# 最新寒假社会实践工作总结(模板13篇)

来源：网络 作者：心上花开 更新时间：2024-06-02

*总结是对前段社会实践活动进行全面回顾、检查的文种，这决定了总结有很强的客观性特征。相信许多人会觉得总结很难写？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。寒假社会实践工作总结篇一时间很快，在xx公司大客户部实习已经两周，因为...*

总结是对前段社会实践活动进行全面回顾、检查的文种，这决定了总结有很强的客观性特征。相信许多人会觉得总结很难写？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**寒假社会实践工作总结篇一**

时间很快，在xx公司大客户部实习已经两周，因为个人原因需要暂停工作，现对近阶段工作作出简要总结。

非常感谢李增胜总经理的信任和推荐，能够走进xx公司的大门并获得了良好的实习工作职位。感谢李志强经理的的支持和指导，让我在大客户的销售工作中学到很多实用的有宝贵价值的经验。感谢xx公司的同事，在工作过程中给我的大力支持和帮助，这种良好的工作态度和氛围让我受益匪浅！

对于在xx公司的大客户部销售实习工作，我主要作出的两点总结。

我固执的认为，xx公司的产品是在数据快速恢复领域具有创新性和领导性的。一个先天具有优秀基因的产品是绝对能够在市场竞争中取得坚挺的表现的！

但是在具体营销过程中，我个人还是遇到了实际问题！

很现实，没有成交的销售是没有价值的，尤其对公司而言！我个人坦诚的发誓：在xx的市场营销过程中，我没有投机取巧，没有偷懒，我是努力追求更好！不成交的根本原因在于我：没有作出有效的努力和付出！

从客户的反应，我也发现可很多问题，并及时的向领导作出反馈。

主要的问题集中在客户的不认可，没有热情亲自体验产品。

个人认为原因有二：

一是销售过程中没有很好的把握住客户的需求；

二是我们的产品缺少一定的市场知名度。

对策有三：

二是我应该主动的联络拜访更多的目标客户，并细分客户类型，做到有的放矢；

三是我们可以考虑进行有必要的媒体广告宣传：包括网络宣传等。

作为一次社会实践活动，我个人的收获比较大！源自xx公司领导的大力支持和充分信任，个人主观方面也作出了认真的思路计划和行动执行。

其一，个人的自信充分增强。从校园学生客户到公司大客户，心理问题是首当其冲的！在李经理的鼓励下，我逐步树立端正的思想：做销售，我是为客户提供服务和信息的，尤其对软件产品，我是带着一种创意来送给您体验的！很对，销售人员不是骗钱的，他是送新的产品，新的服务！“我是为客户服务的！”，面对拒绝，不在沮丧！我的产品很好，总会被人接受的！

其二，个人的执行能力增强。从大学生的“空想者”到雷厉风行的“实干者”，我是有很长的路要走的，但是，在这里。我开始找到了了路的方向：路就在脚下，扎实的做，踏实的干，不要幻想，不要盲从，不要抵触领导！我觉得，这段时间，我疲惫过，放弃过，但是我选择了坚持！不追求个人名利，不计较个人得失，坚持不懈，坚持走在客户的身边！

其三，个人的营销思维得到锻炼。感谢李经理，能够不吝赐教，悉心教导，在每次日工作汇报中能给予我认真的分析和总结，很好，很感谢，很有收益！做一个好的销售人员，比较难，但是只要方向对，准确努力，就有希望！这些收获，没有亲自的经历是体会不到的，当然，没有李经理的指导和分析我也是不会收获这么多的！

当然，期间我也给公司带来一些麻烦，甚至也造成一些错误，也恳请能够被谅解！

总而言之，这次寒假社会实践是充实的！对我而言，也是问心无愧的！我的一切行动：对的起自己！我努力了，我在追求着更完美！

于xx公司，是利，有弊？那就交由我的领导，同事去评判吧！

最后，再次向xx公司的领导和同事致谢！

**寒假社会实践工作总结篇二**

在今年只有短短一个月不到的寒假中，我参加了为期半个月的社会实践。以我现在的专业想在我们本地找到一个与专业对口的工作犹如登天，于是我便退而求其次，到我们当地商场找到了一个临时促销的工作岗位。简单的说：我的工作就是在商场促销微波炉。在我半个月工作中，我看到学校看不到的很多东西，更学到很多书本上没有的知识。虽然我只挣到到了几百块的工资，但是这次社会实践却带给我十分多的感触。为我毕业之后走入社会上了生动的一课。

在这次实践中，首先我对这个商场的管理制度就有我自己的一点看法。当我正式上班的前一天，我被通知要去商场进行培训学习。我到了培训的地方，听着培训老师讲着作为一名促销员在商场不能做的事情，如果违反了这些规定就要被处以50元的罚款。听着这些规定我当时都吓出冷汗了，我心里想：要是我一天违反其中的`两个规定，我一天的工资就彻底没了。我听完这个培训几乎都是在说违反规定就罚款的事项。我不禁对这种管理方式有一些看法。

这次实践活动让我明白了挣钱的艰辛，我每天面对着同样的工作觉得无聊极了。可想父母面对着同样的工作是多么的不容易。这次实践活动真真切切让我知道父母挣钱的辛苦。

**寒假社会实践工作总结篇三**

实践时间：\_\_年1月14日--26日

实践活动：家教

我的学生叫李\_\_。第一次到他家做客，李哥和嫂子热情地招待了我，与我在客厅里诚恳地交谈了很久。从李睿哲的性格爱好谈到他的学业特长。因此，第一次了解李睿哲时，通过与他交谈篮球开始的。在交谈中，我了解到以下情况：李睿哲有很强的求知心，但是几年来懒于学习，贪于玩乐。”由于上述诸多原因，他的成绩很不尽如人意。父母对他抱以很大的期望，希望他能够考上重点高中，近而考入大庆大学。而他现在的学习情况，让他的父母感到担忧。

在交谈中，我可以感受到父母心中那种望子成龙的殷切期望，感受到父母对儿子的那种期望是那样挚热的、无私的。他们看的很远，看到了儿子的未来;我被父母对子女的这种情义深深打动了，同时感到肩上的担子很重。对于没有任何家教经验的我来说，毕竟是一个“挑战”。

家教的第一天，，在学习上很随意，对自己要求不严格。开始意识到：现在的首要任务不是讲课，而是帮助他端正学习态度。

第二天，我给他讲了我的同学的经历，给他阐明了学生的职责和学习的目的。他似乎懂得了什么。不时地点头表示同意。此后，我也经常给他聊类似个事，不时地与他交谈学习体会。他的听课状态比以前有了很大的改观。每天上午工作两个小时，中间有一段休息的时间。因此，我在以后的讲课中，对他的要求渐渐严格起来，并经常给他讲解懒惰的害处。他虽然听得进去，但改观不大。这是可以理解的。

由于每天做家教，这就迫使我改掉了假期睡懒觉的习惯。开始的几天，他听课时，时常会走神，一副心不在焉的样子。有时，我心里会感到很恼火：自己如此卖命地讲，他却置之不理，好在我很有耐心。每当他走神时，我都会提醒他，耐着性子给他讲下去。

他做题时，喜欢，而懒于动手。听课时，也只是“洗耳恭听”，从未做笔记。这正是他学习懒惰的体现。我清楚地知道：他有时会给我带来“沉重”的打击。记得有一次，我给他讲解了，他听课时，显得有些吃力。我讲完后，问他是否还有疑问。他点头表示全听懂了。过了两天，为了检验复习的效果，，我感觉自己仿佛从九霄云殿一下子跌进了无底深渊。这是我家教过程中遇到的最大的挫折。事后，我不断地反思：是自己的原因，还是他的原因?不管怎样，有一点很清楚：他根本没听懂。面对懒惰成性的他，我显得“束手无策”。学习成绩的好坏，往往取决于学习习惯的好坏。懒惰是学习的“大敌”。，只得不时地督促他，鞭策他，使他逐渐变得勤快起来。

转眼他就要开学了，我也结束了家教生活。他的学习态度比以前端正了许多，学习也知道使劲了，。他的父母很感激我这段时间对他的帮助。

家教生活让我想起了很多东，得到了很多感触，城市家庭一般生活很优裕，孩子生长在如此的环境里，个别甚至不会去吃苦。上学放学有人接送，提出的种种要求都会得到满足，甚至连自己的房间都会有人整理打扫。生活如此安逸，就很容易养成懒惰的习惯。

因此，从小培养孩子的吃苦能力很有必要。以上就是我的收获和体会。这十几天的经历我最深切的感受就是：不论什么事只有亲身的体验过，才会有真实的感受，才能对这件事有比较实在的，深刻的认识;还有一点就是，世上无易事，均须用心去做。这些收获和体会将影响我以后的学习生活，对以后的工作产生积极的影响。

**寒假社会实践工作总结篇四**

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!

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,在这二个多月里,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!

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。

选择了会计为专业的我，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。平时在学校，数字错了改一改就可以交上去了，但在工厂里，数字绝对不可以出错，因为质量是企业的第一生命，质量不行，企业的生产就会跟不上，而效率也会随之降低，企业就会在竞争的浪潮中失败，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。

**寒假社会实践工作总结篇五**

在经过几天的社会实践后，我个人对我们现在的生态环境问题感到深深的担忧。在这几天中，我们观察了自己家乡的生态环境，并且为改善生态做出了自己小小的努力。

我的家乡山西省吕梁市中阳县，虽然是很小的一个县城，但却是我生活了十几年的地方，我之前对这个地方也没有太多的了解，更不用说去留心观察我身边的生态环境了。通过这次社会实践，我才对我生长的地方的生态环境有了一点点了解。在新农村建设的今天，越来越多的人们只看到了利益而没有注意到我们对社会环境的破坏已经到了很严重的地步。从街道上到处乱扔的垃圾到越来越少的树木;从墙上胡乱的涂鸦到河流里随处可见的垃圾;从有些人对环境污染视而不见到大部分人对环境问题视而不见导致我们周围的生态环境越来越严重，这些问题赤裸裸的向我们发出了警告。在这几天的实践中，我们通过了宣传生态环境的重要性以及尽自己所能来做一些有利于生态环境的事情来帮助改善周围的环境。在我的家乡，我觉得最严重的环境问题就是工厂排放的废水废烟都不经过处理就直接排放到大气中，导致空气污染严重。其次就是虽然到处是山，但都是光秃秃的山，大家没有利用好先天的环境特点来装点我们的环境，本来应该是绿树成荫的山现在已经石化了。最后的问题是垃圾箱太少，只有街道上有为数不多的几个而且大部分还是破破烂烂的，希望地方政府可以加强这几方面的管理。不要在发展的路上丢失了我们的绿色。

以上是我在这次的社会实践中发现的问题以及造成这些问题的原因，经过组员之间的讨论发现了共存的一些问题。针对这些问题，我们讨论了一下觉得应该做些改变，正所谓保护环境，关注生态，由我们做起。所以我们自己打扫了街道，制作了标语，宣传生态环境的重要性，鼓动身边的亲人们一起加入到我们的活动中来。我们甚至向几个小区的居委会提出了我们的想法希望他们可以帮助我们保护环境。虽然有的人们不怎么配合，但大部分发传单的人配合我们，把传单放在一个固定的地方，有人需要就拿，不需要就不拿，拿了不看的也自己扔到垃圾箱里而不是乱扔。我们也帮助老人们捡可回收的塑料瓶，一来不让他们那么辛苦，二来也是为生态环境做自己一点小小的贡献。我们也提出了一些想法，例如可以把废水废气经过处理后排放到地下而不是直接排放在空中，可以在空气污染严重的地方安装空气净化器、可以在荒地植树造林，大大推广退耕还林政策、鼓动大家每星期周末出去捡捡垃圾，扫扫街道等等。

本次社会实践很有意义，我们也从中看到了不少生态环境问题，希望在不久的将来我们的生态环境会好很多，也希望我们可以自觉认识到生态环境被破坏的严重性，自觉来保护我们的环境，让绿色重返我们的家乡。

**寒假社会实践工作总结篇六**

王英杰同学在一个售酒公司做兼职，懂得了售酒的业务流程，并体会到了sellgoods,sellyourselffirst的人生哲理；刘佳文在一家私营广告公司上班，拓展了自身知识面，扩大了与社会的接触面；许静在食品店打工，接触了不同的人和事物；朱北泉在亲戚开的电脑柜台帮忙卖货，开阔了视野。

还有刘银荣和毕晓龙等同学在饭店打工，黄彩暖在蛋糕房打工，李娟在茶店，他们深刻体悟到了劳动之艰辛，并意识到，在从事服务性的行业中最重要的就是以顾客为主，要在最短的时间内，以最好的服务质量完成客人要求，通过打工，他们增加了个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高了自己的能力。

我班的白天同学利用假期时间，对济南长清区改革开放三十周年的变化做了调查报告，调查结果真实客观，起到了一定的借鉴指导作用；王荣同学以家乡泰安市卫生和环境状况为主题进行了调查，虽然很普通，但是他认真去做，竭尽全力去调查和走访；樊红岩同学对春节的消费情况做了调查，通过调查发现，很少有学生把压岁钱捐给希望工程和贫困家庭；仇伟静和吴双月对大学生就业情况做了调查，她们希望大学生能够认清自己，改变就业观念，不要把眼光定在工资上，要不断提高自己的能力，提高能力才是金饭碗。

在结合自身专业的基础上，张天凤、代美静以及梁晓澜等同学在假期做起了家教，通过短期的家教，他们明白，只有做了学生的朋友，才能用心和他们沟通。孙世梅到潍坊临朐电视台生活娱乐频道实习，找到了当下在专业领域中的一些问题，从而回校后不断学习弥补，为以后工作做准备。

还有其他一部分同学以不同的`方式进行了实践，效果显著。

寒假已经结束，在经历了一个多月的辛酸与磨练之后，我们学到了很多，在大学的时间已经不多了，我们会倍加珍惜，正确处理好将来找工作以及现在的考研问题。在今后的学习、工作、生活中，我们团支部全体团员还将继续努力，严格要求，不以这次实践活动的结束为结束，把从这次活动中学到的知识，收获的道理真正运用到生活中去，并结合本专业，及时的弥补需要掌握的知识，改正错误，将我们团支部建设的更加强大。

传播学院20xx级教育技术学2班团支部

**寒假社会实践工作总结篇七**

20xx年x月x日至x日，我终于在xxx超市找到一份寒假促销工作。经过近半个月的实践工作，作为大学生的我们得到了锻炼，了解了超市的基本管理与运作，学到了课本之外的知识，增长了见识，我们也用辛勤的劳动为xx超市贡献自己的一份薄力，应该说这次实践活动对我们有着不同寻常的意义。

在一天的工作中，要不断的对货架进行巡查，发现有缺货的要及时的`补上，补货的时候要本着“先进先出的原则”就是生产日期较早的摆放在显眼处，较晚的尽量往货架里面摆放，这样才能使方便面供应处于动态流动的过程中，不至于商品造成过期的现象。由于上午的客流量不是很大，在补货和导购的同时，还要不断的去查验库存，核实缺货商品然后打印订单，货到时还要负责接货。

到x超市实践是对我们大学生踏入社会之前的锻炼，我们在工作中接触到现实社会中的酸甜苦辣，在实践过程中我们平均每天要站8—9小时进行促销工作，吃尽苦头，但这本身并不是一件坏事，出身在这个时代的大学生衣食无忧，可能自身体会不到现实社会竞争的残酷和生活的压力，确实要亲身接触社会对自身进行历练，“吃得苦中苦，方为人上人”是每个人都明白的道理，也许未来吃的苦可能会比现在多得多。了解到这些就应该明白自己今后应如何发展，而不是在某个偏僻的角落里就那样毫无意义得了却一生。

总的来说，在超市里打工是绝对有收获的。我提前进入了社会，提前了解了社会，对这个社会提前有了认识，我以后在社会上就能少走点弯路。我非常感谢xx超市能给我这次实践的机会。

**寒假社会实践工作总结篇八**

因为深入认识，积极了解，明确感知到了在校大学生参与社会实践活动的重要性和重要意义，并且响应校团委的热烈号召，我院积极鼓励并支持院里各年级学生在寒假期间进行假期社会实践活动，本着体验社会，积累经验，锻炼自身，增长能力的初衷，同时立足本专业，充分发挥专业优势，在社会实践活动中尽量使专业能力也得到提升，鼓励学生自己拟定时间活动形式，结合小组，综合锻炼。

假期结束进行实践活动汇报。大家趁假期时间进行社会实践活动的热情较高。都以丰富实践经验，提高实践能力为目标和出发点，使自己参与到实践活动中去。呈现了多样的实践活动形式。大家进行“寒假归来话收获”的座谈会，积极探讨各自的实践活动及收获。

比如，到古旧村落进行古民居的测绘和整理。在这个过程中，实践小组成员深入探查了平时很少接触的古民居和村落形态，对丰富自身对建筑的认识和了解尤其是我国城市之外广泛存在的村落建筑，促进建立更富诗意更客观的建筑观有着深远的意义。

深入农村进行一些社会性质的\'调研。比如，在登封周边农村进行农村儿童寒假生活的调研访问。在这个过程中，实践小组成员亲身走进农村，与农村儿童近距离接触与交流。通过问卷调查和一对一的交流，深入探查农村儿童的生活状况和心理情态。与此同时，还有一些小组或单人进行各自的实践活动，结合自身背景和家庭情况。如进入设计院进行观摩，比如到施工现场进行跟学，还有的深入福利院或敬老院进行传统的慈善爱心服务等。

总之，在“寒假归来话收获”座谈会上，大家畅所欲言，彼此分享经历与心得，相互促进，共同进步。我院在20xx年的寒假的社会实践活动总体上来说是丰满的、有意义的。

**寒假社会实践工作总结篇九**

此次我校重庆大学学工部为丰富我校大一新生的寒假生活、锻炼我们的社会实践能力，同时加强把我校建设成为最好的大学之一的目标实施，为我们布置了此次寒假社会实践工作，在阅读了相关事项和宣传之后，我组成员对此次对信阳市二高的宣传重庆大学的工作进行如下相关介绍及总结。

1、经小组商定，12月21号与高中班主任联系并说明此次宣传我校重庆大学的寒假实践工作的流程，并定于24号进行相关宣传，并由班主任老师进行了前期的宣传工作，激发了同学们了解重庆大学的热情，为以后的详细宣传工作的顺利进行打下了坚实基础。

2、12月2223号，组员进行宣传的准备工作，力求措辞简洁明了，一方面让老师同学更好地了解重庆大学，另一方面不占用高三学生太多时间，达到此次活动的目的：即让他人了解和向往重庆大学，又达到了自己能力的锻炼。

3、12月24号下午我们提前在信阳市二高碰面，与老师交流了宣传重大具体事宜，并向老师们介绍了重庆大学的概况和得天独厚的教学条件，得到了老师的认可。下午大概四点左右，我们在班内进行了具体宣传工作并分发宣传手册，同学们的反应出了对重庆大学的极大的兴趣，并对我们没有讲到的相关问题进行课下咨询。

3、宣传的时候，态度得认真和诚恳，这样既是对他人的尊重，也是对自己劳动成果的尊重，做到平等交流。

1、宣传不能完全深入学生群体中

回乡之时，正值寒假，而高三学生在紧张备考中，高中管制严格，不允许大型的活动进行举办，对于我们来说，进行大面积的宣传已然不太可能，这就导致因为时间和宣传地理位置关系，学生对重庆大学的了解甚少且学生范围覆盖面不广。建议进行班级内的详细宣传，而同学们对各种大学，尤其是重点大学的相关信息是求之不得的，这些同学自然会口口宣传再宣传，达到深入人心的目的，我觉得这样效果更好。

2、了解重庆大学的渠道过少

同学提出问题时，反映出的更多的是对专业信息的求知性、对奖学金和助学金以及绿色通道的了解、对课外活动的丰富性进行向往，而根据我校的情况，这些方面都是需要网络才能具体了解，显然因为某些局限性，学生并不能完全了解我校的相关情况，建议把以上信息精简成文档复印多份，发放到老师同学们的手中，从而使即使不能全面了解重庆大学，也会了解其核心部分。

3、学生拿重庆大学的各专业进行比较

宣传过程中，不少同学在比较我校专业情况，以及在苦恼自己的兴趣，甚至有的学生直接问起“男生、女生适合什么样的专业”，稍不留神，俨然从宣传我校变成介绍各专业的咨询会建议在宣传我校的同时，进行相关专业的介绍和前景展望，并且提一下我校的就业情况，对于有发展潜力的专业和自己在学校的经验进行叙说，让同学们对我校充满信心。

**寒假社会实践工作总结篇十**

面对现实社会，我们大力培养自己的实际动手能力和良好沟通能力是尤为重要的在我们学校，老师及校领导关切地鼓励我们多参加社会实践活动。利用寒假，我很幸运的去了\*\*区\*\*街道办事处的社会事务科工作。在工作中，我了解了作为政府职员应具备怎样的素质，同时，也意识到：凡事学着尝试，学着自己动手是非常重要的走出绿绿的校园，告别年轻的欢笑，我们都应学着坚强，慢慢变得成熟。

幼年的时候，总是被爸妈强制要学着早睡早起，尽管我是十分的不愿意，但就是不会反抗。以后，天真、爱幻想的我喜欢躺在野外的干净石头上、呼吸着轻松的空气、用脸面对清爽的蓝天、一个人慢慢的渴望。童年的时候，我渴望我可以瞬间长大，离开所有人的庇护，独自成长。后来啊，我一直渴望明天能够自由自在。我渴望在很多时候不要爸妈的决定；我渴望有一天我成为“能人”，什么都会做；我渴望我能在爸妈不知道的情况下进行一次大胆的尝试！今天，我终于成了长硬翅膀的小鸟，自己决定自己的事情；今天，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；今天，我终于抛开心中的胆怯，自己去解决自己的人生障碍。

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寒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寒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。参加寒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。

一月十一日。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”。也是女生，我暗喜女生好相处。第一天到了我们的实践单位（\*\*区\*\*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”。

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。参加寒假实践活动，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\*\*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，我自觉的就把一板凳送上前，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。他远比战争要残酷得多。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）、作为“人民的奴隶”，就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，不明思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。

**寒假社会实践工作总结篇十一**

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，这短暂而又充实的实习，我认为关于我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，关于将来走上工作岗位也有着很大帮助。向他人虚心求教，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这一段时间所学到的经验和知识是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，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。

关于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，应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固的基础!

经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，并且在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，关于自身价值能够进行客观评判。这在无形中使我们关于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且将之与社会相接合的信心和毅力。关于于即将走上社会的大学生们，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，我会越发积极的参加这样的活动。

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，使我们经过这次实践越发了解社会，这次实践活动意义深远，关于我们的帮助享用一生。作为一个21世纪的大学生，社会实践是导致我们走出校门、步入社会、并且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，确立服务社会的思想与意识。同时，我们要确立远大的理想，明确自己的目标，为祖国的发展贡献一份自己的力量!

**寒假社会实践工作总结篇十二**

因为深入认识，积极了解，明确感知到了在校大学生参与社会实践活动的重要性和重要意义，并且响应校团委的热烈号召，我院积极鼓励并支持院里各年级学生在寒假期间进行假期社会实践活动，本着体验社会，积累经验，锻炼自身，增长能力的初衷，同时立足本专业，充分发挥专业优势，在社会实践活动中尽量使专业能力也得到提升，鼓励学生自己拟定时间活动形式，结合小组，综合锻炼。

假期结束进行实践活动汇报。大家趁假期时间进行社会实践活动的热情较高。都以丰富实践经验，提高实践能力为目标和出发点，使自己参与到实践活动中去。呈现了多样的实践活动形式。大家进行“寒假归来话收获”的座谈会，积极探讨各自的实践活动及收获。

比如，到古旧村落进行古民居的测绘和整理。在这个过程中，实践小组成员深入探查了平时很少接触的古民居和村落形态，对丰富自身对建筑的认识和了解尤其是我国城市之外广泛存在的村落建筑，促进建立更富诗意更客观的建筑观有着深远的意义。

深入农村进行一些社会性质的调研。比如，在登封周边农村进行农村儿童寒假生活的调研访问。在这个过程中，实践小组成员亲身走进农村，与农村儿童近距离接触与交流。通过问卷调查和一对一的交流，深入探查农村儿童的生活状况和心理情态。与此同时，还有一些小组或单人进行各自的实践活动，结合自身背景和家庭情况。如进入设计院进行观摩，比如到施工现场进行跟学，还有的深入福利院或敬老院进行传统的慈善爱心服务等。

总之，在“寒假归来话收获”座谈会上，大家畅所欲言，彼此分享经历与心得，相互促进，共同进步。我院在20xx年的寒假的社会实践活动总体上来说是丰满的、有意义的。

通过此次事件活动，我们更深刻的体会到了从国家到学校几级团委多年来在大学生中积极推广社会实践活动的良苦用心。

社会实践是大学生在改革开放中走向社会的一个很重要的锻炼环节，也是教育与实践相结合的具体体现。当今社会的竞争是人才素质的竞争,随着人才被推向市场,大学生的自我优越感将逐渐消失,发展方向更加扑朔迷离。因此要适应时代的要求,不仅要具备丰富的专业知识和高超的业务水平,更必须具备一定的综合素质。大学生参加实践活动,对德智体本身来说是课堂教育的延续。大学生积极参加社会实践,是高校思想政治教育的一条重要渠道,使我们按着现代社会的要求健康成长。当代大学生要成为现代化建设的有用人才,就不能闭门读书,而必须敞开大门,走向社会,与工农相结合,积极投身到改革的洪流中去。目前,相当部分的青年在注重实现自我的同时,往往忽视和拒绝贡献社会,从而削弱了社会责任意识,在自我与社会之间横着一条不浅的鸿沟。社会实践能萌生责任意识,只有到实践中去,才能迸发出炽热的社会责任感来,才能为社会做贡献。

社会实践是教育教学内容的重要组成部分,是巩固所学知识、吸收新知识、发展智能的重要途径,它不受教学大纲的限制,大学生可以在这个课堂里自由驰骋,发挥自己的才能,开创自己的基业,充分利用在校期间的以学习为主、学好和掌握科技知识的有力条件,在社会实践中磨炼自己,真正锻炼和提高自己的实际工作和适应能力。很多高校多年来一直坚持理论与实践、校内与校外、专业与非专业等多种形式的实践活动,在实践中注意学生各方面素质的提高和实践能力的培养,培养了一大批多面手和全方位人才,充实了教学内容,活跃了教学气氛,拓宽了社会视野,掌握了实践技能,使大学生们学到了书本上学不到的知识,掌握了在学校中学不到的技术,同时也缩短了理论与实践脱离的距离。

人类发展进入21世纪的脚步已经来到,科技的飞速发展和社会的不断进步给大学生提出了更高的要求,要适应新的市场经济对人才的需求,不仅要具备丰富的专业知识和高超的业务水平,还要具备一定的综合素质,除了要有较深厚的理论基础外,更需要具有实际工作能力和实际操作能力,所以只停留在书本上是远远不够的,要求学生们具有较强的应用能力,实践活动则是达到这一目的的必由之路。

我们立志将时间活动充实且有意义的不断传承下去，使实践活动深入人心，真正发挥社会实践对大学生深远的教育和培养意义。

**寒假社会实践工作总结篇十三**

今年寒假我参加了社会实践，是在一家饭店打工。

这个虽然和自己的专业不对口，但在过年的这段时间里，饭店忙碌的工作同样也使我受益良多。因为是同学帮忙介绍的，所以当天就可以上班了。

由于是第一天，我的工作就是一般的传菜，也叫“走菜”。起初在领班分配工作的`时候我就因为不知道走菜是什么意思而问了半天。第一天，什么都不知道，什么都要多问多动。幸好有个我以前的同学，先带着我熟悉了整个饭店的包间、大厅位置。之后，我就真正认识了什么叫做“走菜”。拿着托盘，上面是能放几盘菜就放几盘菜，就是这么一趟一趟的上下跑来跑去，让人觉得手和腿都不是自己的。由于是春节期间，生意很好，人特别多。就算有几个和我一样的临时工，也有些忙不过来。当然，第一天我就犯错误了，因为客人比较多，总是听不清客人要的是什么，有好几次都上错了。但同事们都安慰我，给我加油。让我感觉很温暖。

通过这段实习，我也有自己的一点小建议，就是一般饭店菜谱中都是只标明菜名和价钱。顾客点菜也只是看是否好吃，但现在是一个追求健康饮食的时代，我觉得可以在菜谱旁边标明什么菜可以搭配在一起吃更有营养，还可以注明里面的含量，脂肪啊可以让顾客更明白自己的需求，并可以同时收获美味与健康！

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