

2023年社会实践个人总结(大全8篇)

总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它有助于我们寻找工作和事物发展的规律，从而掌握并运用这些规律，是时候写一份总结了。相信许多人会觉得总结很难写？下面是小编整理的个人今后的总结范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

社会实践个人总结篇一

今天下午我们去到我们学校的附属医院的住院部十七楼进行眼科实践，台风刚过不久的湛江虽然有点忧伤，但是我们还是带着好奇兴奋心情来到28层的住院大楼。

带我们的老师是上一次和临床技能培训中心中，上眼视光解剖猪眼的老师。别看她那么年轻，其实她已经是硕士生了，并且她好象挂着一个住院医生的版在胸前。来到上课的课室(其实只是在医院中一个会议室的房间，只是加多个电脑投影仪才叫它教室)，然后她跟我们讲：“谁等下想做眼底观察的，先滴眼药水”当然我们也是正常人嘛，谁都想有这个会啦，就没有想到老师说这些是有后遗症的，就是用了这眼药水会造成眼睛瞳孔放大，等我们都用了之后(每两个人一组每个人只能滴一只眼睛，组员间滴的是相反的眼睛)，老师才说这个放大瞳孔需要6个小时才能恢复，然后我们就想到以后6个小时不能正常在阳光正常使用滴眼药水的眼睛这个情境，就有点后悔啦!心里暗骂老师不早点说明，不过也算了，为了科学的学习，这点苦都不能挨，以后怎么做大事呢。呵呵。

没想到好事尽在后头，在使用裂隙灯显微镜的时候，我成功成为被研究生，首先观察的是角膜、巩膜等前眼的结构，因为不需要使用和眼睛直接接触的，所以观察得还挺顺利，等到想观察前房角的时候，需要和眼睛直接接触的，而且还会

使用到点麻药和点胶水，最重要的是会对角膜会有一些伤害，检查的时候，眼睛会很难受，整个过程被镜筒卡住眼，这些都需要经过被检测者同意才行。我想就在这个时候，刚开始学习专业课，我怎能退缩呢，只要没有什么后遗症，过几天眼睛就会没事啦，况且我们这个组也需要一个人被检查的嘛，于是我就同意啦，因我相信老师的操作水平，事实上，在整个检测的过程和我想象一样，她操作非常小心，也要求观察的同学要快点，说被检测者感觉不受，嗯，其实，感觉也并不可怕，只卡住眼睛，另一个眼睛也不怎么动，怕会影响老师的操作，只好闭上，那个被测的眼睛滴着眼药水沿着流了下来。说真的，当时的感觉挺辛苦的，但是内心一直有一定要坚持住。（或许是老师的一句话，或许是不想老师的操作带来复杂化，或许是想让同学都看到观察的现象，或许。）

我们在练习操作的时候刚好见到一位患者来到对面的病房做眼底的动脉造影，我们好奇过去看一下，没想到操作者是我们的上理论课的老师——赵桂玲副教授。看到这个情景，我们更加兴奋啦，因为她上课不但给我们讲了很多医学的知识，更教会我们怎样做一个好医生，怎样做人，这样的老师的确不多啦，大多数的只在读着课本的东西，看得就闷啦，还不如把我们学的医学的知识应用到生活或工作中，这样我们不是印象更深了吗？呵呵，这只是我个人一些看法。事实也是这样，她还当场把一些典型的病倒的照片给我们看，和我们讲解，我们就好象听她在说故事一样，听得入了迷一样。不但是我们听得绘声绘色，连那位患者也一起听着我们的老师，我不知道她能听懂多少，但是，从她的表情看，可以看出她对我们的老师的水平更加相信啦！最后，我们还叫老师帮我们照眼底镜，她也不毫不耐烦帮我们几个照了，还帮我们分析了，只是我们这些就给她抓住给她补下课件中缺少的典型的结构照片。

这次实践留给不少印象，我相信只要好好的学医学，以后一定会有大有作为的，不过呢，过程就要漫长的，一定要耐心，一定要坚持。一定会行的！

社会实践个人总结篇二

年的这个酷暑，是我进入大学的第一个暑假，也正是在这样的盛夏时节，一年一度的大学生暑期社会实践正如火如荼地进行着。身为21世纪的大学生，本着“扎扎实实勤奋刻苦学好本专业的知识，抱着乐观主义的进取向上的健康态度面对新的人生”的理念，我们要敢于迎接未来的挑战，为社会建设贡献一份力量，提高自己各方面的能力，加深自己对社会的了解。于是，我也加入到了社会实践的队伍中。

8月9日，我满怀热情的来到诸暨市红十字医院，开始为期一周的短暂的外科见习。早上7点，早早的来到了医院。一踏进红十字医院，我感觉到既熟悉又陌生。原本熟悉的医院现在是以一位医生的身份走进医院，让我感到很陌生、紧张，也有点不知所措。一打听，来到了带我的医生的办公室，第一眼见到我的导师，花白的头发，脸上挂满了皱纹，想必是饱经医学界的种种事件，但又十分的和蔼可亲，让我放松了不少。这位主任医生姓边，是为老医生。向边医生说明我的来历后，他立即就说：“穿上你的白大褂，跟我一块查房去。”这不是太好了嘛，一来就可以跟随上岗。于是我怀着无比激动，又有点好奇的心情跟着去了。一圈下来回到办公室已经9点多了，这查房的活也不好干啊，得了解病人情况，聆听病人痛楚，对病人进行必要检查，同时需要很好的沟通能力。

第二天，跟着边医生去病房给病人换药，知道了去换药室拿纱布，酒精棉等等的流程，同时也知道了在给病人换药的时候要学会关切病人，和病人聊聊天减少病人的痛楚。接下来的两天，我跟谁医生来到门诊部，坐在旁边看医生望闻问切，了解了诊断的方式，病历的写法。就一个上午，医生就接连看了几十个病人还无间歇，那个叫做累啊，也难怪有些医生会显得态度不好了，不过边医生告诉我作为医生就得尽量面带微笑，不能把累撒在病人身上，得本着和蔼耐心的态度给病人看病。

凑巧那几天，边医生有手术安排，在我的再三恳求下，边医生答应带我进手术室了，不过有声明：只准站在边上看，不准乱碰乱玩。从而了解了做手术前的流程。

见习7天，除了学到许多丰富的医学知识，自己的精神，思想上也得到了前所未有的提高。

让我感受最深的是：临床是理论基础知识的巩固基地。“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。社会实践使我们找到了理论与实践的最佳结合点。尤其是我们学生，若只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗位上发挥的不理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和提高，更加令人印象深刻，能够在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，巩固原来理论上模糊和印象不深的知识，补偿原先理论上欠缺的实践环节，加深了对基本原理的理解和消化。

其次，建立良好的医患关系对于顺利实施治疗是势在必行的。特别是在查房的时候，主任都会先和每一个病人说声“您好”，给予亲切的微笑，或者拍拍病人的肩膀，给予病人信心，这历历在目的场景，让我学会待人要真诚，病人更需要我们的关怀。同时身为白衣天使，工作更需要热情和耐心，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。

另外，还得善于合作交流。医生与护士之间、医生与医生之间的交流合作也是至关重要的，唯有更好的配合，团结合作，才能让患者得到更好的治疗。甚至于和医院里的其他工作人员也要交流，多了解一些自己工作的环境。

短期的社会实践，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。不但让我巩固书本里的知识，更让我得到书本以外的人生经验。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，进一步明确了我们大

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。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

社会实践个人总结篇三

社会实践活动一直是大学生投身社会、体验生活、服务大众的真实契机。今天本站小编为大家整理了寒假社会实践个人学习总结范文，希望你会喜欢。

从上个月的10号放假回家，我在亲戚家带小孩和去外婆家过了半个月，一直到25号才正式去公司上班。第一天上班，我被安排到受话器组，我们学生工主要是剪公司产品的一些次品和废品，以及帮忙打杂，每天的工资不一样的，多劳多得。第一天我清楚的记得我一天的工资才22.5，这一天，我剪次品剪了900个，1000个才30元，晚上到家发现自己的手上起了4个水泡，很疼，但是又不敢拿针把它刺破，因为刺破后会更加的疼痛。

晚上在床上睡觉的时候，我想过放弃，一方面我父母不忍心，不说我从小娇生惯养的，但是我没有吃过这么大得苦；另一方面我自己发现，第一天上班就这样了，一个月下来，那我的手估计要残废了。第二天早上的时候，我爸问我还做不做，我说做，不去的话丢人，不就一个月么，咬咬牙就过去了，实在不行的话，我请假休息几天。

就这样，我每天早上6点起床，7点15坐车去上班，到公司8点不到，下午5点半下班，每天的工作就是剪次品和废品和打杂，手上的水泡是消了再起，起了再消，总共不下于10个，有的变黄了，变成了应该是传说的“老茧”。虽然会很痛苦，但是坚持下来就行了。昨天是我上班的最后一天，一个月完了，

我把自己的手套脱下来，摸摸手套上的自己裹得胶布，一层层，左手大拇指和食指的指套最厚，有十几层。只记得每天下班时把手套脱下来，自己的手指有些白，那些有水泡的地方破了，会散发出一股难闻的味道，手上有时候会很脏，黑黑的，洗也洗不掉。

我最喜欢剪的次品就是16h□因为它的价钱最高，如果是要把上面的黑字拿无水乙醇涂掉的话，就是1000个34元，不涂掉的就是1000个30元。最讨厌的次品就是18d□28d□这种次品要四道手续，第一步要把外面的铁片去掉，第二步要拿大针(不是绣花针)把里面的塑料薄膜挑出来，第三步拿对应的“公章”，所谓的“公章”就是能刚好放进次品中的小铁管，中间是实心的，有一点凹凸，把次品最中间的磁钢撬动，最后一步就是拿吸铁石把磁钢吸出来，但是可恨的是这么复杂的次品价钱更其他的一样，也是1000个30元。所以每次我看见这样的次品我就避而远之，知道没有其他的次品了，我才去剪它，一天才弄不到1500个，不合算。

上班一个月，我发现了一些好玩好笑的事情。就说打杂吧，给厂长打杂是5.3一小时，给副厂长和组长打杂是4元一小时，所以每次打杂，我们都抢着帮厂长打杂，组长叫不理。因为公司是电子厂，所以男生的话就比较少了，除了一些电工，我们学生工男生还算多的了，那些员工基本上是女的，年龄20至45之间，多数是30以下的，我们看见了，不论谁都叫阿姨。我有一次就尴尬了，叫了一个比我还小的女的阿姨，那个叫我无地自容…….

最可气的是，公司的食堂中午虽然不供饭，但是供菜吃。那个菜很难吃，我就常说，它就是煮猪食，我以为是我嘴刁，可是发现很多人都自己带菜吃的，重点不是这个，是菜不卫生，我发现菜里有虫子，很恶心的。自从发现菜里有虫子，我就没在食堂吃过。

每天最开心的就是，下班前我们要把那些次品的壳子用袋子

装起来，送到一个小棚子里面，那里面有几头猪，所以我们叫这个“喂猪”。没事情的时候我们就拿棍子敲敲猪，结果猪叫了，喂猪的老奶奶过来了，看见我们干的坏事情，就说我们，我们赶紧跑掉，以为没事情的。结果她说到厂长那里去了，这下坏了，她是厂长的母亲。自从那次犯事后我们看见她就叫她奶奶这，奶奶那的，谁让我们在屋檐下呢，不得不低头。

我还发现这个厂有点不像一个工厂，很大的一个地方就三栋大楼，一个是车间，一个是住宿楼，一个是食堂。剩下的地方全部用来种东西，什么冬瓜、黄瓜、黄豆、大蒜、茄子、空心菜等等。后来我知道了，食堂每天做的菜大部分是自身的，不是买得，这就叫“自产自销”。

厂里的效益我个人估计不是很好，至少职工待遇不好，像我们暑假工必须满一个月，否则一分钱都没有，哪怕29天都不行，但是可以请假的。长期工必须签满三个月，在这三个月中，如果你不干了，是没有钱给你的，三个月后，如果你想走，你必须在上个月打辞职报告。但是想走还没有那么容易的，会计会找出各种理由让你留下的，最后看你决心已定才放你走，厂长的脸色就难看了，招工有人来很高兴，走人了就不开心了。上次就有一个人打辞职报告打了一下午搞定，其实说白了，辞职报告就是一张纸，签个字就可以了，但是不给你，没办法。

厂里做的产品还是有一些毒性的，不是说产品有毒，只是在做的过程中，会有一些难闻的味道，我用过甲苯洗过东西，用甲苯洗后，发现自己的手指全部变白，还黏黏的，如果手上破，还会很疼的。用无水乙醇洗，手指变黑，很难一次性把手洗干净，好几天才干净的。

匆忙一个月过去了，我很开心，虽然我的工资不是很高，但是这是靠我自己的力量完成的，我坚持了，我做到了，我没有放弃。

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。从这次实践中，我真的学到了很多很多。

“艰辛知人生，实践长才干”。通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，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。这在无形中使我对自我有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一名大二学生，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。

在20xx这样一个极赋记忆意义的一年我积极报名参加了一项同样极有意义的活动-----20xx年春运票源调查活动。

得知此项活动的报名时间正好是期末考试的时候，院团委段老师告诉我，参加这项活动可能就不能在家过年的时候我依然毫不犹豫的报了名。

大年的日子临近了，也终于等来了期盼已久的电话。是重庆铁路公安处团委王警官打来的!第二天我就可以去菜园坝火车站实践了。

怀着激动和热情我正式和本校其他同学以及邮电大学的小伙伴们投入了第一天的工作。我们的工作内容主要是在铁路公安警察的代领下进行高价票的调查。

由于春运的提前到来，我们还没来得及培训就开始上岗。刚开始还有些茫然，也不清楚该怎么问才好。在经过自己的观察和学习后，很快就能熟练的工作了，并且每天都有一定的收获，都可以查到一些旅客通过订购、朋友代买和一些非正规的售票点买的方式买到高假票。少则多收20元，多的竟

达300元一张。国家规定在正规的定票点购票最多可收5元的手续费，超过5元就属高价票。这高出的300元岂不是活抢人吗！最近一位接受调查的旅客告诉我她买的一张面值9元的短途票要价60元！她对这样的行为特别气愤，没有理睬卖票的人。并对我们的客票调查活动表示支持。

要说在活动中遇到的困难，不是在火车站候车厅这样一个鱼龙混杂的地方工作，既要注意个人的人身安全还要注意财产安全；也不是在天寒地冻的日子里每天站得脚抽筋，手脚冻得失去知觉；而是我们辛苦的工作得不到旅客的理解。很多时候我们在对旅客进行调查是他们都不配合，有的拒绝调查，有的为不引火烧身不愿提供购买高价票的线索，有的甚至闪烁其词故意隐瞒，有时甚至还会遭来旅客的白眼。这些都严重打击了我们的工作积极性和热情。

但每当想到旅客特别是农民工朋友经过一年的辛苦劳动挣来的血汗钱就这样被票贩子敲诈时又让我重拾起了工作的热情。工作中绝大部分的人是很支持我们的，他们夸奖我们工作态度好，活动极有价值，应坚持大力开展，对票贩子进行强烈打击。每当得到这大多少人的肯定的时候总能让我忘记一天的疲劳。

在经过这近半个月的社会实践活动让我认识到很多，学到了很多。

首先，安全很重要。车站的乘客大多数都是农民工，他们对乘车诸多事项都不清楚，很盲目。捏着车票乱窜，也不留心候车厅张贴的检票口分配指示图，经常是几个候车厅瞎找，为此错过乘车的旅客也不少。这还不是主要的，车站人多，每天的人流量多达好几万，各种各样的人都有。有可能一个小偷或人贩子就站在你旁边而你却毫不知情。我工作的第二天就遇到一位乘客的小孩差点就被人贩子拐跑；第三天又有乘客的小孩走失了，急得老奶奶四处焦急的寻找；第四天又遇一乘客裤兜里的钱差点就被小偷夹跑了……如果一个不留心这

一切都让坏人得逞了，可不简单是关系到能否过一个快乐年，还会因此改变一人的一身啊！可见安全真的特别重要。

其次，工作态度也很重要。既然来了，要做就应该把事情做好。工作态度直接关系到工作的完成情况。如果到这来做假期社会时间就是为工作津贴，还不如早早的回家过年。最后，付出就一定会有回报。

通过参加这次活动，也让我明白了社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，投身社会的良好形式；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，有助于我们大学生更新观念，吸收新的思想与知识。参加社会实践活动的时间并不长，却让我领悟到了很多书本上无法学到的东西。并将终身受用。

社会实践活动还让我认识了很多，有铁路局工作一丝不苟又平易近人的工作人员们，有各大高校朝气蓬勃，活泼开朗大学生们，还有一些拖着大包小包的行李，带着老人孩子急匆匆乘车回家过年的乘客们。这些都加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让我们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少年学生的成材之路。

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，为将来更加激烈的社会竞争打下了坚实的基础。希望以后还有这样的机会，让我在社会实践中得到锻炼和提升。

社会实践个人总结篇四

暑假生活的开始，同学们都走出了校园步入了社会，我为了了解社会上的人情冷暖、开拓自己的视野和培养锻炼自己的社会适应能力，积极的参加了社会实践活动。

二、课题研究的过程

经过与爸妈的一致协商，最终决定让我去报社报名卖报纸，经过与报社管理人员的协商我拿到了一沓报纸，然后开开心心的到达了人群最密集的地方—世纪泰华城。

刚开始到达的泰华城的时候我很羞涩，不敢问他人要不要报纸，即使问了也是很小声的问，所以一上午都没卖掉几份报纸；到了下午我看到一个大姐姐也在卖报纸，于是我便鼓足勇气问她为什么他的报纸卖得这么快，她说，只要干一行久了，就捉摸透了，她一开始也和我一样不好意思，时间久了就好了，只要鼓足勇气，有自信的问路人买不买报纸就行，我想他们都可以做到我也一定可以，于是我便鼓足勇气，大声的向一个个路人们问他们要不要买报纸，很快，我的报纸就卖完了。

三、研究的结果和效果分析

每个人刚进入社会的时候都会遇到一些问题，但是每件事情都会有解决的时候，只要大家凡事都鼓足勇气，毫不退缩。

社会实践个人总结篇五

从武汉到西安，再从西安经咸阳、天水、敦煌最后到达青海西宁，历时十天，“青春护农”实践队以昂扬的态度和积极的心态完成了这次充满意义的社会实践，这是一场精彩挑战，同时也可以说是一种身体力行的奉献。作为武汉纺织大学“青春护农”暑期实践队的一员，我很荣幸能够参加这次活动，也很高兴能够将自己的感触与收获付诸笔端。

或许不在其位不谋其政会是一种较为主流的思想，或许无视和漠不关心是当下许多人的对事态度，但是真正敢于站出来主动承担责任的行为无疑是值得赞扬的。作为实践队的一员，或许我个人的表现并不出彩，但对于“青春护农”实践队，

我的态度则是充满肯定与骄傲。“青春护农”实践队是务实的，一次次身体力行的走访，一份份态度端正的调查报告，一篇篇可谓建言献策的论文，实践队所取得的成果表现于此，却并不止步于此，我骄傲因为我们做了正确并且有意义的事。在这次长达十天的社会实践中，我们依次前西安、咸阳、天水、敦煌、西宁，其中又在咸阳市具体走访泾阳县三渠镇曹家村，在天水市具体走访甘泉镇甘江村、麦积区朝阳村、新城镇泥沟村和观蒲村，将实践脚步所走过的五个城市相连，俨然已有少半条丝绸之路。通过这些具体的走访，实践队对我国西部丝绸之路沿线的农业经济发展状况有了具体直观的了解。同时以本次实践的两大主题“电商”和“精准扶贫”为立足点，实践队具体研究了这两方面在农业发展中的具体状况，同时寻找出问题并探讨了相应对策。我不知道这次社会实践是否能够为西部农业的发展做出一定的贡献，但是我相信我们的努力与付出必将过已经取得一些收获。

“读万卷书，行万里路”，真正走出去看一看，才会有切身的体会与收获。沿线辛勤劳作的广大农民的艰辛与收获，条件恶劣但仍然书声琅琅的乡村小学，务实工作为广大农民谋福利的党员干部，一幅幅画面带来巨大感触。农业电商发展的道路或许艰难，但这次实践的所见所闻却让我对西部农业经济的发展充满信心。面对当下状况，农村地区互联网发展患难、缺乏相应技术推广人才、道路运输系统不完善等一系列问题，我们并不是束手无策，当地政府并不是束手无策，国家对此，大有可为，我相信随着我国实力发展，电商将会成为西部农业经济发展的重要推动力，再加上丝绸之路再次“开辟”所带来的显著影响，西部农业经济的高速发展指日可待，这是我对祖国的自信，也是对我们即将走向社会的当代大学生的自信！

在这次活动中，作为实践队一员的我可谓收获颇多。从在校期间严谨的前期策划，到奔赴西安后便开始的一次次具体走访，再到熬夜写出的一篇篇实践记录与相关论文，都已成为我人生道路上的一笔重要收获。作为一名大学生，我们理所

当然拥有更高的思想觉悟去认识，农业电商是我们所能做出贡献的领域，以互联网的发展去带动农业经济增长也未必不能成为我们将来的任务所在，今天的一次次走访，或许就是明天皆可运用的一笔笔知识财富。所学所用可付诸实践，无疑是充满喜悦与满足的。

每个人拥有多么大的胸怀，便会有多大的世界，有多么大的格局，就有多么精彩的人生。这次社会实践的起点之高使我们受益匪浅，同时一步步实践的落实完成，也带给我们一笔宝贵的人生经验。让我们常伴感恩之心，在不远的将来，也能为祖国的发展做出奉献！我们也要去争取更有意思，更有意义的人生。

社会实践个人总结篇六

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，体验一下社会生活和工作的乐趣，这学期的假期我根据时间及自己的实际情况参加了学校社团组织的活动去苏州常熟达富电子厂打工（职位：作业员，多能工，指导员，组长等）。在厂里面我们学生工是从最资本的做起，也就是在流水线上干活，虽然没有直接参与厂里面的管理层，但我觉得受益非浅，基本上达到了自己的目的。虽然仅有20多天时间，但工作让我体会到了就业的压力，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”。

在电子厂工作的时间给我最深的体会是：许多在厂的正式工大多都是未成年，从中反映了我国的教育漏洞，仍存在极大问题。另外，众多的未成年人占据大多数就业岗位，使得我感觉到以后就业的压力，在实践经验上，他们比我们学生占有很大优势，所以在这次实践上我受益匪浅。在工厂里干活，辛苦和劳累也是一个对我们的极大的挑战。但在工厂里我也是深刻体会但，员工心理的麻木以及他们只是服从的生活态度。

在工厂的每天：我上的是夜班，在白天我们睡觉，下午六点左右起床，后吃饭，居住区和工厂离得很近，我选择步行。到厂里，在衣服放置区换上厂服和帽子，后进安检门打卡上班，到车间我们会提前20分钟集合上早课，也就是总结昨天计划今天。之后去产线，进行一晚上的工作，在这强调的主要是速度。在下班期间，我们会在工厂的娱乐场所进行玩耍，如唱歌，打球，看电影，偶尔还会参加他们组织的大型活动，如跨年演唱会，猜灯谜活动等。在这里我也认识了很多朋友。

在那里工作的一段时间里，我发现了厂里的许多不合理现象，特别是管理上的缺失。上级下达的指示下级不能很好传达。这就是信息流失。信息流失也是非常可怕的事！再一个就是厂里的管理制度已经不符和当前的制度。不能适应当前的市场经济体制了。他们还是老一套的记时工，也就是工人不管一天干多少或只要够时间就可以，也就是按上班时间长短发工资。而现在，我国大多数大中型企业已经以工作量来计算工资。还有，厂里面的奖罚制度存在很大缺陷，比如，那里的领导人员大多以批判为主，表扬为辅，是典型的高维度低关怀度的工厂。

社会实践个人总结篇七

随着_年寒假的结束，我在江西省安义县中医医院为期两个星期的社会实践也结束了。我是北京中医药大学管理学院医院管理专业二年级的一个学生，在这短短的两个星期里，将会是我从医生涯里最难忘的一段美好时光!使我对人生有了很深的感受!

二月三号，是我去医院的第一天。天公不作美，早晨起来天就下着蒙蒙的细雨。中间夹杂着南方特有的那种泥土味正纷纷洋洋的洒在大地上。因为中医院离家里有着近二十里的路，骑车都要一个多小时，所以我必须起的很早。但在农村没有早点买，所以我必须在家里吃，吃的是晚上留下来的饭。我自己热一下后就匆匆忙忙的推车出门了，在爸爸妈妈的再三叮嘱小心下披着雨衣走了。

寒冬腊月的，路上的风很大，尽管我把车骑的很快，但我还是一直冷的发抖。眼镜被雨雾遮的模糊不堪，骑上一段路就必须下来擦一下，这样就大大的降低了我骑车的速度。雨在下个不停，但看表已经快到八点了，而路还不到一半，当时心里急的一团糟，我可是一个不爱迟到的人，我可不愿意在第一天就迟到，那样会给他们一个很不好的印象。于是我还是拼命的蹬车子，风从耳边呼啸而过，两只手和耳朵都冻的发红，后背的衣服以被汗水和雨水浸透了。想想学医是多苦啊!

在骑了快2小时后终于到了中医院，我实践的科室是骨伤推拿科，这是我自己昨天亲自来医院，磨破了嘴皮子，对院长好说歹说才让他同意我留在这里的，因为平时如果医学院的学生要到医院实践的话必须得教实践费，他们当然不会随便让我进来啦!带我的是陈医生，他的年龄也只有31岁。说实话，他很高兴能带我这个学生，就只因为我是北京中医药大学的，而且又是一个七年制的。每个人都是爱慕虚荣的，陈医生也不例外。在一个县中医院里，本科毕业的还没有几个，而我

昨天又是对院长说我一定要到他这个科室里。所以，本来没有什么名气的他，一下子使医院很多的人都羡慕他了。这只是个题外话而已。不管怎么说，我来医院里是为了来学习知识和增加自己的临床经验的，而不是来炫耀自己是一个重点大学的，陈医生也是应当的!因为有这么一种关系和情感在里面，所以在以后的日子里，陈医生对我也特好，尽量的让我接触病人，让我有更多的机会去操作。

进医院不久，我很快就发现了一个人，也是和我一样来实践的。年龄好象挺大的，开始我还以为是病人的家属，因为陈医生也没有介绍。刚进来的时候他正在给一个病人按摩，但看他那有气无力的样子，而且手法也极不规范。等陈医生看我缓过了刚才骑车的疲惫之后，就对我说：小戴，你接一下他的吧!于是我很高兴怎么快就能有机会展示一下自己了。于是我拿了一块按摩步盖在病人麻痹的那只脚上，心里特别的兴奋，所以用的力也比较大。那病人就说：舒服啊!就要这么大的力，我这老腿已经麻了好多年了，都快没什么知觉了，你就给我用力掐吧!听了以后心里更加来劲了，而此时刚才那个人却不好意思的走开了。

好景不长!在我用力按了半小时后手腕就开始酸痛了，渐渐的使不上力了!虎口上的也没力带动拇指和食指按摩了!而那个病人呢?居然被我按的开始打盹了!看看陈医生，他也正在给一位患有腰椎间盘突出病人按摩，刚才那人也在边上帮忙，所以此刻没有任何人能代替我了，而且我也不能开这个口，那样会有多丢人啊!因为边上还有几位病人在看我呢，而且进门的时候陈医生就已经把我介绍出去了!此刻要说停下来休息一下，那?佛争一柱香，人争一口气嘛!咬咬牙也就过去了!

等到陈医生把那个病人治疗好后，才转过来对我说：行了，可以给他扎针灸了!我也终于可以轻松一下了，并且扎针灸我也从来是没有学过看过的，今天终于可以大开眼界了!

社会实践个人总结篇八

本次暑假社会实践，我们团队深入调研民营企业科学发展情况，以温州瑞安典型的民营企业“瑞立汽摩配公司”和“海尚集团”为调研对象，以开展座谈会、分发调查问卷为调研形式，团队的调研初见成果，作为其中的一名队员，感受颇多。

关于课题：

我们的调研课题是“民营企业的科学发展”。初确定此课题时，感觉我们想要调查的只不过是近年来企业的发展情况，关于发展壮大采取了哪些科学有效的方法等。但是，通过实践，课题已延展到企业改革开放30年来的变化和成果，金融危机对企业的影响以及企业的应对策略、企业的人才储备策略，新《劳动法》的实施等诸多方面。课题的延展，使得调研更全面、更广泛，同时也更妥当地诠释了“科学发展”。可见，“纸上谈兵”往往不如到实践中真枪实战。

关于企业：

对于在全国稍具规模的“瑞立集团”，让我感触最深的有两点。一是公司董事长非常关注国家政策，在国家拨款进行宏观调控之际，采取切实可行的政策措施，使得公司应对自如。即便是在金融危机的社会背景之下，企业的产品生产和销售也没有减少，反而要应对更多的订单；二是公司的人性化管理。无论是从职工待遇、福利方面还是在关心职工身体健康方面都体现了人性化的管理。企业宁愿增加工作人员，也不会随意让工人们加班，对于在生产车间的工人，公司强制工人带上专业耳塞，以减少噪声对人身的侵害。或许企业的魅力就在于它的人文关怀。

对于“海尚集团”，让我印象最深的是公司董事长亲自带领我们去参观生产车间，并且在参观的同时他会关注生产进度，

产品质量等。这种亲力亲为的态度似乎源自于他白手起家的经历吧。从自己动手研发制作滤清器模具到成立大规模的公司，这其中的智慧和艰辛或许只有亲身经历才能有所体会，也正是这份来之不易才让人更加珍惜。

关于团队：

我们的团队，团结、积极、充满关爱，这是我不得不提到的感受，也是我参加实践的大收获。从杭州到温州9个小时的火车旅途，我们虽然疲惫，但是仍会一同商讨实践的步骤、方式等，车厢里总会有我们的阵阵欢声笑语。每天的调研工作结束，我们都会聚集在一起进行，及时撰写新闻稿，整理图片等。实践结束，队员们各自回家，总是会有短信、电话来互报平安。我想，一次实践活动，让我们去调研课题的同时，也更能体会团队的种种乐趣和那股强大的力量。

虽然暑假社会实践已经结束，但是，我们没有停止以合格人才的身份走入社会的脚步。大家会继续加油！