

大学生社会实践个人总结(优秀5篇)

总结是写给人看的，条理不清，人们就看不下去，即使看了也不知其所以然，这样就达不到总结的目的。那么，我们该怎么写总结呢？那么下面我就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

大学生社会实践个人总结篇一

在实习期里，我实习的公司是一家电商公司，我实习的岗位是电商运营助理的岗位，但是由于我在大学读的并不是电商运营对口的专业，所以我到岗位中，必须还要进行一个月客服岗位的工作，来熟悉公司的产品，和平台运营模式，再来转入到电商运营助理的岗位。并且在转入之前还要通过了公司的考核，达到了公司的标准才能够顺利进入到电商运营助理的实习工作中。所以一开始来到公司的时候，我就承受了很大的压力。

尽管是客服岗位的工作，我也很多东西需要去学习，因为关于电商行业的知识和内容都是我在大学里没有接触到过的。熟悉和了解工作产品就花了我一个星期的时间，到了后来我学习在电脑上关于xx后台上的实际操作，还总记不住流程，犯了很多错。但尽管如此，我依然抱着一颗坚定要通过公司考核的心，来面对我工作中一项项艰巨的任务。不管是在公司休息的时间，还是上班的时间，我都不想浪费一分一秒来学习，来进步来提升自己。所以在我对我们公司xx电商平台上学习和努力专研了一个月之后，我终于通过了电商运营助理岗位的考核。在之后的时间里，我就一直留在了运营助理的岗位中，继续学习更多关于电商的知识，和工作。

虽然在实习期里，我有一些地方是值得肯定的，但是也存在着很多不足之处，需要我去改正和进步。比如，在人际交往这一方面，在这两个多月里，我把大部分的时间和精力都投

入到了我本职的工作当中，没有很用心的来经营我和公司同事人际关系这一点。这对于我以后在公司的长期发展，是非常不好的。所以，在之后的工作里，我一定要对人际交往这一方面注重起来。

总之，在实习结束后，我会继续留在公司里发展，我会用我全部的激情和努力，来在公司里开创出属于自己的一番新天地。

“花儿还有重开日，人生没有再少年。”转眼之间，我四年大学的青葱岁月就这样一晃而过了。而我的实习期也即将结束，面对这个时期的结束，我顿时感到压力很大。一个是来源生活的压力，另一个来源于自身的压力。但是不管是哪种压力，我都要把他们化作成我前进的动力，来开启我另外一段美好的生活和工作。接下来，就我在实习期作为一名活动执行助理实习生的工作做一个大致的总结。

在实习期的时候，我在xx公司里担任的是一名活动执行的助理。在担任这个助理的期间，我不仅在这个岗位中学习到了很多职场上的为人处世之道，还学习到了很多与本岗位相关的工作技能，让我有了人生中第一份工作的经验。虽然这份工作非常的辛苦和累，但是能在艰苦的工作环境里自我成长和自我锻炼，也是一件十分难得的事情。

一开始，经理跟我说这份工作需要有超强的耐力，和超强的吃苦能力的时候，我还不没有把它放在心上，因为经理说他们的这个职位一般都不招女生，更何况还是一个应届毕业的实习大学生，所以我就想要证明给他看，我是能行的。但是在来到我们这个活动执行的助理岗位后，我就明白了经理所说的都是事实。因为作为一名我们公司的执行助理，我有很多的体力活要干。每场活动，不仅都需要我去提前踩点，提前联系好，还需要我去采办各种活动物资，联系好各种相关人员。每一件事情都要事无巨细的做好。并且到了活动当天，我还要布置场景，没有人员安排的时候，我就要亲自动手，

有时候我一个女生要搬一个几十斤重的机器设备，要抗一大袋活动需要用到的物料。有时候，一天有很多场活动忙不过来的时候，我不仅要在地各地来回奔波，我还要加班到晚上两三点。活生生的把我从一个精致的大学生少女变成了一个十分粗糙的女汉子。不过在这个转变的过程中，我也体会到了社会生活的艰辛，体会到了我在正在成长和历练的滋味。

大学生社会实践个人总结篇二

生产实习已经告一段落，在生产实习中经过对生产机械等详细了解 and 认识，加之与书本知识的联系学习使得我对大学所学专业有了进一步的学习和巩固。学习不止是“学”，“习”和“悟”也是必要的环节。陆游《冬夜读书示子聿》一诗：“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”，说的就是这个意思。在这次生产实习中我也对此有了深的认识和深刻的体会。

首先：作为学生，生产实践是学生对专业知识的进一步巩固和认识。也是我们顺利融入社会化大生产的一项有利保障。因为学生自古以来都是以学为本，社会实践的机会机会相对较少。而社会对大学生的要求即使社会实践，社会生产经验都具备的员工。所以，对于我们来讲，动手本事是我们能成功就业的关键。同时生产实践，也是对我们协作本事，处理同学关系的一次锻炼。大学作为一个“熔炉”，为我们供给了许多培养社会经验的机会，可是相对于社会生产关系而言，我们却知之甚少。而生产关系的认识又是我们事业发展不得忽视的。所以，适当处理协作关系是我们能够开展事业的关键。

其次：对于学校而言，学校作为社会人才的培养单位，有义务和职责为学生供给学习和实践的条件。生产实践作为学校人才培养的重要环节之一，是学校建立学生—社会—学校三线一体的一个重要举措。生产实习过程中学生需遵守学校生产实习规定和要求，并能够按时完成教师布置的工作，如做

好笔记，完成机器图的绘制，实习报告等。学校在生产实习中经过分组的教学模式，使学生建立必须得团队意识，再经过在实习过程中学生自愿分组等方式，大大的锻炼了学生的协作意识，同时也为“人人都动手”创造了机会。大学给我们将来工作学习供给了实践的舞台，所以我们才能为将来顺利进入社会做好准备。

再次：对于公司企业，实践是一种对用人单位和学生都有益的人力资源制度安排。对于拥有具有生产实践经验的员工而言，是企业发展储备人力资源的措施。任用具有实践经验的员工能够降低公司和企业的经营成本。所以大范围的选择人才，培养和锻炼具有实践经验的大学生，是为迎合社会需求的重要举措，也是作为用人单位的公关手段。让更多的社会成员（如实习生）了解用人单位的文化和理念，从而增强社会对该组织的认同感并赢得声誉。

生产实习持续了一个月左右，实习进行了五部分：mps8站，45号单螺杆挤出机，机头，注射机，传感器等。每个部分都是我专业知识的进一步概述，所以对于此次生产实习，我受益颇丰。感激教师的谆谆教诲！

大学生社会实践个人总结篇三

所以一开始并不觉得茫然，在师傅的悉心指导下，很快熟悉了自己的工作，能够独立处理一些现场问题，制作一些优质材料。现在，我来总结一下我在质检方面的时间。

我之前从书上学到“科学的东西，没有虚伪和骄傲是来不了的”。在工程上，尤其是这个项目（中国航天工程），技术含量比较高，这就要求我们的质检人员在质检上不要人浮于事。20xx年7月毕业至今，在第五航空航天研究院光学遥感中心项目部工作三个月。在这段时间里，通过自己的努力和同事的教导，我从一个大学生逐渐成长为一名建筑技师，逐渐适应了现在的工作节奏和强度。在这段时间里，我深深体会

到了一个施工技术员的本分，同时也认识到了自己在工作中的不足。现在我将这段时间的工作总结如下。

自从7月13日加入这个项目以来，我已经做了一个月的现场施工员和质量检查员。首先，从现场责任工程师来说，这是一个重视现场管理和沟通的工作。因为新项目对整个项目不熟悉，和施工队沟通不到位，所以前期工作很被动。从我第一次来的那一刻起，我的野心就突然被现实弄得失去了形状。在这个关键时刻，是项目领导和同事与我沟通，及时指导我，让我认清自己的处境和困难。在大家的帮助下，我的建筑工人的工作开始得缓慢而顺利。

对于施工员来说，首先要掌握每天的工作内容，掌握每天施工的技术要求和施工工艺，以便在现场管理和协调中更好地处理。工地是对一个人能力的极度考验，不仅是对技术的掌握，更是对整个施工现场的管理和协调，尤其是很多工序交叉的时候，要处理好相关事宜，避免不必要的麻烦。在这一个月的施工员工作中，我收获了很多，不仅掌握了施工知识，还提高了与各级人员的沟通。但是在这段时间里，我也发现了自己工作中的不足，质量意识不够高，对一些流程的重叠和处理还是无法理解。我会继续努力，尽快成为一名合格的现场工作者。

接下来的一段时间，我一直在做质检员。感谢施工员前一个月的工作经验，开始的时候我并不觉得茫然。在师傅的悉心指导下，我很快熟悉了工作，能够独立处理一些现场问题，做一些优质材料。现在，我来总结一下我在质检方面的时间。

我之前从书上学到“科学的东西，没有虚伪和骄傲是来不了的”。在工程上，尤其是这个项目（中国航天工程），技术含量比较高，这就要求我们的质检人员以踏实严谨的态度对待质检工作，善于学习自己不懂的东西，不断改进自己已经知道的东西，因为技术在不断的改进和更新。只有通过不断的学习，辅以精致、务实、踏实的作风，才能胜任本职工作。

所有工程的施工、质检工作贯穿始终，在工作经验的积累中，逐步培养自己的远见卓识，以发挥技术第一的作风。在航天五院光学遥感中心项目部二次结构施工中，由于施工队伍质量观念不高，对墙体砌筑、施工浇筑漠不关心，经常出现墙体垂直度差、构造柱浇筑出现“狗洞”现象。经过多次观察和抽查，我们发现了一些问题：墙体砌筑不重视线条，尤其是在砌筑小白砖时；浇筑构造柱时，特别是短柱，不要夯实。发现这一现象后，我们果断处理，并要求我现场工长加强现场监督，再次进行技术交底，并要求施工队派专门的质量人员进行监督。经过这些治疗后，情况发生了很大变化。在以后的工作中，我会不断总结以往的经验教训，培养工作中的预见性，并运用到项目中。

建筑行业不同于其他行业。需要在现场不断检查监督，发现问题，随时解决。所有这些任务都是在现场恶劣的环境下进行的。这就需要我们培养艰苦奋斗的精神，放下管理者的清高态度，从项目的实际工作中充实自己的才能，从而在现场锻炼和提高自己的综合处理能力。

作为中建三局二公司的一员，有机会在北京这么大的市场学习锻炼，我感到无比自豪。这种环境和外部条件给了我们一种信心和荣耀，但更多的是对我们未来工作的鞭策，要求我们在工作中始终用中建的企业形象约束自己。我们的一切言行都必须符合中国建筑企业的标准，逐步培养自己的个人素质和修养，才值得领导的信任和培养。

大学生社会实践个人总结篇四

这次实习让我感受到了工作的难度，原本以为在学校学习会比工作辛苦一些，但是当我进入了真正的工作之后，我才发现，原来工作并没有我们想象中那么简单。我们之所以认为其简单，是因为我们没有体会过，我们没有去真正的感受过。这次实习不仅告诉我工作的辛苦，也告诉我学习的必要。如果不能够在实践中将知识运用上去，我相信我们的学习是毫

无意义的。这也是我此次实习感触最大的一点。

我大学专业学的会计。当时选这个专业的时候，我以为自己在这方面会更适合一些，但是当我真正的走进这个专业的时候，我也曾经后悔过，因为我个人属于比较马虎的人，这个专业和我的性格相反，需要我们更多的细致认真，但既然自己选择了，就一定要坚持下去。所以后来我还是努力的走完了这条路。大学中虽然我对这个专业好感没有那么足，但是我对学习从来都没有松懈过，所以进入实习的时候，其实我也是非常自信的，我认为自己有这样的能力可以去做好这份工作。

还记得我刚开始实习的时候，第一天我就被打击到了。我一直都有一点过分自信，我认为自己大学里成绩比较好，并且自己的母校也比较不错，所以一开始出来我就有一些飘了。很多事情我都自顾自的去做，不太听别人的意见。而这样的后果就是犯错，那次犯错比较严重，还好有领导及时为我处理了，不然我不知道会出现怎样的后果，会让公司受到多大的损失。自从那次之后，我就告诉自己，这里不是学校，请收起你的自信，踏踏实实的从基础开始，做好自己的本职工作就是对自己最大的证明。所以后面的日子里，我变得谦虚了一些，我整个性格也变得缓和了一些。

有了一些改变之后，我的工作更加稳定了，我也知道犯错的后果是我们一名普通员工所无法承担的。所以这段时间里，我一直保持谦虚低调的态度向大家学习，每天都发现问题，然后解决一些问题，这样也让我在短时间内有了快速的成长。我也在没有因为自己的莽撞而犯错，刚进入社会的年轻人难免是会犯一些错误的，但是只要能够改正就是足以被原谅的。以后我的路还有很长，也有很多的未知在等待着我。不管以后的结局怎么样，我都希望自己能够保持初心，一直努力下去。

所以一开始并不觉得茫然，在师傅的悉心指导下，很快熟悉

了自己的工作，能够独立处理一些现场问题，制作一些优质材料。现在，我来总结一下我在质检方面的时间。

我之前从书上学到“科学的东西，没有虚伪和骄傲是来不了的”。在工程上，尤其是这个项目（中国航天工程），技术含量比较高，这就要求我们的质检人员在质检上不要人浮于事。20xx年7月毕业至今，在第五航空航天研究院光学遥感中心项目部工作三个月。在这段时间里，通过自己的努力和同事的教导，我从一个大学生逐渐成长为一名建筑技师，逐渐适应了现在的工作节奏和强度。在这段时间里，我深深体会到了一个施工技术员的本分，同时也认识到了自己在工作中的不足。现在我将这段时间的工作总结如下。

自从7月13日加入这个项目以来，我已经做了一个月的现场施工员和质量检查员。首先，从现场责任工程师来说，这是一个重视现场管理和沟通的工作。因为新项目对整个项目不熟悉，和施工队沟通不到位，所以前期工作很被动。从我第一次来的那一刻起，我的野心就突然被现实弄得失去了形状。在这个关键时刻，是项目领导和同事与我沟通，及时指导我，让我认清自己的处境和困难。在大家的帮助下，我的建筑工人的工作开始得缓慢而顺利。

对于施工员来说，首先要掌握每天的工作内容，掌握每天施工的技术要求和施工工艺，以便在现场管理和协调中更好地处理。工地是对一个人能力的极度考验，不仅是对技术的掌握，更是对整个施工现场的管理和协调，尤其是很多工序交叉的时候，要处理好相关事宜，避免不必要的麻烦。在这一个月的施工员工作中，我收获了很多，不仅掌握了施工知识，还提高了与各级人员的沟通。但是在这段时间里，我也发现了自己工作中的不足，质量意识不够高，对一些流程的重叠和处理还是无法理解。我会继续努力，尽快成为一名合格的现场工作者。

接下来的一段时间，我一直在做质检员。感谢施工员前一个

月的工作经验，开始的时候我并不觉得茫然。在师傅的悉心指导下，我很快熟悉了工作，能够独立处理一些现场问题，做一些优质材料。现在，我来总结一下我在质检方面的时间。

我之前从书上学到“科学的东西，没有虚伪和骄傲是来不了的”。在工程上，尤其是这个项目（中国航天工程），技术含量比较高，这就要求我们的质检人员以踏实严谨的态度对待质检工作，善于学习自己不懂的东西，不断改进自己已经知道的东西，因为技术在不断的改进和更新。只有通过不断的学习，辅以精致、务实、踏实的作风，才能胜任本职工作。所有工程的施工、质检工作贯穿始终，在工作经验的积累中，逐步培养自己的远见卓识，以发挥技术第一的作风。在航天五院光学遥感中心项目部二次结构施工中，由于施工队伍质量观念不高，对墙体砌筑、施工浇筑漠不关心，经常出现墙体垂直度差、构造柱浇筑出现“狗洞”现象。经过多次观察和抽查，我们发现了一些问题：墙体砌筑不重视线条，尤其是在砌筑小白砖时；浇筑构造柱时，特别是短柱，不要夯实。发现这一现象后，我们果断处理，并要求我现场工长加强现场监督，再次进行技术交底，并要求施工队派专门的质量人员进行监督。经过这些治疗后，情况发生了很大变化。在以后的工作中，我会不断总结以往的经验教训，培养工作中的预见性，并运用到项目中。

建筑行业不同于其他行业。需要在现场不断检查监督，发现问题，随时解决。所有这些任务都是在现场恶劣的环境下进行的。这就需要我们培养艰苦奋斗的精神，放下管理者的清高态度，从项目的实际工作中充实自己的才能，从而在现场锻炼和提高自己的综合处理能力。

作为中建三局二公司的一员，有机会在北京这么大的市场学习锻炼，我感到无比自豪。这种环境和外部条件给了我们一种信心和荣耀，但更多的是对我们未来工作的鞭策，要求我们在工作中始终用中建的企业形象约束自己。我们的一切言行都必须符合中国建筑企业的标准，逐步培养自己的个人素

质和修养，才值得领导的信任和培养。

大学生社会实践个人总结篇五

时光飞逝，转眼间实习已经快要结束，在这期间收获到了很多东西，并且一直紧记实习守则，遵守实习学校的规章制度，尊重学校领导和老师，虚心听取他们的意见，学习他们的经验，主动完成实习学校布置的任务，塑造了良好的形象，给实习学校的领导、老师和学生都留下了好的印象。让我从青涩的自己，逐渐走向成熟。在这期间我严格要求自己，毕竟这是真正意义上的第一份教师的工作，要做到对他人负责，对自己负责的态度，来完成实习任务。

从以下几个方面来总结的：

我们每个实习生初到每所学校，对学校里面的情况不熟悉，所以学校就会安排我们在刚开始的时候进行听课。此时此地的听课和在大学课堂上的听课是不同的，因为这种听课的重点是学习老师怎样备课、讲课，学习怎样传授知识，怎样驾驭课堂。我积极的听课，在听课期间做好笔记，等到下课时和自己的指导老师进行交流，想让自己变的更加完善。在听课的时候看老师在课堂上如何处理问题，对突发事件的处理，在听课的期间让我感受颇深，学到了很多的东西。

我们在教学期间，会有老师来听我们讲课并提出相关的意见，可是时间是有限的，只能听几个实习生的讲课，但是剩下的实习生会进行说课。当我第一次进行说课的时候自己的心里很紧张，在进行说的时候自己的脑子里一片空白，怎么说的和怎么做的，在当时说的不是特别清晰，但当老师们点评的时候，给了我适当的鼓励，提出了我的缺点，以及对待课堂上如何吸引学生的目光，结合生活中的案例等情况，对我们进行了很深的交流，在这交流期间，让我感觉到，我自己还有很多的东西要学习，要努力不断地改进自己。

不是简单地看教材,而是认真地梳理教材的内容和想方设法地用自己的语言表述出来。单是这个重新复述的过程就已经很考验我们的能力。在我不断地听其他老师课的时候认真做好笔记,在课下时找老师商量,然后自己再写一篇教案,写完以后回和其他老师进行商量,看看自己那里的不足,需要如何改正,像其他老师借鉴。在课堂上会发生很多的状况,要时刻观察学生的生态,在学生的神态里能够感知到学生的理解与不理解,在教学过程不能太快,并且在期间不能教授太多的知识点否则学生的储存量太多会变得不理解,要循序渐进,慢慢的授课。并且让学生感受到要教课的情景里面带入到里面,让学生展开想象,提高学生的发散思维。

在班级管理上我因为是第一次管理班级 没有经验,并且我是一个很爱笑的女生,并不是一个“凶”老师,我爱和他们像朋友一样的说说笑笑,上课时我也总是抑制不住丰富的表情,于是,学生将这种“和蔼”当成了“好”,他们在和我没有很深的感情基础的情况下,没有办法对我出示的命令作出迅速的反映。为了树立正确的班主任形象,我想尽了办法,开始懂得,班主任的形象应该随情况改变而改变。变得有时严厉,有时幽默,让学生感觉自己变得“凶”了,从而加强了学生的管理。

在人际交往方面方面,要注重自己的礼仪,尊重各位老师,要和每位老师保持良好的关系,并且要虚心接受每个老师对自己的评价。

初来这里,心里面是慌乱的,在到达实习学校之前充满幻想,自己到了实习学校会怎么样,要在一个完全陌生的环境里,能不能适应。可是到了这里以后感觉自己不知道能不能教好这些学生,能不能当一名合格的实习老师,每天都在审问自己。随着时间的推移,心理从刚开始的慌乱到逐渐的沉稳发生了极大的变化,在这些变化里让自己从青涩蜕变到了成熟,让自己处理事件的能力有了提高。

在这里会有有的时间需要自己动手做饭照顾自己，让我感觉到生活的不易，最让我感觉到的是当一名合格的老师是有多么的不容易。在外面感觉老师都是一个很好的职业，而且一说起能够当老师，说明你自己会很厉害，可是只有自己真正的接触到这个行业以后才会明白，到底有多艰辛，有多么的不容易。并且我深刻认识到了在学校学的专业知识不管是理论还是技术还不够细致，不够深入。我们所学的更多的是一些入门的基础，而且理论学习方面根本没有应用到实践中。这次实践是一次很好的练兵机会，我学习到了很多在学校学不到的知识。并且让我尝到了一名教师的酸甜苦辣咸，也让我体会到当一名教师所肩负的责任；通过实习，我还懂得了作为一名教师一定要吃苦耐劳，脚踏实地，求真务实，用最好的精神投入到工作中，并不断丰富自己的知识。

现在,实习快要结束了。通过这次实习,让我了解了教师的伟大,教师工作的神圣,他真的是人类灵魂的工程师,教师的工作不仅仅是“传道、授业、解惑”,而是要发自内心的关心爱护学生,帮助他们成长。在教授他们知识的同时,更重要的是教他们如何做人,这才是教师意义所在。

我相信这次不会是我们旅途的归宿，而是我充满挑战和希望的开始！实习中所收获的种种经验和教训都将会是我今后不断前进的基石和动力。今后的路还很长，必然还会存在各种磕磕碰碰，但是我相信，只要坚持不懈，积极上进，虚心好学，不断改正不足，一定会收获成功的喜悦！相信自己，一定能够做到！