# 最新大学生暑期社会实践报告心得(九篇)

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2024-07-24

*报告是指向上级机关汇报本单位、本部门、本地区工作情况、做法、经验以及问题的报告，写报告的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我就给大家讲一讲优秀的报告文章怎么写，我们一起来了解一下吧。大学生暑期社会实践报告心得篇一镇现状1)xx镇...*

报告是指向上级机关汇报本单位、本部门、本地区工作情况、做法、经验以及问题的报告，写报告的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我就给大家讲一讲优秀的报告文章怎么写，我们一起来了解一下吧。

**大学生暑期社会实践报告心得篇一**

镇现状

1)xx镇简介

xx镇是xx年7月由原xx镇与xx镇合并而成，位于xx市主城近郊，属东部新城建设组团，渝黔高速公路、上界高速公路横穿其境，距市中心18公里、江北机场32公里。镇域面积84.26平方公里，城镇建成区面积2.1平方公里，总人口5.1万人(常住人口为4.4万人)，非农业人口1.4万人，辖区内有18个行政村、3个居委会，123个合作社。

xx镇旅游资源丰富，有南温泉和樵枰山两大风景区，风光绮丽，自然条件得天独厚，不仅有林、瀑、洞;还有古寨文化、陪都文化、解放战争遗址、明清时代民居群，是久负盛名的旅游胜地。南温泉景区以丰富的温泉和厚重的文化底蕴著名于世，为xx市旅游“十佳”风景区和都市短程旅游最佳线路。

xx年上半年完成地区生产总值(gdp)2.7亿元，比上年同期增长24.5%;固定资产投资完成3.01亿万元，比上年同期增长564%，其中实际利用区外资金2.96亿元，比上年同期增长740%;企业总产值完成4.24亿元，比上年同期增长10%，企业总收入完成4.21亿元，比上年同期增长18%，本级财政收入完成513万元，比上年同期增长130.7%，完成年度预算的88.45%;二、三产业占地区生产总值比重为83%。

区委、区政府高度重视开发建设，组建了专门机构对实施整体开发。整体开发规划范围20.69平方公里，分为工业、旅游、生态居住、新市镇四大功能区。

其中核心旅游区用地1.14平方公里，以“欢乐、浪漫花溪”为主题，以打造“国际温泉之城、中国温泉之乡”为目标，以温泉主题旅游休闲度假为主要功能，内设五星级酒店、温泉文化广场、特色温泉精品酒店、陪都时代风情街、河滨公园等综合旅游、休闲服务设施，创建温泉主题公园和综合性主题游乐园。

工业区规划用地5.8平方公里，重点发展机械制造业、生物制药业、电子工业等高附加值产业为主。

生态居住区用地7.27平方公里，凭借优美的自然环境打造以中档住宅为主、经济住宅为辅，建设xx市真正意义上的生态居住区。新市镇规划用地2平方公里，以政府治所为中心，强化居住、大型商业功能，打造未来整个区域的经济文化中心。

2)xx镇的孩子

这里的孩子虽家境贫寒但都十分懂事，他们活泼热情，尊师守纪，在学习上也表现突出。近年来，学校学生参加全县各类知识竞赛有26人获奖。学校成立有文艺演出队，书法组，绘画组，以及篮球队，乒乓球队等。同学们都是德智体美全面发展的。但却存在一个令人震惊的现象。据了解，孩子们在念恩读完三年级后，就要到下甲乡中心小学去继续完成小学。可从山里出去的孩子，大都遭受到这样一种遭遇，那就是到中心小学后被当地的同学欺负，被人瞧不起，有些孩子被打得哭着回家，有的被剪掉裤子、烧掉头发，甚至有些孩子害怕再次被欺负而辍学回家。这些情况虽和当地的领导反映，但似乎却没有任何回应。我们不得不为这些孩子的教育问题而担忧啊。

**大学生暑期社会实践报告心得篇二**

驹过隙，一转眼，我们已迎来了大学的第一个暑假，这也就意味着再等到新学期开始我们可就是学长学姐了，让我不得不再次感慨时间飞逝，是啊，去年的这个时候我们还是一个刚刚毕业的高中生而已，准备用整个暑假的时间把高中三年的压抑释放出来，而现在已然是一名大学生一年有余了(当然，如果按开学时间来算自然是不大到一年)，弄不清是什么时候褪去的“新生”的外衣，但是这会儿却颇有一种“老生”的滋味。仿佛一切都在一夜之间变老，让人猝不及防。 来不及多多回忆大一的生活，暑假伊始我就投入到另一种生活当中去了，说是辛劳却也充实，说是疲惫却也会觉得那是一种享受，是啊，付出劳动后并有所得，心总是会感到些许欣慰吧!不再多言，且说这个暑假我是如何度过的吧!

坦白说，本打算在暑假里到工厂找一份临时工作的，遗憾的是并没有找到，附近的工厂里都没有熟人，厂子里似乎也不缺人，远的工厂里就更不可能找到活干了(也许是不够远，后来听说许多同学都在外地打工，而没有回家，由此不免感到有些惭愧)。倒是在一开始找了一份在饭店端盘子什么的工作，不过离家较远加之还要上夜班，所以必须得住在那儿，后来让我给推辞掉了，因为那样一来几乎天天不能在家了，而我想多陪陪母亲。就这样一连十多天都闷在家里，没有找到任何工作。 一天接到高中同学打来的电话，说是次日七八个同学小聚一下，心想也是，毕竟一旦开学而同学又不在同一个城市，连见面都不太可能，更别说弄一个小小的聚会了，遂决定参加聚会。

事实证明，我的决定是非常正确的，聚会那天中午一起吃饭喝酒的时候，大家无话不说，最让我受益匪浅的是，有两个同学大一一年利用空闲时间自己挣了不少工资，更重要的是他们藉此锻炼了自己在社会上闯荡的能力，此外还有一个同学就在这个暑假办了一个补习班，收了五六十个即将上高中的学生，保守估计一个暑假下来净赚几千元。其间，“社会”一词必然成为话题的重中之重，彼此交流闯荡社会的经验、趣闻，以及个人对社会的认识，一顿饭的工夫，我觉得自己的思想已经相当落后了，自己对社会的认识恐怕多半是纸上谈兵吧!因此，我自是沉默而少言，有同学禁不住问我这个暑假没出去打工?我如实诉说，不想同学竟帮我出主意，他们比较了解我的性格，有些内向，所以出的主意多半是要我突破自己，多和人打交道，说在社会上不会交际是不行的!最后，一同学说暑假有很多商场都在搞活动，恰好他姨市某大型超市的经理，说可以帮我问问她那要不要人。我欣然说好!不几天同学打来电话叫我去他姨在的那家超市工作，同时还有另一个同学和我一块。 到那儿之后，工作并不是当售货员，而是这段时间超市在搞家电“以旧换新”的活动，也是顺应国家号召家电下乡的举措，而我的工作就是负责向市民宣传这一活动兼咨询员的身份。具体细节，在下文中会有详细说明。

那是一个有点阴的早晨，给我介绍工作的那位同学和我一块去了那家大型超市，到那后与另一个参加工作的同学会面，然后我和那同学一块被引荐给给我们介绍工作的同学他姨，我们都很有礼貌的称她为姨。随后，她把我们俩领到了一个会议室，让我们在这先休息休息，过会儿会有人来告诉我们具体的工作流程等。是时，会议室已经有几人学生摸样的人在那儿了。大约十分钟后，来了一个二十五六岁的男子，进门后他做了一个极其短暂的自我介绍，随即切入主题，现在由他正是为我们培训。 他发给我们一人一张活动宣传传单，不等我仔细看那张宣传单，那人便像我们介绍起来：“我们这次搞的这个活动叫做‘家电下乡，以旧换新’，什么意思呢?就是说，你们看着那张传单，你看那个电视是不是标有两个价，一个是原价，另一个是以旧换新价。什么叫以旧换新呢?怎么个换发呢?传单上说的很清楚，但是我还是要跟你们讲一遍，因为你们得比一般人更加明白，你们说是不是?!”在座的有人点头，有人说是，还有人在莫名的偷笑。那人接着半开玩笑似地说道“认真听啊!这可不跟你们上课一样，上课走个神一般不会有什么严重后果，是吧?但是在这，一会没听明白给我走人。”我们都笑了。笑后想想，他说的很在理，等到真正参加工作时，如果态度不认真负责，那么结果很可能就是失去这份工作! 那人仍在孜孜不倦地跟我们解释，不仅脸上的表情丰富，肢体语言也很有特色，似乎生怕我们不能理解他所说的任何一个字：“所谓的以旧换新就是把旧家电折合成一定的现金，当然这现金不能兑换，只能用于买传单上的那些电视机，旧家电不一定非得也是电视机，什么洗衣机、电磁炉的，只要是家电就行，当然手电筒是不行的。”我们又是一阵欢笑，渐渐佩服起他的幽默来，“这家电呢，不论它坏没坏，不管它坏的程度怎样，都能拿来换。当然有人会问，21英寸的旧电视跟25英寸的旧电视折合一样的钱?对!大家都知道，旧家电回收后就只是拆它的那一点稀有金属，而不管你是什么样的家电这部分的含量都是差不多的。说句实在话，旧家电值不多少钱，关键是国家补贴的那13%。不同价位的电视优惠不同，你看那传单上，是不是越贵的优惠的越多?”我看了一下，的确是。

培训临近结束，那人说道“大家都明白了吧?不懂的抓紧问……一次机会，两次机会，好，没机会啦!”我们只是笑，听他讲的那么细，谁还会不懂呢?看见我们都懂了，他接着说“好。看来大家动明白了，那现在我给你们分派一下任务和地点，咱们还有几个分店，总店这边就留两个人。一会呢，你们每人拿一摞这个传单，到时有人向你们咨询时发给他一张，再一个，不咨询的碰上了也发一张。发了他不就咨询了嘛。你们工作的地方呢，条件还是很好的，到时候在超市门口外边搭一个帐篷，你们就在那个帐篷里，有人就会过来问你们了。”之后，他给我们分了工作地点，我很幸运的留在总店。

其实，在以前我曾见过这种活动，所以这次培训效果还是比较显著的，没用多大点功夫我就熟知各项事宜。于是，不自觉的在心里做着各种各样的实景模拟，甚至在想到时要不要说普通话。想归想，还是要付诸实践才行。半个小时后，我已坐在帐篷里当起了“咨询员”，面前有张桌子，桌子右前方竖着一个牌子，上写着“咨询处”，而帐篷上也挂有横幅“家电下乡 以旧换新”。看着感觉着这些，心里莫名的感到一种自豪。原以为是两个人同在一顶帐篷里工作，不想却是分开的，超市有两个入口，可谓前后门，所以一个门口搭了一顶帐篷。不过，自己干就自己干，没什么大不了的。

我的第一个服务的对象是一位老大爷，他说一口地地道道的本地话，受他影响我怎么也说不出普通话来了。老大爷似乎对一切都很好奇，一直在问，问得很是仔细，我并没有感到厌烦，反而觉得能把我知道到表达出来，从而让别人明白，这是很令人自豪的事情。我发现在我耐心给老大爷解释的时候，老大爷的身后旁边又都聚集了好些人，他们都在全神贯注的听我讲解，忽然感到一阵紧张，在这之前我哪有当着这么多人说这么多的话过呀!我想这就是社会，这就是生活吧，与人打交道，没什么可畏惧的，想到这先前的紧张渐渐变得很淡很淡了。我尽自己最大的努力把自己知道的以及自己的理解统统告诉人们，看见他们带着一种理解了的表情离去，真的很是欣慰!

“以旧换新”的活动只持续了四五天，之后是商场各式各样的促销活动，工作方法大同小异，都是在一直跟人说话都是待在那顶帐篷里，再热的天有顶帐篷，心里也会感到一丝凉意的，这样一直工作了十几天直到商场活动告一段落。虽然时间不是很长，但是在此期间我还是学到了许多东西，明白了许多道理，对人生也有了新的领悟。

这十几天的时间都处在跟人说话的状态，渐渐认识到说话也是一种艺术，要让别人心服口服的接受你的思想必须在说话上下大力气，要循序渐进，语气要恰当温和，要给人一种亲切的感觉。顾客是上帝，这话没错，一定要微笑待人，决不能板着一张脸，尤其是不能带着情绪上班，这是工作的大忌。社会是人的社会，在社会上就要认识人，认识更多的人，与人交流，与更多的人交流，而不能恪守所谓的不和陌生人说话，所有的一切且都是从零开始的，人和人都是从不认识到认识的，试着让自己去接受他人，同时也让别人乐于接受你。予人玫瑰，手有余香。 纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。真的，通过实践，你会发现你所学到的要比从书本上或者从别人那里直接灌输过来的要深刻很多倍，通过实践你把自己的知识也好，思想也好，都和实践相联系，并不从实践中学得的东西真正转化成自己的一部分了。我想实践与认识的辩证关系在高中我们就已学过了，就没必要赘述了，我想强调的是，通过亲自实践你会更加明白实践与认识的关系的!

总而言之，作为大学生的我们，一定要让自己多多参与实践，使得思想在实践中得到升华，更好的认识和适应社会生活，更好的领悟人生的真谛和做人的道理，为将来以后走出校门，走向社会打下牢固的基础!

**大学生暑期社会实践报告心得篇三**

近放暑假的时候，我们班开完班会，班长给我们每一个人发了一张大学生暑期实践活动登记表，要求我们利用暑期的时间投身到社会中去，目的是要我们从现在开始积累社会经验。暑期社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸也是推进素质教育进程的重要手段，可以有助于大学生接触社会，了解社会。同时实践也是大学生学习知识锻炼才干的有效途径更是大学生回报社会的一种良好形式.

拿到实践活动登记表的我们兴奋不已，纷纷参与讨论暑假该干什么。有的说去大城市里打一个月的工，他们说这样才叫真正的进入了社会能更快的了解并认知社会。有的说去当家教，这样也可以过一把当老师的瘾同时也可以巩固自己的知识。大家都显现出空前的积极性，其实我们早就对学姐学长们能够利用学习之余的时间去做兼职佩服的五体投地。现在我们也终于轮到我们了。

放假回到家里，我跟爸妈商量了学校下达的暑期任务，他们都很支持学校的决定，也赞同我在暑期里去社会实践的这一作法，我也觉得这真的是一次自我锻炼的好机会。但是由于爸爸妈妈仍不太放心我一个人出去工作，就帮我在亲戚家里找了一份还比较轻松的工作，也和亲戚说好了，就拿我当员工一样对待，让我真正感受一下步入社会参加工作的不容易。

第一次要参加工作的我真的很兴奋也很紧张，虽然是到亲戚家工作，但我的心里还是很不安，不过最终还是鼓起勇气接受了这份工作。我的工作其实没什么时间规定，老板是一家开米厂，我一般只要坐在办公室里称那些稻谷的重量

然后在他们下完稻谷之后，退一下皮。操作是蛮简单的，但我刚接手时真的很手忙脚乱，因为忙的时候真的很忙，有时候一天或一次性有好多车稻谷来卖，一车一车，我就会忙不过来，还会出差错。有时不记得写卖稻谷人的名字，有时又忘记了写稻谷的品种，年月日有时也忘了，真觉得那时自己灰头土脸的。这份工作没有什么时间观念，闲的时候很闲，忙的时候又会到好晚。

刚参加工作的我刚开始真的受不了，忙的时候好累，出了差错还会挨骂，也不能和老板顶嘴，要不就要被吵鱿鱼了。卖谷的人有时也很烦，他们有时不懂电子称，就不大相信我们，就和我们吵，没办法我只得和他们一遍遍的解释。还有人怀疑我们地电子称上搞鬼，说我们稻谷少了称，没办法我又不能发脾气，也不能和他们吵，为了米厂里的生意，只能和他们心平气和的讲解电子称是很标准，是电脑样的东西不会有问题的。

还有时为了一些生意上稻谷价格的事，他们也会和我们吵，有时也会扯进我，受了气也只能自己吞，不过老板有时也安慰我，说做生意就是这样，什么人都有，不要和他们太较真，你习惯了就会好的，听完这些我心里就会宽慰很多当然也在其中学到了不少的知识。

办公室里有一台电脑，因为我曾学过一个月的电脑，对电脑比较熟习也学会了五笔，打字比较快，老板就经常拿一些文件让我打和修改。打的文件老板总是要反覆地修改，我就要经常帮她修改，那时真的觉得好烦，不过不管觉得多烦也要忍着，不能发脾气，毕竟自己是在给别人打工。更难受的是，闲的时候也不能离开办公室，什么也不能做，只能呆呆地坐在那里等。比起自己在家里“大小姐”的待遇和脾气真的想过要放弃，不过还是撑过来了。自己竟然想接触这个社会，想融入这个社会，这小小的辛苦是一定要的。

一个月的暑期实践过得很快，自己慢慢地开始习惯了这种生活和这项工作，犯的错误也越来越少了，老板也夸奖我适应性很强，工作能力也错，以后要是暑期还想实践就到我这来。那时离开时还真有点舍不得呢。一个月的辛苦也是有回报的，拿到我的工资时，真的很欣慰，但是并不是因为有钱可以领，也不是终于结束了打工的苦日子，而是自己的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：碰到那些做生意比较坏的人和那些比较固执的农民，真的要学会和他们沟通，不能和他们吵，要心平气和的和他们解释他们所不明白的问题，每当看到他们最后都想通的时候，我心里真的很有成就 当然和老板也要好好的沟通，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要经常和老板沟通沟通，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 他们有些人是第一次来卖稻谷，对我们厂的基本流程都不是很明白，这时，你就要热心的告诉他们卖稻谷的基本流程，这样我们也可以省很多功夫和时间，米厂也可以运行就可以更好。

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，比如我很空闲的时候就打扫打扫办公室，整理整理文件，帮帮老板的忙。老板就夸奖过我勤劳，有付出就真的有回报的。

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，得罪那梨园些生意人，有时也会得罪老板;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。回到家时爸爸妈妈也说我真的变了好多，变得懂事多了，孝顺多了，脾气也变好多了。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。

**大学生暑期社会实践报告心得篇四**

这是我第一次利用假期时间参加社会实践，我明白大学生参加社会实践是为了引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身于社会中的一个良好的形式;也是培养和锻炼青年才干的一个重要渠道;是提升思想，修身养性，为树立服务社会的思想提供一个有效的途径。

通过参加这次的\_社会实践活动，有助于我们大学生在学校中能够更新观念，吸收一些新的思想与知识。

为期差不多有三个月的社会实践，虽一晃而过，却让我从\_社会实践中领悟到了很多是我在学校中没有感受到的东西，而这些东西也将让我终生受用。

社会实践不仅加深了我了解社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在这次的社会实践中开拓了视野，增强了能力，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。

我在实践中得到许多的感悟!

一、挣钱的辛苦

整天在公司辛辛苦苦上班，天天面对的都是同一样事物，真的好无聊啊!好辛苦啊!在那时，我才真真正正的明白，原来父母在外打工挣钱真的很不容易!

二、人际关系

在这次实践中，让我很有感触的一点就人际交往方面，大家都知道社会上人际交往非常复杂，但是具体多么复杂，我想也很难说清楚，只有经历了才能了解.才能有深刻的感受，大家为了工作走到一起，每一个人都有自己的思想和个性，要跟他(她)们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎么把握了.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。

让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。

同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。

遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

三、管理者的管理

在公司里边，有很多的管理员，他们就如我们学校里边的领导和班级里面的班干部.要想成为一名好的管理，就必须要有好的管理方法，就要以艺术性的管理方法去管理好你的员工，你的下属，你班级里的同学们!要想让他们服从你的管理.那么你对每个员工或每个同学，要用到不同的管理方法，意思就是说：在管理时，要因人而异!

四、自强自立

俗话说：\"在家千日好，出门半\"招\"难!\"意思就是说：在家里的时候，有自已的父母照顾，关心，呵护!那肯定就是日子过得无忧无虑了，但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自已一个人去解决，在这二个多月里，让我学会了自强自立!凡事都要靠自已!现在，就算父母不在我的身边，我都能够自已独立!

五、认识来源于实践

一切认识都来源于实践。

实践是认识的来源说明了亲身实践的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。

实践的发展不断促进人类认识能力的发展。

实践的不断发展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。

而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高!马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用，认识对实践具有巨大的反作用。

认识对实践的反作用主要表现在认识和理论对实践具有指导作用。

认识在实践的基础上产生，但是认识一经产生就具有相对独立性，可以对实践进行指导。

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础。

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。

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。

六、专业的重要性

选择了会计为专业的我，在这次实践中自然比较关注这一环。

虽然在实践中只是负责比较简单的部分，但能把自己在学校学到的知识真正运用出来也使我颇感兴奋!在学校上课时都是老师在教授，学生听讲，理论部分占主体，而我自己对专业知识也能掌握，本以为到了企业实践应该能够应付得来，但是在企业里并没想象中如此容易。

平时在学校，数字错了改一改就可以交上去了，但在工厂里，数字绝对不可以出错，因为质量是企业的第一生命，质量不行，企业的生产就会跟不上，而效率也会随之降低，企业就会在竞争的浪潮中失败，所谓“逆水行舟，不进则退”，企业要时时保持着这种竞争状态，才能在市场中立于不败之地，就因为这样，企业会对每一个在厂的员工严格要求，每一个环节都不能出错，这种要求在学校的课堂上是学不到的，在学校里可能会解一道题，算出一个程式就行了，但这里更需要的是与实际相结合，只有理论，没有实际操作，只是在纸上谈兵，是不可能在这个社会上立足的，所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像在学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了，在工厂里出错是要负上责任的，这关乎工厂的利益损失。

**大学生暑期社会实践报告心得篇五**

记得当知道疯狂英语在我们学校招暑假夏令营助教时，我的心情是顿时喜悦了起来，因为自己终于盼到了这样一个机会——在暑假的时候，去一个陌生的地方工作，认识一些陌生而又亲切的人，做一些有意义的事，然后在那个地方留下美好而难忘的回忆。之前听同学说过，当疯狂英语夏令营的助教很有意义，很难忘，是人生一段宝贵的回忆，所以这次机会来了，我一定要好好把握住。

疯狂英语助教的面试分两轮。但是，由于自己真的很想争取到这个机会，所以，即使是第一轮的面试，我也很认真地对待了。我是属于那种不轻易做决定，但是一旦决定了就全力以赴的那种人。我特意上网查了个人简历的格式，然后精心设计了自己的个人简历，将该写的都写进去了，既有所突出又做到不冗长，使简历让人看起来一目了然。然后，到面试的时间了。坐在等候室里，我回忆着自己事先试想过的问题和一些注意事项以再次提醒自己。终于到我了，我虽然挺紧张，但还是能够向面试官展示了我的热情和专业特长。通过自己的努力，第一轮面试顺利通过。

接着，是培训。现在回想过来，我觉得好在还是自己的决心够坚定以及自己有着认真的态度，才坚持了为期三个周末的培训。虽然培训不会很累，但我觉得还是够考验人的意志力的，因为这样的培训就好像平时上课那样子，还是要那么早醒，上课还经常“拖堂”，而且要利用周末的时间，不少通过了第一轮面试的人，最终因为诸如时间冲突或学习任务重(当时已接近期末考试了)的原因而放弃了。但是，我还是自觉地抵制了这样一种气氛。我抱着坚定的决心以及持着积极认真的态度，挺过了这个培训。在培训当中，我学到了美语的基本发音及领会了当一名助教所应具备的一些素质。终于，在复试中，我比较出色地通过了。当然，自己很是喜悦，因为自己的付出得到了收获。

我是安排去惠州的疯狂英语夏令营，时间是8月18号至8月27号，但我们助教要提前两天出发过去准备。所以从期末考试结束到出发，我有六天的时间。在这六天中，我做了很多准备——继续练好自己的美音音标，上网查找了很多实用的名人名言，去图书馆找了一些教人玩游戏的书籍来参考，还就如何当好一名助教这个问题，咨询请教了一些有经验的朋友和长辈。因为我知道“不要打无准备的战”的道理，所以既然要做，就要做好充分的准备，全力以赴。更何况，我真的希望自己能实现当初的想法——做一些有意义的事，虽然夏令营的时间不是很长，但我真的希望在这不长的十天时间里能尽自己所能教给学生一点东西，起码能让他们体会到一名助教老师对待工作、对待学生的那一份热情与认真。

终于，怀着兴奋的心情，我来到了惠州市惠阳高级中学，我的夏令营助教之旅就在，这个现在回想起来充满着回忆的地方，展开了。

但是，现实超出了我的设想，又或者是我将一切都想得过于美好了。在夏令营开始的第一天，现实就弄得我身心疲累了。早上六点起床洗漱——去学生宿舍召集本班学生——集队到操场进行晨练、早读及早餐考——组织学生上好大课——小班课及午餐考——午饭午休——下午大课——小班课及晚饭考——晚饭小息——晚上小课或外教课及睡前考——工作人员开会总结。这就是我们助教每天要做的事情，看起来已经够繁琐的了，但是在这里的每一件事情当中，其实还包括着很多。比如，因为我带的是小学生营，所以不少学生都挺调皮捣蛋的，特别是男生，而且有些学生十岁都没到，早上去宿舍集队时，这些“小小学生”会出现赖床的现象，晨练过程中可能会出现受伤的情况，至于上课时又会出现学生开小差不认真听讲的情况，还有宿舍的学生安全及学生生活问题等等，都是我们助教老师要解决的。以前我也参加过一些社会实践，但是对于这次，我感觉压力是的，自己的担子很重，因为在这些小学生面前，我就是他们的老师，很多时候他们累的时候其实我也累了，但是为了激励他们，我必须振奋起来;很多时候遇到一些突发情况，学生慌张了，其实我的内心也很紧张，但是我必须冷静下来去处理。之前我以为来做助教就是和学生一起学习、一起玩，协助主教老师做好教学工作，让学生学一些东西，并且让大家拥有难忘的回忆就行的了。但实际情况比想象中的要困难很多。

但是，既然做了，就坚持下去吧，坚持就是胜利。这是一个中肯的态度，也是我在认识到事实之后的第一个想法。但是很快，我对待助教工作的态度就变得越来越积极了。我想起自己当时最根本的那个想法——做一些有意义的事情。我对自己说，就算现在情况比想象的艰苦了，我也不能忘记当时自己来这里的根本原因啊，我要尽己所能，教育、关怀学生，让他们在夏令营里尽量学多点知识以及掌握学习英语的方法，还有，更重要的是给学生思想上的一些转变及升华，让他们深切体会到师生之间、朋友之间那种平凡而又真切的温情。因此，在接下来的\*天的时间里，我始终充满着热情地对待我的工作，对待我的学生，对待我自己的心灵。虽然也还是很累，但只是身体上的，因为我的内心本着自己的信念和有着大家彼此间的关怀而快乐了起来

现在还有很多或有趣或感人的事情历历在目。记得，仕浩早上起来时流鼻血，然后我和他吃完早餐到校医室，在校医室门口等校医过来的情形——其他一些学生看到我和仕浩在等，所以在还没有上课的时候，他们都陪着我俩，在校医室门口大家排排坐说着趣事笑话的情形，他们真是一群可爱的精灵啊。以前听高中的校长说过，即使她年纪大了，但因为经常和充满活力的学生在一起，她自己也感觉年轻很多。现在到我了，虽然我还属于年青的一代，但和这些90后的小朋友在一起，我真感觉自己又回到了童年，世界都变得简单快乐了很多。还记得，顺顺因为没学过英语，每次\*考试时，她都很难过关，有时她还会因为不懂而着急到哭了，我们大家看在眼里也觉得很难受，特别是我作为老师的，真有一种心疼的感觉。这也激起了我更大的决心和对学生的关爱之心，我对自己说，一定要让顺顺重拾学习的信心。所以，我利用午休的时间，过去顺顺的宿舍给她辅导。终于，在夏令营终考时，顺顺顺利通过了并取得了非常大的进步。依然记得，我们班最小的小朋友芷菡，她几乎是每个晚上大家在上小课时，都会走过我这来，可可怜怜地哭着跟我说想妈妈了，我擦着她的眼泪，安慰她说要做个坚强的好孩子，她起初答应着我，但很快，又还是情不自禁地哭起来了。看着芷菡那憋着劲哭的样子，谁看了都会心疼，很多次我看着哄着，自己几乎也要哭出来了。我跟芷菡说，老师也想妈妈，但是老师为了能让同学们都做个坚强的孩子，老师不哭;芷菡想妈妈，但是为了老师不哭，做个坚强的好孩子好吗?这时候，芷菡好像真的懂得我的意思，很认真地跟我点了头，这之后的最后三个晚上里，她真的都没哭了，而且都很适应过来了。

还有很多很多，例如文俊和沫阳两只小手“辛苦地”为我盛来汤水时，那懂事而又羞羞的表情;梁羽在课室外的窗台前真诚地跟我说着他和爸爸妈妈的事情;宿舍里一推学生扯着闹着要和我聊天的情形;生日派对里大家一起玩一起疯狂的时光;总结大会上我们班荣获“优秀集体”时大家的激动与感动……这一切一切，让我想起来都感到温暖和幸福，因为我有着一班团结、懂事、可爱的学生，我真的感到很欣慰，我真的觉得我不枉此行。

最后，我想说的是，任何收获其实都是要通过自己的努力的，事情的开始总是比较艰难，但是一定要有信念并且要坚持自己的信念，用心去待人处事，不轻言放弃，最终的收获总会令人意想不到的。这也是我参加这次疯狂英语夏令营助教得出的最深刻的体会。

**大学生暑期社会实践报告心得篇六**

作为新时代的大学生如果两耳不闻窗外事，闭门造车很容易与社会脱轨。在学校里学习，更多的还是学习理论知识，只有真正进行社会实践，与社会进行接触，才能真正了解社会，从而适应社会，在社会中立足。今年7月下旬，我们政治学与行政学班的14名同学分成3队，按照自己的职业兴趣分别对基层政府、企业、学校进行了采访调研，虽然每个同学调研的地方不同，但是都满怀热情通过这次调研，同学们走进了自己理想中的工作岗位，针对自己不知道的地方进行调研，也解答了学习中的疑惑，体验了社会。

一、走进政府-体验基层

这次政府调研的基本情况大概如下。王园园同学走进了大名县金滩镇前消灾村大名县金滩镇前消灾村和当地镇政府。大名县金滩镇前消灾村，坐落于邯郸市的东南方，它向南临近河南省，向东临近山东省，但是又距离哪都不近，这样的地理位置，俗称\"三不管\"地界，再加上交通闭塞，对外沟通不便捷，这些都不利于村庄的发展。而镇政府却是一个破旧的三层办公楼，墙上锈迹斑斑，还有好多墙皮脱落的地方，屋子里只有一张桌子，一个柜子和一张床，头顶有一个电扇，窗户上已经落满了灰尘，从外面来看，如果不是那个政治性的标语，给人的第一感觉不是办公楼，而是没有人住的破旧房屋，看起来毫无生机。也许和一些偏远的地区比起来，这样的条件还算不错的。至于村子里的状况，更是糟糕。试想一下，在这样一种办公环境里公务员、干部如何办公?

常钰同学走进了深州市高古庄镇政府进行了调研。与上面不同的是，这是一个发展快速，产业正在转型的镇，该镇直隶村高古庄村的农民全部搬到了5层的新楼房上去住，当地人称为\"新民居\",而原有的村庄也经过修整，干净整洁，村民生活幸福和谐，该村还招商引资，整修道路，阳煤、鲁王面粉厂、农业科技园等都推动了当地的发展，镇政府大院简洁整齐，并且政务公开，定干部们经常开会，到外地考察，该镇是农村发展的模范。

丁欣然同学走进了所在地区的镇政府和村委会，针对基层公务员的薪资和社会舆论情况进行了调查。她了解到，一直以来公务员给人们留下了一种根深蒂固的印象，就是有钱有权。其实在采访过程中她了解到的是只有少数不遵守法纪的高层公务人员才从事权钱交易，贪赃枉法，不为人民服务。大多数公务人员，尤其是基层公务人员，工资是比较低的，而且加薪的力度比较小，得到升迁的几率也是比较小的。这也给近些年来的考公务员热一个思考，是否考取了公务员就获得了铁饭碗?是否还应该随大流挤破脑门进入政府部门?这些都是值得当代大学生深思熟虑的问题。

以上3个是具有代表性的调研结果，其他的如王特同学走进了吉林四平的看守所等就不再详细介绍。

二、走进企业—体验社会

在企业的调研小组中，基本情况如下。任雪春对承德当地的一家规模较大的民营企业进行了调查，它通过对经理的采访发现，在一个公司中，营销人才最缺，一线销售人才和搞销售的，如业务市区业务，外县业务，跟商场谈判的，直接针对顾客的销售。在学历方面，学历不代表能力，但是没有学历知识面是很窄的，如果有心，学历不是问题，但接受新鲜事物能力方面还是要知识面宽一些，思路前卫一些的孩子，现在就算是民营企业招聘员工，学历至少要专科。在私企，更多时候看重的不是学历，本科就可以了，研究生学历高，在私企里面可能会觉得大材小用，很难踏下心来做事业，所以在招聘时，本科生就到顶了，往上也不会要了。大学缺乏踏实的心态，吃苦耐劳的精神，比较自我，这是我们在找工作时所欠缺的。

秦树英同学来到了深圳，到了以后没有做任何的休息，就直接买客车的票过去深圳龙华，到达龙华，她第一时间就是找到华辉人力资源的高主管，希望他能够介绍去富士康，因为她知道，进去富士康肯定可以得到更好的调研结果。在她的日记中这样写到：\"也许是我去的时间不对，高主管说让我第二天再来，他告诉我现在很多厂为了自己的利益，一般不用临时工。而是用长期工，我开始意识到这对于我来说是一个很大的打击，因为我想的是进去公司或者企业调研。而不是因为是学生的身份而被阻断，所以那一天我的心情很忐忑，很不安。也许拖着大行李箱、面无表情走着、肚子饿到让我浑身无力就是我这一天的缩影。\"

相反，曲鑫锋同学就比较幸运，来到了河南的富士康公司，加入到了面试大军的队伍中富士康几乎每年都在招聘，但是每年的火热程度都和人才招聘市场有一拼。远远望去，人山人海。富士康大范围的招聘是招技术工人的，是能在车间干活的，吃苦耐劳的，有工作经验的，这和你的学历没有任何关系，甚至在这种时候，招聘者会更喜欢那些低学历的，因为他们更早的进入社会，更加的有经验，能更好更迅速的上手工作，而不需要过长的试用期。所以在跟主考官面谈的时候，曲鑫锋同学落选了。虽然她仍旧认为主考官问的问题很白痴，比如26个英文字母会不会写，九九乘法表会不会背，7+8×2=?但是不可否认的是，除了学历比他们高点儿，在这个时候的确一无是处，因为技术工要求的活她一项都不会，工作经验也称得上是零。所以即使落选也心服口服，因为欠缺的是社会经验。

另外，谭颖荷与高玉倩同学也分别到了安瑞科机械有限公司和一所广东省重点扶持的民营科技创新企业，她们都发现，企业需要良好的企业文化，需要加强与员工哦该你的沟通，员工的素质、形象极其重要，这里就不再一一介绍。

三、走进校园—不同的曾经

身为大学生的我们，刚刚走出高中的校园不久，再次回到校园就显得格外亲切。陈琪同学对其清河中学的高中政治老师李书巧老师进行了调研。她了解到了要想成为一名高中政治老师所需要具备的基本要求，包括一些讲课、备课技巧等，老师也向她讲述了一名当老师的心得，她也知道了自己实现这个目标所需要做的准备。靳佑鼎、张雷、李健康同学则对其梦寐以求的大学清华北大进行了调研，他们找出来自己大学生活与这些名牌大学的差异，对自己有了重新的规划。

**大学生暑期社会实践报告心得篇七**

自从走进了大学，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。在现今社会，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?时光飞逝，一眨眼一年时间过去了。可是自己在学校里的收获并不是很多，于是趁着这两个月的时间出去锻炼一下自己。看看自己在没有父母的荫庇下是否能够独立生活。

炎炎烈日，我跑遍了整个大街小巷，汗水直淌。虽然一开始的时候我的热情很高，面对一次次的碰壁并没有让我丧失斗志。我还是坚持去找工作，累了的时候就在树荫下乘凉。等休息好了又继续挨家挨户的去询问。我想我遇到的最大难题就是没有工作经验吧，他们都想雇佣那些有工作经验的人。还有就是我比较害羞，和他们交谈的时候总是很小心翼翼的。不太爱说话。现在社会上需要的是口才比较好的人才，善于与人交谈。我还是有点放不开，说话很容易就脸红。以前总是把自己一个人关在自己的世界里面，和别人交流的时间很少很少。可是一旦在外面，就必须放开自己，大胆的去和他们沟通。以前总是觉得无所谓，现在我十分后悔。也许自己长得并不像一个大学生吧，竟让好多老板觉得我是个儿童，他们甚至还让我递交一份身份证复印件。我都有点欲哭无泪了。还好在天快黑的时候看到有家餐厅招服务员，就大胆去应聘。老板看我这人还是比较踏实，就答应让我在这里先做三天。

累，是有点。但是这次机会对我来说十分难得，因此我很珍惜。也许是因为新鲜吧，从早干到黑也不觉得辛苦。其他的服务员也趁着这个时候偷懒，什么都交给我去做。有点委屈，但冷静思考过后又觉得没什么。这也是一次锻炼自己意志力的机会，多吃点苦对我以后出去参加工作还是很有帮助的。晚上的时候客人非常多，经常忙得我晕头转向的。还好没有影响到顾客的情绪，他们对我这个新来的服务员还是比较理解的。感谢他们的宽容，让我觉得从未有过的温暖。老板也给我讲了好多有关的经验，他为人比较和蔼，对我也比较好。同时他也教给了我好多做人的道理。他知道我是在校学生，就告诉我说在学校里要好好学习。在外面要学习的东西还有很多，不要以为自己在学校里学到一点点东西就开始骄傲了。有句熟话说的好，“活到老学到老”。没有人能够很骄傲的对别人说他什么都知道，现在连电脑都还没达到这种技术呢!我也觉得他说的挺有道理的。

在这一个月的实习中,我总结出了以下几点个人工作的理念来规范自己在工作中的言行举止:

1. 首先行把自己同领导和同事之间的关系搞好。使尽快地熟悉自己所在的工作环境。笑对每一位顾客。

2. 我们的一切出发点是为了顾客，处处要为了顾客着想。顾客就是我们要服务的上帝。 3. 注意我的形象，服装、言行、举止大方文明得体，要做到一个服务者应该做到的本质.。。

4. 按时上下班、坚决做到不迟到、不早退。

5. 上课时间不能接打电话，做私人事，聊天等。

6. 处理突发事件言遇事冷静、理智以酒楼与顾客的利益出发，不鲁莽行事。及时汇报。

7. 保证上班时间，服从领导安排，处处以大局为重，维护大局形象。

经过我的一番努力我的假期打工悄然落幕了，经过这次实践，我能真正体会到这一点。在工作中，在真正的社会交际中，顾客永远是对的，你不能掺杂自己的个性。

第一：乐观，不管遇上什么样的困难，都要用乐观的态度去面对，相信会有所转机。

第二：自信，首先自己要有自信，自信不是自夸，而是对自己的能力作出的肯定，这样别人才能更加相信信任你。你要对自己说“我一定能行”那你就一定能行。

第三：肯努力，我一直非常信奉一句话，“努力就有希望”不要觉得成功遥不可及，其实只要你在不停的努力你就靠成功越近，“踮起脚尖就更靠近阳光”在努力的过程中千万不要放弃，说不定你距离成功就差一步，而你却放弃了!要勇于面对各种挫折，挫折并不能阻挡有勇气的人走向成功。

第四：谦虚做人，特别对于刚走出校门的毕业生至关重要，我们本来对于社会上的知识知之甚少，我们千万不能骄傲自大，自以为是，那是肤浅的表现，我们要谦虚做人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。别人给的意见，我们要听取、耐心、虚心地接受。

我们只要了解了社会的需求和自己所长，就会很快找到自己社会中的位现代大学生缺少社会知识和信息，在学校时从不关注社会中的情况，甚至连新闻都懒得看，更不用说社会锻炼，所以当他们迈出校门的那一刻就迷失了方向，拿着自己的简历不知何去何从，只知道自己学的是什么专业，却不知道自己能干什么，以至于很多大学生毕业后都找不到工作;因为大学生缺少社会锻炼，空一肚子墨水却不知如何用。为了我们今后更好更快地投入到社会当中去，为了我们早日实现我们的人生价值，为了能够更顺利的工作用自己的所长服务于社会，让我们积极投入到社会实践中去吧!

**大学生暑期社会实践报告心得篇八**

20xx年7月13日—7月20日，我笑然小分队在赵迎华老师的带领下，来到了秦皇岛市卢龙县大刘庄中学，进行了为期一周的社会实践活动。在本次活动中，因为有学生的积极配合，该校领导的支持，老师们的指导和帮助，取得了圆满成功，我小分队在实践中献爱心，送关怀，表现突出，活动内容丰富多彩，实践效果十分明显。返校途中，队员们纷纷表示，本次暑期社会实践特别有意义，每个人都有不同的收获。

本人作为实践小分队的队长，现对本次暑期社会实践活动总结如下：

一、厚积薄发，方能游刃有余

一项活动的成功，需要受到很多因素的影响。“不打无准备之仗”虽是老话，对我小分队本次实践而言却十分受益。活动之初，我们每个队员都做了充分的准备，无论是法律知识的宣传，医疗知识的讲解，还是精品课程的展演，都倾注着我们的一份心血，无论是资料的搜集与筛选，还是课程的反复讲演，我们做到精益求精。作为队长的我，责任更是重大，对每一个环节都进行了严格的把关与更深刻的思考。由于准备的充分，有计划，有分寸，有目的，有步骤，活动进行的紧凑而顺利。

二、收获枫林

当初，我们只想通过自己的行动给农村的孩子带去我们的关怀与关怀，奉献我们一份爱心，如果想要收获的话，也只是经验和实践的锻炼，但活动结束后，才知道我们想要的不过是一片枫叶，而孩子们带给我们的震撼与感动，才是最宝贵的财富，是整整的一片枫林。

那是一所建在农村深处很偏僻的中学，条件及其简陋，据那里的老师介绍，冬天还是靠生火炉取暖，在校住宿的老师也没有暖气，就连吃水还要到很远的地方去打，老师的手都会冻了，而跑家的孩子的手也总是红红肿肿，可是没有一个孩子会逃学。知道这些，我们对那些可爱的孩子充满了同情与敬佩。

走进那简陋的教室，看到破旧的桌椅，才知道学习条件的艰苦。投影仪和更先进的教学设备简直就是奢侈，只有发白的黑板，只有零零落落的一些破桌椅。孩子们团团的坐在教室里，渴求的眼睛明亮而闪烁，对知识的热爱震撼我们的心灵。生活总是让强者更强，弱者更弱，那些偏远农村中的孩子是困境中的强者。

三、精神的传递

实践期间，我们尽量把我们所学的精益求精，我们知道，一周的时间，我们不能带去更多的知识，但我们要带去一种理念，要带去一些冲击心灵的东西。

课，我们用心去上，从作文指导到阅读训练，从英语语法到数学运算，从美术训练到音乐爱好，我们想把我们知道的都告诉孩子们。而且，我们要让孩子们知道，这个世界很大，这个世界很精彩，他们有必要也必须通过自己的努力走出去，走到更美好的世界，再把更美好的东西带回来，建设家乡。

我们给孩子们带去了一些辅导教材，从他们的甜美的笑容和渴望的眼神中我们读出，我们带来的不是这些廉价的物质，而是一种精神，是知识的传递，是奋斗的热情!

四、我的思考

20xx年度中文系大学生暑期社会实践报告作为时代骄子的大学生，我深感身上的责任与重担，知道校园里高挂的红色条幅“到农村去，到西部去，到祖国需要的地方去”不是一个空洞的口号，那是祖国的号召，社会的渴求，有人是那么的需要关怀与关注。我也深深的明白，只有过强的专业知识和过硬的本领才能服务社会。

暑期社会实践是短暂的，与孩子们分别十分的不舍，我们想用自己微薄的力量去帮助他们，助他们实现理想，可是，我们几人也不过是在校的大学生，还要继续我们的学业。也许毕业那年，我们中将会有人成为一名真正的“关注农村，关心青少年成长”的支教老师，带领那些渴望知识，期望改变命运的农村孩子实现理想。

**大学生暑期社会实践报告心得篇九**

作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力，尤其在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段。它有助于当代大学生接触社会，了解社会;同时实践也是大学生学习知识，锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社区，回报社会的一种良好形式。

所以为了同一个目标，同一种信念，我加入了暑假社会实践活动，在一家菜馆里做了10天的服务生。

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。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，提高自己的社会适应能力。

在这工作日子里，一切都还好，但也遇到了一些小麻烦，但是最后都能很好的解决。礼貌用语和行为举止在公众下要时刻注意，脸上要时刻保持笑容，多说温和吉祥的话，多为顾客着想，听到传唤服务员，不管在哪个服务区，先大声答应来回应客人，做到三个多一点，走楼梯靠边多一点，见到客人多一点微笑，见到卫生多一点动手，与客人交流以和为贵，不要以貌取人，遇到稍许刁钻顾客要知道退一步海阔天空，学着隐忍……

尽管在这十天里，我的手被开水烫伤过，被顾客刁难过，被经理批评过，被酒精炉割破手指，摔坏过碗碟，但是，我知道我经历了一次成长。充分认识到学到了再多的理论，如果它不能很好的指导实践，解决实际问题，那么它永远只是理论，没有实际意义，就像纸上谈兵。

社会百面，餐馆拙见。我在一个月的时间里，尽全力去融入社会，感知社会，我对自己说，遇到难题，不要轻言放弃，在放弃前再努力一次，告诉自己，对于过去不曾后悔，因为付出过，奋斗过，加油!

在为期十天的社会实践中,我总结出了以下几点个人工作的理念来规范自己在工作中的言行举止:

1. 首先行把自己同领导和同事之间的关系搞好。使尽快地熟悉自己所在的工作环境，笑对每一位顾客。

2. 我们的一切出发点是为了顾客，处处要为了顾客着想。顾客就是我们要服务的上帝。

3. 注意我的形象，服装、言行，举止大方、文明得体，要做到一个服务者应该做到的本质。

4. 在上班之前制定好今日的工作计划，并熟练各项规章和章程，保证上班的工作效率。

5. 按时上下班、坚决做到不迟到、不早退。

6. 上班时间不能接打电话，做私人事，聊天等。

7. 处理突发事件言遇事冷静、理智以餐馆与顾客的利益出发，不鲁莽行事，及时汇报。

8. 保证上班时间，服从领导安排，处处以大局为重，维护大局形象。

经过我的一番努力我的假期打工悄然落幕了，经过这次实践，我能真正体会到这一点。在工作中，在真正的社会交际中，顾客永远是对的，你不能掺杂自己的个性。

第一：乐观，不管遇上什么样的困难，都要用乐观的态度去面对，相信会有所转机。

第二：自信，首先自己要有自信，自信不是自夸，而是对自己的能力作出的肯定，这样别人才能更加相信信任你。你要对自己说“我一定能行”那你就一定能行。

第三：肯努力，我一直非常信奉一句话，“努力就有希望”不要觉得成功遥不可及，其实只要你在不停的努力你就靠成功越近，“踮起脚尖就更靠近阳光”在努力的过程中千万不要放弃，说不定你距离成功就差一步，而你却放弃了!要勇于面对各种挫折，挫折并不能阻挡有勇气的人走向成功。

第四：谦虚做人，我们本来对于社会上的知识知之甚少，我们千万不能骄傲自大，自以为是，那是肤浅的表现，我们要谦虚做人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。别人给的意见，我们要听取、耐心、虚心地接受。

经过这一次的暑假打工，社会实践，我真的是长了不少的见识，增长和很多社会经验，在实践中我也找到了自身的价值。我早晚都要走出校园，走进社会大染缸去。

我积极的倡议当代大学生走出校门积极参加社会实践活动，在社会锻炼中寻找自我价值，我我们来到大学的目的就是学到先进的科学文化知识更好的服务社会，所以我们更应该尽早地了解社会的需求来提升自我各方面的文化知识和素质，当我们走向社会时更准确地找到自己的位置为社会服务。

我们只要了解了社会的需求和自己所长，就会很快找到自己社会中的位现代大学生缺少社会知识和信息，在学校时从不关注社会中的情况，甚至连新闻都懒得看，更不用说社会锻炼，所以当他们迈出校门的那一刻就迷失了方向，拿着自己的简历不知何去何从，只知道自己学的是什么专业，却不知道自己能干什么，

以至于很多大学生毕业后都找不到工作;因为大学生缺少社会锻炼，空一肚子墨水却不知如何用，很多用人单位不愿招聘应届毕业生，都愿吸取有工作经验者，因此大学生的就业率也越来越低!有的学生辛辛苦苦学了数十年的专业当走进社会时却找不到任何与所学专业有关的工作，这是多么可悲的事情，这就是不了解社会的需求所造成的。所以我们要发起倡议，为了我们今后更好更快地投入到社会当中去，为了我们早日实现我们的人生价值，为了能够更顺利的工作用自己的所长服务于社会，让我们积极投入到社会实践中去吧!

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