

寒假社会实践报告优秀（精选30篇）

寒假社会实践报告优秀 篇1

参加者：

主题：超市收银员

时间：-1-28——-2-24

地点：华联商厦

一、前言：

万事开头难，什么事都要有尝试，都要有开始，都要有经过，都要有失败。在经历了在超市的工作之后，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。一个小小的超市的经营也不容忽视，不但要有细心，还要有策略，谋划。总之，任何事情都要考虑周全。

二、实践目的：

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。

三、实践内容：

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。在家人的建议和介绍之下我来到了离我家不远的华联商厦做为期不到1个月的收银员。正是考虑到我所学的专业是会计，所以我想超市收银员这个职业能让我更好的了解这个专业，并且还能锻炼一下自己的能力，所以我刚到超市的时候满怀信心的对自己说一定要做好自己的本分工作。

第一天上班我就很早就去了，希望能给同事领导留个好印象，没想到刚到超市就看见工作人员都已经到得差不多了，他们在忙的搬运货物，清单。超市里还有几个顾客在买菜，看来我来晚了。惶恐之时，一个看上去50岁左右的中年女性走过来对我说：我是你的带头班长，你以后有什么不懂得可以问我也可以问其他同事，你的上班时间是今天上午7点—11点和晚上7点—9点，明天是下午11点—6点。依此类推。有关超市所有的规章制度都在这张纸上，你有空就看看，我还有其他事要忙，你的柜台在2号。然后她就递给我一张纸就匆忙离开了。整个过程我说的最多的一个字就是“喔”。

走到自己的收银台旁，反正现在超市没几个顾客，不如就先看看这超市的服务宗旨吧。大体要求就是：礼貌用语，工作态度。这些都和学校里的尊重师长，学习态度差不多。我最关心的就是关于员工换班的说明。要求也很多也很苛刻。

一、换班申请人必须事先与对班人商定

二、必须提前一天报请领班同意，否则按旷工处理。

三、全超市当天换班不许超过二人，特别是收银员不许二人同时换班，一天只能一人。

四、换班、还班不许两人同时用餐，只能轮流。

五、每人每月不得超过三次申请换班，如超过，当月全勤奖取消。

人人最关心的就是罚款条例：

1、违反超市规章：员工起罚20元，领班40。

2、私自乘电梯，罚款5元、货梯10元、迟到早退10元、穿拖鞋10元、不带工作牌10元、不穿工作服10元

3、收银员擅自离岗罚款30元。

4、员工在一起大声说话、接电话、发短信、上班时间买东西各罚10元。

终于看到收银员的规章制度了，要求11点。我就列出重点。

1、上班必须普通话，礼仪站姿标准，不准串岗，闲谈、嬉笑，打闹，吃零食。

2、上机前首先检查各项工具，备件是否齐全，收银机及其附属设备不可随意拆卸，如有需要请主管处理。

3、收银过程必须注意礼貌用语，不得以任何理由与顾客发生争执。应自觉主动为顾客服务，遇到问题先自己解决。

4、收银员不得以任何理由拒绝给顾客结账，推给其他机台(除机子出现故障)。

5、上班时不准私自盘点营业额，如违反罚10元。

6、第二天上班必须查看昨天多少误差，有误差的立即盘点备用金。每天误差±2元以内。看着那么多那么苛刻的要求，我不禁打了个寒颤，对于我这个新来乍到的人可能处处每时每刻面临的罚款的危险，想着想着就有人来结账了。看她拎着黑漆漆的一袋子，就知道有我忙的了，袋子里面都是新鲜的菜，湿漉漉的，还有一个袋子很油，估计是肉吧，我都不敢用手去拿，她看上去等的不耐烦了，冲我一句：“快点啊，小伙子干活怎么磨蹭啊”！没办法，只能硬着头皮一把抓起来，找那个封条，咦找了半天也没有，又急又火，阿姨，这你还没去那边称量呢？，“啊？你去帮我称一下吧，我的脚站的都累了。”“好吧，阿姨你稍等一下”。等我回来时发现2号柜台那里站了好多顾客等着结账，而我的领班正伸长脖子在找我。刚走上去就是一顿臭骂：你到哪去啦？第一天上班就这样。这么多的顾客等你一个人啊？赶快给我工作一会来找你算账。还没听我的解释就消失了。这么多的人好像故意找2号柜台没人的地方好让我出丑。惶惶急急的给他们结账，手脚又很慢。那些顾客唧唧歪歪的，只能一边结账一边说不好意思。匆匆忙忙的过了一个上午，看到换班人的到来我终于松了一口气，站了半天犹如吃尽了人生半辈子的苦。

回到家想着晚上还要去那炼狱般的地方，为什么别人没犯错我缺犯错了呢？看来不犯错就一定要照规矩办事。晚上到了以后，我看着没人就问旁边的人：阿姨，你们一般怎么工作的啊？阿姨那边也没多少人，于是就走过来笑着说：其实这收银工作没什么难的啊，大体就是你要记住商品封条的大体位置、摆放位置。这样你拿到手时就能很快帮人结账了，至于其他什么礼貌啊你们小伙子在学校里就够多的了吧。”我连着点头，发现阿姨讲的简洁明了。但是要在这么大的超市要大体清楚货物的摆放位置，这也太难了吧。所以一到上午换班时，我就会利用下午一段时间到超市里走走，清楚货物的大致摆放地点。在接近过年时，领班开全体会议，人人都知道，每次到快过年时超市里是最忙的时候，但超市也是靠这个时候赚钱的。所以在这期间是对超市员工尤其是我这个新手的特大考验。随着新年的接近，超市里的人也越来越多了。收银时我为了节约更多的时间好让顾客早点回家团聚手脚快了点，其中不免有许多错误，在收银期间也会遇到很多不讲道理的人，但是你在这儿岗位你必须服从于他。

忙完了新年这个旺季，想到以后就是一连串的走亲访友，于是就想到领班那里结束自己的寒假实践。领班帮我算清工资后交给我时说：以后要是暑假有空的话也过来帮帮忙，打打工啊。毕竟对你们年轻人有帮助的。还可以为自己在学校赚个生活费。你学的也挺快的，还很听话。我谢过领班后就兴匆匆的走出去，终于忙完了这28天，找个好地方犒劳犒劳自己，打开信封一看里面居然只有550元。还另附一张纸，上面详细记载我的违纪，罚款的数目，时间和原因。看着自己这28天里犯的错误。心里一愣的。有失也必有得嘛！

总结：

经历了这28天的自己实践使我学到和懂得了许多，我懂得赚钱的艰辛，我想我以后花钱肯定会很俭省的；我在工作的过程中，我学会了忍耐，学会了正确对待不公正待遇，我想这对于我未来直面不公很有帮助。虽然这次实践不太成功，但我以后走上社会能够更好的工作做了很

好的铺垫。要记住：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。只有自己去适应这个社会才行！

东方学院

注会2班

-2-25

寒假社会实践报告优秀 篇2

又到了寒假，我像很多大学生那样想去打寒假工以此来体验社会，赚点外快，我就去了真功夫打工。面试的时候，经理跟我说，过年随便你做不做都可以，如果你要来就先去办个健康证，复印一些资料过来，还有要来试工4个小时，这个试工就是看你自己能否胜任这个工作，如果发现这个工作不适合你就可以几时离开，给

大家一个过渡期。我当时就想着，应该没什么的，试工就是一个学习的过程。于是，我很愉快的选择了这份工作。

我选择试工的日期是星期二，由于不是周末，出来逛街吃饭的人相对比较少。于是，在试工这个时间虽然难捱，但是总体还是过得去，我当时就想，做餐饮的其实也还好了，虽然真功夫的月薪相对其他餐饮店比较少，但是我觉得有个兼职的工作还是不错的。试工之后，我没有丝毫的犹豫就正式上班。我记得我把资料补全之后，经理打电话过来叫我11号正式上班。

11号刚好是周日，周末简直就跟平时天差地别，我从11点做到15点没有停过手。我的工作很简单，就是把顾客吃完之后那些碗碟搬回厨房，并且把桌子擦干净。即使如此小的一家餐厅，跟我一起工作的还有3个人，我还是累成狗那样。多了不止一倍的人，我的天，当时正是吓坏我了。人多我可以接受，忙周末我也可以接受，但是我接受不了厨房小成那样，不断有人把碗碟拿进厨房，同事进进出出，终于，那些碗碟不够位置放了，于是我们就一直搭成一座山那样，然后，我很不小心的，动了一下，结果如多米诺骨牌效应那样，一座山似的碗碟全往下掉，当时我只是庆幸那些碗碟是摔不碎的，不然我真的吃大亏了。后来，我很淡定的收拾起来继续工作，负责洗碗的阿姨一直在骂我，可惜的是我听不懂她说什么，我直接忽略她了。每次我把那些碗碟拿进厨房她都一直在大声地骂我，其实我真的无所谓，因为我听不懂，但是我知道她其实是在骂我的，但是没关系，反正我不知道她说什么。到了差不多工作结束的时候，一个跟我一样的兼职生告诉我幸好今天最凶的阿姨不在，不然。。。。。。我听了之后一直庆幸，不过其实也没什么，我一向不在意别人说什么，对我而言，只要真功夫能及时给我发薪水，被别人骂几句我是无所谓的。

工作结束以后，我去了更衣室把便服换上，更衣室是一个小房间，外面是一个比更衣室大一点的房间，很多员工在那里偷懒休息。换衣服的时候，外面有一个小哥就一直在说话，他们也不知道我在更衣室，于是2兄弟就聊了起来，我也是无心偷听，奈何，反正我也很无奈。他们就说：我真不懂为什么要招那个女的，刚才收拾的时候我都收拾完3张桌子了，她才收拾完一张，而且刚才忙得要死，明明地上没垃圾，她还是拿着个扫把一直在扫，这种女人只会偷懒，你说这个经理招来干嘛。。。。。。话说，我做完这个月就不做了。。。。。。我换衣服本来就慢，当时还是天寒地冻的，穿的衣服就更多了，于是我被迫的听他们骂我骂了差不多5分钟左右，我当时就在想为什么他说的话我居然能听懂，你就不能用你的地方方言骂我吗？一定要用普通话。后来我换衣服出来之后那个男的一直盯着我，可能他当时也很无语吧，好不容易有个休息的时间跟同事聊天，结果都被我听听到了，而且聊的对象还是我。其实我也不是记仇的人，每个人都有骂人的权利，我有时候也会去骂人，只是他不走运被我听到了而已。我当时也没放在心上，不过他说的话也值得我去反思。话说我当时在忙的时候拿着个扫把还不还因为有客人把碗碟打翻了，食物都在地上，经理直接叫我去扫干净。那我就去啦，扫完之后我就顺便看看其他地方而已，就是这样被骂，我对此也是无语到爆。后来2点半左右那个经理突然又叫我去扫地，我就去了，反正就是那两兄弟什么事情都不知道就骂了我，我就只当是周末工作忙想找个人出出气，我是无所谓，我从不介意别人骂我，骂得对我就改，错我直接忽视，因为我自己也会骂人。自己在骂人的时候之前就知道肯定也会有人骂我。最终我就是在那个骂我的那个男的注视下下班了，我就瞥了他一眼，走了，大概他以后骂人之前也会看看有无其他人在吧。

第一天上班我就上了4个小时的时间，后来我去找经理问她一些问题的时候她突然就跟我说，你要做到过年，我想了一下，反正过年是3工，我也就无所谓了，后来又跟我说晚班要上到11点。我听了以后就立马崩溃了，我的乖乖，晚上11点就没有车回去了，从这里走回去最少也要20分钟，我当时虽然很震惊，但是我很快的冷静下来了，直接下班。下班以后找父母聊了一下，他们说做到晚上11点就不要做了，后来我又问了同学，他们就跟我说人身安全最重要，钱还是其次，我权衡了一个小时，最后还是决定炒老板鱿鱼。没错，打工赚钱固然重要，但是人重要才是最重要的，家里又不是少我那些钱，不过时为了充实我的寒假生活而已。第一天上班就辞职真的很丢脸，不过也还是要辞职的，未免夜长梦多，我当晚就发了个短信给那个面试的经理，后来又直接打电话到餐厅说我辞职的事情，打电话的时候对方态度很冷漠，只是问了我一句叫什么，明天过来把资料拿走就直接挂我电话了，我当

时是挺委屈的。毕竟我也是帮你餐厅做了8个小时的苦力，没有钱拿，你的态度还那么的冷漠，但是难道还要人家挽留你吗？一大把人想去做兼职，你不去还是会有人去的。突然就感受到人情冷暖了。

到了第二天我去餐厅把我的个人资料拿走，我当时就是把工作服还给他们，然后他们把我资料还给我就行，就那么小的事情，不到一分钟。我去的时候正是餐厅最冷清的时候，没有人在吃饭，我叫了员工去叫经理过来我辞职走人，那个员工就是让我等，结果我等了5分钟之后她就叫我去坐着等，然后没有人理我了。后来等了差不多20分钟，我受不了了，于是直接跟员工说我有急事，叫你们经理快点出来。于是那个员工就去催那个经理，经理终于姗姗来迟，辞职不到一分钟的事情，由于我还没有签合同，所以辞职很简单，我把衣服给他们，他们把我的东西还给我，我的天，你这个经理还给我摆什么架子，我辞职也要我等，我当时真的很气愤，你凭什么让我等，就凭你是经理，你在里面究竟是干什么我不知道，但就是一件小事，你这样耽误别人的时间你好意思吗？如果不是我说我有急事，你还打算让我等多久，我是无权无势没有能力奈何你，但是以后的事情谁知道呢？说不定我以后就有权有势，让你也试试被别人浪费时间的感觉。。。。。。

反正我自此对打工一事失望透顶。不过这个过程也让我这个养尊处优的大学生体会到社会的残酷。当你没有利用价值的时候你什么都不是。辞职以后我收到那个经理的短信，他说感谢我这几天对真功夫的付出，欢迎你到真功夫用餐和工作。我心里想，本来就不觉得真功夫有多好吃，经过这件事情以后我这辈子大概都不会再去的了。实践报告

辞职以后我在家专心的复习英语，四级考试6月开始，我没什么把握可以过，并且说到打工，我还是比较喜欢做一些用脑的工作，比如说翻译。前几天就有学校招聘翻译人员去留学展翻译，怨只怨自己实力不够没能去，所以与其去赚一时之钱财，不如把自己变得足够优秀。自己去选择工作而不是工作选你。

经历过真功夫打工这件事情，我终于明白为什么同学都说做餐饮很辛苦，这周末的工作量完全不是可以跟平时相提并论的，难怪很多餐饮店都招大学生周末兼职，便宜又好用。更深的一层就是我觉得社会真的很残酷，优胜劣汰，适者生存，我接受不了晚班，只能放弃。虽然治安不错，但是作为大学生，特别是女的，更应该懂得洁身自爱，如果是上晚班记得带上武器保护自己。2019年发生过很多女大学生上黑车被拐卖的事情太多，而且在微信朋友圈里我也看到过曾经的同学发朋友圈说他的校友失踪的事情。这种事情说近不近说远不远，年初大家小心为上。

最后说一句，如果实在必要才去打工，放假就应该过得开心点，看看自己哪些不足需要改进，把自己变得足够优秀比打一时之工会更好。兼职的意义不在于赚钱，而在于让你视野变得更宽些，去了解社会，接触社会。你还有多少暑假和寒假可以过，还不如开心的过完它，何必把自己弄得这么辛苦。

寒假社会实践报告优秀 篇3

在瑟瑟的寒风中我们迎来了作为大学生的第一个寒假，当然，也是我们第一次经历社会实践。对于一个大学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽然天气寒冷，但我们毅然踏上了社会实践的道路。我们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，找己的不足和差距所在。自从进入了大学，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，招聘会上都总写着“有经验者优先”，可一直处在象牙塔的我们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，我们决定在假期内开展我们的社会实践。所谓实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。一方面，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。因为校园与社会环境的不同，接触的人与事也不大相同，所以我们还可以在社会实践中学到许多在校园里学不到的知识。这就形成了从实践中学习，从学习中实践的良性循环。哲人说：“实践是检验真理正确与否的唯一标准。”理论要回到社会实践中去运用，想事情办事情一切从实际出发，使主观符合客观。认识客观事物，要实现两次飞跃，从感性认识到理性认识是认识事物的第一次飞跃，而从理性回到实践是第二次飞跃。所以实践是检验真理的唯一

标准。在当今的大学生，社会无时无刻不在发生日新月异的变化，而参加社会实践更显得重要，实践的能力强弱，决定着日后工作的好坏。

当今中国经济飞速发展，又加入了世贸组织，国内外经济日趋变化，每天都有新的科技成果涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也出现了更多的问题，有了更多更艰巨的挑战，昨天才刚学到的知识可能今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和世界接轨，对于人才的要求也就越来越高。我们不仅要学好在学校课本里所能学到的知识，还要主动走进社会，不断从生活中和实践中学习其他的知识，积极增加自己的经验，不断地从各方面全方位的武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己，发展自己，使自己在这个社会有立足之地甚至拥有不败之地。

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，毕业之后，我们就已经不再是一名大学生，而是社会中的一分子，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，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己，才能在竞争中突出自己，表现自己。以后的人生旅途是漫长的，因此我们必须锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才。

另外，我们深刻地感受到，进入大学并不是人生的终点，只有现在多吃苦，了解生活的艰辛和不易，才会为将来而努力奋斗。虽然只是短短的时间，我们却觉得像经历数年，增长了许多课本上没有的知识。记得曾看到过这样的话：知识犹如人体的血液。人缺少了血液，身体就会衰弱；人缺少了知识，头脑就要枯竭。

由于今年寒假没有提前去找工作，我们只好积极的找短期工，但短期工多是辛苦而且少工资的，最后我们还是经过同学的介绍在超市做一名促销员，促销员的工作相对来说比较轻松，而且又能够锻炼自己的口才，所以我们还是非常喜欢这份工作的。

我们的工作推销徐福记的糖果，推销工作也不像我们想象的那么简单，先是培训教导你怎么推销，接着是到现场进行一系列的准备工作，然后才是正式到超市里上班。在学校里，

所有的事情老师几乎都已经为我们安排好了，每天有固定作息时间表约束和课程的安排，根本就不需要我们自己操心。而在这里就不一样了，凡是你都要自己安排，但你不能马马虎虎、随随便便的应付工作。你要积极主动的接近顾客，拉近与顾客的距离，然后耐心的推销产品。这也是在锻炼了我们的胆量、语言交流能力和心理洞察能力。因为购买产品主要人群是中年人，所以你要大胆的向这些顾客介绍你所推销产品的不同种类，口味，外观，价格，来迎合广大的消费者的需求。但在此前提之下，你要先做好准备，要对你所推销的产品非常的了解，怎样说能让这些顾客拥有购买的欲望。我们胆大了才能冷静，冷静了才能很好地通过顾客的言语与表情察觉顾客的想法，才能在介绍时吐字清晰、口齿伶俐，才能让客人明白你在说什么，才能在客人提问时作出适当的回应，不至于慌张得不知所措。在这里，不仅要受到公司的监督，而且里也要听从现场人员的调配，所以我们必须主动努力才可能继续干下去。

在学校，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力，虽然这也存在的竞争，可校园里总少不了那份纯真，那份真诚，一般不会招来嫉恨与报复。可是在社会中，优胜劣汰，你的成功就是别人的失败，工作直接影响了他人的经济利益。在社会中接触各种各样的顾客、同事、上司等等，关系复杂，这一切都需要我们有经验去处理。尽管存在竞争，我们还得不断学习别人优秀的地方，这需要我们去调整自己的心态，在一个最佳的状态下，才能很好的工作，吸取经验。而这些经验需要日积月累，而不是在毕业后读本速成书便可成的。

有个事实众所周知，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，这一点我们感受很深。在学校，学习的理论知识很多很多，几乎是面面俱到；而在实际工作中，很可能是书本上的知识一点都用不上。或许工作中运用到的是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我们会想，实际操作这么简单，但为什么我们要学习那么深奥的知识呢？现在的教育真的存在很大的弊端，严重的脱离了社会实际应用吗？其实不然，在学习这些吃力的知识的同时，我们的学习能力提高了，理解力和逻辑思维能力也增强了。更在许多书本中教我们如何去做好自己，教我们树立自己远大的理想，这将更好的为我们社会实践打

基础。作为大学生，我们的年龄也不小了，离走向社会工作也不远了，我们应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上发生的各方面的事情，这就意味着我们必须得重视社会实践。毕竟毕业以后我们不能再带着幼稚、茫然的眼神走进社会，就像我们当初走进大学一样。我们要带着实实在在的能力走进社会，为社会服务。

在这次实践中，我们的口才得到了提高。在与顾客交谈的过程中我们十分注意语境及说话的口气，并且及时改正一些不得体的地方，使我们说话比以前更大方得体了。我们觉得对于口才的提高，多说很重要，要尽量动脑筋说，大胆地说，不能像我们第一天上班那样，不知说什么好。我们相信说的多了，能力在不知不觉中就提高了。

在经过一段为期不短的工作生活后，我们深深的体会到了工作的艰辛，以及我们在学校里微不足道的经验根本就不能够良好的适应社会的复杂。在工作的过程中，我们学到了很多，不仅仅是工作上的经验，还有和上司、同事相处的技巧。以下是我们在工作中总结下来的。

一、在社会上待人要真诚，刚去超市打工时，周围都是陌生的脸孔，但我们学会了微笑着和她们打招呼。从那天起，我们养成了一个习惯，每天早上见到她们都要微笑的说声“早晨”或“早上好”，那是我们心底真诚的问候。我们总觉得，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。仅仅几天的时间，我们就和同事们打成一片。我们想，应该是我们的真诚，换取了同事的信任。她们把我们当朋友，也愿意在工作上帮助我们。

二、在社会上要善于与别人沟通，语言是沟通的桥梁。如何与别人进行友好的沟通，这是需要长期的练习。在学校是接触的人不是很多，而且大多是与自己一样的学生，说话也是没有多大的顾忌，开开玩笑也无伤大雅，话题也是自己所感兴趣的。工作之后接触的人多了，适应自己在学校里的沟通方式却不能适应与社会上各个阶层的交流方式，使我们与别人对话

时应变不及，使谈话时出现冷场，这是很尴尬的。所以出了学校就要有本质上的改变，才能在社会上立足。不需要使自己的语言风趣幽默，但最基本的要说话得体，不能在话语中冷嘲热讽，要谨记“祸从口出”这个道理。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。

三、在社会中要有自信，自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。当你在多次的接触顾客中，我们明白了自信的重要性。你毫无阻碍和人沟通就是你自信的表现，当你没有足够的自信心，你根本就不能很流畅的和他人交流。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，所以没有必要感到自卑。你的自信有时能够感染其他的工作伙伴。

四、在社会中要克服自己胆怯的心态。自己心生胆怯，做事就会畏畏缩缩，无法展示你的最佳状态，办事效率就降低了，同时也让上司、同事厌恶。开始放假的时候，知道要打短期工时，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。如姐姐所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，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。”

五、工作中不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。这次接触的销售业，对我们来说很陌生，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。

六、微笑是在这社会中最强而有力的武器。有人说，面对失败和挫折，一笑而过是一种乐观自信，然后重整旗鼓，这是一种勇气；面对误解和仇恨，一笑而过是一种坦荡宽容，然后保持本色，这是一种达观；面对赞扬和激励，一笑而过是一种谦虚和清醒，然后不断进取，这是一种力量；面对烦恼和忧愁，一笑而过是一种平和释然，然后努力化解，这是一种境界。所以在任何的情况下我们都要学会一笑而

过。学会忘记是生活的技术，学会微笑是生活的艺术。而且，真诚的微笑也会赢得他人对你的好感，化解人与人之间的不愉快；亲切的微笑客人感觉到你的重视。微笑也是社会实践中必须要锻炼的能力。

总之，自己不去接触社会就永远不会知道社会的规则，依此类推，任何东西不去接触就永远不会了解它。在学生阶段的我们需要了解的东西太多了，我们不能只靠书本去认识它们，这样的认识太浅薄了，不能算是真正的认识。我们需要尽可能多的去接触这个社会上的东西，俗话说人是社会的主人，我们要享有主人的权力就必须先了解社会，不然的话就很可能被社会所左右，那样的生活不会幸福安乐的，只会是痛苦和无奈的。

短期工虽然只有20天的时间，在这段时间里，有时过的真的很难受、很憋屈，可生活还得继续，还得面对学习，面对走出校门，面对找工作。不过，让我们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”，为以后走向社会，起到一个桥梁的作用吧。面对日益严峻的就业形势和日新月异的.社会，我们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。

一次宝贵的经历胜过我们在课堂里埋头于课本里绞尽脑汁，当我们还躲藏在家长老师的庇护之下对未来感到渺茫的时候，倒不如鼓起勇气勇敢的踏出第一步，尽管这样的实践不能代表什么，但却能使我们感受到走出象牙塔后危机四伏的压力，有了这样的体验过后，当我们真正面对困难的时候，我们会发现自己比别人多了一份的淡定和冷静，还有慌乱整理错误

的时间，千万不要忽视每一件细微之处，因为往往事情的结果就在这样一个不起眼的细节处决定成败。社会实践是艰苦的，但收获是巨大的。实践让我们生活的多姿，实践让我们的人生变得多彩。

社会实践是一笔财富。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，它让你开阔视野，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。

社会实践是一种动力。看到在土地上耕种的农民，在工地上挥汗的工人，在边防上守卫的战士，我们明白了书桌的分量，一种强烈的责任感油然而生，是人民哺育了我们，是国家培养了我们，给了我们知识和一切。作为一名大学生，在祖国需要的时候，我们会无条件地把所学的知识的一切奉献给祖国和人民。

社会实践是体味人生的“百味筒。”让我们深刻体味了一下生活的酸甜苦辣咸，为以后出了社会后将所面对的现实作好了心理准备，是自己到时候不在迷茫、不在彷徨。

社会实践是验证实力的“试金石”。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！在实践中我们才能真正的知道自己有几斤几两，不要以为自己是大学生就很了不起，我们需要学习的东西还多着呢。我们需要虚心的向前辈向同行请教，不断的充实自己壮大自己。在成绩上的收获让我们所学的知识有了施展拳脚的机会，然而，工作以外的人生经历，却又是一份不可多得宝贵财富。过去常听人说刚出社会的大学生往往无法适应社会的人际关系，导致在生活和工作中找不到我们的平衡点，错失了不少成功的机遇。经过这次实践的经历，让我们深刻的认识到，这一点也没错，把握好每一次交际的可能事实上都是在为我们自己积累人生阅历，可以说，没有好的沟通能力，再好的才华也会埋没于沉寂的阴影下，但并不是每一个人都有这样的意识。我们自己刚开始在超市打工的时候，自己也不习惯于与人交流，多数时间里都是埋头于工作里，十足一个典型的只做事不开口的人。正是这样，导致我和顾客之间不能充分了解对方，因而耽误了工作。所以，当我们在抱怨别人不主动与你交流的时候，为什么不先检讨一下自己的惰性呢？工作中、生活中我们都需要学会主动与人交流，提出疑问，事先熟知一切，而且应该学会如何与周围的同事互帮互助，这样不仅能使自己尽早地进入工作状态，也可以避免我们少走弯路，于情于理都是弊大于利的。此外，对工作的热情，对任务的投入态度，都决定了我们在前辈眼中的被信任程度，打工过程难免有忽略的时候，但这时的我们应该抱有学习的态度主动求教于他人，不放过任何一次学习的可能，因为再细微的工作都存在着它自身的价值和意义。

古人曰：“逝者如斯夫，不舍昼夜”。短暂又难忘的实践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20天的打工期，回首这接近一个月的打工期，内心充满着激动，也让我们有着无限的感慨。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，于是就有了像我们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。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。

总之，这次实践让我们学会了很多东西，给予我们了很多启发。对我们来说，这是一个开始，也是一个起点，希望这个起点能让自己更好的融入社会，不断学习、不断地成长“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。实践也只是个过程，真正的目的是要我们改变思想观念，学会学习，这样才能不断的进步，不被社会淘汰，才能为建设祖国、奉献社会作出更大的贡献。同时我们欣喜地看到，经过社会实践的磨练，我们变得更加成熟、更加自信，校

园里到处洋溢着蓬勃向上的良好氛围。我们有理由相信，当代青年大学生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，全面成才必将成为广大青年学生的共同心声和行动！

寒假社会实践报告优秀 篇4

通过对寒假社会实践活动的锻炼，能够使自己积累宝贵的社会活动经验，更好的了解社会、认识社会。同时为了让自我认知水平能够有更进一步的提高，也是为了适应日益激烈的社会竞争。通过亲友的安排，此次我寒假社会实践的地点是邮政速递物流公司。

我的实践地点位于邮政大厦内部办公区，被分配的部门主要负责邮件录入、邮件查询、客户咨询、投递反馈等。

实践，就是把所学的理论知识，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，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，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己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

此次寒假社会实践活动，我被安排到了邮政速递物流公司。我有幸能够了解更多关于物流领域的知识，进一步拓宽我的视野。

寒假社会实践报告优秀 篇5

社会主义教育的目的是为社会主义现代化建设培养数以千万计的有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义建设者和接班人。通过社会实践活动来锻炼、在历练中弥补不足成为了大学生的一项重要任务，社会实践也能帮助大学生增强社会责任感、扩展视野。

现在，离走进社会越来越近了。校园与社会环境本存在很大的区别。这就要求我们利用假期时间走进社会实践。

校园与社会环境的不同，接触的人与事也不大相同，所以我们还可以在社会实践中学到许多在校园里学不到的知识。这就形成了从实践中学习，从学习中实践的良性循环。

当今中国经济飞速发展，国内外经济不断变化，在机会越来越多的同时，也出现了更多的问题，有了更多更艰巨的挑战，这也就对人才的要求越来越高。我们不仅要学好课本里的知识，还要主动走进社会，积极在实践中学习其他的东西，不断增加自己的经验，全方面武装自己，才能在这个社会有立足之地甚至拥有不败之地。

一回到县城就积极在一家超市找了一份寒假临时工，做促销员。

挂着实习生的牌子站在柜台旁，一脸幼稚、迷茫地站在那，不断地提醒自己要

大胆地接近顾客，拉拢顾客，可好长一段时间站在那一声不吭的。一个大姐在顾客少的时候教我如何推销产品。我也慢慢地放开胆去尝试，其实这种交流比想象的容易多了。就好象上台前紧张兮兮，但在台上只顾着自己的表演而忘了紧张。害怕就是这样被克服的。关键在于大胆地迈出第一步。在超市做促销员不能坐着，也不能在超市随便逛来荡去，得时刻注意服务顾客。虽然每天只有上午或下午班，但一段时间下来，还是腰酸脚痛。或许也正如孟子所说“天将降大任于斯人也，必先劳其胫骨，饿其体夫，空乏其身。”

在学校，每天有作息时间表约束你。课程表会告诉你，今天该干什么，明天又有什么事情要做。而在这里，你可以无所事事地像木瓜呆在那儿，然后老板不满意你的表现扣你工资或者将你开除。积极的就是主动接近顾客，拉近与顾客的距离，然后耐心的推销产品。这也实在锻炼了我们的胆量、语言交流能力和心理洞察能力。我们胆大了才能冷静，冷静了才能很好地通过顾客的言语与表情察觉顾客的想法，然后再作出适当的回应，不至于慌张得不知所措。我们必须主动努力才可能继续干下去。在学校，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力，虽然这也存在的竞争，可校园里总少不了那份纯真，那份真诚，一般不会招来嫉恨与报复。可是在社会中，优胜劣汰，你的成功就是别人的失败，工作直接影响了他人的经济利益。在社会中接触各种各样的顾客、同事、上司等等，关系复杂，这一切都需要我们有经验去处理。尽管存在竞争，我们还得不断学习别人优秀的地方，这需要我们有经验去调整自己的心态。而这些经验需要日积月累，而不是在毕业后读本速成书便可成的。这些事情很多同学沉浸于学习与消遣还未来得及思考，便忽略了社会实践的重要性。

有个事实众所周知，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，学习的理论知识很多很多，几乎是面面俱到；而在实际工作中，很可能是书本上的知识一点都用不上。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。有时候我会想，实际操作这么简单，但为什么我们要学习那么深奥的知识呢？现在的教育真的存在很大的弊端，严重的脱离了社会实际应用吗？其实不然，在学习这些吃力的知识的同时，我们的学习能力提高了，理解力和逻辑思维能力也增强了。更在许多书本中教我们如何去做好自己，教我们树立自己远大的理想，这将更好的为我们社会实践打基矗作为大学生，我们的年龄也不小了，离走向社会工作也不远了，我们应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上发生的各方面的事情，这就意味着我们必须得重视社会实践。毕竟毕业以后我们不能再带着幼稚、茫然的眼神走进社会，就像我们当初走进大学一样。我们要带着实实在在的能力走进社会，为社会服务。

而现今一个事实却被许多人误读了，大学生越来越不值钱了。甚至某些人开始看不起大学生，认为读大学没什么用了，一些没读书的人在社会上混得更好。现在的大学生已经不包分工了，也确实许多大学生找不到好工作。这正说明了现在社会对大学生素质、能力要求越来越高了；当然也说明了某些大学生的确不过关。大学生不是全值钱，但社会上值钱的还是大学生。这就为什么还是有许多人打工之后还想读书，甚至有部分人也确实再次进入校园学习。我们在校园里学习到的先进的科学知识能为社会作出更大的贡献，也能为自己带来更多的收益。而要成为值钱的大学生正要求了我们扎实掌握专业知识还有社会实践能力与经验。

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。

经过这次工作我从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，那么你一定不会交到很多朋友。对待朋，是不可能斤斤计较，不可以强求对方付出与你对等的真情，要知道给予比获得更另人开心。不论做什么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。

在这次寒假的工作中，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！

期末考试一结束，期待已久的寒假便接踵而来了。回到了家里，是一种久违的温馨气氛，玩了几天，脑子里有些想打工的念头。思考着这个寒假干点什么，作为一名大二学生，我希望大学的寒假能像社会上的人一样，进行社会实践锻炼一下自己。

不久，朋友便在她干活的开新宇超市帮我找到了一份短期促销员的工作，我促销的是农夫果园，上班时间先是早上9点到12点，下午2点到6点。但随着年味越来越浓，我也是8点上班，8点下班。名义上是促销员，其实和超市员工一样，什么都要干，搬货，卸货，还要推销自己负责的东西，确实很累，农夫果园由于各种原因（价格较贵、宣传不是很好）卖出的很少，业务员推行的政策，超市的经理、组长也不及时执行，只能我在两端受气。但是，我坚持做完。除夕的中午，我圆满的把这份短期促销员的工作给完成了。

通过这次实践，我感到赚钱真的不容易，对现在的大学生来说，毕业后能找到符合自己的工作已经是很少，能找到工作已经不容易了，尽量都是先干着，这就是所谓的积累经验，因为很多单位招聘的时候，都要求有一定的工作经验，我已经深有体会了。也正是因为社会的现实，我要从大一开始对自己以后的人生有所规划，不能再像小孩子一样等着父母帮自己做好一切，而自己只会坐享其成，这样的人生没有任何意义，自己的社会价值也得不到体现。

通过这次打工，我感受到很多。在日常的生活工作中，上级压下级，老员工以大欺小的现象太普遍了，我们面对这些阻挠时，应化悲愤为动力，只有自己强大起来了才能保护好自己。我也学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。面对朋友，切不可斤斤计较，不可强求别人付出的必须与你一样多。

短短的工作时间里，我发现了我自身存在的不少问题，很简单的我作为一个大学生，自己的字写的也实在太对不起观众了，平时没注意，打工的时候我充分意识到了这点，当我签名后，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。

打工的日子，有喜有忧，有快乐，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，但是总的来说，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，15天的打工生活，我收获还是蛮大的。我学到的都是学校里无法体会的，这也算是我的一份财富吧。这段时间的社会实践，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地做充分的准备。我相信成功始终会眷顾有准备的人的。

现在，大学生满地都是，而在每个用人单位的招聘启事中，几乎都有工作要求。所以，大学生不仅要把理论知识学好，也应该体会一下工作的辛苦来积累经验和磨练自己的意志。我相信从这次打工为起点，我一定会逐步走向社会，走向成熟。

寒假，我到所在的社区居委会帮忙，进行社区服务。

从2.21到2.27，一个七天，我每日都去居委会服务，帮那里的工作人员整理资

料和文件，走访人民群众，了解社区居民的生活情况。

刚开始，我并不适应那里的工作，觉得很无聊，很没用。但是，通过与当地居民和工作人员的接触，我逐渐了解到了这个社区服务的乐趣。

我知道了如何整理资料，如何照顾老人，如何体贴他人，也知道了成年人的艰辛、努力——这一切的一切，若是没有走出家门，参与服务，就不会体会到的。

通过这次社区服务，我提高了社会适应能力和运用知识解决实际问题的能力，增强了社会责任感和使命感，也扩大了视野，对自己有了清醒的定位，不仅发现了自己知识结构中欠缺的一面，也感受到了现实和理想的差距，这对我们的学习、生活和工作都有很大的启发。

比如说，居委会的资料总是井井有条，分类整齐，通过居委会大妈的言传身受，我知道了学习应该也像整理资料一样，每天都应该按门按科地把知识梳理一遍，这样，不仅有利于查找，而且还有利于记忆。不只是学习，家里的一切也应当是这样，书籍、衣服、玩具等等。

其中感受最深的是到社区里的老人那里慰问。

腊月寒冬，刘爷爷的孩子都去外地打工了。刘爷爷年轻的时候喝酒喝得太多，导致了中风，现在，每天他都会推着婴儿车在院子里练习走动。

我和王大叔到他家帮他收拾完家之后，就和他一起去散步。

一般的老人上了年纪都不会像他这样日日不停，风雨不住地锻炼，可见他的毅力有多么坚韧了。我以前曾经问过他，为什么要天天锻炼，他告诉我说，这是必须的，如果不天天锻炼的话，就永远走不动了。

他还告诉我说，自己年轻时贪杯好饮才导致了现在这个结果，现在社会上，好多小孩13.4岁就开始吸烟、喝酒。

他们的这些做法都是对自己对父母对社会的不负责任的行为。希望我不要重蹈他的覆辙，要健健康康的成长。听了这些话，我受益匪浅。

参加社区服务，对我是种锻炼，也是种磨砺。虽然今后的学业会加重，但是在节假日，我一定会抽出时间参加这些服务。

寒假社会实践报告优秀 篇6

利用寒假去做社会实践对于当今大学生来说是一件必要而又非常有意义的事情，是我们应该拥有的一段经历，它让我们在实践中了解社会，，让我们在实际中体会理论，运用理论。同时开阔我们的视野，让我们增长见识。作为大二的学生，我应该尽早地到社会中学习，为今后的发展积累经验。因此，寒假第一天，我便开始行动起来了。

实习时间:20xx年1月20日至2月3日

实习地点:xx县针织厂

实习目的:一方面，了解企业的管理方式，学习如何与管理者沟通，了解管理者与员工的关系；另一方面，通过实践来积累经验，了解当今社会对人才的需求，培养独立分析问题的能力，正确看待社会现状。

实践前的基本情况:寒假第一天，我带着师范大学发下来的介绍信开始在xx市区找工作。然而事情并不顺利。我家离市区很远，所以我必须优先考虑吃住问题。事业单位一般来说是不会提供住宿的。因此。我去了很多商场和餐馆。商场不包吃住，餐馆不包住，或者有些是指定要在就读的大学生，外地回来的不招收。一天下来，不仅身体很疲劳，而且我连再去询问的勇气都没有了。这个时候，才知道找份合适的工作是多么的不容易。我决定回镇上试试。寒假第二天，真是幸运到难以置信。景盛针织厂的一位文员请了长假，过完年才来上班。

我一番自荐之后，老板决定用我半个月，因为半个月后工厂也放假了。厂长叫我明天就来上班的时候，我开始紧张了。我不会做文员的工作怎么办。大一还没有开过计算机课呢。我有点怯场了。景盛针织厂成立至今刚刚十年，起初还是个小小的车间，现在已经打败几家对手，成为一家比较现代化的工厂了。众所周知。纺织业是传统工业，早就发展的相当完善了，上升空间不大，尤其是随着劳动力价格的上涨，纺织厂更是处境艰难。而这家工厂能发展壮大，必定是有道理的。这样想想。我觉得我不能退缩。

实践内容与方法:在工厂实践期间，我主要负责接听办公室的电话，接待来访人员，发传真和邮件，打印资料，负责员工的考勤以及记录货物的进出，还有就是在赶货的时候给其他部门调动闲置的工人去帮忙。这些工作对于老员工来说就是家

常便饭，但对于刚来的我，无疑是一个挑战。我不清楚这里的工作流程，不认识领导，不会讲粤语。所以，我都是靠问，靠观察来熟悉这里。还好有老师傅的悉心教导，不然我也不知道这半个月是有多么难熬。老师傅教我怎么叠放厂长订阅的报纸，教我分辨那些电话重要那些次要，教我快速地记住每一个部门。

实践过程：上班第一天，跟同在一个办公室的老师傅打过招呼后，我便坐在椅子上，对着一台电脑不知道做什么好。旁边的老师傅应该是在算账单，没有理会我太多。我就这样呆呆地坐了半个小时，觉得好闷好尴尬。老师傅似乎察觉到了我的不好意思。于是他就给我一本工厂简介与员工资料的合订本，叫我拿着这个去车间走走。我拿着它小心翼翼地走着，担心有人看见我一样，鬼鬼祟祟的样子。即使脖子上挂了个牌子，我还是有些害怕。大约看了半个小时，我发现纺织部是采用全自动的纺织机，员工只用看着机器，机器出了问题就修修，衣片织出来了就叠好。偌大的车间，就七八个员工。看来现在的纺织工人已经被淘汰了，转型为修理工了。不过缝纫部还是一个工人一台机器，一件件地缝。缝好了再交给下一道工序的员工。我回到办公室，老师傅叫我做好吃苦的准备，毕竟这里不是学校，不能随随便便其他部门需要帮忙的，就尽量去帮忙，不是万不得已也不会叫我们人力资源的去做的。我听了老师傅的话，突然觉得我是来打杂的，便觉得挺好笑。第一天就这样过去了。

上班第二天，接到一个电话，对方是想在我们工厂批发毛衣去市场卖。我不知道工厂是否也做批发生意，就跟她说等厂长回来再回复她。谁知，下午她就过我们厂来了，可是厂长又不在，我也不知如何是好。我就请她坐下，然后去叫老师傅回来解决一下。老师傅回来看见客户光坐着，一杯茶都没人给她倒，就开始指责我的不是，口吻有些像在教育自家的孩子。但还是我的失职，这让我感到羞愧，便马上泡茶。后来因为最近厂里只是代加工，没有自己的产品，所以不能批发给客户。客户就跟我讲，我应该早点回复她的，不然也不至于白来一趟。第一次接待客户就搞成这样，我越想越觉得失败。

第三天的时候，我要负责工人的考勤了。其实就是来早一些，然后看着员工打卡，目的是为了提醒那些经常忘记打卡的人吧。如果发现有没到的，就要与其联系，问清楚情况。还有就是保管好请假条，因为员工每月有一天可以带薪休假，所以假条要作为凭证。算工资是一件非常烦人的事情，因为很多工人的都是计件算工资，货物工价和出货数量等都会影响工资，所以要一天一天地计算。还好我只是负责录入工资，要是我来计算，恐怕又要惹麻烦了。当然，我还没有算工资的资格。

在这里做的久一些，你就会发现，利益永远可以是争吵的爆发点。有一次同时进了两批货，一批好做写，一批则是又黑又细的毛线，比较难做。缝纫部部长分配任务之后，一片怨声，很多人觉得自己亏了一样。看着部长很生气的骂她们小气量。我就跟部长说要不工号为单数的做难的，双号做容易的，下次再反过来，容易的做完了就做难的。部长觉得这样好麻烦。最后想想这样的情况毕竟不多，轮就轮吧。在这里上班，我对有些员工乱停放车辆有很大意见。每次我都拉不出我那辆在乱车堆中的小电动车。所以我就跟领导反映是不是要好好规划一下停车场，划好停车位，留条通道出来。领导说，这是后勤没做好工作，后勤的员工是厂长的亲属，所以也不好说什么，但是停车的问题会很快解决的。我用空闲的时间处理了废弃的毛线，后勤的阿姨开玩笑说我抢了她的饭碗，说以后清理废弃物的事还是她做。我知道，她一定是意识到自己的失职了。后来有几天赶货，恰巧有些衣服缝的不够好，最后一天被质检的发现了，于是挑出来返工。其实在我看来，这些并不影响质量，平时市场上卖的还不如这些“次品”。厂长说既然做高档的衣服，就要有对得起这个价格的质量。这次真的是所有有空的人都出动了，帮忙找次品，无怨无悔的做了一整天。就是这样的团结，才能如期交货。就是这样诚信的领导集体，这样一个懂得互相体谅的集体才能越走越好。（虽然有时也闹别扭）

我的社会实践就要过去了。这个寒假，我再也不用顶着寒风追赶太阳，再也不用和下山的太阳争着回家。厂长将公章印在纸上的时候，我觉得我胜利了。

实践总结：这次历时十五天的社会实践，虽然没让我学到一个专业文员的才干，但是我从中磨练了意志。心里素质得到了培养，耐力得到了考验。我学会了勇敢的提出自己的意见，用行动去感化他人，帮助他人。这些在学校是很难学到的，大学的校园环境太过安逸，容易使人丧失斗志。一次社会实践，会让你认识到自己的不足，当别人总是在批判这个社会的不公平，混乱的时候，我们应该行动起来，

用自己的方式去感受这个社会，用行动为社会传播社会正能量。提升思想，才能服务于人民。假期社会实践，值得你去参与！

寒假社会实践报告优秀 篇7

时间飞逝，转眼我们一年的大学生活过去了，在这个暑假，学校为了让我们丰富我们的校园生活，让我们早日融入社会，给我们制定了“暑期社会实践活动”这一任务。今年来，随着我国经济的发展，一些韩国文化等时尚因素逐渐成为了我们生活的一部分。于是，我们小组分别在韩国料理餐厅。北京红桥市场打工一个月，体验社会生活，这次的实践一方面是为了了解韩国美食文化等一些时尚文化，另一方面也是为了增长我们的社会经验，为我们以后走出校园。步入社会打下一个良好的基础。

由于我们小组成员的假期居住问题，我们分为两组去了不同的地方做了不同的工作，第一小组的四人是王红、高娇娇、孙晓晴、刘敏；第二小组的成员是李苗和王金荣。而我们也因此有了不同的工作经历。

一、 韩国料理餐厅工作历程

(一) 找工作的经历

为了更好地了解韩国的美食文化，我们第一小组的四个成员决定找一个正式一点的韩国料理餐厅工作，于是我们便开始了我们辛苦的找工作的历程。由于我们几人对大连地形都不是很熟悉，我们就只能到我们仅知道的几个美食广场去找，但结果总是不很尽如人意，总是各方面的困难阻碍着我们，我们几乎失去了求职的信心。就在我们即将心灰意冷的时候，我们有看到了一个地下美食广场，就在那个通道口就有一个大大的《东儿冷面》的招牌，看着上面的韩国文字，我们感觉那应该是一个规模较大、也比较正规的韩国料理餐厅，因为在这个地下美食广场的楼上就是韩国服装城。当我们费尽周折找到《东儿冷面》的时候，却被告知已经不需要人手了。就在我们感到失望的时候却发现旁边的一家《笑闻来》韩国料理餐厅也在招聘人手，于是我们又相互鼓励，整理好心情，自信满满地到《笑闻来》求职去了。经过与老板的商谈我们得知，店里的两位老板都是韩国人，而我们也很快通过了面试，接下来就是与老板说好的三天试用期，经过我们的一番努力，我们终于找到了一份想要的工作。

(二) 工作历程

这是我们四个人第一次的打工经历，因为我们在家也从来没吃过苦，所以在开始打工的日子里，我们真的感觉打工很不容易，原来服务员也不是那么好当的。而且在刚开始的时候，因为我们的老板是韩国人，他的普通话说说的并不怎么标准，我们经常听不明白他说的是什么意思，有时问了好多遍，甚至问到老板都已经开始生气还是不明就里。而且在最初的时候，我们总是忙的手忙脚乱的，甚至客人点的菜我们都会忘了给客人端上去，挨批评就快成了我们的家常便饭。我们的在工作的時候伙食并不好，我们吃的菜里几乎没什么油水，甚至忙的时候连饱饭都吃不上。这些辛苦都让我们无法停止对家里的思念，在梦乡里有时都会看到家里妈妈已经做好香喷喷的饭菜等着我们去吃！由于我们初来乍到，我们对同事的为人都不是很了解，总觉的做冷面的阿姨为人师那么的刻薄，有时我们忘记给客人端上冷面，她就会大呼小叫的，被老板听到我们总是又免不了被一顿训。我们其中的一个组员就觉得很委屈，甚至一度想过要辞职回家。但我们互相鼓励，总不能出来体验社会生活就为了这点委屈就打道回府呀！体验生活需要的就是毅力，我们必须坚持下去才行，坚持到底就是胜利嘛！本着顾客至上的原则，我们总是笑对顾客，可总有些顾客总是特别的挑剔，有些还会很不礼貌的故意捉弄我们，这些委屈我们却不能发泄，只能回到寝室四人围在一起默默流泪。

虽然在这一个月的工作时间里我们的脚都磨出了水泡，手也会经常被石锅烫，但我们四个人在一起相互加油鼓劲，这些所谓的困难都被我们一一克服了！渐渐地，我们和同事的关系开始变得融洽了，因为我们尊敬那里的每一位员工，他们渐渐的也对我们和友好了。俗话说的好，“人心事肉长的”如果你真心的对待别人，别人也一定会用真心来回报你。而且渐渐的我们也明白了，即是面对心存恶意的人，不论他们如何大呼小叫的不礼貌，也不论他们如何的打小报告，我们只要微笑面对，“忍一时风平浪静，退一步海阔天空”只要我们自己做好本职工作，不偷懒、实实在在的工作，我们相信老板的眼睛会给我们一个公道的！在对待的顾客的时候我们也一样会热情面对，为了记得即是给顾客上菜，我们也渐渐养成了在心里

默念的习惯，这样我们就避免了很多错误。

现在我们也明白了什么叫做“世上无难事，只怕有心人”了，一个月的打工时间很快就过去了，经过这一个月的磨练，我们了解了很多的韩国美食，也了解了韩国老板的有一些经营和管理模式。就在工作的最后一晚，我们拿到了自己应得的薪水时，我们真的为自己感到自豪！

二、北京红桥市场的导购历程

(一) 找工作的经历

北京红桥市场是我们第二小组暑期兼职的地方，“导购”是我们的职称，实际也就是营销员。我们的工作就是销售围巾。由于北京红桥市场位于天坛的附近，是一个非常的旅游景点，因此去那得顾客大多都是外国友人。之所以选择做围巾行业的导购员，是因为我们两个都是比较爱美的女生，我们认为围巾的佩戴很能提心一个女性的审美品位，围巾不仅是一个女性知性的

象征，更是现在的一种时尚潮流。

而选择北京红桥市场就是因为这里的外国友人比较多，对英语口语的要求也比较高，这正是我们一个很不错的锻炼英语口语的机会。工作是我们自己去找来的，老板娘一看就是原以为非常知性的女性，在我们跟她大方、有礼的交谈后，她也非常的喜欢我们。虽然在此之前我们没有一点工作经历，但她还是很愿意我们跟着她学习。

(二) 导购的工作历程

我们店里卖的围巾都是老板娘去亲自上货精心挑选回来的，凭借着她从商八年的经验，她选回来的围巾都深受外国友人的喜爱，所以即使是在围巾的销售淡季一夏季，我们的生意还是非常的兴隆的！

因为我们只是实习生，所以我们的工作主要是在外国友人经过的时候向他们推荐适合他们、令他们满意的漂亮围巾。每天十一个小时的战力工作对我们俩这对每天坐在教室里的学生来讲就已经是一个极大的挑战了，更何况我们还要去揣摩哪个国家的人喜欢哪种面料哪种图案花色的围巾、学着如何大方得体的向那些外国友人推荐我们的围巾，甚至在必要的时候还要学习跟那些外国友人讨价还价。而我们要学习的这些都只能靠我们自己的思考、揣摩，并不像在学校是会有老师主动地不厌其烦的教会我们其中的技巧重点，在社会的工作岗位上，我们只能靠自己的学习能力和适应能力，即是是一点都不懂、内心也慌乱不堪也一定要保持表面的镇静，渐渐学着自由、大方的与人沟通。在刚刚开始工作的时候，我们两个都因为记不住每条围巾的面料与进价，总怕在与顾客沟通的时候说错做错，不仅招来人的笑话，更有可能搞砸到手的生意。当老板娘发现我们这一现象之后就很不客气的指责了我们不够勇敢大方，老板娘的严厉指责让我们有些无地自容。为了不再被老板娘训斥，我们就只能强迫自己记下繁多的围巾的不同价格，不时还会互相考考以防记错价钱。在面对顾客的时候也逼着自己大胆的说话。俗话说“不怕说错做错，就怕不说不做”慢慢的，我们俩就都能够从容自如的应对那些外国友人了，我们也更因此得到了老板娘的嘉奖！一个月的工作经历转瞬即逝，就在我们得到了属于我们的汗水钱的同时，老板娘也因为喜欢我们的刻苦学习劲而舍不得我们的离开了！

三、实践收获与体会

虽然这一个月的工作辛苦异常，但中国有句俗语叫做“多劳多得”我们因此而学到的东西却要比在学校学的东西还要多更多。而且在这一个月的工作磨练里我们也借此改掉了许多坏毛病。比如原本做事慢吞吞的人，现在也逐渐变的手脚麻利起来；原本不擅于与陌生人交流的人，现在也能够大方自在的随意与人沟通了；原本做事懒散的人，现在也能够主动勤奋地找活干了；原本英语口语非常蹩脚的人，现在也能够讲着一口流利的英语与外国友人聊天了。并且，在这一个月的艰苦磨练中，我们也体会到了赚钱的辛苦，品尝到了父母赚钱时的艰辛，我们更加能够体谅他们了。在这之后，我们明白我们要更加珍惜在学校学习的机会，在校认真刻苦的学习，为将来进入社会打下坚实的基础，也孝顺父母，尽量帮他们分担些家务，少为我们操心，因为我们已经不再是小孩子了，我们要用实际行动来告诉他们——我们真的长大了。

寒假社会实践报告优秀 篇8

一、调查数据

概况：

xx村共有x户约x口人，住房占地约x亩，耕地x亩。本村固定资产x万，去年总产值为x元，人均毛收入为x元。

（一）经济收入状况

经济收入以经济作物为主，辅以副业如养鸡，养老鼠。经济作物收入占经济总收入x%。经济作物包括苹果、蔬菜、黄烟、花生、柿子和制种。自1999年以来有果园x亩、蔬菜x亩、黄烟x亩，现在黄烟已发展到x亩。1990年进行村庄规划后，1992年在房前屋后种上了x棵柿子树，现在每棵树能收入两百元以上，近年又种上了x棵柿子树，估计明年能大量挂果。制种业是新兴产业，包括西瓜、西葫芦、西红柿、辣椒四个品种，种植面积在x亩左右每亩毛收入一万元左右。

（二）受教育状况

村民中有x%受过初等教育、x%受到过高等教育。现在村里只有三个高中生。如今儿童的上学年龄限制到8岁，但有x%的孩子九岁才开始上学。

（三）生活状况

据调查村民的粮食、蔬菜都自给，只买一些油盐、肉制品，因此大部分家庭每月生活费在x元以下。

二、下乡感悟

（一）我看农村教育

人们在形容农村的教育状况时总是用“适龄儿童入学率低”、“失学率高”、“教育状况落后”等短语一言概之。这就模糊了教育落后的根本原因，甚至误导读者进入“边远地区人们不重视教育”这一误区。

经过这一段时间与乡亲们的接触，我深深地感到：农村对教育的重视程度比起城市有过之而无不及，甚至越是贫穷地区的人们对教育的渴望越强烈。教育滞后的根源不在于观念的落后而在于经济的落后。

让我们来看一组调查结果，在我们调查的家庭中有x%的家庭的三分之二家庭收入用于孩子的教育，绝大部分的家长非常希望孩子能上大学。我依然清楚地记得乡亲们朴实的话语，搞调查时，当问及孩子们的学习情况时，他们总说：我的孩子能像你们一样就好了。其实我们这么辛苦，啥也不图，就希望他们多学点东西，找一条好的出路。还记得有个老汉对我们说：俺孩子能上到哪，我供到哪，就算砸锅卖铁也得上。

由此，我们转过头来想一想，一个地区是否重视教育能单凭入学率或人口文化水平来衡量吗？答案是否定的。对于农村来说，判断人们重视教育程度的标准应是他们用于教育的开支所占家庭收入的比重。虽然农村地区经济落后，但也正因为落后，他们比城里人更渴望受到教育、更渴望“个个都能考上大学”！当你看到xx村的乡亲省吃俭用供孩子们上学的时候；当你听到老汉说“砸锅卖铁也得上”的时候，你还会说他们不重视教育、还在扳着指头数有几个失学儿童吗？！那么，盲目地给老少边穷地区扣上“不重视教育”、“教育意识薄”之类的帽子是不是过于武断、是否含有某些歧视成份呢？

教育，是个沉重的话题。但只有正视教育，而非遮盖问题，才能抓住教育发展的症结所在。改革开放以来，农村经济虽然飞速发展，但离发达地区还有很大一段距离，而且经济发展阻碍了教育发展速度，而教育又反作用于经济，但最终还得抓住“教育是基础，经济是关键”才能从根本上解决教育中存在的问题。为此我们又该做些什么呢？

（二）我为乡亲献计策

从准备下乡到下乡结束，我的心情经历过一次次的万千感慨、一遍遍的心潮澎湃。在与乡亲们从接触到磨合再到打成一片，乡亲们对我们关怀备至，待我们如亲生儿女，我们体会到乡亲们淳朴的情怀，也感受到了农村对知识的渴求，对富裕的渴望。面对这份深重的情谊，我们都想尽自己的最大努力为xx村的父老乡亲们做出贡献。然而现今我们只能在宣传xx村成功的经验的同时，提一些不够成熟的建议。

在村庄规划上，做到了公路通到家家户户大门口，极大地方便了村民；路旁栽种柿子树，既美化了村庄环境，又为村民增加了经济效益，可谓一举两得。这可能是我国农村规划之创举，大有为之大力宣传的必要。

经济发展方面，农业往立体结构方向发展。注意了抓好经济作物和加大力度发展高效田的同时保持粮食产量。此举既保证了村民粮食自给，又增加了经济收入。

精神文明建设，结合村民朴素民风，村里还制定了强有力的规章制度，保证了

村里良好风气的形成，为其经济发展提供了有力的保障。

当然，这取得的一切成绩离不开村领导付出的巨大努力和广大村民的辛勤劳动。然而在取得成功的同时，他们却没有止步不前，而向着更高的目标前进。为此，我们同父老乡亲们一同探索前进的路。

乡亲们都想到建立自己村的工厂，把自己生产的苹果加工成成品再销售出去，以获得更高的利润。然而另一方面领导们却考虑着要承担巨大投资风险，基于此，他们的梦想迟迟没有实现。现今，农村收入不高，集体基金有限，承担风险能力极小，在如此现状下，村领导们当然是不敢贸然行事的————成功了是英雄，失败了却无颜面对乡亲父老。的确，暂不说基地太小而带来的原材料供应不足和技术问题，就连产品销售渠道也够呛。不过，在现有条件下，建立低投入，高回收，运转周期短的小型企业（如生产洗涤用品的企业）倒是比较可行的。

现在，村民们的收入主要是靠经济作物和种高效田。高效田是给外国公司制种，公司提供种子和技术指导，并负责回收种子，村民只需出土地和劳力。通过这条路致富，村民是辛苦些，但比较之下，这是迄今为止最有保障的致富之道。为此，加大宣传，极大限度地吸引外商投资，发展高效田，是xx村近几年致富的首选之路。

通过几天的实践，我们发现该地农民的经商意识非常薄弱，或许是受传统观念影响太深，其时，逐步使他们转变观念对经济发展是有重要意义的。

就那短短的五天，我和xx村结下了不解的情节，或许就像大家所说的，她成为了我的第二故乡，在以后的生活中，她会永远让我牵挂。有时候我想，一个人也许就为某种情感而活，为某些人而活。生我者、我生者；养我者、我养者；爱我者、我爱者，这也许就是一个人活着的理由。xx村的乡亲啊！我将在城市的一角永远地为你们而活、而努力。

20xx年3月8日

机工x班 华

寒假社会实践报告优秀 篇9

寒假，学校组织同学们做了一次有意义的活动，那就是做社会实践活动。我做的活动是帮助居委会清除乱贴的广告纸。现在的乱涂乱画现象很严重，有些人只为了自己的一己私利，不顾城市的美观，不折手段的在墙上，到处乱贴广告。他们难道那样乱贴会使整个城市不美观吗？他们知道，但他们还是那么做了。看那些环卫工人每天那么辛苦的收拾着那些广告，难道他们不知道环卫工人的辛苦吗？他们肯定知道。我在清理那些广告纸的同时，也在边骂那些乱贴广告的人。我用铲子把他们刮下来，好累哦！真的好累，手都软了，可想而知那些环卫工人的辛苦。学校让我们做这个活动的原因，也是为了让让我们更多的接触生活，在生活中体会到一些东西。做社会实践也是为了锻炼我们的能力，让我们的能力充分展现出来。

在做这个活动的过程中，我发现只有用心去做，才能把广告纸刮干净，这也是为了培养我们做事要认真的能力。曾经看过一则材料，有一个年轻人在前面吃香蕉边往后面不断的扔香蕉皮，环卫工人边跟着在后面打扫，真的很费劲，而且环卫工人是个很老的老伯。那些年轻人真是太不懂事了，我觉得应该增强对年轻人的教育。为了城市的美观，我们应该更少的在城市的地板上增添一些垃圾，那样的城市会更好看。我们现在的孩子生活太好了，都不知道多动手做一些家务了，做这个社会实践，也是为了让我们多做一些有利于我们成长的事情对于我们养成吃苦耐劳的精神有好处，以后能在社会上更好的立足。

平时，我们在家里应该多帮助父母做一些家务活，现在的学生过于懒惰，不知道父母的辛苦，如果不加强锻炼以后出社会后，要怎么去面对更多的考验。在劳动的过程中，我知道劳动人们的辛苦和艰辛。每年有很多的人在外当志愿者，在各个城市的大街小巷发宣传弹，宣传“保护环境，爱护环境”。我们周边的环境是美丽的，如果不加以保护，环境将会恶劣，我们就将失去我们生存的地方，地球是我们唯一赖以生存的地方，我们应该加以保护。通过做社会实践，可以培养我们的动手能力，让我们从实践中发现很多的小问题。

学校让我们做这个活动就是为了培养我们的能力，还有从细微的生活琐事中去发现一些问题。没有实践就不会得到真理，很多的真理都是通过实践的来的。现在我们的学习科目——物理、化学、生物，都要通过很多的实验来得出最终的结果，可以得到我们原先不知道的一些东西。只有做了实践才能得到这些道理，不是吗？

这些都证明，只有真真正正的去实践过，才能的出真道理。我们现在已经是高中生了，我们应该知道实践的重要性了，在很多时候都需要去实践。希望学校以后多做一些实践活动，以便增强我们的能力。

寒假社会实践活动带给我们的是欣喜，是得到成果的喜悦。在实践活动中我们感受到自己的微薄，体会到整个社会强大的凝聚力。

一方面，我们锻炼了自己的能力，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。去义务地帮助别人，让别人享受自己的成果，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，但如果再多一些人呢，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，没有与人交流的口才，有些东西以前没有尝试过，难免会出差错，如果我还一成不变的话，以后很有可能没有立足之地，现在的社会不仅要有知识，还要拥有各方面的综合素质以及一些应辨能力，光靠在学校汲取知识，远远不够，从现在开始，就要培养自己的能力。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”在短暂的实习过程中，我深深的感到自己所学知识的肤浅和在实际运用中的专业知识的匮乏，刚开始的一段时间里，对一些工作感到无从下手，茫然不知所措，这让我感到非常的难过。在学校总以为自己学的不错，一旦接触到实际，才发现自己知道的是多么少，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。

我们以后也要珍惜在校学习的时光，不断参加类似的活动，有目的的深入实践，之后还要`进行分析与体会，才能紧跟社会步伐，在以后的生活中站稳脚跟，做一个强人，才能哟能否自己宝贵的实践阅历打开成功之门！

寒假社会实践报告优秀 篇10

为了让自己能更早更好地走进社会，融入社会，提高自己的工作能力和应对能力，结合自己所学专业(新闻采编与制作)，去年寒假，在高中时代一位老师的介绍下，我在自己的家乡的《x县动态》报社进行了提前实习。现将该次社会实践的有关事项向学校作如下报告：

一、实践单位的基本概况

《x县动态》报是由xx省新闻出版局审批，x县委宣传部主管，x县动态编辑部自XX年9月26日起每周三出版发行的周报。

该报自创报以来，是x县惟一一张能够全面反映x县各种主流政经综合的报纸；坚持正确舆论导向和团结、稳定、鼓劲的办报方针，是x县广大干部群众满意的综合性周报。在努力做好党政国策宣传工作的同时，又让群众喜闻乐见，《x县动态》栏目丰富，涵盖了政治、经济、文化、生活等各方面，突出了贴近性、服务性、可读性为一体的办报风格。

二、实践中的主要活动

在《x县动态》的实习中，我的指导老师是《x县动态》主编毛如远老师。我的主要工作是在编辑部更新该报的电子版和编辑校正收到的稿件。

我每天都很早到办公室，积极配合各编辑老师的工作，编稿、审稿、送稿。同时我还虚心向在报社工作的编辑冯彪老师和版面设计杨代祥老师学习了稿件的编辑和一般报纸的排版技能技巧，通过对每期报纸的学习，对一篇篇新闻稿件的处理，我对报纸的有关知识和要求有了清楚的认识，这些是我在书本上学不到的知识。

三、实践中的主要收获

这次社会实践，通过和《x县动态》报社里各位老师们的近距离接触和交流，通过老师们的悉心指导和自己的细心学习、大胆实践，不管在做人工作上，我都有了较大的进步和发展。它使我迈出社会又迈进了一大步，这次社会实践必将对我今后的工作和人生、在很大程度上有较深的指导意义：

1、对报纸的编辑排版等相关知识有了全面的深入和了解。首先，我对几种常用的新闻体裁如消息、通讯、评论文章等新闻的写作有了更进一步的认识，提高了自己在新闻写作方面的能力。通过这次社会实践，我真正意识到，做报社编辑记者是一件很辛苦的工作，除了要有过硬的专业知识外，还要有积极负责的工作态度，善于观察发现和较强的思考能力，才能写出生动的稿件。

2、对于一个一直在学校学习专业知识的实习来说，什么最重要？那就是“眼勤

手快”。“眼勤”，指的是我们的眼睛要善于观察，多看，要比一般人看得远、看得准；“手快”，指的是我们工作时要快，写新闻就要真、快、准。通过这些天的实践，我觉得这确实是对一个即将毕业的毕业生来说，到一个新单位后的第一法宝。

3、良好的人际关系对于一个从事新闻工作的人来说尤为重要。通过这次的实习，我才真正意识到人际关系在我们工作中的重要性：一个新闻记者，只有建立了广泛的人际关系(可以理解为新闻线人)，才会有不断的新闻线索供你挖掘；新闻工作本来就是一个复杂的社会工作，我们只有建立了良好的人际关系，才能保证工作的顺利开展。

4、做最充分的准备，应对变幻不定的社会问题。新闻本来是不确定的，我们去采访一件事情，稍有差池，[莲山课件]后果是不堪设想的。比如，我们去采写一个活动新闻，如果只是片面的听取别人的活动总结或相关当事人所说的话，我们会犯错误的，像采写活动新闻这类新闻稿字的话，最好我们实地采写，这样，才能保证活动的真实性。

5、通过这次实习，我也了解到了用人单位对人员的需求，这就要求我在今后的不断学习和总结，有目的有方向的弥补自己的不足，使自己更加的完善和丰富起来，以便将来更好的适应社会需要，适应工作需要。更好的为构建和谐社会和西部大开发服务。

在这次实习之前，我在几家网站也做个驻站通讯员，也发表过新闻作品和文学作品，但相对这次来说，那些都不足重要，这次的实践，让我学到了经验，学到了很多根本从书本上学不到的东西。

.....

最后，感谢x县文联主席向往老师为我介绍这份实习工作，感谢《x县动态》报社里的各位老师，特别是毛如远老师和冯彪老师对我的悉心指导和无微不至照顾。

寒假社会实践报告优秀 篇11

祖国在发展，在进步，给我国人民也带来了翻天覆地的变化。一座座高楼大厦拔地而起，一条条柏油马路铺地而起，一个个崭新的村庄落地而起，一张张充满笑容的脸庞，洋溢着幸福.....

我出生在农村，生长在农村。对我这个在农村长大的孩子来说，农村的点滴变化都会记忆在我内心深处，一点点的影响着我，让我认识到国家在发展的同时也带给我们农村一些新的变化，使我们农村有了焕然一新的面孔。在这些变化之中，让我印象最深的是我们镇初中校园的变化。

寒假放假后，趁我的母校还没有放假，我来到了母校，见到了我的老师，老师虽然有了岁月留下的痕迹，但是精神面貌依然很好，跟我讲起这些年学校的变化，脸上写满了幸福与快乐，总有说不完的话，还带领我参观了我的母校的新变化。

参观完母校后，老师说让我给孩子们上一节课，我就欣然同意了。于是我就主持了一次“放飞梦想，与祖国同行”的主题班会。

在班会上，我给孩子们展示了我外出旅游以及在学校生活中的一些照片，当我给孩子们一张张地做讲解的时候，孩子们那种渴望知识的眼神深深的打动着、震撼着我，勤奋、刻苦、努力、上进是在场的每一个孩子都具备的，从他们那双充满求知欲的眼睛里，我可以清清楚楚的看到。和孩子们一起的几个小时里，我过得快乐而充实，当孩子们用洪亮的声音唱着《我们的未来不是梦》时，我不知为什么，也许是一种冲动。我的眼睛开始模糊了，我想我真的是被他们感动了，被他们的纯真、活泼、朴实感动了。在这些孩子的身上，我真正体会到了“从绝望中寻找希望”这句话的深刻含义，让我感觉到我的做法是对的，如果这次活动能增强他们对未来美好的憧憬，那我的这个活动就算是成功了！

主题班会结束后，老师又跟我聊了很多，聊到了学校硬件设施的变化，老师教学方法的变化，学生学习方法的变化，以及学校的校园文化建设等等。通过与老师的谈话，我切切实实感觉到了学校在各个方面的变化。

我的这次活动得到了学校领导的支持，曾经，老师给了我太多的期望他们希望我能够走进大学，将来为社会作出贡献，现在虽然还在继续学习，但我愿尽自己的努力回报我的母校。

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？谁说象牙塔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……

今后的工作，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，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。坚持社会实践与专业特点相结合，为地方经济的发展贡献力量为社会创造了新的财富。

时代在发展，国家在进步，每个人都在感受着祖国的变化，但是每个人又都有着不同的诠释，我们要把看在眼里，听在心里的变化更好的传授给那些消息比较闭塞的农村的孩子们，让孩子们也能感受到这个日新月异的变化，让她们真正地感受到祖国的进步给我们带来的变化，让她们对未来满怀憧憬与信心，这又是多么重要的一件事呢？

与祖国同行，让我们共同进步，让我们与祖国迈着相同的步伐向前走。

寒假社会实践报告优秀 篇12

在今年的寒假中，作为大学生的我没有在家待着，而是去参加了社会实践，在实践中，让我们学到了很多的东西。在寒假结束之际，现将寒假的社会实践情况报告如下：

活动主题：关于空巢老人的社会生活

活动时间：20xx年x月x日-20xx年x月x日

活动地点：

活动内容：帮助空巢老人的生活，调查空巢老人社会生活，来呼吁更多的人帮助弱者。

调查方法：探问，实地调查，道听途说等等。

实践人员：生活中有许许多多的人需要社会的帮助，例如，孤儿，贫困学生，贫困家庭等，但有一类人更需要社会的帮助，那就是空巢老人。

空巢老人曾辛辛苦苦拉扯大五六个孩子，用尽自己一生的力量无微不至的照顾自己的老伴，直到他的离去。但面对老伴的离去，孩子们为了自己的家庭忙碌工作以至于无暇顾及自己的父母。但对于身居农村的空巢老人，他们有的儿女在身边或离自己很近，当然也有儿女不在身边的。老人却仍然得不到他们的呵护，甚至他（她）的儿女们希望他（她）早日去逝。可见，空巢老人们承受着巨大的心理压力。并且有的人还认为，她（他）的丈夫（妻子）的灵魂会将他（她）杀死。当然这只是迷信。世界上根本就没鬼，却仍然存在于老一辈的记忆中，他（她）们总是承受着别人和自己意识的折磨。因此我们更应该关注一些空巢老人的生活，以减少他（她）们一些心理和精神上的压力，让他（她）们心理和精神上都能得到一些慰藉。

作为当代青年，我们有着为人民服务的理想，因而我们应该多帮助这些老人。我们很多大学生一到大学就加入了青年志愿者协会，但每次活动明额有限，我们很难得到一次历练的机会，我们何不放开视野观望周围需要帮助的人，其实做好事处处可以做，何必只等着上面吩咐任务，只要我们本着为人民服务的理想，我们历练的机会很多，就像谈到空巢老人，他（她）们如果可以得到你的帮助，他（她）会多么的感动。

x月xx日我到外婆家了解了她的一些生活情况，当时正是中午，她说这里有鱼，你自己切好自己喜欢怎样吃就怎样煮，她就去洗米了，接着就在电饭煲上煮饭了，我在一边用煤气在锅里煮鱼时，却发现电饭煲上的闩我外婆忘按了，我就帮着按了一下，过了一会，电饭煲好像停了，却无意看到我外婆家里也安上了电表。我想我舅舅，舅妈怎么会这样对待我外婆这样一个空巢老人。以前，我们过来时，他们可是很好的，如今却……后来我外婆就在灶上煮饭，我就负责在煤气灶上炒菜。

过了好长时间我们才吃上饭，边吃饭时外婆告诉我：“你隔几天来一次，帮我做顿饭我动不了，自己一个人也不想煮饭，一直都是一天吃一两顿，我立刻就答应了，想到自己这次有好长的假期。吃完饭后，我问她：“你的被单要洗吗？”她说：“不用你洗，我知道你妈妈身体不好，不可以像以前一样指望着她来洗了，你家里也有好多事需要你做，我就自己洗了，但叫你大舅叫了半天他都不动，我就自己去清了，清了半天都没清干净，后来累了就坐在门口，过了一会，看到有人往这边走，就喊他帮我清了。被单被套就不用你洗了，你只要隔几天来给我做顿饭吃，我就会很高兴的。”我坐了好长时间才回家了，在回家的路上我在想，我外公去逝后，我外婆一个人一直坚持到现在，什么事都是她一个人做，现在她都八十多岁

了，以前还有我妈妈帮忙，现在我妈妈身体不好也无力帮她了，而我舅舅他们虽离她很近，但却都不管她。

通过以上的调查，我认为空巢老人真的需要儿女们的呵护与关心，我写这次报告也是希望的人可以关心自己的父母与身边的老人，当老人受到重视时她（他）们就不会承受心理和精神上的巨大压力。社会上许许多多的老人，他（她）们各自承受着不同的压力，痛苦以及面临各种各样的困境，无不值得我们伸出援手。而据我所知，只有福利院的空巢老人才真正得到我们青年志愿者协会的帮助，可见我们青年志愿者协会的一大弊端。

因此，我希望我们作为新青年要好好把握自己的学习时间和命运，不仅是为了我们自己过上幸福的生活而努力，同时也是为我们的父母和儿女创造优越的生活条件。因此，我们一起努力吧！尽全力去奋斗，以避免今后怨天尤人。

如今随着我们国家的经济水平不断提高，我们各方面的生活条件也得到了改善，所以，我们更应该好好珍惜眼前的时间，让我们的生命发挥出应有的价值。

总之，空巢老人的生活条件不仅需要社会的帮助，同时也需要儿女，子孙们的帮助。那就让我们携手创造好的生活条件。让辛苦的老一辈人们能够更好地安享晚年。

在此次走访中，我认识了一位叫王成的老人，他现在已经65岁了，在新中国成立之后当过军人，年纪大了之后由于家里子女忙碌没时间照顾他。他告诉我说他小时候的生活相当贫困，家中子女又多，父母根本就顾不过来，很多事都是自己学会的，自己从小就懂得很多，后来父母不在了就自己慢慢一路走来，直到现在，如今生活好了，自己在这里没有人照顾，子女也不关心，他感到很失望。老人的一番话让我对现在的生活感到倍加珍惜。

在这个村中住着很多家中子女无暇照顾的老人，还有没有了亲人和一些退伍的军人。老人们在这里生活得很辛苦，每天的闲暇时间不多，自己睡睡觉，或是找几个人聊聊天，打打麻将，过得很不充实。我开始去的时候就看见有两位老人们还在田埂上干活，旁边还围了三四个小孩帮忙，整个场面让我心酸不已。

在我走的时候，老人们都过来送我，说下次一定要再来看他们，我点点头。然后跟老人们打招呼后便告别了那个生我养我的地方。

这次社会实践，让我对空巢老人这些相对于我们的弱势群体有了更多的了解，他们需要社会对他们的更多的照顾，他们曾经都为社会做出过贡献，都有年轻辉煌的时候，现在虽然年纪大了，却不应该受到社会的排挤，也应该有自己的地位，更应该受到人们的尊敬。这回走访老人，让我也看到了老人们的活力，虽然年岁已高，但却活力依旧。他们都乐观开朗，没有子女在身边的照顾，却能交到更多老年朋友，拥有更多的共同语言。他们并不因为自己年纪的原因而放弃自己的梦想，他们照样像年轻时候一样生活、学习，他们自己在心中也坚信自己有一片天空。这次的社会实践活动让我收获很多，我也会继续关注这些弱势群体的人们，也呼吁大家一起来关心他们，让他们生活得更开心。

目前xx村委会的空巢老人共有9人，他们由于年事已高，体弱多病，没有儿女照顾，普遍存在孤独、悲观的心理问题。从今年开始，xx镇在xx村委会试点举办“关爱农村空巢老人”活动，工协会成立医疗组，每月定期探望农村空巢老人，充当“儿女”照顾他们，给他们送上社会的温暖。镇上也决定建立福利院，让空巢老人能安享晚年。

“阿佰，我来探望您啦！”2月5日下午，xx镇xx村委会的空巢老人何佰洋溢着幸福的微笑，他原本寂静的家顿时变得热闹起来，我是第一个前来探望他，在这个即将过年的时刻，我先给老人的住所清除灰尘，打扫卫生生，洗衣做饭，并为他购买年货。完后，我便和老人坐在了一起并同老人聊起了家常。话题从日常生活的照料到健康心态的调整再到新旧社会的变化，我与老人都聊的十分开心，老人们乐在其中。

随后，我又先后探望了xx村委会的其他6位空巢老人。xx村委会的何佰现年78岁，他早年参军，在部队打过仗，立过功。目前他每月都领取政府的补贴，衣食无忧，但年事已高，独居生活，难免孤独。自从知道镇上决定建立福利院后，对未来的生活充满希望。

此次来到x村看望老人给我留下了深刻的印象。老人家的慈祥、质朴及平易近人更是令我难忘。我觉得自己 and 老人之间虽没有进一步更详细的了解，但彼此之间

却多了一份牵挂。

经过一小时的车程，我回到了自己家，但老人粗糙的双手却不停的在我眼前浮现，老人们和蔼可亲的目光让我就就不能忘怀。

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。

寒假如期而至，这个寒假是我高中生活的第一个寒假。想充实下寒假生活，必须在学习的同时积极参加社会活动，这样不仅可以增加自己的社会经验，而且可以在人际交往方面可以得到提高，扩大自己的社会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毕业后能真正走入社会，能够适应国内外经济形势的变化，并且能在生活和工作中很好的处理各方面的问题。

而这个寒假我在一个日用品有限公司里打工，由于每个暑假都会出来打工进行社会实践，所以对此并不陌生，但从未在寒假打过工，在这个天寒地冻的节气里，为干活增添很多麻烦，我所在的部门是餐具包装，对于以出口为主的公司来说，各方面要求都很严格，这就要求我们工作必须做到极为细心。

我们负责把后面制成的餐具进行机器清洗、包装，孰能生巧在各个环节都很重要，熟练才能够提高产品质量和数量，也许刚开始工作很难适应，但很重要的一条就是去掉“学生味”不把因为还是学生作为做错事的借口。但毕竟打工比在学校要累好多。比如我们要早早起床吃早饭去上班，这对平时爱睡懒觉的我们也是个考验。晚上，下班时都天黑了。每天拖着疲惫的身子回去，再累也咬紧牙关，因为不肯服输，这是我的性格。

通过这次寒假实践，让我在冬季寒风中理解了父母的辛劳，打工的不易。明白了更多道理，在社会实践中我们应该要求我们把在学校的所学的理论知识运用到客观实践中去，是自己所学的知识有用武之地，只学不实践那么我们所学的就等于零，理论应与实践相结合，为将来找工作打下基础。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练习。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、虚心的接受。

我们不仅要学习学校所学的知识，还要不断从生活中实践中学其他知识来武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己，很多在学校读书的人说宁愿出去工作，不愿在学校读书，而已在社会的人，宁愿回炉再造，我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来更好的融入社会，并贡献自己的一份力量，今天的我们应该努力掌握专业知识，明天才能为社会更好的绽放自己的光芒。

寒假社会实践报告优秀 篇13

时光荏苒，光阴似箭，昨日刚刚进入大学的光景仍然历历在目，现在却已是一名大三的学生了，还记得刚入校时上交的那份未来规划表，我们都写了自己对于未来的计划与安排，与当初的迷茫相比，现在的我对于未来的规划还是比较清晰的。人生即竞争，人生规划就是一个人的竞争策略规划。人生要规划。更要经得起考验。

自古以来，世界上很少有这样的例子：年轻时没有大下根基的人到了后来竟能做成大事业。一般获得成功地大人物之所有能够收获一生的美满果实，大体是因为他们在年轻时就播下了成功的种子。”——奥里森·马登不知不觉间来到求实园已经近百天丁，褪却了初次踏上这片土地的新鲜与迷茫，潜移默化中感悟着成长的力量，我也一直在探寻着属于我的生命轨迹，思考规划着我的大学我的路。

坦白的说当初对于日语专业不是很了解，进入此专业也纯属偶然，只是对于外语专业比较有兴趣，仍然记得感慨还是入门是的艰难，张老师当初就跟我们说过日语专业是很苦的专业，如今接近三年过去了，经过了这么长时间的基础知识的学习和对专业的了解，不只从什么时候起我开始不知不觉的喜欢上了这个专业，发现自己在学习中也是可以快乐的，可以从中的到乐趣，对于未来的规划中它是占有一席之地。

我觉得自己以后的工作一定是要跟日语相关的，比如说日语教师，或是企业翻译，或翻译公司职员。提到翻译公司就不得不提到一个小插曲，由于这学期要出国，按照学校要求前几天去办高中毕业证书的公证，学校要求翻译成日文，蛮少的

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/815340122014012001>