

社会学个人总结(实用6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。什么样的总结才是有效的呢？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。

社会学个人总结篇一

不知不觉间，路边的小草已经泛起了黄绿，阳光也愈发喜欢露出他的笑脸。一个词在我的脑海里浮动，一种力量在这个世界萌动，那就是生命。春天来到了，我又回到了熟悉的校园，带着这个寒假的收获。

美丽的校园，承载着我的梦想去当一名光荣的白衣战士。生命的意义是由自己定义的，为了给自己医学知识充电，而实践的过程是所有课本不能给予的，短暂的寒假便来到xxxxx医院实习。

对于我这个只有半年学医经历的学生来说，应该从医院中最基础的护理工作开始。来到医院，我对一切都感到新鲜和畏惧，即使自己曾以病人的身份到过此地。

镜中的我，穿着干净的白大褂，戴着洁白的帽子和口罩，想想自己第一次穿着白大褂的那份自豪，心底的那份坚定与自信油然而生！

看起来简单的护理工作，让我开始有些手忙脚乱。原本的自信荡然无存。我开始虚心向护士学习，紧紧地跟着护士，寸步不离，年轻的护士耐心地给我讲解着关于护理的知识。慢慢地，我穿梭在各个病房，了解了她们的护理术语和一些

日常工作。

我协助护士接诊病员，做好四测（测血压、测体温、测脉搏、测体重），熟练地掌握了血压及体温的测量方法，接触配液环节，在严格坚持“三查七对”（三查：操作前查、操作中查、操作后查；七对：对床号、对姓名、对药名、对浓度、对剂量、对方法、对时间）的原则下，并为病员配液。

终于有了我实践的机会，想着护士叮嘱我的操作要领，端着装有止血带、胶布、碘付的器皿，来到病房。面带着微笑：“阿姨，该打针了”我给病人绑上止血带，用碘付进行消毒，然后拿起针头，小心翼翼地扎入病人的血管中。看见管中有回血，一种如释重负的感觉蔓延全身。想不到，身平第一次扎针竟然会如此的顺利！

护士在休息的时候，给我讲着因为静脉注射的输液管中一个小小的气泡，而使病人死亡的真实事例后，我大为震惊，不免开始崇敬这些平凡的护士们。

xx日在医院领导的同意下，我观摩了一例左下肢静脉曲张高位结扎及剥脱术！手术前病人的家属用充满期待的目光注视着主刀的医生，顿时让我感到医生的伟大责任。手术的时间大约两个小时，主刀医生精湛的医技，让我了解到医学基础知识的重要性，他的细心，仿佛把病人当成自己的家人一样精心地照料，就好象生理老师曾经说过：虽然你们是用动物做实验，但以后你们却是要给人看病！因此，使我是深深体会到，我们要提高自己的职业素质。

社会学个人总结篇二

20xx年下半年，我非常幸运地成为了刘老师的'一名助教，时间过得真快，一学期的工作即将结束了，回顾这个学期所从事的助教工作，我收获很大；当然，在我享受到丰收的喜悦的同时，也发现一些自己存在的不足。我一定会正视自己的

缺点和不足，在下学期的工作努力改正，期待能将老师的工作做的更好，与老师更好的配合下去。下面将简单地将我在这一学期以来的助教工作做一简单的回顾和小结。

第一，学会与与老师和同学进行沟通。第一次当助教，心情有点激动，加上自己也是“新生”（硕班），一方面，除了适应新生活和新课业，另一方面也担心自己各个细节处理不好，这样也许会影响到老师教学工作的顺利进行。一路走来，酸甜苦辣尽在不言中。

由于第一次的激动，第一次的学习，它让我懂得了与人沟通的重要性。在这一方面我选择了两种处理方式：一方面，首先，我请教了上一届有过助教经验的师兄师姐，询问他们助教工作的内容，把助教工作做好应该注意那些问题等等，其次也可以跟自己同一年级正在做助教工作的同学进行沟通，从交流和学习中得到他们的经验，弥补我的不足；另一方面那也是重要的，就是主动与自己的助教老师进行沟通，积极向他汇报你的工作情况及工作中的问题，使工作的被动变为主动，如此既做好了自身的工作，提高了效率，又给老师留下了好印象，然后根据任务的情况，制定一个计划，这样就可以使助教工作能有条不紊地进行下去。虽然其中会出现一些突发事件，但那都是次要的，计划赶不上变化，只要保持这样一个理念，随时做好这种准备，相信临时的事情并不会给工作带来影响。

第二，遵守学校助教工作管理规定，认真负责地做好老师安排的各项助教工作。在每次拿着本科生作业进行批改前，要认真备好课，了解作业的相关知识点及评判标准，在批改时，要指出学生作业中的问题，使学生在每一次作业中都要有所收获，绝不忽言了事，做到认真负责，成为一个有责任心的好助教。

除了批改作业、备好课外，还可以帮助老师查阅各种资料，如上因特网时，可以寻找好的教学材料、教学课件，把它们

和自己的学习结合起来，为我所用。

根据上述总结，我深深感到，只要立足实际，认真分析和研究好教材、大纲，研究好学生，就能使助教工作有所开拓，有所进取。鞭策我们：惟有我们不停的奋斗才能在竞争立于不败之地，才能得到自身不断发展和进步！而我们需要做的似乎只有一点：一直再努力！

社会学个人总结篇三

本次活动由土木与交通工程学院团总支统一策划，并负责提供校友毕业时去向基本资料、校友基本情况调查表、访谈提纲等资料，团总支书记、辅导员和班级导师负责本次活动的具体落实工作。具体要求见土木团总支邮箱相关文件。

一、活动目的：

通过走访校友活动，了解学长们的成长经历和走上社会后的感受，以及他们对大学生活的反思，使一年级同学能够近距离走近学长，正确把握新一代青年知识分子成长道路，了解社会对大学生的要求，从而增强自我责任感，激发学习原动力，更加珍惜大学生生活，理性规划大学生生活，进而树立前瞻意识，建立规划职业生涯的观念，指导自己的学习、实践。同时，在相互合作分工完成活动要求的基础上增强学生的团结意识。本次活动是大学一年级学生社会实践活动的重要内容。

二、活动时间：寒假期内

三、活动内容：

（一）参加人员：土木与交通工程学院全体xx级学生

（二）访谈对象：

2. 本专业若无毕业生，可采访相近专业的毕业生或者本行业的从业人员，要求访谈对象具有五年以上的工作经历。

3. 根据个人情况，外地生亦可结伴在家乡采访相近专业的毕业生或者本行业的从业人员。

（三）访谈内容：参照访谈提纲（土木团总支邮箱相关文件），并请校友填写调查问卷（土木团总支邮箱相关文件），争取得到学长的签名或与学长合影。

（四）将此次活动内容告之家长并取得家长的支持与指导。

四、活动培训：

（一）时间：本周三下午四点半学

（二）参与对象：各小组组长

（二）培训内容：

1、辅导员宋宗耀负责相关内容的培训。主要包括：（1）分组情况（2）访谈对象（3）访谈技巧（4）访谈记录（5）活动总结（6）访谈工作中需要注意的问题等。

2、邀请xx级学长分享访谈经验。

五、活动要求：

（一）同学们以3-6人为一组，每组至少完成采访1名校友的任务。

（二）采访前做好相应准备工作，应尽可能多的了解校友个人简历、工作地址、所在单位情况等个人情况。

（三）外出采访或外出进行调研时请注意出行及饮食安全。

（四）注意采访时的礼貌及用语，谦虚耐心，以促成采访的成功。

（五）本次采访工作需要各组成员共同完成，可以进行相关工作的细化分工。

（六）全过程记录、拍照：访谈工作过程中需要进行全过程的记录，拍摄全过程的照片或者视频。

（七）访谈工作结束之后，需要向校友邮寄一封感谢信（若无法进行投递，也可采用电子邮件方式）。

（八）开学后一周内，各班班长和团支书负责将各组材料收齐交至学院团总支。

（九）开学后一月内，各班召开校友访谈活动总结交流主题班会，辅导员（班级导师）参加班会。

（十）具体访谈活动注意事项详见土木团总支邮箱相关文件。

六、上交材料的要求：

（一）□xx级学生寒假社会认知实践活动小组总结报告要求详见土木团总支邮箱相关文件。以小组为单位，须交a4纸打印版和电子版各一份。字数不少于2500字，并配以访谈活动时的照片（将照片附到总结报告中，选择彩色打印，亦可将冲印好的照片贴于报告中），如有相关行业就业情况分析图或统计列表请附上，在报告第一页显著位置注明组员班级及姓名。鼓励各小组提交拍摄的访谈过程视频文件。

（二）□xx级学生寒假社会认知实践活动小组访谈计划。必须包含以下五项内容：活动方案、小组成员明细、小组成员分工、活动日程安排表、访谈时所提出的问题。

（三）访谈人物简历。要包含其毕业年份、毕业专业、校友姓名、现从事行业、现工作单位、现任职务、联系电话、电子邮箱地址等内容。

（四）xx级学生寒假社会认知实践活动调查问卷（以小组为单位只需一份）。

（五）xx级学生寒假社会认知实践活动个人活动总结。须上交a4纸打印版，按小组成员数上交，要求字数不少于1000字，并在第一页右上角注明班级、姓名。请自行妥善保存个人电子版材料，以备评选社会实践先进个人所用（建议保存电子版格式为wordxx版）。

（六）xx级学生寒假社会认知实践活动致家长的一封信的回执（按小组成员数上交）。（土木团总支邮箱相关文件）

（七）《北京建筑工程学院社会实践和社会工作课程学分登记册》（按小组成员数上交，并在封面右下角注明班级、姓名）。

七、活动总结的书写要求：

（一）标题字体采用黑体，加粗，字号三号。

（二）正文字体采用仿宋_gb2312 字号四号。层次结构的序号和文字应加粗。

（三）正文页面设置，页边距上2厘米、下2厘米、左2厘米、右2厘米。

（四）正文段落，行间距为固定值25磅，其余均为0字符或无。

（五）结构层次序数，第一层为一，第二层为（一），第三层为1. 第四层为（1）。在同一文件中，数字的使用前后要一

致。

（六）请用订书器在左上角进行装订，不要使用曲别针或夹子等不牢固的物品装订。

八、班级团日活动：

（一）时间：开学后一月内

（二）活动内容：以小组为单位进行作品展示，采访内容和访谈活动总结小组之间进行交流、展示。（具体活动方案根据班级实际情况制定）

（三）活动要求：

1、根据各小组作品质量选出班级优秀个人总结、优秀小组总结报告以及优秀小组策划案例各一份。

2、记录活动过程，并拍照。

九、评比与展示：

（一）班级推选优秀作品参加学院展示会；

（二）学院评选出寒假社会实践优秀作品参加学校评比。

十、总结表彰形式：

（一）院级：

1、将优秀作品汇编成册，面向全院出版

2、学院向年度寒假社会实践先进小组及个人予以证书表彰

（二）校级：

- 1、活动优秀个人可参加学校社会实践先进个人的评选；
- 2、优秀活动体会、报告将汇编成册，面向全校出版。
- 3、优秀成果以成果展示形式向全校展出。

社会学个人总结篇四

时光荏苒，三周的暑期社会实践，在我们还意犹未尽的时刻就悄然结束了。依稀仿佛昨日，我们还提着大包小包的行李，兴致冲冲的集合，出发，到达，安顿。一切的一切都太快太快，快到我们似乎都来不及捕捉。

记得我们初到洞头，心中仍是激动、忐忑、期待，各种情绪五味杂成。对于我们这些初来乍到，涉世未深的大学生，接下去的生活都是挑战。支教，社区调研，沙滩环保，慰问空巢老人，荧光夜跑等等一系列实践活动，为洞头的建设贡献了我们的绵薄之力。于此同时，我们自身也在不断成长。

影响我最大，使我感受最深的便是爱心支教活动。对于教书这件事，我们所有人都是“初出茅庐”的愣头青，我们面对的不仅仅只是那些天真无邪、调皮淘气的孩子们，还有心怀殷切希望的家长们。我们肩负重任，因而我们循循善诱、严厉教导。期间我们生气过，也开心过。孩子们能气的你火冒三丈，也能感动的你热泪盈眶，在与孩子们相处的过程中，我们渐渐的学会了理解，学会了包容，学会了感同身受，学会了照顾。最后一周，是最艰难也是过的最快的一周，我们都深知，离别的时刻要到了，每个人都心照不宣的努力着，不论是老师还是学生。时间真的很快，汇报演出很顺利也很成功，当我们唱着《明天，你好》挥手告别时，孩子们的眼泪再一次深深刺痛了我们的内心，一切只怪时间匆匆，然而真的要再说再见了。

在洞头的短短三周时间，生活在同一屋檐下的每个人都在付

出，在收获，在给予，在舍得，最重要的是，每个人都在成长。这是我们成长路上一段抹灭不去的美妙记忆，一段珍贵的经历，学会的不仅仅的包容，付出，甚至学会了烧菜的技能。或许这样的机会一生只有这一次，但我们也已无憾了！

用勇气浇灌成功的花

社会学个人总结篇五

又是一年暑假，大学生活已经匆匆过了一半，是时候该想想步入社会该作何打算。所以今年暑假便想提前体验一下作为一个社会人的感受。。在父亲的介绍下，我来到了某公司的财务部门实习。

刚来财务部时，发现财务部的会计都比我大很多，我心里忐忑不安，不知道自己是否能和这些会计相处好，毕竟这直接影响到接下来的一个月里我是否能有所收获。但是，我的担心是多余的。财务部的会计们都非常的照顾我，期中有段时间由于我自己的些许原因，对实习工作失去了信心和激情，甚至想到了退出，是财务部的会计给了我长辈般的建议和劝导，让我最终顺利完成了实习。由此，对于工作过程中和同事及领导的相处，我有了全新的认识。这些天的实习，使我对会计工作有了进一步的认识，熟悉会计工作的流程，更重要的是深刻体会到手工做帐和电算化会计的不同。在取得实效的同时，我也在实习过程中发现了自身的一些不足。总结了以下几点：专业方面，首先，作为一个会计人员应该具备扎实的专业知识和良好的专业思维能力，具备诚实守信等端正的职业操守和敬业态度，这是会计工作岗位对会计人员最基本的要求。其次，作为一个会计人员要有严谨的工作态度。会计工作是一门很精准的工作，要求会计人员要准确的核算每一项指标，牢记每一条税法，正确使用每一个公式。再次，要有吃苦耐劳的精神和平和的心态，并用积极的心态处理日常遇到的难题人际交往方面。

短暂又难忘的实习旅程就像白驹过隙般，飞速而逝，而这其间的感受也像五味瓶酸甜苦辣咸一应俱全，在每日紧张充实的工作环境中不觉间已经走过了一个月的实习期，回首这一个月的实习期，内心充满着激动，也让我有着无限的感慨。这里的一切并不只是回忆，更是一种收获。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社会实践工作。打工实践实践虽然很短，但是在这段时间里，我们却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。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 and 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。

我面前的路还很漫长，需要我不断的努力和奋斗。我坚信通过这一段时间的实习，所获得的实践经验对我来说终身受益，在我毕业后的实际工作中将不断得到验证，我会不断的理解和体会实习中所学到的知识，在未来的工作中我将把我所学到的理论知识和实践经验不断的应用到实际工作来，为实现自我的理想和光明的前程努力。

还有一年我就要走向社会了，相信这次实习对我今后参加工作一定会有帮助。同时我也看到了许多，知道做人有时比做事更加重要，没有人天生就会，没有人天生就懂，只有不断地努力才能成功，在这里不是每个人都有认为你是什么的，有的人就觉得你什么也不是。你只有付出好好学，做给她们看。证明自己不是虚的，证明自己有实力，名副其实！

社会学个人总结篇六

在严峻的就业形势面前，用人单位比较看重你的工作经验和社会实践经验。下面我们就来看一下实践经历对你的就业所产生的帮助和影响。

1、社会实践有助于提高大学生认识社会和融入社会的能力

第一，实践经历使大学生能够正确认识自己。通过实践活动，可以让学生看到自己 and 市场需求之间的差距，看到自身的知识和能力上的不足，客观地去重新认识、评价自我，逐渐摆正个人与社会的位置。

第二，可以增强大学生适应社会、服务社会的能力。实践活动使大学生广泛地接触社会并了解社会，在实践中不断动脑、动手，直接和社会中不同阶层、部门的人员打交道，培养和锻炼实际的工作能力，并且在工作中发现不足，及时改进和提高，使之更新知识结构，获取新的知识信息，以适应社会的需要。

2、社会实践有助于完善和提升大学生个人素养和知识能力

第一，通过社会实践，可以培养他们奋发向上、不断创造的精神；培养他们不怕困难、百折不挠的坚强意志；培养他们勤俭节约、吃苦耐劳的生活态度。

第二，大学生是要把在校学到的知识和形成的能力运用到社会，大学生只有在社会实践中才能发现社会需要。

第三，大学生参加社会实践，有利于培养他们的意志品质，提高心理承受能力。第四，现代社会要求大学生应该具有良好的社交能力，这有利于大学生向社会推销自己，有利于大学生在社会中建立广泛而健康的交际网络，促进个人的成长成才。

3、社会实践有助于提升团队意识和集体荣誉感

在社会实践中大学生可能会遇到许多个人与集体、局部利益与全局利益的矛盾和问题，这就要求他们发扬集体主义精神，以集体利益为先，以大局为重，发扬团结协作的风格。通过实践，学生学会从多个角度考虑问题，营造和维护良好的合作环境。同时也善于理解和原谅别人，还意识到要加强团队沟通，利用集体智慧。这些都促进学生团队意识的养成。