

最新暑期实践个人总结荟萃 暑期实践个人总结(优质8篇)

当工作或学习进行到一定阶段或告一段落时，需要回过头来对所做的工作认真地分析研究一下，肯定成绩，找出问题，归纳出经验教训，提高认识，明确方向，以便进一步做好工作，并把这些用文字表述出来，就叫做总结。那么我们该如何写一篇较为完美的总结呢？下面是我给大家整理的总结范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

暑期实践个人总结荟萃篇一

个人总结，就是把一个时间段的个人情况进行一次全面系统的总检查、总评价、总分析、总研究，分析成绩、不足、经验等。下面是小编为大家带来的是暑期实践1800字个人总结相关内容，希望对您有所帮助。

时间过得真快，不知不觉间，两个月的暑假已经接近了尾声。同时，我们此次的暑期社会实践之调查独立学院大学生创就业的活动也圆满结束了。我想说，这次的社会实践虽然不像去贫困山区支教，体验生活般艰辛，但确实给我们即将毕业，走上就业岗位的大学生上了至关重要的一课。它使我们走出课堂，走向社会，走上了与实践相结合的道路，它教会了我们如何在社会这个巨大而复杂的舞台上展示自己的才能，磨练自己的意志，在实践中检验自己。

为了让我们即将毕业，即将踏入社会的大三学生们更好的了解当前的就业形势，摸清自己的专业优势与自身存在的不足之处，从而利用剩下的一年更好的优化自身，扬长避短，适应社会发展的步伐，为将来找工作就业做准备，我们开展了此次对独立学院大学生创业就业的一次调查问卷。

这次活动是外语系开展的，主要是针对一些已经毕业的，踏上就业岗位的大学生党员的调研活动。活动初期我们做好了各项准备，包括查询学长，学姐的联系方式，规划活动流程，制作调查问卷等等。我们的问卷涉及工作，学习，生活方面等。由于有的学姐工作比较繁忙，我们无法面对面的交流，于是对于这些人我们就把问卷以邮件的方式发给他们，让他们抽空作答。在大家的配合之下，我们顺利的完成了此次很有意义的暑期社会实践活动。

通过问卷的回答，我们不难看出大部分的学姐都表示在校学习成绩固然重要，这展现了一个学生的学习态度，但进入社会后，学会与人交流以及一个人的综合能力显得尤为重要。这是学校所不能授予的，需要我们自己慢慢摸索，学习，成长。调查还发现，为自己制定一个可行的计划还是十分重要的，因为自己的实际水平与理想差距往往还是相差甚远。我们不能用单纯的眼光看如今这个竞争异常激烈的社会。

一个很好的定位也是成功的关键。我们还谈到所学专业与实际工作之间关系是否紧密的问题，大部分人都认为没有直接的联系，因此，在大学期间，我们不应只限于学习自己本专业的知识，要涉足更多其他的领域，争取成为复合型人才，只有这样，才能在将来的职业生涯中独领风骚。此外，大学期间的一些社团，学生会工作对以后就业也是十分有帮助的，它可以帮助你树立责任心与紧迫感。很喜欢学姐的这一段话：走到生命的哪一个阶段，都该喜欢那一段时光，完成那一阶段该完成的职责，顺生而行，不沉迷过去，不狂热地期待着未来，生命这样就好。是啊，我们都要用一颗平常心来面对当下的生活，用心甘情愿的态度过随遇而安的生活。社会给予我们的压力是巨大的，尤其是对我们这些初出茅庐的大学生来讲，更是困难重重。但这就是生活赋予我们的重任，没有压力就没有动力，所以，我们都要努力，为了更加美好的明天，为了让我们的将来不留遗憾！

通过本次社会实践活动，一方面，我们锻炼了与人交流的能

力，在实践中成长；另一方面，我们也为处于迷茫中的在校毕业生提供了一些就业的信息，让他们重新端正态度，树立目标，提前适应这个纷繁复杂的社会。虽然此次活动进行的还算顺利，但其中也存在着些许不足。由于跟学长，学姐不是很熟悉，我们在交谈过程中可能略显生涩，害羞。

凡此种种都是经验不足造成的，如今的大学就是一个个培养花朵的温室，它教授的只是该如何开放，而不是怎样开的好看，因此，在我看来，仅靠学校学得的知识是远远不够的，社会不会主动来适应你，只有你去适应社会，要学会随机应变。此外，这次活动也告诉我，懂得如何与人交流也是十分重要的。说话要得体，要让人听了舒服也是一门很大的学问。

“机会总是给有准备的人的。”是啊，在我们明确奋斗目标的前提下，我们只有通过不断地努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，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。这是我第一次参加团队暑期社会实践活动，让我学到了很多。我明白了合作的重要性，也有了一种团队的使命感。暑期社会实践是大学生步入社会的桥梁，它有助于大学生了解社会，认识社会，适应社会。我们要摆正心态，拥有一颗平常心，一颗谦虚求教的心，一颗乐观的心去面对各种各样的人和事。人生不如意十有八九，我们不能轻言放弃。我们要相信自己，要把它当做是成功路上的垫脚石，不断地总结经验，积累宝贵的财富。总之，这是一次特别的社会实践，它使我成长了，让我们一起努力，做个对社会有用的人！

暑期实践个人总结荟萃篇二

社会需要我们月27日上午，我们集体参加了海淀区温泉镇太舟坞村活动广场社区健身器材清扫活动，通过这次的社会实践，让我学会了很多东西，我深深地感受到一个人在工作岗位上的那份热情。正因为如此，我才渐渐地懂得了一个道理：

我们身边的环境需要我们每一个人来维护，只要这样我们的生活才会越来越美好。

在实践的这段时间里，我通过自己的实际行动，体会到了清洁工人的酸甜苦辣，这时才发现自己是最幸福的。因为我还在学习的阶段，还没能真正地接触事业，没能真正地了解到工作的难处和辛苦。想起来，还是觉得自己现在还是不错的了，能在这么好的环境下读书，为以后的工作打下基础，只是，我觉得个别惭愧，都怪自己不够争气，不珍惜这么好的时间和机会去好好读书，整天都无所事事，在家里一点事也不会做。是这一次社会实践给了我学习的机会，同时也给了我一次记忆深刻的经历。

在这个过程中，我认真、负责地做好每一件自己该做的事。虽然这只是看似简单的清扫活动，但是活动背后所蕴藏的是当代大学生所表现出来的问题，不能只安于现状，一定要奋勇直前。人是在不断前进中成长起来的，虽然会有很多坎坷，但总是会有办法解决的。我们民族需要团结，就像这次活动中，每个细节问题，同学们都会回想帮助，清理那些难以去除的污渍，“团结就是力量”，一定要相信自己。我相信，只要我们共同行动起来，我们的明天将会更加美好！

暑期实践个人总结荟萃篇三

众所周知我们中国的三大运营商巨头分别是移动，联通和电信，我们平时打电话，上网都离不开这三个品牌。今年暑假有幸进入电信营业厅做暑期工，既充实了自己的暑假生活，又锻炼了自己。

中国电信集团公司(简称“中国电信”)成立于xx年，是我国特大型国有通信企业、上海世博会、广州亚运会全球合作伙伴，连续多年入选“世界500强企业”，注册资本1580亿元人民币。主要经营固定电话、移动通信、卫星通信、互联网接入及应用等综合信息服务。中国电信作为中国主体电信企业和最大

的基础网络运营商，拥有世界第一大固定电话网络，覆盖全国城乡，通达世界各地，成员单位包括遍布全国的31个省级企业，在全国范围内经营电信业务。

社会实践活动是每一个大学生必须拥有的一段经历，它是在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本学不到的知识，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。我觉得实践还可以让我们更实际的了解和熟悉工作，只有在实际的工作中，我们才可以知道工作到底是怎么一回事，如何处理工作中的人际关系等等，这将有助于我能更全面的认识和了解职业。

作为一名中国电信营业厅营业员，我的工作主要是办卡，充值和简单的业务咨询，也包括给顾客推荐适合他们的手机。

由于上学的原因，大部分时间都呆在学校里，没有任何销售经验，在实践的前面两天就常常碰壁。因为不了解电信业务方面的专业知识，在介绍的业务时搞得到后来自己都不懂得说些什么！而且往往事倍功半，磨破了嘴皮还是无功而反。为了搞好销售，白天主动跟一些老的店员了解e家业务、手机的性能与及一些销售的基本常识外晚上上网上营业厅去了解电信的一些业务政策，后来总算摸到了一些门道。

通过不断地向顾客介绍推销过程中，让我懂得销售员是需要高度的激情和恒心的，这些天的销售工作提高我们的交际能力，不断的积累着自己的销售经验和技巧，锻炼我们的口才。销售行业必须遵循的第一原则，那就是顾客就是上帝，无论顾客多么刁钻，要求多高，都要尽量满足顾客。在实习的过程中，首先，态度要求高，要有礼貌，脸上要尽量带着微笑，这样就保证了员工的基本素质，同时也是给顾客留下一个良好的印象。不论顾客的问题有多刁钻，你是否能解答，最重要的是你对待顾客的态度要好，不能显示出厌之色，要尽最大可能为顾客解决问题。销售代表要给客户以友善的，有礼貌的服务，这是使客户回头购买产品最好的方法，而且可

以增加一定的口碑效应。因为客户的价值不是基于一次性的购买，给予客户大的价值就是将客户变成价值大的、经常光顾的顾客。给予顾客小的价值就是将客户送给他人。通常客户都会选择多花点钱去买高质量的服务，特别是现在市场竞争这么厉害，我们更要提高服务质量来增强竞争力。针对这一点，我们对每一位来电信营业厅的客户都给予热情周到的服务，不管他这次来是否要购买产品。即使这次他不买，那他下次有可能也会买的。这就是开发潜在的客户。

其次就是需要我们有毅力。任何事情做久了我们都会产生厌倦感的，只是刚刚开始时有热情是远远不够的，我们需要的是持之以恒。不能因为天天做着差不多的工作就消极工作，要学会从无聊的工作中找到你的快乐点。

通过实践，对销售有了一定的了解，掌握了一些基本的销售技巧。

1、良好的服务态度是销售成功进行的前提。做为一名导购，销售业务，顾客对于我们来说就是上帝良好的服务态度是必须的。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。这一点我深有感触，在实践的初期我就因为服务不够耐心而错过了很多顾客！

2、高超的销售技能是销售成功的关键。在实习中，我才发现如果不掌握一定的销售技巧，仅仅依靠良好的服务态度和礼仪是不能成功的完成交易的在向顾客推销业务时我就发现，同样一种业务，往往不一样的介绍方式就会收到不一样的效果。以下是一些前辈介绍和在工作中总结出来的一些销售技巧：

(1)、沟通技术的应用。应对主动提问的顾客时，要合理运用先去评价一下顾客问题，然后寻找顾客提问原因，再找一个“垫子”引导顾客说出其真实需求的方法。

(2)、展示产品的技巧。了解顾客购买的思维方式，根据营销理论中的排除法，顾客会购买价格两个极端的商品，通过体验销售，不断排除顾客认为不符合其要求的品牌和产品；加强主题，突出三个卖点，提供正面的展示或负面不良的暗示，使顾客积极参与到产品的性能体验中来。比如e家业务：送手机，低资费标准，一号双机业务。

e9免费送itv一年都是我们的推荐重点。

(3)、把握成交的控制。掌握成交缔结的技巧，在多数销售中，如何控制销售过程的发展，在每一个阶段及时帮助顾客做出决定即成交缔结，对不同的顾客应该采取不同的方法。成交的要诀：多看、少说；一问一答；不急不忙；保持态度。

3、善于抓住顾客心理是销售成功的保证。现在的市场由于竞争激烈，顾客成了稀缺资源，而且顾客往往都有“货比三家”的习惯。因此，要想让顾客第一时间办理电信的业务，分析顾客的心理就显得至关重要。我就有过很多往往已经看上了一些产品，但因为费用太高等原因而迟迟不肯出手，这时就要抓住他的这种心理，向他充分介绍产品的效能，使其产生物有所值的想法。就像e6套餐要抓住顾客他的手机月话费多少来选择适合的档次，并强调固话免这样的经历，有很多顾客月租等有利于顾客的政策标准。

当然，在暑期实践的过程中，也遇到了很多其他的问题。前半段时间，可能自己觉得工作很简单，就粗心大意，马虎了事，而且还有点心浮气躁，常常出现错误，但由于和他们未熟悉所以不敢和他们说太多的话，而且对工作未曾了解，开始觉得不太适应。后来我慢慢发现，只要真诚待人，虚心请教同事，他们也很乐意和我交往，还教会我一些实际的东西，由此我深感真诚的重要性。这是我明白了做任何事。哪怕是一件小小的事，也是需要恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸。在这里不但要学会如何做事，而且要学会如何做人。正确处理同事之间的关系是非常重要的，它会关系到

你能否开展工作，孤芳自赏并不能说明你有个性，过于清高是很难融入大集体的。

社会实践活动带给我的是欣喜，喜悦、在实践活动中我感觉到自己的微薄，体会到合作的力量。一方面，我锻炼了我自己的能力，在实践中成长，在实践中学习，充实了自我，增强了口头表述能力，与人交流，真正的走出课堂，如何服务大家，享受自己的成果，使自己陶醉在喜悦中，有时忙的时候也会觉得很累，但更多的是感觉自己在成长，我在有意义的成长。另一方面，我也意识到了自己的不足，在与人交流的时候有比较大的欠缺，但通过这次在电信营业厅的实践，我发现自己在慢慢的进步。

首先，真诚待人。我刚来报到时，遇到很多新的面孔，由于和他们未熟悉所以不敢和他们说太多的话，而且对工作未曾了解，开始觉得不太适应。后来我慢慢发现，只要真诚待人，虚心请教同事，他们也很乐意和我交往，还教会我一些技术，由此我深感真诚的重要性，在这里不但要学会如何做事，而且要学会如何做人。

其次，勤学好问。刚来到单位时，我对很多方面都未熟悉，这就需要我勤学好问。但必须注意的是，在问人之前要分清哪些问题可以问，哪些问题不该问，还要注意在什么时候问会好一点。比如新来的员工就尽量避开报酬这个话题，不要对薪水太在乎，对于新人来说，能学到东西才是最重要的。善于总结。每天我们都会遇到新问题，我们只有在总结前一天工作具体情况的基础上制定出预防方案，这样才能保证按质按量的完成工作任务。同时，这也提高了我们解决问题的能力 and 应变能力。

通过这一个月不到的实习，我深深的体会到作为一名合格的电信营业人员，不仅要具备较高的业务水平，更需要具备良好的职业素质和心理素质。营业员，是我们企业最普通、最平凡的岗位，但作为企业的最前沿，代表的却是我们移动企

业的整体形象。我们应该认真向那些在平凡岗位上做出不平凡事迹的营业人员学习。

暑期实践个人总结荟萃篇四

“少不入川，老不离川”，古人的这句俗语大致是有道理的，年少时不该来四川，而年老时不该离开，都是为了在强调，四川是一个多么让人流连忘返的地方，它有着鬼斧神工的自然风光，有着独具特色的风土人情，更有着让人欲罢不能的各色美食…在这热火朝天的七月里，作为学校暑期社会实践团队的一份子，我终于有幸来到了这片神奇土地的中心——“天府之国”成都。如今的成都，已经成为了一座经济蓬勃发展的西部中心城市，越来越多的人才涌现，聚集，生活在这里。而我们这次社会实践活动的目的，就是想要了解成都当地民营企业的发展状况及民营企业家们的创业历程，为此，我们进行了为期七天的采访实践活动。回顾起这七天里的所见所闻，至今仍历历在目，感触良深，那些与民营企业家们的一次次对话访谈，让我难以忘怀，也将受用终身。

初次来到第一位接受我们采访的民营企业家的会议室，我的第一感觉是简约，甚至有些简陋。但是从陈列柜里的那一张张证书和奖牌可以了解到，这家民营企业在行业中已经处于领先地位，具有相当的规模和实力。随着采访的开始，让我们渐渐感受到这是一位十分平易近人的企业家，他的创业经历，也几乎是他们所处的改革开放时代所有怀有理想的创业者的一个缩影。从一名初来乍到成都的国企小职工，到决定辞职亲自下海创业，最后成为一名成功的民营企业家，他一路走来，这中间一定有许多许多的艰辛坎坷，他也必定有自己的过人之处。但当我们问起是什么才是您创业成功的最大因素，这位企业家只说了四个字：诚信，坚韧。所谓诚信，他从不拖欠银行贷款，员工工资等等，他可以承诺自己的产品经使用后效果良好再付款…所谓坚韧，他在创业初期几乎是跑遍成都市来寻找客户，遇到任何企业发展的困难时期，他从不轻易放弃转投其他行业，做一行专一行…这简简单单

的四个字，要是能真真正正体现在自己的为人处事之中，体现在实现人生理想的行动之中，那离自己创业成功的那一天，也就不远了。

接下来，我们参观了四川省著名的民营企业宏达集团，并且有幸得到了宏达集团副总裁刘德山的接待，他为我们系统介绍了宏达集团的发展历程，总裁刘沧龙的创业经历以及阐述了什么是企业家精神。这其中让我印象最为深刻的，是宏大创始人刘沧龙的奋斗历程。从500元起家的小作坊式磷肥厂，到如今宏达集团成为总资产达170亿元的中国企业500强，刘沧龙能带领它一步步发展壮大，他的成功秘诀所在，是其具有超前思维的发展观，诚信的价值观，吃亏是福的得失观，能换位思考的人才观，这些无不体现出了刘沧龙身上具有的企业家精神。令我更为惊奇的是，刘沧龙董事长经常讲的一句话，也几乎成为他个人，乃至宏达集团所有员工的座右铭，竟会是如此简单的一句：认真做人，认真做事。我想每个人对于这句话也许都会有不同的理解，而我觉得，它让我懂得了要成为一个成功的创业者，首先，要学会做人，不断完善自我，永无止境地追求自身的进步，做一个对他人，对社会做出贡献的人。然后，便是真正开始朝着自己的理想一步步地迈进，认真执着，一丝不苟地做好每一件事，积累到一定的程度，自然就会有厚积薄发的那一天到来。

以后几天，我们又相继采访了另外两家民营企业的总裁，包括多米尼鞋业有限公司和蜀羊防水有限公司。听了他们的创业经历和人生感悟，我同样有着很深的体会，虽然他们各自所处的行业不同，企业的规模也不同，但其实在这些成功的创业者身上，却闪现着许多共同的精神和品质，比如诚信，比如执着，比如心胸宽广。而这些，也正是他们眼中自己最终取得成功的关键所在。

这次暑期社会实践虽然已经结束了，但是它在我心头激起的震荡，却还远远没有消散，脑海中至今仍会回想起那些企业家的话语。作为一名即将升入大三的学生，我知道时间已然

非常紧迫，只有在今后的日子里不断提升自己，拥有清晰的目标和规划，努力做好每一件事，才能在不久的将来在这个竞争异常激烈的社会立足，才能最终实现自己的创业理想，收获人生的成功。这一切，任重而道远，而我现在，决心迈出坚实第一步！

暑期实践个人总结荟萃篇五

xx年的夏天，我报了个新东方的英语班。于是得以留在南京半个月的时间。今年是我大学的第一个暑假，早在还没放假之前我就开始着手安排自己的暑期社会实践，很荣幸地，我得以加入了两个非常优秀的团队。一个是以“情系乡村文化”为主题的小分队，另一个就是咱们“南京！南京！”小分队了。

这两个小分队的主题不同，开展的地点也不同，然而同样表达了我们新一代南师学子的激情，向社会展示了我们南师学子特有的风采。从农村到城市，虽然大家展开实践的侧重不同，但是同样展现了我们祖国建国六十周年以来所取得的成就。

总结起来，暑期实践教给我最宝贵的一课就是团队精神。我们大多数人都是独生子女，在家都是家长的掌上明珠或是心头肉，不免有点个人主义，以自我为中心。但是在本次社会实践中，通过与小队中的其他队员的矛盾与合作，我们建立了牢不可破的友谊，学习到了团队协作的技巧，些些有点懂得了自己的长处与短处，对自身的定位有了更精准的概念，这对我将来的发展必将是大有裨益的。

其次，更坚定我在活动预期中的信念。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，相当部分的大学生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。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。通过实践活动，尤其是与万家帮安养庇护院的小朋友们的接触，我深感自己的社会责任，从而获得了更大的前进的动力。

第三，随着革命战争年代的远去，我们渐渐淡忘了革命先烈付出的巨大牺牲，特别是年轻一代。红军坚定的共产主义理想信念、英勇顽强、不怕牺牲的献身精神、不怕吃苦的奉献精神，患难与共、生死相依的团结精神，遵守纪律、爱护群众、为人民服务的精神具有重要的教育意义。它教育我们青年一代应树立怎样的人生观、价值观，激励大家继承和发扬革命传统，以红军精神投入学习和工作，共创美好生活和未来。通过对老红军的采访，我习得了不怕牺牲、百折不挠、勇往直前的红军精神，领略了金陵丰厚的历史底蕴，加深了我对南京这座城市的情感。

第四，在另一方面，“情系乡村文化”小分队的调查研究，让我领略到了祖国广大的农村的文化生活所发生的翻天覆地的变化。这两个实践小组的成果相结合，我的爱国情感也得到了进一步的提升，作为中华民族龙的传人的民族自豪感油然而生。

然而转念一想，我们的实践成果仅仅限于我们小队几个人自己的家乡，在这些地方之外肯定还有我们没有预料到的情况，我的欣喜与自豪似乎有点为时过早。这个想法让我充分认识到了自己的浅薄，我告诫自己必须要成长，必须要谦虚，必须要谨慎。

要说到我自身能力的成长方面，我自觉也是巨大的。实践活动的开展必然是会遇到难题的，以前的我每当遇到困难总是喜欢求助于爸妈，这次实践中初次遇到问题我还是下意识反应想给爸妈打电话。但当拿起电话的一瞬间，我突然意识到我已经离开了家乡，离开了家，这个距离已经不是爸妈的翅膀能够为我撑起的那方天空。我这只小鹰已经长出了稀疏的

羽毛，虽然目光还是稚嫩，但是不应该再让辛苦培养我长大的父母亲担心。于是我坚定地放下了电话，我绞尽脑汁地四方打听，我不辞辛苦地实地奔跑，我用我的真情实意与队友精诚合作，与万家帮的小朋友们交朋友，我不敢说我的社会实践在院领导或者另外的同学眼中是无可挑剔的，我们还太年轻。但在我的眼中它已经是我所能做到的最大限度的完美，我已经尽了自己最大的努力，实践的每一个结果都是我汗水的结晶。

以后我们再做实践肯定会比今年的更加完善更加成熟，但是在今年大一的这个暑假，我为自己能够交出这样的实践结果感到欣喜与自豪。但是我会更加努力地完善自身，发扬红军精神，为了自己更好的未来，为了农村人民更好的生活，为了社会更好的发展，为了祖国更加的繁荣。

暑期实践个人总结荟萃篇六

通过多次的联系沟通□20xx年暑期的7月31日至8月3日，获得了和用友软件工程、亚信科技、埃森哲三家公司参观交流的机会。借此，我一飨对it咨询行业的好奇与探求之心，这次实践不仅锻炼了我沟通组织能力，也带给我对未来的另一番思考。

7月31日，我们冒雨来到用友软件工程有限公司，受到了几位学长的热情招待。我们大致了解到用友软件工程的基本情况，公司主要为中小型企业提供定制的业务解决方案，没有特定的行业定位，业务范围广泛，并还在向国际市场拓展中，现已有几家分公司和设有美日办事处。公司软件开发能力逐渐较为成熟，有些项目通过了cmm5评估认证，公司项目开发建立在一套由政府投资自己开发的use-gap系统开发平台这个基础核心之上。总的来说，它是一个正在发展上升中的小型软件公司。用友一行让我感触最深的还是学长们开始职业生涯中酸甜苦辣的真挚的切身体会。

8月1日，我们在亚信科技公司度过了充实忙碌受益匪浅的一天。亚信为我们安排得丰富紧凑的schedule让我们了解亚信是一个具有明确市场定位的专业公司，充满着不断创新的朝气，同时拥有专业的经营管理体制和团队。从怀着“把internet带回家”的豪情壮志创业，十三年的发展历程，使得亚信成为在资本运营能力、软件开发集成的能力、项目管理的能力都具有很强竞争实力的成熟软件供应商。亚信人所崇尚的“正直诚实、信任尊重、激情创新、追求卓越和团队精神”的企业精神成为亚信择才的标准。我个人得益最大的是，亚信一行开辟了我的行业思考角度，也启发我在日后的学习生活中对感兴趣的行业最新技术发展动态要多加关注。

埃森哲是全球领先的管理咨询、技术服务和外包咨询公司。凭借着悠久的行业积累，全球统一的知识库，品牌知名度，其在中国的it咨询业务有着雄厚的实力。8月3日，我们在accenture的几个小时中，感受到其独特的文化氛围——沟通的感觉。介绍中，我们对it咨询行业的宏观轮廓有了大致的了解。it咨询重在通过信息化手段，改进企业的管理方法、生产流程等，帮助企业和政府实现变革，产生新的价值，实现卓越。咨询公司在其中扮演了一个行业架构师的角色，是一个市场领导者，变革的引领者。以前只是耳闻accenture这个咨询品牌，实践中体验到了其蕴涵的质感。但相比之下，我对accenture副总裁王士平先生的一句话“中国没有形成自己的咨询业”印象深刻，也是满腹疑惑。现状是中国咨询的高端市场一直被accenture、毕博等跨国公司盘踞着，本土咨询公司徘徊在中低端市场中，很难形成富有竞争力的知名品牌。在日益增长的it咨询服务业中，这一现象更加明显。这次实践我们没能到本土it咨询公司看看，比较遗憾，否则我们必定能够对中国it咨询行业有个更加全面深刻的了解。

走访这三家公司，我们刚好接触到了从基础职位到高级领导职位的不同层面的职业人。用友的几位学长（2年左右工作时间）基本上是程序员或项目teamleader。他们和我们分享了工

作的辛酸乐趣，我们深切感受到了他们积极进取的拼搏勇气。我们更多地从职员个人的侧面了解了it行业中的软件开发公司和成功职业生涯中拼搏打拼的必经阶段。亚信科技的几位项目经理和部门经理（5，6年以上）则更多从行业动向和公司整体发展层面上讲授了企业对大学生品格能力的期望，并给了我们在学校学习活动应注重提高的方面。言谈中无不体现了他们更加成熟的职业作风和不少的行业经验积累。accenture王士平副总裁（20多年的工作经历）亲切而中肯地和我们探讨了个人综合素质的全面提高，做事心态方式，人的思维方式的成熟过程。另两位高级主管（十多年的工作时间）也从咨询的行业特点为我们展示了咨询融入生活的lifestyle。我们从三家公司的人士不同的气质谈吐思维方式体会到了一个（成功）职业人的成长历程，给自身现阶段需要努力的方面和未来发展方向多了一份参考。

关于it咨询

这次实践的主题——it咨询，唉，有些跑题了，原因如下：主观上，自己对主题的了解理解不够，联系时homework没有做好；在实践过程中比较被动，没有掌握合适的话语权，听得多，说得少，没能将重心引至所关心的主题上来；客观上，公司介绍时会重在自己的特长处，即使网页上声称有的业务，并不都是乐于谈论。

但“失之东隅，收之桑榆”，我第一次到三种it相关的公司看了看，接触到职业人，感受到了it企业对于复合型的高素质人才的要求，认识到自身知识技术储备和素质能力上的不足，和大伙度过了充实愉快的5天。这次实践缘于对it咨询的好奇，现在略有了解，兴趣更为浓厚，决定将其作为自身日后职业的一个参考方向。

第一组织一次社会实践，虽然非常简单，但作为队长，我暴露出严重的不足。经验教训：（1）联系时一定要搞清楚对方

是作什么的；（2）注意做事的方式方法，把活动搞得有趣一些，联络感情，调动大家的积极性。（3）最重要的一点，虽然做的很不够，但一定要自信，这样才能进步。

暑期实践个人总结荟萃篇七

快乐的暑假已经到来，为了提高我辖区未成年人的思想道德素质，充实青少年儿童的精神世界，使青少年学生度过一个有意义的假期。仁和社区于8月3日下午2:30举办了一场“快乐暑假伴我成长”的社会实践活动，提高了本社区青少年的安全意识，使本社区青少年学生度过一个有意义的假期。现就活动总结如下：

炎炎夏日但也抵挡不了大家对于参与活动的热情，活动正式开启之前，我社区党支部书记谭振超致词表示对本次活动的大力支持，鼓励大家积极参与到活动当中来，我社区在今后也会多多组织策划活动，给广大青少年学生一个学习的平台。

接下来给大家播放了暑期安全教育的视频，生动形象的告诫在座的青少年在暑期要注意安全，提高安全意识。然后社区文明创建专干李洋波宣读夏季安全告知书，再次强调暑期安全注意事项。随后，专干易倩组织开展了“文明手势礼点亮未来，排队礼让花伴我成长”主题教育实践课，在座的青少年学生在家长的协助下亲自动手制作礼让花，将文明的种子播撒在未成年人的心中。

在家长们极力协助下，在座的青少年都成功制作了属于自己的礼让花，然后每位青少年都将礼让花佩戴在胸前，在我社区工作人员的组织下，进行分组引导排队礼让，在斑马线前倡导司机和行人使用文明斑马线手势礼，一个个争做文明宣传的最美微笑使者。

活动最后，我们还请了外教老师给大家上了一堂生动形象的“learnalanguage”外教老师风趣幽默，肢体语言丰富，给

在座的青少年带来一堂生动有趣的课程，和青少年们度过了一个愉快的下午，活动也在欢声笑语中圆满结束！

暑期实践个人总结荟萃篇八

暑假的社会实践活动已经结束，但是社会实践活动带给我们的影响永远不会结束。它让我们走出课堂，走出校园，走向社会，走上了与实践相结合的道路。实践是检验真理的唯一标准，在实践中我们发现了自己的缺点和不足，发现了自己以后发展的方向。同时也了解了如何将所学知识应用到社会生产生活中去。社会实践活动虽然当时感觉很辛苦，但现在回想起来乏味中充满希望，苦涩中蕴含这甘甜。

快乐的时光总是弥足珍贵，短暂的经历总是耐人寻味的，我们反复回忆、思索这一路上的点点滴滴，这一个星期的社会实践有汗水，有欢笑，更有沉甸甸的收获。

虽然一个星期的时间活动让我觉得很累、很辛苦，但我从中锻炼了自己，并且学到了很多课堂上学不到的东西。也通过这些天的实践，使我对真实的社会有更深切的体会。

通过亲身体会社会现实，让自己进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼才干，培养韧性，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。同时通过社会实践，找出自己的不足和差距。

社会实践活动给生活在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。深入社会，能从中学到了很多书本上学不到的东西。的确，感性认识到只有到实践中去、到基层中去检验才知道其正确与否，同样，只有在实践中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。

“艰辛知人生，实践长才干”。通过开展丰耕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。

外界社会保持同步发展，做到与时俱进，不与社会脱节；我们应该珍惜现在的学习机会，珍惜生命的分分秒秒，学习好知识、运用知识，时刻牢记，虚度年华就是作践自己。与此同时，多多与社会接触是很必要的。如果我们想接受时代的挑战受到社会的欢迎，就抓紧时间好好地充实自我。不仅要学好专业课，还要广泛的汲取各领域的知识，努力提高综合素质。

“天将降大任于斯人也。必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤……”。在短短十几天的实践活动中，汗水淋湿了我们的衣裤，泪水模糊了我们的眼睛。但我们选择了坚持。我们把河师大人永争第一的精神带去了社区，把师大学子的优秀品质和良好的精神风貌体现得淋漓尽致。在社区人民的心底留下了美丽的印象。七月，我们走进火热社会，用汗和泪谱写一曲壮丽的青春之歌。这是爱的奉献，这是我们的无悔选择。七月，我们撒播希望，同时拥抱丰收，就如新世纪的第一缕曙光，我们暑期社会实践的感悟与收获必将在我们成长的人生道路上写下光辉灿烂的一笔。

作为大学生，我们要了解社会，深入基层，深刻地学习党和国家的方针政策，学习三个代表，实践三个代表，为促进我国国民经济的发展和中华民族的伟大复兴作出应有的贡献。此次实践之行，是学校、学院给我们的难得的学习实践机会，是给了我们的极大的支持和信任，我们作为国家的后继力量，只有懂得全面的发展自己，把理论与实际相结合，才能更好地投入到祖国的建设中去，才能真正做一个奋发有为的现代青年！

一路的艰辛与微笑，虽有所收获，然所学是开始，新的考验和抉择要奋斗不息、磨砺前行，请不要让我们年轻时光留下太多遗憾！

（一）虚心学习，严于律己，甘当小学生

作技巧，我主要以查、看、问的形式作为熟悉各类公文的切入点，了解单位的管理工作与管理模式以及运作规律，诚恳向行政科那些从政多年、经验丰富的同志请教，虚心接受他们的批评与指正，努力在最短的时间里掌握各类公文的格式与写作要领，为毕业后走向工作岗位练就本领打好基础。

2、在实践中增长才干。虽然我是一名在校大学生，但我从没有为此而清高自傲，在这次实践活动中我始终以小学生自居，以渴求社会知识增长见识自励，抛弃自满和自卑的庸俗思想，完全融入到行政科的工作之中，用单位的纪律、规章制度和行为守则严格地约束自己、要求自己、规范自己的言行，积极、认真、负责地对待各项工作，做到小事不屈，大事不惧，立足岗位，敢于面对，努力做好自己力所能及的事，并敢于尝试性地参与或协助科室同志料理一些日常事务，简单地处理一些机关公文，包括打印、校对、收发文件等工作。事情虽小，但意义重大，收获颇丰。这是我在这次实践活动中的宝贵财富，是我人生中由学生生活到社会工作的有益尝试，是由理论到实践的一次成功升华。

（二）勤于思考，强化能力，实现“零”的突破

1、加强理论修养，提高自身素质。市容工作面对的是弱势群体和小商小贩的核心利益，二者之间的摩擦和冲突不可避免，群众到机关上访，挖苦谩骂，滋衅闹事等时有发生。面对众多突发事件，要在很短的时间里做出正确的判断，拿出及时有效的处理方案，我内心多次发出警号：一是要理智果断，二是要敢于面对，三是要有耐心，四是要吃透情况，五是要讲求方法，六是要执法懂法，七是要有一定的政策水平，八

是要坚持以人为本。一定要加强自身的理论修养与个人素质的提高，善于化解矛盾，能够稳定大局，在复杂问题和突发事件面前镇定自若，处乱不惊，始终保持脑清目明，把握正确的工作主线，这样才能使工作得心应手，才能保障单位工作的顺利进行，才能将“亲民爱民，文明执法，依法执法，人性化执法”的执法精神落到实处。所以正确处理这种特殊性、复杂性、艰巨性的工作经验无疑将成为我今后在人生道路上启迪各种复杂矛盾的钥匙。

2、坚持劳逸结合，实现充实自我。简短的社会实践活动既有工作时的紧张繁忙，又有下班后的轻松愉快。行政科中的王浩、杨震两位司机师傅给我留下深刻地印象，同时也和我结下了深厚的友谊，成为我下班后学习开车的专业教练，他们不厌其烦，精心指导，一位注重理论升华后的实践；一位注重自身悟性的操作，虽方法不同，但各有特点。在他们眼里我就像一个小兄弟，并没有因为我是个未毕业的学生而受到歧视，反而得到的是超乎寻常的关爱和更多的指导与鼓励，让我逐步走出了初次驾车胆怯的心理阴影，增添了轻松上阵后的无穷喜悦，也是我这次工作之余的意外收获。

3、树立大局意识，在工作中学会自立。这次社会实践活动，使我在工作中得到锻炼，在集体生活中读懂了什么是大局意识和团队精神，在日常生活中学会了自理、自立，虽然局机关各科室事务分工明确，每个工作人员各执其事，但不管是科室之间或人与人之间的各项工作都不是孤立的，必须相互协作，整体推进，人与人之间也是相互关爱、相互支持、相互包容。特别是一些诸如打扫卫生，整理办公室这些小事都是靠大家的自觉性和责任心、事业心自觉履行。一个月的实践活动中，使我逐步地走出了“摇篮”，走出了“襁褓”，摒弃了我过去在家里、在学校、在宿舍等集体环境中的依赖思想和懒散行为，学会了从我做起，从小事做起，从现在做起，懂得了“我为人人，人人为我”的基本道理。

4、美好的生活都是短暂的，一个月的社会实践活动转眼而过，

在这段美好而难忘的日子里，更多的是收获、是喜悦。然而，美中不足的是我对市容管理中有些工作的认识还仅仅停留在看别人做，听别人讲的表面，对公文写作也只知之皮毛，未能提笔动手领悟其中的精髓。但也正因如此，我今后在写作方面更要下功夫，勤动手、多动脑，在努力学好自然科学的同时，还要不断地积累社会知识，在今后的工作中发奋进取、积极向上、追求卓越。

充满紧张、严肃、繁忙、快乐、充实的社会实践活动，是我人生的一个故事、一朵浪花、一个驿站。在即将离开市容局之际，澎湃的心情总是难以平静，总有千言万语在内心深处涌动。

1、社会是一个大舞台，也是一本教科书。我原以为自己是个大学生，过高的估计了自己的能力和水平，通过这次实践，我才清醒的认识到自己的渺小，知识的贫乏，能力的不足，不能独挡一面的处理社会事务，不能得心应手的舞笔弄墨，对待突发性事件束手无策，政策水平，理论水平，文字功底也更是我非常薄弱的环节，面对社会这本教科书我惭愧自己几乎是个“文盲”。社会实践活动给了我锻炼的机会，把我从狂妄中唤醒。

2、要做事，首先要学会做人。我下一步将面临走向社会、参加工作，此时此刻我深深地懂得树立好正确的人生观、价值观是对我是何等的重要。只有塑造良好的品质，才会处理好复杂的社会关系，保障人际关系有较高的质量；也只有树立好正确的人生观才能做到遇到困难不推诿、不躲避，而是迎难而上，敢于面对矛盾，严格遵守各项规章制度，不自卑、不自满。也只有树立好正确的人生观才能在单位工作中做到按职级办事不越权，按程序办事不越位，按规定办事不越轨，努力、认真的干好自己的工作。

3、学习是一个永恒的话题。知识的力量是巨大的，但是对知识的学习、掌握和应用，是十分艰辛的劳动，没有坚定的信

心、顽强的意志、勤奋的精神，是坐不下来的、是学不进去的。古人云“非学无以广才”，现在社会，学习理论、探求知识、追求真理，最能引人入胜，最能愉悦心情，反而不学习只会孤陋寡闻，生活也将失去许多乐趣，因此我将把学习作为一种能力来锻炼，作为一种资源来开发和利用，作为一种传统来继承和发扬，作为一条纪律来遵守和执行。我相信，只要努力学习，排除各种干扰，向已定的目标顽强冲击，就一定能够品尝到知识的甘甜。

总之，市容工作是辛苦的，面对工作对象的特殊性和工作内容的复杂性，加强市容卫生管理工作是一个长期任务和永恒话题，群众卫生意识和自身修养的提高也是促进市容工作上水平的重要。