# 最新有关社会实践自我鉴定(13篇)

来源：网络 作者：落日斜阳 更新时间：2024-08-16

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。有关社会实践自我鉴定篇一年轻，...*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**有关社会实践自我鉴定篇一**

年轻，是我们值得骄傲的资本，未来的时代还等着我们去开拓。社会实践活动虽然短暂，但她给我们带来的巨大影响却远没有结束。透过这次社会实践我真正明白社会生活与校园生活的差距。校园毕竟是太小了，我们在校园学的是理论知识，我们务必要将所学的东西应用到实际中才会发现它的价值。我们总以为在校园上课枯燥无味，总向往那些自语自在享受生活的人，总有着别人不知到的理想，总想着有一个辉煌的未来。

但我此刻开始明白，所有的想象都是虚无缥缈的，只有自己亲身实践过，才会有一个清醒的认识，才会正确地给自己定位，确立相对现实的目标。在实践后才会发现自己所学的东西是多么有用，自己是多么的需要进一步充实，其实实践也能够提高学习兴趣的。这就是在透过学习丰富自己，透过实践来激发自己。并且在学生阶段的我们需要了解的东西太多了，我们不能只靠书本去认识它们，这样的认识太浅薄了，不能算是真正的认识。我们需要尽可能多的去接触这个社会上的东西，俗话说人是社会的主人，我们要享有主人的权力就务必先了解社会，不然的话就很可能会被社会所左右，那样的生活不会幸福安乐的，只会是痛苦和无奈的。

我们此刻是大学生了，已经不再是大学生，不再是每一天依靠父母的人了。再过不久，我们也务必走向社会，去创造属于我们自己的事业，自己的辉煌。提前接触社会能够让我们了解社会的轮廓，为今后在社会中生存打下基石。我们要正确理解到，其实社会就是一所综合性的大学，在社会中我们能够学到许许多多的知识，补充我们的大脑。失败的能够作为一种教训，同时深深地印入自己的脑海当中。

人的一生不可能不犯错误，所谓人无完人，每个人都有他自己的缺点，弱点，透过这些错误我们能够更加升华自我，再从中找出经验与成果。体现我们大学生的价值。每个人都是社会的一份子，每个人都离不开社会，而社会也是我们耐以生存的家园。为社会做贡献是每一个公民应尽的职责，贡献不在于大，最重要的是他能否实现自我价值与社会价值，。在大学阶段要求我们用世界观，人生观，价值观看待种种问题。我们也务必将我们的视野开拓，将心胸放宽，成为一个对社会，对国家有用的新世纪人才。

透过这次的实践活动我收益颇丰，学到了不少知识。首先在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的潜力做出肯定。在多次的接触社会中，我明白了自信的重要性。你没有社会工作经验没有关系。重要的是你的潜力不比别人差。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。再而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的练习。以前实践的机会不多，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、虚心地理解。再来是在社会中要克服自己胆怯的心态。也许很多人是第一次，或者是很少去接触社会实践活动，在应对人与人，公司高层和普通工人会有紧张甚至是胆怯，这是十分正常的。但是在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要简单应付，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。有勇气应对才是关键。最后是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。

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，能将校园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，解决问题的潜力。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。

在这次的社会实践中我去了家汽车修理厂工作，我本来就是一个文科生，每一天在大学学的都是一些管理，经济类的知识，而此刻要我去学习一些汽车的知识与结构，当然作为一个实习生，又是只有一个月的时间，我只能是帮忙师傅们一些小活，修理一些小的问题。很多人认为将来的工作会和自己的专业对口，然而我自己也是这样认为的。来到修理厂我才明白了人不必须要按照自己的专业来做，透过其他方面的锻炼同样能够提高自己的知识水平。在实践中我深深体会到了人与人之间的关怀。对于一个只是新手，完全没有经验知识的我来说，师傅们还是能够耐心的指导我。对于一个学经济管理的学生来说，接触到这些复杂的机器不是一件容易的事情，应对着这一台台机器我真的是感到“无从下手”。

开始时我只是帮忙师傅们整理部件，但只要他们休息的时候都会主动过来教我如何去认识一些汽车概况，有时他们也会让我自己动手试试修理一些小毛病，平时我是很少动手去干这些活的，所以总是无法很好的做好，修理小毛病都花费了我不少的时间。当然这些活在师傅们的眼中是那么轻而易举的事情。由于是第一次工作，难免会有许多的不适应之处，因此也总会出现一些小错误，但我认真学习，有不懂的地方就问，随着经验的不断积累，错误的逐渐减少，工作效率不断提高。虽然从实践中走来，带不回任何精湛的技术，但带回了也许是我一生中最宝贵、最值得珍惜的收获。

这段时间，最令我感悟的就是这种敬业爱岗的精神，这种兢兢业业的工作态度深深教育了我，处在这样一种工作环境使我深受感染，让我明白到工作就是要这个样貌，这个对我以后无论在哪个岗位上工作都是受益不浅的。在车间每个人都是那样的认真，那样的仔细，对于一个服务业来说，顾客就是上帝，只有顾客满意了，我们才能真真正正得到成就，感到开心。我还深深的感觉到自己在单位里所学到的东西和在校园所学的理论有必须的差别，所以我领悟到：要想在日后工作生涯上有所发展，就务必理论和实践务必紧密结合，使自己的知识在实践中得到增长，务必在实践中培养自己各方面的潜力。没有理论不行，没有实践更不行，没有理论就会什么事也只能略知一二，却不能好好地从中掌握道理。没有实践，就只能是纸上谈兵，一无是处。

人在社会要有一种承担与挑战的精神。遇到机会就要主动承担，遇到困难就要有挑战的精神，迎难而上。但在承担前先充分决定自己能用最少的时间做出最好的效果，当你独立完成一项任务后你的道路就算打开了！那是否就以这种稳定的工作方式结束你的实践呢我认为应当在实践中检验自身的实际工作潜力的最大化程度。

独立分析潜力我自己认为也相当重要，个性是在某些大是大非面前，更就应审时度势，准确决定，坚持立场，否则很容易走弯路，走偏路。同时沟通也同等重要只有沟通，才能相互了解、相互认识；只有沟通，才能在实践中不断提高。比如说，组员之间交流甚少。在一齐的时候大家一般很少谈论工作中的事情。这样就不利于彼此工作的提高。因为工作中的得与失只有透过交流、沟通，相互学习、参考，才能避免走弯路，才能真正到达共同提高的目的。

同时，我也会继续坚持创新理念，创新是源动力，有创新才有发展。创新能为你的工作增加筹码。时间太短暂了，我们只能走马观花似地去接触和吸收新事物，但我们透过实践也学到了很书本上没有的知识，既增长了见识，开阔了视野，又增长了实践操作潜力、丰富了生活阅历，这将是我们走向社会的一笔最为宝贵的财富，同时对自己的社会定位和自身价值进行了一次客观评价，发现自己与现实之间的差距。

作为21世纪的一名合格人才，务必跨出校门，走向社会，把自己所学的理论知识应用于实践，从实践中不断分析、总结，从而提高自身解决问题的潜力。走向社会，参加实践，能够帮忙我们摆正自己的位置。社会实践虽然是辛苦的，但同时也是快乐的，只要有收获，我们都能够从中找到属于自己进步的筹码。

**有关社会实践自我鉴定篇二**

本人的专业为商务英语，在此次实习过程中，充分运用了商务专业知识，充分了解话术及沟通技巧，并充分将其应用于实际。获得了令人满意的成果并受益匪浅。

在此次的实习中，我担任了中国人寿的邀约员职务，负责邀请或鼓励各中端及高端客户参加各大客户权益增值会议。在邀约的过程中，遇到了各种情况，从中我的应变能力得到了很大的锻炼和提高。

经过了这段时间的锻炼，我增长了知识，也培养了许多方面的能力，为日后的学习和工作打下了坚实的基础。通过这一阶段的锻炼学习，我也发现了自己的优点和不足，我会尽力完善自我，发挥长项，补足缺点，从而保证日后的学习成绩和工作能力能有较大幅度的提高。

实习过程中，在单位领导的培育和教导下，通过自身的不断努力，无论是在思想上、学习上还是工作上，都取得了长足的发展和巨大的收获。工作上能和同事和睦相处，互帮互助，认真，勤奋好学，踏实肯干，在工作中遇到不懂的地方，能够虚心向富有经验的老员工请教，善于思考，能够举一反三。对于别人提出的工作建议，虚心接纳听取。严格遵守公司的规章制度,认真履行职责,严格要求自己,不迟到,不早退,踏实的完成了工作。

在这一阶段的学习工作中，我跳出了课本的束缚，真正面对生活，面对现实，运用我们所学 ，在实践中成长。从听从导师吩咐到主动准备材料，录入卡片。对业务的有了进一步了解。而负责接听电话，直接面对我们的顾客，让我体味到了“微笑服务”诠释的真谛。而后的看似简单但精密的工作，需要更多的耐心和细心。所以我一直都在加强自己这方面的能力。刚开始时，总要不可避免的犯错误，但是渐渐的在各位老师的帮助和指 导下，我慢慢的减少犯错，并争取不犯错。我把每次犯错都作为对自己的一次警示，人生不拒绝犯错，然而如何挽救，并预防下次出错，这才是我看重的态度。

工作中和工作之余我做到坚持学习，树立正确人生观，我知道一个优秀的工作人员不是天生具备的，而是在不断地学习、不断地实践的过程中，通过不断地总结和提高自己的思想境界，才形成的。在实习过程中，我学会了揣摩客户的心理以及运用合适的沟通方式与客户进行交流沟通。

通过两天的努力，终于把问卷调查做完了，不管怎样，也收集了很多真实的情况和共同的问题，我们也有很大的成就感。在整个活动过程中，我负责想学院汇报组员的安全状况和活动的进展情况，每天必做，这也感觉到参加此次活动的意义。

接下来的工作是筹备“医疗卫生知识抢答”晚会，组长让我做主持人，那时特兴奋，第一次挑战这样的任务，给了我不少的压力和动力，所以每天都在忙着写串词开场白等台词，然后便是忙着背台词。那次晚会开展得非常顺利，狼山镇的领导也来参加了发言，居民们也积极踊跃地回答了我们的知识抢答问题，收到了意想不到的效果，很多居民还积极参加“关注农村，关注人民的健康”的签名活动。对我来说，这样一个机会让我受益匪浅。首先，锻炼了我的口才和胆量，以前我是一个当众讲话会紧张的人，可这次没有(其实也有点)，很自信，圆满地完成了任务。第二，增强了我的自信心，让我觉得自己只要好好准备了，一定能把事情做好。再次也让我发现了自己的不足：其实做主持人，最重要的是要有良好的应玚能力，比如遇到突发情况要学会临场应对，而我没有，我只是背好了台词，并没有那种能力，以致中间有些环节打乱时我都不知道怎么做，还是学姐帮我应了过去。其次，平时要练练口才，多练习普通话，学会与观众沟通。

最后我们还帮园林社区做了一个安全感方面的的问卷调查。圆满地完成了任务。

通过本次社会实践活动，我得到了很多。不管学习还是工作，我们都要做到：第一，学会坚持，坚持就会成功。第二，不畏艰难，学会克服困难，不能轻易放弃。第三，团队组员要有团结精神，互相帮助，共进共退。第四，学会与别人合作，学会与别人交流，学会处理好与社会人的关系。最后，积极参加，主动做事，要学会勤奋，做一个积极向上充满活力的人。当然还有很多的收获，就不说了。他们充实着我，增强了我的自信心。

**有关社会实践自我鉴定篇三**

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明白“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潜力。透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潜力要依靠实践的经验和锻炼。应对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生就应转变观念，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我的创业和社会实践潜力。此刻的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手潜力以及与他人的交际潜力。

作为一名大学生，只要是自我所能承受的，就就应把握所有的机会，正确衡量自我，充分发挥所长，以便进入社会后能够尽快走上轨道。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，生活能够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。透过这次工作，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，我深知自我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，自我的潜力也得到了提高，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、耐心地理解。这样你才能进步，成长。

大家都明白社会人际交往十分复杂，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齐，每一个人都有自我的思想和个性，要跟他(她)们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎样把握了。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务必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，自我先想方设法解决，实在不行能够虚心请教他人，而没有自学潜力的人迟早要被社会所淘汰。

沿着许多成功者足迹来勘察，我们能够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。经过这一个多月时光的社会实践，透过自身的努力，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，挫折都是靠自已一个人去解决，在这一个月里，我更加的自强自立了!

谦虚做人，个性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我的不足，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，给自我适当的时光，调整自我的状态。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光，没必要，但是，你要明白，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，以实际去衡量自我走的轨迹是否正确，错了及时矫正，虽然看似慢了下来，但最后，还是会比原先的你快。假期的实习，少了点看书的时光，但是我用实践，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，相信自我，能够走得更加顺畅。

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光，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，也就有了不一般的好处。

最后领的工资虽然只是一点点的钱，但是我明白，一个人在他的学生时代最重要的是学习东西，增长见识，锻炼潜力，尤其在大学学习时候，参于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，只要有知识和潜力，智慧，我们就能够找到好的工作。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、展示自我的潜力，不要错过好的机遇。没有一件事情是轻简单松的，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。

其实工作中不必须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、脚踏实际的去工作，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，更多的是在做一些很小的事情，而决定一个人的工作潜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。

透过社会实践来到达锻炼自我的意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验为自我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，从而使自我的暑假生活过得更充实更有好处。这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅仅是一次实践，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，磨练自我的同时让自我认识的更多，使自我未踏入社会就已体会社会更多方面，为自我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。透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，也让自我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。

透过这次社会实践，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。

以上就是我这些日子来的体会，我的不足之处期望老师给予纠正和指导，多谢!

社会实践自我鉴定 篇4

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，能在寒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，这学期的假期我根据时间及自己的实际情况在假期期间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,,我实践我觉得就是通过,,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。

**有关社会实践自我鉴定篇四**

大学四年生活，虽然短暂，但我过得充实而快乐。在以后的学习与生活中，我将更加努力地做好我自己，脚踏实地地去走好以后的人生路。

我从2月底到5月底在公司试用，现已期满三个月，现在此对自己的各项成绩做一个自我评价，恳请领导给予转正。

在试用期期间，在和同事接触的过程中使我的思想觉悟有了一定的提高，与在学校时相比跨入了一个新阶段。在此过程中我感到了公司是个温暖的大家庭，同事就如同自己的兄弟姐妹，我工作生活在这个温暖的大家庭中，这使我对工作及工作态度有了新的认识。使我懂得在思想上要求积极上进，我准备申请加入中国共产党。

在公司领导和同事的热心指导和帮助下我很快熟悉了公司的基本情况，并掌握了xx厂各种设备的基本操作规程和了解了其基本运行原理，为以后的工作打下了良好的基础。使我的知识面得到了拓宽，能力得到了锻炼，综合素质得到较大提高，同时也学到了一定的工作经验，适应了这个工作岗位。

从试用开始我已经完全进入了工作角色，真正站上了这个工作岗位。在此期间我有机会利用所学到的知识去解决问题，也有机会发现不足，获取新的营养。促使我将书本上的知识与实践相结合，加深了对理论的理解与掌握，将各种理论知识具体化。“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在工作过程中【阅读全文请看下一页....】，我深深的感觉到自己所学知识和实际运用需要的知识之间的距离。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己需要学的东西还有很多，这时才真正领悟到了“学无止境”的含义。这需要在工作中不断的了解，不断的学习，才能做好每件事。

以前在学校的时候，做什么事情都不做过多的考虑，都是一把抓，缺乏条理性，做事情没有什么太大的收获。但自从进了公司，通过各种实践，发现以前那样做是不正确的。各个方面都要做很细致的考虑，一点点的失误，都可能对公司造成很大的损失。我现在已经能对我要做的事情做很细致的考虑和计划，这对我以后的工作是很重要的，同时这也培养了我的责任心。“理论是灰色的，生活之树常青”，只有将理论付诸于实践才能实现理论的价值，也只有将理论付诸于实践才能得到检验。征占地过程中，以前都是对着图纸 算面积，这次去实地测量才发现以前算的只是一个最理想化的理论值，只有去现场看一下才能知道管线沿途的实际情况和存在的一些问题。同样，只有通过实践才能锻炼人的品质，体现人的意志。经过这段时间的工作，发现了一些存在的问题：工作中还有很多东西需要学习，需要不断的充实自己、完善自己，不断进步。有时候看问题看的不够透彻，容易把问题理想化，容易导致和实际情况产生一些偏差。在今后的工作和学习中我会时刻注意自身的不足，努力克服不足，改正缺点，虚心请教，加强自身综合素质的修养，不断提高自身工作能力，圆满地完成工程部以及公司其他的各项任务。

在这次的试用期当中，我学习到了学校课本上所学不到的东西，今后我将更加加强自身实践性的学习，尽快让自己成长起来，独当一面地去为单位坐出应有的贡献。

**有关社会实践自我鉴定篇五**

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明白“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潜力。透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潜力要依靠实践的经验和锻炼。应对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生就应转变观念，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我的创业和社会实践潜力。此刻的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手潜力以及与他人的交际潜力。

作为一名大学生，只要是自我所能承受的，就就应把握所有的机会，正确衡量自我，充分发挥所长，以便进入社会后能够尽快走上轨道。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，生活能够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。透过这次工作，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，我深知自我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，自我的潜力也得到了提高，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、耐心地理解。这样你才能进步，成长。

大家都明白社会人际交往十分复杂，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齐，每一个人都有自我的思想和个性，要跟他(她)们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎样把握了。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务必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，自我先想方设法解决，实在不行能够虚心请教他人，而没有自学潜力的人迟早要被社会所淘汰。

沿着许多成功者足迹来勘察，我们能够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。经过这一个多月时光的社会实践，透过自身的努力，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，挫折都是靠自已一个人去解决，在这一个月里，我更加的自强自立了!

谦虚做人，个性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我的不足，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，给自我适当的时光，调整自我的状态。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光，没必要，但是，你要明白，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，以实际去衡量自我走的轨迹是否正确，错了及时矫正，虽然看似慢了下来，但最后，还是会比原先的你快。假期的实习，少了点看书的时光，但是我用实践，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，相信自我，能够走得更加顺畅。

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光，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，也就有了不一般的好处。

最后领的工资虽然只是一点点的钱，但是我明白，一个人在他的学生时代最重要的是学习东西，增长见识，锻炼潜力，尤其在大学学习时候，参于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，只要有知识和潜力，智慧，我们就能够找到好的工作。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、展示自我的潜力，不要错过好的机遇。没有一件事情是轻简单松的，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。

其实工作中不必须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、脚踏实际的去工作，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，更多的是在做一些很小的事情，而决定一个人的工作潜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。

透过社会实践来到达锻炼自我的意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验为自我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，从而使自我的暑假生活过得更充实更有好处。这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅仅是一次实践，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，磨练自我的同时让自我认识的更多，使自我未踏入社会就已体会社会更多方面，为自我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。透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，也让自我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。

透过这次社会实践，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。

以上就是我这些日子来的体会，我的不足之处期望老师给予纠正和指导，多谢!

**有关社会实践自我鉴定篇六**

再这段实践里我得到了许多体会与认识，理解了学院为什么一直强调加强我们社会实践能力，现我将这短短的工作经历总结做出实践报告如下，请老师予以指导。

一、实习目的：

锻炼自身的社会活动能力，了解社会现实，从实践中拉进了与社会的距离，认清一些社会问题,看清一些社会现象,在社会大课堂里，经风雨、见世面，检验知识，培养能力，磨练意志，使自身得到启迪，增强社会责任感。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铺定基石。

二、实习时间：

自20\_x年1月21日至20\_\_年2月3日，共为期半月

三、实习地点：

长春前进大街肯德基店

四、实习内容：

开始时要试工一天，工作6个小时。试工期间，我被安排到大厅工作。及时收拾客人用餐后留下的垃圾，保持大厅的整洁是工作的重点，同时还必须兼顾厕所的卫生。别看厕所只有小小的一块地方，拖起来不费吹灰之力。但是在用餐高峰，往往前脚我刚拖完，还没等地板干掉就有3、4位顾客连着使用，地面有张乱不堪了。在我手忙脚乱之际，只见大厅的阿姨，动作马力，总能在第一时间里把所有的工作做好。速度之快让我佩服不已。

有人会说，用餐高峰时的确辛苦。但是到了低峰就轻松了吧。一开始我也是这么想的。我面试的这家餐厅设在前进大街上，和闹市区的生意不能比。过了吃饭时间，餐厅生意就会明显淡下来。在低峰时段，大厅的托盘都收好了、厕所的地面拖干净了、洗手台也几经擦的一尘不染，似乎已经没有什么事情要做了，但是总不能就垂手站着吧。于是赶忙请教阿姨——你可以把玻璃擦一下。特别是门上的玻璃，客人进出时手会碰到玻璃上，玻璃很容易花掉。大厅的地面上有一些散落的食物碎片看到吗?把地扫一下。地面上的那些脚印也要及时拖干净。垃圾要经常用导压棒压一下。如果压好以后，垃圾超过垃圾桶的3/4就要准备换一个新的垃圾袋了。收好的托盘要用消毒水擦拭、消毒，然后送到柜台上，保证柜台托盘的是数量。

**有关社会实践自我鉴定篇七**

暑假的社会实践时候我盼望已久的事情了，在我刚上大学的时候，我就计划着合适才能到社会上实习呢，不过这个愿望不会等太久，很快就快实现了，我已经迫不及待了。

我已经做好的心理准备了，那就是实习的时候一定是很累的，要吃很多在学校吃不到的苦，但是我既然能从高中那样艰苦的学习中杀出重围，考上大学，那在实习中的苦又算得了什么呢。

盼啊盼，终于盼来了结束我的实习生活的时候，不是因为我怕苦怕累，而是盼着回到学校见我的老师，见我的同学，盼着向他们述说我那刻骨铭心的实习经历，而今天我终于可以一个人静静的坐下来诉说我的那些酸甜苦辣的经历了。

炎炎夏日烈日当头，而\_\_\_依然是那么凉爽，正是因为有这样的环境，激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看我是否有能力依靠自己的双手与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专业能否被社会所用，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。

那天终于来了，我的社会实践活动是我们系主任孟老师为我安排的，我们一同20多人来到了“\_\_宾馆”从此我的实习工作就拉开了序幕。接待我们是一位很和蔼的李姐，她为我们安排好了一切后就离开了，我们也收拾了一下就休息了。第二天我第一次见了另一位李经理，他见了我第一句问我：“你们俩班谁学习最好?”我一下不知道该怎么回答，如果让我说，毕竟是两个班我说了谁其余的同学会怎么说我，谁知道他这么问一定会关系到我们明天的安排工作，如果我不说经理一定会说我的不是，后来没办法了就说：“我们来\_\_的都是俩个班最好的。”他不满意，还是要我指出是谁，我就在我们班挑了个学了三年的同学和另一个班的第一名。

这也许也就是我给李经理的第一印象——不好。第三天我们安排工作，我“有幸”和女同志们分在客房服务打扫客房，说实在的我并没有看不起打扫卫生的工作，我是比较郁闷，为什么\_\_200多人的客房服务生就我和我们班另一个男生?\_\_还有好多工作，我还会干其他的，我找李经理，要求给我换工作，但是我一直干了六天也没有给我换，这时和我一块的那个男生已走了，客房服务就我一个男生了，这天又有几个同学要走，李经理不高兴了，把我叫去指着问我是怎么当负责人的，我很生气，他们要走，我能有什么办法。最后我说：“我当不了，我中午就走。”说完我就走了。

虽然我结束了我6天的\_\_生活，但其实并没有结束。我刚走还没来的及给主任打电话，就有人告诉我：“他们说\_\_\_带一大帮人从\_\_逃了，主任也是这么说的。”我一听非常郁闷。别人怎么说我我不管，但是我不想让孟老师这么认为，我做的是不对，我是从\_\_逃了，但我不可能做出带他们一起逃这样对不起他的事。我很是气愤，我逃走只是\_\_的工作不适合我。“我回家了，我不实习了，”我给我姐打电话，说的我都快哭了，后来我姐安慰我说“：帅，你不能走，你要是回了家向孟老师就更解释不清了，那时他会更生气的，你坚持下来他是不会怪你的。”后来我就开始找工作，工作不是那么好找，我去了餐厅，看了酒吧等，我认识几个大二的学哥学姐，在他们的帮助下我找到了适合我另一份工作——按摩美容中心。

第一次来到店里，老板很客气的接待了我，他说了他的条件：工资600，时间不定，负责收银。当时我想也没想我就答应了，因为我一进店里满满的一屋俄罗斯人，我实习很重要的一个目的就是和俄罗斯人交流。第二天我就开始工作了，刚来我还是比较陌生，再加上我心情很坏，老是有人问我为什么要从大庆出来，孟老师那边你解释清楚了吗?我每天不说一句话，我只是干活，干完我的活我帮他们收拾房间，洗大白褂，晚上下班一个人出去闷头闷脑的喝点啤酒就睡，从学校出来短短的9天，我瘦了7斤。第三天我又决定了回家，我实在受不了这样的心理压力，我真的受不了了。这时我的孟老师来看我了，当时我真的很想在他老人家面前大哭出来，但是我没有，我忍住了，因为我知道他不想看到我那么脆弱。我们聊了两句，他说让我好好工作，不用想那么多，他没有生我的气。我当时一下子轻松了好多，从那以后我就慢慢的平静了，开始了我正式的实习生活。

我的工作态度，老板很满意，也很放心，有时他有事出去就把整个店交给我，我也不辜负他，从我开始工作到最后结束，我帐上没有出一次错，我还有时开玩笑的说我是“中国小神会(会计，我干的工作就相当与会计)”店里的不论是按摩师还是美容师都对我很好，我也尽量帮他们，教他们学俄语，他们听不懂我也尽量帮他们弄明白，他们忙的时候帮他们换水，换床单，洗毛巾等。他们也同样没有忘了我，请我吃饭，教我按摩。在没事干的时候我就坐到按摩室和美容室和俄罗斯人聊天，要不就和他们学习按摩(我现在按摩谈不上专业，但也能起到舒服的作用)短短的几天我发现我的听力，表达都有了很大的进步，并且俄罗斯人整体的素质高，跟他们聊我学到了不少，俄罗斯人特别友好，凡是来过我们店的最后都成了我的朋友。我们店地理位置好，对面是天津工人疗养院，靠近友谊与金山两大宾馆，所以生意挺好，后来我认识了好多和我年纪相仿的俄罗斯大学生，每天晚上我下班后他们就来找我，我们一起吃饭喝啤酒，一起跳舞，一起聊天，我也请他们吃中国餐，教他们说中国话。虽然我有好多都听不懂，但我们可以用英语，有的实在听不懂我就。

在我工作快结束时，我妈妈打电话让我和我姐回家，说我二爷爷得了胃癌，我姐那几天特别忙走不开，我没有告诉我姐在18号我回家了，回家时我们店里也忙，我实在是好想再帮我的老板几天，没办法，我必须的回家一趟。在我要走的前一天晚上我们店里一块去吃了顿饭为我送行，当时我特别感动，东北人的实在、热情我算领教过了(我们店里所有成员都是哈尔滨人)，我永远不会忘了和我一起度过我的实习生活的他们。回到家我爷爷已经躺在床上起不来了，我陪了爷爷5天就开学了，我不得不返校，因为还有好多事等着我办。当我回学校的第二天我二爷爷就去逝了。这时我的整个暑期实习生活也算是告以段落了。

这次的暑期实习带给我的不仅仅是一种社会经验,更是我人生的一笔财富。更可喜的是我在实习期间还结识了一些好朋友包括俄罗斯朋友，他们给予我不少的帮助。俗语说：纸上得来终觉浅.没有把理论用于实践是学得不深刻的。而我已深刻的体会到我经验的不足了，并且也认识到了我所学的浅薄，相信这次实习对我日后的学习和工作有所帮助。感谢在这期间所有帮助过我和关心过我的人!

这次暑假实习我学到了很多，首先就是如何说话，刚开始的时候在宾馆我做的不好就是不会说话，得罪了领导，这不是明哲保身的方法，我要做的还是要处理好和周围人之间的关系的，这是很值得我学习的地方。

我还学到了知错就改是很好的，这是我成长中的巨大财富，做错了并不怕，怕的就是以后学习路上不知道困难，知道困难后也不改的愣头青作风，我要学会动脑子，时刻做好自己。

我相信我在以后的学习生活中会做的更好的!

**有关社会实践自我鉴定篇八**

作为高中生的我们，社会实践是一次不可多得的集体活动。平时在学校，除了上课，大家聚在一起的时间很少，缺乏生活上的专业上的必要交流，通过这次实践首先加强了我们这个班集体的凝聚力，使同学有更深互相了解的机会。

本次社会实践，我们去了宁波的奉化，还在奉化的滕头镇村和中原村进行了社会调查。中国的农业人口比例大，农村生活实质上就是中国大部分普通人的生活，这次实践活动安排在奉化郊区的农村本身也具有实在意义，我校学生大多生活在城市，习惯于都市生活的我们都需要一次考验自己意志和生活能力的机会，这段不算短的农村生活的确考验了我们，更重要的是也磨练了我们，使我们更坚强，更成熟了。即使将来再遇到什么生活中的磨难，相信从奉化回来的我们也会更好的去应对。

下面是我的几点具体的鉴定：

1、通过入户调查，我们打开与村里百姓沟通的窗口。他们朴实认真地回答我们的问题，从他们的答话中我认识到他们敏捷的思维，对世事的透彻理解和达观的精神，他们虽有些安于现状，却也努力地改变境遇。在与以前的苦日子做比较后，他们由衷地感激共产党给他们带来的日新月异的好生活并且非常满足。“知足常乐”，我在与他们的交谈中总感受到这四个字。当然这种快乐也不是绝对的，中国当代社会中毕竟还是存着城乡差异，这是一个客观现实，无法回避，也不应该回避。要想解决这个长期困扰社会的问题，就需要国家有关部门和农民共同努力。

我是一名高中学生!假期学校布置了社会实践活动，要求实践后写一篇社会实践心得鉴定。麻烦大家帮我写一下咯!社会实践是以“1、假期学生读书情况;2、孝敬父母：3、尊敬师长：4、出行安全”为主题的!

满意答案

1、给你提供一篇，可能有点不对你提供的主题，但你可以做个参考：

前几天收家，翻出很多旧书和不要的书，家里也没有地方摆了，于是我去小区门口摆摊，卖书。

其实，我觉得这是一件很光荣的事情，但还是有一小点害羞，一小点害怕。毕竟是我的第一次社会实践，大多数人都不认识，而且怕城管一来就把我的书全收走，搞不好还会罚款。

一开始就很不顺利，遇到同行。介绍英语的书给老人看，看着看着就读起来，最后和我说：“我就是教这个的。”然后我那个郁闷啊。

然后城管的车就来了，还好只看了一眼就走了，我的小心肝呀。

大多数人都是笑笑就走了;或是看一眼说：恩，没时间;或是说：没有看书的习惯。其中有一位叔叔，他说他要赶着上个旧，没时间。我就说：“那买了车上看看，当作消遣。”他也只是笑笑，站在一旁等的士。我很生气，难道看书是很难的一件事吗?难道是为了能在车上休息一会吗?难道人的一生从毕业后书就成为文弱的代名词了吗?

我突然想起《格言》上一篇叫做《把书放生》的段落，无论别人需要或是喜欢，即使再降半价我也愿意卖。不仅仅是因为比卖废纸便宜，更重要的是它们找到了一个好的归宿。如果它们进了回收站，那它们是否能被再利用，就很难说了。

卖大概有一个半小时，我发现了一个人，几乎每隔二，三十分钟我就能看见。他仅仅是一个普通的送水工。我开始想，他们每天的穿越在大街小巷中，每个人都有自己的一片工作区，而且，他们和我们有个共同点：都是点———线的生活;都有一个座位。但他们比我们辛苦很多：抬水要上下楼梯，坐在座位上不能动。一瞬间，我发现这个工作一样伟大。

其实最感慨的是其他人的生活，或许冷天大家都不愿出来活动。人很少，而骑摩托车，开轿车的人居多。大多面无表情一眼而过。现在是信息高速发达的时代，是什么让大家麻木了：金钱?名利?还是连那个颗对生活热情的心都丢掉了?而在平常中，一半左右的学生也是一样，也许学习让他们麻木了。其实学校也是个社会，但庆幸的是，这个社会仅仅只反映了几反面的问题，而那些青春的，富有朝气的学生感染着，带动了那些麻木的学生。即使这样，我还是难过着……

这次社会实践让我有很多很多的感触，或许大家可以试一试。

人生就是这样，千姿百态。

**有关社会实践自我鉴定篇九**

有幸成为农村政策宣讲团的一名成员参加了安徽大学大学生“三下乡”暑期社会实践活动。经过这次实践活动，我收获很大，主要有以下几点：

。

在前期准备工作中，面对纷繁复杂的与农村相关的政策文件，我们团队成员根据自己的能力，进行了合理的分工，充分发挥自身的优势，顺利的完成了前期的工作。为此次活动的顺利的完成奠定了坚实的基础。由于大家多是第一次参加“三下乡”活动，经验不足，在开展具体工作时，不但要开展政策的宣讲、咨询、解疑，还要与当地的乡镇领导、农民朋友开座谈会、进行入户调查等多项工作，大家显得有些力不从心。但是大家并没有退却，而是发挥团结合作，互相学习，互相帮助的精神，各司其职，各尽其能，全身心的投入到自己的工作中。在这种和谐的氛围中，我们顺利的完成了此次社会实践活动。从这次活动中，我更加深刻的体会到了团队的力量及团队的重要性。

。

这次活动，我深入了农村，接触了我国社会中人数最多，而且最苦、最穷的一个阶层，对我的震撼很大，同时也感到了肩上的担子更重了。随着我国经济、社会的不断进步发展，农民的生活水平有了一定的提高。但是，农民的生活依然很苦，生活环境很差。在当地听到农民经常提到“三不通”，即“路不通，水不通，电不通”。就是说与农民生活息息相关的道路、水、电都不能得到切实的保障，由此可见农民的生活之苦，也可以看到要解决“三农”问题，真正的富民增收，提高农民的生活水平，任重而道远。虽然，通过这次活动，我们也为农民朋友作出了一些贡献，但这是远远不够的，这就要求我们无论是现在还是工作了，要关注我国的热点，关注制约我国发展的问题，尽自己所能，为国家的发展作出自己的贡献。作为一名当代的大学生，作为一名青年，要深入调查研究，全面的了解我国的现状，增强自身的社会责任感，为国家、为社会、为人民尽一份自己的微薄之力。做一个无愧于国家、无愧于人民的青年。

。比如：专业知识的欠缺，人际交往能力、处事应变能力等方面的不足，也为以前不了解实际情况，不进行实地的调查研究而乱下结论的行为感到汗颜。这些不足，我将会努力的克服，培养各方面的能力，提高自身的综合素质，争取自己进一步更好的发展。

**有关社会实践自我鉴定篇十**

通过参加这次社会实践活动，我也发现了自身的许多不足之处。比如：专业知识的欠缺，人际交往能力、处事应变能力等方面的不足，也为以前不了解实际情况，不进行实地的调查研究而乱下结论的行为感到汗颜。这些不足，我将会努力的克服，培养各方面的能力，提高自身的综合素质，争取自己进一步更好的发展。

前言：“ 没有实习，就没有发言权 ” ,只有亲身经历过才会有那种超乎平常的感觉。我与社会的接触并不多。其实学校要求我们参加认识实习 ,无非是想让我们提前接触社会 , 了解社会 , 这样才不会在真正走上社会的时候找不到生活的重心 , 于是我才决定这个假期前言：“ 没有实习，就没有发言权 ”,只有亲身经历过才会有那种超乎平常的感觉。我与社会的接触并不多。其实学校要求我们参加认识实习 , 无非是想让我们提前接触社会 , 了解社会 ,这样才不会在真正走上社会的时候找不到生活的重心 , 于是我才决定这个假期要真正的去接触社会 , 品尝社会的酸甜苦辣。

实践是检验真理的惟一标准。在课堂上，我们学习了很多理论知识，但是如果我们在实际当中不能灵活运用，那就等于没有学。实习就是将我们在课堂上学的理论知识运用到实战中。

我们怎样才能把课本上的知识灵活恰当的运用到生活、工作当中去，成为对别人对社会有用的人才?我们怎样才能适应当今飞速发展的社会，怎样才能确定自己的人生坐标，实现自己的人生价值呢?抱着这种想法，经人介绍我走进了长春前进大街肯德基店。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，怎样把事做对做好，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。

再这段实践里我得到了许多体会与认识，理解了学院为什么一直强调加强我们社会实践能力，现我将这短短的工作经历总结做出实践报告如下，请老师予以指导。

一、实习目的：

锻炼自身的社会活动能力，了解社会现实，从实践中拉进了与社会的距离，认清一些社会问题,看清一些社会现象,在社会大课堂里，经风雨、见世面，检验知识，培养能力，磨练意志，使自身得到启迪，增强社会责任感。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铺定基石。

二、实习时间：

自200\_年1月21日至200年2月3日，共为期半月

三、实习地点：

长春前进大街肯德基店

四、实习内容：

开始时要试工一天，工作6个小时。试工期间，我被安排到大厅工作。及时收拾客人用餐后留下的垃圾，保持大厅的整洁是工作的重点，同时还必须兼顾厕所的卫生。别看厕所只有小小的一块地方，拖起来不费吹灰之力。但是在用餐高峰，往往前脚我刚拖完，还没等地板干掉就有3、4位顾客连着使用，地面有张乱不堪了。在我手忙脚乱之际，只见大厅的阿姨，动作马力，总能在第一时间里把所有的工作做好。速度之快让我佩服不已。

有人会说，用餐高峰时的确辛苦。但是到了低峰就轻松了吧。一开始我也是这么想的。我面试的这家餐厅设在前进大街上，和闹市区的生意不能比。过了吃饭时间，餐厅生意就会明显淡下来。在低峰时段，大厅的托盘都收好了、厕所的地面拖干净了、洗手台也几经擦的一尘不染，似乎已经没有什么事情要做了，但是总不能就垂手站着吧。于是赶忙请教阿姨——你可以把玻璃擦一下。特别是门上的玻璃，客人进出时手会碰到玻璃上，玻璃很容易花掉。大厅的地面上有一些散落的食物碎片看到吗?把地扫一下。地面上的那些脚印也要及时拖干净。垃圾要经常用导压棒压一下。如果压好以后，垃圾超过垃圾桶的3/4就要准备换一个新的垃圾袋了。收好的托盘要用消毒水擦拭、消毒，然后送到柜台上，保证柜台托盘的是数量。

**有关社会实践自我鉴定篇十一**

作为进入大学后第一次参加社会实践活动，一开始心中充满了忐忑和不安，经过一段时间的思想斗争，我对中决定参加学校组织的社会实践活动，当做磨练自我的一次机会。果不其然，这次活动让我获得了前所未有的社会经验，开阔了眼界，增长了见识。

六月份组成团队时，我主动打电话要求参加学姐组成的团队，学姐同意了，刚成立时有十一个人，可七月份实践时只剩五个人，有的成员由于放假等原因而放弃了实践的机会，最终仅有五个人并肩作战了，中间有些环节也就不得不停止了。其实。平时我也是一个容易动摇不定的人，可是这次和学长们一齐合作，机会难得，我坚持了下来。我明白要想获得什么想收获就得学会付出，并且要坚持到底，这样才能成功。

在活动前，我们进行了充分的准备工作，有关问卷调查设计就连续讨论了几天，最终将各个成员的问题和答案进行了集中讨论和优化，构成了问卷调查。其实，当时花这么多时间讨论问卷我觉得有点浪费时间，可是当调查时我突然发现认真讨论问卷是有必要的，因为有很多问题居民们并不了解。所以从这一过程中我明白做什么事都得认真对待，认真研究。

差不多七月六号我们就开始行动了。来到园林社区居委会，社区干部热情地接待我们，并安排人员为我们带路。冒着火辣辣的太阳，我们一家挨着一家地进行了问卷调查。记得第一家是位老党员，他不但热情地接待了我们，还很认真地帮我们填好了问卷了，真实地反映了社区环境卫生等方面的问题，他还期望我们能够给上级领导传达相关问题，。接下来的几天，居民们都很热情地帮我们做好了问卷。小孩老人都那么让人容易亲近。可是我也遇到了不理我的情景，那位看都没看就示意我走开，看上去蛮自傲的，可是我还是走开了，自讨没趣。其实，社会就是这样，我们要慢慢学会适应。可能是别人正忙或心境不好，要学会多从别人的角度看问题，不能充满抱怨和不满去看这个世界，要有一个平和的心态去处理问题。比较整天呆在学校里，我们得到的是如何和同龄人相处，而走出学校，我们能够遇到形形色色的人，此时我们更应当学会与这些人相处，这样我们才能够更容易融入这个社会。

经过两天的努力，最终把问卷调查做完了，不管怎样，也收集了很多真实的情景和共同的问题，我们也有很大的成就感。在整个活动过程中，我负责想学院汇报组员的安全状况和活动的进展情景，每一天必做，这也让我感觉到了这次活动的意义。

接下来的工作是筹备“医疗卫生知识抢答”晚会，组长让我做主持人，那时特兴奋，第一次挑战这样的任务，给了我不少的压力和动力，所以每一天都在忙着写串词开场白等台词，然后便是忙着背台词。那次晚会开展得十分顺利，狼山镇的领导也来参加了发言，居民们也进取踊跃地回答了我们的知识抢答问题，收到了意想不到的效果，很多居民还进取参加“关注农村，关注人民的健康”的签名活动。对我来说，这样一个机会让我受益匪浅。首先，锻炼了我的口才和胆量，以前我是一个当众讲话会紧张的人，可这次没有(其实也有点)，很自信，圆满地完成了任务。第二，增强了我的自信心，让我觉得自我只要好好准备了，必须能把事情做好。再次也让我发现了自我的不足：其实做主持人，最重要的是要有良好的应玚本事，比如遇到突发情景要学会临场应对，而我没有，我只是背好了台词，并没有那种本事，以致中间有些环节打乱时我都不明白怎样做，还是学姐帮我应了过去。其次，平时要练练口才，多练习普通话，学会与观众沟通。

最终我们还帮园林社区做了一个安全感方面的的问卷调查。圆满地完成了任务。

经过本次社会实践活动，我得到了很多。不管学习还是工作，我们都要做到：第一，学会坚持，坚持就会成功。第二，不畏艰难，学会克服困难，不能轻易放弃。第三，团队组员要有团结精神，互相帮忙，共进共退。第四，学会与别人合作，学会与别人交流，学会处理好与社会人的关系。最终，进取参加，主动做事，要学会勤奋，做一个进取向上充满活力的人。当然还有很多的收获，就不说了。他们充实着我，增强了我的自信心。

从上头的社会实践自我鉴定能够看出，我在学习、工作、人际关系等方面收获颇丰，独立处事本事得到了提升，这是我真正走进社会的第一步，也是完美的一步，我对未来充满信心。

**有关社会实践自我鉴定篇十二**

大学生的第一个暑假，当然，也是我第一次经历社会实践。对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。于是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。

有人这样形容现在的大学生打工族：中文专业投笔从融，外文专业西游取金，历史专业谈股论金，医学专业精益求金。其实并不是我们有严重的拜金主义倾向，只不过我们在这个现实的社会中懂得了该怎样学会生存。

暑假社会实践报告自从走进了大学，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。在现今社会，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，我走进了一家民营企业，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。而且在中国的经济飞速发展，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，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，我帮忙接电话，复印资料，整理文件等，感受着工作的氛围，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。

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。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。

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。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。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢?这是社会与学校脱轨了吗?也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。

但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了有课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一小部分人具有更高的起点，有了更多的知识层面去应付各种工作上的问题，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。

**有关社会实践自我鉴定篇十三**

\_年本人工作变比较多，先后在乡镇两个股室工作和县委办公室两个科室挂职锻炼。一年来，在领导的关怀和同事的帮助下，通过自己的不懈努力，较好地完成了各项工作任务。

现自我鉴定如下：

1、思想政治方面：思想积极进步，政治觉悟较高，始终保持党员的先进性和纯洁性，敢于同各种反动思想作斗争。解放思想，实事求是，与时俱进，能够辩证、理性地看待事物和问题，大事大非面前始终保持清醒的头脑。热爱祖国，热爱人民，坚持四项基本原\_，坚决拥护中国共\_的领导，积极响应党的号召，对党的事业充满信心。

2、学习方面：坚持把学习作为自我完善和提高的重要途径，既积极参加所在单位和支部组织的各种学习，又广泛地开展自学。学习内容除政治理论知道和党的各项方针、政策外，还涉及历史、经济、科技、计算机以及各项业务知识。学习既讲究方式方法，又注重实际效果。

3、工作方面：服从安排，认真负责，踏实肯干，讲求实效。中国人才指南网凡事积极主动，迎难而上，争当排头兵，不怕苦，不怕累。在乡镇时，除扎扎实实做好驻村、农业统计等工作外，还创造性地搞好办公室文秘工作，得到领导的充分认可。在州委办公室挂职期间，按照要求共编写州委大事记3期、《督促与检查》20期，起草各类文件和通知20余篇、《督查专报》3期、《正式报告》3期，效果比较理想。

4、生活方面：勤俭节约，爱护公物，讲究卫生，热爱劳动，严于律己，诚实守信，淡泊名利，助人为乐，尊敬领导，团结同事，谈吐得体，举止大方，注意保持形象。

但是本人也还存在一些缺点和不足，主要是学习不够深入，政治敏锐性不够强，工作方式方法欠妥，文字功底不够扎实，有待在今后的工作中进一步完善和提高。

工作职责和业绩：

人事方面：

1、人力资源战略、体系：根据公司发展战略，全面统筹规划公司的人力资源战略，包括为公司主管以上的管理者进行职业生涯规划设计，做好接—班人梯队建设;并依据战略组织制定及监督实施公司人力资源发展的各项规章制度、计划、实施细则和工作流程;健全公司人力资源管理体系，保证人力资源有效支撑公司各部门业务达成目标;

2、招聘：根据公司的业务发展目标，制定人力资源规划，采取多种方式拓展人员招聘渠道，规范招聘流程，并参与关键岗位应聘人员的`面试筛选，提高招聘质量，降低招聘费用，确保公司人力资源存量满足业务发展需要;

3、培训：根据业务发展需要，通过挖掘、分析培训需求，制定并组织实施员工培训计划，组织技能考核鉴定，监督培训效果评估，合理控制培训费用，确保员工培训覆盖率及培训满意度达到公司要求，提升公司的人力资源质量，支持业绩目标的达成;

4、考核：根据公司业务导向，制定绩效考核管理制度，落实考核指标并监督执行，统计考评结果，管理考评文件，做好考评后绩效改进、沟通及不合格员工的辞退;根据绩效与工资挂钩的规定，协助老总审核各职能部门奖金或提成分配方案;以提高员工的绩效水平;

5、薪酬福利：跟踪业绩薪酬水平，结合国家福利政策，制定激励性的薪酬福利制度及方案，审核员工每月工资数据，监督员工社会保障福利的发放;确保稳定和激励员工队伍;合理控制人工成本;

6、劳动关系：根据公司的用人规定，负责员工劳动合同的签订和管理工作;及时处理公司管理过程中的重大人事问题，就公司重大人事任免事项提供参考意见;受理员工投诉，代表公司处理劳动争议、纠纷或进行劳动诉讼;确保建立和—谐劳动关系，维护公司良好的雇主形象;

部门员工管理：根据部门业务发展计划，制定本部门人员编制计划和人员发展计划，负责选拔及培训新员工，合理分配下属的工作职责、工作任务并督促其执行，组织部门技能培训，定期考核下属的工作业绩并指导其业绩改善，以建立并培养高效能的行政干部梯队，支持部门业务完成。

行政方面：

1、行政制度、流程、工作计划制定及执行：负责建立并优化公司内部的管理体系、各项行政管理制度及相关的流程，并督促、检查及评估制度和流程惯例执行;制定行政部工作发展规划、年度及月度工作目标与工作计划，并监督其实施;以提高公司内部管理的规范性和有效性;

2、行政费用的预算与管理：制定公司办公费用的预算方案和计划，并在实施过程中进行费用控制;制定行政部年度、季度费用预算，分解到各功能区块，监控其实施过程;以合理降低行政费用;

3、固定资产管理：在预算计划的范围内，负责监督、检查公司复印机、电脑、打印机、传真机等办公设备、网络设备、运输设备及其他固定资产的采购、使用、维护、保养情况;确保在费用预算内满足公司运营需要;

4、会议及活动管理：根据公司会议制度，负责公司管理层会议、公司庆典等重要会议、重要活动的组织、筹备、联系、协调工作，提供会议记录与整理服务，通报会议决议，并对会议决议的执行情况进行核查;负责定期组织全公司员工大会，开展年度总结评比和表彰工作;确保各项会议、活动的顺利开展及会议决议的有效落实;

5、组织文化与结构：根据公司战略与历史发展，结合行业特点，通过制度流程建设与业余活动的开展，塑造、维护、发展和传播积极进取的企业文化;根据公司业务发展情况，负责拟订组织结构设置或重组方案，以支持工作流程效率的提高;

6、文件信息的传播：监督公司日常重要政令的传达，落实并规范公司文件的拟、收、发、存等工作流程，确保公司重要信息的有效传递;组织公司内部信息发布和内部刊物的出版，保证公司各类信息的正确、有效及时传播;

7、后勤管理：参与公司行政管理制度，负责组织后勤管理制度的拟订、检查、监督和执行;制定年、季、月度后勤计划(包括治安管理、环境卫生、员工宿舍、水电能源、办公车辆等方面)并监控计划的实施情况;负责公司生活用水、用电的安排及财务出纳管理;确保后勤服务及时到位，满足员工工作及生活需要;

8、外部联系：负责组织和接待相关单位的来访，处理重要函件，代表公司与外界有关部门和机构(包括新闻媒介)联络并保持良好的合作关系;负责审核公司对外宣传的各种资料，协调、解决公司的公关危机;以培养良好的外部资源关系，维护公司良好形象。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找