# 大学生暑假社会实践活动总结报告

来源：网络 作者：倾听心灵 更新时间：2025-05-13

*大学生暑假社会实践活动总结报告（精选15篇）大学生暑假社会实践活动总结报告 篇1 一片叶子属于一个季节，年轻的莘莘学子拥有绚丽的青春年华，谁说意气风发的我们年少轻狂，经不住暴风雨的洗礼?谁说象牙塔里的我们两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书?走出...*

大学生暑假社会实践活动总结报告（精选15篇）

大学生暑假社会实践活动总结报告 篇1

一片叶子属于一个季节，年轻的莘莘学子拥有绚丽的青春年华，谁说意气风发的我们年少轻狂，经不住暴风雨的洗礼?谁说象牙塔里的我们两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书?走出校园，踏上社会，我们书写了一份满意的答卷。

我在酷热中迎来了作为大学生的第一个暑假，也满怀激情地参加了暑期社会实践活动，大学生暑假实践报告。作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力，在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。

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。它有助于当代大学生接触社会，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，更是大学生服务社区，回报社会的一种良好形式。

暑假开始不久我便在西安市水利防汛部进行了为期一周的暑期社会实践，在自己的观察和工作人员的帮助下学到了很多在学校学不到的知识，对水利防汛知识有了更深一步的了解。

防汛抗旱办公室作为各级防汛抗旱指挥部的常设办事机构，其主要职能：一是及时准确掌握汛情、旱情、灾情;二是提出防汛抗旱年度和阶段性工作意见;三是贯彻执行政府和防指关于防汛抗旱工作的决定、指示和防汛抗旱调度命令。因此，防办不仅是政府指挥防汛抗旱的重要参谋部，同时也是贯彻执行政府和防指关于防汛抗旱命令、决定的具体办事机构。防汛值班是防办工作的一个重要环节，其工作质量的高低，将直接影响防汛抗旱工作的成败。

汛期容易突然发生暴雨洪水、台风等灾害，而且防洪工程设施在自然环境下运行，也会出现异常现象。为预防不测，各级防汛机构均建立防汛值班制度，使防汛机构及时掌握和传递汛情，加强上下联系，多方协调，充分发挥枢纽作用。

防汛值班是汛期中各级防汛抗旱指挥部掌握汛情动态的前哨阵地，是防汛抗洪的重要非工程措施，是各级领导指挥决策的主要依据来源，是一项十分重要的防汛工作，是确保汛期安全度汛的关键性环节。它的主要工作有以下几点：

(1)了解掌握汛情。汛情一般包括雨情、水情、工情、灾情。具体内容是：

①雨情、水情：按时了解实时雨情、水情实况和气象、水文预报;

②工情：当雨情、水情达到某一量值时，要主动向所辖单位了解河道堤防、水库、闸坝等防洪工程的运用、防守、是否发生险情及处理情况。

③灾情：主动了解受灾地区的范围和人员伤亡情况以及抢救措施。

(2)按时报告、请示、传达。按照报告制度，对于重大汛情及灾情要及时向上级汇报;对需要采取的防洪措施要及时请示批准执行;对授权传达的指挥调度命令及意见，要及时准确传达。

(3)熟悉所辖地区的防汛基本资料和主要防洪工程的防御洪水方案的调度计划，对所发生的各种类型洪水要根据有关资料进行分析研究。

(4)对发生的重大汛情等要整理好值班记录，以备查阅并归档保存。

(5)严格执行交～制度，认真履行交手续。

(6)做好，严守机密。

实践期间我觉得他们的工作总体上做的不错但我也发现了目前防汛值班工作中存在的一些问题，擅自离岗，脱岗，迟到早退现象时有发生。有的工作人员工作态度不认真，工作期间从事其他事情，究其原因主要是这些人员在思想上不重视，没有认识到防汛值班工作的重要性，认为防汛值班可有可无，殊不知这就犯了一个重大错误，防汛值班决不是可有可无的，没有防汛值班就不会在第一时间对灾情做出反映，从而最大限度降低灾害损失，保护人民生命财产的安全。

大学生暑假社会实践活动总结报告 篇2

在团中央的的号召下，7月22日清晨，工程学院14名师生踏上了开往平度市边陲小村周家村的汽车，开始了为期5天的社会实践活动。

据了解，全村有果园200亩，年收入80余万元，目前正在积极培育新型品种。另外，全村正准备开创经济作物深加工及诸多副业，以实现经济发展的灵活性及自主性。

走进周家村，给我与想象中迥异的第一印象就是周家村的环境。

周家村，地处青岛西北，离海已不再是一矢之遥。这里没有海风拂面，只能靠着一方方平坦的土地，一代代辛勤的劳作。这是中国农村的真实，也是中国农村的典型。

周家村的住房是集体式建筑，大街小巷，树木房舍，俨然有整饬的痕迹。很明显这是改革开放的痕迹，同时也是农村发展的一个侧面。改革开放近二十年来，对于拥有大多数人口的农村来说， 乡村城市化 的观念已深入人心。

当然，如今住房不仅仅是城市生活水平的体现，在乡村他同样代表着一个村庄的整体化实力。在我实践的五天里，周家村，交通阡陌，对 乡村城市化 的要求把握的非常到位。 乡村城市化 ，顾名思义就是在乡村现有基础上逐步建设，逐步向城市化模式迈进。其中 乡村 是特色， 城市化 是目标。当然，在农村现有土地及民俗风情基础上城市化是一件相当复杂的事情，我们知道城市与乡村无论在地理位置，经济基础不可避嫌的存在着较大的差距，这里面有些是微乎其微的，而有些却是判若云泥，由此也决定了这个过程必然是一步步迈进的过程。

运笔至此，让我突然想到了华西村的建设。当然周家村的现有经济实力比之华西村尚不能望其项背，然而，作为中国农村的发展典型，他们其中必然存在着千丝万缕的联系，而这就是我们要找的焦点。华西村的实践证明，一个乡村的建设必须有一个大的车轮带动着，这个车轮可以是农，可以是林牧副渔。然而，从现如今成功的诸多例子来看，经济发展是一个大的方向。从周家村的现行体制来看，作物制种的深加工是非常有必要的。

周家村的建设是成功的，然而，他同样存在着诸多弊端。固然，统一住房是一个村庄经济实力的体现。可是，如果不估计全村经济实力的参差变化就容易造成某些方向的抑制，而这种抑制有时是非常巨大的。

从对周家村村民的调查来看，他们当中很多人都有改善现有住房的倾向，这就是说，无论哪个农村，统一住房是有难度的，筑房建房必须虑及诸多因素，在参差不齐中寻求一个平衡点，而这不免又要违背了一部分人先富起来的政策，影响了整个城市化的进程。

茂密的柿子树在微风的吹拂下，簇拥着一排排整齐的房舍。这里边有多少是乡村特色，又有多少是城市化建设，这是摆在我们面前的一个现实，它需要不同档次的住房建设来回答。

大学生暑假社会实践活动总结报告 篇3

有时候你都不知道要以怎样的心态去度过一段时间，就好像我们还在天天纠结着暑假过的很慢很无聊的时候，转眼已经过去一个多月了，大二正在排山倒海来袭!

暑假原本是计划是找个兼职做做的，可不是什么事都是能按计划实施的，跑了两天没找到，也就不打算做了，呆着家里的日子是不好过的，零七八碎的活都得干，还经常被我妈唠叨，在外面做事虽然累了点，但是自在，各有所得。在家天天想着开学，但是到走的时候还不是会有些不舍，这就是令我们纠结的暑假。

关于暑假倒是真没有什么特别的收获，只是生活中有一些小感受，之前写成了日志，现在也作为暑期社会实践心得展现给大家。

每一种生活，都是一种经历

又是一年高考时，那些老战友的录取基本都已经下来，顺利的同学已经在期待着美好的大学生活了，而没有考出理想成绩的同学，曾经想象的那么美好的以后，就这样被现实击打的溃不成军，茫茫然不知所措，在这送给我所有朋友们一句话，既然你已经知道一次成功不能说明什么，你也一样要知道，一次失败也决定不了你的未来，无论是重点还是专科，你需要的事一种经历，一个成长的过程，有次无意看到了武大的毕业生音乐节，王俊华说，以前想是，这学不好一定得玩好，现在才知道我们是学也没学好，玩也玩不过人家，说的有点悲哀，想想也是，但是他也曾说过，我没有早上一年，也没有复读，这样才能碰到你们，也说明了他对学校虽不满意，但是遇到这么群人，却是一次值得珍惜的经历。人往高处走那是必然的，可是当你无力改变什么时，就要学着去接受，去更好的体会生活，每一种经历，都是一种成长。

每个人都有一个圈子，不在其内，不思其事

一年，不知道在原来的朋友眼中我变成什么样了，身边的很多人都说自己原来的朋友变了，或好或不好，然后改变了对其的态度，但是你要知道我们每个人都在变，只不过每个人所在的生活圈子不同，变的不同而已，一些人变的符合你现在的思想了，你就认为他没什么变化或者向好的方向变了，另一些就是你思想所还没能接受的，你就说人家不是以前的他了，可是，无论谁会以前的样子呢?当然，这是个说法，不是绝对的，前些天一个五年没见的朋友聊天说你怎么变的那么呆啊，我想这不是呆，只是各自的环境让我们改变的格格不入而已。人一旦分开后，陌生随之增长。所以你不必在意谁变的如何如何，能接受就接受，不能接受就不接受，不是谁都是为你改变的，坦然的面对就好。你也不用去思念远方他在想什么，做什么，无论怎样，你都不在内的。

知我者谓我心忧，不知我者谓我何求

我们经常说谁谁太以自我为中心了，其实，每个人在思想上都有一个空间，有周围的所有的人，想象着自己是主角，所有人都在看着你演绎，所以有时候考虑的太多了，今天穿什么衣服好看了，头发理难看了怎么办，你总想着任何一个人都在关注着你，让自己做到最好给他们看，古话说，士为知己者死，女为悦己者容，这都能理解，但你要知道，你身边是没有那么多知己、悦己者的，就像我写这篇日志会想着有很多人关注，然而该会关注的关注，不会在意的依然不会在意，有时你煞费心思的做着一切，却不知道有没有人会注意你一眼，在一些人眼里还会适得其反，而该看好你的人你不需表现依然会看好你，所以，不要活在别人的眼里，做最好的自己，怎么合意怎么做，生活美好，何必太累。标题不怎么符合内容的，但是就是想把它用在这，比较喜欢这就话。

大学生暑假社会实践活动总结报告 篇4

经过这一个月的暑期社会实践家教工作，实在让我先体验了一把当老师的酸甜苦麻辣啊!

首先，我到了辅导班，见到老板的第一件事就是培训，不过，让我有点小失望。因为他是培训我们如何招生，而不是教我们怎么教孩子，所以得先辛苦我们顶着炎炎夏日出去给招生了。

所谓既来之则安之嘛，所以，每天我们从上午的八点到十一点，晚上六点到九点半都属于招生时间，然后回宿舍自己做饭。最好的是下午的大热天我们不用在太阳下吸收钙质，呵呵。

不过接下来的效果实在是在我们的意料之外，发了“无数张”的传单以后，竟然没有接到一个咨询的电话。就在这样的生活中度过了工作中的第一周，毫无悬念，这不是我们想要的工作环境。因为，不但没有增长教学经验，而且每天的招生工作实在乏而无味!因此，大家有了想要放弃的念头，不过好在，我们在最后关头挣扎的那几下，接下来慢慢的有同学来报到了，有了第一个学生以后就有了一种说不出的欣慰感，心里是充满了喜悦与担忧啊!不过，接下来每天都有一个学生来报到。终于我们悬着的一颗心放了下来。接下来，就进入了紧张而兴奋的教学工作，终于一切都步入了正轨!

我学的是英语专业，所以我的教学工作就是教授英语课，我教的是一个初中的学生，因此，我从这次教学工作中体会到了以下几点：

教师的本职工作

秉承老师的一贯作风，给学生上课的前提就是自己得先备课，这是在教学工作中必不可少的，为了学生能听懂，对他的成绩有所提升，这是对学生负责的表现，同时也为了领导的身心愉悦!总之所有的一切都必须准备充分。

人际交往能力

在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前没有的机会，使我与别人对时不会应变，会使谈话出现冷场，这是很尴尬的。人在社会中都要融入社这个团体中，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。

自强自立

俗话说： 在家千日好，出门半 招难! 意思就是说：在家里的时候，有自已的父母照顾，关心呵护!那肯定就是日子过得无忧无虑了，但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到困难，挫折都是靠自已一个人去解决，在这二个多月里，让我学会了自强自立!凡事都要靠自已!在，就算父母不在我的身边，我都能够自已独立!

自信

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。其实有谁一生下来就什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。

五、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。这次接触的教学，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，对其各方面都入的了解，才能更好地应用于工作中。

第一次参加社会实践，我明白中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，有助于我们在校中学生更新观念，

吸收新的思想与知识。近三个月的暑期社会实践，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!

大学生暑假社会实践活动总结报告 篇5

一片叶子属于一个季节，年轻的莘莘学子拥有绚丽的青春年华，谁说意气风发的我们年少轻狂，经不住暴风雨的洗礼?谁说象牙塔里的我们两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书?走出校园，踏上社会，我们书写了一份满意的答卷。

我在酷热中迎来了作为大学生的第一个暑假，也满怀激情地参加了暑期社会实践活动。作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力，在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。

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。它有助于当代大学生接触社会，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，更是大学生服务社区，回报社会的一种良好形式。

暑假开始不久我便在西安市水利防汛部进行了为期一周的暑期社会实践，在自己的观察和工作人员的帮助下学到了很多在学校学不到的知识，对水利防汛知识有了更深一步的了解。

防汛抗旱办公室作为各级防汛抗旱指挥部的常设办事机构，其主要职能：一是及时准确掌握汛情、旱情、灾情;二是提出防汛抗旱年度和阶段性工作意见;三是贯彻执行政府和防指关于防汛抗旱工作的决定、指示和防汛抗旱调度命令。因此，防办不仅是政府指挥防汛抗旱的重要参谋部，同时也是贯彻执行政府和防指关于防汛抗旱命令、决定的具体办事机构。防汛值班是防办工作的一个重要环节，其工作质量的高低，将直接影响防汛抗旱工作的成败。

汛期容易突然发生暴雨洪水、台风等灾害，而且防洪工程设施在自然环境下运行，也会出现异常现象。为预防不测，各级防汛机构均建立防汛值班制度，使防汛机构及时掌握和传递汛情，加强上下联系，多方协调，充分发挥枢纽作用。

防汛值班是汛期中各级防汛抗旱指挥部掌握汛情动态的前哨阵地，是防汛抗洪的重要非工程措施，是各级领导指挥决策的主要依据来源，是一项十分重要的防汛工作，是确保汛期安全度汛的关键性环节。它的主要工作有以下几点：

(1)了解掌握汛情。汛情一般包括雨情、水情、工情、灾情。具体内容是：

①雨情、水情：按时了解实时雨情、水情实况和气象、水文预报;

②工情：当雨情、水情达到某一量值时，要主动向所辖单位了解河道堤防、水库、闸坝等防洪工程的运用、防守、是否发生险情及处理情况。

③灾情：主动了解受灾地区的范围和人员伤亡情况以及抢救措施。

(2)按时报告、请示、传达。按照报告制度，对于重大汛情及灾情要及时向上级汇报;对需要采取的防洪措施要及时请示批准执行;对授权传达的指挥调度命令及意见，要及时准确传达。

大学生暑假社会实践活动总结报告 篇6

20\_年暑假的社会实践，是我第一次经历社会实践。对于一个大学生生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽天气严寒，寒风呼啸，我毅然踏上了社会实践的道路。想通过，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。

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，我来到了\_\_\_，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。在中国的经济飞速发展，又加入了世贸组织后，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，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，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已，才能在竞争中突出自已，表现自已。在实践的这段时间内，我们穿街走户接触各种各样的人和事，这些都是在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，不会有人会告诉你这些，你必须要知道做什么，要自己地去做，而且要尽自已的努力做到最好。

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。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，以提高自已的能力!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。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。

大学生暑假社会实践活动总结报告 篇7

一个月的暑期就这样匆匆结束了，还有我这一次的社会实践。整日待在学校中的我，尝到了生活的现实和不易。或许，这种真切的体会，才是我最宝贵的收获。

实习期间，我利用此次难得的机会，努力工作，严格要求自己，社会真的是很残酷，很现实。我庆幸的是我还是一名在校学生，我只有真正的把本领学好，才能在未来真正进入社会时不至于这样不知所措。这一次参加社会实践，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；是促使大学生投身改革开放，向人民群众，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。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，半个月的社会实践，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。

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。往往一些细微的东西容易被我们忽略，轻轻的一声问候，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，工作才能做到。

四、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。

这一次的社会实践使我明白；大学生只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的状态，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。

大学生暑假社会实践活动总结报告 篇8

社会实践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。

因此，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，这学期的暑假我根据时间及自己的实际情况在暑假找了一份促销的工作，虽然仅有10多天时间，但我觉得受益非浅，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”。

促销是一种很好的工作体验，通过，，人与人的沟通，可以了解一些跟我们专业相关的知识，比如不过的人过春节的习惯习俗，春节期间的旅游计划等等。我的促销工作主要是促销电器。

促销的一天基本工作安排：

促销前的短暂培训，了解电器的，名称、性能、型号、价格行情等方面的知识，面对顾客时的语言组织，仪容仪表等。接下来就是正式的工作。每天早上8：30开始上班，到达指定地点后做好准备工作，摆好宣传资料，礼品赠品，然后调整好心态迎接顾客。每天工作7个小时，在下午工作完后还有个必须的程序——一天的工作总结。经理、主管及促销员一起讨论一天促销工作中的战果及存在的问题。

促销过程中的体会及感触：

促销通过，我觉得就是通过自己把厂商的产品推销给消费者，对于一个促销员来说，促销产品的同时也是向别人推销自己，同自己的言语、形态让他人了解自己。因此对于一个优秀的促销员来说必须具备以下素质：

一、要有良好的专业素质

当我们促销一种产品时，首先我们必须对产品的相关知识及厂商的具体情况要有一个明确的认识，大量的相关知识的贮备可以使我们能在促销过程中面对顾客的一系列问题，通过，，自己的介绍可以使顾客了解产品的一些具体问题，能使客明明白白的消费。

二、要有良好的语言表达能力及与陌生人交流的能力

促销是促销员跟顾客以产品为媒介的一种陌生的交流，所以语言表达必须合理得当，说话要有条理同时应让他人感觉你的亲和力。要通过自己层次清醒的说明，把产品介绍给顾客。同时要用自己的魅力吸引顾客，让他们通过，自己来了解产品。另外在面对具体问题时我们应保持良好的心态，不能自乱手脚、语无伦次。

三、要有良好的心理素质及受挫折的心态

促销每天会面对社会上的形形色色的人，由于每个人的道德修养及素质的不同，会使工作中遇到很多问题。比如有的顾客会用各种方式刁难你，此时你必须保持良好的心态，不能跟顾客发生不愉快的事。有时候一天的工作可能收获不大，这时候我们不应气馁，要学会自我调节、自我鼓励，及时的自我总结，自我提高。

四、要有吃苦耐劳的精神，要坚持不懈

促销是一种比较枯燥的工作，每天站着用一个笑脸面对不同的顾客，这生活需要我们坚持，要让自己在烈烈炎日下磨练。

本次社会实践总结：

不管做什么事，态度决定一切。

做一项服务工作，顾客就是上帝良好的服务态度是必须的，要想获得更多的利润就必须提高销售量。这就要求我们想顾客之所想，急顾客之所急，提高服务质量语言要礼貌文明，待客要热情周到，要尽可能满足顾客的要求。只要你有一个服务于他人的态度，你就会得到他人的肯定及帮助，用自己的热情去换取他人的舒心。

明确目标，合理的设计规划自己。

我们现在要根据自己的实际情况合理的为自己规划，找到自己的发展道路。要通过，，社会实践切身的了解自己的专业，而不是一味的抱怨。要循序渐进的提高自己的能力，锻炼自己，让自己成为社会优秀的人才，为社会服务。

短暂的促销工作的结束让我在劳累中得到快乐，在汗水中得到磨练，我觉得自己的能力有了一定的提高，达到了自己预定的目标，残酷的社会就业压力让我不在感到恐惧，我想，只要我们有能力有信心我们一定会创造一个属于自己的乐园。

大学生暑假社会实践活动总结报告 篇9

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，通过社会实践，让我们大学生提前了解社会，为将来真正走上社会提供宝贵的经验和阅历，也为将来从事任何工作打下良好的基础。

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。暑期社会实践活动一直是我们大学生投身社会、体验生活、服务大众的真实契机。

这次的社会实践让我有了上班族的味道，还有那种忙碌，那种盼望双休日的心情，这种感觉真的很不一样。真的希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

大学生除了学习书本知识，还要进行社会实践。因为很多大学生都清醒的知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代所需的人才。大学生人在实践中培养独立思考，独立工作，独立就解决问题的能力。所以我觉得在校大学生要借机培养自己的实践和创业能力。同时在实践中帮助别人。

在这个暑假里，我参加了关于农村教育问题的社会实践，在短短一个多月中，我尽我所能，把我所知道的知识全都交给他们，孩子们也都非常认真的学习着。在和孩子们的交流中我了解到，他们大多梦想着成为大学生，成为科学家等，对外面位置的世界充满了好奇和憧憬。但当我问到以后回不回家乡的时候哦，大家都沉默了。也许是孩子们太小，不能理解这件事的含义，也许是另一种思想一直影响着他们“离开农村，去城市才不用过苦日子。

孩子们是渴望知识的，农村也是需要人才和技术的。但一些客观现实又使我们的教育观发生变化，造成人才流失，如今人们的思想不断进步，越来越多的人已经意思到了教育的重要性，但在教育观念上也产生了不同角度的分歧，有部分学生和家长教育观念有些偏激。所以支持农村教育不仅仅知识财力上的帮助，还应是教育人才和教育观念上的帮助。要让孩子们在学习知识的同时学习做人的道理，适应时代发展的观念和大局。

此次暑期实践使我感触颇多，不仅使个人得到了一定的社会锻炼，也帮助了部分小学生，自我感觉是一次成功的社会实践。

大学生暑假社会实践活动总结报告 篇10

今日暑假我进行了人生中的第一份工作，对我来说，有开心也有痛苦，可是我从中学到了很多。虽然这一个月的工作让我觉得很累很辛苦，但我从中锻炼了自我，并且学到了很多课堂上学不到的东西。也经过这一个月的实践，使我有了些关于社会基层建设的心得体会。这次的暑期社会实践让我明白很多，也明白了很做人的道理，我想它将终身受用，是我一生中的宝贵财富。

我觉得一个人在外面真的很不容易，异常是一个人到一个陌生的地方。感觉很害怕，很孤单。暑期由于没事，就一时心血来潮到我弟弟这边了。因为他在那里工作，所以我就想趁暑期找份工作，但没想到那么难。想找工作，但在陌生的地方也不敢外出，只能待在他朋友的宿舍里和别人聊天，其实我真的很着急，但却不能做什么。就这样一向过了三天，我实在是坐不住了。然后就让我弟弟带我熟悉一下路，我一个人去找工作。所以，他就请假带我去看一下，让我第二天去看看。于是我一个人就这样去了，沿着马路，顶着炎炎烈日一家一家问他们要不要人，然而他们的回答都是“不要暑期工”。这是多么让人难过的回答啊，但我不放弃，继续找。好不容易问到一家叫“德丁堡”的快餐店，工资低不说，还不管吃住，打扫客厅、拖地、招呼客人，这本来就应当，但就连厕所也要负责，真是过分，欺负我是外地人。不是我不能吃苦，但要看有没有帮忙，没有必要的，是不用做的。我哥哥说过，做每一件事都会对自我有帮忙，可是它是什么样的，但我自我还是不能理解。虽然忙碌了一上午，但我想总的对我来说是很有成就的。因为本身我是一个很内向的人，其实在我弟弟面前我还不敢去问他们要不要人，而他一向教我该怎样说、怎样做。当我一个人去时，

我真的很勇敢地去问、去说，一家一家问，最起码这就是我的成功，虽然没找到工作，但我也很开心，因为我走出了第一步。

经过朋友介绍我来到一家饰品厂，在他们业务部的样品室。平时的工作很简单，就是有人借样品时帮他们找一下，然后登记一下，最终把它输入电脑，就完成了。有客人时，招呼他们，泡泡咖啡，帮他们复印一下样品、资料。可是那里的人际关系真的很难理解，业务部的姐姐们总是让我做这做那，不该我做的也让我做。再有就是样品室的小龙哥整天让我做事，然而他在那里看小说，过分吧。可是也很开心，因为认识了很多人，他们真的很棒，有的人英语异常好，和外国人用英语交流，因为我们的客人有很多外国人，真的好羡慕他们呀，英语那么好;有的人异常善交际，为人处事都很好。

大学是一个教育我、培育我、磨练我的圣地，我为我能在此生活而倍感荣幸。能将学校里学的知识联系与社会，社会是一个很好的锻炼基地，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，解决问题的本事。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们供给了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，同基层领导谈心交流，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，认识到仅有到实践中去、到基层中去，把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年成长成才的正确之路。

大学生暑假社会实践活动总结报告 篇11

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。近一个月的社会实践，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！

一、管理者的管理

在公司里边，有很多的管理员，他们就如我们学校里边的领导和班级里面的班干部。要想成为一名好的管理，就必须要有好的管理方法，就要以艺术性的管理方法去管理好你的员工，你的下属，你班级里的同学们！要想让他们服从你的管理。那么你对每个员工或每个同学，要用到不同的管理方法，意思就是说：在管理时，要因人而异！

二、自强自立

俗话说：＂在家千日好，出门半＂招＂难！＂意思就是说：在家里的时候，有自已的父母照顾，关心，呵护！那肯定就是日子过得无忧无虑了，但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自已一个人去解决，在这一个多月里，让我学会了自强自立！凡事都要靠自已！现在，就算父母不在我的身边，我都能够自已独立！

三、认识来源于实践

一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高！马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用，认识对实践具有巨大的反作用。认识对实践的反作用主要表现在认识和理论对实践具有指导作用。认识在实践的基础上产生，但是认识一经产生就具有相对独立性，可以对实践进行指导。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。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已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

四、专业的重要性

选择了管理为专业的我，在这次实践中自然比较关注这一环。虽然在实践中只是负责比较简单的部分，但能把自己在学校学到的知识真正运用出来也使我颇感兴奋！在学校上课时都是老师在教授，学生听讲，理论部分占主体，而我自己对专业知识也能掌握，本以为到了企业实践应该能够应付得来，但是在企业里并没想象中如此容易。所谓“逆水行舟，不进则退”，企业要时时保持着这种竞争状态，才能在市场中立于不败之地，就因为这样，企业会对每一个在厂的员工严格要求，每一个环节都不能出错，这种要求在学校的课堂上是学不到的，在学校里可能会解一道题，算出一个程式就行了，但这里更需要的是与实际相结合，只有理论，没有实际操作，只是在纸上谈兵，是不可能在这个社会上立足的，所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像在学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了，在工厂里出错是要负上责任的，这关乎工厂的利益损失。

五、小结

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，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，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务。

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。而且在中国的经济飞速发展，又加入了世贸，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，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，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已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

大学生暑假社会实践活动总结报告 篇12

白驹过隙，一转眼，我们迎来了第二个暑假，这个火热的七月，我们暂别象牙塔舒适的生活，参加了轩辕组织的关于生命价值观的社会实践，我们以团队的形式带着青年人特有的蓬勃朝气，走入校园，走入大学生的内心世界，了解他们对生命的态度。

经过几天在上海各大高校的走访，我们将校园中的学生跳楼案件，以及部分在社会上引起极大轰动的在校大学生残害他人生命的事件等有关学生安全问题模拟成问卷的方式获取信息。我们选择了人流比较密集的场所为主要调查地点，如食堂和图书馆。刚开始的我们还有稍许的腼腆，时常陷入尴尬之中，放不开去拦截行走的同学们，毕竟是第一次面对面的接触这么多陌生的面孔，可是久而久之渐渐习惯了这种方式，变得如鱼得水。我们的人际交往水平有了大大的提高，我们处理事情的方式也变得更加的圆滑。

经过几天的走访，身体也有点渐渐的吃不消了，还是有轻微的中暑现象，全身上下也都被杀黑了许多，但并没有减少我们对社会实践的热情与执着。深深地让我体会了那句话：故天将降大任于是人也，必先若其心志，劳其筋骨，饿其体肤。这此实践也深深地让我感受到团结的力量，正如托尔斯泰所说：一个人离开社会不可能得到幸福，正如植物离开土地而被抛弃到沙漠里不可能生存一样。我们每个人都离不开我们的团队，从开始的不熟悉，有嫌隙到慢慢的熟络起来，到完全的敞开心扉，我们遇到过前所未见的问题，数据如此庞大，不知如何下手，但我们有了一个团结向上的团队，一切问题便不是问题，一切的不知道也会变成知道，正可谓人多力量大，人多好办事。在一起相处的一个月时间里，大家互帮互助，但难免会有摩擦，偶尔也有争执，即使有不同的意见和见解，都会相互谅解和比较，直到最终得到一致的答案。在合作当中学到了最多的就是聆听，懂得谦逊，毕竟个人的力量是渺小的，只有借助大家的力量才能进行的如此顺利。如果缺少了倾听，缺少了合作团队的将失去它存在的价值。我们将用我们的实际行动证明我们这一代的人比较心浮气躁，不肯脚踏实地努力办事的错误观点。

经过对大学生生命教育课题实践分析可以发现，生命教育使人们意识到情感在人类发展中特殊的价值，只有正确认识自己生命的意义，才能更好地认识生命，珍爱生命，当面对激烈的竞争、巨大的压力及人生的种种失落与痛苦时，才能正确而客观地面对困难，迎接挑战。反之造成个人的挫败感，一旦遇到困难，就选择向困难低头，甚至放弃自己的生命。注重认知也情感的协调发展，在知识教学中正确的引导正确的生命价值观，使同学不断感悟、体验。对大学生生命的情感教育只有融入知识。智慧之中才会激发理性的生命，真正提升生命的质量。

现在已经在家了，可每次吃饭的时候却还是会想起在惠来等待开饭的日子。不是因为我们贪吃，而是因为等待开饭的时间都是我们自娱自乐的时间。在这段时间，会有很多开心的事会发生，有很多时刻都将让我铭记一生。最难得是和言川、其灌那一顿真正的大餐，现在即使有一模一样的饭菜放在我面前，恐怕也很难吃出那种感觉来了。永远得怀念那一句：老板，开饭啦！

大学生暑假社会实践活动总结报告 篇13

这个暑假我利用这段宝贵的时间参加有意义的社会实践活动，接触了社会，了解了社会，并从社会实践中检验了自我。这次的社会实践让我收获不少。在实践中不可缺少的好多：

一、在社会上要善于与别人沟通

经过一段时间的工作让我认识更多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期练习。与同事的沟通也同等重要。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。被人给你的意见，你要听取、耐心、虚心的接受。

二、在社会中要有自信

自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力作出肯定。你没有社会经验没关系。重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，没有第一次又何来的第二、第三次呢？有自信使你更有活力更有精神。

三、在社会中要克服自己胆怯的心态

开始放假的时候，知道要打暑假工时，总有种说不出的心情，总感觉会有些害怕。跟同学通电话说自己的心情，感觉总有种说不出的感觉。第一次去离家那么远的地方，感觉自己什么都不懂，文化程度还不够，也没什么社会经验等种种原因使自己觉得很渺小，自己的怯懦就这样表露出来了。某人曾对我说，在社会中要学会厚脸皮，别人的教导虚心接受，不要不当回事。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，头脑就会枯竭。有一句话我很喜欢：＂成功的人不在于你认识了多少人，而在于多少人认识了你。＂努力地去认识他人，也是让他们认识你，从他们身上发掘出你可以学习的地方，体会每一句睿智的语言。

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，我感觉学习与社会实践是密不可分的。

大学生暑假社会实践活动总结报告 篇14

暑假，我终于成了长硬翅膀的小鸟，自己决定自己的事情；暑假，我终于迈开了走向社会的第一步，自己面对自己的灿烂未来；暑假，我终于抛开心中的胆怯，自己去解决自己的人生障碍。

一、参加实践活动的背景

这次实践活动的工作是在学校的帮助找到的。在上学期期末时，我收到老师的通知说是希望参加暑假社会实践的同学可以报名参加。我当时一惊，兴奋得不得了。这不就是我一直渴望的吗？我报名了。大概三天后，我又接到通知说是要去参加暑假实践活动的培训及动员大会。我很高兴，就把这一好消息告诉了爸妈。他们很体谅我的心情，但是，同时他们又担心说：过年的时候怕大家都在休息，只有我在工作，这样我会不高兴。我很自然的跟他们说：关于这点我不在乎。

参加暑假社会实践的培训及动员大会我是极其的高兴，在高兴之余，我又有些担心，因为我以前没有参加过社会实践，我很害怕在实践过程中会出现些差错，造成别人麻烦。我更害怕我去了单位上什么都不会做。因此，我小心翼翼的听老师给我们的交代和经验的传授。我也认真的写下要点，生怕有漏掉的。在培训中，我知道了自己的实践地点和时间伙伴，我也麻烦了我们的指导老师。可我还是很开心，因为我即将开始我的梦幻生活。

二、参加实践的人物及时间

x月xx日。这天，我清楚地记得。前一天我们完成了期末考试，第二天，我们就投入到实践活动中。我还有一位“实践伙伴”。也是\*，我暗喜\*好相处。第一天到了我们的实践单位（xx区xx街道办事处）上，做的第一件事就是报到。在完全陌生的一个环境，我们有些不知所做，并且还是这样一个严肃的地方。我惶恐的心开始一阵阵的颤抖。可以没办法，我们反正都要面对的事情，无法有实践与地点让我们来躲避。于是，我们按照老师说的，一点点的摸索，开始了我们二十多天的“实践生活”。

三、参加社会实践的收获

短短二十几天的实践生活，是我心的一次磨砺和成长。我不仅在做事的态度与方法上收获了很多知识，我也对自己以后可能要面对的工作岗位有了些认识。参加暑假实践活动，留给了我更大的空间锻炼自己，让自己更早的认清世界冷暖，为自己以后能更好的服务社会打下基础。在实践中，我必须得做到时时警惕，凡事细心。因为，我很害怕事情没有做好而造成他人的麻烦。我也害怕因为不上心儿造成不可弥补的错误，伤害到单位、部门等·····因为害怕，原本大大咧咧的我开始转向细致、成熟。

（一）告别了幻想的年纪，就应该踏踏实实、勇敢面对现实，学着生活

由于我实践的部门是社会事务科，所以大多数的事情就会和普通群众打交道。由于我们所在的口街道办事处属于乡镇级，所以我们也会和很多的农村居民交流。从这个方面讲，生活给了我更多的启示——凡事靠自己动手，生活才会变得充实，有价值。另外，我也意识到：工作没有高低之分，只有价值的实现与否。

农民伯伯们没有高的学历，没有高人的才智，每年就重复同样的工作：春天播种，夏天乘凉，秋天收获，冬天取暖。可是，就是因为他们的简单与淳朴，才使得人间有播种时的期待，秋收时的喜悦啊！他们有他们的生活，他们也许崇拜有钱人，震惊有才的人，可是，他们重来都不放弃自己的生活，踏踏实实做平凡而不平庸的人。

农民伯伯们的真实生活态度，深深的感染着我。他们可以为了一年的低保而哭诉，到处托人解决家里的困难，那么的坚持，不放弃。在爸爸妈妈的金窝中长大的我们，可能还不知道，在农村还有那么一部分人没坐过火车、见过飞机呢。而我们呢？在生活中，有时还会为某样东西不上档次而懊恼。想想，这样的我们，还能抱怨什么？真的是应该好好珍惜、把握我们拥有的幸福。

我记忆中有这么一位老婆婆。身穿蓝色的布衣，弯曲的身体幅度让人有时看不清她的容貌，白白的头发蓬乱着。她提着一个塑料袋，里面有一大把的纸票。她喘息着用微弱的声音说道：请问一下，这个，住院报账在哪儿弄啊？这时，有一大群的目光聚集在老人身上，老人抬起头，前额上的几丝头发微微的随着摇晃了几下，然后用非常期待的混色眼神左右看了一下。这时的我，我自觉的就吧一板凳送上前，然后让她坐下。看到这一幕，我的心又惊又抖：她为什么会自己来？她的儿女呢，去哪儿了？我转过头，斜眼看过去，从她的身上我看见了妈妈的影子。我很伤心，我妈妈以后也会是这样吗？我暗暗地下决心，不能这样。

体会了那么多不同的人，才知道，生活并不像电视剧里“灰姑娘遇到王子”那么美妙。我想，走出社会，面对现实，接受生活，这会是我们的又一课程吧！

（二）我们必须掌握坚定地岗位知识，凭着实力，团结同事，踏踏实实为人民服务。这对我以后可能选择的工作岗位有很大的帮助。

1、耐心、静心、细心“三心”必须有。这是我的认识，也将是我培养自己的一个方面。

接触了他们才知道：他们的工作很杂，很靠脑力，很零碎，量很大。在我的脑海里，一直都认为“人民的公仆”工作很多，但是会很简单。没想到，他们的工作原来很考验一个人意志。

我所在的社会事务科，不\*议就是处理社会家庭事务等琐碎小事件的。每天会有很多不同的、相同的问题、情节在办公室里发生，但是，科室里的工作者们不辞辛苦，耐心的一遍又一遍的解释、解决。可能口会说的很干，嘴皮会摩擦的很软，但他们也只能接受。有些话，有些原因，在办公室里实践的我就学会了，有时还会帮忙解释呢。可是，作为“公仆”的他们无权反抗，必须接受，一点一点的解释给群众们听。我想，他们的耐心一定不差吧。

因为是处理琐碎杂事，作为办公人员，他们必须很小心，不容许有半点差错。在他们心中：人民的事情出了半点差错，人民的丁点儿事情没得到解决，他们算就是失职，这样的责任他们不愿担当，也担当不起。因此，在平常工作中，应该更加的细心才是。

2、初次接触了打印机、复印机的应用；大胆的在实践中应用所学的关于word、excel的知识；学会了简单的文件归档知识······

办公职员的头脑一定要灵活，应用的知识很多，有问题一定要学着立刻马上处理，这点是很重要的。另外，问题不可能永远都发生一样的，所以要学会变通。第一次触摸复印机的时候，心里很担心，不知从何下手。在老师的帮助下，我学着去了解它，认知他，发现他其实并不难使用，之后，我总是有意识的去接触他。比如，在办公室里有谁需要复印的，我会马上提出来我去做。这样，我就学会了简单的使用复印机了。真的很开心，因为试一次小小的成功。

（三）和陌生\*方的、有底气的交谈，是我们生活的另一门课程

刚开始到单位的时候，一个人也不认识，什么都不知道。也不了解他们的职位、姓氏，都不知道怎么称呼别人，所以有问题也不会问别人，首先想到的是自己解决。所以呀，这让我有了一种习惯，就是：遇到困难的时候，首先让自己解决。

后来慢慢的发现，其实与人说话不难，但与人交流就有些问题了。因为，如果和不认识的人随便问候几句，我们平时都经历过，很容易。但是如果要和陌生人进行长时间的交流，这就要靠我们敏捷的洞悉能力了。这需要交流双方有共同的话题，兴趣点。最重要的是：不知道要怎样开口。比如，在实践中给乡村干部打电话通知事情的时候，我既要大声的以办事处的名义介绍自己，也要向他通知清楚事情，并且说话不能颤颤抖抖的，要自信，有底气。在开口说话的时候，如果迟疑或吐字不清，打哆嗦，电话那方的人可能会听不清楚，要求你再说一遍，这时，心里会很不好受的。

在与人的交流方面，我认为放宽心态，把对方看作是和自己一样的人，自然地开口说话，就会有所收获的。

（四）充分发挥自己的主观能动性。这对我们的人生有很总要的意义

“随时要想着自己找事情做！”这时参加暑假社会实践的时候老师嘱咐我们的。我一直怀揣着这句话快活的陶醉在我的实践愉快当中。因为，事情自己不会指定对象被做。

主动和人说话，主动给人微笑，主动找事情做，主动学习使用打印机······这一切都离不开主动。因为主动地去接触，我学会了文件的归档；因为主动地微笑，我认识了更多的陌生人；因为主动地寻找，我的暑假过得很充实······

（五）作为大学生，我很自豪

一直认为，作为我们这一代的大学生是很渺小的，很有可能会被世人所忽略。但是，到了时间单位的时候，我感受到，作为大学生，我应该是很自豪的。

在我们还不熟悉那个严肃的单位的时候，总是自我介绍说：我们是三峡学院的学生，到贵单位实践的。而他们总会代问一句：你们是大学生啊？之后，每次科长向不认识我们的人介绍，就会说到：是我们科室来实习，都是大学生······每次他们提到我们是大学生的时候，我们的心理都会感到乐滋滋的。

其实，我们都因该这样：从内而外的自豪，我们是大学生。

四、总结

这次实践对我来说是一次非常大的成功。在这过程当中，我拒绝了父母一丝不苟的庇护；在这二十几天中，我远离了朋友们真心真意的关心；在这段时间内，我感受到了老师细致入微的关爱；在这寒冷的冬天里，我享受到了陌生人好意的问候；在这热呵呵的阳光里，我送出了我真切的爱心；在这热闹的新年里，我送走了旧时的我，改造出一位大方、坚持、成熟、实实在在的我！

这次参加实践活动，很幸运，我体验到了学习以外另一种不同的生活；很幸福，我感受到了关怀的温度；很满足，我收获了很多实际操作的知识；很高兴，我认识了更多的人；很感动，发现有那么多默默为人民着想的人；很自豪，我作为正向未来奋发的大学生；很感激，有那么多关心我们的人······

很幸运，能够有这样的机会让我们得到锻炼，因此，感谢市政府、市委细心地为我们着想，为我们提供这样好的时间机会。另外，这次能够顺利的完成社会实践，我发自内心的感谢xx老师，因为在这之间我们遇到了很多困难都是求助于他，不管有多晚、多忙，他总会帮助我们，真心的感谢\*。另外，我要对我们辛勤的辅导员武老师说声谢谢。虽然在实践过程中他不直接负责我们这一小组，但是，只要我有问题求助于他，他都会尽力帮忙解决。最后，很谢谢办事处的叔叔阿姨们对我们的照顾。即使是给他们添了麻烦，他们也会耐心的教导我们。很感谢他们，在很多时候能想起我们！

大学生暑假社会实践活动总结报告 篇15

转眼间，一个多月就结束了，在这里我体会到很多。通过这个暑假的社会实践使我从内心体会到劳动的快乐和光荣。通过几天的实践我发现我在说话和接待顾客方面还有所欠缺。通过实践我总结出几点：

一、服务态度至关重要

做为一个服务行业，顾客就是上帝良好的服务态度是必须的，要想获得的利润就必须提高销售量。这就要求我们想顾客之所想，急顾客之所急，提高服务质量语言要礼貌文明，待客要热情周到，要尽可能满足顾客的要求。

二、创新注入新活力

创新是个比较流行的词语，经商同样需要创新。根据不同层次的消费者提供不同的商品。去年过年，家里的商品比今年少多了，但今年推出了涮羊肉，虾，带鱼等等。这些年货是去年所没有的。现在生活水平提高了，消费水平也会提高，所以今年要备足年货，档次也要高些，不能停留在以前了，思想也要跟的上时代。父亲确实有经商头脑。

三、诚信是成功的根本

今年我家的对联是，上联：您的光临是我的荣幸。下联：您的满意是我的愿望。横批：诚信为本。成信对于经商者来说无疑是生存的根本，如果没有诚信，倒闭是迟早的，诚信，我的理解就是人对人要诚实，真诚才能得到很好的信誉。我认为我父亲就是这样一个人，他为人稳重，待认真诚，办事周到，所以他得人缘很好，我认为这是开店成功最重要的一点。

这一个多月的社会实践使我增长了见识，也懂得了许多做人的道理，也让我更清楚地认识到自己的不足和缺点，所以我要在今后的学习和生活中严格要求自己，提高自己的素质，努力学好自己的专业技能，我信我行！

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！