# 2024年社会实践的自我评价(汇总12篇)

来源：网络 作者：风吟鸟唱 更新时间：2024-06-23

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧社会实践的自我评价篇一四十多天...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**社会实践的自我评价篇一**

四十多天的暑假生活就要结束了，回首我这个暑假的生活体验感觉仅有一个字“累”。以前并不明白真正的生活真正的工作到底是什么样的，这次的生活实践让我真正体会到了工作的辛苦，挣钱的不容易。经过这次的工作经历让我能更好的调整好自我的心态，以便更加认真努力的学习今后的课程。为以后真正独自接触社会奠定坚实的基础。“吃得苦中苦，方为人上人”。

在这段时间的工作中我最大的收获就是做什么事情都要有耐心以及韧性，社会不比家里不管做什么都有人给你庇护，社会生活中有着很大的学问，说话做事都有不少值得我们学习的地方。

由于我家里的店子很忙又缺人手，所以这个寒假就没有去外边找工作就在自我家的店子里帮忙，顺便筹集我的生活费用。家里做的是超市行业，和我的专业是很不搭调，但终归是工作也是能够从中学到些东西的，在正式开始工作的时候我就在店里跟着工作了两天，原本以为这行业很简单嘛，就是问下进门的顾客需要什么东西。但真的做起来还是需要很多的技巧的，自我慢慢的也学着和顾客沟通，进行销售。

刚开始每一天的工作除了有顾客来了要招呼一下外就是整理一些堆积的或刚进的新货，由于我爱干净，而我此刻所做的工作都是收拾搬运货物。刚开始是有些不愿意拿那些东西了。但我妈妈也就是我的“老板”根本不把我当孩子似的一会儿让我取这东西一会儿取那东西的，弄的我双手都脏兮兮的。

最让我尴尬的是我根本就不认识一些酒水类和香烟，老是拿错了，还自作聪明的把盒子上的字曲解了。把东西都乱放都搞混了，当然我这么做的直接后果就是被我的“老板”一顿指责，心里委屈也没办法，毕竟自我弄错了，闹了不少笑话出来，让人家顾客以为我们店子的员工都这么不熟悉货物还卖东西，对我们的产品也有了些许的怀疑，这估计就是在公司里，员工的言行会影响到公司的形象一样的道理吧。

短短的的工作时间里，我发现了我自身存在的不少问题，很简单的我作为一个通信系的大学生，自我的字写的也实在太对不起观众了，平时没注意，在给顾客开发票的时候我充分意识到了这点，当我把开好的发票递到人家手上时，对方看到字的那种表情让我真的感觉很惭愧。当时就心里暗暗下定决心以后必须要把字先练习好。免得以后找工作上在这个上头摔跤。

社会是复杂的，社会中的人也是千奇百怪的，有些人就是真的很不好相处，也就是我们俗话说的“赖皮”。应对这样的顾客我刚开始不明白怎样应付，于是关系弄的很僵，场面很尴尬。直到“老板”的及时出现才解了围，当然我少不了挨一顿批评，同时也告诉我一些与人沟通的技巧，以及随时应对问题的方法。

顾客就是上帝，我们对顾客的态度直接影响顾客对我们产品的信任度，就和在公司里面的道理是一样的，员工的工作态度会直接影响公司的形象。所以有时学会忍耐也是必不可少的。在那里我学会了随即应变的本事，以后我们的社会也将是一个深不可测的战场，没有一个好的心里素质，被人挤兑就彷徨不知所挫的人，将会被这个社会所打击。

回家工作的这段时间让我体会颇深的还有就是陪妈妈去分店对货收帐的经历，它对我的耐力考验是必不可少的一个例子。那会我们是早上七点去晚上八点才要回家，一天几乎都是坐着在对账本，在我的理解中，对账无疑就是把账簿上的物品对一下看有没差错有没漏掉的，然后把货款全结算一下，收钱走人就能够了的，没想到要这么麻烦的，要些对着账本把货物都先点一遍，再开始慢慢的一本一本的对帐。

这个过程远没我想象的那么简单简便，比单纯的在店子里待着要麻烦很多，付出的精力也要多很多，原本我以为半天就能对完的帐，三天了才弄完。并且每一天都是那个点来回跑，当时的感觉就像老年人常得的一种病能够形容腰酸背痛的，等忙完了休息了好久才恢复。

在这个过程中我好几次都真的很想把本子一丢不想做了，可是想到了我之前的承诺要把事情都坚持做好，还是咬牙硬撑了过来，最终的成就感当然压过了以往的抱怨，突然间我明白了做事情要有耐心和恒心，只要认定的事情就要坚持把它做好，此刻也是将来也是，这个好的习惯能够成就我们的未来。

在以后我们将面临的社会工作中，我们可能也会遇到类似的事情，你不想做又很累人的工作安排给我们，我们能不去做吗不能。那么我们必须要养成这样良好的耐心，以及很好的耐力，才能够不管做什么工作都不怕都能有很好的心态去把它做完做好。

**社会实践的自我评价篇二**

今年暑假，我在学校的号召下参与了社会实践，与大多数同学一样选择了参与\"打工一族\'，走进社会，了解社会。9月，我在新快报媒体广告有限公司医药健康事业部当上了一名实习生，虽然时间不长，而且这与我所学的专业联系不大，但是我信任，对工作负责、仔细，虚心讨教的正确态度是从事任何一个职业所要首先具备的素养，这也正是我在这次难忘的暑期实践中所学到的珍贵阅历，信任这些难得的阅历肯定会成为我今后学习、工作中的助推器。

在实践过程中，我渐渐体会到了打工的不简单，以下是我自己的一些小小的实践心得。

你可以伪装你的面孔你的心，但绝不行以忽视真诚的力气。第一天去新快报实习，我怀着兴奋的心情，因为从没有去过广告公司实习过。当实习生最重要的是态度，是恳切踏实、乐观向上、勤奋努力的工作态度，必需付出比老员工多几倍的努力去熟识工作程序、工作要领。只要树立信念，战胜自我，就可迈出走向社会坚实的第一步，前途就布满盼望。

刚踏进办公室，只见几个生疏的脸孔。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地说声\"早晨\'或\"早上好\'，那是我心底真诚的问候。我总觉得，常常有一些微小的东西简单被我们忽视，比如轻轻的一声问候，但它却表达了对同事对伴侣的关怀，也让他人感觉到被重视与被关怀。因此，我担忧变成\"透亮人\'的事情根本没有发生。同事们把我当伴侣，也情愿把工作安排给我。

其实，不仅待人要\"真诚\'，对事也要\"真诚\'。人无完人，医药部的其他同事在制作广告版面时，也时常会有错误发生，像语句表达不清等。我于是\"不知天高地厚\'地把自己的意见诚意诚意的提出来。没想到，竟被欣然地接受了。在他们面前，我只是阅历浅薄的\"小字辈\'，但我觉得对待工作我们不应当论资谈辈，有意见或建议，只要对工作有利，都应当恳切的提出来，大家一起探讨。其实，只要你是真诚的，谁会在乎你资格小，又有谁会小看你呢?真诚，让我走出了显示自身价值的第一步。

我在医药部实习的时间不长，主要做一些文职工作，也很难说详细学到什么，但是有一点是确定的，在广告公司里接触到的都是很有用的东西，不像课本学问那么理论而抽象，很需要你具备实际动手操作的力量。

以前，在学校里学学问的时候总是老师往我们的.头脑里灌学问，自己根本没有那么剧烈的求知欲，大多是逼着去学的。然而到这里实习，确使我们的感受很大，自己的学问太贫乏了。就好象会员服务(会员的资料收集，对俱乐部会员进行服务及信息询问管理)、项目策划协理(针对俱乐部实施的项目，参加并帮助策划、执行)、外联协理(俱乐部对事务外的沟通、联络及协调)、俱乐部入会申请表的文案、撰写活动策划书等，这些都是我在课本中所不能学到的东西。

录入工作看起来虽然简洁，但是重复单调每天上班打开电脑就会看到一样的画面，不停地重复做同样的动作，而且工作量不小。不过，我就把它当作是一种精神刺激，可以坚持下去就是一种工作学习的态度，能坚持就能成功;再如文案工作，开头时，总觉得是一些简洁而不起眼的工作，但做了一段时间以后才发觉这些工作虽然简洁，但都是特别重要的，绝不能有半点差错，因为，这是要消失在报纸版面上的东西，产生歧义误导了消费者就会造成不良的影响，所以千万不行以因为它们简洁而小看它，必需当心谨慎的完成每一个环节。这种\"咬文嚼字\'的工作无疑对我所学的新闻专业学问具有极大的熬炼作用。

另外，我还第一次尝试参加了医药部的活动策划，第一次学会写活动策划书，才发觉原来小小的活动策划书要做得全面而具有可行性，是需要渐渐斟酌和考虑周到的。最终，通过自身的努力，我参加策划的\"和谐社区健康行\'活动策划案已经提交并通过了。这些经受都开阔了我视野，丰富了我学问。这里，要感谢医药部的其他同事们，他们总能不厌其烦地教会我，在他们急躁的教育中我不断走向成熟，也积累起肯定的工作阅历。

**社会实践的自我评价篇三**

世界就会变成美好的明天”尊老爱幼是中华民族的传统美德，只要人人都献出一点爱。作为当代大学生，应将弘扬中华民族尊老、敬老的传统美德、努力营造社会和谐的良好氛围、让大学生们以实际行动为老人家送温暖、献爱心、为创建全国文明城市贡献青春力量作为己任。

和同学去了镇敬老院。早上，假期间。提着慰问品，一路说笑着向镇敬老院走去。敬老院，走进大门一位热心的阿姨接待了还一边给我讲解敬老院的概况。

有了一支较强经验的管理机构和有一支较有经验的护理人员队伍，镇敬老院创办至今将有二十年。镇政府投资200万元基础设施。敬老院将住房规范、服务特色化、厨房标准化、环境花园化作为标准。房间有二人、三人、四人，全天24小时护理，间间有卫生设施，食堂饮食生熟分开，专烧特具病号饭。

多数患有神经官能症或老年痴呆症等疾病，阿姨向我讲解到敬老院里其中50%以上的老人生活不能自理。给护理工作带来极大的困难。

和同学前往一个房间慰问代养老人。起初在老人面前我还有些拘谨，阿姨的带领下。但老人们热情欢迎感染了平时娇生惯养的走出校园来到社会，走进老人。把老人当作朋友一样聊天，帮他整理衣物，擦拭家具，听老人讲自己的过去，让这些在孤独中生活着的老人又一次露出了开心的笑容。

跟着负责分饭的管理员一起帮助老人们进行就餐。有的老人就餐很不方便，老人的就餐时间。一定需要喂才行。这时我早已没有先前的`拘谨，争着给老人喂饭，完全没有了平时的娇气。虽然动作显得笨拙，可一见到老人的笑脸，大家就笑得很开心，感觉像一家人似地其乐融融。

**社会实践的自我评价篇四**

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。

这个假期我没有选择自己所学的专业去实践，而是在一个亲戚开的电脑配件柜台帮忙卖货，过的十分充实。在此次实践过程中我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、回味无穷。也对自己一直十分想了解的电脑知识有了更进一步的深入。社会实践作为广大青年学生接触社会、了解国情、服务大众的重要形式，对于青年学生的成长、成才有着极为重要的作用。

这次假期实践我以“善用知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富假期生活”为宗旨，利用假期参加有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。这次的社会实践收获不少。我认为以下四点是在实践中缺少的。

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的练习。以前工作的机会不多，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。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。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。在多次的接触顾客中，我明白了自信的重要性。你没有社会工作经验没有关系。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，没有第一次又何来第二、第三次呢？有自信使你更有活力更有精神。

开始放假的时候，知道要打假期工时，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如哥哥所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，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。”

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。

以上是我自己觉得在这次假期社会实践学到了自己觉得在社会立足必不可少的项目。大学是一个教育我、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。

文档为doc格式

**社会实践的自我评价篇五**

身为学生的我在修好学业的同时也注重于对社会的实践。本着学以致用，实践结合理论发挥。20xx—20xx年我以熟练的计算机技术应聘为学校网站的管理员，做出了大量出色的工作，得到同学及老师的一致好评。

本人积极向上的生活态度和广泛的兴趣爱好，对工作责任心强、勤恳踏实，有较强的组织、宣传能力，有一定的艺术细胞和创意，注重团队合作精神和集体观念。

**社会实践的自我评价篇六**

社会实践可以磨砺一个人的性格和做事的能力，是我们进入社会这个大圈子所必要的过程。下面的小编为大家整理了“社会实践自我评价50字”，仅供参考，欢迎大家阅读!

身为学生的我在修好学业的同时也注重于对社会的实践。本着学以致用，实践结合理论发挥。20xx-20xx年我以熟练的计算机技术应聘为学校网站的管理员，做出了大量出色的工作，得到同学及老师的一致好评。

本人具有热爱等祖国等的优良传统，积极向上的生活态度和广泛的兴趣爱好，对工作责任心强、勤恳踏实，有较强的组织、宣传能力，有一定的艺术细胞和创意，注重团队合作精神和集体观念。

这3个月的实习就要结束了，感觉非常有必要

总结

一下实习的感受。在领导的悉心培训下，认真学习，学到了很多书本上没有的知识，也领悟到了社会的现实，很多事情并没有想象中的容易，都是要去经历了才会知道。工作必须要积极主动，服从领导的指挥。

在这实习期间，我曾有迷茫，也有烦恼，也曾悲伤。有时会很不理智的想要放弃这个实习的机会，但认真思考的时候会觉得，这是上天给我的一个考验。在挫折面前我们应该鼓励自己不要轻易放弃。在挫折中我们也正在逐渐的变得成熟，稳重，这是我们都必须要经历的一个阶段，坦然面对之后也就不会觉得这是很困难的一件事。

本人是xx第三中等职业学校04届计算机及应用专业的学生。在大三的第二学期正式外出。两年的校园生涯和社会实践生活我不断的挑战自我、充实自己，为实现人生的价值打下坚实的基础。一直都认为人应该是活到老学到老的我对知识、对本专业一丝不苟。通过四个月的实习，我得到了一次较全面的、系统的锻炼，也学到了许多书本上所学不到的知识和技能。

实习完毕了，这个实习是我生命中最难忘的日子，一开始的时候很怕，现在想来，从艰难的生活中，得到一个启示：不论遇到什么困难，不要对自己失去信心。

在本次实践中，本人在xx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。

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。

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。

小编特别推荐

小编特别推荐

社会实践自我评价50字

二年级自我评价50字

转正自我评价50字

自我评价50字初中生

团员自我评价50字

**社会实践的自我评价篇七**

20\_\_年\_月\_\_号晚，我回到旷别已久的家，家是我永远的港湾，无论怎样，它都能够让我停靠。

休息了几天，见了一些朋友和以前的同学，大家还是那么好玩，聚在一齐天南地北地胡侃，仿佛我们又回到了中学时代，那时有数不尽的毫无理由的欢乐。

最终和朋友同学们告别，一个人在家静静地思考，我只带了一本书回去，所以平常还是比较多时间的，于是想起了寒假实践。

以前的假期实践我做过家教、家私店送货员、大型商场服务员，感觉这些都有好有坏，主要看自我的兴趣，可是我的这些实践经历对我的成长有很重要的意义。

做家教让我明白教师的不容易，做送货员使我明白家私的很多知识，包括性价比、来源、组装等，而在商场时我懂得作为一个员工就必须按单位的制度办事，很多事情并不是按自我习惯来做的，而是自我去适应制度。

可是，我总在思考，我能不能不做这些受别人管理的实践，我想自我的实践自我做主。想了几天都没想出一个好的办法，而这时我以前的做过商场又打电话问我今年寒假还去不去实践，但我已经去那里做过一个暑假和一个寒假了，觉得再去做自我得到的东西肯定没有以前那么多了，我心里想换个环境实践或许会有意想不到的收获，于是委婉拒绝了商场的好意。

刚好这天晚上，我二哥三哥说年底想摆摊卖桔子，我立刻举手赞成，因为我能够和他们一齐做，这样我的寒假实践就有着落了。于是我和二哥、三哥一拍即合，立刻计划起来。

首先，我们三兄弟进行了总体计划：

1.货源调查。包括进货价、距离、质量等;

2.市场需求分析。包括需求量、供应量、需求供应关系、消费者偏好等;

3.可行性分析。包括竞争对手分析、摆滩地点选择、时间等。

于是我们三兄弟分工合作，我负责的是市场需求分析。我上网调查了\_\_的人口总数和家庭总数，得到\_\_此刻人口总数约为160多万，占汕尾总人数的70%，而我所在的\_\_镇人口约20多万，共3万多户。按照我们\_\_的习俗(祭神、回礼、访客都要用到)，每户大概10千克桔子，这样东海市场就需要大约30万千克的桔子。而每年的市场批发会有大约10万千克的桔子，摆摊批发也是差不多10万千克。

这就说明市场的需求还是没有得到满足，就像去年的桔子卖到最终都是涨价的，涨到最终3.50元斤。当前的桔子价格为2.00元斤，能够说还有涨价的余地。而据我的了解调查得到，我们那里人比较喜欢不大不小、色泽红润的桔子，因为这样看起来好看，访客、回礼都不错，至于好不好吃、甜不甜倒很少去注意了。

经过我们几天的调查求证，我们基本上了解了整个\_\_桔子市场的状况。在二哥的调查中，我们得到：去\_\_镇进货比较实惠，距离也不远，质量算中上，进货价为1.35元斤，货车运费600元。而三哥则查到估计今年会有竞争对手(摆滩批发)10家，地点我们会选在人流中心的\_\_桥边。

而在时间的选取上我们有不一样意见：二哥是想早点开始卖，十二月廿一进货，廿二开始卖;我和三哥都想到适宜的时间才卖，这样省时又能集中精力对待，到廿五开始卖。经过讨论最终我们决定人民路滩点4000千克，廿二开始卖，而龙仙桥滩点2500千克廿四开始卖。

时间最之后到十二月廿一，这天我二哥三哥一大早就出发去西南镇桔子种植场进货，而我则留在家这边接应。然而，老天却下起了小雨，我想二哥他们此行应当很辛苦了，但此刻做哪行不辛苦呢。

晚上8点，我最终接到二哥的电话，于是立刻开始开车到\_\_，看见差不多变成泥人的二哥和三哥，果然他们此行艰难。等我们几个人把桔子卸到指定滩点时已经快9点半了。

第二天正式卖桔子，2.00元斤，可是比较少人问津，可能是因为离春节还远吧，担心到时桔子都烂掉了。可是我们前两天都是靠着有熟人拉关系先做政府单位生意，这种比较容易做，一不讲价，二不挑拣，只要装好送上门就行。

就这样一向到廿五，我们也只卖出1000多千克，桔子的色泽已经没有刚回来那时好看了。这时其他摆滩的也已经开始批发了，仅在人民路就有6、7家了，竞争相当激烈。

而我们另一个滩点也进货回来开始卖了，我一般都在龙仙桥这个滩点，这边仅有三两家，我们的桔子质量要好上不少，所以这边情景良好。桔子刚一回来就有很多人来买，第一天就买了500千克，这使我信心大增。

然而，最艰难的是这几天一向低温降雨，很冻，冻得大家都不想出门了，更别说去消费了。这样我们的生意受到很大的影响，恶劣的天气大大地降低了消费者的消费进取性。大多人抱着“本来要买20千克的，这么冷了，那就随便买个10千克吧”的心理。所以今年的桔子市场的需求量由于天气的原因降低了不少。

虽然天气恶劣，但很多劳动人民还是依旧劳作，我真正体会到社会上很多底层的老百姓的生活是多少的艰难。那么冷的天气，每一天要起早摸黑的赚养家糊口，为的只是能让日子好过点。而我在学校的课室上课都嫌冷，这使我感觉到自我并没有想象中的那么坚忍，我要锻炼的地方还很多很多。

接下来几天都是差不多的天气，应对消费者不进取的消费心态，很多批发的卖家已经开始降价。第一天我们人民路滩点并没有一齐降价，因为二哥觉得大家最终还是要买的，不怕卖不出去。之后事实证明，这个决定是错误的，这导致我们这个滩点到最终并没有什么赚头。

一向到廿八才开始降到1.50元斤，而这时龙仙桥滩点由于竞争少，质量高已经卖得差不多了。我们研究到市场上还有很多的桔子，估计还有10万千克，于是来个大甩卖，1.40元斤成本价出售，这样到廿九还剩下1000多千克，接下来的就基本上1元一斤贱卖了，只期望这个滩点能赚回成本。到年三十那是5毛钱斤，想要就拿去吧，总算到中午卖剩200斤自我搬回家吃算了。

就这样，我的实践活动结束了。我们三兄弟核算了一下，除去成本18200元、运输费1200元、滩点租费800元和各种税收(包括市政局税、工商税、卫生管理税、个体税等)600元，最终我们只赚了20\_\_多元，而人民路的滩点差不多没赚头。

这是一次失败而双成功的尝试，因为这次很多摆滩批发的都亏了，我们能不亏本主要是靠质量还有两边作战，同时准备也比较充足，但第一次做这个我们也存在不少问题：

一是时间上把握不对，如果廿五才开始卖的话人民路滩点的桔子不会到最终变得很难看。二是天气问题没有研究进去，这是一个很重要的问题。三是市场了解还不够深入，今年受去年的影响以为桔子会好卖，所以很多人都来卖这个，结果导致供大于求。

可是，总体来说，这次尝试还是很有价值的，毕竟让我们体会到做生意的感觉(不容易)，因为要研究很多问题，全面的计划和充分的准备才能让自我把握市场动向，不会陷入被动的格局。同时我也明白社会就是这样现实，商场上就是你争我夺的，任何企图逃避的人都会遭受失败，这次实践让我有了进取应对竞争的心理准备。

假期的实践不应当成为一种压力、一种负担，而是在自我的兴趣之下亲身去尝试、去体会实践、工作的酸甜苦辣，从而更加懂得生活，仅有这样才会得到提高与成长。

**社会实践的自我评价篇八**

社会实践

由于的大学课程不太多，并且我也想提前感受一下社会

生活

，所以我大学的社会实践相对比较多，接下来我简单介绍一下我的经历。

先说

专业

方面的，我们专业集体组织去一电厂

实习

过，在这次实习中自己大概了解了发电厂的运行过程。还参加过金工实习，这次实习我收获了自己亲自制作的东西，并学会了制作程序和方法。

接下来是社会中的生活实践，在大一的时候，在我在上学期间的实践比较多，我曾发过传单，举过牌子，促销过方便面以及汽水等食品，还促销过电器。在干这些活的时候，由于是尽自己的努力给老板工作，所以领的薪水也相对比较多，同时也让我感受到了生活的艰辛。

大一

暑假

时，我在我们的县里大安监局找了一份假期工，在这里我学会了一些人际关系方面的知识，这一点对我现在的生活都影响很大。

在大二寒假时，由于假期比较长，所以自己又在太原的双塔宾馆找了一份保安的工作，在我的工作时间内，没有让顾客出现过不满意的事，在处理和顾客产生的事情上尽量让顾客满意。在这里我粗略懂了一点如何和陌生人打交道。

大二下学期，由于课比较紧所以也就没找工作。暑假期间则主要帮家里卖西瓜，利用自己所看的口才方面的书和以前打工总结的经验完整的锻炼了自己一番。

以上就是我的社会实践。

个人评价

在校期间我担任了三年班长，因此有较强的交际能力和组织管理能力， 在大学中自己从没落下过

学习

与实践，因此我有较强的学习与动手能力。同时作为应届毕业生，我思想上积极要求上进，学习勤奋刻苦，

成绩

良好，团结

同学

，尊敬师长，乐于助人，能吃苦耐劳，为人诚恳老实，性格开朗，集体观念强，具有团队协作精神和创新意识。

在工作中我希望通过自己的积极努力为单位做出最大的贡献并实现自身价值。

个人

爱

好

在生活方面我爱好与人交流，沟通，组织。在学习方面爱好读有关专业方面的书其次是那种让人能感悟人生的书，以及散文。体育方面，篮球，足球，乒乓球以及羽毛球等都会，不过乒乓球玩的最好。

技能专长

大学生个人简历的自我评价：

我不断地完善自己，提高自身素质。我在学好专业课与公共课的基础上，还阅读了大量的课外书籍，不断地增加新知识，陶冶情操、开拓视野。不仅如此，我还积极参加社会实践活动，和各种文体活动，培养了我一定的组织与社交能力。本人热爱篮球、羽毛球、跑步、下棋、唱歌。

我是一个认真工作，认真钻研，勇于创新的人。能熟练运用电脑，掌握一定的office办公软件，与老师与同学保持着紧密的关系，乐于帮助同学解决学习与生活上的麻烦，善于总结归纳，善于沟通，有良好的敬业作风和团队合作精神。

对待工作认真负责，善于沟通、协调有较强的组织能力与团队精神；活泼开朗、乐观上进、有爱心并善于施教并行；上进心强、勤于学习能不断提高自身的能力与综合素质。在未来的工作中，我将以充沛的精力，刻苦钻研的精神来努力工作，稳定地提高自己的工作能力，与公司同步发展。

积极主动、独立性强、具有高度的责任感和敬业精神，待人真诚、诚实守信、团结协作意识强，能够吃苦耐劳，勇于挑战新事物，具有一定的开拓创新能力， “踏实做事，诚实做人”是我为人处世的原则。

为人具有亲和力，在大学期间被舍友连续四年推任舍长。在农村长大的我能吃苦耐劳，能够很快适应常加班、出差的工作。做人诚实守信准时。

大学期间积极参加各种课外活动，不但使我学会如何做人与做事，更让我知道不断学习的重要。

责任心强，有奉献精神和团结意识，能善待自己所选的工作。具备法律以及必要的管理、文秘等相关知识及其实践技能，能够胜任企业法律事务、基层法律服务以及律师事务所内部管理和律师助理等法律职业辅助工作一线岗位，能基本掌握法律咨询技能，各种法律文书写作技能，掌握简单的代理诉讼与非诉讼技能。

作为一名理工科学生，除了扎实的专业基础外，我具有比

其他

人优越的

英语

表达，写作与翻译能力;做人以诚信为本，做事认真踏实，有责任心，能吃苦耐劳，热心助人;善于与人沟通，注重团队精神，确信个人与团队如同螺丝与机器;可塑性较强，有较强的接受新事物的能力，自学能力和敏锐的洞察力。

本人性格热情开朗，待人友好，为人诚实谦虚。工作勤奋，认真负责，能吃苦耐劳，尽职尽责，有耐心。具有亲和力，平易近人，善于与人沟通。

学习刻苦认真，成绩优秀，名列前茅。品学兼优，连续三年获得学院奖学金。

曾担任系学生会外联部干部、系团总支组织部副部长、

班级

生活委员等，在学生工作和外出拉赞助与商家联系的过程中，大大提高了自己的办事和处事能力。此外，还积极参加课外文体活动，各种社会实践活动和兼职工作等，以增加自己的阅历，提高自己的能力。在工作中体会办事方式，锻炼口才和人际交往能力。曾连续两年获得学院“暑期社会实践积极分子”，“学生会优秀干事”等荣誉称号。

在平时学校生活中，做过很多兼职。例如：家教、电话访问员、酒楼服务员、派传单、问卷调查，还到工厂打过暑期工，亲身体会了各种工作的不同运作程序和处事方法，锻炼成了吃苦耐劳的精神，并从工作中体会到乐趣，尽心尽力。

学习方面，努力学完学校所开的每一门专业，可真正为社会服务。

政治方面，努力学习党的十七大精神，遵纪守法，努力回报社会。

卫生方面，积极参加环保活动，爱护环境卫生。

其他方面，有较强的集体荣誉感和团队精神，对工作尽职尽责，忠于职守，有较强的管理能力和创新意识。

本人热心、自信、上进心强，工作认真负责，具有良好的团队合作精神与较好的个人亲和力;举止优雅，有亲和力，精力充沛，做事有条理，责任感强;具有优秀的思维、沟通和学习能力，热爱团队工作。对于网络文化有着浓厚兴趣,善于与人沟通,能够感受前卫文化、科技潮流带来的乐趣。同时对创意有着自我的分析和见解，愿意和大家一起分享思维的感受。

1、乐观向上，积极进取，人际关系良好，有较强的沟通和协调能力。

2、沉着稳重，思维敏捷，工作善于创新，适应性强，能快速胜任工作。

3、有良好的职业操守、大局观念、团队精神及强烈的自我实现的要求。

4、不与人相比，但愿超越自己。

5、有组织和策划活动的能力。

我是一个很直爽的人，不管是做事还是做人，所以一下我说的都是事实，没有夸张。我具有较强的专业能力，专业知识非常的牢固，年年获得大连医科大学优良学分先进个人称号，并在三甲医院实习一年，实习期间获得了老师的一致好评。有很强的英语能力，能进行一般的口语交流。具有较强的组织能力，在校期间多次组织班里的集体活动，都得到了同学的好评。

有很好的统筹能力和协调沟通能力，配合领导完成全面工作并把领导的思想更好地传达给每一位销售经理。在工作中获得过很高的评价及良好的客户满意度。思想严密、逻辑清晰、性格开朗、待人真诚、具有强烈的责任心和事业心，具备很好的分析和解决问题的能力。喜欢接受难度较大的工作挑战，精通各种办公软件，英文口语流利。

对待工作认真负责，善于沟通、协调有较强的组织能力与团队精神;活泼开朗、乐观上进、有爱心并善于施教并行;上进心强、勤于学习能不断提高自身的能力与综合素质。在未来的工作中，我将以充沛的精力，刻苦钻研的精神来努力工作，稳定地提高自己的工作能力，与公司同步发展。

自学能力很强,在校自学了很多计算机知识,能熟练组装计算机，懂得计算机的维护，熟练操作windows、office办公软件，熟悉interne资源。会auto cad photoshop 等软件;会用c语言编写一般程序.独立性很强,在高中高考时,在没有监护人的监督下以全校第一的成绩考上了全国性重点大学--xx大学.动手能力很强,在学校平时做实验时都可以很快地完成实验.

专业知识扎实，有积极的工作态度，能够独立工作，又极赋团队精神，同时具有良好的文化素质;赋有进取心，有良好的人员管理和沟通协调能力。

1.扎实的专业基础： 在校成绩不错，认真对待学业，努力学习专业知识，为日后工作打好基础。另外，还修了双学位-心理专业。

2.曾在院学生会宣传部担任干事，和励耘青年志愿者协会管院分会担任宣传部部长一职。能很好融入组织和与别人交流，友好相处。

3.为人开朗，积极;对工作认真负责、为人诚恳稳重。

4.性格平和开朗，待人热忱，善于与人沟通协调，亲和力强，具有进取精神和团队精神，有较强的动手能力。

**社会实践的自我评价篇九**

自我评价是每个人都会写到的，怎么写好自我评价成了一些人们很头疼的问题，以下《暑假社会实践自我评价》由本站为您精心提供，欢迎大家参考。

普通人也有不普通的人生，这是我进入大学校门的感想。为了让自己将来能够在社会上好好生活，我随同大流参加了高考，我顺利的进入了大学校门，大学生活和以前的高中，初中乃至于小学，完全是两个不同的世界，通过最初的不适应，如今，我已经豁然开朗，下面我要对这四年的大学生活做个自我评价。

首先，努力积累文化知识,为实践做最充分的预备.每一门课程我都认真对待.我喜欢英语，所以我注重英语的听,说,读,写,译能力进步。我具备了扎实的专业基础知识，系统地把握了与金融、会计等有关理论;熟悉涉外工作常用礼节;具备较好的英语听、说、读、写、译等能力;能熟练操纵计算机办公软件。同时，我利用课余时间广泛地涉猎了大量书籍，不但充实了自己，也培养了自己多方面的技能。更重要的是，严谨的学风和端正的学习态度塑造了我朴实、稳重、创新的性格特点。

其次，暑期短暂的社会实践固然不是真正意义上的工作,但让我对工作有了一个初步的熟悉.而且对工作我有很好的适应能力.让我在实践中不断的积累了一定的社会经验。

再者，在团体协作中我有很强的集体荣誉感,我能与大家合作默契.在个人工作中我有很强的责任感,我能认真负责,把工作做到最好.具有极强的团队精神。

最后，在人际交往中我以诚待人,能够与人进行良好的沟通.一直是受老师和同学好评的对象。

人生的道理上很多挫折，但是我相信只要坚守，不低头，不放弃就会成功，在困难中微笑，我有自信，明天回更好!

自我鉴定栏目推荐链接：

自我评价范文汇总

**社会实践的自我评价篇十**

今年暑假，我利用假期参加有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。这次的社会实践收获不少。

一.在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的寻找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的练习。以前工作的机会不多，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，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

二.在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。在多次的面试中，明白了自信的重要性。你没有社会工作经验没有关系。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，知道要进行暑假实习时，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如工作的领导所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，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，如某位名人所说：“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。

以上是我自己觉得在这次暑假社会实践学到了自己觉得在社会立足必不可少的项目。 正是因为有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的生存，同时，也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，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

那么，我的社会实践活动就从我的实习工作拉开了序幕。通过别人的介绍来到了海门市老区开发建设会(海门市扶贫开发协会)，主要进行一些文字处理和文件整理工作。其中印象比较深刻的是将一些曾经受到过南通市台商协会和南通市扶贫基金会的捐助的大学生寄来的自我总结和感谢信打成电子稿。他们大多是大三或者即将毕业的大四学生，通过他们的信件我对大学生该如何更好地利用大学四年的宝贵时光有了更好的认识，他们的家庭条件都很一般，但也因此更加地努力，无论是在学业，课外活动以及社会实践方面都有出色的表现，我希望能通过这些学兄学姐的经历来鞭策自己，百尺竿头，更进一步。

暑假即将结束，我的暑期社会实践活动也已经告一段落，通过这次实习的经历我觉得对自身有了更清醒的认识，新的学期也将要开始，我决心将精力都投入到新的学习生活当中，卯足精力，力争上游，不断的提高自身素质，为今后打下坚实的基础。

**社会实践的自我评价篇十一**

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，在这段假期里，耐不住闲的我开始了假期社会实践———走进我准二姐夫家经营的酒店，做一名服务员。

虽然一天要站八、九个小时，但热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累，我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接触了社会，了解了未来。

在酒店里虽然我是以端菜、斟倒酒水为主，但我不时还要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，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，不一定有人会告诉你这些，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。

对于我们大学生来说，挣钱不应该是打工的唯一目的。我们要把打工看作是参加社会实践、提高自身能力的机会。因为打工一方面可以把学到的理论知识应用到实践中去，提高各方面的能力;另一方面可以积累工作经验对日后的就业大有裨益。

在酒店里，别人一眼就能把我认出是一名正在读书的学生，我问他们为什么，他们总说从我的脸上就能看出来。呵呵，也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧!我并没有因为我在他们面前没有经验而退后，我相信我也能做的像他们一样好。

在社会实践中，我们应该要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。通过这段时间的实践，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。

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炉再造。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。

22日开往广州的列车，结束了我的假期生活，开始接受新的知识，面对新的挑战!

**社会实践的自我评价篇十二**

学校“文明礼仪伴我行”社会实践活动总结根据市教育局《关于认真做好“文明伴我成长”主题教育实践活动总结、表彰工作的通知》精神和要求，结合我校实际，现就“文明礼仪伴我行”主题教育实践活动总结如下：

一、高度重视，制定方案

认真组织实施“文明小使者”主题教育实践活动工作。制定了工作方案，明确了此项工作的目的、任务和职责，细化了工作流程、工作重点以及工作保障措施，制定了“活动计划”，下发“通知”。由学校政教处统筹活动的开展，把握工作进度，确保文明小使者工作顺利进行。

二、明确任务，认真落实

学校充分调动各班参与的积极性，要求班级充分发挥各自的资源优势，根据各自特色品牌，开展文明小使者主题教育实践活动。在工作开展过程中，各班级积极创造条件，充分发掘班级潜在资源，通过文明形象大使、优秀志愿者担任辅导员在文明市民学校开设“文明、道德、礼仪”课堂，开展系列的“小志愿者”“小楼门长”“环保小卫士”“家庭小孝星”“文明小宣传员”“文明小巡防”活动，把“小手拉大手、文明一起走”活动落到实处，为中小学生提供形式多样的文明实践机会。

三、结合实际，特色活动

各班级结合本辖区实际，充分发挥“文明小使者”在班(村)的独特影响力，积极调动各方力量，开展各具特色的主题活动，从而培育了中小学生未来主人翁的文明意识和社会责任感。

通过以上各类活动的开展，“社区文明小使者”们与居民和工作人员的接触，逐渐了解到了社区服务的乐趣。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、劳作。通过社区服务，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，扩大了视野，“社区文明小使者”实践活动，对于塑造未成年人思想品格、锻炼未成年人坚强意志、丰富未成年人精神文化生活，起到了积极的推动作用。

四、收获

1.统一了思想，提高了认识。

2.扩大宣传，营造了氛围。

3.拓宽了途径，突出了践行。

4.精心组织，力求实效，提升了学生能力。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn