

# 2024年大学生社会实践总结九篇

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：<https://xiaorob.com/zhuanti/fanwen/226971.html>

## ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

当工作或学习进行到一定阶段或告一段落时，需要回过头来对所做的工作认真地分析研究一下，肯定成绩，找出问题，归纳出经验教训，提高认识，明确方向，以便进一步做好工作，并把这些用文字表述出来，就叫做总结。那么我们该如何写一篇较为完美的总结呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

### 大学生社会实践总结篇一

今年寒假经济学院开展的大学生社会实践活动以“强化社会责任感，落实科学发展观”为主题。共组织学生干部、入党积极分子两支团队近300人分赴全省各地进行寒假社会实践活动。全面贯彻“三个代表”重要思想，认真贯彻落实党的xx届四中全会精神，按照中共中央、国务院《关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见》等文件精神，围绕我校学生的培养目标，突出国情教育和社会责任感教育，广泛动员广大青年学生积极参与社会实践，强化社会实践经历，积极引导广大青年学生在丰富生动的社会实践中学习、宣传、实践“三个代表”重要思想，并且在实践中提高了自身素质，落实了科学发展观，进一步增强了青年学生建设祖国、振兴中华的责任感、使命感和紧迫感。

今年寒假大学生社会实践活动仍然坚持“受教育、长才干、做贡献”的原则，充分发挥了青年学生的智力和人才优势，深入社会各个层面开展社会调查活动，强化对国情和省情的认识，传播科学技术和文明新风，为农村经济和社会发展做出积极贡献。

### 二、活动的指导思想

深入学习、宣传、贯彻党的xx大、xx届四中全会精神，以“三个代表”重要思想为指导，以“真情助困进万家”为主题，充分发挥大学生知识技能优势，以分散为主，按照就近、就地、就便的原则，进一步深化“三下乡”活动和“四进社区”活动，为广大人民群众做实事、办好事、解难事，切实把党和政府的关心送到群众中去。

### 三、活动的重点内容和形式

经济学院今年的寒假社会实践活动在总结以往工作经验的基础上，充分发挥了经济学院学科和专业优势，采取点面结合、集中组队与就近就便分散活动相结合的方式。活动形式重点以社会调查、志愿服务为主，由各年级(部)围绕以下主要内容组织青年学生就近就便参加。

(一)社区文化服务与社区需求调研活动。下学期，经济学院即将启动大学生志愿服务社区行动计

划。为确保此项工作有效开展并建立长期机制，各个学院要利用学生返乡的机会，深入所属社区开展社区文化服务和社区需求调查活动，重点掌握城市社区的各个类型、现状以及对志愿服务活动的的需求情况，总结了以往大学生开展社区服务的经验和教训，对下一步我院开展大规模的社区服务活动提出意见和建议。各学院不仅发动广大同学深入调研，写出[你阅读的文章来自:126范文网]调查报告，各年级、班级还专门组织力量开展了专题调研活动，开学后组织了学生召开座谈会，汇总掌握有关情况，向院团总支提交高质量的调研报告，为我院开展好社区服务活动提供政策依据。通过各个年级的汇报情况可以看出，我们的这一次调研显示了青年大学生的社区优势，知识优势以及年龄优势，通过调研同学们知道了一些在日常的学习和生活中所不为所知的东西，获得了许许多多有价值的信息。

(二)基层落实科学发展观学习考察访谈活动。我们组织青年学生进行基层落实科学发展观考察访谈活动，青年学生在学习考察访谈过程中，深刻感受到科学思想的伟大精神力量转化为促进农业和农村经济发展的巨大物质力量的生动现实和杰出成就，加深了对科学发展观内涵的认识，学习领会了党的xx大的精神实质。我院青年学生进行基层落实科学发展观学习教育考察访谈活动要充分发挥青年学生党员和入党积极分子的专业技能优势和优良的政治素质，通过发放张贴宣传品、开展社会调查等形式，积极为农民群众开展支教扫盲、文艺演出、帮扶农村弱势群体等多种服务，把先进文化、先进生产力送到农村基层，在服务中宣传、实践“三个代表”重要思想。通过寻访党的革命历史旧址、走访老党员、考察农村改革开放成就、与地方党政干部座谈等形式，重点了解了基层在落实科学发展观过程中发生的积极变化，使广大青年学生学习、继承了党的优良传统，从中学习和借鉴新鲜经验，接受正面教育，坚定理想信念。

(三)文化科技卫生“三下乡”志愿服务活动。

(1)组织留校学生深入学校附近的社区，宣传xx大精神、“三个代表”重要思想和科学发展观，引导社区群众积极参与到全面建设小康社会的实践中来，为社区的物质文明政治文明和精神文明建设做好事、办实事；

(2)组织返乡同学依照“就地就便”原则，充分利用所学知识，开展法律咨询、支教扫盲、环境保护等科技、文化、卫生服务等活动，为城市、乡村的发展做贡献。

(四)“繁星计划”基层文化建设专题调研活动。按照中共山东省委宣传部、省委高校工委、共青团山东省委的统一部署，在去年暑期组织大学生开展专题调研活动基础上，继续利用了寒假的时间，深入研究分析社会各方面状况开展文化建设调研活动，形成高质量的调研成果和对策建议。开学后各年级抓紧汇总了有关调查报告，择优上报院团总支参加评奖。

(五)寒假社会调查和大学生就业见习活动。为进一步深化“大学生素质拓展计划”，竭诚服务大学生成长成才，大力促进大学生就业创业，大学生利用的返乡机会，自主的进入企事业单位进行就业见习和社会调查等活动，增加了大学生职业体验，提高就业创业能力。同时以论文或调查报告形式进行总结与归纳。

(六)“挑战杯”科技创新活动专题调研活动。“挑战杯”山东大学第九届学生课外学术科技作品竞赛已全面展开。参赛学生充分利用了寒假时间，做好课外学术科研项目立项准备，并投入项目运作。经济学院的各个系、各个年级重点准备了哲学社会科学类学术论文和社会调查报告类作品，以及一些自然科学类学术论文和科技发明制作类作品。做好了重点项目的论文撰写、调查实施和实验测试、实物制作等工作。下学期初，学院将选择部分优秀项目予以立项资助，备战第九届“挑战杯”全国大学生课外学术科技作品竞赛。

#### 四、活动的特点

- 1、我院的本次活动将宣传实践党的xx大、xx届四中全会精神和“三个代表”重要思想，引导广大学生在社会实践中深入学习、宣传、实践，积极结合起来，利用大学生的思想优势、知识优势和群体优势来推动农村学习教育活动的深入开展，服务农村的改革、发展和稳定。
- 2、把社会实践与个人青春创业活动结合起来。鼓励广大学生积极参与企业经营管理活动，为企业建设提供智力支持，为今后学生创业打下良好基础。
- 3、自发性和有组织性结合。本次社会实践出现了许多同学通过自发组织的形式去实践“三个代表”及科技下乡知识宣讲活动。

#### 五、总结

我们通过精心组织，认真发动以及同学的自发组织，各系、各年级的高度重视，充分发动，保证了大多数学生投入到活动中去，使活动搞得扎扎实实、丰富多彩。实践活动结束后，各系、各年级写出了活动总结，通过开展“实践归来话成就”主题活动，组织了参加“三下乡”寒假社会实践学生展开交流，选树典型，加强宣传，扩大教育成果。通过这次活动我们积累了经验，获取了各方面比较全面真实的材料，对以后的研究和教学工作提供了素材。

#### 大学生社会实践总结篇二

长期以来，社会实践活动一直被作为培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪合格人才的重要途径。20xx年暑假我院团委根据上级有关文件精神，继续在全院同学中开展形式多样、丰富多彩的实践活动，取得了令人可喜的成绩。现将总结汇报如下：

##### 一、高度重视、认真组织

假期前，院团委向全院广大同学发出了《关于开展暑假社会实践活动的通知》，并印发人手一份的社会实践活动登记表，各系学生会(分团委)积极响应、认真落实，根据自身专业特点，确定实践方向，作好动员工作。广大同学都以认真的姿态对待这次大学生社会实践活动，热情的参加了社会实践活动，从而锻炼了广大同学的社会交往能力，培养了广大同学的综合能力。

##### 二、紧密结合实际，多形式开展社会实践活动

今年我院的“三下乡”社会实践活动在坚持以往成功做法的基础上，充分考虑各社会实践点的实际情况，各系因地制宜，根据实际需求开展不同的社会实践活动。

(一)从组织形式上看，主要有两种形式：

1.分散活动。其内容丰富多彩，涉及到社会方方面面。从区域划分，有农村的、有城市的、有内地、有沿海的;从内容上划分，有希望工程的，有金融保险的，有房地产开发的，有市场营销的，有厂矿、企业的内部管理机制的，有科技扶贫、文化教育的，有家教、生产劳动的等等。

2.集体组织。组成社会实践小分队，分赴各地开展社会实践活动。今年共派出6个小分队和1个大篷车，他们分别是桂林工学院党员大学生赴河池地区的“三个代表”实践服务团，电计系赴荔浦县

社会实践小分队，旅游学院赴阳朔县社会调查小分队，资环系赴桂林柘木镇社会实践小分队，土木系赴兴安县白石村社会实践小分队，材料系赴三街村社会实践小分队以及由桂林工学院大学生艺术团组成的文艺大篷车。

(二)从社会实践的类型看，主要有以下几种：

- 1.开展便民服务。各小分队利用当地的圩日在市场上设立家电维修、单车修理、理发等便民服务点，尽己所能，不怕脏、不怕累，以优质的服务赢得当地群众的称赞和好评，同时也努力实践着青年志愿者的精神。
- 2.开展文化辅导活动或者是法律宣传与咨询活动。暑期不仅中小学放假，而且正是夏收农忙时节，中小学生在无人管理的状态之中，大学生们将这些学生集中起来，对他们进行文化辅导。
- 3.开展社会调查活动。如电计系赴荔浦县社会实践小组对荔浦县部分镇、村产业现状进行了调查，来分析农村产业结构的调整，并写出几分调查报告。
- 4.开展义务劳动，帮助缺少劳动力的军烈属、五保户收割庄稼。下乡期间，正值夏收时节，许多军烈属和五保户因家里缺少劳力，庄稼熟在地里而无人收割，同学们积极帮助这类家庭，为他们解决了燃眉之急。
- 5.文艺下乡。由学院大学生艺术团组成文艺大篷车到村镇各社会实践基地进行巡回演出，丰富农民群众的精神文化生活。
- 6.开展大学生勤工俭学活动。不少假期未回家的同学在学院的组织下开展各种各样的勤工助学活动，一方面了解社会，另一方面也解决了自身的生活需要。
- 7.环境保护。组织学生积极参与“保护母亲河”行动，进行生态环境调查，宣传倡导环保观念，治理环境污染，装扮母亲河。
- 8.考察实践。我院集中部分学生党员(干部)、入党积极分子组成“三个代表”服务团，赴河池地区开展考察实践活动，加强对党史、革命史的学习和教育，牢固树立跟党走的信心和决心。
- 9.开展大学生科技活动。今年全院共确定了大学生科研课题一百多项，为迎接11月份我院的科技活动周，提高我院科技学术水平，各个课题小组纷纷利用假期时间收集数据，抓紧实验。

总之，今年的社会实践的内容是丰富的，形式是多样的，以提交报告的总体情况来看，今年暑期社会实践有几个特点：(1)社会热点问题调查;(2)结合专业进行社会实践。

### 三、总结经验，评比表彰

写经验总结、相互交流。提高我院大学生社会实践的层次和水平。8月份院团委下发了关于暑假大学生社会实践总结的通知。要求各系分团委、学生会在内部交流的基础上，对今年大学生社会实践的内容、方式、特点、规模、效果、存在的问题及对今后大学生社会实践的意见，提交一份总结报告。同时，在全院将对表现突出的社会实践先进集体和先进个人进行评比表彰。并要求各系评选出优秀的社会实践报告，召开社会实践交流会，同时，全院共推荐出60多篇不同内容和形式，具有一定层次和水平的社会实践报告。

#### 四、经验和收获

1.学院各级领导的重视，广大同学的积极参与，是我院大学生社会实践活动得以成功的重要保证。多年来，学院党政领导把社会实践活动作为大学生素质教育的重要形式，每年拨出专项经费用于社会实践，并组成社会实践领导小组，指导社会实践活动的展开，并把社会实践列入教学计划，形成制度加以保证。全院广大同学自觉把社会实践作为了解社会、接触社会、投身改革、锻炼才干的重要渠道，积极深入生产第一线，体验生活。

2.各级地方政府和社会各界的大力支持，是社会实践活动顺利进行的有力保证。多年来，各级地方政府把接受大学生社会实践作为自身的一项重要工作，给予了我们极大的支持。在食宿、安全及活动的开展方面尽量为大学生提供各种便利，保证了社会实践活动的顺利进行。同时学院注重社会实践的基地建设，与地方开展长期结对合作，把扶贫工作、科技服务、文艺下乡等活动与大学生接受锻炼、成长培养紧密结合在一起取得良好效果，受到当地干部群众的一致好评。

3.大学生的思想素质有了明显的进步和提高。通过深入农村，使不少同学真正认识到我国广大农村的落后状况和改革开放给农村带来的巨大变化，认识到国有企业改革的艰巨性和帮助下岗职工解决再就业问题的必要性。虽然是短短的二十天，但是客观现实给同学们的教育却是课堂教学所无法比拟的，实践使他们多了一份成熟，少了一份幻想和不现实。同学们在向社会提供服务的同时，使自己所学的理论知识得以运用于实际，提高了自身的工作能力，培养了吃苦耐劳的精神。

#### 大学生社会实践总结篇三

经历了将近一周的社会实践,我感慨颇多,我们见到了社会的真实一面,实践生活中每一天遇到的情况还在我脑海里回旋,它给我们带来了意想不到的效果,社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们提供了广泛接触社会、了解社会的机会。

#### 千里之行，始于足下

这次社会实践也让我深刻了解到，和团体保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我们可以向他们学习很多知识、道理。实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实践自我的最好途径。亲身实践，而不是闭门造车。实现了从理论到实践再到理论的飞跃。增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。同时还需我们在以后的学习中用知识武装自己，用书本充实自己，为以后服务社会打下更坚实的基础！

#### 艰辛知人生，实践长才干

通过这次的的社会实践活动，我们逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我们对自己的未来有一个正确的定位，增强了自身努力学习知识并将之与社会相结合的信心和毅力。对于即将走上社会的大学生，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。大学生暑期社会实践是大学生磨练品格、增长才干、实现全面发展的重要舞台。在这里我们真正的锻炼了自己，为以后踏入社会做了更好的铺垫，以后如果有机会，我会更加积极的参加这样的活动。

从群众中来，到群众中去

在本次的社会实践中我们还同诸多群众谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，理解了“从群众中来，到群众中去的真正涵义，认识到只有到实践中去、到基层去，把个人的命运同社会、同国家的命运的发展联系起来，才是大学生成长成才的正确之路。

这次实践活动，丰富了我们的实践经验，提高了我们的团队合作能力，使我们通过这次实践更加了解社会，这次实践活动意义深远，对我们的帮助享用一生。社会实践是引导我们走出校门、步入社会、并投身社会的良好形式；我们要抓住培养锻炼才干的好机会；提升我们的修身，树立服务社会的思想与意识。

## 大学生社会实践总结篇四

-年暑假，我班同学根据学校要求，分组进行了暑假社会实践活动，现将活动情况作如下总结。

### 一、活动准备

自放假前学校我年级下发活动要求后，我班学生积极响应，同学们很快根据各同学家远近情况，以同在附近街区为标准，划分成七个活动小组，并将各组活动人员名单、计划活动时间、计划活动地点、活动内容上报学校少先队大队部，各组推选出小组长，相互记录联系方式，以便活动过程中进行联系。此外，班主任对同学们提出了要求，特别强调了活动安全事宜，提醒同学一切行动一安全为准。

### 二、活动过程

从七月十六日放暑假后，我班各活动小组就陆续按计划行动起来，同学们克服了天气状况恶劣的困难，相互邀约，按照行动计划，开始了社会实践活动，各组均持续进行了一周时间。有的小组在自己居住的居民小区修枝除草，清理垃圾，清洁垃圾桶附近的区域；有的小组则为附近居住的老年人服务，帮助老年人收拾杂物，打扫卫生；更多的小组则到云县敬老院作义工，帮敬老院的老年人洗衣服、晾衣服，扫地、拖地，打开水、沏茶，甚至有的同学看到老人们洗衣粉没了，还主动凑钱给老人们买洗衣粉。更难能可贵的是，我们的同学能主动同老人们聊天，嘘寒问暖，拉扯家常，陪老人开心玩耍，陪老人散步，为老人孤寂的心灵带来温暖的安慰，拉近了人与人心灵的距离，使老人们感受到了浓浓的天伦之乐，可谓“不是亲人，胜似亲人”。据有的同学反映，平时班里打扫卫生不认真的同学，这次活动中干起劳动来格外卖力，从一个侧面反映出了这次实践活动对同学们心灵熏陶的巨大作用。

活动结束后，各组同学分别集中，进行各组的活动总结，每位参与活动的同学，都以日记的形式，记录了自己的活动过程，有的还抒发了自己的感受，组长撰写了小组的活动总结以备开学上交老师。

### 三、活动意义

1、提高了同学们的习作表达能力。同学们通过记录活动过程和内心感受，丰富和锻炼了自己的语言表达能力，在习作上是一种巨大的锻炼，有利于学生语文能力的培养。

2、提高了学生的思想认识，使学生心灵受到了熏陶。通过活动，很多学生内心认识有了通过，能自觉地帮助他人，也了解了一些孤寂老人的心理需求，懂得尊重父母，孝敬长辈，明白了人与人需要交流，需要沟通，需要相互帮助，需要包容与理解，给学生巨大的心灵教育。

3、培养了学生的合作意识。在这次活动中，同学们相互合作，共同交流、讨论，虽然一周的时间很快过去了，但他们在这个过程中培养出来的团队合作意识，有利于他们今后的健康成长。

4、为学生迈入社会、融入生活打开了一扇窥视的小窗。通过活动，使同学们了解了一些社会现实，并置身于社会现实之中，拉近了与社会的距离，激发了对现实的思考。

总之，这次活动是有益的，虽然学生的活动略显单一，但在他们幼小的心灵播种了一颗爱的种子、责任的种子，假以时日，这颗种子必会长成参天巨树，成为建设社会的栋梁之才！

## 大学生社会实践总结篇五

一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西。从某一方面来说，我见到了社会的真实及现实，直到现在，甚至在以后的一段时间里，实践生活中每一天遇到的情况及接触到的那些人与事还会在我脑海里回旋。对于大学生来说，敢于接受挑战是一种最基本的素质。虽然一个多月的实践活动让我觉得很累很辛苦，曾多次想要放弃不干了，但我还是坚持下来了，并从中锻炼了自己，这些是我在大学课本上所不能学来的。总之，这次社会实践带给了我意想不到的效果，让我又上了最真实的一课。

首先，介绍一下工厂的情况：

河南华英禽业集团是一家以肉鸭、肉鸡加工为主的大型禽类食品加工企业，现拥有祖代鸭场1个，父母代种鸭场5个，父母代种鸡场2个，大型养殖基地36个，饲料厂4个，鸭加工厂生产线7条，鸡加工生产线1条，熟食加工生产线1条，羽绒加工生产线2条，具备年屠宰加工樱桃谷鸭7000万只，肉鸡万只，熟食10000吨，羽绒5000吨，饲料46万吨的生产能力，是目前世界上最大的鸭加工企业。我所在的厂就是我们县的，主要生产的是熟食，我开始所做的只是简单的包装以及一些琐碎的杂活，像挑拣不合格产品之类的工作。跟我一起的暑期工，有的是刚经历高考后的学生，有的是已经大学毕业来这实习的。

这家工厂的工作时间是早上7点到中午11点，中午有一个小时休息时间，下午从12点到6点，时不时会有加班，到晚上7点半左右，而加班是没有加班费的。一般情况下是半个月休息一两天，就厂里接的订单来决定。如果家不是本地的或者是离家太远上下班不方便，厂里给提供免费食宿。我不愿住在那，所以每天早上5点50就得起床，真是比上学起的还早，洗漱完毕吃完早饭骑着电瓶车就飞奔而去，一般会在6点45左右到厂。中午来不及回家吃饭，就在厂里食堂吃，因为是厂里提供的免费饭食，肯定不怎么好吃，但是工作了一上午真是啥都吃的进去。

上下班还需要打卡，一天4次打卡，在加上在车间里的点名定考勤，一次不打卡要扣5块钱，所以是绝对不可以忘记的。

由于厂里生产的是熟食，所以卫生情况要求的是很严格的。每天进车间前，要带好发罩，口罩，不许露出一根头发，只露出眼睛，还要穿上工作服和工作靴。由于为了食品的存放，里面的温度只有10几度，所以我还带了件厚褂子穿在里面。可以说今年夏天，我一个月都没有穿过短裤，都是长裤，因为里面太冷了。然后进去前还要用消毒液泡手，然后过风淋室，然后才进到车间里。

刚开始进去，由于一切都不熟悉，就是做一些简单的包装，真可谓熟能生巧，我们这些新工跟老工没法比，比如装可袋鸭，一方盒5公斤，我一直不停地装，第一天装了3盒，而老工可以装8盒。第二天就干的是真空，擦袋等一些杂活，可谓是“我们就是一块砖，哪有需要往哪搬”。

这些活都不难，可是都是细致活，一直不停的干活，一种活一做做一天，真的很乏味。有时在流水线上，干的慢一点就堆起来了，后面的老工还得来前面帮我，别人虽不说什么，可自己却很羞愧，不断加快动作。

值得一提的是，由于大部分都是本地人，不存在欺负新工的情况，在有时工作量不大的时候还能聊聊天，大部分都是三四十岁的阿姨，熟练快速的干着活还能互相打趣，她们都很开朗健谈，说着自个的孩子，说着昨儿看的电视剧等等，有时下完班她们还结伴逛个街打个牌什么的，很是精力充沛。她们也很热心，有时干完自个的也会帮帮忙，说话也是话粗理不粗，有次我的手指碰开了，一位阿姨告诉我：“打工是很累的，还是学校好啊！你们有机会最好不要步入打工行列，不要过来这些地方吃苦。不过来吃吃苦对你还是有利的，吃得苦中苦，才能人上人啊……”她说了好多，我也很认真的听着她的劝戒。有个阿姨跟我说过一句话：“能在华英坚持下去，就不怕以后找不到工作。”只有经历了，就知道确实如此。车间主任在开会时经常说：“学会做人，学会做事。”虽然都是已经烂熟于心的道理，但现在却别有一番深层含义。

工厂与学校很是不一样，在学校上学，特别是进入大学，很是懒散，一般都是不紧不慢的，而工厂的时间观念特别的强，一分一秒就是一分一秒；涉及到时间就与钱挂钩。你迟到或者早退都是要扣工资的，不像在学校拖拖拉拉的没有一点紧迫感。工厂注重效率，一天就是这些产量，必须干完，不像在学校，时间宽裕，自己的事今天弄不完明天继续。在工厂，速度就代表着早点下班。

这样的打工生活是非常苦的，但这样的锻炼是又必要的。真的需要好好想想，如果以后为了生活所迫不得以时再想，那时已经晚了，难以改变自己的命运了。其实通过这段工作也是有必要的，我们不可能一下子就能登上天，所以我们有必要一步一步的向前走。

我们大学生最缺少就是经验，现今，在人才市场上大学生已不是什么“抢手货”，而在每个用人单位的招聘条件中，几乎都要求有工作经验。所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。

暑期的打工虽然只有短短的1个月，但是在这段苦的日子锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。因为很多的大学生都清醒得知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人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能力。通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为知识要转化成真正的能力要依靠实践的经验和锻炼。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把暑期打工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。

作为一名大学生，只要是自己所能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。在这次暑期的工作中，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。这次的打工是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

作为一名在校学生，能在暑期参加社会实习，是一次难得的机遇。使我们在掌握基本理论知识后，迅速的加以实践运用。巩固学习成果。同时，能对所学知识有了更进一步的深化理解，便于更好的学习。这是学业上的优势。更为可贵的是，我们在实践中成长的更加成熟，无论是思想还是心理上。由于我们一贯生活在校园中，时刻有老师、家长和同学关爱，生活可以说用无忧无虑来形容，很少接触社会，也很少吃苦。在这次暑期打工中，困难时刻严峻的考验着我们。通过这次工作，接触了形形色色的人，同时还结识了很多很好的同事和朋友，他们让我更深刻地了解了社会，他们拓宽了我的视野，也教会了我如何去适应社会融入社会。而作为一名还未走出校园的学生，我深知自己要学的东西有很多很多，

另外，在这次实践中，让我很有感触的一点就是人际交往方面，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。要善于与人沟通，不管是工友还是主管，都应尽可能与他们多交流，别人给你的意见，你要听取、耐心地接受。这样才能进步，成长。

大家都知道社会人际交往非常复杂，但是具体多么复杂，我想也很难说清楚，只有经历了才能了解。才能有深刻的感受，大家为了工作走到一起，每一个人都有自己的思想和个性，要跟他(她)们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎么把握了。既然我们不能改变一些东西，那我们就学着适应它。如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在接人待物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被社会所淘汰。

沿着许多成功者足迹来勘察，我们可以看到成就梦想的路途，知识可能是斩断路途中荆棘的刀，但在前行的过程中更需要我们课堂上无法学习到的东西，也许我们从社会上吸取了这些知识才能真正改变我们的命运。经过这一个多月时间的社会实践，通过自身的努力，无论是在思想上、学习上还是工作上我都学会了很多

自强自立，俗话说：“在家千日好，出门半”招”难！”确实，在家里有父母照顾，关心，呵护，日子过得无忧无虑。但是，到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自己一个人去解决，在这一个月里，我更加的自强自立了！

谦虚做人，特别对于即将踏入社会的我们至关重要，我们本来对于社会上的知识知之甚少，我们千万不能骄傲自大，自以为是，那是肤浅的表现，我们要谦虚做人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。

在学校里学习的理论知识，假若不经过实践，那么便成了纸上谈兵，用处不大。大学生要适应社会的发展需要，适当地参与到社会实践中去，方能在操作中认清自己的不足，然后去研究，去改善，去上进。无论是作为学生，还是上班族，都应当在成长的途中多注意沿途所存在的问题，走得太快的时候，也要偶尔停下脚步，给自己适当的时间，调整自己的状态。多看多学多检讨多反省，之后再焕然一新地出发，虽然这样或许会让你觉只是浪费时间，没必要，但是，你要知道，有时候，很多事情，你一味地做下去，错了也不及时修整，只会偏离你想要走的轨道，反而会离目的地更远。中途的停歇，以实际去衡量自己走的轨迹是否正确，错了及时矫正，虽然看似慢了下来，但最后，还是会比原来的你快。假期的实习，少了点看书的时间，可是我用实践，去意识

到书上的理论并非完全可信，以此为将来的学习做出了微妙的调整，相信自己，可以走得更加顺畅。

有人认为，打暑假工纯属就是玩过两个月，挣点小外快，不必太在意。打暑假工，并不只是为了消磨时间，其实仔细想想，只要换个思维方式去看待，那么打工就不仅仅是打工那么简单了。事情不能只看表面，想得深远一点，凡事做起来也就多了股动力，每一个举措，也就有了不一般的意义。

最后领的工资虽然只是一点点的钱，但是我知道，一个人在他的学生时代最重要的是学习东西，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，参与社会实践活动是一个很好的锻炼机会，赚钱不是主要的，作为学生，能赚多少钱，等我们毕业了会有很多赚钱的机会，只要有知识和能力，智慧，我们就可以找到好的工作。实习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，好好的表现、展示自己的能力，不要错过好的机遇。没有一件事情是轻轻松松的，但每一件事都是让人成长的，经历一段过程，喜悦或是艰辛，尽管经历的方式不尽相同，但它的结果是相同的，我们都会因涉事而成长。

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。单凭专业知识不可能在工作上高枕无忧，更多是在做一些很小的事情，而判断一个人的工作能力怎样恰恰是从些事情上看出来的，正可谓：一屋不扫何以扫天下?现实，就是这样。

通过社会实践来达到锻炼自己的意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验为自己即将步入社会做好铺垫。同时也是为了减轻父母的经济负担，从而使自己的暑假生活过得更充实更有意义。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，为自己即将步入社会做好足够的准备。

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。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。

一个月的社会实践，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：挣钱的辛苦，人际关系的沟通，管理者的管理要求，自强自立，认识来源于实践以及专业的重要性。

通过这次社会实践，我得到了很多锻炼，更新了观念，吸收了新的思想与知识，为将来更加激烈的竞争打下坚实的基础。在今后的学习生活中，我将摆正心态，正确定位，更加发奋学习，努力提高自身综合素质，适应时代的要求。

## 大学生社会实践总结篇六

作为母校--\_\_第二中学的一员，爱自己的大学，当然是我们每个人的责任，宣传我们的高中，让更多的学弟学妹们了解我们高中，熟悉我们高中，这就是我本次假期实践活动的主题——宣传我

的母校\_\_市第二中学。

\_\_市第二中学创办于1956年，学校占地近100亩，总建筑面积2万余平方米，现有高中教学班28个，在校学生1500多人。学校现有中高级教师56人，市级以上优秀教师36人，今年又从师范院校招聘了20多名应届本科毕业生和40多名优秀专科应届毕业生，届时将极大地优化我校的师资结构。学校拥有38个标准教室和一个多媒体教室，配备有先进的电化教学设施，学校还拥有理化生实验室、语音室、微机室、声像阅览室等16个科技活动室，校园环境优雅、和谐，文化氛围浓厚。

四十多年来，\_\_二中先后向国家输送各类人才万余人。其中留学生，研究生四百余人，科级以上干部和中级以上职称的科技工作者达300余人。

学校由此先后获得“\_\_市教育系统先进集体”、“\_\_市先进基层党组织”等荣誉称号，教学、体育、卫生和群团工作也多次受到了省级表彰与奖励。学校实施“以德立校、依法治校、科研兴校、质量强校”的发展战略，以提高教育质量立足点，以教研教改为增长点，以现代教育技术的应用为切入点，努力探索教育教学规律，规范教育教学行为，实现了教学体系科学化，学校管理规范化，重大决策民主化，教育思想现代化，教学设施精良化，师资队伍精英化。

\_\_市第二中学出台实施了关于考试、竞赛、发表作品等方面的奖励办法，并先后以1000—1500元的巨额重奖了在高考、中考、统考中取得优异成绩的数十名学生，以600余元的高额重奖了在全国竞赛中荣获大奖的优秀学生，以数万元的重金奖励了50%以上的荣获过各种优秀先进荣誉称号的莘莘学子，形成了促使优秀生迅速脱颖而出的激励机制。为吸引更多的优秀学生，在今年中考中，学校还将根据考生在全市的成绩名次进一步加大奖励力度。

同时，为体现“以学生发展为本”的教育思想，形成自己明确的办学思想和明晰的办学思路，我们于\_\_年下学期对校园进行了大规模、全面的校园文化建设，确立了“有所作为”的校训，并以此为红线，确立了由“四高”（高品位，高质量，高境界，高风格）、“五雅”（雅道，雅言，雅观，雅趣，雅量）和“六实”（做人诚实，思想朴实，学业扎实，身体结实，作风踏实，办事落实）构成的“高雅务实”的校风，以及“牢记‘三个一切’（一切为了学生，为了一切学生，为了学生一切），实施以学法教学为主的针对性教学”的教风和“落实‘三个凡是’（凡是学过的都要会，凡是做过的都要对，凡是需要记忆的都要背），绝不把任何问题留给明天”的学风。

还进行了办公室文化、教室文化、宿舍文化、食堂文化、厕所文化建设，真正做到了让每个景点都育人，每面墙壁都说话。

学校设立资助贫困生的勤工助学岗（每月可获得50—80元不等的报酬），建立了“减、免、贷、奖”的贫困生资助体系；开通了学生直通车，设立了公交车二中站，方便了教师、学生的交通；设立了家长接待日，定期召开家长座谈会，为学校和家长之间开辟了良好的沟通渠道；每学期为师生进行查体；实行封闭式管理，严格杜绝了社会不良习气的侵袭，使学生做到了人身安全，思想健康，学习专心。这一切，都使教师、学生感受到了学校大家庭的温暖与可爱。学校还实行开放式办学，以为学生一生幸福负责的态度，全面照顾每个学生的学习特点，特意从\_\_学院等院校聘请了8名教授作兼职教师，定期为教师和学生作报告并提供心理咨询。与此同时，通过开展百名教师访千家活动，为教师全面掌握学生情况、因材施教，提供了第一手的材料。

学校从\_\_年下半年开始，就大大加快了硬件建设步伐，逐步实现了教学设施精良化。由于他们坚定不移地贯彻了“一切为了学生，为了一切学生，为了学生一切”的办学宗旨，赢得了全校师生员工和社会各界的高度信赖与大力支持，从而取得了一系列骄人的成绩：在市教委组织的\_\_年度

综合督导评估中，我校荣获了教学工作先进学校、现代教育技术示范学校、教科研工作先进学校、素质教育示范学校、师德建设优秀集体以及档案管理先进单位等8项大奖，获奖项目列全市普通高中之首。在春节前的市统考中，我校多数学科的成绩均在同类学校中名列前茅。

\_\_二中，这所已逾不惑之年的老校，正乘着深化教育教学改革的强劲东风，朝着更高、更新、更好的宏伟目标大踏步前进!

本次社会实践活动的时间是\_\_年1月13号，我在\_\_市第二中学门口早晨8点半等待着我高三的班主任。他就像我们的朋友，无论你有什么事，只要你跟他说，他就会帮你解决掉。当天气温咋零下，寒风咧咧，可心中的那股激情却没有被天气压倒。看到了母校，想到了以前的高中生活，毕竟自己在这儿为了自己心目中的大学努力过、奋斗过。还是那美丽的校园，偶尔还会听到教室里面朗朗的读书声、声音很惬意、很怀念。等了一会，就看见班主任向我走来，看着他那匆匆的脚步，就知道了，他现在很忙。但是还是抽出了时间，来给我们事先说好的我要的东西。班主任把东西交给我。我便让他先回去忙吧。但是，班主任还是问了问我在大学的一些情况。听着那简单的话语，心里暖暖的。看着老师的背影，让我想起了朱自清的那篇文章--《背影》只虽是说父亲的，但是用在我们高中老师上夜不为过。老师把他们几乎所有的心思都用在我们的身上了。这就是为什么那么多的家长要孩子去\_\_市第二中学的原因。

离开高中，我便来到初中。开始了我的宣传之路。

在门外，看着初中的变化，让我不敢相信。找到我初三班主任，简单说了几句。我们到了校长办公室，和校长说明了我们本次来校的目的，校长很高兴地接受了我们的申请。就批准了我们的宣传活动，耶!于是要了一份老师们的课表，趁着下课的时间到老师那儿进行了提前通知。“大约需要占用老师您20分钟的宝贵时间吧……”前面的任课老师都很好说话。可是，在遇到一位老教师的时候却碰到了钉子，“不行，我们班里的下节课要组织小测试，我的课堂上不允许这个……”听到这个，我都想放弃了。

但是在班主任软磨硬泡，最后终于同意拿出最后的10分钟给我们。ok，这样也行，只不过这个班里的学弟学妹们接受信息会少一点，当然，这也没办法了。于是，我们带着早先准备好的宣传资料，进入了教学楼。本次宣传由于宣传资料的数量问题，我们选择每个班级一份学校下发的宣传资料，另外我们还复印了一份自己设计好的宣传资料，作为辅助材料协助宣传工作，当然我们还自制了课件，以加强宣传效果。

宣传工作从初三一班开始，班主任怕我忙不过来就帮我在上面演示课件，我给同学们发放自己印制的资料，过程很顺利。班主任主要给大家展示了一下校园的风光，还有高中的一些先进设施。我一边发资料一边给某些同学做出解释。

最后，还对某些有疑问的同学进行了逐一解答，取得了很好的效果。另外，还申请了一间教室，以备感兴趣的同学和我们面对面细致的交流。就这样，一直到初三七班，整个过程用了约2个小时的时间。和我们的学弟学妹进行了充分的交流，呵呵，感觉很体贴。

到了放学的时间了，好多同学找到了我，因为天比较冷，所以我们找了一个教室，一同在教室内谈论高中的具体情况，对某些疑问进行了细致的解答，气氛非常融洽。又很忙同学对我们学校有很多误解，自我的解释下，他们都明白了。看着他们高兴的样子，我也很高兴。到最后，班主任拿出了相机，给大家留下了一个合影。

既然来了，还没有看看我的高中老师怎么能行埃于是，我们来到了教室办公楼，找到了我们各年级老师，看到了半年未见的老师，心里很高兴。老师们看上去也非常喜悦，于是和老师谈起了在大学生活，谈起了某某某考到哪里去了，在那儿发展的如何。“恩，挺好”“呵呵，他不错嘛”老师不时的发出了满意的认可。

一天下来，感觉挺疲劳的，嗓子都冒了烟。可是心里却很高兴。因为，通过本次假期实践活动又让我们接触到了母校，接触到了我们当年的恩师，也让更多的学弟学妹了解了我们的高中。大学对于一个人未来的发展很重要，但是高中也是很重，必须要让大家及早认识到这个问题。勇士，我也告诉高中的师弟师妹们一些重要问题，虽然不全，但也有帮助。这次宣传，相信会对学弟学妹们以后的报考很有帮助，因为，这是宣传提供了很有力的报考依据。当然，也希望母校的学弟学妹能够在今年的高考中取得理想的成绩，考上理想的大学。

本次假期实践活动很有意义，也让自己的实践能力有了很大的提升，也相信我们大学会有更好的生源加入母校，加油!

## 大学生社会实践总结篇七

### 一、实践目的

这是我第一次经历社会实践。我实践的单位是我姑姑的一个生活用品专卖店。对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。亲身体验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。

### 二、实践内容

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。

在我得到了姑姑的允许，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。

作为信息管理与信息系统专业的学生，对信息的把握自然要比较看重，所以在我观察了姑姑的店面后觉得如果在店面显眼的地方贴上海报可以给人耳目一新的效果，于是便分类照下店里的商品用电脑装饰后做成海报，这样客人在看了后心情也比较好，觉得有很多选择，销量就提高了。此外，还在临近的村落作了宣传，让更多的人知道姑姑的店，扩大客源。

### 三、实践结果

虽然销量有所增加，但有待进一步证明是否是我努力的结果，但一定的影响是有的。

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。

我还建议姑姑可不可以提供送货上门的服务，姑姑说我们是小本生意，不用弄得这么麻烦，况且现在人手也不足。

而随着农村经济的发展，当电脑成为日用品的时候，我还想当我的专业知识到达一定程度后为姑姑的店制作一个网站，我相信那一天会到来的。

当务之急是努力学习自己的专业知识。还要利用做项目的机会巩固修正自己所掌握的知识，不断提高自己的能力。

#### 四、实践总结或体会

经济飞速发展，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，刚学到的知识可能马上就会被淘汰掉，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。

在实践的这时间内，我接触到各种各样的人和事，有很多东西都是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，不会有人告诉我这些，我必须要知道做什么，要自己地去做，而且要尽自己的努力做到。在学校，虽然有很多社团，但毕竟学校是学习的场所，学习的氛围更浓重，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!都说大学是一个小社会，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。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

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。

#### 大学生社会实践总结篇八

本学期，利用活动课，我们课题组全班同学以学以致用、积累社会经验、提高实践能力、丰富自己的生活为主题参与。具体活动如下：为社区清理白色垃圾和小广告。

我对这次活动感触很深，总结如下：

第一，通过这次社会实践，让学生深入社区，了解社会，从社会实践中检验自己。

第二，对社会要有信心。自信不是麻木的自夸，而是对自己能力的肯定。通过与客户的多次接触，我意识到自信的重要性。没有社会工作经验也没关系。重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也在积累。如果没有第一次，怎么会有第二次或第三次？自信会让你更有活力。

第三，要克服自己在社会上的胆怯心态。当我开始度假时，当我知道我必须在假期工作时，我很害怕。我感到很多困难，我缺乏社会经验，缺乏教育等原因让我觉得自己很渺小，所以我的懦弱就显露出来了。人们做了几次尝试来克服内心的恐惧。就像我哥哥说的，在社会上，你要学会厚脸皮，不要害怕别人的不良态度，也要轻松应对，大胆对待别人

对话，工作时间长了你自然就不怕了。其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某个名人所说：勇气通往天堂，怯懦通往地狱。

四、工作中不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。

学校是一个教育我、培养我、磨练我的圣地，我为我能在此生活而倍感荣幸。社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会。实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实践自我的最好途径。亲身实践，而不是闭门造车。实现了从理论到实践再到理论的飞跃。增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。

## 大学生社会实践总结篇九

老师经常教育我们，作为一个大学生，除了要专心地，认真地学习之外，还要注重社会的实践。这不仅能锻炼我们的实践能力，也能让我们以后更好地适应社会。所以，在大学生涯的第一个暑假，我决定要走出校园，步入社会，挥洒着汗水，书写一份满意的答卷。

这次暑期打工生涯，只能用个字来形容：“难”。这种“难”体现在很多很多方面，大多数都需要自己一一去克服的。

首先，要找到一份工作，很难。这也就难怪现在的失业率这么的高，而那些招聘会现场这么的人头涌涌了。而我们这些短期工作的学生，若要想找到工作，真的挺难的。想想也是，试问谁会愿意找一个没有任何经验，一切从零开始教起的学生呢。所以在找工作的路途也是挺艰辛的。我是和一个朋友一起去找的，当遇到觉得合适的工作之后，一经询问，得到的答案总是令人沮丧。经过一个个的摇头，一次次的失望，一次次的打击后，我们对这次的打工生涯开始产生怀疑了，真的能够顺利地进行下去吗?还好，幸运女神还是挺眷顾我们的，当时我们走进了一间大型的卖衣服的地方，像往常一样填写了简历，然后那位负责人说等通知就好了。那时我们的心一下子又沉了，那要等到什么时候啊?脸上不禁泛起了一丝失望。但是，没想到的是，当我们转身想离开的时候，一位不算很高，黑黑瘦瘦的小伙子出现在我们面前，后面的那个负责人管他叫标叔。那个标叔接过负责人手中的简历，聊了两句之后就跟我们说，“你们真会挑时候，来先过来面试吧!”原来标叔是那里的一名主管，他跟我们说：“每年暑假都会有很多学生来做暑期工，我们招得不多，但是你们可以先来试工，如果我觉得合适的话，明天就可以上班了。”我们当时除了惊讶还是惊讶，没想到机会就这么悄悄地来了。我们很感谢标叔，给了完全没有什么实战经历的一个机会，但是面对下午的试工，我们既忐忑又不安，究竟会怎样呢。机会是有了，我们又能不能捉得住?

试工期间，只能用四个字来形容，“不知所措”。下午，标叔将我们两个安排了在两个不同的场，我的朋友安排在一楼销售，而我安排在了二楼。面对陌生的面孔，陌生的地方，我开始有点怯了。标叔跟二楼的一些负责人说了一两句，可能是叫她帮忙看着我吧。负责人叫啊欣，是一位挺

和蔼可亲的大姐姐，她问我会折衣服吗？还有就是介绍了衣服的尺寸，价格之类的基本事情之后，还不忘对我说一声，加油！那时心情是有那么点平复。是啊，机会是要靠自己抓住的。那时候的我还不会站场，就只是呆呆地站在一个地方，看着人来人往的顾客也不知道要做什么好，于是有另一位销售员走过来跟我说：“同事，你要帮忙吆喝啊，不然fans不知道我们搞什么活动。”那时我才知道，原来他们管顾客为fans。于是我就学着其他的销售员那样喊着，刚开始还是很胆怯，声音小得似乎只有自己听到，但我知道他们都在留意我的一举一动，如果不放开来，结果就是继续找工作。所以我顾不了那么多了，尽量地放开声音，大声地喊出来。其实喊得次数多了，也就没那么可怕了。一个下午过去，我都是在折衣服和吆喝中渡过，没有卖出一件衣服，看来要卖出衣服也是一门大大的学问啊。但是，很意外的，标叔录用了我，于是我就成了班尼路的一名小小的销售员了。

第一天上上班就面对很多规定了，首先是要提前半个小时上班，上班要化妆，吃饭的时间是要视fans的多少而定，也就是不定时的……种种的规定就像一堵堵定死了的墙，刚开始还真的挺不适应的，可谁叫这是命令呢，于是，我也就只好执行了，乖乖地去买了个化妆盒，学起了化妆。由于我们还不是正式的员工，所以在制服方面就免了，但是上班还是要戴着工作证，笔，还有纸，缺一不可。在职场中，执行也要执行，不执行也要执行，因为这是命令，除非你不想干了。

上班期间学到的东西很多，而那些恰恰都是平时在书本上学不到的。首先就是如何推销的技巧。刚来的时候，我除了大声吆喝之外，似乎都不知道要干些什么，即使fans在我面前挑衣服，我也没能好好地给他们点建议，只是傻傻地站着，最多就讲一句，请随便挑挑。所以我的业绩在刚开始的一两天都不怎么样，虽然我在那里做是按小时算的，但这样子傻傻地站也不是办法，无论在别人眼里还是在自己眼里，这样子一点都不充实。所以在刚开始的那几天，我郁闷了一段时间。可我知道不能再这样下去，于是我就看看其他销售员是怎么做的，我也就学着做。慢慢地，我不再是处于那种被动状态，当fans走过来的时候，无论他是有心买还是无心买，我都尽力地跟他推销，询问他想要的款式，想要的风格或类型……所以在那之前，我必须做好一切的准备工作，譬如说哪些衣服放在哪些地方，有多少存货，还要学会去找断码纸，以便找到fans所穿的码数。还有就是时刻留意fans的动态，像去试衣间拿了几件衣服，到时候也要拿回来多少件衣服；fans试穿衣服的时候，要适时地给予赞美，但也要掌握那个度等等，虽然都是一些很基本，很琐碎的东西，但是要去真真正正地适应真的需要花一点时间的。

我最记得一次就是，由于身边的fans挺多的，顾得这个又顾不得那个，每个都在叫我找这找那，由于是新手，我一下子不能很好地应对，就弄得手忙脚乱的，而旁边的其他同事也很忙，谁也照顾不了谁，这时华仔（很热心的一位同事）匆匆地在旁边走过，我就很习惯地问他那件衣服放在哪里，有码数吗？这样的问题，换作是以前华仔是会回答我，甚至会帮我找的，但是现在他却很不耐烦地对我说了句：“自己找啦！”当时挺失望的，后来想想真的没必要，可能是因为太过于依赖的缘故吧。刚开始是新人，别人都会照顾你一点点，但是慢慢地，就要学着自己去适应，他们不会再认为你是新手，也没有理由去帮你完成本该属于你的工作。至少这件事情之后，我懂得了，很多时候都是要靠自己的！于是我会早早地来到工作的地方，趁他们都还没上班的时候，走走整个场，看看衣服在什么地方放着，那些卖得比较好，还要记着那些价格，还有就是打折完了以后的价格……起码后来的工作不像之前的那样手忙脚乱，慢慢地进入轨道了，也慢慢地适应了这种生活。而我的业绩也有了显著的提高，心里有种说不出的高兴。

其次，我发现与同事们很好地相处也是工作的一个重要的组成部分。谁也不愿意在一个沉闷，毫无生气的环境中工作，和谐的环境一直是我们所追求的，也只有这样子，工作质量才会自然而然地稳步上升，更重要的是也有利于营业额升高，顾客满意度上升。所以，和谐的工作环境要靠我们自己去营造，现在到处充满着竞争，似乎身边少了许多人情味，而功利之心人人皆有，但我觉

得二者并不完全矛盾，很多时候需要我们用一颗宽容的心去包容，去理解，而一个和谐的工作环境需要我们共同去打造的!

我觉得这次社会实践时间有限，对于工作还是存在很多疑问，例如：顾客的消费心理。我觉得这是很深奥的东西，不是简单的课本知识可以解释的。这必须是我们不断实践不断摸索，通过丰富的经验，不断去总结。而这积累得多了，也应该算是一门学问了。很多的东西我还不能体味到，但这次的实践活动真的令我受益匪浅。感谢学校给我们这次把自己推向社会的机会，感谢实践中给予我无私帮助的人。我会在以后的学习中更加努力，朝着自己的目标不断奋进。

更多 范文大全 请访问 <https://xiaorob.com/zhuantifanwen/>

文章生成PDF付费下载功能，由[ECMS帝国之家](#)开发