# 最新寒假社会实践报告(优质9篇)

来源：网络 作者：梦回唐朝 更新时间：2025-05-30

*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，报告的作用是帮助读者了解特定问题或情况，并提供解决方案或建议。以下是我为大家搜集的报告范文，仅供参考，一起来看看吧寒假社会实践报告篇一寒假是每年家庭团聚、亲情交...*

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，报告的作用是帮助读者了解特定问题或情况，并提供解决方案或建议。以下是我为大家搜集的报告范文，仅供参考，一起来看看吧

**寒假社会实践报告篇一**

寒假是每年家庭团聚、亲情交流的好时机。今年的寒假，我和家人一起参加了一次社会实践活动，通过与社会接触和互动，我深刻体会到了家庭寒假社会实践的重要性。下面，我将结合这次实践活动，谈谈自己的心得体会。

首先，在这次实践活动中，我切身感受到了助人为乐的力量。我们一家参加了一次志愿者活动，为当地的孤寡老人提供关爱和陪伴。通过与老人的交流和倾听，我了解到他们内心深处的无助和孤独。在我陪伴的几天里，我尽力帮助他们解决生活中的困难，并给予他们关心和温暖。这让我深深地感受到，我们的行为可以让别人感到幸福和快乐。作为年轻人，我们应该时刻保持一颗乐于助人的心，用自己的行动去传递爱和温暖。

其次，在这次实践活动中，我也深刻体会到了社会责任的重要性。社会是由我们每个人组成的，我们每个人都应该为社会的进步和发展负起一份责任。通过这次实践活动，我明白了自己也是社会的一分子，应该为社会做出一份贡献。每个人都有自己的长处和优势，我们可以根据自己的特长来选择适合自己的社会实践方式，通过自己的力量让社会更加美好。

此外，社会实践也让我意识到了人与人之间的互相依存。在这次活动中，我看到了很多帮助我们的志愿者，他们默默无闻地为这个社会做出贡献，他们就像一个个大家庭的一员，彼此互相扶持、互相关爱。正是因为有了这样的互相依存关系，社会才能有秩序，人们才能相互扶持。

另外，这次实践活动中，我也发现了很多社会问题。通过与当地居民的交流，我了解到他们面临的生活困难和种种不便。我也意识到有很多需要我们去改变的问题存在，比如贫困、环境污染等等。我深感在未来的成长中，我们要不断学习和进步，努力解决这些社会问题，为社会的发展贡献自己的一份力量。

最后，这次家庭寒假社会实践给我留下了深刻的印象。我深刻体会到了助人为乐的力量，明白了社会责任的重要性，认识到了人与人之间的互相依存关系，还发现了许多需要解决的社会问题。在未来的日子里，我将会以这次实践活动为契机，积极参与更多的社会实践活动，用自己的行动影响和改变身边的人和事，为社会的进步做出自己的贡献。

**寒假社会实践报告篇二**

人们多有这样的经历：一大盒礼品，拆开一看，大部分是用泡沫塑料填充的；去商店买一支牙膏或一盒玩具，售货员会用一个小塑料袋包装；去快餐店吃快餐，服务员会递给你一份用塑料盒装的饭菜；去农贸市场，可以收集到一大堆塑料袋，蔬菜、水果、肉类、米面……无一不用塑料袋装给你，甚至买一头蒜，也会用一只小塑料袋装起来，环保寒假社会实践报告。塑料制品给我们的生活带来的许多方便，而且价钱也便宜。但是，你可曾想过，它在为人们提供方便的同时，也给人们带来了一场“白色灾难”。

我们进行了多方面的调查研究，查阅各种资料，并进行分析总结。

1、我们在方池路上，姜怡婷家门前的一个垃圾箱口统计了一下，半小时扔大大小小的包装袋、快餐盒与塑料制品的次数：早上总共扔了210次；中午扔了105次；而晚上则扔了95次，这仅仅是一个垃圾箱，一天之内废弃的塑料如此多，不难想象全国乃至整个地球上废弃的塑料，将是一个天文数字。

2、我们在勤俭南路的一家小快餐店里打听到：“他们一天中能卖掉快餐250份左右，每份快餐至少需要塑料快餐盒2个，也就是一天至少用掉塑料快餐盒500个。”

3、延续第二项调查，我们又走访了海盐县武原镇工商所。工商所的王叔叔热情地接待了我们。我们了解到：海盐武原镇共有大大小小的快餐店200家左右。照这样计算，仅武原镇，一天所产生的废弃塑料快餐盒就多达1万个左右。

4、我们去了新华书店，学校的图书室查阅资料，但关于“白色污染”这方面的资料非常少，看来，我们得找另外的办法，社会实践报告《环保寒假社会实践报告》。

5、我们去了海盐县武原镇环卫所。环卫所的蒋叔叔告诉我们，在我们海盐县武原镇，每天有300多名环卫工人为海盐的环境卫生辛勤地工作着。在那里，我们还了解到了“白色污染”的真正组成，并初步了解了“白色污染”危害。

6、为了摆脱困难，在老师的帮助下，我们利用网络进行研究。在网上我们寻找到了一片广阔的空间，使我们对“白色污染”有了更为深刻的认识。这对我们撰写论文起到了很大的帮助。

“白色污染”已成为一个众所周知的新型名词。那么，到底什么是“白色污染”呢？“白色污染”主要指白色的发泡塑料饭盒，各种塑料袋，农用地膜等给环境造成的污染。“白色污染”物的主要成分为：聚乙烯(pe)、聚氯乙烯(pv)、聚丙烯(pp)、聚苯乙烯树脂(ps)。在这些污染物中，还加入了增塑剂，发泡剂，热稳定剂，抗氧化剂等。

1、塑料垃圾没有得到妥善的管理和处置，垃圾没有实行分类收集，能回收回的不回收利用。

2、许多企业对于生产过程中产生的白色垃圾没有科学地处理，放任自流。

3、我国现有的法律没有对塑料包装废弃物的处理，制定出过硬的相关法规。

4、尽管在创建省级文明卫生城镇的口号下，我们的县城变得整洁得多，但是总的来讲，人们的环保意识比较淡薄，滥用和随意乱倒塑料制品现象相当普遍。

（一）视觉危害：

散落在环境中的塑料废弃物对破坏了市容景观。如散落在自然环境、街头巷尾、江河湖泊的一次性发泡塑料餐具和漫天飞舞或悬挂枝头的超薄塑料袋，给人们的视觉带来不良刺激。

（二）潜在危害：

　塑料地膜废弃物在土壤中大面积残留，长期积累，造成土壤板结，影响农作物吸收养分和水分，导致农作物减产。

**寒假社会实践报告篇三**

寒假，是每年学生们期待已久的假期。这个假期，我决定花费一部分时间参加社会实践兼职，以锻炼自己、获取经验。通过这段特殊的经历，我不仅收获了实践机会，也从中学到了许多重要的人生道理以及职场技能。

首先，兼职社会实践让我更加了解了社会的真实面貌。在学校里，我们常常只是停留在书本知识的理论层面，很少有机会亲身感受社会的方方面面。而在实践过程中，我接触到了不同的人和事物。我参与了一个社区组织的志愿者活动，帮助组织开展各种社区服务，包括宣传教育、卫生检查等等。这让我深刻理解到，社会的运作需要各行各业的人共同努力，每一个岗位都是不可或缺的。我感受到了在不同职业中的人们对工作的努力和热情，他们为了一个共同的目标而付出了巨大的努力。这使我意识到了自己的社会责任，激发我更加努力奋斗的动力。

其次，兼职社会实践也锻炼了我的团队合作能力。在社会活动中，团队合作是非常重要的。不同的人拥有不同的特长和个性，而如何合理利用每个人的优势，形成一个完整的整体，是一项极具挑战性的任务。在社区志愿者活动中，我与其他志愿者共同工作，每个人有不同的分工，但我们需要协调一致以确保任务圆满完成。在与队友合作的过程中，我学会了倾听他人的意见，学会了解决问题时的有效沟通。在团队中，我的领导能力得到了锻炼，我大胆发表自己的观点，提出解决问题的方案，也学会了让步和妥协，从而达到团队目标。团队合作的经验不仅让我成长为一个更好的团队成员，也为我日后在职场中的发展打下了坚实的基础。

再次，兼职社会实践让我掌握了一些实用的职场技能。在实践中，我不仅学到了专业知识，还学会了更多实际应用的技能。例如，我学会了如何制定合理的工作计划，如何高效地组织时间，如何与同事和上司进行有效的沟通等等。这些技能不仅对于我当前的学习生活有帮助，也对将来进入职场非常关键。通过实践锻炼，我对职业的要求和期望有了更加清晰的认识，为未来的发展奠定了基础。

最后，兼职社会实践让我更加自信和成熟。通过与各种不同的人和事物接触，我不仅增长了见识，同时也收获了自信和成长。在实践中，我面临各种挑战和困难，但我克服了它们，并从中学到了重要的人生教训。我也逐渐意识到，尽管还存在许多不足和不完美，但我仍然可以为社会做出一份贡献。这样的自豪感和成就感进一步激发了我不断进取的动力和积极向上的心态。

回顾这段特殊的兼职社会实践经历，我深刻体会到了它的珍贵之处。从中，我收获了社会实践机会，了解了社会的真实面貌，锻炼了团队合作能力，掌握了一些实用的职场技能，增强了自信和成熟。这段经历不仅为我个人的发展提供了宝贵的经验和机遇，也为我未来的成长和职业规划打下了坚实的基础。我相信，通过不断地积累和实践，我会越来越好地适应社会环境，并为社会做出更多的贡献。

**寒假社会实践报告篇四**

(一)标题。标题可以有两种写法。一种是规范化的标题格式，即“发文主题”加“文种”，基本格式为“关于的调查报告”、“关于的调查报告”、“调查”等。另一种是自由式标题，包括陈述式、提问式和正副题结合使用三种。陈述式如《东北师范大学硕士毕业生就业情况调查》，提问式如《为什么大学毕业生择业倾向沿海和京津地区》，正副标题结合式，正题陈述调查报告的主要结论或提出中心问题，副题标明调查的对象、范围、问题，这实际上类似于“发文主题”加“文种”的规范格式，如《高校发展重在学科建设——大学学科建设实践思考》等。作为公文，最好用规范化的标题格式或自由式中正副题结合式标题。

(二)正文。正文一般分前言、主体、结尾三部分。

1、前言。有几种写法：

第三种是开门见山，直接概括出调查的结果，如肯定做法、指出问题、提示影响、说明中心内容等。前言起到画龙点睛的作用，要精练概括，直切主题。

2、主体。这是调查报告最主要的部分，这部分详述调查研究的基本情况、做法、经验，以及分析调查研究所得材料中得出的各种具体认识、观点和基本结论。

3、结尾。结尾的写法也比较多，可以提出解决问题的方法、对策或下一步改进工作的建议;或总结全文的主要观点，进一步深化主题;或提出问题，引发人们的进一步思考;或展望前景，发出鼓舞和号召。

社会实践报告格式

七月五日，我们化学与化工学院一行八人组成一个小组奔赴宜昌，就宜化的生产相关问题及管理理念进行了为期六天的访问。

我们是当天下午才到达目的地的，熬过了大半天风雨交加的旅途，我们一行终于平安到达，并在校领导的帮助下解决了住宿等问题，随即确定了相关工作事宜。其间我们就节能减排的话题采访了相关技术总监韩颖，参加了以文化理念为主要话题的报告会，参观了宜化总部及部分生产车间，并深入生产厂区重点参观了宜化的污水处理厂，陪同人员从污水进厂到出厂的整个流水线为我们进行了详细的讲述。整个采访过程都使我受益良多。宜化生产过程的严谨令我折服，节能减排措施的先进令我赞叹，更令人惊奇和感动的是宜化以人为本的管理理念，真正把职工当作自己的家人，而职工也投桃报李将企业当作自己的家，我从来不知道一个企业与员工间可以达到如此和谐的程度。

采访期间，韩颖详细为我们讲解了节能减排的具体措施，思路方案的以及如何调动全员的积极性，将企业的事变成员工自己的事，以及由此带来的巨大经济收益。同时还简单讲述了宜化生产，安全保护，环境保护等方面的事。宜化本着以人为本的原则提出了很多温馨感人又实实在在的口号，在促进进步的方面采取了比较管理的方法，发布比较结果平台，公布各个部门比较结果的第一名与最后一名并给予相应奖惩，充分调动员工的积极性。甚至将尚未解决的问题拿出来让大家共同探讨解决，集思广益，对有先进解决方法的职工进行奖励，真正实现按劳分配的原则，决不会让有功人员埋没。这一系列的措施真正让企业的事转变为员工自己的家务事。

由一系列的访问及对宜化周边居民生活情况的亲身体验我们得知，自从企业开展节能减排活动以来，在自身取得巨大经济收益的同时也很大程度上带动了周边居民经济水平的上升，让周边居民感觉到了宜化对自己的帮助，让宜化的品牌深入人心社会实践报告格式范文。居民可以不定期的组织到宜化内部进行参观，监督宜化内部的环境卫生及污染情况，而且对其卫生状况极其满意。宜化甚至创下连续数年无投诉的壮举，这对一个化工厂来说是难能可贵的。

连续数天的采访让我深切的认识到，一个企业要生存，要发展，与人是息息相关的。以人为本企业方能存在，员工以企业为家企业方能发展壮大，而人性化的管理，人性化的举措方能让企业变成员工可信赖，可依靠，可为之奋斗不息的家。

**寒假社会实践报告篇五**

寒假期间，我参加了书法社会实践活动，并且通过亲身经历，深刻体会到了书法的魅力和意义。这次实践活动给我留下了深刻的印象，让我更加热爱书法、珍视书法。下面我将结合我的实践经历和感受，谈谈我对书法社会实践的心得体会。

首先，通过书法社会实践活动，我深刻认识到书法作为传统文化的瑰宝，与我们的日常生活息息相关。在书法实践中，我与书法家们深入交流，了解到书法作为一种艺术形式，不仅要表现出文字之美，更要体现出个人的情感和气韵。书法作为一门艺术，讲究墨色韵味和构图的美感，这些与日常生活中的审美要求是相互关联的。通过实践我发现，书法作品中的字体美、墨色美、气韵美等，实际上都与我们日常生活中所追求的审美标准密切相关。因此，我更加热爱书法，并努力学习提高自己的书法水平。

其次，书法实践活动让我深刻体会到了书法的修身养性、陶冶情操的作用。在参与书法实践的过程中，我体验到了书法给予我的沉静心灵、陶冶情操的力量。书法需要我们灵魂静下来，通过练字的过程来调节内心的情感，净化心灵，培养耐心和沉稳的性格。书法实践活动不仅让我感受到了写字的快乐，更加深入地了解到了书法的精神内涵。通过冥思苦想、反复练习，我意识到，书法实际上是一种修身的过程，通过书写每一个文字，我们可以不断地磨炼自己的意志，提高自己的修养。因此，我开始在书法修炼上加倍地努力，以获取更多精神上的满足。

此外，书法实践活动也让我认识到了书法所包含的历史和文化价值。书法作为中华民族的传统艺术形式，承载着丰富的历史和文化内涵。在书法实践中，我了解到了不同历史时期的书法流派和代表作品，这些书法作品代表着当时社会的思潮和审美观念。通过这次实践活动，我不仅从书法家那里学到了很多技巧和知识，更重要的是理解了书法和中华文化的关系。书法是传统文化的一部分，通过学习书法，我更好地认识到了传统文化的魅力与独特之处，进一步加深了对中华文化的热爱与保护之情。

最后，在书法社会实践中，我更加认识到了书法的价值和作用。书法作为一种艺术形式，可以激发人们的创造力和艺术感悟能力。通过书写每一个字，我们可以提高自己的审美能力和认知能力，一同也能提高自己的文化素养和人文修养。书法还能够加深人与人之间的交流与沟通。在社会实践活动中，我与同伴们共同学习、研究，进行书法作品的创作，不但提高了自己的书法水平，还建立了宝贵的友谊。通过书法，我们相互交流并激发出更多的创意和灵感，进一步培养了团队合作与共同进步的意识。

通过这次书法社会实践活动，我对书法的认识更加全面，对书法的爱好也更加深入。书法作为一门诠释文字之美、培养修身之道、传承文化之责的艺术，不仅要求我们字体的美观、墨色的韵味，更要求我们内心的美好和修养。通过书法社会实践，我深刻体会到了书法的魅力和意义，这将成为我继续学习书法并追求书法艺术的动力和动力来源。

**寒假社会实践报告篇六**

寒假是大学生们放松心情、休息放松的时候，然而，随着大学生就业压力的增大，越来越多的学生选择利用寒假进行兼职社会实践，以提升自己的能力和经验。我也不例外，这个寒假，我选择了一份社会实践兼职工作，在这期间，我不仅体验到了社会的残酷和竞争，更明确了自己未来的目标和方向。

首先，在这段时间的兼职工作中，我真切地感受到了社会的残酷和竞争。通过与其他兼职者的交流，我了解到大部分人都是为了满足生活需求而进行兼职，他们有的是为了还贷款，有的是为了支付学费。竞争的激烈程度让我意识到，在现实生活中没有人会为了你的困难而心生怜悯，只有通过自身的努力才能获得更好的机会。在面对这种竞争时，我脚踏实地地努力工作，不断提升自己的能力，以期待更好的发展。

其次，兼职社会实践让我更加明确了自己未来的目标和方向。通过与职场的工作人员的接触，我更加了解了各种行业的内情，也明白了每个行业的特点和要求。我发现，职业规划并不是一蹴而就的，而是需要我们通过实践去摸索和完善。在这次实践中，我发现自己对人力资源管理的兴趣和热情，所以我决定将来从事相关的工作。这次兼职实践让我更加明确了自己未来的目标和方向，为我未来的学习和工作提供了指引。

再次，我还通过兼职社会实践提升了自己的实际能力和经验。在兼职期间，我必须要完成一定数量的工作量，而这要求我保持高效率和良好的时间管理能力。通过与同事合作，我学会了如何与人相处、与人沟通，从而提升了我的协作能力。我也学会了如何处理繁琐的工作和压力，这让我变得更加成熟和冷静。这些实际能力和经验的提升不仅对我目前的学习有所帮助，也为我未来的职业生涯奠定了坚实的基础。

最后，在这次兼职社会实践中，我还深刻体会到了劳动的艰辛和人的尊严。每天的工作日程紧张而繁重，常常需要加班加点完成任务；与此同时，与同事的友情和互助让我体会到了劳动的温暖。我开始更加尊重每一个工人的辛勤劳作，更加珍惜自身的劳动成果。人的价值和尊严在劳动中得以体现，这是我在这次实践中的重要体验。

综上所述，在这次寒假的兼职社会实践中，我经历了社会的残酷和竞争，明确了自己未来的目标和方向，提升了自己的实际能力和经验，也深刻体会到了劳动的艰辛和人的尊严。这段兼职实践经历不仅让我更加真实地感受到社会的特点和规律，更多地提升了我的综合素养和人际交往能力。这对我的学习和未来的发展起到了积极的作用，也成为我人生中宝贵的经历。

**寒假社会实践报告篇七**

寒假是学生们温暖的度过寒冷冬日的时光，是回家乡与亲人团聚的日子。然而，与此同时，一些大学生也选择利用这段时间参加家乡社会实践活动，通过参与社会实践来丰富自己的知识和经验。我也是其中之一，今年寒假，我参加了家乡社会实践活动。通过这次社会实践，我收获了许多宝贵的经验和体会。

首先，社会实践活动让我深刻认识到了家乡的真实情况。平时在学校里，我们学习的是大量的理论知识，对于实际环境了解甚少。然而，家乡社会实践活动给予了我一个机会，通过走访社区、参观企事业单位等，我第一次真正认识到了家乡的经济状况、社会风貌以及人们的生活状态。在这个过程中，我发现了许多问题，比如某些农村地方的基础设施薄弱，一些市区里的老旧建筑亟需改造，等等。这些问题的存在让我进一步意识到，作为一名大学生，在今后的学习和工作中，我应该努力学习专业知识，为家乡的发展作出贡献。

其次，社会实践活动让我增强了沟通和交流的能力。在参加社会实践的过程中，我和各个社区、企事业单位的工作人员有了很多的接触。通过和他们的交流，我了解到了许多新鲜的事物和观点。同时，我也学会了与不同的人相处和沟通。在这个过程中，我遇到了许多困难和挑战，比如有时候我的表达能力不够，有时候我遇到了一些难以沟通的人。然而，我并没有放弃，而是通过与他们的交流和观察，不断改进自己的沟通能力，从而更好地与他们合作和交流。通过这次实践，我发现，沟通和交流能力是十分重要的，它不仅能帮助我们更好地理解他人，还能帮助我们更好地解决问题和取得合作。

再次，社会实践活动让我更好地认识到了自己。通过这次实践，我发现了自己的优点和不足。我发现自己在面对困难时能够坚持不懈，努力解决问题；同时，我也发现自己在某些方面还需要提高，比如更加关注细节、更加注重团队合作等。通过认识自己的不足，我下定决心努力改进自己，争取在今后的学习和工作中做得更好。我相信，通过不断地反思和提高，我一定能够成为一名更出色的人。

最后，社会实践活动让我感受到了社会的温暖和厚爱。在参加实践过程中，我遇到了许多热心肠、乐于助人的人们。他们不仅为我提供了帮助和指导，还给予了我很多鼓励和支持。这些心灵的温暖让我更加坚定了自己努力学习和工作的信心，同时也让我更加感激自己家乡的社会环境。

总之，通过这次寒假家乡社会实践活动，我收获了许多宝贵的经验和体会。我不仅更加了解了家乡的真实情况，也增强了自己的沟通和交流能力，更好地认识了自己，并感受到了社会的温暖和厚爱。在今后的学习和工作中，我将坚持不懈地努力学习和提高自己，为家乡的发展做出更大的贡献。

**寒假社会实践报告篇八**

近日，随着寒假的到来，山大学子走出校门，了解社会，服务社会，积极开展丰富多彩的社会实践活动。山东大学团委印发了《关于实施xx—xx学年寒假学生社会实践活动项目立项资助计划的通知》和《关于组织开展xx—xx学年寒假学生社会实践活动的通知》，为学生社会实践活动提供了资金和制度保证。

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，顺便筹集我那昂贵的学费。家里做的是配件销售的行业，和我的专业是很不搭调的，但是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子里跟着工作了两天，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。然后找东西，交易，开发票。但是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，女生都爱干净，而我现在所做的工作都是些油滋滋的汽车配件。刚开始是有些不愿意拿那些东西了。但是我妈妈也就是我的“老板”根本不把我当女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汽车上的这些零件之类的东西，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美术系的大学生，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：

在我的实习期当中，有开心也有难过的时候，有难忘的事情，也有碰到困难问题的时候，这一切我都一直努力地去克服，并尽自己最大的努力去做好！我相信，事在人为，有志者事竟成。

**寒假社会实践报告篇九**

人生总不能过得平淡无奇，人生总是要过得精彩又充满意义。今年的寒假，我不想在家吃喝睡等着过年，刚放假的第三天就找到了自己人生中的第一份工作，在xx餐饮管理公司旗下的xx分店开始了我为期25天的精彩的`打工生涯，度过了一个愉快的假期。

首先，先说说我寒假实习的收获与感悟吧!

人生的价值在于不断地学习，我的社会实习，就是我假期学习的一部分。如今的社会竞争是非常激烈的，除了拥有好的学历外，工作经验也是一个非常重要的因素，虽然我从事的工作好象跟我所学的专业没什么关系，但其实无论做什么工作都有共同点，都能提前接触这个社会，社会是复杂的，企业与企业，人与人，竞争合作等多重关系纵横交错，是我们这些高中刚毕业，还没涉足社会的大一学生所不能适应的，而我们所要做的便是更早地接触社会，更早地了解社会，更早地融入社会，而在学校也往往只是接触学校的同学，平时的时间不是学习就是参加社团活动，接触社会的时间很少，这样在假期外出打工就成为了不少大学生的选择，这同时也是我外出打工的初衷。在以后找工作的时候，多一份经验就比别人跟有吸引力，就可能多一分机会被录取。

外出进行社会实践除了可以更早地接触社会外，还可以锻炼我们的人际交往能力，平时放假都是自己在家里没有特别地去接触陌生人，而外出工作恰恰可以为我们提供锻炼我们人际交往的很好的平台。从找工作开始的面试便要学会与公司的经理沟通，面试时要给对方留下一个好的印象，要尊重公司的立场同时也要维护自己的合理利益。通过一番沟通之后，我顺利地进入了该公司开始我的实习。在公司工作，要学会跟上级处理好关系，待人有理，多跟上级拉拉家常，虚心请教，也是拉近跟上级距离的好方法学会和同事处理好人际关系也是非常重要的，因为平时工作的大部分时间都是和同事在一起的，在工作中遇到什么困难向你提供帮助的肯定是同事，所以拥有融洽的同事关系也是非常重要的，多跟同事沟通，彼此熟悉熟悉，慢慢就会变成无话不谈的好朋友，要学会团结同事，包容对方的过错。对于服务性行业，还要处理的就是跟顾客的关系，俗话说，顾客是上帝，看见顾客光临就要打招呼，请顾客坐下、用茶，顾客有需求的话要及时上前问原由，及时帮忙解决不能怠慢，在不忙的时候，可适当跟顾客聊一下天，介绍一下特色的菜式，使顾客有宾至如归的感觉，以后就会多来这里帮衬。

寒假外出工作，可以锻炼我吃苦耐劳的能力，可以锻炼我坚忍不拔的意志。这次是我第一次工作，没有经验，也不知道工作的艰辛，这次终于体会到的血汗钱是来之不易的。做餐饮这一行，要等别人吃完饭后自己才能吃饭，别人放假就是你最忙的时候，每天上班10小时，无论是工作量还是工作强度都是我以前没有经历过的。刚开始的几天是最累的，曾经想过要放弃，但是为了维护大学生的尊严，证明我们90后也是能吃苦的，所以我坚持了下来，慢慢的，我又有所适应了，也不觉得太累了。这次实习能锻炼我的意志，在以后遇到困难或挫折的时候，想想曾经的坚持，我也能熬下去。我也体会到了自己辛辛苦苦工作，赚到钱之后的快乐。

这次实践活动的收获，还有使得我整个人都变得更加的开朗自信了，因为可以与更多人交往接触，懂得了许多人际交往的方法。而且处于团队之中，也有了更多的机会表现自己。有才华也要敢于表现，也要善于表现，要大胆做事，不要畏畏缩缩，要主动与别人交流，才能赢得更多的机会。

我在工作中遇到了不一样的，有趣的新鲜的事。

刚刚上班的时候周围的环境很陌生，有点不适应，我所要做的就是让自己安定下来，镇静下来，快速地去适应周围的环境。带我的部长首先带我去熟悉了台号，光是台号，要记的就很多，有普通座，有卡座，有雅间，而且台号不是连续的，因为考虑到吉利的关系，所有的含4、7号的数都不能用做台号，这给我的记忆增加了难度。台号其实难度还不大，最让我感到难的是菜谱的记忆，几十页的菜谱，每一道菜不光要说出名字，还有主料配料，食材出自哪里，有哪些特色都要全部记忆，顾客一但问起就要说得头头是道。要吸引顾客去品尝，除了菜的味道表观外，有特色，让人印象深刻的介绍也是必不可少的。头一天的中午，是我开始真正工作的时候，刚开始什么也不会，只是帮忙加茶水收餐具，我就站在一旁看着别人工作。后来部长便带我到客人面前，亲自教我应该怎样为客人服务，应该怎么与客人交流。我慢慢学会了，也开始和客人交流，工作也慢慢上手。工作时候有时难免会做错一些小事情，但只要态度端正，认错诚恳，虚心学习，也会得到别人的谅解。在那里工作，每天都有新的乐趣，每天都会进行一个大例会，大例会首先会分析前一天的工作有什么欠缺的，有什么需要改正的，让每个人都能牢记于心，让服务做得更好。然后管理人员就会在例会中向我们传授一些知识，比如说是文明礼貌用语，我们整个服务的流程，仪容仪表的整理，还会学习唱能突显企业文化的歌曲，短短的例会也能学到很多东西。他们对新员工会多多关照，他们强调要对新员工好好对待，多多带教，新员工不足的地方要及时指明，做错的地方要多多谅解。所以在那里工作，就会有家的感觉。

在xx工作了25天，我深深地了解到了那里的企业文化。

要了解企业文化，首先要了解企业的历史。xx形容xx人的精打细算，人们把xx籍商人的这种“勤俭节约的品质、精打细算的习惯、严格控制成本精神”调侃为“xx”，作为对整个xx商人的一个泛称，彰显了xx商人独有的商业文化内涵，在调侃的语气里，钦佩之情油然而生。xx同时也有“少收一分钱，多交一个朋友”的含义。

xx对员工要求比较严格，开会的时候需要立正站好，仪容仪表需要整洁，衣服皱了要烫平，鞋子脏了要擦干净，头发不能遮住眉毛眼睛，身上的工作用品都要带齐，上班不能迟到，要学会背诵并使用文明礼貌用语。xx通过这些奖罚制度和管理制度，严格要求员工，使店面看上去更规范。

xx的员工很团结，在不忙的时候，会组织一些好玩的游戏，既能使大家活动起来，更有精神，能使我们的思维更加敏捷，而且还能使大家更有团队意识，更加团结。平时大家吃饭时候也聚在一起，过年过节还会组织聚餐，大家下班后也会一起逛街，大家感情都很好。

xx的上级都非常的亲民，非常具有亲和力，他们常常和我们员工打成一片，吃饭的时候和我们一起吃，大家拉拉家常，聊聊工作中发生的趣事，说说笑话。他们也很关心下属，下属遇到什么情况他们也会去关心慰问。

xx有着很多的奖励制度，对于干得出色的员工，会给予很多机会。对于平时干活干得买力的员工，会有奖励。对于学习积极的员工，他们也会奖励。他们还设置了推销奖，如果能把菜品推销出去的话，会有相应的奖励。这就促使我们更努力地学习，更勤奋地工作，更周到地为客人服务。

xx同时也会安排相应的培训，除了上面讲的礼节礼貌培训，菜谱的培训外，还有推销技巧的培训，比如比较法，赞誉法等等，如何让顾客从不了解到喜欢这道菜，语言的描绘是非常重要的。还有面对不同的顾客，面对不同的突发状况怎样应对，这是以后无论从事哪一行都需要具备的，可以是我们学到更多有用知识，终身受益。

寒假到xx实习，学到了许多许多有用的知识，更增长了见闻，有一些东西我觉得是可以终身受用的。我觉得放假实习这个机会非常好，所以我定下目标，每次放假都尝试着外出实习，不断尝试不同的职业，体会不同岗位所带来的乐趣，学习更多不同方面的知识。比如可以锻炼口才及语言表达，锻炼人际交往，还可以锻炼到专业技能。有了这些假期的积累，我相信大学毕业后能更好更快地找准自己的就业方向，为以后的就业做好准备。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn