方式，既要与下属打成一片，也要坚持自我的威严，虽然事实如此，但这也给我上了保贵的一课。它让我明白到别人的批评或是听取别人的意见时，必须要心平气各，仅有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是难受的，并且要明确表示你是真心理解他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我要学会从哪里跌倒就从哪里爬起来，这是我应当做的。

我也从工作中学会了人际交往和待人处世的技巧。在人与人的关系中，我体会到了同事之间真的没有太多知心朋友可言，在利益面前，人都会为了自我。人往往是执着的，对待同事要圆滑点，不论做什么事情，都必须有主动性和进取性，对成功要有信心，要学会和周边的人沟通思想，关心别人，支持别人。打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦泪，也许这就是打工生活的全部吧。我不明白多少打工人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，值得回忆。即使以往哭泣过，此刻想想都已经没有什么大不了了。

此刻想来，暑假的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活道理是学校无法体会的，这也算是我的一等财富!暑期虽然仅有短短\_\_天，可是在这段时间里体会到了工作的艰辛，锻炼了一下意志品质，同时积累了一些社会经验和工作经验。更重要的是我的认识了客人\_\_，是\_\_陪着我一路走来，所以我坚持下来了。\_\_是我的恩师，他是一个好人。

大学生除了学好书本知识之外，还需要参加社会实践。因为很多大学生都明白“两耳不闻窗外事，一心只读对贤书”已经不是现代社会需要的人才。大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题本事。

作为一名大学生，只要是自我所能承受的，就应当把握所有的机会正确衡量自我，充分发挥自我所长，以便进入社会能够尽快走上轨道。在这次最终的暑假中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。

感激\_\_，是你给了我一个起点，这个起点将会促使我遯步走向社会，慢慢走向成熟，此刻我的心也感觉到成成熟了，也许在提高中了。

**暑期社会实践工作总结八**

通过前几天对圈椅的了解，我对它有了初步的认识，改变了我以前对它的看法。今天我认识了好几个木制产品，可以说是这几样出乎我的意料之外。

首先的这一样呢就是一个小凳子，其实凳子并不稀奇，稀奇的是它是用一块木头制成的，而且呢，它还能收放自如，收起来之后就变成了一块木板，它的做法很复杂，是一点一点凿出来的，有三个地方还是交叉的，出一点问题就会前功尽弃。这一个真的很漂亮、精致，简直就是一件艺术品，好不舍得坐啊。还有就是树根做的展示品，树根大部分用的是桑树的，因为桑树的上面一块不是工整的，弯弯曲曲的，很有艺术感，剥了它的皮，稍作加工就可以了，很漂亮的。其中他们还做了一个树根花盆，是用柳树树根做的。

今天我真的是大开眼界了，真想不到我家用来烧火的树根还能这么有用。

其实不管有新做的圈椅等，我们村还有收老式家具的，可以说是古董，其中最多的还是圈椅，可以说是，经过一段时间圈椅也是会升值的。

今天我去了他们家里，看见了老多旧家具，有好多我认为都是破烂的东西，它们的价钱才是高的。听他们说，基本上都是家具越“破”，它的时间就越长，也就越值钱，看来我还是道行浅啊。在这些旧家具中我发现了很多样式的圈椅，其中最大的不同就是椅子的花纹和构件的尺寸，越是古老的椅子，背板上的花纹的样式就越复杂，寓意也就越鲜明，现在的花纹越来越趋向于简单。再就是上面一些小部件有的有，有的没有，尺寸也不相同，也许是适合不同的人的原因吧。

这些旧家具的价值可以说是翻了好几番，看中的也就是它的收藏价值吧。

今天是社会实践的最后一天了，做了最后的社会实践总结，我去了魏集镇贾家集办事处和贾家集村支书的家里，对他们做了调查。

我去村支书家的时候，我问他，你怎么看待咱们的这个圈椅，他说：“说实话，我最喜欢做椅子了，我出了坐在上面，我还经常躺在上面，很舒服。”他买了好几对呢，全存家里了。他还给一些他的上司买过，或者帮朋友买过，他可以说是常客了。到办事处的时候，他们也说，其实圈椅的宣传不够，有好多人想买，但不知道去哪买，考及格熟人的介绍时远远不够的，他们还说：“我呢，还是很希望他们继续做的，其中有我们地方的电视台采访过，也上过报纸，但是这些都有局限性，不能大力推广，但是他们的经常压货，所以，我们也无能为力。”

其实，有还多时候还是需要宣传的，是金子总会发光是没错，但是时间也是问题啊，如果坚持不下去，“金子”也是会消失的。

**暑期社会实践工作总结九**

又到暑假了，一转眼，大二生活已经结束了。

这次的暑假是我大学生活的最后一次暑假，学校规定我们每个人都必须出去实习，积累经验。我从来没有自己出去找过工作，本想在网上找的，投些简历，等待回音，可是几天过去了都没反应，或者就是拒绝的回复。于是，我打算主动出去找，我去了陆家嘴，找了20多家公司，只有2家公司让我填了表格等待回复，可惜一周后了无音讯。就在我不知该怎么办的时候，我得知不久有一场人才招聘会，就去尝试了一下，终于，我进了一家国际贸易公司实习。

很幸运的，我进入了这家公司的财务部。刚开始一切都是陌生的，不过这里的老师和同事都很好相处，平时的事情也不是特别多，虽然没有工资，但报销车费和饭费，对未毕业的我来说已经足够了。毕竟这次实习的真正目的是要学习，积累经验。在公司里，有不懂的不会做的事情，老师都会很有耐心地教我，而我明白后也帮他们做了很多事情，一天下来过得很充实，也很快乐，并不像我以前想象的受到什么苦。

在实习的这一个多月里，我学会了用复印机、传真机和扫描机，学会了计算印花税、贴税票，还做了很多事情，比如听写会议纪要、摘报、接听电话、收发快递、制作表格等等。这是我想要的实习生活，丰富多彩，还能学到许多东西，不过现在竞争力如此激烈，一次帮他们招聘前台，就这一个职位，却有14位女孩子来应聘，可见如果自己没有能够吸引用人单位的因素，就只能被淘汰。现实社会就是如此的残酷!我能得到这样的实习机会，真的应该很珍惜。

这个公司的总务老师很容易打交道，他告诉我，你再怎么有本事，如果在一家公司里无法与上级搞好关系，那么你就永无出头之日。我觉得很有道理，努力学习，考取一个个证书是我们必须要做的，也是我们找工作时的一块敲门砖，但是学会如何与人相处，如何可以得到上级的重视是更深奥的一门学科。想要学好这个，光靠书本上的做人道理是不够的，只有在社会中亲身实践，慢慢摸索，才可能学好学精，融会贯通。

不过，在这个社会中，诚实也是相当重要的，它是别人能否相信你的保障。如果得不到别人的信任，那么做什么事都不会很顺利，甚至寸步难行。现在许多大学生都想自己创业，这不失为一个好的想法，而且很有志向，但创业除了要有相关的专业知识外，诚实的作风也很重要。

还有就是要乐于帮助别人。在实习的过程中，老师和一些同事帮了我很多，有时我并没有要求，他们也会主动来帮我，这点令我感动。所以，在平时的工作或生活中，我也会主动去帮助别人，这样不但帮别人解决了困难，自己也获得了一份快乐和满足。

在即将离开公司的时候，我向各位老师和同事道了别，同时也得到了他们的祝福。我想我会好好学习的，为了自己的将来奋斗!

这次的实习是我人生路上一个不可缺少的经验，真心谢谢这里的每一位老师和热心帮助我的同事。

还有半年，我就要踏上社会寻找一份长期的工作并真正的磨练自己，在这个社会中立足了。希望我将来的事业能在我的努力下一帆风顺!

**暑期社会实践工作总结篇十**

为了丰富暑期生活，提高大学生社会实践能力，我校要求我们进行暑期实践活动。作为一名当代大学生的我，积极响应学校号召，利用暑假时间在国家干细胞产品产业基地间充质干细胞库开展了为期一个月的实践活动。在这一个月中，我了解了许多，学会了许多，受益匪浅，对我今后的工作、学习、生活都会有很多帮助，下面我就淡淡我的工作及感想。

脐带血造血干细胞及脐带兼充植干细胞的功用在国外早已被应用于临床移植，并且已有异体配型成功移植成功的个案，而在国内是近几年才被国人所了解的。因此国家大力支持脐带血造血干细胞的发展，由天津市血研所、天津市血液病医院着手研究。到前几年，使用造血干细胞分裂、分化、定向培养各种细胞的技术已经比较成熟，但并未走出实验室，应用于临床治疗更是不可能，不能让普通老百姓享受到这种新技术带来的福音。因此国家投资创办了协和干细胞基因工程有限公司，为新生儿储存脐带血，当需要使用时提取造血干细胞，从而保存了这一生只有一次取得机会的宝贵资源，为治疗以前的一些不治之症提供了可能。

造血干细胞是人体的“祖宗”细胞，分化、分裂程度很低，细胞全能性高，因此可以分化成红细胞、白细胞等任何血液细胞，这就为治疗败血症等疾病提供了可能。同时干细胞技术也在日新月异的飞速发展，到目前已经可以完成人体组织器官克隆，可以治疗败血症，治疗下肢静脉脉管炎，甚至可以辅助治疗糖尿病等。

该公司是面向光大产妇及新生儿的，它为新生儿储存脐带血并收取一定费用，因此需要办理相应手续，下面我来介绍一下具体工作流程：先由外勤人员在特定综合性医院的妇产科及某些产院、妇幼保健院发放宣传册，并在病房进行宣传，使产妇进一步了解，待产妇决定留存脐带血后，由外勤人员与产妇签署《脐带血自体储存协议书》，并留下相关信息，由外勤人员将合同带回办公室。下面就是我的工作了，由我将合同整合、编号，登记在档案上，并且输机，之后将合同按编号、月份分类排好。在产妇生产进入手术室之前由产妇家属提醒接生医生留脐带血，由医生采集，在这之后由公司的工作人员将血拿到库里进行检测，由库里出一份细菌病毒内干细胞含量等项目的报告，检测合格血入库，在-197°液氮环境下低温贮存，由我和我的同事们电话通知储户取合同和报告以及缴费发票等，之后就由储户按年产纳保管费就完成了一个储户的储存脐带血的过程。

说了这么多该说说我每天的工作了。我每天朝八晚五的工作时间过得很充实。上班前每天打扫一下办公室，擦擦地擦擦桌子，让大家都在一个干净整洁的环境中工作，以提高大家的工作效率。打扫完办公室，我便开始更正式的工作——拿出档案把外勤人员签的合同逐一登记、编号。现在该基地已有10万名储户，并且每天都能新签下3000——5000名储户，所以每天等级也要将近100本，所以上午时间几乎都要用在登记合同上。到了下午，就要根据每天登记已生产产妇名字找出相应合同送到库里，等报告出来一并返还给储户，以及核对合同，打电话通知储户等等。虽然是内勤，每天也有很多储户来办公室取合同，每天也要接待储户，这也就锻炼了我待人接物能力。现在社会不单单是靠工作能力就可以立足的，很多的时候一个人的交际能力也会在工作中有很大的用处，此次的实践我在这两个方面都有所涉及，自然也都有了一定的经验，我相信对以后我步入社会上所要经历的一切都会有很大的帮助。

这一个月的时间转眼间就过去了，在这一个月时间里我与同事们都结下了深厚的友情，相处的十分融洽。这一个月，每天都要严格按照上班时间，不迟到不早退，培养了遵守时间的好习惯，更早的适应了以后工作时候的作息。同时接待客户不仅提高了个人职业水平，还锻炼了反应，给客户讲解也要根据不同的人采用不同的讲解方式。对于客户有时说话的语气、方式、方法都要注意，方式用对了有时可以达到更好的效果，事情也就能有一个很好的开始，可是算作是事半功倍。

现在的我还是一名大学生，公司的其他员工对我也就十分的照顾，给我解释工作时都十分耐心，有什么不懂得的事情请教他们时，无论多么复杂他们都能不厌其烦的帮我讲解，有时还会手把手的教我如何去做。

作为一名内勤，每天做的工作都很琐碎，每天做的也都不尽相同，这和我在社联办公室的工作也有了共通之处，让我更好更快的适应一个新的环境。作为内勤要尽全力为外勤做好后勤保障工作，这样才能让他们更好的工作。我手头工作做完后也会尽自己所能帮助其他人做一些力所能及的事情，例如帮他们在宣传册上盖上他们的名字和电话再打包帮他们拿走，或许事情并不复杂，但是这样能让辛苦了一天的他们得到片刻的休息，我也是非常开心的。

这一个月让我了解了工作的艰辛，内勤每天有做不完的小事，而且要仔细、认真，不能出一点差错，否则错误很难查出来。外勤每天东奔西跑，风吹日晒，有时连水都喝不上，离办公室远的地方坐车得两个小时，还要提很多东西……一直在社联工作着，曾以为自己早已能够适应社会上的节奏，面对工作也能够比其他人显得更加的从容些，不过真的实践了才发现，我还差得很远。社联只是让我们初步适应，它与实际的工作还有很大的区别，这次的实践让我更清楚的认识了自己。当然，工作虽然辛苦，可是有时的一句“谢谢”或者“干得不错”就能让我无比快乐，忘了所有烦恼。

最后还要感谢学校让我们走出校门感悟工作中的辛酸，更要感谢国家干细胞产品产业化基地间充植干细胞库的各位领导给我提供了一个实习的场所，及各位员工对我的关心和照顾，这一个月的经历将成为我以后工作时的一笔来之不易的宝贵财富。

**暑期社会实践工作总结篇十一**

这个暑假，我进行社区服务。我每日都去服务中心帮忙，帮那里的工作人员整理资料和文件，走访人民群众，了解社区居民的生活情况。

刚开始，我并不适应那里的工作，觉得很无聊，很没用。但是，通过与当地居民和工作人员的接触，我越来越喜欢社区服务。我知道了如何整理资料，如何照顾老人，如何体贴他人，也知道了成年人的艰辛、努力——这一切的一切，若是没有走出家门，参与服务，就不会体会到的。

通过这次社区服务，我提高了社会适应能力和运用知识解决实际问题的能力，增强了社会责任感和使命感，也扩大了视野，对自己有了清醒的定位，不仅发现了自己知识结构中欠缺的一面，也感受到了现实和理想的差距，这对我们的学习、生活和工作都有很大的启发。

通过这次的社会实践，让我学会了很多东西，我深深地感受到一个人在工作岗位上的那份热情。正因为如此，我才渐渐地懂得了一个道理：要成就一番大事业，就必须付出加倍的努力，凭着一个人对工作的执着，坚定的信念会指引着他走向完美的事业之路。

在实践的这段时间里，我通过自己的努力奋斗，体会到了工作中的酸甜苦辣，这时才发现自己是最幸福的。因为我还在学习的阶段，还没能真正地接触事业，没能真正地了解到工作的难处和辛苦。想起来，还是觉得自己现在还是不错的了，能在这么好的环境下读书，为以后的工作打下基础，只是，我觉得个别惭愧，都怪自己不够争气，不珍惜这好的时间和机会去好好读书，整天都无所事事，在家里一点事也不会做。是这一次社会实践给了我学习的机会，同时也给了我一次记忆深刻的经历。

在实习的过程中，我认真、负责地做好每一件自己该做的事，对自己产生，都得到了一个满意的答案。原本以为自己已经学会了一些基础的知识就够用了，可到了实习的时候才知道原来自己要学的东西还有很多，以后自己要走的路还很长，不能只安于现状，一定要奋勇直前。人是在不断前进中成长起来的，虽然会有很多坎坷，但总是会有办法解决的。做人不怕失败，最怕失败后永远不能站起来。一定要相信自己，因为我总是对自己说“勇敢点，挫折?怕什么，风雨过后一定会有彩虹的”。于是，我便有着一个坚定的信念，那就是克服自己在成长中的困难，坚定不移地朝着自己奋斗的目标前进。社会实践虽然比较辛苦。是庆幸?还是依恋?回想起来，才发觉，原来乏味中充满着希望，苦涩中流露出甘甜。

通过本次社会实践活动，一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长;另一方面，我们为社会做出了自己的贡献;但在实践过程中，我们也表现出了经验不足，处理问题不够成熟、书本知识与实际结合不够紧密等问题。我们回到学校后会更加要珍惜在校学习的时光，努力掌握更多的知识，并不断深入到实践中，检验自己的知识，锻炼自己的能力，为今后更好地服务于社会打下坚实的基础。

机遇只偏爱有准备的头脑，我们只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

**暑期社会实践工作总结篇十二**

一.关于实木地板：

实木地板是木材经烘干，加工后形成的地面装饰材料。它具有花纹自然，脚感舒适，使用安全的特点，是卧室、客厅、书房等地面装修的理想材料。实木的装饰风格返璞归真，质感自然，在森林覆盖率下降，大力提倡环保的今天，实木地板则更显珍贵。

实木地板的优点

1、隔音隔热

实木地板材质较硬，缜密的木纤维结构，导热系数低，阻隔声音和热气的效果，优于水泥、瓷砖和钢铁。

2 、调节湿度

实木地板的木材特性是，气候干燥，木材内部水分释出;气候潮湿，木材会吸收空气中水分。木地板通过吸收和释放水分，把居室空气湿度调节到人体最为舒适的水平。科学研究表明，长期居住木屋，平均可以延长寿命x年。

3、冬暖夏凉

冬季，实木地板的板面温度要比瓷砖的板面温度高8℃~10℃，人在木地板上行走无寒冷感;夏季，实木地板的居室温度要比瓷砖铺设的房间温度低2℃~3℃。

4、绿色无害

实木地板用材取自原始森林，使用无挥发性的耐磨油漆涂装，从材种到漆面均绿色无害，不像瓷砖有辐射，也不像强化地板有甲醛，是唯一天然绿色无害的地面建材。

5、华丽高贵

实木地板取自高档硬木材料，板面木纹秀丽，装饰典雅高贵，是中高端收入家庭的首选地材。

6、经久耐用

实木地板绝大多数品种，材质硬密，抗腐抗蛀性强，正常使用，寿命可长达几十年乃至上百年。

缺点：不耐磨，易失去光泽;不宜在湿度变化较大的地方使用，否则易变形;怕酸、碱等化学品腐蚀，怕灼烧。

二.关于推销：

第一天工作的时候，公司对我们进行了基本的地板销售培训，同时也会教我们了解实木地板，虽说我自己还未接触过实木地板，但对于知识的兴趣，所以培训的时候觉得一点都不枯燥。心情渐渐安定了下来。经过几天的培训，我们心里也终于有点学有所成的感觉了，随后我们也开始正式接触销售，。但接下来的几天我才发觉自己掌握的知识太有限了。不过幸好带我们的师兄很体谅我们，也很耐心的教我们。老板也知道要记住这些不容易，也没有要求我们记住全部，只要求我们慢慢掌握，这也让我松了一口气。原来当个学徒一点都不简单啊，体力与脑力都感到有点超支，或许是还没有习惯的原因吧。有几个同学说也有同感，这种压力和学校学习的那种压力不一样。终于尝到社会生活的味道了，涩涩的，也甘甜的。

之后工作渐渐上手，对地板也不那么陌生了，虽然开始时自己真的没什么业绩，面对顾客总有种胆怯心理，总是会有一种心有余而力不足的感觉。但自己真的学到了很多与人打交道的诀窍。同时也让我知道销售业这样的行业必须遵循第一准则，那就是顾客就是上帝，无论顾客多么刁钻，要求多高，都要尽量满足顾客。在实习的过程中，态度要求也很高，首先就是自己的仪表必须要整洁，给人一种干净的感觉，这对我们来说并不是很难，其次就是要有礼貌，脸上要尽量带着微笑，这样就保证了员工的基本素质，同时也是给顾客留下一个良好的印象。这也让我深刻的了解到，无论在何处工作，细节都是必须要注意的，细节决定成败，这是一句老话了，但至今仍然适合。

三.心得：

经过不长不短的40天的社会实践，让我对社会有了个基本的了解，也同时对自己的适应能力有了个基本的评估。社会随着时间进步，人随着时间成长，但社会的进步是全体人类的共同努力结果，并不是个人可以做到，所以我必须尽快提示自己。通过这次实践，让我懂得了要了解一个事物，首先就必须去接触它，虽然可能会失败，但是如果你不去接触，你连失败的机会都没有，失败并不代表结束，失败只是为下次成功提供难能可贵的经验而已。实践让我们成长，我也从实践中有所收获，做事要注重细节，即使很小，就像我的这次实践的一个微笑，也会改变很多，连锁效应常常出乎我们的意料。当拿到自己的劳动成果的时候，不禁暗暗叹气，现代社会，想要生活，尤其是想得到好好的生活，需要付出的努力是不可估量的，人可以为某新事物奋斗，但是人很多时候是没有信心为失败去奋斗的，这样就决定了这个社会上成功者并不多，成功也不会是偶然必须具备各种良好的素质，心理抗压能力也很重要。

四.实习总结：

市场千变万化，时机稍从即逝。做好市场，不仅需要激情、理论、经验，更需要不断地努力和一颗真诚的心。

**暑期社会实践工作总结篇十三**

一、 实践目的

社会主义高校办学的根本目标是培养学生成为有理想、有道德、有文化、有纪律的一代新人。达到和实现这一目标的途径和方法是教育

与生产劳动相结合。因此，各高校纷纷开展大学生假期社会实践，以期望通过开展此项活动达到在提高大学生社会适应能力的同时，服务社会的目的。在亲身经历了大一的社会实践后，我不由的要对大学生暑假社会实践发表一下自己的看法和体会!“艰辛如人生，实践长才干”，作为大学生，我们最终要走入社会，融入社会。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。通过参加这次实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想和认识。

二、实践内容

面对大二的这个暑假，我的担忧多过于期待。漫长的假期，无所事事的生活，会让人倦怠，也会让人慵懒。一个有意义的假期对大多数人来讲根本就是无稽之谈。甚至于有人会在假期刚刚开始就叫嚣着，让我开学。我是很愿意让自己的生活充实起来的，即使是会让我感觉疲惫的忙碌，所以我选择了，为自己找点事做。不求有多大收获，只求自己可以是忙碌的，并且在忙碌的过程中可以感觉到我自身的存在意义。事实上，对于大多数人来说，找寻到这一点并不容易。又有谁可以真切了解自己的存在呢?

我需要做的是查看断线情况。一天下来，一直不停的在走，很累。蓬头垢面的回家，倒在床上，似乎我已不是我，我已属于另一个世界。这种累是这近二十年以来，我从来没有经历过的。几乎在责骂自己的自找苦吃，可工作还是要干，该坚持的必须坚持。何况我这已经是所谓的技术工作，而那些做体力工作的工人们，又该是何等的辛苦，这些，我不敢想象。

工厂，也是一个独立社会，在这里也有众多人事纷争。他们辛苦之余，还要为了自己的生计，生存，生活而这样那样的明争暗斗，让我感觉，人，作为一个社会的存在时是多么的不易。

在实践的这段时间内，我感受着工作的氛围，体验着工作的辛苦与快乐。这些都是在学校里无法感受到的，而且很多时候，我不时要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，在这里，没有人会告诉你要做什么，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到最好，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，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。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，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!

三、 实践结果

实践结束之后，我感到自己有很大收获：

一、待人要真诚

踏进办公室，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声“早晨”或“早上好”，那是我心底真诚的问候。我总觉得，经常有一些细微的东西容易被我们忽略，比如轻轻的一声问候，但它却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和同事们打成一片，我原本担心变成“透明人”的事情根本没有发生。我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，也愿意把工作分配给我。

二、要善于沟通

沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。认识一个

人，首先要记住对方的名字。了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。

三、要主动出击

当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似复印打字的“杂活”。或许同事们认为你是小字辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不知道你能做什么。做“杂活”是工作的必需，却无法让我学到什么。我决定改变自己的命运。有些东西不能选择，有些东西却可以选择。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为你赢得更多的机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

四、要有热情和信心

其实，不管在哪个行业，热情和信心都是不可或缺的。热情让

我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗;耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精。激情与耐心互补促进，才能碰撞出最美丽的火花，工作才一能做到最好。

五、要讲究条理

如果你不想让自己在紧急的时候手忙脚乱，就要养成讲究条理性的好习惯。“做什么事情都要有条理，”这是刘经理给我的忠告。其它的工作也一样，讲究条理能让你事半功倍。一位在美国电视领域颇有成就的中大师兄讲过这么一个故事：他当部门经理时，总裁惊讶于他每天都能把如山的信件处理完毕，而其他经理桌上总是乱糟糟堆满信件。师兄说，“虽然每天信件很多，但我都按紧急性和重要性排序，再逐一处理。”总裁于是把这种做法推广到全公司，整个公司的运作变得有序，效率也提高了。养成讲究条理的好习惯，能让我们在工作中受益匪浅。

四、 实践总结

社会实践让我受益匪浅。通过参加这样的一次社会实践活动，使我掌握了许多方法，我相信这些丰富多彩的工作经验将在我以后的学习和工作中发挥巨大作用，掌握并且能够熟练地运用这些科学的方法将会有效地提高我学习和工作的效率，使我的学习工作更具有针对性和高效性。在向同事请教的过程中，使得我积累了社会经验，使我在社会中接触各类人群时有了更灵活的应对手段，使我学会了去与人接触认识，并且与人交流，使我在此过程中，充分地克服了自己害羞畏缩的心理，使我在与陌生人的接触中多了一份自信，也新添了一份自如。我相信在以后进入社会就业的过程中，这一份自信和自如将会永远地伴随着我，这将成为引导我步入社会的一个先决因素，可以说通过这样的社会实践，使我们在面对就业时多了一个竞争优势。社会实践所带给我的是一次能力的全面提升，从实践主题的提出，围绕主题的扩展研究的展开，我们学会了如何在团队地协作下从头到尾地解决一个问题，我们学会了在团队中各司其职，尽忠职守，互相配合，对于我们这些独生子女来说，学会合作，学会配合，这将成为我们成长轨迹上一次巨大的突破。我想我们的社会实践活动就是这样一座桥梁，它引导我们的学生去更多地认识和接触社会，帮助我们这些在校园中成长的大学生完成由校园走向社会，由书桌走向办公台的转换，避免了大学生在初入社会时所发生不知所措，真正地把大学生的教育与社会的就业相结合，培养符合社会需求的高素质人才。

社会实践锻炼了我，也培养了我，通过社会实践这样一种形式，使我在各方面都得到了充分地成长，同时，社会实践也成就了我，不论获奖与否，社会实践都已成为了我们大学生展现自我的一个舞台，在这样的一个舞台上，我们可以尽情地展现我们青春的姿态和敏捷的才思。社会实践是一个窗口，通过这个窗口，帮助我们大学生认识了社会，也帮助社会了解了我们这一群充满理想与朝气的大学生，终有一天我们将真真正正地在社会这个大舞台上展现我们的抱负和智慧。

**暑期社会实践工作总结篇十四**

人们通常以为，我们所做的一切，是为了最终的享受。其实不然。在这一切的行动中，最为重要，最为实际，最能给我们带来好处的往往是实践的过程。

7月12日，我们班登上了去往狼牙山，白洋淀的汽车。当汽车发动的那一刻，我们7个人都无比的兴奋与自豪。

是哪7个人呢?是我们负责这次出行计划的7个人。放假期间，班主任一共派发了6个任务，每7个人负责一个，有“拜访一个老师”“拜访一位同学”“为社区做一件好事”等等。而我被分到的组，正是绝绝对对的“死亡小组”——“计划一次出行”。起初觉得不难，但真正实践起来，难上加难。

被分到这个小组后，第一件事情就是确定路线。由于狼牙山，白洋淀这两个地方我们7个人谁都没去过，网上也不好查，不知如何是好。这时还是翁老师指引了我们一条明路——问旅行社。就这样，没人去问一个旅行社，最后报告给组长。

回家的路上，同组的组员都觉得问旅行社会很麻烦。我心想“不就是打个电话吗?有什么难的?”可当坐到电话面前，就没有勇气打了,心咚咚的跳，心想“我这么打过去，刚开始怎么说?万一他问我许多问题，我都答不上来怎么办?没有这个行程怎么办?人家听我是一个未成年人，会怎么和我说。。。。。。”诸多的问题泉涌般涌进大脑。一阵忧虑之后，我最终还是拿起了电话：“喂，是国旅吗?我想问一下。。。。。。”他玩弄我似的问了我一些问题，可是得到的答案却令人失望“对不起，我们没有你说的行程。”唉，最终还是以失败告终了。向组长一汇报，惊人的发现，不知是我们不会表达还是什么原因，竟没有一个人了解到这样的行程。唉，大家又是一阵苦想，不知如何是好。最后不知是谁想出的办法，让一个有经验的导游带着我们去。这件事情也终于了结了。

一波刚平一波又起。刚解决完行程的问题，营旗的问题又来了。谁去订做营旗?尺寸多大?我们决定用抽签来决定。当我“中标”时，都快昏过去了。这么麻烦的问题要我来做!看到她们几个的窃笑和老师的眼神，顿时巨大的压力朝我扑来。唉，可悲啊!

第二天，我便去了一家打印店。当我按照自己原来的规划和店家设计出来后，我发觉不太合适。就这样，换个又换，改了又改，连老板都烦了：“你还是回家设计好再来吧!”我只能红着脸，羞愧地从店里跑了出来。唉，出师不利啊。我回到家后，自己设计，设计到自己最满意的尺寸，拖了一位朋友，订做了出来。

当那天启程时，我们7个人都高兴极了。虽然做得不够好，但也可以算是勉强完成任务。相信以后会比这次更好!

随着我们工作的深入，我们渐渐学会了许多许多。首先，要想快速工作，就要合作，思想统一;其次，再联系别人时，要有自信，有条理，由主要目的，要有礼貌，这样，才能得到别人的尊重，才能更好的完成任务;工作前，要规划好自己要做什么，怎么做，结果怎样，这样才能没有遗憾，才能确保最终的质量。

我很庆幸能够参加这次暑期社会实践活动，他让我实践，让我进步，让我享受。我想，我们7个人，下一次，一定会比别人做得好，比现在做得好。在生活中，享受是可以没有的，但是没有实践是万万不能的。只有去实践，才能享受，先是前者，才有后者。这次活动，让我们强化，让我们进步，让我们升华!这，就是实践的力量!

**暑期社会实践工作总结篇十五**

这个暑假，作为大学生活二分之一的分界点，有着特别的意义，它意味着我们正式告别了懵懂的大学时代，成为了学姐，即将开始参悟大学的真谛，为以后的发展做规划。也就是说，轻松玩乐的大学已经成为过去，接下来的两年将是充实而忙碌的大学。站在大学的中间点，我自作主张地将大学分为截然不同的两个部分，一方面是总结之前的两年时光，轻松愉悦，以玩乐为主，而后者，则更侧重对未来两年的期许与规划。

暑假期间，我依旧在曾经工作的通讯器材店打工，相比起第一次，我已经熟练了许多，一些工作都可以独立完成，但有时还会遇到小小困难，有些难以应付，需要其他人的帮助，但我相信，有时结果并没有那么重要，体验的是其间的过程，在这个过程中我学到了什么，得到了哪些锻炼，作为一次宝贵的社会经验，我对此是十分珍惜的，它让我接触到纷杂的社会，体会到生活的不易，引发了我的思考，开拓了我的眼界。

暑假最大的意义，不是放假，因为大学的生活并没有那么紧张，假期也不像以前那样有吸引力了，而是能够回到家乡，与父母亲朋团聚。当我回到家里，便一刻不停地夸赞我的家乡。虽然那里没有我最爱的浩瀚的大海，也并不像开发区有这般的清新空气，但我依然更中意我的家乡，毕竟那是生我养我的地方，我熟悉这里，虽不是每一个角落，但我可以轻松到达我想去的任何地方。家里的天空也很蓝，夏天的天气虽然热，却也不至于受不了，家乡虽然没有海，但也没有恼人的潮湿气，衣服甩干晾两个小时就能干。在家里我尽情的享受它的好，毫不吝啬地大声说我的家乡是最好的，我最喜欢这里。当然，我时刻没有忘记我的学校，风景优美环境宜人的黄岛，这里作为我的第二故乡，我同样对这里有着深厚的感情，毕竟已经生活了两年，剩下的两年时光，我会好好珍惜。

暑假另一重要的意义便是聚会和旅游了。一个学期没见，曾经的老同学有说不完的话，每个人身上都有或大或小的变化，值得庆幸的是大家都在进步，都成熟了，有各种各样的收获。曾经坐在同一间教室，住在同一间宿舍屋檐下，如今却分布在不同的地方，学着不同的专业，大家交流不同的感悟，又有了新的体会。而对于旅游，当然是很快乐的，但同时又有新的反思与领悟。暑假的两次出游都有年龄比我大一岁左右的哥哥姐姐同行，与他们一起我找回了久违的小妹妹的感觉，虽然只有一岁之差，我却觉得我同他们的差距真的好大，仿佛觉得他们是成熟的大人，而我只是披着大人外衣的幼稚孩童。这又使我再一次思考寒假时想起的问题，我今年已经20周岁了，我已经是大人了，但我的心智却还不够成熟，通过这次与哥哥姐姐的接触，我学到了很多，也想了很多，我会尽力而为，早日成为心智成熟，称职的成年人。当然我也有困惑，那就是关于人际交往的问题。这个问题困扰我由来已久，我的性格是那种在熟人面前非常活跃，而在陌生人面前却特别严肃，无法展现真实的自己，同时我又缺乏行动力，想交朋友却迟疑着不敢迈出勇敢的一步。周围的人都在强调人脉的重要性，我却将自己困在了宿舍的小天地。在我很矛盾的时候，我看到了一句话，没有人喜欢孤独，只是不勉强交朋友。我觉得说得很对，当我矛盾失意时就用这句话来为自己开脱，希望我的选择是对的。

暑假在家里呆了一个月余，过回了上大学前的生活，吃父母做的饭，在家和他们一起看电视，被他们照顾着…可时间一长，却也有些厌烦了，想念学校的生活，没有父母的唠叨，还不用帮家里干活。妈妈总是念叨她多么喜欢小时候的我，言下之意是不太满意如今长大的我，我暗笑，还不是因为小时候啥也不懂任凭你摆布，让我干啥我干啥嘛，但妈妈说的话也让我心酸，她说小时候我还很懂事，会帮她洗洗碗擦擦地什么的，自从上了高中住校了，回家之后衣服都是她洗，活也不用我干，那时是怕耽误我学习，可我却理所当然的一直沿袭了下来，她不禁感慨我怎么越大越不懂事了，听她这么说我心里是很难过，但很快就又我行我素，懒得像坨烂泥。半年才能回一次家的我，暑假经常往外跑去和同学聚会，分给父母和同学的时间一半一半，多数时间跟父母在一起都不知道干嘛，觉得很无聊。妈妈常说自己老了，大概是因为我总对她不耐烦吧，我其实也是一时忍不住，事后想想也很后悔当初不应该跟她大吼大叫的，但下一次又会犯同样的错误。现在想想，一年的时间只有假期才能回家，等以后工作了就更没有时间跟他们在一起了，所以我应该珍惜每次与他们相处的机会，尽量顺着他们的意，他们养了我20年，也是时候回报他们了。我曾跟人说起，除了大一刚开学爸妈送我和我分开的时候我在和他们道别转身之后流过眼泪，之后的寒暑假他们送我走我都没哭过，他们也没哭，最起码我看见

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！