# 社会实践报告及(精选12篇)

来源：网络 作者：无殇蝶舞 更新时间：2024-09-03

*“报告”使用范围很广，按照上级部署或工作计划，每完成一项任务，一般都要向上级写报告，反映工作中的基本情况、工作中取得的经验教训、存在的问题以及今后工作设想等，以取得上级领导部门的指导。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？下面是...*

“报告”使用范围很广，按照上级部署或工作计划，每完成一项任务，一般都要向上级写报告，反映工作中的基本情况、工作中取得的经验教训、存在的问题以及今后工作设想等，以取得上级领导部门的指导。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？下面是我给大家整理的报告范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

**社会实践报告及篇一**

（一）

近几年，社会实践成为了学校教学的重要一环。今年暑假，我参加了一次志愿者支教社会实践活动。在这个活动中，我经历了许多难以忘怀的瞬间，这对我而言是一次改变和成长的经历。以下是我对这次社会实践的心得体会。

（二）

首先，社会实践教会了我自信和勇气。在这次活动中，我的主要任务是传授小学生一些基础知识和技能，例如英语。一开始，我非常紧张和不自信，担心自己的英语不够好。但随着与孩子们的接触增加，我逐渐找到了一种与孩子沟通的方法，这种方法让我变得更加自信和勇敢，在接下来的活动中也更加顺利地完成了任务。

（三）

其次，社会实践让我认识到了社会的多元性和包容性。在这次支教中，我遇到了很多来自不同文化和地区的孩子。起初，我可能会对不同习惯和思维方式感到陌生和不适应。但是，通过与他们的交流和相处，我学会了更加包容和理解他们的文化和生活方式。这让我意识到了自己的狭隘和偏见，从而更好地面对未来的社会挑战。

（四）

同时，社会实践也帮助我提高了自己的组织和管理能力。在这次支教活动中，我们需要为孩子们安排课程表，接送孩子去上学、吃饭和上网课，还要确保孩子们的安全照顾他们的生活。这需要我们公平地分配任务，协调各项工作，并及时解决可能出现的问题。在这样的活动中，我不仅锻炼了自己的组织和管理能力，也学会了更好地协同合作。

（五）

（总结）

总之，这次社会实践让我体验了不同的生活和文化，提升了自己的能力和素养。尤其是那些让我不可忘怀的孩子们，教会了我更多的东西。我相信，在未来，我会将这次社会实践的经历用于实践，在自己的生活和工作中继续发挥作用。

**社会实践报告及篇二**

一.实习目的：

通过对乌兰社区的实习，使我们认识到社区工作的真正含义。就是指在党和政府的领导下，依靠社区力量，利用社区资源，强化社区功能，解决社区问题，促进社区政治、经济、文化、环境协调和健康发展，不断提高社区成员的生活水平和生活质量的过程，也是建设管理有序、服务完善、环境优美、治安良好、生活便利、人际关系和谐的新型社区的过程。也使我们看到了我们自身理论知识的不足和实践能力的欠缺。 二.实习时间：

20xx年5月30日~6月30日 三.实习地点：

××小区 四.实习内容：

1.了解社区的基本概况、现存的问题及需要改进的地方;2.对社区居民进行一些访谈、问卷，了解居民的具体要求;3.在社区中开展一些活动，宣传社会工作，帮助社区居民正确认识社会工作专业;4.帮助社区居委会管理文件，检查楼房垃圾道出口;5.促进居民参与解决自己的问题，提高社区居民的社会意识;6.在社区开展个案工作，帮助社区中有困难的居民解决问题;7. 解决或发现社会问题，改善社区生活环境，提高社区生活质量，促进社区进步。 五.实习总结：

为期一个月的社区工作实习终于告一段落，实习期间的辛酸只有尝过才知道。大家忙的起早摸黑，而且在实习没有补助的情况下，大家的情绪都比较气愤以及对此无可奈何。不过为了不让这一个月白白的浪费，大家还是忍气吞声的坚持下来了，实习中也有不少的收获，也有自己对社会、对自身的深刻体会。

一个月的实习说短也不短，说长也不是很长，从中我们大家还是有不少的收获的。一.实习中，加深了我们对社工的更深一步的理解，深化了社工价值理念。社会工作就是一种帮助人和解决社会问题的工作。它帮助社会上的贫困者、老弱者、身心残障者和其他不幸者;预防和解决部分经济困难或生活方式不良而造成的社会问题;开展社区服务，完善社会功能，提高社会福利水平和社会生活素。

实现个人和社会的和谐统一，促进社会的稳定与发展。社会工作的核心价值理念就是“助人自助”。就是在帮助他人的同时，努力使困难者能够达到一种自我救助的程度。二.使我进一步认识到自身专业知识的不足以及自身能力的欠缺。在实习过程中，我充分认识到自己对本专业知识的掌握程度不够，对社会工作理论模式的掌握及运用没有达到应有的水平，自身拥有的能力还不足以解决社区中普遍存在的问题，我还需要进一步的学习和锻炼。三.实习过程中，使我认识到自身所学知识与社会实践脱离的严重性。在实习中，并不是像我所想的那样一帆风顺，在课堂中所学的毕竟只是理论知识，真正运用到实践中，还是有一定差距的，因此，每学期安排一定时间的社会实践是很有必要的，能够帮助我们适应社会，加深专业知识的学习和了解，达到理论与实践相结合。

实习收获虽多，但从中也有很多“失”。一.通过实习，我们的专业理论知识掌握的程度不够，与社会实践有所脱离。在实习中，我认识到我的专业理论知识的不足，以及社工的价值理念没有充分内化。二.一个月的实习，减少了我对理论知识的学习，也使我对社会实践以及本专业产生了一种抵触心理。实习虽然是一种理论与实践达到和谐一致的最好途径，但是在理论知识没有充分掌握的前提下，我觉得实习的效果就会事倍功半。而且在社区中，我觉得社会工作的价值理念以及工作方法没有得到充分体现，使我对本专业产生了怀疑和抵触情绪。

在整个实习过程中，我的感触颇多，对专业、对社区、对社会都有不同程度的看法。我们专业是一个新兴专业，起步较晚，但发展速度很快，当前，学习社工专业的学生很多自己都不了解，甚至连一些老师们也都担忧这个专业的发展前途。但是从当前中国社会的发展情况来看，中国社会正处于转型期中，社会上的矛盾和冲突以及由此产生的生活困难者越来越多，这些都严重影响我国经济和社会的快速发展。社会工作这一专业对于解决当前出现的各种问题是很有帮助的，社会工作专业在当下的我国社会是最有发展前途的。

我国社区工作的建设和发展远远落后于发达国家，社区的设施以及其他相关的服务措施没有达到居民的要求，居民与居委会、物业的矛盾层出不穷，处理好这些矛盾，有利于社区的发展，有利于社区发挥社区照顾、社区教育的功能。因此，政府应加大对社区的财政资金投入力度，加强对社区社会工作人员的培训。 六.实习感受：

社区工作是社会工作的一种，也是社会工作的三大传统方法(个案工作、小组工作和社区工作)之一。它既是一项事业，也是一个专业、一门艺术。社区工作者面对的是整个社区的居民，要求通过专业的技巧和方法对社区事务和人际关系进行有效有序的协调，使社区保持健康的状态和良性发展。我们社会工作专业的学生应该努力学习专业知识，培养对本专业的兴趣，加强自身社会实践能力的锻炼，做到理论与实践的完美结合。

当前，社区服务模式发展最好的应属西方发达国家，他们起步较早，发展较快，政府支持力度较大，而中国的社区服务建设起步较晚，而且主要是在政府的指导下，发动和组织社区内的成员开展社会服务、互助活动，解决本社区内的社会问题。社区服务的建设主要是靠政府，没有调动社会上的人力物力资源，政府的能力有限，不能全面的帮助社区达到理想的状态。

另一方面，社区存在的形象工程和造假现象普遍。通过实习阶段的不断深入，我们渐渐的发现社区工作所存在的一些丑陋现象，造假就是其中之一，有时为了上级的检查，工作人员都是临时搞一些形象工程。在实习过程中，我们也或多或少的参与到这一造假现象当中，这是社会上的普遍现象，改变这一现象，需要长时间的努力。

当下中国社会正处于转型期，而我国的社区也处于这一转型期中，为了更好的促进社区的发展，最重要的一点是引进专业的社会工作者的参与，用专业的知识指导社区工作，用专业的理念建设社区、发展社区。

实习是增长知识，锻炼自身实践能力的过程，有助于我们确立未来的工作方向，增强我们的竞争优势，锻炼我们为人处事的能力，因此，不管实习的过程如何，结果都是利大于弊的，我们都应该正确对待。

**社会实践报告及篇三**

家务是我们日常生活中不可避免的一部分，但在家庭中，往往存在着太太承担大部分家务的现象。这种现象在现代化社会依旧存在，尤其是对于女性而言，给她们增加了很大负担。为了深入了解家务的意义，并提倡家务公平，我们进行了家务社会实践报告，以期能够更好地了解家务的重要性。

第二段：理解家务的意义

家务作为人类普遍面临的生活事实之一，它和个体的身心健康、家庭和睦、家庭成员的人际关系密切相关。首先，家务涉及到每个家庭成员的基本需求，像饮食、洗澡、最基本的卫生等。其次，家务也与家庭成员之间的亲密关系有关。通过家务活动，可以增进家庭成员之间的理解、尊重和信任，减轻妻子的家务负担，增强夫妻之间的感情。因此，积极推动全家人参与家务活动是非常有必要的。

第三段：社会对于家务平等的期待

公平的家务分工对于繁荣家庭生活以及家庭成员健康的成长来说都至关重要。现代社会鼓励男性积极参与家务活动，帮助夫妻更紧密地结合，共同肩负起家庭和个人责任。家庭亦是一个社会最基本的单位，公平的家务分配也具有特别的社会意义。家务分配不公的情况往往会导致个人压力增加，家庭气氛变得糟糕，对这些情况采取行动以确保公平分配是非常值得推进的。

第四段：反思与解决方案

在家务社会实践报告中，我们反思了自己在家务分配中存在的不足，结合在实践中的一些体会，提出了一些可以行之有效的解决方案。首先，夫妻之间要有良好的沟通，根据家庭情况在家务分配上相对合理地分配，充分尊重彼此异性观念和日常生活方式。其次，可以采用轮流分工的方式，不仅可以减轻夫妻一方的负担，还可以更好地实现公平分配。最后，家务活动需要考虑整体效益，比如可以让年幼的孩子参与家务，培养他们的责任感、独立性等优秀基本素质。

第五段：结尾与总结

家务是我们生活中重要的一部分，一个高效的家庭离不开成员之间互相支持和理解。而家务的公平分配，更能够加强家庭成员之间的联系，改善家庭生活。因此，我们需要不遗余力地去推崇全家参与家务的重要性，加强家庭成员之间的合理分配。公平的家务分配需要多方维护，从夫妻之间沟通到家庭成员合力解决，这都需要我们发扬“家和万事兴”的精神，建设幸福美满的家庭。

**社会实践报告及篇四**

“社会实践报告”，它的体例、写法目前还无定论，可以参考“调查报告”的体例和写法。我个人认为，“社会实践报告”应该有以下几部分：

标题：可以是公文式标题，即《关于„„的实践报告》;也可以是观点式标题，例如《社会是大课堂，实践长真知识》。

前言：写出社会实践的参加者、实践的主题、时间、地点。然后用“现将此次实践活动的有关情况报告于下从而过渡到正文。

正文：写实践者根据学校要求应该和自己想要报告的内容，例如：活动内容，经验体会，理性思考，问题和建议。作为学生应该着重写自己的认识，特别要写出自己的体会，思考后的理性认识，对组织社会实践活动评价。

结语：可以写出作者对此次活动的意见、批评或者建议。

款”等字，而要写标题，如“基本情况”、“主要体会”、“几点思考”、“问题和建议”等。

社会实践报告注意事项

学生上交的实践报告必须按照统一的格式，具体内容包括：1.封面。下载附件中的统一格式，认真填写所有项目。

3.正文格

**社会实践报告及篇五**

随着现代社会的快速发展，人们的生活水平逐步提高，但人们往往忽略了家务这一方面，线下社区家务服务的开展为降低家庭生活负担提供了便捷的途径。作为社会实践报告的涉及以家务为主题的体验，我对家务服务这一项重要工作有了更深入的了解和认识。本文从家务的意义、家务服务的对象、家务服务的组织和管理、家务服务的未来发展等四个方面来阐述我对家务社会实践报告的心得体会。

一、家务的意义

家庭是社会的基本单位，家庭成员关系也是社会关系的重要组成部分。随着时代变迁，家庭和家人的需求也在不断改变。因此，家务也越来越重要。家务不仅仅是简单的家务劳动，它更是家庭成员间相互关心、相互爱护的一种表现。而在现代社会中，受各种因素影响，如工作繁忙、生活压力大等，往往忽略了家务这一方面，导致了很多除了工作之外的负面感受。因此，开展家务社会实践，提高人们对家务的重视程度，提高家务服务的质量，是非常有必要的。

二、家务服务的对象

家务服务的对象主要分为三类， 一是老年人，他们有着弱化家务能力的特征，需要我们的帮助去完成日常生活中一些小事情，让他们的生活更加方便、舒适；二是独居的青年人，现代社会的独生子女越来越多，他们的工作压力大，时间紧张，有时没有时间去完成日常生活中的一些家务；三是特殊群体，如残疾人、孤儿等，他们或者无法独立完成家务劳动，或者是无人照料的，我们需要给予他们更多的关怀和照顾。从这些需求出发，我们可以认识到对于家务服务，我们要考虑到的不仅是每个普通家庭的需要，还需要考虑到特殊群体的需求。

三、家务服务的组织和管理

由于家务服务的群体需求较广，因此其组织和管理尤其重要。目前，我们的社会依靠线下社区家务服务中心来实现家务服务的开展，这些机构能够根据不同的服务需求，为用户提供适合的服务内容，包括家政保洁服务、养老护理服务、家庭伙食厨师服务等。他们通过对用户需求的收集和分析，为用户提供个性化的服务。但是，线下家务服务机构面临的管理和组织问题也是不可忽视的，包括服务人员的培训、监管、管理、费用等，这些因素的合理考虑和处理都对线下家务服务机构的发展至关重要。

四、家务服务的未来发展

我们可以看到，随着社会的发展，家务服务的需求也越来越高，对于未来的家务服务市场，我们还有很多的未知和发展空间。首先，区域家务服务的覆盖率将会得到提升，这需要家务服务的供应商加强区域规划和市场分析；其次，线上家务服务市场将得到提升，这需要运营商具备较高的技术创新和行业经验；再次，新型家务服务形态的创新也将会得到提升，如人工智能、机器人以及各种智能化家居设备，都将会为家务服务市场带来巨大的变革。

总之，家务社会实践报告的心得体会对我来说是很有启发性的，让我认识到家庭和家人的重要性，和加强自己对家务服务的认识。家务服务是社会成员间互相关心和照顾的重要体现，我们需要更加注重并高度重视。我们也相信在不断的探索中，未来的家务服务市场会变得越来越成熟、完善，为广大群众提供更加高效、便捷、个性化的家务服务。

**社会实践报告及篇六**

(一)前言：

又一个寒假来临。忆起往年的寒假，忙碌充实，只为高考大复习，天天沉浸在书的世界里。而今年的寒假，我希望能与以往不同，因为这是大学的寒假，它理应有它不一样不同于高中的主题。我想，大学的寒假不能只是一次寒月里的假期，更不能只是大学生用来吃喝玩睡用来颓废度过的寒假;同时，也不应该只是一个让学生“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的寒假。大学里的寒假，有着它特有的鲜明的主题“接触社会，锻炼自我，让实践与理论并行”。一个大学生，从小读书读到成年，学的大多都是理论知识，也许一个大学生满腹经纶、满脑才华，但是如果只懂理论，不懂实践，一切也只是纸上谈兵，用处不大。我认为，如果要想当一个真正有为的大学生，要想让自己脑子里的理论知识应用到生活，就必须先到社会上去实践，去接触社会，了解社会。只有这样，方有可能做到知行统一。寒假实践，实则是一种磨练，对于大学生来讲，机会难得，也是两全之举。一是锻炼自己的才干，二是可以体悟父母赚钱的不容易。正是因为自己认识到寒假实践的重要性与必要性，所以我寻找机会来到了东海酒店，开始了我的第一次社会实践。

实践的时间是从01月23日到02月13号为期20天，实践的主题是进行实践学习当服务员，主要内容有铺台布、摆餐具、擦酒杯、上菜、倒酒、收拾餐具等等。现将本次实践活动的有关情况报告如下：

(二)基本情况以及工作体会：

”相待。接着，刘部长便教我们练习单手拿托盘上菜，我们用五个菜碟代替菜，然后用托盘托着它，只目视前方不看菜碟向前走，就这样绕着大厅走了好几个圈。之后，部长便叫一个老生带我熟悉酒店的环境，边走边给我解释服务员需要做哪些工作，需要达到什么样的要求。而我，也开始看着那些老服务员服务客人，看着便学着感受着。那个时候，我开始有了一些意识：服务员并非旁观者想得那么简易可行。当然咯，我也期待着，期待着第二天自己亲身去实践，毕竟很多东西是需要亲身动手才能真正学会的。

等到第二天了，轮到我自己去实践了，我才发现，很多事情看别人做很简单，自己做起来却不是那么容易。就记得那天我给包厢里的一位客人倒红酒，不小心倒出了一滴在外面，那客人就说：“小妹呀，你这样倒酒我不喜欢，我觉得不妥，还是我自己来吧。”当酒扎被客人接过手，我明白我确实做得不好，毕竟倒酒是最基本的。那刻起，我从内心深处告诉自己：以后一定要抓紧机会多练习倒酒，一定要把最最基本的做到最合格最好最能满足客人。之后，在过年前的几天我慢慢地学会了铺台布，学会了摆餐具摆十六位的、十位的、八位的等等，也学会了自己一个人管一个包厢，当然也包括预备餐具和清洁好自己包厢里的卫生，同时也渐渐了解了整个酒店的运作。之前没在酒店工作的时候不觉得，来工作的才知道酒店的工作还真不是盖的，每个细节都要弄好，每个部份都有很多的讲究，里面也都蕴含着一定的管理文化和服务知识，经营理念。由于一开始几天属于试工，我都一直在努力地学习，努力地去感悟酒店的一切与一切，包括实践，服务，也包括思考酒店的工作性质，因为这一点是服务生最能亲身体会的。当然也会去想宴文化的意义，酒店文化的内涵等等。开始在酒店的几天，虽然会遇到一点点小挫折，偶尔也会做错事，不过我还是始终都都积极投入地去做。记得一开始的时候，我还不懂得汤碗和试碗的区别，结果在摆大厅的餐具时，摆错了，把试碗摆成了汤碗，当时整整摆了八桌，那时我吓坏了，毕竟这不算小错误了。还好还好后来有一位长期工看到并给我指出来。大厅里的餐具还摆放错误，被客人看到会很损酒店的形象的，因而我也很害怕很担忧，不过还好后来在同事的帮助下迅速地换正确了，以至于能不被来酒店吃饭的客人看到。我也侥幸逃过惩罚。

现在说说我在东海酒店里的主要工作情况吧：我们是每天10点上班到下午的两点，从四点再?到晚上的9点，有时忙就得加班，就比如年三十晚就忙得团团转，客人太多，，我们晚上就比较晚下班。我们每天的工作就是在客人来之前把厅面的卫生都弄干净，管包厢的就弄干净好自己包间里里外外的清洁，并根据客人的订单摆好桌位和餐具，然后准备好毛巾、凉水、白开水和各类酒杯等等一切必备品，在客人吃饭的时候，传菜部的男生们便负责从厨房里端菜到我们旁边而我们服务生就负责上菜报菜名，帮客人倒酒、倒凉水、换餐盘、换毛巾之类的杂活。在我看来最累人的，就是每次客人吃饭的时候你必须站在旁边等候，挺直腰杆，面带微笑，一天下来腿跟腰都会感觉很酸，刚开始的时候我真的有点受不了，不过后来站习惯了，也就习以为常也适应了。有时在大厅工作，客人多的时候，老是忙得头晕脑胀，脚酸腰疼，甚至连喝口水的时间也没有，结果是唇焦口燥再加腰酸背痛。不过累是累，还是觉得很乐意，毕竟这样的生活很充实，也毕竟看到客人的微笑与听到老板的赞许时，内心满是愉悦。当然了，偶尔也会遇到很难缠、态度很不好的客人，要么是过于挑剔，要么就是素质不高。记得有一次，有一大家子来吃饭，其中有一个小孩硬要我摘墙上摆设的气球给她玩，她妈妈看着她女儿的倔强样也强烈要求我摘下来，可是那气球又明明是摘不得的，结果那位妈妈还硬要我把领导叫过来帮忙摘，我微笑着告诉她这是不行的，结果那小孩一听，嗷嗷大哭起来，哭泣声还连绵不绝呢，越哭越大声，怎么劝也劝不动，直到后来哭声惊动了我们的主管，他来了之后看这形势不妙，才想方设法去找了个气球来。还有一次，有一个包厢里的客人喝醉酒，然后乱说话乱发脾气，吓得我几乎不敢进去包厢里。所以说，面对难服侍的客人，我们当服务员的都必须谨慎小心，甚至三思而后行。

总而言之，一个酒店服务生的工作看似简单，但操作起来还是有很多细节需要注意需要小心的，有时也真的挺麻烦的。但是再麻烦也要记住顾客就是上帝，而我们是一个服务生，就理应有服务生所具备的样子和行为。记得在东海酒店时，总经理陆总就告诉我们：来到东海，身为东海人，就要时时刻刻想着东海，要为东海的形象负责!而我，一直秉着这样的理念，服务客人，尽力做好自己分内的工作。

刚开始工作的时候感到有一点点紧张，有一点点不适应，甚至在最初的时候不敢面对客人，不过我告诉自己必须鼓起勇气，告诉自己自信做下去勇敢做下去我一定行的，我告诉自己以前在校是专心读圣贤书，现在在外要用心学社会事，后来慢慢的我也就习惯了。也因为我每天都要挤着公车去上班，有时候会觉得很奔波很烦，不过后来也就习惯了，也深刻地体会到赚钱的艰难，体会到爸妈赚钱养家的艰辛。我也打从心底里感谢东海酒店，是它给了我这么现成的一个实践平台，是它给了我机会锻炼我自己，是它给了我机会挑战自我。

(三)社会实践感悟以及心得体会

我以“应用所学知识，增加社会经验，提高实践能力，体验打工生活”为宗旨，利用短短的寒假假期参加这次有意义又一举两得的社会实践活动，走向社会，接触社会，了解社会，在亲身投入到社会中，从社会实践中检验自我，认识自我，锻炼自我。我深刻地感受到这次的社会实践我获益颇多。现在举例如下：

一.在工作中要有团队精神要有合作理念要懂得互相帮助。就比如酒店里工作每个人都会管好自己的包间，而当自己的包间的工作做完时就应该去其他包间帮忙，而不是躲在自己的包间里偷懒。还有要懂得合作，才能使各个部门的工作都有条不紊地进行，就比如酒店里传菜部和服务生就要合作好，才能更快更有效率地完成工作。

二.在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的实践工作让我认识很多的人，认识了各种各样的客人，以及酒店里各级的员工等等。如何与别人沟通好，这是一门难得的技术，也是一门需要学习的艺术，这门技术是需要长期的练习的。以前实践的机会不多，使我与别人对话时应变的能力还是很强，有时甚至会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。无论是在酒店还是在哪个地方工作，反正人在社会中都需要融入社会这个团体中，也就需要有效的交流与沟通。人与人之间沟通得好了，会让事情做起来容易轻松的多，也会使做事的过程中更加融洽，更事半功倍。

三.在社会实践中以及以后的工作中要有自信，要勇敢。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定，而是面对错误也不慌不忙。就像刚开始时我到东海酒店那样有一点胆怯，但后来是自信给了我勇气，勇气给了我力量，让我更有活力更有精神，让我开心地度过我的寒假实践。

四.在社会中要克服自己胆怯的心态。自己觉得困难挺多的、缺乏社会经验等种种原因往往使自己觉得自己很渺小，自己懦弱就这样表露出来。所以应该尝试着克服自己内心的恐惧。如有人所说的“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。”在当服务员的这段日子，我便深有体会。有一次我不小心把白酒杯给摔坏了，从那以后我每次一给客人端酒杯都会有一点害怕和畏惧，一致做事的效率不高，后来是我们厅长告诉我“摔坏了就摔坏了呗，以后小心就会没事的。”我才慢慢克服那一点点恐惧的。其实没有任何一个人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，那一切就会迎刃而解了。战胜自我，只有征服自己才能超越自我。有勇气面对是关键，勇气是一切成功的催化剂!

六.在工作中要善于积累一点一滴的知识，要不断地丰富自己的知识结构。任何知识都好，无论是专业知识，还是管理知识、服务知识都好，都要学会慢慢去积累。可谓好的知识如韩信点兵，多多益善。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。所以知识是无比重要的，当然在学知识的同时，要懂得适时地把知识运用到现实中去。

此次社会实践，真正地填补了我在课堂上所没能学到的空白，增强了我的服务意识、团队合作意识，也增强了我的语言交流和表达能力，可以说真真正正增长了我的社会经验、为人处事经验。同时，我也领悟到一个道理;很多事情要亲历亲为，你才能真实感受它的难易程度。每个父母为了孩子的成长成才，辛苦打工赚钱是很不容易的，作为大学生应该懂得珍惜父母的血汗钱从而好好学习，这也是我此次实践体会最深的一份心得。

(四)本人存在的问题以及几点思考：

在实践过程中，我也发现了自身存在的一些问题：

第一，本人的心里素质还是不够高，有时做错一点小事还是会很慌忙，不够镇定，以后要在日常生活中学会这种随机应变、灵活处理事情的能力。

第二，本人的人际交往的能力还欠佳，这还应在日后的日常生活、交际中慢慢学习和提升。

第三，缺乏社会经验，在为人处事方面尚还不太成熟，处理事物的态度和方法往往有时不得当。

第四，管理能力还欠佳，有时候我领导把任务交给我，我还不怎么会把任务分配到最妥当，这一点要慢慢学，也要多学一些管理知识以加强。

(五)本次社会实践的问题和建议：

一.在同一个地方的时间不是很长，社会实践不完全等于上班工作，由于它的时间短而可能很多同学不会感到厌恶，所以有机会的话应该尝试一下更长时间呆在一个地方，从而考验学生的工作热情和工作耐性。这样另一方面也可以使学生对该实践单位有深入的了解。

二.如果时间与条件允许的情况下，大学生还是以自己的专业知识进行相关的社会实践，在巩固自己专业知识的条件下再加以扩充其他知识。

三如果想要建立良好的社会经济秩序，一定是双方面的。商家和消费者都应该提高自身的素质，努力达到“双赢”。

四.实践的时候，不仅仅是对自己所实践的内容熟悉，也要试着找机会了解自己分内工作之外的，了解比你高一层次和低一层次的工作者的工作内容，尽可能地扩大自己的了解范围。就比如如果你是一名服务生，就不要仅仅只是知道服务员应该做什么，也要适当找机会了解管理部、厨师部等等。

最后，很高兴能有这个实践的机会，虽然时间不长，但我觉得挺充实的，至少让我的寒假过得开心又有意义。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得更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面，不要以单纯的想法去理解和认识社会。而是要深入地探索，为自己的未来打好基础，在学校学会更多的书面专业知识，在实践中好好利用知识进行运作。因为人如钻石，需要有其他钻石的敲打才能变得更硬，人需要有外界的磨练才会越加成长。真希望以后我能再有这样的机会，去与社会同行，也希望我们学校以后能有更多的同学有机会去参加这样的社会实践吧。

在这次社会实践中，学校、院领导和老师对我们的支持是不可忽视的。正是因为有他们的重视和支持，才让我们有了更好地认识到接触社会的可行性和必要性，才让我们有了与社会接洽的前提。在他们的鼓励和大力支持下，我们才走进了社会这所大型的综合性大学，让我们在寒假着课余的时间里充分利用实践，与社会充分接触，从而进一步提升自己的实践能力和丰富社会经验。实践活动的成功，为我们下一次更完美的实践做了较好的铺垫，也为我们学校以后的学生参与社会实践活动打下了坚定的基础。

(本文素材来源于网络，如有侵权，请联系删除。)

**社会实践报告及篇七**

(一)时间地点

于20\*\*\*年2月\*日到201\*年\*月\*\*日，我在\*\*\*\*\*信息技术有限公司财务部部进行为期三周的会计专业岗位实习。

(二)实习目的

为加强学生对所学课程的综合理解与应用，培养学生观察、分析、解决实际问题的能力，接受实际会计工作的系统综合训练、实现学生接受会计师初步训练的培养目标，为将来进行毕业设计收集第一手资料。

(三)实习方式

根据我们专业的特点，采取分散实习的方式，即由学生自己联系实习单位，企业会计人员现场指导与教师跟踪指导相结合。我所联系的实习单位是某某公司。

二、实习内容

(一)公司概况

进入实习单位后，根据实习计划，首先听取实习单位同志对本单位基本情况的介绍，其次在实习单位指导人员的带领下参观企业的各职能部门。主要包括了解以下内容：

企业发展简史及主要经营范围

\*\*\*\*信息技术有限公司是按照现代企业管理制度组建成的有限责任公司，成立于20xx年7月，注册资金1000万元。是一家从事计算机系统集成及应用软件的技术咨询服务、计算机软件的开发与应用;企业管理咨询、企业形象、营销策划;媒体文化传播;短信息服务;培训管理服务;文化艺术交流策划咨询、商务信息咨询等业务的企业。

(二)实习具体内容

**社会实践报告及篇八**

为了提高自己的实践能力、交际能力、思考能力以及为了使自己的假期过得有意义，也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，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

我按照学校的要求，进行了暑期社会实践，到我们这的喜事临打工， 喜事临是一个以经营蛋糕，面包为主，以bbq、健身训练为辅的一个综合性营业场所。

而我则被安排到了在二楼的西餐厅当服务员，二楼主要是韩国著名鸡肉料理：比比客(bbq)。不知不觉，我在这为期一个月的打工生活就这结束了，这是我第一次真真正打工，感慨很多，在这里做服务员，我也真得学到了很多的东西...下面我就来谈谈自己的切身感受吧......

另外，我开始一直觉得自己作为一个假期工，那些长期工会欺负我，会什么都让我自己做，所以开始去的时候总是小心翼翼，生怕出错，可是事实并不是那样，她们对我都很好，我身体不舒服，她们会给我买药，帮我干活，帮我请假....所以我们很快就打成一片，成为无话不谈的朋友了。真是一群可爱的小曼儿!哈哈...谢谢你们!谢谢你们教会我很多很多东西，有技术上的，有社会经验，真得是“三人行，必有我师”啊!以前总认为自己是大学生，就自视清高，可是我现在觉得自己在她们面前是“书呆子”一个，很多很多事情，真的是需要跟她们请教!所以我觉得，这也是我的收获之一!

还有，就是以前花钱时从不觉得累，但挣钱时就不一样了，由于在学校坐习惯了，突然站7.8个小时真得受不了，不过还好，后来都适应了!哎...其实以前听别人也说赚钱不容易，可是总没有自己去亲身的体会，而这次，自己通过切身的体会，真的是...是....三个字：不容易!所以真要珍惜自己学习的机会，珍惜父母的劳动成果，虽然我平时已经比较节俭了，可是还是有时候会头脑发热，乱花钱，以后真得不能再这样了，要理智消费!另外，虽然，觉得累，但也考验了我的意志力，特别是在实在站不住的情况下，我不停的告诉自己：要坚持一会，这是一个难得的锻炼的机会!有时候，人真得需要发挥主观能动性，每当我这么想的时候，我就会真得坚持下来!真得战胜自己，所以总有一种成就感!

再者，在那我也确实学到了一些知识，比如说比萨的做法，可乐，冰激凌，汉堡包的配料什么的，以及各种咖啡，奶茶，奶昔等等...虽然有些只是理论上的学习，可是我觉得这是很难得的机会，一般人是不能这样去了解，去接触的，所以我觉的这些都是一些很宝贵的财富，我确确实实的去体会了，感同深受了，所以印象深，感触深，心里真得很开心!!

最后，我想再说一下自己对服务行业的感觉，在那里打工的这一个月，所遇到的人大部分是比较有素质的，可是总有一些人是那么的横，虽说“顾客是上帝”，但也不能拿着钱如此的折腾别人，看着别的小女孩被为难，甚至被气哭，我真是感到人与人是那么的不一样，为什么不能多尊重别人一下呢?哪怕一个善意的微笑，一个理解的眼神，就足以让我们的心情保持一天的晴朗!而一句恶言恶语则会让我们心情阴霾一天!所以，学会尊重别人，理解别人，你也会觉得别人对自己也是友好善意的!你的生活会变的多彩，美妙!

我还想再谈一下当我拿到那仅有的几张票票时的感受，当时，真得是激动万分，因为那毕竟是我自己的劳动成果，手里紧握着那些钱，感觉自己像个小大人一样，可以自己赚钱，可以靠自己赚取生活费，虽然微不足道，但足以让我激动好一会了，这种感觉很美妙!!

**社会实践报告及篇九**

近期，我参与了一项名为“战疫社会实践”的活动，这次实践活动对我产生了深远的影响。通过参与一系列的社会实践，我更加深刻地意识到了疫情带来的挑战与困难，同时也感受到了人们众志成城、共克时艰的巨大力量。在与志同道合者的互动和参与慈善活动的同时，我也更加深刻地认识到了个人的责任与担当。以下是我对这次社会实践活动的心得和体会。

首先，这次实践活动让我感受到了疫情给人们生活带来的巨大冲击。疫情的爆发使得很多人的生活发生了巨大变化，人们不得不封锁家门、停工停产、远离朋友和亲人。其中，最让人印象深刻的是那些一线的医护人员，他们不辞辛劳、日夜奋战，为了保护人民的生命安全而付出了巨大的努力。他们的担当和奉献精神让我深感敬佩。

其次，这次实践活动也让我见证了人们众志成城的力量。在疫情期间，很多人通过自愿报名参与志愿服务，为社会做出了自己的贡献。他们无私奉献自己的时间和精力，为社区提供各种服务，比如购买生活用品、配送药物等。这种团结一致的力量让我深深地感受到了人们的温暖和善良。只有在困难时刻，才能真正看清一个国家或社区的凝聚力和风险防范能力。

此外，这次实践活动也让我对个人责任的重要性有了更加深刻的认识。在疫情期间，每个人都肩负着担当起防护自己和家人安全的责任。我们需要保持良好的个人卫生习惯，做到勤洗手、戴口罩、保持社交距离等。我们也需要积极配合政府的各项政策，做到如实报告身体状况、居家隔离等。个人的责任与担当是保护整个社会的关键。

在这次实践活动中，我也参与了一些慈善活动，亲身感受到了捐助对人们生活的帮助。在疫情期间，很多人因为停工停产而失去了收入来源，生活变得异常困难。我们通过捐款、捐物等方式积极参与慈善活动，帮助那些有需要的人们渡过难关。通过参与慈善活动，我体会到了乐于助人的快乐和满足感，也更加坚定了我在以后的生活中继续参与公益事业的决心。

最后，这次实践活动也让我对社会团结的重要性有了更为深刻的认识。在疫情期间，人们可以通过各种形式的行动来表达对其他人的关怀和爱心。一份问候、一份关怀、一次帮助，都能传递出我们对他人的关心和爱意。社会团结不仅能够帮助我们度过当前的困难，也能够为我们创造一个更加和谐、稳定和富有活力的社会。

通过这次战疫社会实践活动，我对疫情的影响、人们众志成城的力量、个人责任与担当、慈善活动的意义以及社会团结的重要性有了更加深刻的认识。我相信，在共同努力下，我们一定能够战胜疫情，重建一个更好的社会。我愿意继续参与这样的活动，为社会做出自己的贡献。

**社会实践报告及篇十**

第一段：引言及实践背景介绍（200字）

暑期社会实践是大学生的重要组成部分，旨在帮助学生拓宽视野、增强社会实践能力。今年暑假，我参加了一次令我终生难忘的社会实践活动。这次实践是由学校组织的，我们前往某农村地区进行了为期十天的支教和扶贫工作。我对此充满了期待和激情，也希望通过这次实践能够更深入地了解农村的真实情况，增长见识。

第二段：实践过程及体会（300字）

在农村的十天，我们和当地的孩子们建立了深厚的关系。每天早上，我们和孩子们一起上课、玩游戏，还和他们一起度过了难忘的傍晚时光。通过亲身参与、感受并体验到了乡村教育的现状和困境，我深深地认识到了农村教育的重要性。在有限的条件下，当地的教师们尽力为孩子们提供教育，但仍然存在教育资源不足的问题。这让我更加珍惜自己所拥有的教育资源，并决心将来能够为农村地区的教育事业作出贡献。

第三段：实践收获及感悟（300字）

通过这次实践，我不仅学会了如何与孩子们相处，更加深刻地理解了“知行合一”的重要性。实践是理论的延伸，只有在实践中才能真正理解和掌握所学知识。通过和学校的老师们、志愿者们一起努力，我发现自己不仅在知识方面得到了提高，还在沟通能力、团队意识等方面有了长足的进步。在这个过程中，我体会到了团队合作的力量，也学会了如何在紧张的工作中保持积极向上的心态。

第四段：对个人发展的影响及展望（200字）

这次实践对我的个人发展有着深远的影响。通过与孩子们相处，我深刻地认识到了自己的责任和使命，也更加明确了自己的职业规划。我决定利用自己所学的专业知识，将来从事农村教育工作，为农村地区的孩子们提供更好的教育资源。同时，我也意识到自己还有很多不足，需要不断学习和提高自己的专业素养和综合能力。

第五段：总结及结语（200字）

通过这次暑期社会实践，我不仅了解了农村地区的教育状况，更提升了自己的能力和自信心。这次实践让我明白了人应当树立正确的价值观，在自己力所能及的范围内为社会做出贡献。我相信，只有通过实践和行动，才能真正感受到自己的成长和进步，也能发挥自己的潜力和价值。最后，我要感谢学校的组织和老师们的悉心指导，让我有机会参与到这次有意义的实践中。我相信，这次实践的经历将对我今后的人生产生积极而深远的影响。

**社会实践报告及篇十一**

实习是一个重要的实践性教学环节。通过实习，可以使我们熟悉外贸实务的具体操作流程，增强感性认识，并可从中进一步了解、巩固与深化已经学过的理论和方法，提高发现问题、分析问题以及解决问题的能力。以下是小编整理的关于社会实践报告范文，欢迎大家参阅。

“社会实践报告”，它的体例、写法目前还无定论，可以参考“调查报 告”的体例和写法。我个人认为，“社会实践报告”应该有以下几部分：

标题：可以是公文式标题，即《关于„„的实践报告》;也可以是观点式标题，例如《社会是大课堂，实践长真知识》。

前言：写出社会实践的参加者、实践的主题、时间、地点。然后用“现将此次实践活动的有关情况报告于下从而过渡到正文。

识，对组织社会实践活动评价。

结语：可以写出作者对此次活动的意见、批评或者建议。

款”等字，而要写标题，如“基本情况”、“主要体会”、“几点思考”、“问题和建议”等。

社会实践报告注意事项

学生上交的实践报告必须按照统一的格式，具体内容包括：

1.封面。下载附件中的统一格式，认真填写所有项目。

2.正文行文要求。理论联系实际;数据、资料真实可靠，个人观点明确，论据确凿，论证合理;逻辑严密、语言流畅、字迹工整;字数20xx-5000。

3.正文格式。按行文顺序须具备：题目、正文(实践概述、分析、建议)、结语、参考文献(依照学术论文撰写规范，网络资料注明网址)。

4.用纸规格。16k，封面统一打印，信息填写完整;正文稿纸手写。

5.20xx年8月27日(周三)上午9：00-11：00，下午2：30-5：00，交至n楼525社科部。实践报告每人一份，以班级为单位按学号排好集体上交，过时不候。班委负责评选出1-2份优秀实践报告，用铅笔在封页做个标记，将其放于本班报告的最上面。

6.可适当借鉴、引用，但严禁以各种方式抄袭或剽窃，一经发现该实践报告判零分，不给予补救机会。

一、实习的目的与意义

在本科专业教育中，实习是一个重要的实践性教学环节。通过实习，可以使我们熟悉外贸实务的具体操作流程，增强感性认识，并可从中进一步了解、巩固与深化已经学过的理论和方法，提高发现问题、分析问题以及解决问题的能力。

在公司具体实习过程中，能够接触国际货物买卖实务的具体操作，进出口的成本核算、询盘、发盘与还盘等各种基本技巧，还能对某一行业深入彻底的了解并能切身体会到国际贸易中不同当事人面临的具体工作与他们之间的互动关系，接触公司制定的各种战略以实现跨国经营和良好的市场运作;认识供求平衡、竞争等宏观经济现象，能够接触真实的商务实战，了解自身存在的不足，并积累一定的经验，为将来走上工作岗位打下良好基础。

二、收获与感想

在成功结束实习后，仔细总结，发现不同于前几次实习，这次校外实习充分认识了从学校走向社会我们存在的不足和缺少工作经验。

工作总结

，认识自身不足。通过实习我发现贸易这专业是门实践性很强的专业，它不光要求我们有扎实的理论知识而且必须具有很强的动手操作能力，更重要的是学会如何与人沟通，怎么建立商业关系，这些是课本中学不到的，只有融入社会的大舞台并不断的历练才能得到提高，还有加强各方面素质的提高。贸易工作同时是一个涉外行业，因此对各方面的要求都很高，对外代表的不仅仅是个人形象，甚至是国家形象，因此必须加强自己各方面素质的修炼，如礼仪等。熟练掌握好本专业的知识。专业知识是我们从事贸易工作的基础，贸易工作的高风险要求我们必须熟练地掌握好专业知识。

三、实习内容

20xx年12月末，我开始了校外实习生活，初次来到上海，在陌生与盲目中寻找实习单位，又在努力和热情中寻找希望，终于在1月里唯一的一次晴天中来到了震旦(国际)集团，在hr的介绍下，了解到震旦集团创立于1965年，以销售amano品牌打卡钟起家，如今企业版图涵盖办公设备(oa)、家具、通讯商品等领域，公司遍布中国台湾、大陆、日本、美国及新加坡等地;商品阵容包括办公室自动化设备、办公家具、手机门号以及资讯软体等。 在中国台湾，震旦的oa事业稳健发展，年年取得60%以上的市场占有率;办公家具事业更以市场领导之姿，推出全台首创的“家具租赁”专案;而在行动通讯领域，震旦拥有二百多家连锁通讯门市，目前也整合资源，朝最大的专业手机通路迈进。震旦有四十年丰厚的实战经验，在中国台湾俨然成为最具特色的综合性行销集团。在新加坡，公司以销售各类型事务用计算器、办公室用碎纸机、护贝机为主，亦针对soho族提供事务用品、耗材的销售，在新加坡也成功进入市场并迅速建立了品牌声望。在日本，震旦公司成立于1976年，总部设立在日本东京，立志于开发世界科技经济实力第二大的日本市场，不断运用其强大的销售通路与团队合作力量，以合理的价格和高品质的服务来满足世界上最为苛刻的市场标准。同时通过近30年的日本市场运作经验，使“aurora”产品在日本的品牌价值得以不断的提升，来实现震旦集团在日本的深远发展，作为一家大型跨国公司，震旦凭借高素质的员工队伍、雄厚的实力、丰富的经验、良好的信誉、先进的技术及精良的设备，可为各种规模的公司、企业提供办公设备和专业的技术保障。公司总经理对行业和企业优势进行评价，并且向我们介绍了集团跨国经营策略和对市场分析，让我们受益非浅，之后，在一名同仁带领下，我分别拜访了集团大陆事业部的成功客户，有汇丰基金、上海通用、花期银行和百思买国际等等国际上声名显赫的大公司，在与这些顾客进行简单的攀谈中，体会到震旦公司的经营理念和发展规模，并丰富了我对公司的认知。

在随后的一周里，我来到集团的oa公司，进行真正是实习过程，刚到公司的时候，助理拿了许多关于公司和产品的资料让我详细阅览，资料中多次提及公司的经营理念和产品的专业术语，大多是英文和日语，由于刚刚走出校园，懒散的心态使我并没有认真的去学习和体会，以至于在后来的实际操作中出现了严重失误。在公司的实习过程中，还接触到了大型公司的erp系统，每位员工都能够通过erp系统进行日常的作业，集团可以通过erp系统，对供应链实行有效的管控。集团的供应链管理在业界享有很高的知名度，正是如此，公司在跨国发展中实习了有效的成本管控和生产经营。

接下来的日子里，我在同仁的带领下不断的学习和实践。经过一阵时间的产品资料的熟悉，经理让我们实际的操作，在学校里我们学到里很多理论知识，什么外贸术语，寻发盘、商务谈判等等，但是真让我一个人开始操作，真就不知道如何起步，因为我不知道该如何开发客户，如何进行有效的沟通，因为我们是专门的销售公司，负责对内和对外产品销售工作，因此并不涉及产品的生产研发，这是其他分公司的事，所以我们日常的工作很大一部分都是用来进行开拓市场和联系客户，因为是实习生，公司对我们并没有十分严格的要求，我们在老员工的指导下，学习怎么有效的进行市场开拓，起初对于开发客户很胆怯，国内的还好点，国外的由于英语水平的限制，通过电话根本不能进行有效沟通，只能通过e-mail套用教材中的例子，这样才得到了一些有效的信息。

在一次与外国公司驻中国办事处的沟通中，因为对公司的认知和我对产品优势的大致阐述终于激发了对方的采购欲望，在第3天的有效沟通中，对方提及了一个相当专业的问题，问到我们产品的墨粉规格和机器预热和输出最快时间差，这样的问题对于外商，你必须给予准确到位的回答，因为这是顾客的购买点，由于之前的大意，我遗憾的失去了一次非常好的机会，随后的时间里，逐步加强了对产品详细的了解和说明，为应对客户的各种问题做充分的准备，进一步准备之后，又重新进入了实际操作，开始联系客户，报价，谈判等等。

因为公司经常有产品发出，因此也接触到了相关的

合同

、发票和其他的单据，之前的这些单证在上课时都接触过，但是理论和实践不同，实际操作起来才发现这些单证的重要性，一点疏忽就能造成不必要麻烦，这些单据大大加强了我们的实践操作能力，也让我们对如何填写这类单据有了进一步的认识。总之，凡事都需要虚心用心的学习，这样才能够掌握实践的操作。

在公司实习的过程中，有幸参加了一次集团一年一度的过关斩将活动，活动是在公司位于上海嘉定区的培训基地举行的，主要目的是锻炼和提高业务水平，分为4关，建立有效客户，产品展示，议价，交易。在各个环节都有经验十分丰富的经理把关，我们实习生作为观摩，学习实际工作中的技巧和积累经验，在活动结束后，公司的崔处长进行了总结，并对所有同仁给予殷切的期望。

在公司最后的几天里，我们来到了公司的博物馆，来切身感受公司的文化，仔细聆听公司工作人员的介绍，对震旦集团创立以来的文化和理念有了更深层次的认识，在他们的眼中企业是一个团队，讲求团队力量的发挥;经营更是一项长期竞赛，要发挥“众人同心，其利断金”的加乘力量，企业才能持续成长。震旦现阶段在务实与创新的行动纲领下，未来的经营策略仍将积极开创，确实掌握产业趋势，延伸核心事业和相关产业的发展。展现震旦集团自创品牌国际化的自信心与企图心。鲜明的红色标志，象征震旦集团如旭日东升般，散发着光明与活力;同时在内涵上，秉持着稳健踏实的一贯经营风格，蕴含创新突破的经营魄力。

今年暑假时大学的第一个暑假，同样，也是人生第一个二十岁的暑假。所以，我想让他变得充实而有意义的。

刚在家的前两天，替妈妈做了点点家务活。其实不干还不知道，零碎的东西越难搞定!总算体验到爸妈劳动的辛苦了。于是，我决定出去找点事做做，毕竟整天窝在家里也不是个办法呢!昔日的伙伴们吧，学车的学车，旅游的旅游去了，打工的为生活努力去了，瞧着没，都个为生活上色呢，我也不能这么庸庸碌碌呢!

找了我以前的同桌瑶妞，她姐夫是开娃娃厂的，或许可以找点事做呢，果然，他们厂这两天缺人手。我心想，做娃娃是何等的容易的事啊，塞塞棉花，剪剪线头的事吧~我爽快的答应下来了。五毛钱一个娃娃，我做一百个能赚五十也不定呢!刚踏进厂房，我的梦想转瞬成空!巨热的空间，看着一个个忙碌的身躯，脸上的汗水，好似地域一般的地带，空调是虚设!我一时后悔我将要在这个地方工作?我疯了吧家里那么舒服的空调床，都没了、回到现实，只有硬着头皮往下走了~~问题是，这个娃娃比我想象中大好多!还有，线头多，无奈了。装棉花，一点点的装着，。旁边的阿姨笑道：“像你这样装到晚上还不知道有没有十个呢?”我顿时苦笑了一下。手越来越疼了，想妈妈了。一天的工程总算结束了。第二天早晨，整只手像残废了一半。在妈妈的劝阻之下，我结束了娃娃厂的工作。真的痛苦而难忘的经历啊!

我第二个打工点是教育机构，是私人承办的学校，就租了很多的商品房上课，我们去就是助教类的咯!教的是低年级的弟弟妹妹们，可是，越小越皮，我就没撤了!怎样都奈何不了小孩们!我料想做几天就会脑充血的!有个三年级的男孩，问他25+3=?他一个劲的摇头!于是乎，我就忍不住小骂了他一下，这下好了，老班指着我鼻子大骂，真受不了，委屈死了我!不过日子长了，也发现孩子们的天真可爱，和他们打成了一片，以另一种心态与他们交流，快结束时孩子们舍不得我呢~~我还感动~。

回想起来，自己确实是学到不少，这也是我做这些事的初衷，能接触到社会的种种，觉得很知足很开心。

后面的日子，每天都在家里和家人在一起，享受天伦之乐，这个夏天不觉得再有遗憾!

这是我进入大学以来第一个暑假。在这个火热的暑假，我很想暂别象牙塔中舒适的生活，带着青年人特有的蓬勃朝气，走入社会，了解社会，深入社会。我第一次有了要外出打工的念头。在我妈的介绍下，我和另一个好朋友一起进了一家韩国料理当服务员。就这样，我开始了人生中的第一份工作。 “在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力”，课本上学的理论知识用到的少之又少。在这样的情况下，我更是能深刻的体会到其中的内涵。当服务员真的是辛苦的，每天工作12小时，就中间休息2小时，那往往是我们每天都翘首盼望的两小时。我责的主要是点餐，端盘子，对于从来没有做过家务活的我来说，这样的工作已经是一个挑战了，它要求速度，灵活，形象，态度，每一项都很重要，可我每一项都做得那么不尽人意，东西总是丢三落四，好几次客人点的东西都不能全部送到，还总是因为要赶时间而撞到别人，不过老板的宽容，朋友的鼓励都让我信心满满，我竟然从没有萌生想要放弃的念头，要是以前那个我，早就受不了，拍拍屁股走人了，可是我没有，我想证明给自己看，我能胜任这份工作。我开始更加勤奋，学习别人处事的方法，招待客人的态度。渐渐的，我犯得错误越来越少了，做事更加的得心应手，虽然每天到家我都几乎累瘫了，不过那种感觉真的很不错，那是我从来没有体会过的。

(本文素材来源于网络，如有侵权，请联系删除。)

**社会实践报告及篇十二**

古人曰：“逝者如斯夫，不舍昼夜”。

短暂又难忘的实习旅程就像白驹过隙般，飞速而逝，而这其间的感受也像五味瓶——酸甜苦辣咸一应俱全，在每日紧张充实的工作环境中不觉间已经走过了一个月的实习期，回首这一个月的实习期，内心充满着激动，也让我有着无限的感慨。

就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了社会实践工作。

打工实践实践虽然很短，但是在这段时间里，我们却可以体会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。

这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

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。

大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题能力。

通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。

因为知识要转化成真正的能力要依靠实践的经验和锻炼。

面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把暑期打工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。

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。

作为一名在校学生，能在大一期间参加社会实习，是一次难得的机遇。

使我们在掌握基本理论知识后，迅速的加以实践运用。

巩固学习成果。

同时，在大三学年，能对所学知识有了更进一步的深化理解，便于更好的学习。

这是学业上的优势。

更为可贵的是，我们在实习中成长的更加成熟，无论是思想还是心理上。

由于我们一贯生活在校园中，时刻有老师、家长和同学关爱，生活可以说用无忧无虑来形容，很少接触社会，也很少吃苦。

在这次酒店实习中，困难时刻严峻的考验着我们。

通过这次实习，我比较全面地了解了酒店的组织架构和经营业务，接触了形形色色的客人，同时还结识了很多很好的同事和朋友，他们让我更深刻地了解了社会，他们拓宽了我的视野，也教会了我如何去适应社会融入社会。

而作为一名还未走出校园的学生，我深知自己要学的东西有很多很多，对即将踏入的工作岗位又有着太多的陌生和神秘，在这种矛盾心理的促使下，我满怀着信心和期待去迎接它。

初来酒店我就被它神秘的色彩、清新的空气、幽雅的环境所深深吸引，为能有机会在这个地方实习而感到庆幸。

来到酒店安排岗位，我才发现自己并没有太多的优势，学校所学的理论知识和现实还有很大的差距，一切都需要重新开始学习摸索，为此当让我选择岗位的时候，我选择了收银员这一岗位，因为它接触客人比较多，工作时间也比较紧凑，这对于我来说是一个绝好的锻炼机会。

在工作中，虽然我只是充当一名普通收银员的角色，但我的工作也绝不仅仅是收钱那么简单，其中也是一系列的复杂程序。

在这一个月的工作中，我发现要能自如的做好一项工作，无论工作是繁重、繁忙还是清闲，要用积极的态度去完成我们的每一份工作，而不是因为工作量比例的大小而去抱怨，因为抱怨是没有用的。

我们更要做的是不要把事情想的太糟糕，而是要保持好的心态面队每一天。

因为快乐的心态会使我们不觉的工作的疲惫与乏味。

工作中我刻苦学习业务知识，在领班的培训指导下，我很快的熟悉了酒店的基本情况和收银的岗位流程，从理论知识到实际操作，从前台到接待为客服务，一点一滴的学习积累，在很短的时间内我就掌握了收银员应具备的各项业务技能。

实习占用了我们大学里的最后一个暑假的时间，但是这和以往打的暑期工不同，在工作过程中，我们不是单纯地出卖自己的劳动力去换取报酬，而是当自己是酒店的一员，和各部门同事密切合作维护酒店形象和创造最大的利益。

实习过程中，我们不会因为还是本科在读生而受到特别的礼遇，和其他心员工一样，从酒店基本知识和本职工作开始了解，偶尔做错事，也不会有人偏袒。

作为酒店的一员，穿上了制服，就要处处维护酒店的权益，要把自己和酒店紧密联系起来，要熟悉酒店的信息，要另自己的一言一行都要代表酒店的利益，时刻为酒店做宣传，提高酒店和自己的形象。

实习过程中，让我提前接触了社会，认识到了当今的就业形势，并为自己不久后的就业计划做了一次提前策划。

通过这次实习，我发现了自己与酒店的契合点，为我的就业方向做了一个指引。

另外，酒店的人才培养制度为我们提供了大量的学习机会，为我们提供了就业机会。

实习实际上就是一次就业的演练，在实习中，我发现，其实学习不光充满在课堂上，社会上给你提供的学习机会更多。

只不过，这个学习资源需要你的筛选。

不象我们课堂上，老师永远教给我们的都是实实在在的真理性的知识。

但是，社会上提供的学习资料更及时，利用效率更高。

学习的机会时刻充实在生活中，学习中。

这是我第一次利用寒假时间参加社会实践，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。

通过参加这次的寒假社会实践活动，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，却让我从寒假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。

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