# 暑假社会实践范例 寒暑假社会实践(21篇)

来源：网络 作者：翠竹清韵 更新时间：2024-07-28

*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？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。暑假社会实践范例 寒暑...*

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？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇一**

我很庆幸能在放假期确当天跟学长、学姐们一起往苏州的一个手机厂工作。在手机厂刚开始做清屏工作，后来转成看外观。刚进无尘室的第一感觉觉得一个小小的手机屏一定不会难倒我。可是并没想象的简单。进到无尘室有一个小师傅带我，她说清屏需要很大的耐心，我说我有。她笑了。她对我说的最多的一句话就是：“只要下定决心的往清这块屏，不往想那末多，一点一点的来，总会很轻易清干净。”是啊，也许这就是小事其实不是那末简单的事。从清屏上我感觉到了一个人的耐心需要多大才可以清出来那末干净的一块小小的手机屏。

假如问一个大学生走出校门开始到社会中工作首先要做的第一件事是甚么?我的回答就是工作中要先往掉“学生味”。工作本身需要的就是一种严谨的态度，“我是大学生”其实不能作为工作中出现错误的借口，别以为出错是天经地义的，由于此时你是在做一件用时间计算金钱的事情，校园中的“随便性”决不能带有。从我进职开始的不久，就转进外观。我又有了一个师傅，这是一直到工作结束的师傅。她在外工作了好久。她常给我说：“做甚么工作都要有责任。”在跟她相处的期间我还领悟到了“尽力其实不即是全力，尽了全力还是会有一点点瑕疵。自己的本职不做好直接就影响到了不单单是个人的利益。”

工作固然简单乃至单调，但是斟酌下往任何细节都很重要，每个岗位都有它存在的道理。第一天看外观只看师傅看过的屏，她打的不良我从中找，感觉那天过的很快，或许是在无尘室清过屏的原因吧。感觉还不错，很快便学会了。刚开始师傅让我自己看，我看过后她在看一遍，偶然会由于我的大意有的地方的小脏污会丢掉，还会看不完全。

常说：失败乃成功之母。而我却觉得，检讨才是成功之母。曾有一次看到一个屏，那样的故障我没见过，然后就流下往了。到复判时却被打回来了，当时被师傅小小的批了一下，师傅说：“你不知道看屏要看整个外观么?”我不语。我只在心里记着师傅的话。往后的每一个屏我都会很认真的往看，而我的速度却很慢。我说只要你把握好了再提速也不迟。我很认真的跟师傅学。我的速度也很快得以提升。在随后的工作中，我的能力不断进步，我天天都很开心，我的速度进步了，也即可以帮她减轻些辛劳。天天在工作中随着开心放工。

态度决定一切，在学校部分工作，会很随便，一旦走出校园，假如还不能马上以“熟工”的身份要求自己，那末你将很快被人比下往，由于一个公司需要的是有生产力的员工。天天提示自己不管是现在工作还是回到学校抑或是将来踏进社会，严谨的工作态度是必不可少的。

很多在学校读书的人都说宁愿出往工作，不愿在学校读书;而已在社会的人都宁愿回学校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份气力，我们应当在今天努力把握专业知识，明天才能更好地为社会服务。值钱的大学生正要求了我们扎实把握专业知识还有社会实践能力与经验。

这个假期我利用这段宝贵的时间参加成心义的社会实践活动，接触了社会，了解了社会，并从社会实践中检验了自我。这次的社会实践让我收获很多。在实践中不可缺少的好多：

一、在社会上要善于与他人沟通。

经过一段时间的工作让我熟悉更多的人。如何与他人沟通好，这门技术是需要长时间练习。与同事的沟通也同等重要。人在社会中都会融进社会这个团体中，人与人之间协力往做事，使其做事的进程中更加和谐，更事半功倍。被人给你的意见，你要听取、耐心、虚心的接受。

二、在社会中要有自信。

自信不是麻痹的自诩，而是对自己的能力作出肯定。你没有社会经验没关系。重要的是你的能力不比他人差。社会工作经验也是积累出来的，没有第一次又何来的第二、第三次呢?有自信使你更有活力更有精神。

三、在社会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，总有种说不出的心情，总感觉会有些畏惧。跟同学通电话说自己的心情，感觉总有种说不出的感觉。第一次往离家那末远的地方，感觉自己甚么都不懂，文化程度还不够，也没甚么社会经验等种种缘由使自己觉得很渺小，自己的怯懦就这样表露出来了。某人曾对我说，在社会中要学会厚脸皮，他人的教导虚心接受，不要不当回事。克服自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某个名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

四、工作中不断地丰富知识。

知识如同人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就会枯竭。

有一句话我很喜欢：“成功的人不在于你熟悉了多少人，而在于多少人熟悉了你。”努力地往熟悉他人，也是让他们熟悉你，从他们身上发掘出你可以学习的地方，体会每句睿智的语言。

坦白讲，这么短的时间内，小小的假期工能学到甚么呢?就锻炼了态度，心态更加坦荡，我想这已足够了。生活就像一种修行，只有行万里路，亲身体验实践才能有所感受。

在回来的路上，跟学姐们聊了一路，她们的社会经验比我坚固的多，从她们的语言中就会体会到那种成熟。遇事不要先为自己找借口，很多的话当着同年级的同学说还好，在她们眼前说只会让她们笑话。学姐们给我讲了好多她们所经历的人情圆滑，她们总说你等碰到了就会明白了，现在听了也不会明白，只要记得，以后不管做甚么不要为自己开脱，学会独立解决题目，虚心学习他人的突出。凡事做了就要做好，承当起该有的责任。

这个假期，见识了很多事，熟悉了很多人，收获了很多，很多。不只是有劳有得的工资，还收获了比这更重要更加无价的财富。期间所赚取的经验将永久成为人生最宝贵的财富之一。

社会是一个很好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会，我感觉学习与社会实践是密不可分的。

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇二**

今年暑期，我参加了为自己精心安排的社会实践活动——作为华鹏体育用品公司的营销业务员。感受颇多。

我意识到了当今社会劳动力市场的竞争压力。应聘的时候老板异常冷淡，带着怀疑的眼神打量着我。可经过我热情洋溢的自述后，他终于动心，决定试用。就这样，我踏上了“工作”的漫漫旅途。

首先，我对这家公司所销售的东西有了大致的了解。它是以营销各种体育器材和运动衣饰为主。老板告诉我，先要做市场调研。并说溜冰鞋和滑板是今年比较流行的娱乐项目。要把价位和牌子都弄清楚。跑了几家，已累得满头大汗，我以高速度、高质量的运势迅速完成了任务，并凸显了自己的分析才能。

呵呵，看得出，老板对我的表现很满足。

接下来，我又迅速地接领了第二个任务，要写广告策划。了解到消费群主打是一些小孩儿，我意识到广告应尽量通俗易懂，并具有趣味性，而且要使产品吸引到小朋友的眼球，使他们具有购买的欲看。这是非常关键的一步，也是大张旗鼓的营销大战所必备的前奏。

老板是一个很有经验，同时也是很风趣的人。他教给我很多，我们合作非常愉快。红红火火的生意相继而来。实在我明白顾客大都是冲着两样东西来的——溜冰鞋和滑板。这就是两样敲门砖，会让-顾客进而了解本店的其他产品，进而进行引见，会达到出其不意的效果。

实在，我最头痛的是，呵呵，动手能力不行。当客人要试穿冰鞋的时候，对于我来讲，会很麻烦。看到了左一个右一个的防护贴，还有拿一个又一个的护膝、护腕，我都快崩溃了。没办法，当时应聘的时候谁叫自己立下军令状了?要头一颗、要命一条，硬着头皮也得来。慢慢的，熟悉了要领后，似乎也不那么麻烦了，以为那是卖东西的一个步骤而已，是理所当然的。没有抱怨，我多了一份适应，是拿得起放得下的从容。

前段时间，不酡颜的说，我投进了很多。很累吧，但是看到账目上数字增加起来，我多了份荣耀和自信。那也是自己辛勤付出的结晶啊。但是没减，仍然热火朝天。

到了中后期，我们迎来了店里的。不但溜冰鞋和滑板走得十分顺畅，而且其它产品，如：羽毛球拍、握力器还有运动衣饰也终于有人问津。店里配合得相得益彰，我的负担也不觉重了起来。到了晚上8点多回家，已经累得躺在地下就能睡着了。渐渐的，有些怀疑了。我盼看着尽早结束实践，可以过舒舒服服的生活。天天忙于先容，让自己不觉得话多了起来，而且心情比较烦躁。到后七八天我恨透了疲于先容的劳顿，终于在赶会那天，没给店里人好脸色。我抱怨着，嘴里自言自语的说个不停。老板似乎察觉到了，和我说，你是一个没有韧性的人，无论什么时候，店里都只需要有韧性的人。这话说得并不回避，而且十分尖锐。他出动了我的心，我了解了。明白了。

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇三**

生活是为了使自己的人生更出色，奋斗才能迸出豪情的火花。大学生活应当说是漫长而又短暂的。漫长，在于它已在日积月累中向你渗透了人生的真理;短暂，在于终有一天你将踏上社会，带着无穷的好奇开始自己的人生之旅。而暑假应当是衔接这“漫长”和“短暂”的最好时机。

今年我信息工程学院大学生暑期社会实践服务团一行8人在团支部赵可心老师的带领下来到了青岛市崂山区王哥庄，我院紧扣本次“三下乡”的 (宗旨)充分发挥了科技文明上风，把文明科技卫生效力作为拓展，深切落实了送科技下乡，了解农村科技实况的活动目的。

一、实践活动目的

为了拓展本身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和进步自己的能力，以便在以后毕业后能真真正正走进社会，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的题目，我们怀着一样的梦想参加了这次的社会活动，在活动中我们体会快乐，在活动中我们汲取更多的知识;在活动中我们深进民心，深进农村，了解民情。参加暑期“三下乡”，我们真的感到很荣幸。固然是短短的几天，却是截然不同的体会。

二、活动内容

1、挥洒汗水，送科技下乡

本次的实践基地是崂山区王哥庄的街道办事处，我们首先完成通过与办事处领导的接洽，便组成了一个分工明确的义务清洁小组。大家工作积极主动，通过卫生责任区的划分，清算工作有条不紊的进行。 每一个人都在劳累中得到快乐，在汗水中得到磨练，将三层小楼打扫一新。随后我们又进行了电脑的维护与修理工作，进行了科技知识的普及问卷调查，使村民收获颇丰。工作中大家互利互助，团结一致，仔细假想方案，认真组织实施。带着自己的知识奉献他人也是一种快乐。

2、奉献爱心，义务支教

在王哥庄幼儿园，我们也得到了不小的锻炼，面对小孩子们的任性，活泼好动，我们耐心教导，传授知识，保证教学质量的同时调动孩子们的学习爱好。

支教得到了老师的好评，同时提出的高效力办事等宝贵意见我们也是虚心接受。此次活动使我们从中深深体会到了老师的艰辛，同时也锻炼了自我耐性，感遭到了在实践中成才，在服务中成长的切实体验。

3、关心建设，无偿打工

这次我们来到机顶盒加工工厂，通过虚心的询问学习，大致了解工作流程。带着一丝新鲜感开始了一天的无偿打工。随着时间的加进，工作的乏味及劳累使大家从心志和体力上都得到了加强。磨练了吃苦刻苦的意志，完全明白了付出与收获的对等关系，为往后的工作打下了很好的心理基础。吃苦求知才是硬道理。

4、锻炼身体，爬山看景

炎炎烈日下攀爬二龙山，一路上大家也是相互鼓励支持，为了照顾女生，男生交替背水和食品，汗流浃背也不说累。路途固然陡险，却也让我们享遭到了大自然那沉寂广阔的云景。身体的乏累换来的却是一丝爬上山头的成绩之美，同时也让我们明白想要站在顶端“看风景”，需要付出需要汗水需要忍受。团队的合作精神也显得特别重要，自豪感也油然而生。

5、生活自理学厨艺

为了加强生活上的自理能力，天天的饭菜都要自己完成。从买菜到成品菜的出锅，大家也是忙得如火如荼，洗菜、切菜、炒菜、刷碗等工作分明有序。固然菜品没有平日里的好吃，但是大家反而觉得更有滋味，看着自己的劳动成果也是胃口大开。生活需要这样的实践来为我们建立服务社会服务他人的观念。

6、了解当地产业支柱 通过走访调查，我们了解到崂山区充分利用当地的自然风景海上风景大力发展旅游业，以其丰富的渔业、茶业、小手产业进行辅助发展。充分发挥上风资源发展经济、文化，使得当地的风土人情也丰富多姿。这类多元化的发展方向使我们看到了未来新农村高素质，新科技的发展势头，值得我们学习发掘。

活动总结

一、情控于己，善用。

中国人，待人接物讲求一个“情”字。以礼待人，用自己的“情”换取他人的“情”，这一条在暑假实习中显得尤其重要，只有让自己融进到团体中，才能发挥出自己的最大实力。

二、理授于人，深谙，方和万变不离其宗。

学生是做学问的，而学问是需向他人学习的。其进程是艰苦的，也是趣闻横生的。一年的理论学习，让我从里到外了解了计算机及其的影响及深入作用，也让我更想深进地往发掘计算机的每一个细节。不论是从书本上，还是在实践中，求真务实是唯一不变的真理。求真，才能使自己更客观地熟悉发生在计算机这个信息时代四周的一切事。务实，才能使自己迈好每步，夯实基础，探访出与计算机信息打交道的不二法则。

三、不为前险，勇上，便晓人生如此出色。

面对严重的就业情势，每一个人仍不能松懈半点。人生贵在不断地拼搏，不要畏惧前程的艰险，只要勇于冲上往，往奋斗，就可以成功。是的，在这个金融危机肆虐的时代，计算机行业就是需要这样的精神与理念。学习时就好好学习，实践时就好好实践，用自己的行动来证明一切。

四、凡事应预，恒者，云飞天地外。

短短一周的暑假实践，让我更加深信了一个道理：成功只属于那些有预备的人。学习的时候应有一个计划，比赛的时候要有一个预备的时间，实习时更应有计划和预备，这样才能成功。没有知识的提早预备，你便不知如何往修理，没有素质、修养上的提早预备，你便不能得到上级的欣赏，也很难融进那个团体。凡事有预备，为了今后走的更远，坚持住，让自己像云那样自由安闲地翱翔在广阔的汽修天堂。

昔日的暑假总是无忧无虑，而这次是铸造，是磨砺。经历一个暑假，不再是甚么也不懂的少年，，转而变成的事亲身体会到了“凡事预则立，不预则废”的深入理论。体会到了诸多人生的真理，熟悉到只有不断努力，讲求个人修养，进步本身的综合素质，才能让他人接受自己，才能创造出属于自己的一片天空。

“实践是检验真理的唯一标准。”

实践收获

此次活动得到了村民的高度评价和赞美，也使同学们个人的综合素质得到充分的进步，培养了同学们吃苦刻苦和团队合作的精神，建立奉献社会、服务“三农”的理想，增强了社会责任感和使命感。同学们纷纭表示，通过本次社会实践活动，使我们真正熟悉到了，农村是汲取营养、成长成熟的沃土，农村是检验自己、发挥才华的舞台，今后大家一定要以科学发展观为指导，制定公道的学习计划，进步本身综合素质，用自己的实际行动展现当代大学生积极向上、进取实干的精神风采。

这次亲身体验让我们有了深入感慨，这不但是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。在今后我们要参加更多的社会实践，磨练自己的同时让自己熟悉的更多，使自己未踏进社会就已体会社会更多方面。作为当代大学生，也许真实的磨难只是与我们擦肩而过，并没有过量的纠缠。大多数的我们一直在安逸的环境下生活、学习。很多东西都可以唾手可得，但是在某个远远的角落里，却有一些人过着与我们截然不同的生活。山村里，面对知识，孩子们露出如饥似渴的眼神;面对生活，农民们展现出与烈日暴雨搏斗的精神。谁能不为之震憾，不为之动容呢?此次，我们走进山区，是星星之火，可以燎原。是一场心灵的碰撞，一种关心，一份感动。

此次实践活动引导我们走出校园，走进社会、亲身体会到了一切只是来源于实践的真理。深进了解了计算机信息科技当代新农村的普及，也使自己对信息科技在社会中的发展方向有了一定的熟悉，有益于今后的专业知识把握。

实践感受

我们是社会未来的建设者，我们应当积极走出象牙塔，到社会中往，了解国情，服务社会。暑期 “三下乡”社会实践就是让我们熟悉社会、服务社会、锻炼自我的有效途径。这次“三下乡”社会实践，使我们熟悉了自己所处的社会位置，明确了自己肩上的使命，更进一步激起了我们的学习热忱。此次暑期社会实践不但培养了我们理论应用于实际的能力和团队合作的精神，磨练了我们坚强的意志，也实现了社会实践进程中“服务社会、锻炼成才”的目标。记得有人曾说过：一个毕业生是否是人才，一看学历，二看社会实践经验。由于光有理论知识是远远不够的，没有一点社会实践能力，就没法与快速发展的社会接轨。

实践活动期间，团队的协作大大进步了工作的效力，我们的一致努力赢得了当地人民的一致好评，同时领导者管理有方，带领团队克服种种困难，美满完成任务。参加实践活动期间，我们留意到本身能力的进步与培养，从中得到了各种锻炼，为未来的发展打下坚实的基础。在困难眼前，队员都没有畏缩，积极面对和克服各种题目。“三下乡”的苦培养了我们大致有恒的精神理念，锤炼了我们吃苦刻苦的进取意识。希看此次实践活动将会是我们今后学习生活的新开始、新出发点、新方向，并积极投身于新一轮改革发展的伟大实践中，勇担责任、奋发成才。

此次活动用时一周，在活动期间，我们严格依照活动计划进行 ，保障了本次活动的顺利举行，充分体现了分队的团结协作性和强大的凝聚力。通过本次活动，我们充实了精神生活、进步了道德境地、增长了知识才华，培养了团队精神。

在这里，我们特别感谢校团委各位老师对活动的支持、指导和帮助;感谢学院老师们的支持和关心;感谢王哥庄对我们的支持和接待;由衷感谢所有参与到我们活动中来的志愿者同学和所有关心本次活动的同学们!

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇四**

我是一名大一新生，我听说学校鼓励大学生去乡村里面支教，去帮助农民做一些力所能及的事情，这样一方面可以锻炼大学生的社会实践能力以及社会生存能力，还可以帮助加快城乡差距的缩小，提高乡村小孩的科学文化素质，为新中国的发展是有一定的积极意义的，这也是当今社会对大学生的一些小小的要求和期盼。

当我的一位同学问我想不想去三下乡去的时候，我果断说我去，不管去哪里，因为我怀的是一种体验生活的感觉。所以我早早报了队，就为了可以体验一下生活，感受一下其他地方的特色和不同，为我以后的人生之路可以做一些很好的铺垫和准备。

尽管三下乡之前我们经历了残酷的军训生活，可是这反而是一种好的事情，军训让我们学会了再大的苦都是浮云，有什么还比军训更苦呢。在军训结束后我们仅仅休息了一天便开始启程前往\_\_赤水\_\_。之前我对这个地方是十分茫然的。当我们经历了长达5个小时的车程是，我们每一个人都变得十分憔悴，那个路不是一般弯，是相当的弯，导致我们在车上就上吐下泻，甭提有多么痛苦了。可是当我们到达目的地是，每一个成员都显得异常兴奋，可能是想到自己可以休息一下，躺在床上就无比的幸福啊。

可是因为任务紧时间还短，所以在经过短暂的休整后，有的人便去找政府的人说一些事情，做一些前期的准备工作和调查，而其余一些人就去了解一些这个地方周围的环境，为以后出行和做活动服务，方便。在第一天的晚上，我们开了一个很长很长的会议，主要围绕我们今后几天的活动而开展的，人物分配很是详细和具体，每一个人也都有他自己的人物和负责的方面，第一天就这样过去了，正式的活动还在今后几天。

一个活动往往有一个比较正式的开幕仪式，当然我们的也不例外，我们在政府借了一个小家就开始了，兴奋地是竟然是副镇长来致词，而接下来便是在外面的一个外场宣传，为我们的支教招生，令我们没有想到的是这里的人竟然这么热情，报名的异常多，这也是对我们的一种信任，所以我们每一人都倍感压力很大，为的是不让这里的家长和小孩失望，希望我们可以教给他们一些真正的有用的东西。

最令我们记忆深刻的还是我们几个人去看一个留守儿童，他的父母外出打工，在他5个月大的时候就离开她去浙江打工了，照顾她的是一位年事已高的老奶奶，腿脚都不是很方便。我们由于只有一个地址，所以我们便一路问，为了表示我们的一份心，我们便买了一桶油和一袋米。可是他们家住的真的是太远太偏僻了，我们拿着“装备”一直走，开始的路还好点，当走到深山中的时候是，那已经不是路了，到处是树和山路，而那位人家住在山的顶端，周围没有一户人家，周围也全是山和树。当我们终于找到时，那位小女孩竟然不在，她奶奶说她去割草了，为了他们家的牛和羊，还带的一位比他小的妹妹。我们不禁惊叹，好无奈，我们便开始帮助奶奶干一些活，可是还是有一些我们做不到，因为从来没有做过。过了一会，那位小女孩回来了，她看到我们十分高兴，我们开始和她交流，并且我们中午饭还在那里吃了，真正的吃了一顿深山中的“大餐”。在离别时我们十分不舍，真的好想带这个小女孩去大城市去读书，给她许多人都很不屑的学习环境，可是一切都是那么的无奈和苍白

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇五**

四十多天的暑假生活就要结束了，回首我这个暑假的生活体验感觉只有一个字“累”。以前并不知道真正的生活真正的工作到底是什么样的，这次的生活实践让我真正体会到了工作的辛苦，挣钱的不容易。通过这次的工作经历让我能更好的调整好自己的心态，以便更加认真努力的学习今后的课程。为以后真正独自接触社会奠定坚实的基础。“吃得苦中苦，方为人上人 ”。

在这段时间的工作中我最大的收获就是做什么事情都要有耐心以及韧性，社会不比家里不管做什么都有人给你庇护，社会生活中有着很大的学问，说话做事都有不少值得我们学习的地方。

由于我家里的店子很忙又缺人手，所以这个寒假就没有去外边找工作就在自己家的店子里帮忙，顺便筹集我的生活费用。家里做的是超市行业，和我的专业是很不搭调，但终归是工作也是可以从中学到些东西的，在正式开始工作的时候我就在店里跟着工作了两天，原本以为这行业很简单嘛，就是问下进门的顾客需要什么东西。但真的做起来还是需要很多的技巧的，自己慢慢的也学着和顾客沟通，进行销售。

繁忙的一天:

刚开始每天的工作除了有顾客来了要招呼一下外就是整理一些堆积的或刚进的新货，由于我爱干净，而我现在所做的工作都是收拾搬运货物。刚开始是有些不愿意拿那些东西了。但我妈妈也就是我的“老板”根本不把我当孩子似的一会儿让我取这东西一会儿取那东西的，弄的我双手都脏兮兮的。

最让我尴尬的是我根本就不认识一些酒水类和香烟，老是拿错了，还自作聪明的把盒子上的字曲解了。，把东西都乱放都搞混了，当然我这么做的直接后果就是被我的“老板”一顿指责，心里委屈也没办法，毕竟自己弄错了，闹了不少笑话出来，让人家顾客以为我们店子的员工都这么不熟悉货物还卖东西，对我们的产品也有了些许的怀疑，这估计就是在公司里，员工的言行会影响到公司的形象一样的道理吧。

短短的的工作时间里，我发现了我自身存在的不少问题，很简单的我作为一个通信系的大学生，自己的字写的也实在太对不起观众了，平时没注意，在给顾客开发票的时候我充分意识到了这点，当我把开好的发票递到人家手上时，对方看到字的那种表情让我真的感觉很惭愧。当时就心里暗暗下定决心以后一定要把字先练习好。免得以后找工作上在这个上面摔跤。

社会是复杂的，社会中的人也是千奇百怪的，有些人就是真的很不好相处，也就是我们俗话说的“赖皮”。面对这样的顾客我刚开始不知道怎么应付，于是关系弄的很僵，场面很尴尬。直到“老板”的及时出现才解了围，当然我少不了挨一顿批评，同时也告诉我一些与人沟通的技巧，以及随时应对问题的方法。

顾客就是上帝，我们对顾客的态度直接影响顾客对我们产品的信任度，就和在公司里面的道理是一样的，员工的工作态度会直接影响公司的形象。所以有时学会忍耐也是必不可少的。在这里我学会了随即应变的能力，以后我们的社会也将是一个深不可测的战场，没有一个好的心里素质，被人挤兑就彷徨不知所挫的人，将会被这个社会所打击。

耐力的考验:

回家工作的这段时间让我体会颇深的还有就是陪妈妈去分店对货收帐的经历，它对我的耐力考验是必不可少的一个例子。那会我们是早上七点去晚上八点才要回家，一天几乎都是坐着在对账本，在我的理解中，对账无疑就是把账簿上的物品对一下看有没差错有没漏掉的，然后把货款全结算一下，收钱走人就可以了的，没想到要这么麻烦的，要些对着账本把货物都先点一遍，再开始慢慢的一本一本的对帐。

这个过程远没我想象的那么简单轻松，比单纯的在店子里待着要麻烦很多，付出的精力也要多很多，原本我以为半天就能对完的帐，三天了才弄完。而且每天都是那个点来回跑，当时的感觉就像老年人常得的一种病可以形容腰酸背痛的，等忙完了休息了好久才恢复。

在这个过程中我好几次都真的很想把本子一丢不想做了，但是想到了我之前的承诺要把事情都坚持做好，还是咬牙硬撑了过来，最后的成就感当然压过了曾经的抱怨，突然间我明白了做事情要有耐心和恒心，只要认定的事情就要坚持把它做好，现在也是将来也是，这个好的习惯可以成就我们的未来。

在以后我们将面临的社会工作中，我们可能也会遇到类似的事情，你不想做又很累人的工作安排给我们，我们能不去做吗?不能。那么我们必须要养成这样良好的耐心，以及很好的耐力，才可以不管做什么工作都不怕都能有很好的心态去把它做完做好。

实践心得:

这段时间的实践，虽然不是选的我们的专业部门，但是从中我还是学到了不少对以后工作有用的东西，比如说心理素质的培养，耐力的考验，这都是我们以后的工作中要碰到的东西，我们的专业再好，没有一个好的心理素质和适应社会的能力。也是不好在这个复杂多变的社会中立足的。从中我也了解到了自己的不足之处，在以后的学习中我会努力抓住这个学习的好机会，多学点东西，以便以后在社会中争取自己的一席之位做充分的准备。我相信成功始终会眷顾有准备的人的。大学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式;是促使大学生投身改革开放，向工农群众学习，培养锻炼才干的好渠道;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，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。这次的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了自己的奋斗目标。实践，可为以后找工作打下基础。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。而且在中国的经济飞速发展，又加入了世贸，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，实践中学其它知识，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。

社会是另一个学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，既能让我们的人生价值得到体现，更为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。陶渊明说过“ 盛年不再来，一日难再晨，及时宜自勉，岁月不待人。”希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

社会总是不同于学校的，学校中的那份纯真，学校中那份轻松的气氛，在社会上是不存在的，在学校中，我们所接触的人和事都是那么单纯、那么简单，在学校中，我们除了学习没有多少事情需要去做，生活的轻松而且自在，但在工作单位，就不是那么简单了，我们要做的事情是那么多，那么繁碎，然而，没有人会告诉你，你要做什么，你要怎么做，只能凭自觉去做，要做好，做的认真漂亮，要把最简单的事情以最认真的态度去做，也只有这样，我们才能得到别人不一样的评价，我们才能有一个漂亮的开头，同时，我们也会发现自己的不足，才能向别人学习更丰富的知识，才能学习别人为人处事的方法，才能高自己的能力。

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇六**

这次暑假实践，是一次令人印象深刻的旅程。以前我从来都没有接触过这样的东西，所以现在经历了一番之后，我的感触很深，开始对自己的人生进行思考和计划了。实践的确是一件让人大脑变得更加清醒的事情，如若没有经历这一次实践，或许我还会像之前一样在大学的温和岁月里做一条咸鱼，所以在这里，我要感谢这一次实践，让我明白了人生不仅要拼搏，更要懂得争取，这才是最为重要的。

这次暑假实践是在农村支教，我本身学的就是教育专业，能够遇到这样实践的机会，更是应该去珍惜的。在申请成功之后，我就准备好了自己的行囊，随着大部队开启了这次的支教生活。我本身是从农村出来的，但时隔几年，我对农村的教育情况也已经不太了解了。所以这次进入中学实则上是对我一次很大的考验，也是对我个人能力和素养一次很大的检测。

我们来到了\_\_县的一所农村中学，这所初中班级不多，初一就两个班级，初二和初三差不多都是两个班级。进来之后，校长为我们分配了任务，我负责初一两个班级的语文教学，同行的一名同学负责初二的语文教学。就这样，我们带着一丝丝的不安和激动开始了这趟旅程。

第一次站上讲台做自我介绍的时候，下面的孩子们纷纷瞪圆了眼睛，生怕错过我的一字一句，我也有一些些的紧张，但是还是淡然的把自我介绍讲完了。讲完之后底下的同学给了我掌声，这让我感到很激动，更加充满了信心。这些学生注定是一群可爱的、天真的孩子。让我对教师这份事业也多了一些向往跟决心。

在这几个月的支教生活里，我了解到其实农村的教育也在发展，不过相比起城市而言，发展速度缓慢了一些，但是这也不会限制孩子们的思想成长。据我了解，这所学校每年都会有一些大学生过来支教，所以这里的孩子们了解的也是非常多的，他们的视野并没有被大山阻挡，也没有被教学设备的不完善而阻挡。从他们的身上，我认识到了学习是没有地标、没有界限的。它无处不在，更是随时存在。

虽然说这次是我的一次社会实践，实则上更是我的一次学习之旅。在这次旅程之中，我开启了自己另一扇门，让更多新的东西涌进了我的胸口，满满的填充起来。给我巨大的鼓舞，让我对未来有了更大的追求和希望。

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇七**

参加社会实践的决心其实自己老早就有这种想法了，我想依靠自己的双手和大脑来赚取自己所需的生活费，当然更多的是想通过亲身体验社会实践让我自己更进一步了解和认知这个社会。我也希望自己能在这次实践中增长见识，更为重要的是想检验一下自己是否能够融入这个社会的大家庭并想通过社会实践，找出自己在社会中存在的差距。

放假了，学校发下了社会实践报告书，当时显的很兴奋，与父母商量了一下他们都很支持我的决定，也赞同我的这一做法!但是由于爸爸妈妈仍不太放心我一个人出去工作，便要我去他们那边找份工作，也好有个照应，但倔强的我却坚持留在了成都!也由此开始了艰辛的找工作之旅!

〈一〉找工作

刚开始觉的自己找份暑期兼职还是很容易的，但事实却总与愿望背道而驰!第一天找工作就开始碰壁!

早晨很早就起床，精心梳洗一番，精神抖擞的来到早已看准的(听说兼职招聘很多)!刚到大门就被阻拦了下来，理由是没有办理该人才市场的求职卡!本着来到此处就入乡随俗后办理了一张十元五次的求职卡才顺利的进场!

进到里面入目的是满场的海报，满场的招聘信息。心里一阵轻松，原来工作还是很多的嘛!但随着一路看下去却使我的心里凉了!大多工作有很多要求和限制，但主要有这几方面要求1.要有2-3年的工作经验2.要有驾驶证3.要熟悉电脑，会各类办公软件!而要求很低的各类工作大多是服务类职业，而听说我们是暑期工马上就说不招收暑期工!一上午就在这各种理由和推辞下没有找到一份工作!随后几天还是一事无成!到最后还是经过朋友介绍来到了!

〈二〉工作

在这里我也终于明白了我们这些没有工作经念的菜鸟是多么的逊色，而得到这份工作是多么的幸运!

上班的工作很简单，就是上班前后帮忙打扫一下卫生，收拾一下东西，客人来后帮忙招呼一下，上些酒水报价开单就行!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，很多事情都做错!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。刚参加工作的我一开始真的受不了，忙的时候好累，出了差错还会挨骂，也不能和老板顶嘴，要不就要被炒鱿鱼了。还有很多的客人喝醉酒了也很烦人，总与我们这些服务生过不去，而我却不能发脾气，也不能与他们吵闹，毕竟我们的原则就是：顾客就是上帝。这样使得我觉得真是委屈，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，受点委屈也没什么大不了的，现在他们醉了，但你的服务态度却决定他们下次是否下次还会来这里娱乐消费，下次来了也会真心的感谢你的服务态度的。而且我们也不会让我们的员工在这里吃亏!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，也学会了不少为人处事的不少原则!

出门打工受气是难免的，许多事情都要忍着，不能发脾气，毕竟自己是在给别人打工。想起在家的待遇和脾气，很多时候真想就此放弃，不过最后还是撑过来了。在家要想接触这个社会，想融入这个社会，那么这么一点点辛苦还是一定要的。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：碰到那些心情比较坏的人，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满意我的服务时，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，这样会让那些客人感觉很舒心，别人上门消费不就是要耍开心嘛;他们有些人是第一次来消费，对我们这里消费不是很明白，这时，你就要热心的告诉他们各类酒水消费价格，并通过观察客人消费水准介绍适合客人的消费类型，这样就不会使客人感到太贵或者太低使自己在朋友面前没面子!

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，到吧台上少酒水时要主动补齐，什么地方脏了要主动打扫。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，有些熟悉的客人上门也不认识，也不熟悉客人的爱好，使得客人不高兴;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。

其实社会实践不是一张所谓的暑期社会实践表，一张“社会实践和社会服务学分认定表”“一张表和一个章”。

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇八**

今年暑假期间，在叔叔的推荐下，我找到了一份家教的工作。以前因为觉得自己斤两不足，一直没有接受家教的工作。现在开学就是大学二年级了，更何况对方只是个一年级的小妹妹，于是，我大胆的接下了该工作。得到此份工作时，我的内心既兴奋又带点畏惧。兴奋的是，自己得到了一个锻炼自己的能力，同时体现自身价值的机会;畏惧的是，听说那个五年级的小弟弟是个超级无敌小魔怪!家庭还算富裕的他是个娇生惯养的少爷，以前多少保姆，家教被他欺负的 落荒而逃 。那么 柔弱 的我能把这个小魔怪给制服吗?于是，我的暑假生活又增添了一道亮丽的风景。这道风景让我学会了许多，体味了许多，思考了许多

初来报道

第一次到他家探究，他正在书房里生闷气，因为他开始不同意请家教。他，叫，头发剪得短短的，羞涩滴滴，明亮的单眼皮眼睛水汪汪的，似乎想看尽世上所有有趣的东西;之前把所有保姆家教都气跑的正是那张开口不饶人的尖尖小嘴，嘴里还嚼着木糖醇呢;那张稚气的娃娃脸上总是挂着一丝不屑的神情。叔叔不在家里，阿姨管不了他了，进他家，阿姨热情的招待了我，与我在客厅里诚恳的交谈了很久。在交谈中，我了解到以下情况：有厌学情绪，由于英语的不好，带给了他无比的打击，感觉自己很羞愧，不与人交流，特别内向，话不多。同时我可以感受到父母心中那种望子成龙，恨铁不成钢的急切心情，父母对子女的那种期望是炙热的，无私的。她看得很远，看到了子女的未来;他们做的很无私，甚至会由于子女的不才而深深自责。我被父母对子女的这种情已深深打动，同时感到肩上的担子很重。他 ，对于没有任何家教经验的我来说，毕竟是一个挑战。他的父母与我交谈完后就去上班了，留下个 小魔怪 给我。正当我想敲他门的时候，他拒绝开门，抛下一句 就是不要 !我无可奈何。就这样，我呆呆的在门外，他在房内，第一天就过了!

嘴 开 了

刚开始几天，去家教晚回来后，我都几乎要 吐血 !真的是从来没见过如此怪癖的小孩。首先，他写字喜欢趴着写，叫他坐端正，他不说话，貌似我没说话一样;写作业时，就很认真写，我与他说话，他似乎觉得我不存在，接着又要拿下一本书了;呆呆看一下窗外，嚼嚼木糖醇，一片宁静，我一个人说话。我开始意识到：现在的首要任务不是讲课，而是把他的嘴打开。我便哄他说： 你要是乖乖听我讲，我就每上一节课后陪你玩个新游戏， 我扫描了他的房里，发现了一副乒乓球板，就知道他喜欢玩这个， 我喜欢打乒乓球，你呢? 这招真见效，终于开口说话了。小孩子毕竟还是喜欢有人陪着一起玩的。接着乖乖地听了我一堂思想教育课，给他阐明了学生的职责和学习的目的。他似乎懂得了什么，不时的点头表示同意。

内向 渐渐驯服

此后，我给他上的是英语课，其他的带过一下。我按照他的情况给他上布置好课程，他也慢慢有所改变。越发现他好可爱，还戴着红领巾，看起来是个忠实的爱国者，嘿嘿。我便慢慢培养他那颗上进心，让他得认真学习才能获得奖赏，一步一步向更高的目标发展。他很聪明，题目一点就明，我是个文科生，貌似有些数学题目我还不会诶。很快便把它的暑假作业完成了。我也遵循我的诺言，他每上完一堂课就像一个新游戏陪他玩，他也高高兴兴的愿意听我的话，我为之感到欣喜万分。

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇九**

相信大家都吃过肯德基，不过在肯德基工作过人并不是很多，本来我也没想去肯德基工作，不过在大一下学期，课程不是很紧，就在肯德基新泉城店找了份兼职。 包括暑假的四个月在肯德基八个月的打工生活结束了，俗话说：\"没有实习，就没有发言权 \" ,只有亲身经历过才会有那种超乎平常的感觉。我与社会的接触并不多。

在这次的实践中，我更好的接触了这个社会，了解了这个社会。我想在我毕业之后走上社会的时候能够更好的找到生活的重心。实践是检验真理的惟一标准。在课堂上，我们学习了很多理论知识，但是如果我们在实际当中不能灵活运用，那就等于没有学。实践就是将我们在课堂上学的理论知识运用到实战中。所以这个暑假，我选择了留在济南，继续在肯德基打工。

总的说来，这次社会实践活动锻炼了自身的社会活动能力，了解乐社会现实，从实践中拉进了与社会的距离，认清一些社会问题,看到好多美好的，丑陋的社会现象,在社会大课堂里，经风雨、见世面，检验知识，培养能力，磨练意志，使自身得到启迪，增强社会责任感。刚进肯德基的第一天，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。可是等我正真接触到这些工作的时候，才真正知道这一切是多么的不容易啊。俗话说：\"台上一分钟，台下十年功。\"我们只看到点膳员流畅的点餐，却不知道这一项简单的工作他们要付出多少。他们要记住众多变幻不同的电脑界面，我的记性不差，要背出这些条条框框以及菜单等都出师。速度是他们一直强调的，顾客在进入5秒钟内要受到招呼;对每一位顾客的配餐要在1分钟内完成;每位顾客排队购买餐点的时间都应该在5分钟以内。这些明确的数字标志着一旦穿上制服，站到柜台上，一切行动都必须是迅捷的，不能不是难事。但收银不是在学校做考卷，死记硬背不能解决实际问题。

第一次上柜台我收银不能很好的做到收银七步骤，而且师傅只是给你做最简单的讲解，肯德基众所周知的就是快，我没有想到的是带徒弟也是这么快，三天就有半点拖沓。我们店位于济南市最繁华的商业街——泉城路，所以每天的客流量不断，最长的时间我一天在前台工作了十三个半小时而只休息了十五分钟，工作的辛苦就可想而知了。不过，我的努力没有白费，我的配餐速度和服务得到了经理的认可，在员工大会上我被评为了\"前台最佳微笑奖\"。

在这几个月中，我更多的体会到赚钱的不易，以及现实社会的残酷。大学只是个象牙塔，太单纯了。所以当梦想照进现实之后，很多人都崩溃了。所以我觉得这是一个给我锻炼的最佳机会。这几个月的时间，让我在肯德基里学到了很多。从什么都不会到现在能够熟练的完成柜台上的服务工作，这个假期的合作让我学到了很多——团队合作精神、勤劳诚实、认真负责、追求完美的品质、注重细节的习惯，这些重要的影响今后会一直伴随着我，无论是在哪里的工作岗位工作。

在我的打工实践生活中，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。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

在实践中认识社会、增长才干、提高自身素质、为日后真正走进社会铺定基石。我现在理解了学院为什么一直强调加强我们社会实践能力。在那里，我学到许多书本上所没有的社会实践知识，体会到了工作的一些难处，学会了如何处世，怎样把事我们怎样才能把事情做对做好，清楚了自身的不足更明确了自己以后要怎样努力去完善自己，为毕业后走上工作岗位而奠定基础。我们怎样才能把课本上的知识灵活恰当的运用到生活、工作当中去，成为对别人对社会有用的人才?我们怎样才能适应当今飞速发展的社会，怎样才能确定自己的人生坐标，实现自己的人生价值呢?我想我们确实该好好思考一下我们的将来了!

回到校园的我已经懂得了什么才叫自食其力，什么才叫社会的残酷了，在实践中更好的锻炼自己，我坚信自己能够得到更多的进步。以往我对自己的未来并没有什么特别的关注，可是现在我已经对自己的将来极度的关心了，我相信自己会在不断的努力下取得更好的进步的，只要自己不断的努力，我坚信自己能够成功。在实践中我还认识了很多的同事，我相信我会在今后的日子中过的更好的，因为我一直都在努力!

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇十**

促销是一种很好的工作体验，通过,,人与人的沟通，可以了解一些跟我们专业相关的知识，比如不过的人过春节的习惯习俗，春节期间的旅游计划等等。我的促销工作主要是促销电器。

促销的一天基本工作安排：

促销前的短暂培训，了解电器的，名称、性能、型号、价格行情等方面的知识，面对顾客时的语言组织，仪容仪表等。接下来就是正式的工作。每天早上8：30开始上班，到达指定地点后做好准备工作，摆好宣传资料，礼品赠品，然后调整好心态迎接顾客。每天工作7个小时，在下午工作完后还有个必须的程序——一天的工作总结。经理、主管及促销员一起讨论一天促销工作中的战果及存在的问题。

促销过程中的体会及感触：

促销通过,,我实践我觉得就是通过,,自己把厂商的产品推销给消费者，对于一个促销员来说，促销产品的同时也是向别人推销自己，同自己的言语、形态让他人了解自己。因此对于一个优秀的促销员来说必须具备以下素质：

一、要有良好的专业素质

当我们促销一种产品时，首先我们必须对产品的相关知识及厂商的具体情况要有一个明确的认识，大量的相关知识的贮备可以使我们能在促销过程中面对顾客的一系列问题，通过,,自己的介绍可以使顾客了解产品的一些具体问题，能使客明明白白的消费(第一范文网)。

二、要有良好的语言表达能力及与陌生人交流的能力

促销是促销员跟顾客以产品为媒介的一种陌生的交流，所以语言表达必须合理得当，说话要有条理同时应让他人感觉你的亲和力。要通过,,自己层次清醒的说明，把产品介绍给顾客。同时要用自己的魅力吸引顾客，让他们通过,,自己来了解产品。另外在面对具体问题时我们应保持良好的心态，不能自乱手脚、语无伦次。

三、要有良好的心理素质及受挫折的心态

促销每天会面对社会上的形形色色的人，由于每个人的道德修养及素质的不同，会使工作中遇到很多问题。比如有的顾客会用各种方式刁难你，此时你必须保持良好的心态，不能跟顾客发生不愉快的事。有时候一天的工作可能收获不大，这时候我们不应气馁，要学会自我调节、自我鼓励，及时的自我总结，自我提高。

四、要有吃苦耐劳的精神，要坚持不懈。

促销是一种比较枯燥的工作，每天站着用一个笑脸面对不同的顾客，这生活需要我们坚持，要让自己在烈烈炎日下磨练。

本次社会实践总结：

不管做什么事，态度决定一切。

做一项服务工作，顾客就是上帝良好的服务态度是必须的，要想获得更多的利润就必须提高销售量。这就要求我们想顾客之所想，急顾客之所急，提高服务质量语言要礼貌文明，待客要热情周到，要尽可能满足顾客的要求。只要你有一个服务于他人的态度，你就会得到他人的肯定及帮助，用自己的热情去换取他人的舒心。

明确目标，合理的设计规划自己。

我们现在要根据自己的实际情况合理的为自己规划，找到自己的发展道路。要通过,,社会实践切身的了解自己的专业，而不是一味的抱怨。要循序渐进的提高自己的能力，锻炼自己，让自己成为社会优秀的人才，为社会服务。

短暂的促销工作的结束让我在劳累中得到快乐，在汗水中得到磨练，我觉得自己的能力有了一定的提高，达到了自己预定的目标，残酷的社会就业压力让我不在感到恐惧，我想，只要我们有能力有信心我们一定会创造一个属于自己的乐园。

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇十一**

时间过的真快啊！又一个充实的暑假过去了。光阴对我们这些年轻人而言是充裕的，可却又是缺乏的，因此我们要珍惜每一天，让它不会虚度。也许我们人生中的最重要的那一天就在我们的眼前。

我是一名大学生，有幸恰逢盛世。有着重大的历史责任和使命，而要承担起这一切，跟上时代的步伐，必须让我们的每一天都无缘无悔。我不想虚度我的人生。因此在xx年的暑假,我有了一个充实的、难忘的社会实践经历。

今年暑假，我随我的父亲一起到烟台打工，从事废品回收工作。也就是我们常说的收破烂。通过这个暑假打工，不仅锻炼了我。有以下体会。

现在我们国家提倡建立节约型社会。但是我在收破烂的时候发现。我们国家有很多方面做的还不够。

1.铺张浪费严重，能利用的东西不用。例如，我们在收的东西里，有很多还可以利用的东西。一天，一个人叫我们父子两个到他们新买的房子里去收拾一下。原本新房子里有暖气片。这些暖气片有九成新，这个人便将这些暖气片以破烂的价格卖给我们。然后再买新的，再安装。这些暖气片一点也没有坏，完全可以再利用。我们也只能以废品的形式卖给回收公司。我们完全可以在利用这些东西，为国家节省一些资源。我认为这些行为与我们国家的建设宗旨是相违背的。

2.对一些能够回收利用的东西，我们国家不回收利用。例如，很多瓷器和建筑垃圾不回收利用。据报道，我们国家每年的建筑垃圾为一百亿吨。如果我们国家能回收利用，我们国家每年建筑垃圾的百分之十，我们将节约三十万公顷的土地。从而为国家节约开挖土地资金约十亿元人民币。因此我认为我们国家应该重视对这一方面开发与利用，能为我们建设节约型社会提供动力。

3.我们大部分人不能区分一些有价值并能够回收利用材料。我就拿塑料来说，据报道在我们国家有大约三千种塑料在我们的各行各业中运用。但是其价值却迥然不同。最贵的一种价值几百元一斤，最便宜的一种只有几毛钱一斤。有些人不能区分这些塑料，于是好的与坏的一起在买给手破烂。有的甚至烧掉，这样就既浪费了资源有污染了环境。其中大约有30种塑料还不能生产，但是这些塑料价格十分的昂贵并能够回收利用。如果我们能够充分回收并利用这些塑料，可为我们国家节省1亿美元的外汇。

4.人们对电子产品垃圾不与足够的重视。当今人们对电子产品垃圾如旧手机、旧电视，旧洗衣机等等电子产品不与足够的重视。例如，一部旧手机大约有200多个零件可以回收利用。据统计，每年我们国家将有10万部手机被遗弃，如果我们可以回收百分之五十，我们国家将节省约十五亿美元的外汇用于进口手机零件。但是现在我们大部分人将其混在塑料卖掉。在打工期间，我在将塑料分类的时候，就在塑料发现了一部摩托罗拉手机，并且还能够用。据英国《自然》报道，一部手机被遗弃后，可以污染十五公顷土地和五百三十五立方米的地下水，并人畜因喝这些被污染的水会造成重金属中毒，危及生命。另外一台老式凯歌牌电视机，其中显示管上的稀土粉，可以满足现在三个彩电需求。如果我们能充分利用这些就电视机，我们就可以节省大量的稀土资源，从而能为促进我们国家建设节约型社会的进程。

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇十二**

裴斯泰洛奇曾说：实践和行动是人生的基本任务;学问和知识不过是手段、方法，通过这些才能做好主要工作。所以人生必须具备的知识应该按时间和行动的需要来决定。这说明知识和实践永远是分不开的，在实践中可以检验真理，也可以培养自己的能力，提高自己的效能，弥补不足。

为了开拓自身的知识面，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走入社会，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我们四十三个人怀着同样的梦想参加了这次的暑期三下乡活动，在活动中我们受益匪浅。

我们不仅下乡带去知识，还深入农村，了解当地的民情。参加这次的暑期三下乡，使我有了一个验证自我的机会，使我无论是能力上还是心灵上都有了更深一层的进步，同时也看到了自身的缺点和不足。

维持了十二天的暑期三下乡社会实践结束了，辛苦而充实，沉重却又充满欣慰。经过这半个月的旅程，受益匪浅。我们团队四十三个人给茂名市高州高丰小学那群淳朴的孩子以及热心的村民带去了些微薄的帮助和浅显的知识，却带回了多少钱也买不回的一种态度，一种责任，一种深刻，一种认识。

忘不了那田间垅上无处不氤氲着的迷人绿意;忘不了那满山遍野的龙眼树;也忘不了高丰小村农村留守儿童那天真稚气的笑容，忘不了村里留守老人们那饱经风霜的脸和仁慈爱怜的眼神;更忘不了在期间我们四十三个人相互扶持，相互依赖，相视而笑，相拥而泣。而这一切一切，将永远珍藏在我们心底

明朝的王廷相说过：讲得一事，即行一事，行得一事，即知一事，所谓真知矣。徒讲而不行，则遇事终有眩惑。确实，这是个奇妙又难忘的社会实践，一方面，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，那么我们所学的就等于零。

另一方面，通过实践可为以后找工作打下基础。通过这段时间的实践，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。

​

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇十三**

一、实践目的

作为祖国未来的事业的继承人，新一代大学生应该及早树立自己的历史责任感，提高自己的社会适应能力。假期的社会实践就是很好的锻炼自己的机会。当下，挣钱早已不是打工的目的，更多的人将其视为参加社会实践、提高自身能力的机会。许多学校也积极鼓励大学生多接触社会、了解社会，一方面可以把学到的理论知识应用到实践中去，提高各方面的能力；另一方面可以积累工作经验对日后的就业大有裨益。

进行社会实践，最理想的就是找到与本专业对口单位进行实习，从而提高自己的实战水平，同时可以将课本知识在实践中得到运用，从而更好的指导自己今后的学习。但是作为一名尚未毕业的大学生，由于本身具备的专业知识还十分的有限，所以我选择了打散工作为第一次社会实践的方式。目的在于熟悉社会。就职业本身而言，并无高低贵贱之分，存在即为合理。通过短短几天的打工经历可以让长期处于校园的我们对社会有一种更直观的认识。

二、实践过程

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？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，我开始了我这个假期的社会实践-走进xx市餐厅。

在餐厅里，别人一眼就能把我人出是一名正在读书的学生，我问他们为什么，他们总说从我的脸上就能看出来，也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧！我并没有因为我在他们面前没有经验而退后，我相信我也能做的像他们一样好。我的工作是在那做传菜生，每天9点钟-下午2点再从下午的4点-晚上8：30分上班，虽然时间长了点但，热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累，我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接触了社会，了解了未来。在餐厅里虽然我是以传菜为主，但我不时还要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，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，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。

三、实践心得

在这次实践中，这一点我感受很深。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。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢？这是社会与学校脱轨了吗？也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了有课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一部人具有更高的起点，有了更多的知识层面去应付各种工作上的问题，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。毕竟，3年之后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才。很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书；而已在社会的人都宁愿回校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务。虽然这次的实践只有短短的几天，而且从事的是比较简单的服务工作，但是通过与各种各样的人接触，还是让我学会了很多道理。

将自己这短短的几天实践同理论相联系，我了解到当代大学生与以往的大学生相比较，求学经历、生活条件、所处社会大环境都相对优越，也没有经过必要的挫折教育，因此，意志往往比较脆弱，克服困难的能力也较差，常常是对社会的要求较高，对自我的要求较低。大学生的责任意识日益成为社会关注的热点问题，责任意识和诚信意识成为不少地方采用人才的两个新标准。大学生参与社会实践是促进大学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长和成才的重要举措，是学生接触社会、了解社会、服务社会，培养创新精神、实践能力和动手操作能力的重要途径。

四、实践总结

实践出真知，社会实践活动是大学生活的重要组成部份，培养当代大学生的历史使命感、社会责任感和积极向上的精神风貌，充分发挥实践育人的作用，提高大学生的综合素质，也是检验所学理论知识的标准，社会实践不但为大学生提供了一个发挥自我才能，展现自我风采的舞台，也是培养和锻炼同学们综合能力的一个阶梯，更是一个大学生进入社会，走上工作岗位前的演练场地。

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇十四**

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。读万卷书不如行万里路，作为大学生的我深知实践的重要性，参加社会实践能让自己更贴近社会，锻炼自己的能力，积累更多的社会经验，学习如何与人沟通，如何与人交流，在实践中增长见识，锻炼自己的才干。

做为一名在校生，抱着服务社会，贴近社会，深入社会的心态投身到社会实践中去，发现自身的不足，开拓视野，增长才干，进一步明确我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。不断的锻炼自己，塑造自己为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件。

我以“善用专业知识，增加社会经验，提高实践能力，丰富暑假生活”为宗旨，利用假期参加有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。

实践目的主要是通过社会实践来达到锻炼自己的意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验为自己即将步入社会做好铺垫。同时也是为了减轻父母的经济负担，从而使自己的暑假生活过得更充实更有意义。

在这个炎炎夏日的暑假,我来到了黑龙江倍丰农业生产资料集团宁安化工有限公司参加自己的暑假社会实践,黑龙江倍丰农业生产资料集团宁安化工有限公司是一家以褐煤为原料生产合成氨、尿素、复合肥等的煤化工企业。该公司采用先进的恩德炉粉煤气化技术，是全国小氮肥企业采用该技术进行原料路线改造的第一家企业。

宁安化工有限公司坐落于具有悠久历史的文化古城—黑龙江省宁安市，境内的镜泊湖、火山口森林公园是国家级旅游胜地，201国道和牡图铁路贯穿全市，距离直达北京、上海、广州、烟台的牡丹江民航机场10多公里，其响水大米、兰岗西瓜、虹鳟鱼扬名省内外。

公司占地面积11万平方米，厂内铁路专用线0.2公里，年生产合成氨6万吨，尿素10万吨.

刚进公司的第一天，工人师傅便带领我们几个实习的学生参观了生产线，并给我们讲解各个部件的作用和利用褐煤合成尿素等化工产品的大体步骤。最后还带我们去见识了具体的生产车间。让我们对工厂的生产有了更加全面的认识。

接下来，我们几个实习生就各自找到带自己的“师傅”，在接下来的实习时间内，就是自己的“师傅”带着自己了。

在工厂里,别人一眼就能认出我是一名正在读书的学生,我问他们为什么,他们总说从我的脸上就能看出来，大概是我经历的事比较少吧。也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧!我并没有因为我在他们面前没有经验而退后,我相信我也能做的像他们一样好。每天8个小时的上班时间，虽然时间长了点,但热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累,我觉得这是一种激励,明白了人生,感悟了生活,接触了社会,了解了未来。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。但这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，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!

在我的打工生活中，我也明白了许多责备也要用适当的方式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。从而改正自己的不足。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。但只有这样才能在失败中吸取教训，为自己以后的成功铺路。我们要学会从哪里跌倒就从哪里爬起来，这才对。

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，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。现在想来，暑假的打工生活，我收获还是蛮大的。我不仅学会了怎么和人交流，还通过实践更加深刻的理解了书本上的知识。总的来说：我这次实习的表现还行，收获很大!

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇十五**

一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，比如必须在工作中不断学习不断积累，同时搞好和同事之间的关系，而这些东西将让我终生受用。而对于大学生而言，敢于接受挑战是一种最基本的素质。虽然一个多月的实践活动让我觉得很累很辛苦，但我从中锻炼了自己，这些是我在大学课本上不能学来的。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。这是我一个多月来的感受。社会实践使我找到了理论与实践的结合点。

“艰辛知人生，实践长才干”。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应得到巩固和提高。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。

社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己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，通过社会实践，让我们大学生提前了解社会，为将来真正走上社会提供宝贵的经验和阅历，也为将来从事任何工作打下良好的基础。

在这个暑假里，我参加了关于农村教育问题的社会实践，在短短一个多月中，我尽我所能，把我所知道的知识全都教给他们，孩子们也都非常认真的学习着。在和孩子们的交流中我了解到，他们大多梦想着成为大学生，成为科学家等，对外面未知的世界充满了好奇和憧憬。但当我问到以后回不回家乡的时候，大家都沉默了。也许是孩子们太小，不能理解这件事的含义，也许是另一种思想一直影响着他们：离开农村，去城市才不用过苦日子。

孩子们是渴望知识的，农村也是需要人才和技术的。但一些客观现实又使我们的教育观发生变化，造成人才流失，如今人们的思想不断进步，越来越多的人已经意思到了教育的重要性，但在教育观念上也产生了不同角度的分歧，有部分学生和家长教育观念有些偏激。

此次暑期实践使我感触颇多，不仅使个人得到了一定的社会锻炼，也帮助了部分小学生，自我感觉是一次成功的社会实践。

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇十六**

这个暑假，我参加了某某镇20xx年大学生社会实践的活动。时间飞逝，很快，一个月的社会实践活动就结束了。在这一个月里，我学到了很多东西。在许多方面也有所提高，例如，在交际能力上，我比以前开朗了，更加主动的去认识朋友，跟同学们聊天等等。在这一个月里，镇政府组织了很多活动。例如，组内交流活动，由各小组组织一个内部活动;大学生志愿服务活动;社会调查活动;兴趣培训活动;第一桶金活动。

组内交流活动中，我们“三黄组”组织了一次打羽毛球的交流活动。我们组织组员一起去打羽毛球，促进各组员的感情。在活动中，我们有说有笑，玩得不亦乐乎~!玩累了，我们就一起去麦当劳填饱肚子。在其中，我们各自说说在大学里的生活，对大学学习的看法，交流交流一下我们的经验。这次的组内交流活动，使我的交际网扩大了不少，认识了很多同学。

接着，7月25号这天，我们进行大学生志愿服务活动。那天，我张文乐，陈勇同学和志愿者黄先生去探望孤寡老人张老人。据张老人说，他5岁的时候就盲了，现在已经86岁了。可以想象他这81年的不见天日的生活有多么的困难，有多么的艰难。那时，我觉得张老人真的挺可怜的。他住的屋子很残破，很旧。我想为他做点什么，但是，我又不知道我能够做些什么。我真的真的不知道。我也只能在这里和他聊天，说说话，为他的生活增添一点色彩。我听黄先生说，政府每个月都会组织一些志愿者来探望这些孤寡老人。的确，他们最需要的就是社会的帮助。我由衷的希望，随着社会经济的发展，我们能够为这些孤寡老人做更多更多的东西，使他们都能够过上幸福的生活!

在兴趣培训活动中，我参加了交谊舞培训班。因为培训班里，我们男生比女生还多，所以，我们的舞蹈老师何老师就交我们跳叉叉舞。虽然，我们只有三天的学习时间，但是，我们每一个人都十分认真的学习。我知道，我们参加了这次活动的学生都对舞蹈有一定兴趣。在这短暂的三天里，我们学习到了如何和别人更好的配合，更加增添了我们男女同学彼此之间的认识。从中，我也变得不再那么的羞涩，能主动的邀请女同学一起练习舞蹈。

在社会调查活动中，我觉得这是我们比较辛苦的一次活动了。在这活动的几天里，我们在我们住的三条村的工厂里和到镇上的一些企业里询问。因为，我们的主题是有关企业等单位使用什么样的人才。在活动中，我们当然会遇到一些困难。例如，企业领导并不想见我们，或者只跟我们聊了几句就走了等等的问题。但是，我们并没有气馁，因为这是考验我们能力的时候。我们也只能继续坚持。最后，我们终于完成了我们的调查活动。虽然，我们在社会调查汇报会里面，发现我们的调查工作和其他组还有一定的距离，有一定的不足，但是，我们并没有灰心丧气。因为，我们从中学到了很多东西。无论在勇气方面，吃苦耐劳方面，还是在应变能力方面，我们都有了一定的进步。所以，我们是获益不浅的。

最后，我们进行最后的一个活动----第一桶金。第一桶金，为期10天，在这10天里，我们各组成员都发挥出了自己应有的水平。我们卖的东西都得到了广大人民的一致好评。为什么这么说了?因为他们都光顾了我们的每一个摊位。而且还不只一次了。这次活动，是我们这次社会实践活动中最辛苦的一次活动了，为期10天，下午早早的就在公园正门摆好摊。面对着炎热的太阳，热得满身大汗。虽然辛苦，但是我们都没有过多的抱怨，因为，这是我们第一次做生意，第一次挣钱，我们要全力以付，做到最好。第一桶金活动，使我明白了做生意的艰难，明白了挣钱的不易。虽然总体上都不错，但是，我们付出了这么多的辛苦，才挣到那么一点点钱，有些组的比我们的还少了。现在，我明白了父母的辛苦，父母挣钱的不易啊!也真正明白了“一粒一滴汗，粒粒皆辛苦”的含义。以后，我要更加节省的发钱了，挣钱不容易啊!

这次为期一个月的社会实践活动，使我学到了很多东西，使我明白了很多道理，使我在许多能力上都有所提高。我真的感到很高兴。

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇十七**

社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式;是培养锻炼才干的好渠道;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，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。一个多月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己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、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!

二、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,在这一个多月里,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!

三、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。

四、专业的重要性

选择了工业设计为专业的我，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，设计不合理改一改就可以交上去了，但在公司里，老板可不喜欢出错. 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，这种要求在学校里是学不到的，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，在公司里出错是要负上责任的，这关乎公司切实的利益损失。

五、小结

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书;而已在社会的人都宁愿回校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务

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。而且在中国的经济飞速发展，又加入了世贸，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。

在餐厅里,别人一眼就能认出我是一名正在读书的学生,我问他们为什么,他们总说从我的脸上就能看出来,呵呵,也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧!我并没有因为我在他们面前没有经验而退后,我相信我也能做的像他们一样好。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，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。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。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，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。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。记得在我校举行的招聘会上所反映出来的其中一个问题是，学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距。在这次实践中，这一点我感受很深。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。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢?这是社会与学校脱轨了吗?也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。我们也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了课堂上地认真消化，有平时作业作补充，才能比一部人具有更高的起点，才有更多的知识层面去应付各种工作上的问题，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。毕竟，1年之后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。

只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才，很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书;而已在社会的人都宁愿回校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务。

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇十八**

社会实践只是一种磨练的过程。对于结果，我们应该有这样的胸襟：不以成败论英雄，不一定非要用成功来作为自己的目标和要求。人生需要设计，但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。

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

不经风雨，怎见彩虹，没有人能轻轻松松成功。

在现今社会，招聘会上的大字板都总写着“有经验者优先”，可是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的走向社会，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题记得老师曾说过学校是一个小社会，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身份。

而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但你得去面对你从没面对过的一切。记得在我校举行的招聘会上所反映出来的其中一个问题是，学生的实际操作能力与在校的理论学习有一定的差距。在这次实践中，这一点我感受很深。

在学校，理论学习的很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到的，而实际工作中，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。或许工作中运用到的只是简单的问题，只要套公式就能完成一项任务，有时候你会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学的那么吃力呢？

两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”只是古代读书人的美好意愿，它已经不符合现代大学生的追求，如今的大学生身在校园，心儿却更加开阔，他们希望自己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，成为校园里一道亮丽的风景。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，一直是“仁者见仁，智者见智”，许多人的看法不尽相同。每个人都有自己的人生模式，我们有理由走自己选择的人生路，只要把握住自己，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，对自己积累人生经历有益，还能够有少量收入，就可以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，但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可以交上去，但在工厂里，数字绝对不可以错，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。

因此，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，算出一个程式就可以了，但这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在社会立足的，所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像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责任的，这关乎工厂的利益存亡。总之，这个暑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，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。‘

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇十九**

这是我上大学以来的第二个暑假，一年到头，忙于学业，在外奔波，理所当然要回家和父母亲人团聚。不过身为当代大学生，总不该“日出三竿而起，日落西山而息”地无所作为。况且也是大二学生，应该出去锻炼一下了，以便早日适应这个社会。回到家后，我与父母商量，准备找一份工作。我家不远就是肥牛大世界，放假的第二天就去应聘了。

我先从传菜干起的，在我的印象中，传菜不外乎是把菜交到服务员手里就啥事没有了，但实际上我想错啦，酒店里的传菜员工作很多，当点完名后，就要把前一天的酒瓶都收起来放到洗刷间等人来卖掉，不能小看这活，当你面对成山的瓶子时就有感触啦。然后去给大厅打热水以供客人喝，两个人抬八十多斤的水桶，起初还不习惯，胳膊酸得抬不起来，慢慢适应了才缓过劲来。接下来就是最脏的活了——打扫厕所。由于下水道管子细，又难找人疏通(清扫工过年下班)。就只有我们拿塞子哼哧哼哧的干啦，好几次都想呕了，真不容易啊!当这些活干完，我已是气喘吁吁了，这时候心理开始不平衡来，心想来从小到大读了这么多的书，家里花了那么多的钱把我培养长大成人，可现在只能干这些零活，怎么着在学校里也是个学生会干部，多少也有点社会能力，不免有点失落。

我们正式站位时差不多是中午十一点和晚上五点钟。这一站就是四五个小时不能歇着，师傅先教我认了台号和房间，当客人陆陆续续进来时，正式传菜才开始。我眼睛都跟不上刨肉机的速度，我必须集中精力接好每一盘肉和菜，接肉时还要懂规矩，就是每接盘肉都要大喊菜名，喊菜员告知你地点，你必须回一声才能去传，刚开始我羞于出口，总是惜字如金，总是挨批，后来随着环境的熟悉，拘束感没了，自然也就没事啦。传菜可有学问，它不仅练体力，还练反应能力和菜名，几十种菜名几天就认清了，但体力是有点吃不消了，晚上回到家时累得一句话也不想说，睡觉时腿抽筋很厉害，开始那会真想打退堂鼓了。

累只是一方面，真正的考验是如何服务好客人，在打工期间里，服务员有的休班回家过年，留下来继续工作的不多，我们传菜员就客串了一回服务员，负责备小菜，出锅，酒水服务。不干不知道其中不易啊!作为80年代后的我们，平时在家象个小皇帝，享受着年轻所应有的优越，让我们一下子放下这一切去服务别人真是不习惯，客人有时是很苛刻的，对服务要求很高，我初来乍到，就惹了不少祸。大年初一，我在收拾台面时，不小心将汤桶弄翻，结果弄了旁边的客人一身，客人很生气，找到了老板，并喝叱我，当时我吓坏了，不知如何是好，这件事整整斡旋了两个小时才解决了，老板出于同情，并未罚我工资，但经过此事，我真是害怕了，做事反而拘束的不得了，心情也很差，从初一到初三这几天里，我始终是战战兢兢，也不知是怎么过来的，精神始终不振。好不容易修了一天班调整，我也主动找我同事虚心地向他们请教和学习，传菜部的领班跟我说：“我知道你是大学生大常有志向，想做大事，但是你千万不要小看做小事，大事都是由小事积累起来的，做大事的本领也是由做小事的本领不断地积累而成的，不积小流无以成江海;不积跬步无以致辞 千里。”他为我指出了工作中的很多错误和缺点，还对我说，我看一个人怎么样并不是看他学历、文凭怎么样，关键是看此人做事是否认真勤快踏实，对事对物要对得起良心，对得起自己，凡事要坚强，拿得起放得下。你跟我们的一些同事不一样，你是受过高等教育的，应该多利用时间不断地学习，不断地充实，不断地提升自己，年轻人不要怕吃苦，年累人就行能挑大梁，年轻人的时候不吃苦，难道到老了再吃苦吗?” 确实，听了我的领班对我所说的金玉良言。我的确让的思想认识有了更深一层的提高，某种程度上，给我指明了很好的一个努力方向。

从那天开始，我重新树立了目标，重新找回了信心，在这几天里，我从没犯任何差错，始终默念一条原则，“客人永远没有错，我们永远有不足”。终于我的努力有了回报，我第一次听到了客人对我的夸奖，那一刻，我别提多兴奋了，从小到大，我听到无数夸奖，却没有此句这么让我如此的感动，如此的感慨，如此的回味，真的!我也认真学习其他工作，慢慢琢磨，总结，后来我成了多面手，除了传菜员，还能胜任洗刷工，喊菜员，吧台结算员等多种角色。

我的老板在走之前也给了我一些指点，他说：“一个人在他的学生时代最重要的是学习知识，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，选用寒假期间参于社会实践 活动是一个很好的锻炼机会，赚钱不是主要的，作为学生，能赚多少钱，等你毕业了有的是赚钱的机会，然后他给我说了他读书时的事，他说他读书的时候，也是求知欲非常强烈，想方设法地想多学点本领，放假的时候，经常往全国各地跑，不为别的，就为了增长见识”。这个假期，我过得是如此的充实，如此有意义。 它是一笔财富。一分付出，一分收获，有付出，就一定会有收获。在社会实践中可以学到在书本中学不到的知识，它让我开阔视野，了解社会，深入生活，无限回味。更何况参加社会实践 活动的过程、阅历本身就是一笔宝贵的财富。它也是

一种动力，是体味人生的百味筒 ，是验证实力的试金石，它让我体味到生活的酸甜苦辣咸，父母的不易，懂得了各种滋味只有亲身参与才能体会的到，钱来之不易。 走出校门融入社会的大舞台，我们才真正体验到自身知识的欠缺，能力的有限。任何理论知识只有与实践密切结合，才能真正发挥它的价值。行不行，实践中看!

纸上得来终觉浅，投身实践觅真知。我相信，经过社会实践的磨练，我会渐渐变得更加成熟稳重、更加自信，校园里到处洋溢着蓬勃向上的良好氛围。我相信，当代青年大学生不会再是小皇帝，我们有实力承担的起未来建设国家的重任，追求进步，刻苦求知，勤于实践，在身体上受到了锤炼,在思想上得到了启发和升华，多了一份生活体验，社会实践经验和组织活动能力。这次社会实践，无论是对我以后的学习生活还是将来的工作都将是一次不错的经历。

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇二十**

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。这次的认识时间是一个开始，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。

两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。整个\_月份的时间我都在打工，这次选择的工作地点是在\_店，因为\_月份开学的来临，所以选择做\_文具的暑期促销工作。\_月份这个时候，面临孩子们的开学，几乎每家大型超市都会有这个学讯的促销，商场里的各大文具厂商也会开始降价，以便吸引学生和家长的眼球。

刚开始没上班的时候，我原本以为这个工作应该会很轻松。可是不然，上班之后，不久要按\_员工的上班时间，早班从早上八点钟开始上班，到下午四点钟结束。晚班在九点半的时候下班，因为住家隔上班地点还是有点远，所以晚班下班之后回到家都十点半了，在路程上每天坐公交车还是有点辛苦。去年我在\_店给某个服装品牌做促销工作的时候，还是比较轻松的，只用负责自己份内的工作就好了。

可是在超市里，每个厂商的促销员不仅要负责本厂商的促销工作，每天还要帮助\_负责本课其他的商品。例如给在\_的商品打价格标签，定时查价，看是否降价或是涨价。如果有新的商品，还要帮忙上货，整理花车，负责整理散货的归类。每天晚班的同事，还要在下班之前把所有的排面整理好。所以，我每天的工作不仅要向顾客介绍公司的商品，还要做很多除此之外的事情。

刚开始的时候，我对帮助其他的商品上货和整理花车之类的工作是不理解的，因为我觉得我只是给一个厂商做促销工作，其他的工作不应该我负责。可是工作几天之后，我也明白了这些好像都是超市里面的规矩，作为促销员不仅要为厂商工作，同时还要为商场工作。现在的超市其实也是在节约成本。所以这些我每天都已经习惯了，忙忙碌碌的，也很充实。

超市里每天都会碰到各种各样的顾客，偶尔也会碰到外国的朋友，这个时候正好是练习自己英语口语的机会。大多数时候还是一些家长带着孩子来买开学的学习用具，这样的场合，可以培养自己的沟通能力，和自己的表达能力，这些都是在学校里学不到的，是靠自己在社会上的积累得来的。现在的我们赚钱不是主要的，作为学生，应该一种学习的经验来看待工作，不管是什么工作总会有值得我们学习的地方，这种学习和实践社会的机会是很珍贵的。也是以后自己找工作，奠定基础。

**暑假社会实践范例 寒暑假社会实践篇二十一**

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，大学生暑期社会实践报告论文。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郡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走入社会，能够及时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，距离放假还有一个月的时间我就开始筹划自己的暑期生活，希望自己能够在暑假这两个多月的时间里得以锻炼。

通过朋友的帮忙，放假后我就跟朋友一块到了深圳，来到了(香港)深圳精裕塑料实业(制品厂)有限公司，简称精裕。精裕是一个玩具厂，主要生产应用于塑料玩具及其配件生产。紧接着于7月3日下午到公司去应聘作业员。虽应聘上了，但仍需等二天才能进厂，(每一位要进厂的都要先体检，拿到健康证!)不过还好厂里给我们这些暑期打工的学生提供了简易的住宿空间--12人一个宿舍。刚开始晚上不敢出门，因为听说深圳很乱，但最后在朋友的陪同下晚上一块出去买东西，发现事实并没有那么恐怖，只要你不去惹别人，别人也不会轻易地惹你。

我所在的地方是一个工业区周围全是厂房，一般买东西的都是一些打工者，在深圳呆了一个多月我也没有发现有打架的，也没有听别人说起过有杀人的。我想可能只是有些事情大家过于夸张了吧。带着些许兴奋和盲目，来到了厂里，开始了自己的打工生涯。在进车间之前厂里安排了两天的培训。首先带领我们来到了招募大厅，在那里我们上交了身份证、毕业证、健康证的复印件和两张照片，然后给我们统一配备了厂服。下午和第二天上午我们又参加了培训，老员工和带班组长给我们讲述了建厂历史以及公司生产的各类产品。7月5号上午在其他工作人员的带领下，我们进入车间，该厂共有a、b、c、d、e、f、g几个个厂房，每个厂房生产不同的产品。我被分到了g3厂房，刚进去的时候，感觉很陌生，车间有8条流水线，每条流水线上都有百十号人在那不停地忙碌着，没有人说话，只听到机器转动所发出的哄哄声。我被车间的组长也即是车间的最主要负责人带到了一个工作岗位，在组长的指导下，我很快学会了那项简单的工作。

一工作就是十一个小时之后，中间没有空闲时间偷懒，一天下来兴奋劲没了，剩下的只是腰酸背痛了!虽然工作看起来挺简单的，但长达十一个小时的机械工作，对于我们这些过惯了闲散生活的大学生而言，根本就忍受不了，接下来的几天我换了好几个岗位，每换到一个新的岗位，都要学习半天或一天。一般都是坐在老员工旁边看他们如何操作，偶尔那些老员工会给你讲一下。若碰到不给你讲的，一定要勤问、敢问，把自己不懂的都要问清楚，不能模棱两可，不然自己做起工作来就会后悔的。这是我在那工作总结出来的。几天后我稳定到了一个工位，开始了正常的工作。一般进车间的都要先学习几个工序。

刚开始工作的时候，不熟悉那里的环境，不熟悉那里的人，一切都是陌生的!，虽然之前在学校里也做过一些兼职，但来到这里还是有些没来由的心痛，这时才感觉到大学生是多么的不堪一击!才明白为什么有那么多的大学生找不到工作。而且刚工作的时候，并不适应一天坐在那里机械地工作十一个小时，工厂里面的生活和校园生活真的是一个地狱一个天堂，自己所学的也都浪费了，本想着能够学到与自己专业相关的知识，但没想到来到这里只是机械地做这些手工劳动，完全没有与自己的专业挂钩，自己来到这里真的是一种浪费。在那时才感觉到学习知识的重要性，发誓一定不能再浪费自己的大学光阴了，要努力学好自己的专业知识!没有知识只能干这些体力劳动，只能干这些毫无生趣的机械工作，一辈子只能生活在别人的掌控之中，只能不停地为别人工作，而自己却得到那么一点可怜的工资!当时有一种想逃跑的冲动，但经过几天的思考，还是决定留下来，因为即使自己以后毕业了，到企业仍需要适应新的环境，现在何不抓住机会锻炼一下自己的心智呢?自己的专业知识没有学到，但这却是我毕业之前最后一次能够很好地接触社会的机会了，留在社会，我要学到更多的东西，带着这些渴望，慢慢地学会了与人交往，慢慢地学会适应厂里面的生活，最后我也是受益匪浅!

由于时间的限制，我只在厂里工作了五十多天，这个厂有白班和夜班，每一个月倒一次，每天工作十一个小时，白班每天早上八点到晚上八点，夜班从晚上八点到第二天八点。一周上五天班，偶尔周末会加班，我在那里上了十天白班，每天早七点五十就得去做早操锻炼身体，但我发现大家都没有认真的对待，只是随意地伸伸腿胳膊，不知道为什么大家都不认真地对待，后来才知道打工时间长了，大家对厂里的活动都比较不屑，只顾干自己的事，即使有意义的活动大家也都是很少参与。公司每周一集合开例会，厂长都会讲一些厂里出现的问题，各车间的负责人都会及时地解决，同时各车间在上班和下班也都会把车间的所有成员集合起来开大约十分钟的会，这时组长会及时通知上面传达的事情，并针对车间前一天以及当天出现的问题批评教育大家。而且厂里面的规章制度特别的完善，对产品的质量要求也特别高，车间的走廊都张贴着要求质量的标语，如果哪件产品的质量出现了问题，都会追究负责那一道工序的员工，并会对那个员工做一定的处罚。各个车间的负责人也都是从员工中选出的有能力的人。

在那里工作了一个多月，我还是比较喜欢厂里的环境的，厂内有篮球场、排球场、羽毛球场还有图书馆以及阅览室，周末全天播放电影，丰富大家的生活。无论厂区还是生活区的卫生都是很干净的，非常适合工作和学习!我一直在思考为什么这个厂每年都能够取得较大的进展呢?为什么公司刚刚成立几年就分别在苏州、深圳建立了分厂，而且分厂的规模也是相当的大?工作了一个月后我终于知道了，因为他们有健全的管理规章制度，同时能够吸纳有用人才，公司的员工也都是能够尽职尽责。总之各方面的工作都呈现出一种蒸蒸日上的局面，这样的企业又怎会不兴旺发达呢?而这又使我想到我自己，如果我们能够像管理公司那样管理自己，我们的大学就不会虚度过去了，我们也就不必担心毕业之后找不到工作了!通过与员工的聊天发现，他们的年龄大都在十八岁左右，而且大都是初中、小学毕业。他们的圆滑事故与他们的年龄根本不想称，他们知道很多为人处事的道理。如果他们不说自己的年龄，不熟悉的人还以为他们都二十几岁了呢。他们大都满足于自己目前的生活，不愿意去改变，即使公司经常会在厂内部招一些助理、打字员等，但那些员工却不愿意利用空余时间去学一些基本的办工软件。甚至是厌烦学习，即使后来我跟他们说我是大学生，他们当中有一部分也没有表现出什么。他们大都认为对于他们而言，学习根本就不是他们的事。周末也只是和一些朋友一块出去吃饭、喝酒。

除了每天的上下班，生活没有多大的乐趣。在与众多打工者接触一个多月之后，发现自己在人际交往方面得到了锻炼与提高，学会了如何去与别人交往，也得到了友谊。我想只要我们真诚地对待别人，慢慢地你的真诚也一定会换来真正的友谊。在外面若没有朋友，你的生活就会增添许多遗憾，而你的精神世界也将是空虚的，所以在外要大胆地与人交往，用你的热情去融化世界，最终你一定有所收获!在一个多月的打工生涯中，发现在实际工作中不一定有太多地方用到专业知识，更多的是我们要耐心、细心一步一个脚印、脚踏实际的去工作，只有基本工作做的够好，才能赢得上级和同事的信赖，才有机会展示更多的才华。单凭专业知识不可能在工作上高枕无忧，更多还是需要脚踏实地做一些细微之事，而判断一个人的工作能力怎样恰恰是从一些小事上反映出来的，正可谓：一屋不扫何以扫天下?很高兴自己能有这次社会实践的机会,通过这样的实践，我真正学习到了社会经验,它为我积累了一笔宝贵的人生财富，它为我今后步入社会打下了牢实的根基。

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