

# 2023年奶茶店实践总结与体会 社会实践 自我鉴定(精选7篇)

总结是对某种工作实施结果的总鉴定和总结论，是对以往工作实践的一种理性认识。写总结的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编精心整理的总结范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 奶茶店实践总结与体会篇一

对于参加了这次“养老院之行”社会实践活动的自己，本人整体来说是非常满意的。我在其中尽自己所能发挥出了一直以来老师家长对我的关于“尊老”的教育，算是一次非常有意义也有成就感的社会实践吧！

在此次的“养老院之行”社会实践活动中，可以说我真正学会了如何尊老敬老的理念以及行为吧！往常我在家对我的爷爷奶奶没有这么耐心，但通过这一次的社会实践活动，我看见别人如何耐心对待老人，我也知道了应该如何做，更意识到自己过去对自己的爷爷奶奶是疏于关爱的。通过这次的社会实践活动，我学到了也做到了。我会将这种尊老敬老的好习惯继续留在我的生活中，让我自己的爷爷奶奶以及身边的老人们都感受到我对他们尊敬和爱戴。

在这次的社会实践活动中，我们也是有在养老院里给老人们的住所大扫除的。通过这一次集体的社会实践活动，我明显感觉到自己勤奋了许多，过去在家里什么家务活都不做，在学校里搞大扫除时也时常偷懒的我，这一次为老人们做卫生却没有偷懒。当我身处养老院那样安静祥和的环境中，看见老人们都已经老得牙齿也掉光了，还在对着我们笑，我就好像有了使不完的劲儿，一口气就把分配给我的卫生任务全部都做完了，甚至还帮助其他人做了许多。这或许是老人们给我的力量吧！为了老人们的勤劳付出，我做到了。

这次的社会实践活动是有三天的，第一天我们给老人们表演节目，第二天我们给老人们打扫卫生，到了第三天，我们是陪着老人们聊天的。也正是这一次陪老爷爷老奶奶们聊天，我知道了老年生活的孤单，让我在心里暗暗发誓，一定要好好陪伴我的爷爷奶奶，让他们的为数不多的晚年生活不那么孤单。在养老院时，我陪着一位老奶奶聊了很多，这位老奶奶给我讲了很多她的故事，可以说不是我在陪老奶奶，而是老奶奶在给我讲故事，陪着我吧！最后却得到了老奶奶的表扬，这让我也明白爱的陪伴，正是这样相互的吧！在此我也学会了用爱陪伴，我做到了。

如果下一次还有此类社会实践活动，我一定还报名去参加。我喜欢看见自己在其中成长了模样，希望自己变成一个更好的人。

## 奶茶店实践总结与体会篇二

思想品德教育离不开社会实践活动，只有在实践中亲身体验，高尚的`思想，良好的品德才会不断地内化为学生自身的素质。为此，我校今年开展了一些社会实践活动，现总结如下：

一、活动内容具有针对性、教育性、实践性。

一至三年级开展了“我爱绿色世界”参观游览活动，引导学生回归自然，走进自然，认识了多种常见的花草树木。四至五年级通过“北京，我来了”长走活动，激励了学生学习奥运健儿的拼搏精神。另外，在活动中还对全体学生进行环境教育，组织了环保行动，在游览过程中，每位同学手拿一个环保垃圾袋，捡起身边的垃圾，以自己的行动为社区奉献一份力量，融入社会大家庭，做一名合格的小主人。

二、活动形式从实际出发，因地制宜。

本次活动利用了我镇有的的植物园、林地及等，通过让学生

走看、等亲身体验，使他们认识了大自然，体验了乡村的田园生活。活动中，要求低年级学生认识5至6种花草树木，高年级学生在终点处“北京，我来了”，的横幅上签名。活动结束后，要求学生们说一说自己认识的花草树木，并要求高年级学生写出一篇篇优秀的游记，既是对活动的记录，也是对活动的总结。

三、时时处处注意安全，确保了活动的顺利的开展。

安全问题是活动顺利进行的基本前提，活动开始前，校长室、教导处、体育组先到活动的地方踩点，学生处下发的活动方案中的五条要求明确规定：行政全部都分到了各个年级；体育组和计算机组的老师负责组织学生并在各重要的路口把关；班主任老师在出发前强调了组织纪律，提醒了学生做好外出的各项准备工作，切实注意安全；科任老师分到各班，协助了班主任老师开展活动。以上防止安全事故发生的措施保证了活动圆满的完成，活动结束时，无一例安全事故发生。

通过这些活动，学生们在实践中增长了见识，培养了能力，得到了锻炼，孩子们也学到很多书本上学不到的东西。我们将在今后的工作中，为学生们提供更多体验实践的机会。

## 奶茶店实践总结与体会篇三

作为医学生的第一个寒假学校便布置了社会实践，由于我学的是临床医学，所以就准备到医院去实习，虽然学什么不一定非要实践于那一行，即使少了些丰富多彩的经历，可这样可以学以致用也值了。

固然我只是大一，离真正参加工作还有几年时间，但从我进大学以后，觉得时间过得真快，恐怕自己还趁早学就再也没有机会了，我深感到，我进入大学并不是人生的终点，只有多吃苦，才知道糊口的艰辛，不易。固然只是两个礼拜的短短的时间，我却觉得像经历数年，自己长大了很多。

对于我这个只有半年学医经历的来说，应该从医院中最基础的工作开始。在医院里我首先学会了血压的测量，了解到测血压前被测者应充分休息，勿吸烟喝酒喝咖啡，不可憋尿。被测者应采取坐位或卧位，气囊应缚在上臂中1/3，不可过松，也勿过紧，否则血压值会降低。充气速度要慢，水银柱在听诊声音消失后再升高20mmhg即可。放气速度以每一心跳下降2mmhg为宜。听诊器应放在肘动脉处，再放气后出现第一音时为收缩压(高压)，继续放气至声音消失(或变调)时为舒张压(低压)。

在医院里我还见识了不少我从来没见过的医疗设备，正是现代科技的飞速发展，对医学诊断和治疗起到很大的帮助。

虽然在医院实习很辛苦，但是我还是非常喜欢那些实习的日子。

通过这次实习，我充分体会到了医务工作者承担着的“救死扶伤、解除病痛、防病治并康复保奖的使命。唐代“医圣”孙思邈在所著《千金方》论大医精诚有这样的论述：“凡大医治病，必当安神定志，无欲无求，先发大慈恻隐之心，誓愿普救寒灵之苦。”因此，医学生掌握先进医疗技术的同时，还要具有爱岗敬业，廉洁奉献，全心全意为人民服务的品格，发扬救死扶伤的人道主义精神，才能更好的为国家的医疗卫生事业作贡献。

## 奶茶店实践总结与体会篇四

专业学习对于大学生来说是重要的，但大学里的学习绝不能仅限于专业课程，更应该注重培养自己的思维方式、动手能力、交际能力、团队合作精神和个人再发展的`潜力。在校学生要全方位提高自身的综合素质，就要为自己寻求更多的社会实践机会，以增强自己的实践能力及竞争能力，为以后找到一份理想的工作增加筹码，实现自身价值和社会价值的相统一。

今年暑假,我在学校的号召下参加了社会实践,与大多数同学一样选择了参加打工一族,走进社会,了解社会。9月,我在新快报媒体广告有限公司医药健康事业部当上了一名实习生,虽然时间不长,而且这与我所学的专业联系不大,但是我相信,对工作负责、认真,虚心讨教的正确态度是从事任何一个职业所要首先具备的素质,这也正是我在这次难忘的暑期实践中所学到的宝贵经验,相信这些难得的经验一定会成为我今后学习、工作中的助推器。

在实践中,我逐渐体会到了打工的不容易,以下是我自己的一些小小的实践心得。

### 一、待人待事皆需真诚

你可以伪装你的面孔你的心,但绝不可以忽略真诚的力量。第一天去新快报实习,我怀着兴奋的心情,因为从没有去过广告公司实习过。当实习生最重要的是态度,是诚恳踏实、积极向上、勤奋努力的工作态度,必须付出比老员工多几倍的努力去熟悉工作程序、工作要领。只要树立信心,战胜自我,就可迈出走向社会坚实的第一步,前途就充满希望。

刚踏进办公室,只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起,我养成了一个习惯,每天早上见到他们都要微笑地说声早晨或早上好,那是我心底真诚的问候。我总觉得,经常有一些细微的东西容易被我们忽略,比如轻轻的一声问候,但它却表达了对同事对朋友的关怀,也让他人感觉到被重视与被关心。因此,我担心变成透明人的事情根本没有发生。同事们把我当朋友,也愿意把工作分配给我。

其实,不仅待人要真诚,对事也要真诚。人无完人,医药部的其他同事在制作广告版面时,也时常会有错误发生,像语句表达不清等。我于是不知天高地厚把自己的意见诚心诚意的提出来。没想到,竟被欣然地接受了。在他们面前,我只是经验浅薄的小字辈,但我觉得对待工作我们不应该论资

谈辈，有意见或建议，只要对工作有利，都应该诚恳的提出来，大家一起探讨。其实，只要你是真诚的，谁会在乎你资历小，又有谁会小看你呢？真诚，让我走出了显示自身价值的第一步。

## 二、实践出真知

我在医药部实习的时间不长，主要做一些文职工作，也很难说具体学到什么，但是有一点是肯定的，在广告公司里接触到的都是很实用的东西，不像课本知识那么理论而抽象，很需要你具备实际动手操作的能力。

以前，在学校里学知识的时候总是老师往我们的头脑里灌知识，自己根本没有那么强烈的求知欲，大多是逼着去学的。然而到这里实习，确使我们的感触很大，自己的知识太贫乏了。就好象会员服务(会员的资料收集，对俱乐部会员进行服务及信息咨询管理)、项目策划协理(针对俱乐部实施的项目，参与并协助策划、执行)、外联协理(俱乐部对事务外的沟通、联络及协调)、俱乐部入会申请表的文案、撰写活动策划书等，这些都是我在课本中所不能学到的东西。

不良的影响，所以千万不可以因为它们简单而小看它，必需小心谨慎的完成每一个环节。这种咬文嚼字的工作无疑对我所学的新闻专业知识具有极大的锻炼作用。

另外，我还第一次尝试参与了医药部的活动策划，第一次学会写活动策划书，才发现原来小小的活动策划书要做得全面而具有可行性，是需要慢慢斟酌和考虑周到的。最后，通过自身的努力，我参与策划的和谐社区健康行活动策划案已经提交并通过了。这些经历都开阔了我视野，丰富了我知识。这里，要感谢医药部的其他同事们，他们总能不厌其烦地教会我，在他们耐心的教导中我不断走向成熟，也积累起一定的工作经验。

粗粗谈了一下我在医药部实践的感受，期间没有什么轰轰烈烈的大事，但是点点滴滴的累积起来的收获也算是一笔不小的财富，个中滋味我都还时时回忆品评，这是我大学生活中非常重要的一段。

在医药部实践的这段时间，有公司员工的协助、自己的努力，自感收益不小。这次实习把我从学校纯理论学习中拉到了在实践中学习的环境。我知道自己除了理论知识之外，我的经验与阅历还尚浅。与公司员工的相处中，我也学到了待人、处事的态度、方式，公司的员工待人诚恳，有很多值得我学习的地方，无论在工作、学习、做人上，我都有很大的收获。

我没有白来，我想，这次实践给我一个难得的机会，勇敢的去实践、去发现不足，更加迫切要求自己充实充实再充实，完善完善再完善。或许，这才是社会实践的真正意义所在。

## 奶茶店实践总结与体会篇五

作为一名法学专业的学生，我热爱我的专业。在南充中级人民法院民三庭的实习业已结束，现就本次实习作出以下自我鉴定。

一、在实习态度上，我实习态度端正，尊敬单位领导，尊敬单位各岗位工作人员，做人诚信踏实，工作认真负责，学习勤奋上进，对于法院工作表现出强烈的积极性和主动性。

二、在实习纪律上，我严格按照一名预备党员的要求来鞭策自己，严格遵守国家法律法规，认真遵守法院工作规章制度，上班不迟到，下班不早退，养成科学规律的作息时间，保证工作效率。

三、在实习能力上，通过指导法官细致耐心的讲解、引导以及自己认真努力的学习、领悟，我的实际工作能力和工作经验从无到有、从点到面，都获得了巨大的提高和扩充。

在实习过程中，我先后参与了一些细致而具体的工作，比如旁听法庭审理、整理判案卷宗、跟随法官庭外调查、对当事人进行访谈、协助记录调解及庭审笔录、特许参与合议庭的评议、法律文书的制作与校对等，以及独立完成所在庭安排的其他工作任务。

通过在实际工作中自己有意地培养与锻炼，我发现问题、分析问题与解决问题的能力得到进一步加强，文书写作、语言表达与沟通交流的基础能力得到进一步巩固，创新与协作的进阶能力得到进一步优化，交往与活动的社会能力得到进一步提高。

四、在实习效果上，总体上自己能够将学校里的知识转化为实际工作中的能力与经验，但同时也存在着一些需要改进的瑕疵与不足。

通过实习，我了解了法院受理、审理案件的所有程序和法院工作

的流程和步骤，加深了对法院工作的认知；我能够初步掌握和运用已学法学理论知识，来科学地指导自己的实际工作；我提高了个人素质能力，各项能力获得发展，综合素质进一步提升；我学习了科学的文书档案管理基础知识，培养了一定的实践操作技能，能够熟练运用现代办公设备。

同时在实际工作中也认识到了自身存在的一些问题和不足。首当其冲是缺乏更深的耐性。例如整理案卷的工作本身是繁琐枯燥的，有时候案卷包含内容比较多和复杂，整理起来难度大、耗时长，这时就易产生工作厌烦心理，这就需要自己在以后的工作中能够静心，进一步提升耐性。其次是缺乏一定的社会经验。在一些案件审理过程中，我社会经验的欠缺暴露无遗，这也给自己敲响了警钟。法律是社会生活的一部分，法律在社会实际运行中会受到诸如社会偏见、情绪、环境等影响，要求我们应具有一定的社会阅历、经验和应变能

力。我想在今后我会更着重注意社会经验的积累和丰富，以使自己能够获得更好更快的发展与进步。

## 奶茶店实践总结与体会篇六

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体会：

- 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体会。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。

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。

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。

## 奶茶店实践总结与体会篇七

社会实践是大学生理论结合实践的一个`重要方式，也是大学生提早积累社会经验的一个重要过程，所以对于大学生来说，暑假是最好的社会实践的时间，这次的实习给了我们一个认识社会、了解社会，提高自我本事的重要的机会。

暑假一开始，我就去了一家电店实践学习，短短一个月的时间让我领悟到了很多在大学课堂上学不到的东西，感受也是五味杂陈，回顾一个月的实习，内心充满着激动，也让我有着无限的感慨，这些东西将让我终身受用。

工作期间，我目睹了家电下乡政策给老百姓带来的实惠，也充分感受到家电下乡对拉动内需、促进国民消费意义重大。在家电下乡的“以旧换新”政策得到了广大农民的支持和赞赏，从某种程度上讲“以旧换新”不仅仅是一种福利还是一种创新和国家对农村建设，对“和谐社会”的发展也起到了必须的促进作用。农民对国家的这种优惠政策也是赞不绝口。家电下乡政策是贯彻国家工业反哺农业、城市支持农村的方针，逐步缩小城乡发展差距，实现农村经济社会全面发展的具体体现。这样不仅仅促进了农村发展，改变了农村落后的面貌，最终受惠的是农民，也体现了一人文本为本的思想。

这次的社会实践让我受益匪浅，社会实践加深了与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让我在社会实践中开拓了视野，增长了才干，社会才是学习和受教育的大课堂。学校学习的一些基础知识是远远不够用的，在这次实践中我明白自我要学习的东西还很多，以后自我要走的路还很长，不能只安于现状，必须要奋勇向前，任何一个岗位，都必须有饱满的热情，付出加倍的努力。尽管在这次暑期实践中取

得的经济报酬是微薄的，可是我收获的精神食粮却十分丰富。因为它让我初步领悟到一个人不管学历有多高，本事有多强，在体现自我价值的社会活动中都离不开“扎实、勤奋、虚心”这样的立身之本。

这次的实习让我受益匪浅，我的动手本事和分析确定本事得到了很大的提升，人际交往和待人处世的技巧也在不知不觉中得到了锻炼，以前我很不爱和陌生人说话，可是我此刻不会对陌生人有任何的胆怯了，这是我在这次社会实践中得到最宝贵的转变，我感到很开心。

在以后的学习活动中，我必须牢记这次学到的刻苦的精神，端正学习态度，在学习知识的基础上加强实践，努力完善自我的同时不断吸收新知识，新思想，到达思想和经历的共同提高。励志做一个专业性强，对社会有用的人，成为祖国的栋梁之才。