# 2024年暑期打工实践总结(10篇)

来源：网络 作者：落花成痕 更新时间：2024-08-04

*总结是对某一特定时间段内的学习和工作生活等表现情况加以回顾和分析的一种书面材料，它能够使头脑更加清醒，目标更加明确，让我们一起来学习写总结吧。相信许多人会觉得总结很难写？以下我给大家整理了一些优质的总结范文，希望对大家能够有所帮助。暑期打工...*

总结是对某一特定时间段内的学习和工作生活等表现情况加以回顾和分析的一种书面材料，它能够使头脑更加清醒，目标更加明确，让我们一起来学习写总结吧。相信许多人会觉得总结很难写？以下我给大家整理了一些优质的总结范文，希望对大家能够有所帮助。

**暑期打工实践总结篇一**

在现今社会，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。招聘会上的大字报都总写着“有经验者优先”，可还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢?为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我来到了xxx，开始了我这个假期的社会实践。实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基矗通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。

在中国的经济飞速发展，又加入了世贸组织后，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

在实践的这段时间内，我们穿街走户接触各种各样的人和事，这些都是在学校里无法感受到的，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不会有人会告诉你这些，你必须要知道做什么，要自己地去做，而且要尽自已的努力做到最好。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的\'成绩而努力。无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自已的能力!记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。接触那些刚刚毕业的学长学姐，他们总是队我说要好好珍惜在学校的时间。在这次实践中，我感受很深的一点是，在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到;而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。

回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。

在社会上要善于与别人沟通是需要长期的练习。以前没有工作的机会，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。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，事半功倍。别人给你的意见，你要听娶耐心、虚心地接受。

在工作上还要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。社会经验缺乏，学历不足等种种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来句什么都会的，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。

知识的积累也是非常重要的。知识犹如人的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。这次接触的酿造业，对我来说很陌生，要想把工作做好，就必须了解这方面的知识，对其各方面都有深入的了解，才能更好地应用于工作中。

这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。在今后我要参加更多的社会实践，磨练自己的同时让自己认识的更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。

**暑期打工实践总结篇二**

暑假来了，我不能再像以前一样挥霍自己的时间了。一片叶子属于一个季节，年轻的莘莘学子拥有绚丽的青春年华。谁说意气风发，我们年少轻狂，经受不住暴雨的洗礼?谁说校园里的我们两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书?走出校园，踏上社会，我们能否不辜负他人的期望，为自己书写一份满意的答卷 学校是一个小社会，我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨砺我们深深地认识到社会是一笔财富。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，是在过去实践活动经验的基础上不断拓展社会实践活动的范围，挖掘社会实践活动培养人才的潜力，坚持社会实践与了解国情，服务社会相结合，为国家与社会的全面发展出谋划策。

实习可称为实践，学习。也许真是我们从大学踏入社会的必经之路，也是开启我们踏入工作，适应社会的钥匙，是我们人生中不可缺少的一部分。实践与学习，我们每一天都在接触不同的事物，每一天都在学习，同样我们每一天都在做不同的事，每一天都在实践。有哪件事不是从实践开始认识的呢?我们的第一次自己洗脸，第一次自己刷牙，第一次自己穿衣服等等，只因我们不断的在学习，不断的在实践，所以我们在不断成长，不断的将所学到的变成自己的。

经过朋友的介绍，我得到了商场面试的机会，很兴奋。因为朋友也在里面打工，我很放心，但是这是我第一次面试，说实话很紧张。最终，我终于可以和朋友一起打工了，很高兴。第一次到商场，非常期待，也很好奇，为避免迟到，我起得很早，还想着到底该怎样与别人相处，现在的社会是很现实的，一定要勤学好问，多与人交流，以诚待人。进入商场，经理给我们说了公司的基本情况，由于这是商场的周年庆，所以工作还是很忙的。还有一些打工的大学生，说实话，商场招的人还真不少，经理让我们互相了解了一下，有一部分老员工，我们新来的就是新员工了。

经理给我们分好组了，我在第四组。在商场有一些规定，如上班期间不能穿凉鞋、拖鞋。每天来签到，不能迟到。

第一天由于下雨，我们只是熟悉了一下我们的工作，收到工作服，就回去准备自己的东西去了。看着工作服，心里感觉很不可思议，特别期待自己的打工生涯。接下来，我们的工作正式开始。周年庆要做宣传，所以，我们的主要任务是为商场做宣传。开始我们的工作还是很轻松的，我们穿着工作服，骑着商场特殊的车子进行宣传，不过那车子有的也很难骑。后来，我们就举着宣传牌子进行“游街”，说实话，胳膊、腿挺累的，但在烈日下，我们还是坚持了下来。再往下，我们就开始发传单了。我们各个小组都被分到一定的任务，去各个小区发，有的小区实在是太大了，所以我们就尽量，这就要我们来回的爬楼。爬完楼的当天就走不了了，第二天，腿就抬不起来了。如果连这点苦也吃不了，那我们也白学了，这不仅锻炼我们的身体，还锻炼自己的耐性，我提醒自己一定要坚持到底。就这样，我们做到了，时间长了，也就不觉得有多么累了。有的小区是禁止发传单的，就需要好好的和他沟通，也有失败的，让我们很尴尬，只能进行下一个小区。最终，县里算是完成了宣传。接下来就是去各个市集了，用的是商场的车，因为距离太远了。在集上，一开始我们发的很快，那司机就说我们偷懒，真是太委屈了，可也不好说什么，只能咽在肚子里。

有一段时间我们几个人是在另一家商场工作的，那家商场的活更多，尤其是爬楼，累死了，因此，干了一上午，下午就没去。后来，我们还是去了，不管怎样不能退缩。同伴之间发发牢骚，时间也就不知不觉过去了，我们的任务也完成了。有付出就有回报，是真的，虽然报酬不多，但我还是很高兴，因为这是我第一次拿到自己的挣得钱。

今年自己的暑假和去年有所不同。其实学校要求我们参加社会实践，无非是想让我们提前接触社会，了解社会，这样才不会在真正走上社会的时候找不到生活的重心，于是我才决定今年要真正的去接触社会，品尝社会的酸甜苦辣。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，一定要心平气和，只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，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。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，这才是我所应该做的。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，那么你一定会交得到很多朋友。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，要知道给予比获得更令人开心。不论做是事情，都必须有主动性和积极性，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。我不知道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。现在想来，我的打工生活，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，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了暑期打工。通过暑期，我们可以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知道\"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能力。通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能力要依靠实践的经验和锻炼。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，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己的创业和社会实践能力。现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。作为一名大学生，只要是自己所能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。在这次暑期的工作中，我懂得了付出有了结果和回报，自己的实践也有了收获，回想一下自己真的觉得很值，自己在这个月里学的东西是用多少钱也买不到的。在工作结束后，我做了如下的总结：

1、要善于沟通：和那些同事要好好沟通，不能总是把一些工作上的事憋在心里，有时自己在工作上有什么问题沟通，并及时的解决，这样工作才会有动力，才不会想不干了。

2、要有耐心和热情：在工作的时候要经常微笑，这样会让那些生意人感觉很舒心，大家一起做生意也就很开心。

3、要勤劳：有时候一些细微的东西可以让老板更赏识你，也比较容易受提拔，当然有总结就说明同时我也意识到了自己很多的缺点和不足，例如不够主动做事，有时候老板说了才知道做，老板不说就没有这个意识去做;社会经验比较缺乏，经常会做一些错事，得罪人;刚开始也不大会和人交流，所以那时总是觉得自己很受委屈等等，虽然这些都是我的比较辛酸的历史，不过这些也都是我宝贵的经验，它们都将成为我以后参加工作和社会实践的教训，我要力争在我以后暑期实践以及今后就业的时候不要再犯同样的错误。

短期的社会实践，一晃而过，在这其中，让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西都将会让我终生受用。学校让我们去社会实践真的很有作用，会让我们从中收益匪浅。社会实践让我知道了，挣钱真的很不容易，也明白工作的辛苦，以后也不会再浪费钱了。

社会实践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。社会和大学一样也是一个学习和受教育的地方，在那片广阔的天地里，我们为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。

**暑期打工实践总结篇三**

步入大学的时候，以为总算从高考的灰暗岁月中走出来，总算可以闭上双眼不在拥有老师喋喋不朽的叮嘱，亲人朋友渴望的眼神，与自己带给自己的压力。

大学校园是让我们学会如何适应社会，更多的接触人群，为以后的人生道路铺好垫脚石的地方，在这个大家庭里，让我们更清楚的懂得高中时代不曾了解的东西，要我们更注重人际交往，如何为自己的未来打好基础。

一年的校园生活在各种活动的欢声笑语中一闪即过，眼前的暑假生活让周围的同学们想入菲菲，有的想出去看看，有的想自己去挣钱，即使在苦我们也不在乎……寒窗苦读十几年，只知道死读书本知识，却不知真正的社会是否犹如想象中的的那般美好，怀着好奇的心情，简单的收拾几件行李，踏上火车，投奔一个朋友的姐姐那里，我们称她为梦姐，--浙江义乌欧舒丹饰品厂，我对自己承诺在这两个月的暑假生活中一定要努力工作，表现出最优秀的自己，把这次暑假实践当成最生动的一门课，而老师则是我在这家公司我所熟悉的所有同事……

梦姐则是这家公司的总设计师，从她口中得知，作为一名设计师首先要了解所从事设计专业的生产过程，就像这家首饰设计流程一样，第一要由我们设计人员手绘成利用电脑软件绘制图纸，再由公司雕模师拿图纸雕模，翻纱，点焯，修边，抛光，抛光，品检，电镀，滴油，包装，出货，然面这里面独占敖头的就是设计师，作为一名优秀的设计师，“做，就做最好的，”要一直保持这种精神的坚守，立定今天盼望明天，寻觅到将自然生态和谐与人情风光的唯美触注笔端，在自由而美丽的世界，尽情演绎人类所在都市的浪漫与华贵，把时尚，个情，完美发挥到极致，让每一位消费者都能在我们设计师的设计下，寻找到自己的最爱，然而，现在我们所在的国家，能做到尽善尽美的设计师也是不多见的。在梦姐的鼓励下，她让我从最简单的工作做起，如果对首饰这行感兴趣，作为我所学的平面设计来说，更有利于往这方面发展。我很有激情的在这家公司做起了成品部的员工，特别是我所在部门的主管是们很热情的女孩子，听说我还是在校的学生，对我很照顾，经常给我讲这些首饰的做法，来历，销往哪里，还经常聊到学业上，似乎他们都很羡慕学生的生活，他们认为学生暑假打共是见很有趣的事。很快我在这里和周围的人打成一片，有首饰要点钻，滴油时，我们很认真的去做，似乎那首饰便是一个刚出生的婴儿，容不得一丁点儿的伤害，该包装时，我们聚在一块儿熟练的包着装，边做事，边聊天，开心的像是一家人，一有时间我便跑到梦姐的工作室去看她工作，她是那么优秀的一名设计师，当我看到她亲手设计的首饰图样时，内心充满了希望与信心，我想我一定要努力，努力做出最好的设计，将来成为梦姐那样的设计师，为了不打扰梦姐工作，我常会站在她身后，看着她熟练的`手指按在鼠标上来回移动，然而显示屏上的图形却在慢慢的走向完美。我深知到我所学的是平面设计，眼看大二，对于所选的专业始终让我摇摆不定，看着我所在这家首饰厂的产品，心中有一团欲火让我蠢蠢欲动，我想从事首饰设计专业，但却不知从何下手，可在梦姐的指引下，要手绘好，头脑灵活，就在下班无事时，我便拿出纸笔练习手绘，画些接近首饰的图形，梦姐又借我一些相关电脑方面的书籍，等到学校有电脑时可以在完成老师留下的作业之外，自己多接触软件，作为一个首饰设计师，对于未来的首饰品永远不能落后，保持创新，跟随世界潮流。

但在这段暑假中，也有让我心情低落的时候，当看到同事之间为一点小利益而明争暗斗时，终究无法想像这个社会到底有多复杂。只知道一不小心就会被跌倒，似乎人际关系没有办法纯洁如水，像是偶尔要扮作演页的身份参与人群我想人的天生单纯终究会被岁月流失掉会被生活的无耐抹杀掉，可我仍旧相信人活着就要就不面对现实人间有着真情在，我们要拥有一颗真诚无刺的心，去面对周围的人，这样才可以得以同样的回报，决不能被一些事物蒙蔽掉，别让自己恶杀自己，要懂得给自己的心灵保留一片净土！

这中快乐而不简单的日子很快就要过去，因为要开学了，我必须要回去了，回到久违的校园，重新开始我的新生活，但对与这里，一切都让我留恋不舍，但我不的不交上辞职书，返回校园，当我拿到我这两个月应的薪水时，一种莫明的感动涌上心头……..

离开那天，我所在的部门主管和梦姐还有平时玩的不错的姐妹们送我到楼下，看到他们不舍的眼神，我真的很想说认识你们真好，来到久违的校园，这里的一景一物似乎还是原先的模样充满了生机，可宿舍的姐妹却焕然一新，似乎过了一个暑假想得了宝贝一般的精神抖擞，对与未来的挑战充满的信心，当然，我也是。

在一个个深夜里一个人站在宿舍的阳台上想起在公司的一切，无边的思绪把我飘向远方，我想快乐的，痛苦的，伤心的人都和我一样站在世界当中的某个角落，再想象自己的未来吧！淡淡忧伤，说不出的快乐与忧伤……..

我们的一生不管遭遇如何，都要坚信心若在梦就在，就像忍住眼泪总会划过嘴角，离开后天空，终究会有彩虹，有梦就会有方向，！

我想信我的未来不是梦！

**暑期打工实践总结篇四**

上周五，我正式向车间主任提出辞职。居然还要写辞工书，结果我写了：上学，请批准辞工。

星期天，收工时间是5点半，但是尽管我坚持到最后，结果还是要主任等我几分钟才能下班。因为我的工作还没完成，铁芯还有几只才装完，结果又变成了整个车间最后走的一个。不过，以后都不会了，这个车间以后都不会有我的身影。再也没有我辛勤工作的情景出现!因为，哥走了，再也不会来啦!

说真的，当主任问我在这里工作开不开心时，我犹豫了，我想了几秒。首先说说我对这个车间的感受，我很高兴，因为我在这里工作没有出汗，它有良好的散热设备：顶上喷水，隔热天花，墙上多部牛角扇和吊扇。一开始，很多暑期工，大家说说笑笑的，尽管每晚都要加班加点，我觉得时间还是很快过的。

还记得当初是表妹淑玲带我进去的。还记得那天(7月26号)下午，天下着大雨。我独自骑单车到那间公司，在门外淋着雨苦等着，等我表妹出来带我进去!在这里鄙视一下那个门卫，我问他是不是请暑期工?他说不请，从不招暑期工。我想：不招?那我表妹是什么?她不是做暑假工么?难道她做长工?然后，门卫做在哪那里，完全当我没到!对我不理不睬!还摆出那叫我拿自行车砸他的表情。我沉住气，不吭声，继续等。当时如果表妹再不出来，我就像早上一样一走了之!结果表妹还是出来了。表妹进去门卫室，跟那个招人的说，结果也被骂了。最后，还是要找来车间主任啊莲(自认为她很有才)搞定我的\'事。进到车间，很多人都抬头看着我(太靓仔了吧)。坐在表妹旁边，主任就很热情的介绍工作：装铁芯。两个线圈夹着一个铁芯，然后把两头铜线绑在一起，拿到焊机上焊锡，套上套管，按上护套(请允许我这样叫那东西)，完成!

晚上还要加班到9点，这时主任叫我去开线。她把我带到一部剥线机钱，在我面前演绎了一番，然后我明白了。接下来的第二天，我整天都左在那里，对着那部机。尽管眼睛闭上了，但我的手还在摆弄着那些线，因为如果不搞，它会乱成一团糟。从眼困到清醒，再从清醒到眼困。一天的时间就在这反反复复中循环着度过。

第三天早上，我在继续开着。到那时，我已经开了20000多条线了，问我对面那位帅哥，他叫我继续开。我纳闷:要开到什么时候?都20000多了!当我正在哪里郁闷的开着线的时候，主任终于走过来了。她说：线应该够了，过来焊线吧!噢，终于可以接受新事物，新工作了。我还是坐回原先那个位置，就是我表妹旁边那里。主任端来一盘线圈，又在我面前演示一番，我记在脑海里，一下子记在了。就这样，我的工作就算是定了：焊线员。

工作了这么多天，从7月26号到8月22号的这段时间里，我感受到自己不是一名大学生，而是一名打工仔。当我辛辛苦苦焊完线，装完铁芯，拿着笔在单子上签名的时候，我的手是硬的，感觉好久没拿笔了。拿笔的感觉是那么陌生，我还想到以后还是拿笔吃饭的。

每天写写，每天的感觉都不一样，因为每天的回忆都不同嘛。这是我第一次进厂打工，第一次跟人家签正式的劳动合同。虽然那份合同我还没看清楚就签上我的大名，因为我做暑期工，毕竟不同长工。享受的福利应该会不同吧。我不知道厂里招16岁以下的人做暑期工算不算违法，作为一名法律人，我理应深究到底的，我没有那么做，因为厂里对我们还是不错的。

写着写着，暑期社会实践报告不想写了。总之，在这个难忘的暑假，我学到很多，生产工喔都可以做，以后我有什么不能做的!很像说一句:天台有我的布鲁斯!

**暑期打工实践总结篇五**

大学第一个暑假到了。在大学的建议和社会对大学生的要求下，我参加了暑期社会实践活动。在这次活动中，我学到了很多，体会到了很多。以下是我这次暑期社会实践的经验总结。

暑期社会实践是指我们大学生充分利用暑假时间，以各种方式深入社会，以各种形式开展各种实践活动。积极参与社会实践活动，可以促进我们对社会的认识，提高我们自己对经济何时发展的认识，实现书本知识和实践知识的更好结合，帮助我们树立我们所追求的世界观、人生观和价值观。大学生社会实践是全面推进素质教育的重要环节。是适应新世纪社会发展要求，培养全面发展人才的需要；是加强集体主义、爱国主义和社会主义教育，升华思想的有效途径。积极参与社会实践，深入群众，了解社会，增长人才，是青年学生成才的正确途径，也是青年学生运用知识和技能，充分发挥智力和智慧，积极为社会做出贡献的重要途径。

暑期社会实践恰恰为我们提供了一个走出校园、踏上社会、展示自我的精彩舞台。利用假期参加有意义的社会实践活动，促进社会，了解社会，从社会实践中检验自己。积累社会经验，在实践中提高自己的能力，为我们将来步入社会打下坚实的基础。

年轻是我们骄傲的资本，这个时代注定是我们探索的！我们年轻又勇敢。我们都想成为在天空中飞翔的雄鹰，与浩瀚的蓝天战斗。我们都想成为草原上飞奔的奔马，发出惊天动地的尖叫；我们都想成为历史史册上著名的伟人，为生命的画卷做出光荣的贡献！我们真的很想用自己的行动去开辟一片属于自己的天空，成为一颗转瞬即逝的流星，把短暂的生命定格为永恒。这些都需要我们用行动把梦想变成现实，用实际行动证明！

一片叶子属于一个季节，年轻的学生有灿烂的青春。谁说我们年少轻狂，经不起暴雨的洗礼？谁说在象牙塔里，我们听不到窗外的任何声音，只读到圣贤？走出校园步入社会，能不能不辜负别人的期望，给自己写一个满意的答案？

在强调素质教育的今天，大学生假期社会实践活动作为推进大学生素质教育、加强和改进青年学生思想政治工作、引导学生健康成长的重要举措，作为培养和提高学生实践能力、创新能力和创业能力的重要途径，受到了学校的高度重视。社会实践一直被认为是高校培养德智体美劳全面发展的跨世纪人才的重要途径。休假期间的社会实践活动是课外学校教育的延伸，也是推进素质教育进程的重要手段。有利于当代大学生接触和了解社会。同时，实践也是大学生学习知识、锻炼才能的有效途径，也是大学生服务社会、回报社会的良好局面。

进大学相当于进了半个社会。我们不再是象牙塔里经不起风雨的花朵。通过社会实践的培养，我们深刻认识到社会实践是财富，社会是一所能更好培养人的综合性大学。只有正确引导我们深入社会，了解社会，服务社会，投身社会实践，才能学到有用的东西，成为实践和服务的人才，才能有效地服务社会，体现学生自身的价值。未来的工作是在过去社会实践经验的基础上不断扩大社会实践的范围，挖掘实践活动的潜力培养人才，坚持社会实践与了解国情、服务社会相结合，为当地经济发展做出贡献，为社会创造新的财富。

暑假前期在大学生之家的网站上浏览了一个教育机构暑期代课老师的广告，就约了同学在校园招聘点应聘。打印了一份招聘人员要求的简历，不得不承认知识积累的重要性。因为我目前大一，各方面的考试还没开始，只能在“专业与证书”一栏里填写我中学时代取得的省级证书。相比我大二或大三的学姐或学长的\'简历，我的简历比较差。应聘那天，我想尽可能摆脱大一新生的青春和莽撞，所以选择了马尾辫和波西米亚风的打扮，希望能在面试中留下一个严厉友善的老师形象，然后脱颖而出。没想到面试官觉得我的经验相当薄弱。经过后来的解释和漫长的等待，我有幸申请了。沉浸在喜悦中，想象着暑假打工的场景，庆幸自己终于能用自己的能力减轻父母的负担。但是当我真正开始工作的时候，我意识到了工作的艰辛。每天36度高温坐2小时公交车，不带风扇在老师办公室代课8小时。当我回到学校时，我不得不在业余时间备课和改作业。基本上早上6点起床，晚上11点以后休息。一个月1600块的工资，只够坐公交后吃饭。虽然条件艰苦，但我欣慰的是，我教过的五个学生的成绩都有不同程度的提高，与同事和上级的关系处理得很好。

工作的日子里，有悲欢离合，有悲欢离合。也许这就是工作的全部生活吧！我不知道有多少劳动人民有过这样的感受，但总的来说，这份工作生活是我人生中走向社会的重要一步，值得铭记。有人说苦难是一种快感，能让你彻底磨练，强健筋骨。如果你有吃苦耐劳的心态，你的成功就不远了。孟子说：“天道会为斯里兰卡人民做出巨大的贡献。你首先要苦于头脑，疲劳筋骨，饿死身体和皮肤& # 8226；\"俗话说“不吃苦才算高手。”谁想收获成功的果实，不需要努力和汗水就能轻松获得？所以虽然这个工作有点辛苦，但我还是坚持下来了。

在工作生活中，我学到了很多：在日常工作中，上级对下级的压迫和指责是不可避免的。虽然是这样，但也给了我很有价值的一课。他教我，别人批评你，或者听别人的意见，你一定要冷静。只有这样，你才能表现出你在真诚地听他说话。虽然很难被批评，但是要明确你是真的接受他们的批评。因为只有这样，我们才能从失败中吸取教训，为未来的成功铺平道路。我们应该学会从跌倒的地方爬起来。这是我应该做的。

也从工作中学到了人际交往能力和人际交往能力。在人际交往中，我能看到自己的价值。人往往很执着，但如果你只问耕耘，不问收获，那么你会交到很多朋友。对待朋友不要斤斤计较，不要强迫对方付出和你一样的真情实感，要知道付出比得到更享受。无论做什么都要有主动性和积极性，对成功有信心，学会和周围的人沟通，关心别人，支持别人。

“没有实践就没有话语权”，只有通过亲身经历才会有不平凡的感觉。学校其实是想让我们参与社会实践，只是想让我们提前接触和了解社会，这样才不会在真正步入社会的时候失去生活的中心。

感谢学校给了我们这个把自己推向社会的机会，也感谢那些在实践中给予我们无私帮助的人。我会在未来的学习中更加努力，朝着自己的目标不断前进。

**暑期打工实践总结篇六**

在还没放假的时候，我就计划这个暑期去广东打工，顺便了解一下这个社会，体验谋生的辛苦，为以后大学毕业找工作打基础!最终7月5日学校放假了，我独自踏上了南下广州的列车，经过二十多个小时的煎熬，终于来到了这个令我向往的地方。

刚到广州站下车，便遭遇了暴雨的侵袭，好在避的及时才没变的狼狈不堪，最终是走到了地铁里通过地下才走到了目的地。接下来便是找工作，找工作颇有戏剧性，一切好像是被安排好的一样，变故是如此的大!无论去哪个工厂人都已招满，只怪学校当初放假放的迟啊!一连三天都没找到合适的工作，真让人沮丧啊，只到此时我才知道找一份如意的工作是如此的难，找一份理想的工作困难是可想而知的!走了很多地方，通过看到的和听过的，我才发现：这次的打工之行是对的，及时的!无论这一个月能挣多少钱都不重要了，重要的是我又学到了一些学校里学不到的东西，让我更全面的了解了这个社会，以及对毕业之后找工作的这个问题的思考。

最终，我转战来到从化，据说从化是广州市里最穷的一个市,不过这里比起贫困地区还是很好地的。我得到的工作是在门市部里看店，在这里跟我们北方石油很大差别的,比如在我们口里的门市在南方来说叫做档口。还有人们口里讲的粤语，听在耳朵里就是活生生的天书!还好我口里说的普通话人们都是听得懂的，当看到我的面貌特征的时候就知道我是北方来的“靓仔”，然后说着我能听得懂的带南方口音的普通话。还有就是饭菜问题了，跟我们北方人的口味真是不一样，肉食都是比较生的，到我的嘴里都是咬不动的。饭桌少不了的米饭让习惯馒头稀饭的我吃的.毫无精神。在慢慢适应了初时的生活之后，开始了我的工作。这个工作是个很无聊的事情，基本上每天都是一样的等待。等待着顾客的到来，期待着能卖出去一点货，这锻炼了我的耐心，也让我明白了生活的不容易。

总结如下：

此次打工之行，我最大的收获是我明白了这么一个道理：

我发现我是世界上最富有的人，我庆幸我有两个无价之宝，他们是健康的身体和我的双手双脚，拥有了健康的身体便拥有了精力，还有当我身无分文时，可以用双手去创造我想要的一切，自己动手，丰衣足食。有脚天涯海角任我走!先前的那些来自于经济方面的自卑感全烟消云散了，我还年轻年轻就是资本，经济的困难只是暂时的，精神的富有才是欣慰的!没有什么困难是困难，我相信：通过我的努力三年之后工作，房子，面包这些东西在不久的将来都会变成现实的!

从第一天面试到最后一天辞工，我觉得做人这个问题关系到一个人的一生!做个好人会让我们受益终生的。无论一个人走到哪里，都不要去做违背道德和违法犯罪的事做一个正直诚实守信的堂堂正正的人，与人交往时行为举止大方!

还让我明白了在以后工作的时候所要注意的地方：

(1)要有严格的时间观念

在学校时，我们的时间观念很差，比较散漫，上课迟到早退无非是扣分，也不怎重视。但走上工作岗位就不同了。对于迟到早退的处理方法是狠狠的经济处分。如果一个月你迟到或早退几次那这个月就白干了，我深有体会，一定要有严格的时间观念!

(2)对待上司同事等以和为贵

对待上司我只想说一点，上司因为是头头儿，架子是有的，平时总是因为一些事训斥员工，在这种情况下，有多大的委屈都要忍，千万别较劲，反思一下自己，上司生这么大气肯定自己有做得不好的地方。如果出来走社会这一点气儿都受不了，无疑你是一个庸人!有句话说“胸怀是冤枉撑大的”，现在的80后、90后大多没什么本事还受不了委屈，所以对于像我们这样的大学生显得尤为重要!真所谓忍一时风平浪静!要学会忍耐，明白什么时候该忍什么时候该争!

对待同事要与他们和谐相处，心平气和的对待他们，他们需要你的帮助时，尽力去帮，还要有团队协作精神，多交朋友，出了门你才会知道多个朋友多条路。

一个月的打工社会实践结束了，我学到了很多很多在学校里学不到的东西。我深深地感谢那些帮助过我的朋友，同事以及网友，谢谢他们!来到这里，我从你们身上学到了许多做人、工作上的东西，也得到了你们的支持和鼓励，我很感谢你们!我的第一次打工是成功的，我知道了“经历了才知道可贵”!这些经历我将受用一生!

**暑期打工实践总结篇七**

今年的暑假显得格外忙碌，因为有了暑期实践活动，也让这个暑假分外充实。我很珍惜这份机会，虽然有些辛苦，但是学到了很多，同时也明白了父母的辛苦和劳累。我们一直把自己当成尚在温室的花朵，其实我们已经到了独立的年纪。暑期社会实践给了我们成长的机会,让我们接触社会,接触以后需要接触的人和事，我们应该在这次的实践中学到一些东西。

在临近放暑假的前一段时间，学校下达了关于学生暑期社会实践的的通知，需要同学们自己在暑假期间找一份兼职 积累一些社会经验.暑期社会实践是让学生由课堂转向社会的一个桥梁。我们在学校期间总是想打工去，好增加一些社会实践能力，但是总是因为一些原因无法长期去完成一份工作。现在我们趁着暑假的时间去做兼职，去体会工作的滋味，去做自己想做的事情。

在放假以后，我和爸爸妈妈说了一下学校的要求，也和他们商量了一下，然后在征求了爸爸妈妈的同意以后，在居住地附近找了一份工作，在一家小型家电专卖店工作。虽然在工作之前，我还是很紧张的，害怕自己不能应付店里的各种状况，但是在我正式上班以后，刚开始是有点不太会和顾客交流，所以店主让我做一些零碎的事情，比如打算扫卫生，收拾东西的一些小事。虽然只是一些小事，但是作为自己的职责所在，我依然做得很认真，生怕老板不满意，把我炒鱿鱼。在家里也会做一些家务活，但是也只是偶尔去做，在店里，不像家里一样自由，要随时随刻的打扫卫生，因为客人总是不断，所以要保持店里的清洁就要不断地打扫卫生，这样就会很累，但自己的工作就是这样，所以要坚持，只有下班以后以后才能轻轻松松的，刚开始工作那几天还好点，因为有刚开始工作的热情和兴趣，所以不觉得累，但是后来每天都觉得自己累得要死，一回家躺在床上就不想动了。

随着工作时间的增加，我也了解了许多新型电器的功能和使用方法。后来来了顾客，老板也是让我接待，帮忙介绍各种样式的商品，在这方面的工作上，就是锻炼自己的表达能力，虽然会多说很多的话，但是锻炼了我的能力，原本我是一个不太爱和陌生人讲话的人，可以说是熟人面前很活泼，外人面前很腼腆的。这次的机会给了我和更多人接触的一个契机，也了解了更多的消费者的心态和想法，也更好的完成了自己的工作。虽然自己只是简单的介绍产品的使用功能和使用方法，但是有时也会遇到麻烦事，比如有年纪大的顾客，不太了解这些复杂一点的功能能，我就需要重复的讲很多次，有时候会觉得很无奈，也很着急，但是顾客是上帝，再说老人嘛，你就要多费心啊！这不是一项简单的工作！

我因为会用电脑，老板就让我没事的时候，帮他做一些销售纪录的表格和利润表格，在这方面，我做的不错，老板也因为我的表现，给我每天涨了一点工资。在这个时候，我觉得真是很幸福，不是因为那些工资，而是自己的工作得到了老板的认可。我一如既往的努力里工作着，在后面的工作的日子里，我的专业水平越来越高，甚至有时候会瘦出一些小的产品，老板也会在这些小利润里面给我一点奖励。后来随着经验的增加，在天气较热的那几天，我还推销出了几套空调，为此我觉得很骄傲，因为这是我由一个小打扫卫生的职员上升到了推销员的高度，这是我自身的一个质的飞跃。

工作时，总是觉得时间过得很慢，但是不知不觉中，一个月的时间过得飞快，当我终于体会到工作中的乐趣时，我却要告别我的工作了。在这一段时间里，我学到很多在学校学不到的`东西，学校教给我们人生的各种哲理，社会给予我们实践的机会，我们在社会实践中去体会，去了解，去学习。在这段时间里，我体会到了挣钱的辛苦，同时也更加明白了父母的劳累，我想我应该去更加的孝顺父母，爱他们，理解他们。我也体会到了待人接物的重要方式，无论是什么时候，要待人随和，尊重别人，交往时要注意自己的言谈举止，给人留下一个好的印象。我想说的一点就是,在交际中,既然我们不能改变一些东西,那我们就学着适应它.如果还不行，那就改变一下适应它的方法。俗话说“在家千日好，出门招招难”。意思是说：在家里有父母照顾着，有什么事情都有人帮着解决，但是出去后，什么事情都要自己解决，难免会觉得有些困难。但是，出门在外，没有父母的庇佑，我们就要学会自立自强，凡事都要靠自己。

第一次参加社会实践,我明白了这是引导学生由学校走向社会的桥梁，是培养锻炼才能的好渠道。这次的实践拉近了学生与社会的距离，在这个更广阔的天地里，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。

这是我第一次经历社会实践。对于一个大学生生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽天气严寒，寒风呼啸，我毅然踏上了社会实践的道路。想通过亲身体验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，想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。很感谢学校让我们去参加社会实践，在这次实践中，我认识到了更优秀的自己。我会继续去完善自己，更努力的把握成长的机遇。

**暑期打工实践总结篇八**

“打工”一词对现在的大学生，尤其是对那些刚刚上大学的学生们来说是非常具有诱惑力的，就像潘多拉的盒子，使人对它充满了好奇和憧憬。正是这样的好奇心理最终让我的平生第一次“打工”之路踏上行程。

现在回想起暑假打工的那漫长的一个月，真实让人难以忘怀，一路走过来真的心中有太多的感悟，酸甜苦辣尽在其中，总之一个字————难。

它让我真正体验到了什么是社会和学校的区别，什么是社会竞争的残酷。

说实在的，暑假里找一份工作真的很不容易，虽说在西安这个大城市，但是工作确实异常的难找，何况是一个短工。为了找工作，我真的是费劲了心机，一连好几天都是一无所获，正当我要放弃本次打工计划的时候，我们“可爱的”“仁慈的”主管“收留”了我，给我了这次难得的锻炼机会。

第一天上班就让我马上体会到了企业化公司的种种繁琐的规定，上班必须穿白衬衣，西裤和黑皮鞋，这些对于我这个平日里以周杰伦为偶像，只穿超度休闲装的人来说，无疑是超强的禁锢，但是为了这份来之不易的工作，我忍了;随后又是“工作发”————短发，始终面带微笑，我但是觉得自己真的很可怜，我刚刚有点长度的“秀发”又一次被扼杀在了襁褓之中，为此我难过了好几天，一切武装完毕，我终于正式上班了，我的工作岗位就是————楼下派单。

我的主要工作任务就是在我们的`楼下拦截“所有一切”有学习和打算学习计算机的人，把他们带到我们的学校(计算机学校)进行参观和咨询。

在我工作的第一天主管就向我反复强调了这个工作的性质它属于一份“推销式派单”，它需要很好的口才和敏锐的洞察力，需要推销员一样的耐心和吃苦的精神，听着主管的话，我顿时感觉到身上强烈的使命感和压力感，在没有开始干之前，我似乎已经被这阵势所吓倒，并且深切的感觉到了它的艰巨性和挑战性。主管似乎看出来我的心思，对我说：“没事，大家会帮助你的，加油。”我又一次被主管的对我特殊照顾所感动，在短暂的动员大会结束之后，我们就这样出发了。

坐在向下的电梯，手里握着厚厚的一叠宣传册，出了电梯，来到马路上，我面对着来来往往的人流，竟然不敢发出自己手中的宣传页，看着一块的同伴都已经在人群中忙碌的奔波着，我真不知道如何下手，因为在我看来，我害怕自己伸出去的传单被人拒绝，害怕遭到别人的冷漠和不耐烦的眼神，害怕遭到同龄人的歧视，我真的有点后悔接受这样的工作，但是看着自己的穿着和同伴的身影，我茫然了。

**暑期打工实践总结篇九**

转眼之间，为期一个月的社会实践服务已经悄然结束。这一个月的实践服务让我受益匪浅。它让我更加了解了生活，了解了社会，也让我重新认识了生活。

原本我抱着种很随意的态度，过一天是一天去完成这次任务。完全只为了写份报告。可是我错了，错得很离谱。没有亲身经历，没有全身心投露，又怎么写的好报告，这报告又如何好写。

一个月的打工服务让我更深入的了解到打工族的艰辛，人民币的来之不易。顶着炎炎夏日，坐在机器面前不停的工作，随着时间的推移，一滴一滴的汗水从身上滑落浸湿了我的衣服。我真正意识到什么是血汗钱，我也知道了父母的艰辛，为了生活他们流了太多的汗水，而作为儿子的我却还在胡乱的花费，如何对得起父母，在他们面前我感到惭愧。我相信通过这次实践服务我会更加合理的利用我的生活费，不会再去盲目开销，它让我懂得了珍惜。

以前在家很少出门，是个典型的家里蹲，对这个社会不是很了解，也很少接触社会上的人。通过这次实践服务，我也接触了一些人，也让我懂得了些处人的方式，以前一直呆在家里是错的，我应该多出去接触些世面，这有利于我的成长，也有益于我更好的.在社会中生存，世上的人千姿百态，如何去处理好这人际关系就显得十分重要，或许将来的某一天他们会帮助我，“在家靠父母，出门靠朋友”我想这句话大家都知道，多认识些人对我们有好处。

这一个月的服务对我来说的确有点累，每天要早起，而我有喜欢睡懒觉，还真是让我有点为难呀！不过我明白既然我接受了就必须把它做好，这是种责任，哪怕天再热，厂长不让休息我就没有特权不去上班，我是做人的原则。同样说好了做一个月就只会多做不会少做，不可以半路放弃，没耐心或者不喜欢就不做，这只会让别人瞧不起我，所以我不能因为这些小小的挫折而让别人看低我。

工作虽然累可我所受到的效益却也很大，除了上面的还有最大的一点好处就是锻炼了我自己，从小就是父母手中宝的我最缺少这种锻炼，它能够磨练我，有助于我养成不怕苦不怕累的精神，现在的大学生都怕累都想找个好的工作，可这并不是每个人都可以获得的，有些公司就喜欢那些肯吃苦不怕累的员工，所以这种精神对我很重要，对现在的大学生也很重要。要想有好的工作这是必需的，吃得苦中苦方为人上人，想出头除了要有实力外，这种精神也是必须具备的。我不是天才，我只能花更多精力去努力，我就更加需要不怕苦肯吃苦。

当我工作完一个月后，我才发现原来休息是这么的美好，谁不想休息，可是光休息能生活吗？有了付出才会有回报，想要休息，多做，多赚点钱，有了资本才能更好的休息呀！

**暑期打工实践总结篇十**

20xx年似乎注定是不平凡的一年，各种地质灾害层出，但是作为大学生的我们，不应停止实践的脚步，在这个夏天我们迎来了，大学的第2次社会实践， 都说现在的大学生是生活在温室里的花朵，经不起任何风雨。而随着暑假的开始，我们将走出象牙塔，走进社会，为公众书写一份满意的答卷。一个月的暑期生活就这样匆匆结束了，还有我的这次社会实践。让整日呆在象牙塔的我，尝到了生活的现实和不易。或许，这种真切的体会，才是最宝贵的收获。

在这次餐厅实习中，困难时刻严峻的考验着我们。在餐厅工作的同时，也不可避免的同其他部门产生联系。这样，我就在不断的联系中和在正式员工的介绍下，对餐厅的客房、前厅、销售、财务和工程等部门都有了一定的了解。同时，我还主义积攒一些餐厅管理的资料，时刻充实自己对餐厅知识的储备。

餐厅作为服务行业，从业人员的素质高低很大程度上影响着服务效果的好坏，并进一步影响服务收益。因此，应大力提高员工素质。以人力资源部为核心，为员工量身订制生涯发展规划。餐厅向来把客人的利益放在首位，目前在业内，也有人士指出，应提升员工利益的地位。因为员工直接对客服务，只有员工的需求得到了满足，才能更好的服务于顾客。这样立足于员工，服务于客人，在满足客人需要的前提下，为酒店争取最大的利益。同样，因为餐厅是服务业，因为现在追求想客人提供人性化服务，所以，我们餐厅内部管理中，也应该实施人性化管理。因为我们的基层员工是直接面向客人的，他们服务质量的好坏，直接关系我们餐厅的整体形象。而员工利益的满足程度，又影响员工上班的工作效率。所以，有一个人性化的内部管理，有一个人性化的企业文化，更能提升员工的素质。让总经理，总监走近员工，走入员工的生活，不是一件坏事。

世界一个必经步骤。每一项操作，每一个动作，每一个表情，我们都能应该给出一个依据。规范化的管理，有利于员工的服务水准的提高和餐厅管理水平的提高，全面化的管理更是必不可少的。记得我们在接待vip之前，总监总是三番四次的跑我们餐厅。一次，我对总监说，您是不是不放心我们，干吗非得重复的看?回答是：不是不放心，是确保万无一失!小到室温的多少，背景音乐的大小，墙角的卫生，植物的摆放、颜色的搭配，及其灯光的完好和安全通道的.顺畅，这不光是营业区域的检查，其范围要涉及到周围几个营业区域。

在这里还应该提下投诉的问题。我在餐厅实习时，我们经理经常说，这段时间我们没有投诉，非常好。我感觉这个观点不好。许多客人在对服务不满意时，都不投诉的。并不是说我们的服务没有缺点。有投诉才有进步，我们应主动向客人了解我们的服务效果。认真虚心介绍客人的意见，我们接受投诉的目的不是处罚员工，而是对我们的经营管理敲响警钟。

另外还想强调下心态问题。作为餐厅人员，良好的心态至关重要。不要怨天尤人,应该谢天谢地, 餐厅给了你这个发挥你能力的机会。这次的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟了很多东西，甚至这些东西将让我终身受用。工作的时候要学会全力以付，不要太计较自己付出多少，尽量做到多做事，做有用的事情。自己努力的工作，旁人也会看到。不管怎样，重要的是工作的成效和业绩，这才是领导看重的。

不管做什么事情，就算是一件小事，也要认真仔细，绝不能敷衍了事。可能不起眼的小事是很重要的，所谓细节决定成败。人与人之间在智力和体力上的差异并不是想象中的那么大，很多小事，一个人能做，另外一个人也能做，只是做出来的效果不一样，往往是一些细节上的工夫，决定着事情完成的质量。

社会实践能让走出校园的我们，更好的接触社会，了解社会，加入到社会中。它有助于我们大学生更新观念，吸收新的思想和知识。同时，社会实践中有很多我们在学校里无法学习到的东西，与人沟通交流的能力和表达能力。社会实践能够加深我们与社会各阶层人的感情，拉近了与社会的距离，也开拓的视野，增长了才干，能更好明确自己的奋斗目标。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

康 富

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找