

2023年大学生实践上的自我鉴定(通用9篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

大学生实践上的自我鉴定篇一

即将毕业，回首在校期间的学习和对社会实践的一点点，感受良多。

在思想上，本人有良好的道德修养，作为一名党员，我遵纪守法、爱护集体、关心和帮助他人，热爱祖国，拥护中国共产党的领导，坚持四项基本原则；并以务实求真的精神热心参与学校和社会的各种公益宣传活动。树立以集体主义为核心的人生价值观，正确处理国家、集体、个人三者之间的利益关系，当个人与集体、国家利益发生冲突的时候，坚持把国家、集体的利益放在第一位。在思想上和行动上与党中央保持一致，积极主动地向党组织靠拢。课余时间积极参加各项社会实践活动，提高自身素质。

在学习上，我热爱自己的专业，系统全面地学习了本专业的理论基础知识，我现已具有较强的计算机网络操作能力，同时把所学的理论知识应用于实践活动中。在计算机硬件方面，我熟悉其组成原理，能够进行计算机的组装，独立排除计算机的各种故障。除此之外，我还涉猎了一部分其他课程，开阔视野，对本专业方向的应用背景以及整个学科的结构有了宏观的认识。

在工作上，本人担任班级学习委员职务，负责并组织了班里多方面的工作。与同学相处融洽，对工作责任心强，具有良

好的组织交际能力，注重配合其他班委完成各项工作，促进了团队沟通与合作。在校期间，曾参加了不少的校内活动和做过一些社会实践，参加校内的活动可以认识到更多的同学，也就增加了与其他同学交流和向其学习的机会，锻炼了自己的交际能力，学到别人的长处，认清自己的短处。

在生活上，我诚实守信，时间观念强，有着良好的生活习惯和正派作风。为了增强自己的体质，坚持每天早上六点半起床锻炼，不仅使自己的体质能力得以提高，也养成了良好的生活习惯，最重要的是对早锻炼的持之以恒，培养了自己坚强的意志力，努力培养自己良好的生活习惯和道德修养，为以后迎接更大的挑战做好了准备。

大学生活让我学到了很多知识，更重要的是有了较快掌握一种新事物的能力。思想变成熟了许多，性格更坚毅了。认清了自身的一些短处并尽力改正。社会实践能力也有很大提高，为将来走向社会奠定基础。

大学生社会实践自我鉴定范文

今年暑期，作为一名大学生，我第一次参加了工作，虽然很短暂，只有一个月，可我真正体会到了工作的艰辛和不易。

相信大家都吃过xx，但是在xx工作过的人不是很多。刚进xx的第一天，我以为这是一项很容易的工作，服务员们点点餐，收收盘子，做做清洁。但是等我接触到这些工作的时候，才真正明白这一切是多么的不容易阿。俗话说：“台上一分钟，台下十年功。”我们只看到收银员流畅的点餐速度，却不明白这一项简单的工作她们要付出多少。

在xx上班首先要记住很多的东西，比如：产品的价格、产品的包装等等。就算是记住了这些东西还是远远不够的，因为收银不是在校园做考卷，死记硬背不能解决实际问题。我本来就极不擅长与人交流，在前台工作需要应对面的与顾客交

流，这对于我来说无疑是一个巨大的挑战。在应对顾客时，我十分的紧张，越紧张越容易出错，我的速度总是比别人慢很多。看着同一批进来的同事们都适应了工作，越来越进入状态，我心里越来越着急，总觉得自己怎样那么笨，就是做不好，也越来越没信心了。我开始一向觉得自己作为一个兼职，那些全职会欺负我，会什么都让我自己做，所以开始去的时候总是留意翼翼，生怕出错，但是事实并不是那样，她们对我都很好，很主动帮你忙...很多人都很照顾“新手”，尽可能交你所需要的东西，这让我觉得很温暖。

最后我还是选取了去看大厅，我觉得还是那里比较适合我。看着形形色色的人们，或安静的坐着，或相互聊着天。我收拾着大厅，微笑着应对每一个顾客，默默地做着自己的工作，比在前台自在得多。由于在校园坐习惯了，突然站7.8个小时真得受不了，但是还好，之后都适应了!哎...一向明白父母赚钱十分不容易，但是总没有自己去亲身的体会，而这次，自己透过切身的体会，真的是...是...三个字：不容易!所以真要珍惜自己学习的机会，珍惜父母的劳动成果，虽然我平时已经比较节俭了，但是还是有时候会头脑发热，乱花钱，以后真得不能再这样了，要理智本站消费!另外，虽然，觉得累，但也考验了我的意志力，个性是在实在站不住的状况下，我不停的告诉自己：要坚持一会，这是一个难得的锻炼的机会!有时候，人真得需要发挥主观能动性，每当我这么想的时候，我就会真得坚持下来!真得战胜自己，所以总有一种成就感!

总之，这次打工的经历真得让我刻骨铭心!!我所收获的只有我自己明白!在短短一个月的打工生涯中，我觉得我不仅仅是学到了一些知识，更重要的是练就了自己的韧性，让自己明白了很多道理，很多看似简单的道理，也为我自己踏入社会作好铺垫，人，总是需要去磨练，去拼搏，要不岂不是在人间白走一遭吗虽然我并不迷信，但我一向相信：既然给你做人的机会，那么就要好好的把握!

大学生社会实践自我鉴定范例

在学习上，我一贯保持着高中时代的良好学习作风，并不断的改进自己的学习方法,在学习方面，除了认真学习理论知识外，我还很重视理论与实践的结合,从大二开始我就积极地参与各种社会实践活动,大三暑假自己也找了份兼职，终于也感受到了步入社会的艰难,通过这些社会实践，我不但巩固了课堂上所学的专业知识，还提高了我的实际动手能,平时我还非常注重计算机能力的培养，涉猎了大量计算机方面的课外书，并通过了全国计算机二级和省计算机二级考试,同时我还利用课余时间自学了现代办公所需要的各种软件工具.

在生活方面，也许是受家人的影响，我向来崇尚质朴的生活，并养成良好的生活习惯和正派的作风,虽然家里经济条件很拮据，但是学校的补助和奖励以及老师的帮助和同学们的关心让我感受了学校这个大家庭的温暖，使得我并没有为生活上的问题而操太多的心思,同时我还积极参加学校、系和班级组织的各项体育活动，以提高自己的身体素质.

对于一名大四即将毕业的学生，踏入社会就是人生的一个新旅程，走好这段人生新旅程的第一步也非常重要。通过对这三年多的总结，我对自己有了一个更加系统地客观地认识，在以后的求职路上我会更加明确自己的职业目标，以全新的面貌面向社会、迎接未来，迈好人生新旅程的第一步。

大学生实践上的自我鉴定篇二

即将毕业，回首在校期间的学习和对社会实践的一点点，感受良多。

在思想上，本人有良好的道德修养，作为一名党员，我遵纪守法、爱护集体、关心和帮助他人，热爱祖国并以务实求真的精神热心参与学校和社会的各种公益宣传活动。树立以集体主义为核心的人生价值观，正确处理国家、集体、个人三

者之间的利益关系，当个人与集体、国家利益发生冲突的时候，坚持把国家、集体的利益放在第一位。课余时间积极参加各项社会实践活动，提高自身素质。

在学习上，我热爱自己的专业，系统全面地学习了本专业的理论基础知识，我现已具有较强的计算机网络操作能力，同时把所学的理论知识应用于实践活动中。在计算机硬件方面，我熟悉其组成原理，能够进行计算机的组装，独立排除计算机的各种故障。除此之外，我还涉猎了一部分其他课程，开阔视野，对本专业方向的应用背景以及整个学科的结构有了宏观的认识。

在工作上，本人担任班级学习委员职务，负责并组织了班里多方面的工作。与同学相处融洽，对工作责任心强，具有良好的组织交际能力，注重配合其他班委完成各项工作，促进了团队沟通与合作。在校期间，曾参加了不少的校内活动和做过一些社会实践，参加校内的活动可以认识到更多的同学，也就增加了与其他同学交流和向其学习的机会，锻炼了自己的交际能力，学到别人的长处，认清自己的短处。

在生活上，我诚实守信，时间观念强，有着良好的生活习惯和正派作风。为了增强自己的体质，坚持每天早上六点半起床锻炼，不仅使自己的体质能力得以提高，也养成了良好的生活习惯，最重要的是对早锻炼的持之以恒，培养了自己坚强的意志力，努力培养自己良好的生活习惯和道德修养，为以后迎接更大的挑战做好了准备。

大学生活让我学到了很多知识，更重要的是有了较快掌握一种新事物的能力。思想变成熟了许多，性格更坚毅了。认清了自身的一些短处并尽力改正。社会实践能力也有很大提高，为将来走向社会奠定基础。

大学生实践上的自我鉴定篇三

学校每一个假期都会安排社会实践，而参与社会实践的自我鉴定更是能很好表述社会实践的收获。接下来，小编在这给大家带来带来了20xx大学生社会实践自我鉴定，欢迎大家借鉴参考！

大学是一个小社会，步入大学就等于步入半个社会。我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件；才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。

今后的工作中，是在过去社会实践活动经验的基础上，不断拓展社会实践活动范围，挖掘实践活动培养人才的潜力。在寒假一个多月中，我也体验了打工的感觉。

终于开始第一天的工作。即兴奋又有些紧张，进去做事觉得感觉很奇怪，因为以前一直都是以消费者的身份进的饭店，这次的身份却是一个服务员。第一个感觉就是首先要把心态调整好。第一天来什么也不懂，店长就叫了一个老服务员来教我。平常在超市逛的时候不觉得，来工作的才知道超市的工作还真是不简单的，每个细节都要弄好。我第一天是试工，我很努力的学习，虽然说有点累，但我很积极、很投入，店长很满意，因为这毕竟是我社会实践的第一步。所以在那一天的时间里，虽然说有点累，但我却觉得挺充实的。

自信是在社会立足所必需的。开始放假的时候，知道要打暑假工时，自己就害怕了，这都是自悲的心态在捣蛋。感觉困难挺多的，自己的社会经验缺乏，与别人沟通的技能又不怎

样等等原因使自己觉得很渺小。自己怯弱、自悲就这样表露出来。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。要对自己的能力做出肯定。这是找工作时舍友给我的忠告。在多次面试中，明白了自信的重要性。没有社会工作经验没有关系，重要的是我的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，有自信才更有活力更有精神。

善于与他人沟通，也是作为服务员所必须进行的一项工作。经过一段时间的寻找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。以前工作的机会少之又少，即便是去年暑假在医院的实践也是很少与病人接触，这使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这也是很尴尬的。在超市工作时，因为是服务员，与别人谈话的时间变多了，此时，不得不学着与顾客沟通，使顾客接受你的意见和建议。与同事间的沟通也同样重要。别人给我意见，我就得认真听取，耐心、虚心地接受。

作为服务员还要注意的一个重点就是待人要真诚，时刻保持微笑的面容。作为一个大型的超市，客流量自然不会少，每个顾客也都会有自己的个性，急躁、粗俗、儒雅、端庄等等。有些急性子的顾客不满时就会大声对我们说话甚至是吼。以牙还牙是万万不可行的。为缓解气氛，解决问题，我只能以温和的语气，带着微笑真诚地向顾客道歉或问他有什么需要帮忙的。只要做到真诚待人，面带微笑，语气温和，再急的顾客也会缓和下来的。因为真诚、微笑、温和就是服务员与顾客间沟通的桥梁，同时也是我们未来的职业护士与患者间的沟通桥梁。

一周的实习让我大开眼界，受益匪浅，对这短短的几天，也有很多很多的感受。

参观结束后，大家都在议论装饰成本问题。认为装好一款舒适、个性的房子费用比买房子还贵。因为进口品牌高档家具太昂贵了。我觉得，昂贵的不一定是最好的，也不一定舒适，

更不一定适合自己。用着舒服，适合自己才是最好的。在家庭装修中，质量的好坏不取决于材质档次的高低，而应高超的设计质量取胜。例如做衣服的面料有高有低，笨裁缝用高级面料也不一定能作出款式好的服装，相反巧裁缝常可利用低档面料作出款式新颖别致的服装。这一例举充分说明了，在家庭装修中要强调精心设计于用材才是正确之路，而绝非滥用进口大理石、钛金灯等所能奏效的。切忌片面追求高档材料的倾向。另外，风格统一也应当注意。有的家庭装修把某些豪华宾馆中的设计手法和材质选择加以搬用，这样就会使装修效果走了题，如大吊灯、大灯池、大贴脸等一系列的金碧辉煌的效果，感觉不到一丝的家庭温暖。因室内装修界甚至有人提出住宅装修要“宾馆化”的错误提法，因为宾馆是人们暂时逗留的地方，人流熙熙攘攘，不可能存在家庭气氛，因此这种观点只能误导家庭装修的正确方向。受这种错误倾向的影响，甚至有的家庭一味的模仿ktv歌厅的装修效果，把家庭变成了文娛的场所，也是文不对题的。总之，这些做法只能说是花了钱，却买不到家庭温馨的气氛。

第二，通过这次实习，虽然时间很短，却我认识到自身的许多不足。例如，自己的视野还相当的狭隘，目光短浅。闭门造车。现在深知这使不对的。凡是成功的艺术家都离不开生活，都不可能闭门造出杰出的车来，生活才是创作灵感的来源，也是验证创作是否成功的媒介。并且身体力行地去感受、学习、接受一件新事物，是最有效、最直白的诠释。短短的三天参观，让我学到一本书厚的知识，并且，这些知识不会轻易忘记。

第三，我还认识到，任何一件艺术作品都不是轻松的做到的，它不是偶然，而是长期的积累，是必然结果。追求学问不能太肤浅，只求表面，而应该循序渐进的积累，研究，认识它的本质，全方位的把握它，才能更好的利用它。大到整个户型的室内设计，小到每一个角落，都是要认真，仔细的去思考，为的是如何让这个设计更加完美，让业主满意。所以，做什么事情，只要用心去做，容易变成不容易，不容易变成

容易。

以上就是我在实习过程中得到的一些浅薄的认识，望老师提出宝贵的意见并给予批评和指导。

在这个漫长的暑假中，我接受我院学生会的倡议，积极参加学校内外组织的各种假期社会实践活动。作为一名未来要迈入社会的学生，深入社会、实践锻炼是一门必经的功课。因为我相信因为经历所以懂得，只有了解社会，你才能真正做到融入社会。

暑假社会实践活动带给我们的是欣喜，是得到成果的喜悦。在这次暑假的工作中，虽然只是在店做些琐事也让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的帮助，从中让我有很大的启发：不管做什么事都要坚持，也锻炼了我的坚持力！让我在以后的人生路上更加坚强！通过这段时期的工作学让我更深刻的体会到付出和收获的关系，也让我知道金钱赚取的不容易！在以后的大学生涯里我要很努力的学习，遇到困难我会更加坚强！

此次的工作，一方面，我锻炼了自己的能力，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。真正地走出课堂，使自己陶醉在喜悦之中。有时会很累，但更多的感觉是我在成长，我在有意义地成长，在这之后，我明显地发现自己变开朗了，虽然我自己的力量不足以改变一些东西，但如果整个社会共同努力，这才是动力之根本，动力之源泉，使国家繁荣富强的途径，提高国民素质的实践活动。

另一方面，我意识到了自己的不足，没有经验，没有与人交流交往的能力，有些东西以前没有尝试过，难免会出差错，如果我还这样的话，以后很有可能在社会上没有立足之地，现在的社会不仅要有知识，还要拥有一些应辨能力等综合素质，只靠在学校汲取知识，远远不够，从现在开始，就要培

养自己的能力。

虽然这次在照相馆的工作仅是短短一个月，但是我真的学到了很多很多。对于拍照的技巧、对照片进行基本的修整、冲洗照片、给照片过胶、装框这些过去几乎没有接触过的技能有了一定的认识。并且传真机、打印机、复印机、扫描仪等仪器的使用也得到了进一步的认识和学习。

社会实践活动提高了我们的社会实践能力。引导了我们接触、了解社会，增强我们的社会责任感和社会适应能力。而学校组织的活动，更让我们明白了学会适应社会的重要性。在竞争如此激烈的今天，对于我们这些出生牛犊的大学生们，独立的培养和社会的洗礼是多么的重要。在这个更新速度超快的今天，如何适应社会也是我们即将面临的困难。对于现在的我们，越早接触这个日新月异的社会，就意味着我们越能适应它。

“真理来源于实践，实践出真知”我们只有在不断参加社会实践中才能将我们在学校所学的知识与社会实践相结合。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。

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。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。

我认为，在这个充满激烈竞争的社会，需要学习的东西不光停留在书本，生活在现实中就应将自己摆在适当的位置，正确公平的估计自己，把今天当成一个新的起点，从头开始，过去的就让他过去。

我总喜欢挑战一些新鲜事物，因为只有选择有价值有意义的事，勇敢的去尝试，才能不断发现自己的不足，只有不断学

习，才能努力赶上。优胜略汰是社会进步的法则，超越压力，战胜自我是我人生的奋斗目标，工作面前，我积极肯干，认真负责，喜欢在乐观中进取，用微笑面对人生。我最喜欢的一句格言：从成功里得到自信和快乐，从自信里得到快乐和成功，从快乐里得到成功和自信。虽然自己资质平平，卑微鄙俗，成长的历程艰难险阻，但我相信，带着微笑，不懈的努力，定能战胜一切！

今年暑假我参加了社会实践活动，虽然一个月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。也通过一个月的实践，使我有了一些关于社会基层建设的。

炎炎夏日烈日当头。正是因为有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体会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东西能否被社会所用，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。

社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，同基层领导谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，理解了从群众中来，到群众中去的真正涵义，认识到只有到实践中去、到基层中去，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。我是一名大一学生，即将走上社会，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。社会实践使同学们找到了理论与实践的最佳结合点。尤其是我们学生，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很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和提高。就是紧密结合自身专业特色，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对基本原理的理解和消化。每一天，捧着厚厚的问卷，怀着一份份坚定的信念，我们在烈日下奔跑着。感谢这次暑假实践活动，让我们在这过程中成长了不少，懂得了不少。

做为一名大学生，我深深地感到初会实践的重要性。并希望以后能够经常参加实践，这种社会实践活动是在大学中的社团生活所无法比拟的，只有在真正的社会实践活动中体验生活，亲身的接触社会、了解社会，才能使自己得到锻炼，才能使自己所学的理论知识和运用到实践，才能使自己成为真正有用于实际，使自己成为真正有用于社会的学生。社会实践弥补了理论与实际的差距和不足，社会实践的意义也在于此。

社会实践活动不仅使我的各方面能力得到了提高，也使我增强了扎根实践吃苦耐劳的精神。亲身地服务于群众，服务于社会，真的很有意义，我想以后我还会一如既往地支持大学生的暑假实践。

今年暑假我参加了社会实践活动，虽然一个月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。也通过一个月的实践，使我有了些关于社会基层建设的心得体会□

炎炎夏日烈日当头。正是因为有这样的环境，正激起了我要在暑假参加社会实践的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体会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东西能否被社会所用，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。

社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，同基层领导谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，理解了“从群众中来，到群众中去”的真正涵义，认识到只有到实践中去、到基层中去，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。我是一名大一学生，即将走上社会，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。社会实践使同学们找到了理论与实践的最佳结合点。尤其是我们学生，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很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和提高。就是紧密结合自身专业特色，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对基本原理的理解和消化。每一天，捧着厚厚的问卷，怀着一份份坚定的信念，我们在烈日下奔跑着。感谢这次暑期实践活动，让我们

在这过程中成长了不少，懂得了不少。

做为一名大学生，我深深地感到初会实践的重要性。并希望以后能够经常参加实践，这种社会实践活动是在大学中的社团生活所无法比拟的，只有在真正的社会实践活动中体验生活，亲身的接触社会、了解社会，才能使自己得到锻炼，才能使自己所学的理论知识得以运用到实践，才能使自己成为真正有用于实际，使自己成为真正有用于社会的学生。社会实践弥补了理论与实际的差距和不足，社会实践的意义也在于此。

社会实践活动不仅使我的各方面能力得到了提高，也使我增强了扎根实践吃苦耐劳的精神。亲身地服务于群众，服务于社会，真的很有意义，我想以后我还会一如既往地支持大学生的暑期实践。

大学生实践上的自我鉴定篇四

通过实践学习，使所学理论知识得到验证，培养灵活运用书本知识的能力，并且学到许多书本上学不到的东西，增长和扩充知识面，增加对社会的接触，为在毕业后能快速地融入社会打下基础。

工作上我积极主动，态度端正。实习期间，我主动要求到各部门了解学习，努力从多方面开拓自己的眼界。我先后去了财务管理科、招标办公室、计划财务部、人力资源部、办公室、法律事务部、设备管理科、法制办公室等主要业务部门。通过学习书面材料和与各部室人员的交流，我现在已经全面地了解了本单位科室的主要职能和重点工作，还协助完成了一些她力所能及的行政事务工作。这种积极主动的工作态度获得了各科室人员的一致好评。

实践学习上谦虚谨慎，勤奋好学。实习中我注重理论和实践

相结合，将大学所学的课堂知识能有效地运用于实际工作中，认真听取同事的指导，对于别人提出的工作建议，可以虚心听取。表现出较强的求知欲，并能够仔细观察、切身体验、独立思考、综合分析，灵活运用自己的知识解决工作中遇到的实际困难。

实习这x个月期间，我拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而更多的是希望自己在工作中积累各方面的经验，为将来自己走上工作岗位做好准备。

我认为，在这个充满激烈竞争的社会，需要学习的东西不光停留在书本，生活在现实中就应将自己摆在适当的位置，正确公平的估计自己把今天当成一个新的起点，从头开始，过去的就让他过去。

我总喜欢挑战一些新鲜事物，因为只有选择有价值有意义的事，勇敢的去尝试，才能不断发现自己的不足，只有不断学习，才能努力赶上。优胜略汰是社会进步的法则，超越压力，战胜自我是我人生的奋斗目标，工作面前，我积极肯干，认真负责，喜欢在乐观中进取，用微笑面对人生。我最喜欢的一句格言：从成功里得到自信和快乐，从自信里得到快乐和成功，从快乐里得到成功和自信。

虽然自己资质平平，卑微鄙俗，成长的历程艰难险阻，但我相信，带着微笑，不懈的努力，定能战胜一切！

大学生实践上的自我鉴定篇五

参加这场实践之前，只听人家说过社会复杂、辛苦。这让我们在上学的时候一直以为社会是个自己去了会“举步维艰”的地方。原创，我才感受到社会与我们日常环境并没有那么多的不同。但对比起来，却精彩了不少。不仅有没有接触体会过的工作，还有很多新知识，生活中的小技巧。

经过这次的社会体会后，我不再“害怕”社会了。反而希望能通过自己的接触去了解并深入的认识社会。这一定会让我有更多的收获。

2. 工作能力的成长

在实践期间，我来到了xx的工作岗位上，成为了一名暑假临时工。尽管算不上是十分复杂的工作。但对工作者的耐心和细致却有很高的要求。通过一个月来工作的锻炼。我对工作的技巧尚且不谈，我感到自身变得更加耐心，做事也稳重了许多。这些改变，虽然是针对工作的锻炼，但在我今后的学习和生活中也能给我不少帮助。

3. 沟通和交流能提升

在社会的生活还让我认识了很多的人，学会了许多在交流上的技巧。这些沟通不仅让我更加了解了社会的生活，还帮助我解决了不少的问题，更好的适应了社会的生活。

大学生实践上的自我鉴定篇六

社会实践只是一种磨练的过程。对于结果，我们应当有这样的胸襟：不以成败论英雄，不必须非要用成功来作为自我的目标和要求。人生需要设计，可是这种设计不是凭空出来的，是需要成本的，失败就是一种成本，有了成本的投入，就预示着的人生的收获即将开始。

小草用绿色证明自我，鸟儿用歌声证明自我，我们要用行动证明自我。打一份工，为以后的成功奠基吧！

不经风雨，怎见彩虹，没有人能轻简便松成功。

两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书只是古代读书人的完美意愿，它已经不贴合现代大学生的追求，如今的大学生身在学

校，心儿却更加开阔，他们期望自我尽可能早地接触社会，更早地融入丰富多彩的生活。时下，打工的大学生一族正逐渐壮大成了一个部落，成为学校里一道亮丽的风景。显然，大学生打工已成为一种势不可挡的社会潮流，大学生的价值取向在这股潮流中正悄悄发生着改变。

对于大学生打工，一向是仁者见仁，智者见智，许多人的看法不尽相同。每个人都有自我的人生模式，我们有理由走自我选择的人生路，只要把握住自我，掌握好学习与打工的分寸，肯定能把大学这个人生阶段过得丰富多彩。

打工的途径或者形式多种多样，只要是对社会有益，对自我积累人生经历有益，还能够有少量收入，就能够毫不犹豫的参与其中。

虽然在实践中我只是负责比较简单的部分，但能把自我在学校学到的知识真正运用出来也使我颇感兴奋！在学校上课时都是教师在教授，学生听讲，理论占主体，而我对知识也能掌握，本以为到了企业能够应付得来，可是在企业里并没有想象的那么容易，平时在学校数字错了改一改就能够交上去，但在工厂里，数字绝对不能够错，因为质量是企业第一生命，质量不行，企业生产就会跟不上，而效率也会随之下降，企业就会在竞争的浪潮中失败。

所以，每一个环节都不能出错。这种要求是我们在课堂上学不到的。在学校里可能只需会解一道题，算出一个程式就能够了，但那里更需要的是与实际相结合，没有实际，只是纸上谈兵是不可能社会立足的，所以必须要异常细心谨慎，并且一旦出错并不是像学校里一样教师打个红叉，然后改过来就行了，在工厂里出错是要负职责的，这关乎工厂的利益存亡。总之，这个寒假的社会实践是丰富而又有意义，一些心得和体会让人感到兴奋，但却决不仅仅用兴奋就能描述的，因为这是一种实实在在的收获，是对有经验者优先的感悟。

在我的打工生活中，我也明白了许多：在日常的工作中上级欺压、责备下级是不可避免的。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，必须要心平气和，仅有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，并且要明确表示你是真心在理解他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应当做的。

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的。可是如果你只问耕耘不问收获，那么你必须会交得到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要明白给予比获得更令人开心。不论做是事情，都必须有主动性和进取性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。

打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不明白多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。此刻想来，二十四天的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一分财富吧。

现今，在人才市场上大学生已不是什么抢手货，而在每个用人单位的招聘条件中，几乎都要求有工作经验。所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。

就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，应对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了寒期打工。寒假虽然仅有短短的一个月，可是在这段时间里，我们却能够体会一下工作的辛苦，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本事。经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本事要依靠实践的经历和锻炼。应对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应当转变观念，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本事。

此刻的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手本事以及与他人的交际本事。作为一名大学生，只要是自我所能承受的，就应当把握所有的机会，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。

除了工作中我学到很多很多在学习中无法学到的知识和经验外，在我看来，我收获最大的是，我变得很开朗很自信。以前在人群里，我胆小得几乎宁愿缩在角落里，期望没人能注意到我。而这一次，在我们的小组会议里，我变得很自信，我勇于在大家面前表达我的看法，勇于向组长提出提议。更有甚者，在每一次活动中，我都踊跃参加，表现相当进取。组员居然不相信我之前会是一个相当内向的人。我觉得，这次社会服务活动给我最多的是，让我自我有了很大的改变，并且这个改变，是我之前都一向想要的。

在这次寒期的工作中，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。

这次的实践的确给予了我很多。今后，我将继续坚持认真负责的工作态度，高尚的思想觉悟，进一步完善和充实自我，争取在以后的学习中更好的完善自我，在以后的实践中更好的运用去自我的只是，做一个合格的大学生，将来做一名对社会有用的人。

大学生实践上的自我鉴定篇七

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在一个月多的实习过程中，我深深的感受到所知的肤浅和在实际中的专业知识的匮乏。一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这些与实践还有一段距离。

20xx年9月，我在安顺市第六中学七(3)班进行了为期近两个月的实习。实习的基本内容包括两部分：课堂教学、班主任工作。在指导老师武老师和班主任孙老师的耐心指导、帮助下，我较好地完成了教育实习任务。

实习期间，在武老师的指导和支持下，我总计听了8节课，上了32节课。教学实习中，总的来说，我能认真备课，所设计的教案规范准确。20xx届大学生暑期社会实践自我鉴定。课堂教学中，教学效果良好，教学内容能当堂消化、巩固，教学重点突出，明确，能够顺利地完成任务。同时，课外辅导耐心细致，批改作业仔细认真，还经常请武老师指出缺点和不足，以不断地提升自己。在实习过程中，我深刻的感受到：上一堂课容易，但要想上一堂精彩的课很难!需要下很大的工夫。在教学之前，我都认真听了指导老师的课。从中我也学到了很多教学方法和技巧!同时我都准备好每次课的详细教案和课件资料，并全部交给指导老师修改。

实习期间，作为实习班主任，每天课间操时维持秩序，监督到位，耐心地做学生的思想工作。教师节期间，我在班主任孙老师的指导支持以及学生的积极配合下，筹办了以“尊师重教”为主题的班刊展览活动，得到了老师和学生的极大肯定。

在整个实习生涯中，我本着对学生负责的态度尽心尽力做好每一件事情。自己在实践活动中得到了极大的提升，学到了许多书本上根本学不到的东西，受益匪浅，为以后做一名光荣的人民教师积累了宝贵的教学经验。

但是，在教学过程中，时间把握不当，不能在有限的 45分钟内完成教学目标任务，教学过程和教学环节常常出现疏漏的地方，给学生造成一定的理解困难。所以，我想，作为一名师范生，要真正走向了工作岗位，还需要自己以后两个月的实习不断地努力实践，追求进步。

实习尽管辛苦忙碌，但却是对我人生的一大有益的尝试和磨练。最后，我要特别感谢辛勤指导我的武老师，是他让我学到了很多的教学知识，使我从稚嫩的教学走向了成熟的教学。同时，我也要向指导和勉励我的孙老师以及六中的老师们表示衷心的感谢和崇高的敬意！

大学生实践上的自我鉴定篇八

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同学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，对票贩子进行严厉打击。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实践就是为工作津贴，还不如早早的回家过年。最后，付出就一定会有回报。

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。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。

大学生实践上的自我鉴定篇九

理论是一种内在的力量，在我没有跨出书本去实践时，很多人和我讲：“没有实习，就没有发言权！”

当今社会竞争愈演愈烈，作为新时代的大学生，我们所面临的压力在一天天的增加，如何能够更好更快地适应社会生活，成为了我不得不思考的话题。

20xx年8月，我来到了四川倍斯特金融设备公司实习，并加入了客服部运维的队伍中。在这里我不仅学到了业务上的知识，也更明白了如何去做一个合格的员工。上级布置下来的任务不再是学校的作业，有商量拖延的时间，而是必须立即去做，因为你身边每一位同事的勤奋都在告诉你，执行力是成功的要素，是企业的核心动能。

一切从基础做起，我首先简单接触认识了linux操作系统，虚拟机，网络安全等等一系列的知识。然后就带着探索和反思的心态投入到成都汽车票务网的测试工作中。在工作中遇到很多的问题，包括不能解决或涉及风险操作时，我都需要及时地向相关部门反应，遵守公司的制度和安排。这里没有“英雄主义”，风险不是一个人的事，而是整个团队和公司。

在这里我懂得了车站、售票平台、银联业务之间怎样对接，懂得了平台日常运行维护的重要性，懂得了如何模拟真实的情景预测风险，更懂得了当问题出现后，我们应该采取何种措施把损失减到最小。我收获的不单是一种社会的历练，更是一种责任和企业的精神。

人生没有彩排，你所拥有的今天，就是别人期望的明天。所以我们要坚持不懈的奋斗，这样才能在未来的路上走出踏实的脚印。把真理和人文素养投入到实践中去，这才是学校给

我们最宝贵的财富！

不知不觉之中，寒假到了，回头想想自己大一上半学期的生活，又想想自己将如何面对寒假，是回家还是在外边找工作，一时茫然。

毕竟身在学校，接触社会的机会很少，所以要让自己面对更多的各种各样的人，增加自己的阅历，因为在以后的学习工作中，需要有更多的体验，更多的经历。所以我向家人宣布趁着寒假有这样一个机会，好好的大干一场。放假之后的两个星期我都在市中心找工作，可是要不是工资低的养不活自己，就是怕自己累到。到最后几天过去了，我还是一无所获，我终于知道原来自己一直是眼高，觉得只有那种体面的工作才适合自己，眼看我就要放弃了，可是又想到我和家人说过我一定会找到工作，仍而他们却笑我不出一个礼拜就会放弃。我就不放弃，我就要做给他们看，让他们知道，我能行！

我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的生存，同时，也想通过亲身体会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东西能否被社会所用，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。这次我不再把眼光放的那么高，之后我就去了几家超市，看下是否需要导购，终于在一个商场里面找到了一份导购工作。在工作中我懂得了很多，总结了一下几点：

第一，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。以前工作的机会不多，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、虚心地接受。

二. 在工作中要有自信。

自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。在多次的接触顾客中，我明白了自信的重要性。你没有社会工作经验没有关系。重要的是你的能力不比别人差。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。

三. 在工作中要克服自己胆怯的心态。

开始放假的时候，知道要打假期工时，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如爸爸所说的“在社会中要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了自然就不怕了。”

就这样我开始了工作，也许是由于自己制定了完善的计划，所以工作还是很顺利的，虽然有些客人很叫真，很难缠，只要耐心解答就会解决问题；同事还是很友好的，也许是由于我的工作时间短，对他们没有竞争吧！万事开头难，什么事都要有尝试。

在经历了这次的工作之后，明白了“很多事情看起来简单，但实际上与我们的想象是有很大的差距的”。总之，任何事情都要考虑周全。人的一生中，校园并不是永远的。学校，真正的学校只有一个，那就是社会。半个月的实践转瞬即逝，却让我从中悟到了很多东西，而这些东西也将让我终身受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的情感，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，增长了知识，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

的人生价值得到体现，为将来打下坚实基础。我会不断实践，在实践中锻炼，在实践中得真知。

在今后的学习生活中会更加努力，端正思想，明确方向，在不断完善中求发展。也知道了：不要抱怨这个社会是如何如何的黑暗，哪里哪里的人是不对的。因为这个社会不会因为你的抱怨而改变的。不是让社会来适应自己，只有自己去适应这个社会才行！

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我的思想境界，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。

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，更应该注重培养自我的思维方式、动手能力、交际能力、团队合作精神和个人再发展的潜力。在校大学生要全方位提高自我的综合素质，就要为自我寻求更多的社会实践机会，以增强自我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，实现自我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”地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，确实使我们的感触很大，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。

录入工作看起来虽然简单，但是重复单调——每天上班打开电脑就会看到一样的画面，不停地重复做同样的动作，而且工作量不小。不过，我就把它当作是一种精神刺激，可以坚持下去就是一种工作学习的态度，能坚持就能胜利；再如文案工作，开始时，总觉得是一些简单而不起眼的工作，但做了一段时间以后才发现这些工作虽然简单，但都是非常重要的，绝不能有半点差错，因为，这是要出现在报纸版面上的东西，产生歧义误导了消费者就会造成不良的影响，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

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。我相信，用心一定能赢得精彩！

2.大学生社会实践个人自我鉴定

3.大学生社会实践个人自我鉴定范文

4.大学生社会实践自我鉴定

5.个人社会实践自我鉴定500字

6.社会实践个人自我鉴定1000字

7.2019社会实践个人自我鉴定大全

8.大学生社会实践个人鉴定

9.大学生毕业个人自我鉴定