# 2024年饭店实践报告(精选14篇)

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2024-08-19

*在当下这个社会中，报告的使用成为日常生活的常态，报告具有成文事后性的特点。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？这里我整理了一些优秀的报告范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。饭店实践报告篇一在此次社会实践中我认识到...*

在当下这个社会中，报告的使用成为日常生活的常态，报告具有成文事后性的特点。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？这里我整理了一些优秀的报告范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

**饭店实践报告篇一**

在此次社会实践中我认识到了一下几点：

一、让我明白了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。

二、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。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。

通过这几天的社会实践我学到了许多在课堂上学不到的东西。虽然只是短短的几天，但我觉得挺充实的，至少让我的寒假过得有意义。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。让自己能更好的融入社会这个大家庭，为他贡献出自己的一份力量。

20xx年的暑期我收获颇多，因为我终于通过了严格的面试，得到了在xgll国际连锁五星级大饭店的实习机会。这对我来说是一个全新的开始，也是一个不小的挑战。

在放假前期，我同往常一样开始了紧锣密鼓的假期实践筹备当中。从以前在三星和佳能的实践经验，我更倾向于在大公司感受和汲取他们的企业文化和前沿信息。所以我选择了长春xgll大饭店——我一直向往的就业企业。在面试中我表现的还不错，经理答应我如果有职位一定会马上联系我，我也下定决心时刻准备着在这里大展抱负。

终于，我接到了他们的电话，于是我在第一时间赶上最近的一班火车从家里返回到了长春。作为宾客和雇员的心境是完全不一样的，就连眼中的风景也是不同的。就像经理曾经对我说的一样：“xgll是一个华丽的、世外桃源般的地方，每一位宾客都在享受着这种美好，但是作为员工的我们，要为这些美好付出许多的辛苦和青春。”这句话一直回想在我的耳边。

穿着着xgll职业装的我，不知不觉的找到了职业人的感觉。在xgll我的工作是在前台传送宾客的护照信息到公安局，在忙碌的时候做好引导工作。刚开始，我有些不习惯我的从下午两点到晚上十一点的时间表，每天躺在员工宿舍的我都久久不能入睡，眼前总是有很多白天忙碌时的情景，我总是在想“下一次遇到这样的情景我要做的更好”。在不到一周的时间我就适应了这样的工作密度，也和同事开始熟悉起来。每天在工作时我一直在不断观察，观察同事们的做事风格，观察不同级别同事的相处方式，观察xgll的运营方式和企业风格。在休息时间我也在xgll各个地方参观，希望能把这座美丽的城堡尽收眼底。

通过我的观察，xgll是一个企业文化很突出、伙伴的合作方式都很独特的地方。员工们都是优秀的人才。在这里几乎没有人不会说外语，大家平时也是中英结合的沟通方式。而且对员工的福利待遇是业内最好的——免费的各种培训(全英文)，两套随时可清洗的工作装，三餐免费的自助式工作餐，全天24小时的热水，免费的员工倒班宿舍和长期宿舍，年底三个月工资的奖金等等，都体现了现代化西式管理模式下对员工的关爱。同时员工也会在最优状态下做出最好的表现回馈公司。然而总经理许建先生对于像我一样的实习大学生的关注更是给了我很大的动力。

当然能留住员工的不但是好的福利待遇，还有职业的前景和发展空间。就我来讲，在毕业后我在xgll的求职方向会在销售部、前厅部和总经理秘书这几个方向上。这是我通过对在此部门工作的员工的交流所选择出的比较有发展，有前景的部门。

在xgll一个月的时间过得飞速，随着我对工作的熟悉和认识增多，对这里的热爱也慢慢更深刻。xgll对我不但是一个国际五星级饭店，更是一个梦开始的地方。在这段时间里，我认识的同事帮助了很多很多，也对我寄予很很高的期望。我希望在毕业时能在xgll有一一番作为。

**饭店实践报告篇二**

今年我在连云港新浦区学府酒家应聘上了服务员这一职业，并进行了为期10天的实习工作。作为一名大学生，第一次参加工作，与社会零距离接触，虽然时间短暂，但感触颇多。在这一个月中，我增长了见识，让自己的性情得到了磨练，增强了韧性，没有卑微的工作，只有卑微的心态。

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，我开始了这次为期10天的实习。

实习，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去实践，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，实习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。要学会从实习中学习，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。

工作了10天，回望过去，时间过得真快，自己竟然能熬过来，就只有10天，可过程却异常艰难，特别是最后几天，简直度日如年。其实任何事，过程中的感觉都是漫长的，时间仿佛停滞不前，每天都盼着那个点下班，天天面对同样的事，无聊，辛苦，可事后回望，也不过如此。任何人都是从平凡的岗位做起，重复是在所难免的事，哪个工作又不重复呢，要用心，有所获，贵在坚持。原来，只要我们坚持下来，一切艰难困苦不过尔尔，没有什么大不了，坚持就是胜利，挺过来，任何事都显得那么渺小，甚至苍白，不值一提。

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,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.我的工作是在那做服务员,每天9点钟-下午2点再从下午的4点-晚上7点上班,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,接簇了社会,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。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，1年之后，我已经不再是一名大学。

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.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。

在这个小小的餐饮店，我发现了人没有三六九等，但顾客的素质却参差不齐，说话要注意措辞，素质是自己的，借不到，别人也强加不了。在交往中，如果我们不能去改变什么，我们就要采用各种方法去适应。许多人说娱乐圈是个大染缸，各形各色的人都有，其实餐饮业又何尝不是呢，或者可以说，又有哪个行业不是呢，无论是什么地方，什么样的人都会有，大家为了工作，为了生活，为了不同的目的走到一起，每个人都有自己的思想，个性，脾气，要想与他们搞好关系，需要许多技巧，为人处世道在于隐忍，少说话，多做事，管好自己，尽量不做有损他人利益的事。我信奉人之初，性本善，也不否认人都是自私，关键在于如何把握一个度。不可忽视，小觑身边的任何一个人，无论是什么时候，任何情况，都要真诚对人，热诚待人，不要求别人有所回报，只要求自己问心无愧，只要自己是真诚的，我们的心就会是殷实的。

**饭店实践报告篇三**

一个月短暂的寒假很快就过去了，此时此刻，回味一下自己假期生活，深有感触：我觉得这个假期过得很充实，通过两周的打工，我学到了很多在学校里无法学到的东西。

放假回家后，我跟妈妈说我想去打工，体验一下生活。妈妈同意了。在妈妈的帮助下，我来到了老虎滩附近的王子饭店，在那里当服务员。

正式上班的前一天，我就去里王子饭店。来到一个新环境，对什么都很好奇，我在饭店里转了转。饭店总占地面积大约1500平方米吧。一楼里面是火锅，海鲜自助餐，外面是烧烤；二楼是炒菜；三四楼是客房。不禁觉得这个饭店还挺豪华的。

1月7号正式上班。9点钟上班。二楼主管孙经理把我带到人事部填写员工档案，然后带我去领了一套工作服。最后把我带到姜姐姐面前，跟我说，你先跟着她熟悉熟悉环境，然后就走了。一开始，由于是第一次接触这种场面，感觉什么都很新鲜，对什么都好奇，就向姐姐问这问那，姐姐就一一告诉我，把一天的流程跟我说了一遍，然后就说，你也不用刻意去记，跟着我做就可以了。

听起来好像很简单，但做起来就不是那么简单了。刚开始，我就只是做一些简单的零碎的事，这些事以前在家里做过，现在做起来还挺顺手。快到中午的时候，陆续有客人来吃饭，一天的工作渐渐地进入了第一个高峰期。由于我是第一天来干活，我们的领班静姐就没有让我点菜，只是让我在旁边看着，看着看着我就晕了，这老多菜，一样样的记下菜名，价格，这得用多长时间，哎，但是想归想，在休息时间里，我还是慢慢地记下了，第一天的客人不算太多，中午有七桌团餐，在团来之前，静姐让我和姜姐一起把菜给上了，（团餐是按照一定的餐标给固定的菜），我就学着姐姐的样子做，嘿嘿，还可以，只要汤不洒就行了，菜刚刚上完，旅游团就来了，真就体验到了赵丽蓉小品中的\"别人坐着，我站着，别人吃着我看着\"的感觉，看着她们各种各样的吃饭姿势，就觉得好笑，都说看一个人的行为举止，就能知道这个人修养，还真不假。

客人用餐过后，就是我们的事了，收拾餐具，把餐具分类放入车里或桶里，推到洗碗间，让阿姨刷，然后，把桌上的塑料桌布撤下来，擦转盘，扫地、拖地，这些大部分都是简单的，最不好做的就是擦转盘和翻转盘了。擦转盘要擦三次，第一次用放有洗涤剂的谁洗的抹布擦，第二遍用干净的湿抹布擦、第三遍用干抹布打干，刚开始的时候擦不干净，经常呗领班训，一点一点的从中找到了技巧，越干越顺手，第三天基本上就不用挨训了。

再一个难的就是翻转盘，直径1.5米的转盘、对于女生来说翻起来比较困难，所以我们只选择翻较小较轻的，较大的留给男生。

最后只剩下摆餐具了。在熟悉了整个过程之后，领班就把这片交给我了。

有些很有素质的客人，给他们上完菜就可以去干其他的事了，对于那些刁钻的客人，就很麻烦，一会儿要餐巾纸，一会儿要添米饭、添汤，一会儿都不让你闲着，只要看见你闲着，就会给你找点事做，这样的客人很多，你心里即使生气，也得往肚子里咽，有气没地方出真憋屈！

**饭店实践报告篇四**

粮工10401

421310401015

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-走进临沂费县御香苑火锅店!

我的工作是传菜员，刚开始我以为这工作很简单。不就是上菜吗，可后来我才发现我错啦，传菜员的工作好多埃每天要先打扫我们的走廊，然后摆盘子，接着要弄菜上的装饰物。到了来客人的时候我们开始上菜，要记住是哪个房间，错了要我们自己买单！客人走了，我们要收台，就是把剩菜倒掉，把盘子拿回洗刷间！每天我们8点20点名，开始工作一直到下午2点，下午4点点名再到晚上9点。每五天要值一次班，值班中午不休息，晚上等客人走没才可以走，最晚曾经到11点!而且上班时间是不可以坐着的，要一直站着，连依着墙都不可以！

刚开始时，每天累得脚痛，可是到后来就慢慢习惯啦，自己干的活是又累又脏，自己心里好难受，有点不平衡，自己上了这么多年学，父母花了那么多钱，把我养大成人，我却只能干这又累又脏的活，心里不免有点失落。

在火锅店累是一方但是还有就是人际关系，为人处世。不是所有你该干的都有别人来告诉你！你自己要学会干自己该干的，不干自己不该干的。不是所有的人都会因为完成额外任务得到夸奖的！

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。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。

**饭店实践报告篇五**

对于在校大学生来说，打工实践是培养能力的一个重要方式。下面是假期饭店打工实践报告的内容，欢迎阅读！

作为一名大一新生，对缤纷多彩的大学生活充满了好奇，这也迫使我在大学的第一个寒假里，希望增添点理论知识，为我以后的大学生活提供平台。通过熟人的介绍，我在一家小饭店打工，刚报到的那天是下午，客人很多，我拖着行李很呆板的站在那里，直到其中的一位老板注意到我，问我是不是来上班的？我点头。于是他叫经理带我熟悉环境，明天好上班。

那天下午让我觉得很奇怪，以前都是以消费者的身份进入饭店，这次却是一名服务员，呵呵。第一个感觉就是调整心态，以防明天工作是什么都不懂。于是我便请一个老生来教我，她先带我熟悉了环境，为了更好的进入工作状态，我马上做起了端菜、传菜的活，传菜并不是很难，但如果有点菜相同的桌数便会很麻烦，因为厨师每次只会炒那么一份，而那一份放在哪桌是个问题？不过还好，有菜单，我们会按照菜单的先后而传菜，然后向后一位道歉，这样就两全其美了。不过千万别弄乱了桌序号，不然就麻烦了。这是我从那天下午体验中得到的经验。

第一天工作正式开始，那个经理就给了我一项很艰巨的工作，那便是点菜，熟悉那份几张纸的菜单就已经很难了，有时候还要熟悉这个菜的菜色、以便好向客人介绍，有时候还要面对客人的无理取闹，这真是一份很艰巨的工作。我还记得刚开始，有好几次我把菜单交给厨房的师傅，便无故被训了好几次，说这个菜没有、那个菜没有，让客人重新点过，特无语的！从那以后，我便更加努力的记菜谱，面对客人的无理取闹，我也会小心处理，每次等客人点完在交给厨师，他把菜单再贴在板上，我总会深深的叹口气道：总算不会出错了。其次，面对点菜还有一个很严重的问题，那便是语言问题，面对当地人还不要紧，可遇到外省再加普通话不好的人，我头就痛，于是每次我只能变着法的去请经理来处理，哎。

回归正题，社会实践工作几天后，我便感觉当一名服务员是一件非常疲倦的事，休息时间少，工作非常累。只要有需要，服务员必须什么事都得干，除迎宾、摆台、折台布、传菜、上菜、撤台这些比作的工作外，也得兼职勤杂工，拖地、打扫卫生当累活。我上班的时间是9个小时制，没有双休日，但往往下班的具体时间是不确定的，经常根据实际情况加班加点（没有加班费）。我不知道这样的作息制度有没有违反《劳动法》，但我知道最委屈的便是我的脚，每天至少9个小时的站立另我吃不消，于是每天下班后的第一件事，便是找个地方坐下休息一下。

饭店工作都是穿着统一的工作服，由饭店统一发放换洗，但我认为这里的制服太过简单陈旧了，常有破损的现象。所以有很多员工都不穿，刚开始不熟悉饭店的人员，有时就以为他们是客人，经常弄出了不少笑话。不过连我欣慰的是：这里的员工对我都很热情友好，他们并不是因为我是来兼职的而对我冷漠生硬，没有在我什么都不懂得基础下而讥讽我。。。。。。相反，在我劳累之余，他们会给我一个甜美的微笑，会给我一句在普通不过的“辛苦了”“好好干”。这些都让我感动不已。而且我也因为年纪小的原因受到了许多照顾，特别是那次脚被烫伤，每天有人扶我上下楼，把我那份要做的工作做一大部分，真的谢谢他们！如果当时没有他们，我想我很难一个人度过，谢谢！！！

不过我在这家小饭店里打工，犯了一个很严重、很低级的错误，那便是上班的时候，和两个年纪相仿的同时在一起打扑克牌。我记得当初是厨房的师傅和经理闹不和，所以全体罢工，我们也落得清闲，不过老板还是让我们按照原来的工作时间上班，做工作时该做的事，可是那时候真的很无聊，每天呆在那里特别没精神，于是我们便玩起了扑克牌，不过仅仅一次便被老板抓了，被巡了一顿、还在最后的工资里扣了50元。哎。

虽然在这家小饭店只打了13天工，不过真的有很大的收获。我进入了社会，提前了解了社会，对这个社会提前有了认识，我以后再社会上就能少走点弯路。我也学会了很多东西，除了学会了服务程序和技巧，各种菜色的特点和种类，还学到了如何处理自己和饭店的利益，如何处理好同事之间的人际关系，如何调整心态，更让我了解到作为一名服务员应该具有强烈的服务意识。

**饭店实践报告篇六**

阶段一：熟悉期（1月19日）

阶段小结：像军训时一样，领班说什么就是什么，彻底服从；要认真揣摩领悟主管传授的技术要领，在主管传授技巧的时候千万不要自我表现打断主管的讲话。如果那样就是自寻没趣。

阶段二：1月20日至2月1日

继续熟练第一阶段的各项服务要求。许我比较外向，也比较能说。几天时间我和员工之间的陌生感就没了，彼此之间轻松交谈，可以自由发表个人见解，开始掌握各项工作的特点，主动性和灵活性增强。由于人多，我第二天就被分配到包间上菜，基本上是两个人负责一个包间。那种看着别人吃的尽兴，自己只能看着还要忙的团团转的感觉真的很不好。看着客人们吃着色、香、味俱全的各种菜肴，顿时香味儿绕梁、余味不绝啊。那种诱惑真的很难克制啊。还有几天是早班。早班就是要早上5点起床，骑车30分钟到饭店后去签到，早班的主要任务是早上的自助餐。需要你放餐具、加酒精、去厨房端食物、去水果间准备水果？我感到的最大问题是根本不知道该干什么！早班一共就上了那么几天，东西的摆放不是很清楚，只好到处问人到处碰壁到处乱转。

阶段小结：度过工作适应期之后开始慢慢的通过自己的努力把自己的工作态度和乐观的心情在日常生活中表现出来。通过前面两个阶段的练习，已具备解决各项事务的能力，完成每天分配给自己的工作之后就主动帮助别人完成拖地、摆放餐具等工作；开始对部分服务环节进行改进，灵活应对顾客的要求并且与顾客聊天；偶尔被同事骂或者又能给同事“挑刺”，共同分享劳动的快乐。

实践心得总结

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，利用假期参加这次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。这次的社会实践收获不少。现在举例如下：

一、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。如何与别人沟通好，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，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

二、在社会实践中以及以后的工作中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。就像刚开始时我到饭店那样有一点胆怯，但后来是自信给了我勇气。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。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。”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。”

四、在工作中要不断地丰富知识。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。

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，本人的人际交往的能力还欠佳，这还应在日后的日常生活、交际中有待加强和学习。

第二，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。

实践小结

在这次社会实践中，系领导和老师对我们的支持是不可忽视的。正是系领导和老师的支持，才使我们多了一次与社会充分接触，增强了社交能力及实践能力的机会。实践活动的成功，为我们下一次实践做了较好的铺垫，也为我系以后的学生参与社会实践活动打下了坚定的基础。

真的是不干不知道，原来当服务员真的很累。而且在社会上，没有人再会平等的对待你，对于初来乍到的新手来说，老手会觉得你碍手碍脚，主管会觉得你什么都不懂很麻烦，而一个人在那打工更是饱受孤独的滋味。我真的发现这一个月对我的促进作用很大，这些在学校都是学不到的。当然，我学习的时间尚短，之后都要一直一直的学习下去才行，我会努力的！

总之，这次打工的经历真得让我刻骨铭心！我所收获的只有我自己知道！在短短一个月的打工生涯中，我觉得我不仅仅是学到了一些知识，更重要的是练就了自己的韧性，让自己明白了很多道理，很多看似简单的道理，也为我自己踏入社会作好铺垫，人，总是需要去磨练，去拼搏，要不岂不是在人间白走一遭吗？虽然我并不迷信，但我一直相信：既然给你做人的机会，那么就要好好的把握！

**饭店实践报告篇七**

时间：20xx.7.7~20xx.7.31

地点：山西路

饭店虹桥饭店虹桥饭店是一座三星级旅游涉外饭店，位于市区主干道――中山北路上，地理位置优越，闹中有静，环境优雅。饭店由17层主楼及裙楼组成，拥有豪华及标准客房181间，设有自助餐厅、风味厅等12个，500个餐位。饭店每日营业时间是全天24小时。

阶段一：熟悉期（7月7日）

由于是第一天，我的工作就是一般的传菜，也叫走菜。起初在领班分配工作的时候我就因为不知道走菜是什么意思而问了半天。第一天，什么都不知道，什么都要多问多动。幸好有个前辈很热心，先带着我熟悉了整个饭店的包间、大厅位置。

阶段小结：像军训时一样，领班说什么就是什么，彻底服从；要认真揣摩领悟主管传授的技术要领，在主管传授技巧的时候千万不要自我表现打断主管的讲话。如果那样就是自寻没趣。

阶段二：7月8日至7月31日

继续熟练第一阶段的各项服务要求。

也许我比较外向，也比较能说。几天时间我和员工之间的陌生感就没了，彼此之间轻松交谈，可以自由发表个人见解，开始掌握各项工作的特点，主动性和灵活性增强。由于人多，我第二天就被分配到包间上菜，基本上是两个人负责一个包间。那种看着别人吃的尽兴，自己只能看着还要忙的团团转的感觉真的很不好。由于是吃龙虾的季节，虹桥饭店还有个龙虾节，顿时香味儿绕梁、余味不绝啊。那种诱惑真的很难克制啊。

还有几天是早班。早班就是要早上5点起床，骑车30分钟到饭店后擦上口红去签到。（虽然不论什么班都需要涂上口红-\_-!）早班的主要任务是早上的自助餐。需要你放餐具酷猫写作、加酒精、去厨房端食物、去水果间准备水果……我感到的最大问题是根本不知道该干什么！早班一共就上了那么几天，东西的摆放不是很清楚，只好到处问人到处碰壁到处乱转。

阶段小结：度过工作适应期之后开始慢慢的通过自己的努力把自己的工作态度和乐观的心情在日常生活中表现出来。通过前面两个阶段的练习，已具备解决各项事务的能力，完成每天分配给自己的工作之后就主动帮助别人完成拖地、摆放餐具等工作；开始对部分服务环节进行改进，灵活应对顾客的要求并且与顾客聊天；偶尔被同事骂或者又能给同事“挑刺”，共同分享劳动的快乐。

1.一定不能和领班产生任何语言冲突。踏上社会的感觉真的很奇妙，学校里我们从未不敢发表自己的意见，老师有时候错了我们也都会挑出来。可是在外面，上级永远是对的。这样真的很需要我们适应。

2.了解了在“零点”甚至整个虹桥饭店食品部的运作的基本过程。

3.每个饭店注重的企业文化都不样，而这些知识正是我们从书本中难以得到的。

4.初步的掌握了一些酒店行业方面的知识，拓展了个人的知识面，增强了个人在应对酒店内人际交往方面的能力。这点给我的最大体会是在与人的交流上。有天早班时见到几个外国人，也许是因为语言的隔阂，几乎没有人去为他们服务。这时在戴尔特的口语锻炼就体现出来了，我可以轻易的上前和他们交谈，这也被领班表扬了一番。

5.在工作中因为上级员工的失误而造成的工作中的失误等原因而产生的矛盾，千万不要直接冒犯。

6.在工作和生活中充分表达自己的幽默感，这样会让同伴们很自然的接受你。

实践小结：真的是不干不知道，原来当服务员真的很累。而且在社会上，没有人再会平等的对待你，对于初来乍到的新手来说，老手会觉得你碍手碍脚，主管会觉得你什么都不懂很麻烦，而一个人在那打工更是饱受孤独的滋味。我真的发现这一个月对我的促进作用很大，这些在学校都是学不到的。当然，我学习的时间尚短，之后都要一直一直的学习下去才行，我会努力的！

**饭店实践报告篇八**

20xx年的暑期我收获颇多，因为我终于通过了严格的面试，得到了在xxx国际连锁五星级大饭店的实习机会。这对我来说是一个全新的开始，也是一个不小的挑战。

在放假前期，我同往常一样开始了紧锣密鼓的假期实践筹备当中。从以前在三星和佳能的实践经验，我更倾向于在大公司感受和汲取他们的企业文化和前沿信息。所以我选择了长春xxx大饭店——我一直向往的就业企业。在面试中我表现的还不错，经理答应我如果有职位一定会马上联系我，我也下定决心时刻准备着在这里大展抱负。

终于，我接到了他们的电话，于是我在第一时间赶上最近的一班火车从家里返回到了长春。作为宾客和雇员的心境是完全不一样的，就连眼中的风景也是不同的。就像经理曾经对我说的一样：“xxx是一个华丽的、世外桃源般的地方，每一位宾客都在享受着这种美好，但是作为员工的我们，要为这些美好付出许多的辛苦和青春。”这句话一直回想在我的耳边。

穿着着xxx职业装的我，不知不觉的找到了职业人的感觉。

在xxx我的工作是在前台传送宾客的护照信息到公安局，在忙碌的时候做好引导工作。刚开始，我有些不习惯我的从下午两点到晚上十一点的时间表，每天躺在员工宿舍的我都久久不能入睡，眼前总是有很多白天忙碌时的情景，我总是在想“下一次遇到这样的情景我要做的更好”。在不到一周的时间我就适应了这样的工作密度，也和同事开始熟悉起来。每天在工作时我一直在不断观察，观察同事们的做事风格，观察不同级别同事的相处方式，观察xxx的运营方式和企业风格。在休息时间我也在xxx各个地方参观，希望能把这座美丽的城堡尽收眼底。

通过我的观察，xxx是一个企业文化很突出、伙伴的合作方式都很独特的地方。员工们都是优秀的人才。在这里几乎没有人不会说外语，大家平时也是中英结合的沟通方式。而且对员工的福利待遇是业内最好的——免费的各种培训（全英文），两套随时可清洗的工作装，三餐免费的自助式工作餐，全天24小时的热水，免费的员工倒班宿舍和长期宿舍，年底三个月工资的奖金等等，都体现了现代化西式管理模式下对员工的关爱。同时员工也会在最优状态下做出最好的表现回馈公司。然而总经理许建先生对于像我一样的实习大学生的关注更是给了我很大的动力。

当然能留住员工的不但是好的福利待遇，还有职业的前景和发展空间。就我来讲，在毕业后我在xxx的求职方向会在销售部、前厅部和总经理秘书这几个方向上。这是我通过对在此部门工作的员工的交流所选择出的比较有发展，有前景的部门。

在xxx一个月的时间过得飞速，随着我对工作的熟悉和认识增多，对这里的热爱也慢慢更深刻。xxx对我不但是一个国际五星级饭店，更是一个梦开始的地方。在这段时间里，我认识的同事帮助了很多很多，也对我寄予很很高的期望。我希望在毕业时能在xxx有一番作为。

**饭店实践报告篇九**

时间如白驹过隙，飞快地流逝着。昨天已成为永远。我们既不需要面对昨天，也不需要面对未来，需要面对的是现在。不论昨天是否成功，那都不重要，重要的是在现在做到。

有句俗话说的很对！淘汰，并不是你能力差，而是你是否在意你现在的工作。是的，其实不是你没有能力去胜任这份工作，而是你不喜欢这份工作，所以做不好。其实每个人对他的现状都是不满的，但是为什么在这种不起眼的工作岗位上有的能取得成功，而有的却一天不如一天；最后被淘汰呢？其实很简单，那就是对工作的态度不一样。

工作一年了，在这一年中我做了些什么，有些什么高兴与苦恼的事。回想过去有很多辛酸苦乐，在工作态度上也迷失过方向，走了一点小小的弯路，不过那都是将要过去的事了，总结错误，用于下一年的工作中，那才是我现在要做的。也许各位同仁认为在工作中没有什么乐趣，如果你这样想那么就错了。其实只要善于发现，工作中是有很多值得我们高兴的东西。

有的时候我也会抱怨怎么会这样，我经常做一些扫地，收餐盘，拖地一些无趣的小事，连小学生也会的事，直到有一天我年看了两个故事后，我的态度改变了。第一个故事说：日本的一个高官，曾经在他年青的时候发生的一个真实的故事，他年青的时到一家酒店当服务员。开始的时候经理叫他去洗厕所，他认为这份工作，没意义。整天无心工作。他的心事被经理发现了，就当着他的面把厕所洗干净后在马桶里装了一杯水喝了下去。经理的举动让他太为感悟。后来他学会了认真细心的工作。最后取做到了成功。

还有一个故事是肯做到基老总相到中国台湾发展，于是就在当地招一名总经理，当所有考核都过关后，最后一项考核是清洗卫生间，这让所有考生都很惊牙。最后他通过了最后一项考核。后来他的老板告诉总经理他家的卫生间一直是他清洗的。

可以看出，一个干大事的人也经常干一些小事。这些看似小事的事，正是成就一个人一生的关键。谈到这里你还认为这些事不起眼吗？新的一年就要到来了，我相信我一定能做到。

**饭店实践报告篇十**

人们都说，跨进大学就等于跨进了半个社会，20岁的我们也该去体验生活的苦与乐了。于是在大一的这个暑假，第一次去尝试了工作，虽然只是短暂的\'两个月，却让我收益颇丰。我在一家饭店从事服务员的工作，工作看似简单，我却用了两个月的时间去领悟个中的要诀。刚开始的时候总会被顾客的抱怨弄的手足无措，也会被顾客刻意的刁难弄的欲哭无泪，而老板的挑剔更是令我备感委屈。不过我知道是自己没经验什么都不会，被挑剔是很正常的，所以我很努力的去学习我所要做的一切，熟悉我的工作。老板的挑剔越来越少，当听到表扬时，更是欢欣雀跃。虽然还没到游刃有余的地步，但一步步的成长是那么的显而易见，我很高兴我的双手也在创造财富。这次实践，我只是想接触一下人们口中总提到的社会，总说大学生接触不到社会，我想自己体验一下社会到底是什么样子，两个月下来，还是有所收获。

1、在社会上要善于与别人沟通。经过这一个月的实践工作让我认识很多的人，也让我了解到与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习的。以前，我与别人对话时不会随机应变，总是想说什么就说，谈话时从不注意别人的想法。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。

2、在社会上工作要有自信。我刚工作时，总认为自己什么都做不好，就养成了不耻下问的习惯，干什么都问好，一开始大家还有耐心。然而当我慢慢熟悉后，还是改不了这个习惯，大家边有点烦了。后来，同事说“你能不能有点自信，自己作主氨，我才意识到，这是缺乏自信的表现。在以后的工作中我尽量自己作主，让自己有点自信。不论你以后做什么工作，肯定会又要自己做主的时候，所以，自信一点，自己作主。

3、工作中也充满学习的机会。像我在饭店工作，那的厨师很好，我站在旁边，他还教我炒菜呢。虽然学生不是太好，但也还是受了点熏陶，回家后妈妈还夸我做菜好吃呢。还有，我也经常和同事说我们学的东西，讨论我们都看过的书，很有意思。其实，生活中，工作中，到处都是学习的机会，只要肯抓住，不一定要在学校学习。

**饭店实践报告篇十一**

一个月短暂的寒假很快就过去了，此时此刻，回味一下自己假期生活，深有感触：我觉得这个假期过得很充实，通过两周的打工，我学到了很多在学校里无法学到的东西。

放假回家后，我跟妈妈说我想去打工，体验一下生活。妈妈同意了。在妈妈的帮助下，我来到了老虎滩附近的王子饭店，在那里当服务员。

正式上班的前一天，我就去里王子饭店。来到一个新环境，对什么都很好奇，我在饭店里转了转。饭店总占地面积大约1500平方米吧。一楼里面是火锅，海鲜自助餐，外面是烧烤;二楼是炒菜;三四楼是客房。不禁觉得这个饭店还挺豪华的。

1月7号正式上班。9点钟上班。二楼主管孙经理把我带到人事部填写员工档案，然后带我去领了一套工作服。最后把我带到姜姐姐面前，跟我说，你先跟着她熟悉熟悉环境，然后就走了。一开始，由于是第一次接触这种场面，感觉什么都很新鲜，对什么都好奇，就向姐姐问这问那，姐姐就一一告诉我，把一天的流程跟我说了一遍，然后就说，你也不用刻意去记，跟着我做就可以了。

听起来好像很简单，但做起来就不是那么简单了。刚开始，我就只是做一些简单的零碎的事，这些事以前在家里做过，现在做起来还挺顺手。快到中午的时候，陆续有客人来吃饭，一天的工作渐渐地进入了第一个高峰期。由于我是第一天来干活，我们的领班静姐就没有让我点菜，只是让我在旁边看着，看着看着我就晕了，这老多菜，一样样的记下菜名，价格，这得用多长时间，哎 但是想归想，在休息时间里，我还是慢慢地记下了，第一天的客人不算太多，中午有七桌团餐，在团来之前，静姐让我和姜姐一起把菜给上了，(团餐是按照一定的餐标给固定的菜)，我就学着姐姐的样子做，嘿嘿，还可以，只要汤不洒就行了，菜刚刚上完，旅游团就来了，真就体验到了赵丽蓉小品中的\"别人坐着，我站着，别人吃着我看着\"的感觉，看着她们各种各样的吃饭姿势，就觉得好笑，都说看一个人的行为举止，就能知道这个人修养，还真不假。

客人用餐过后，就是我们的事了，收拾餐具，把餐具分类放入车里或桶里，推到洗碗间，让阿姨刷，然后，把桌上的塑料桌布撤下来，擦转盘，扫地、拖地，这些大部分都是简单的，最不好做的就是擦转盘和翻转盘了。擦转盘要擦三次，第一次用放有洗涤剂的谁洗的抹布擦，第二遍用干净的湿抹布擦、第三遍用干抹布打干，刚开始的时候擦不干净，经常呗领班训，一点一点的从中找到了技巧，越干越顺手，第三天基本上就不用挨训了。

再一个难的就是翻转盘，直径1.5米的转盘、对于女生来说翻起来比较困难，所以我们只选择翻较小较轻的，较大的留给男生。

最后只剩下摆餐具了。在熟悉了整个过程之后，领班就把这片交给我了。

有些很有素质的客人，给他们上完菜就可以去干其他的事了，对于那些刁钻的客人，就很麻烦，一会儿要餐巾纸，一会儿要添米饭、添汤、，一会儿都不让你闲着，只要看见你闲着，就会给你找点事做，这样的客人很多，你心里即使生气，也得往肚子里咽，有气没地方出真憋屈!!!

**饭店实践报告篇十二**

随然去过不少快餐店吃饭，但在迈进大成家双鹿店的大门时，就被它干净，整洁的店面吸引了，餐厅店经理热情的接待了我们，带着我们参观了内场、外场后，给我们这些人进行了实践工作的分配。有的服务，有的做清洁，还有的进行些物料的准备工作。

由于餐厅的内场工作需要一些操作标准，操作流程，餐厅店经理也出于对我们的安全方面的考虑(怕我们烫伤，摔伤，扭伤等)，没有安排我们进内场操作。但是在外场的实践工作中，餐厅店经理都会让有经验的服务员给我们进行进行简单的理论和实操培训，后再由我们自己进行实践的操作，如果有不正确的地方，也会有专人进行指导，纠正，指导正确标准为止。

通过餐厅的社会实践培训，我们知道了餐厅服务七步骤：

1.欢迎顾客--欢迎光临，您几位，请在座位上点餐;

2.呈上点餐单，笔和餐具——餐具、餐单和笔都有标准的摆放位置;

3.给客人进行点餐——要求站姿标准，用礼貌用语

4.心算结账并交给银台——要快速准确的进行心算结账，与银台交钱的时候也要唱收唱付

5.上餐收餐——要注意防烫，报餐名，收餐聚的时候也要轻拿轻放，避免摔碎

6.餐中餐后的服务——提供给客人需要的东西，要有礼貌

7.欢送客人——谢谢光临，请慢走

虽然这些有些模式我们做起来十分的生疏，但规矩是死的人是活得，加上礼貌服务却能够换来客人们客气的微笑。这在人多忙碌时上餐不及时这是很可贵的，毕竟等得着急也不引发争吵!由此目睹了大千社会不轻易向学生吐露的一面--人间百态。这不是自己安静的生活，按时上学回家，一般的玩闹中所能发现的。在还没有正式踏足社会的我们对餐饮业有了进一步的了解，并且深刻的领悟到了，为什么吃是民生的根本!

将来，我们中的某个人也许会攒足了经验，开一家知名的餐饮店，来过一回老板的瘾，当然届时还要考虑一些多方面的问题!

虽然我们在家里也帮助家长做些力所能及的家务活，但像这样有标准，有规矩的劳动，服务，对我们来说还是第一次，此时此刻才体会到为什么“劳动人民最光荣”要想得到回报就要付出，要想得到果实就要付出辛勤的汗水!

**饭店实践报告篇十三**

实践人：\*\*\*\*\*\*\*\*\*

实践时间：x年1月25日--31日

实践活动：郑州贝克大酒店兼职实践

实践目的：

第一、勤工俭学;

第二、丰富假期生活;

第三、应用所学专业知识，做到理论与实践相结合;

第四、锻炼自己与人交往的能力，增加社会经验实践经历及收获;

郑州贝克大酒店位于巩义市中心市区的繁华地段，是河南大峪沟矿业(集团)责任有限公司和美国好运来集团公司共同投资兴建的中外合资企业，是巩义市首家被国家旅游局批准评定的三星级旅游涉外饭店，是巩义市对外改革开放，接待中央、省、市领导大型会议的窗口。

郑州贝克大酒店拥有标准客房和豪华套房200余间(套)，设施完备的大型多功能厅，13个不同格调的高级行政会议室。“现代化的三菱电梯，先进的中央空调，卫星电视，电脑烟警报警及自动喷淋消防系统一应俱全，国际国内电话打进打出均为直拨。设有五百座位的中西餐厅及14间情调各异的高级包厢，由广东、四川名师主理川、豫、粤菜及四季海鲜，东北泡菜、炖菜，特色风味面庄系列更使您一饱口福。并有咖啡厅、酒吧、夜总会、卡拉ok舞厅、ktv房，美容美发、桑那按摩，娱乐中心、地下双层停车场等配套设施。现代化的商务中心提供：电传、传真、打字、复印、预售全国各地机票、火车卧铺票及商务洽谈等服务。

每一个饭店都有好几个岗位，各个岗位的要求不一样，贝克大酒店岗位主要有大厅、总台、客房、餐厅、酒吧、商场、康乐等，而各岗位中又有小小的岗位组成，我的主要工作是餐厅服务员。

餐厅是饭店中的一个重要部门，是客人用膳的主要场所，也是饭店获得最隹经济效益、弹性最大的部门之一，它的服务特点是服务员直接对客人提供对面的服务，个量大，时间长，需求多，为了满足宾客的不同需求，必须做到美味隹肴，令客人吃得满意。工作很苦很累，明天都要忙到晚上九点之后，但是我却从中学到不少书本上没有的知识，也顺利的\'将所学充分运用到实践之中，做到了理论和实践的结合。

一、服务

在服务中，有不少礼貌礼节是应遵守的，餐厅服务员主要的职责是负责菜肴的传送工作，在服务中要做到精神饱满，并且热情和蔼地面对顾客们，耐心的满足顾客的所有要求，急顾客所需，这样才能让服务传递到顾客心中，让顾客觉得物有所值，给顾客留下美好的印象。

在这一点上，我的理论知识帮了我很大忙，它让我在面对顾客需求等其它服务时，能够迅速而准确的完成，而且在动作、表情等细节上也做到了毫不马虎，给领班留下了很好的印象，也让顾客十分满意。

二、质量

饭店是我国旅游业的重要组成部分。饭店服务的质量是饭店的生命线，要提高饭店服务质量，关键在于提高饭店员工文明礼貌这个最基本素质。讲究文明礼貌，既体现饭店员工对宾客的基本态度，更反映了一个国家精神文明和民族文化修养，就个人而言，则是衡量道德水准高低和有无修养的尺度。因此，饭店员工必须十分重视饭店服务礼貌礼节知识的学习和修养，而所有有名的饭店，都是和至高无善的服务是分不开的。

范文二

寒假社会实践工作总结报告

非常感谢李增胜总经理的信任和推荐，能够走进xx公司的大门并获得了良好的实习工作职位。感谢李志强经理的的支持和指导，让我在大客户的销售工作中学到很多实用的有宝贵价值的经验。感谢xx公司的同事，在工作过程中给我的大力支持和帮助，这种良好的工作态度和氛围让我受益匪浅!

对于在xx公司的大客户部销售实习工作，我主要作出的两点总结。

一.关于xx公司的工作

我固执的认为，xx公司的产品是在数据快速恢复领域具有创新性和领导性的。一个先天具有优秀基因的产品是绝对能够在市场竞争中取得坚挺的表现的!

但是在具体营销过程中，我个人还是遇到了实际问题!

很现实，没有成交的销售是没有价值的，尤其对公司而言!我个人坦诚的发誓：在xx的市场营销过程中，我没有投机取巧，没有偷懒，我是努力追求更好!不成交的根本原因在于我：没有作出有效的努力和付出!

从客户的反应，我也发现可很多问题，并及时的向领导作出反馈。

主要的问题集中在客户的不认可，没有热情亲自体验产品。个人认为原因有二：一是销售过程中没有很好的把握住客户的需求;二是我们的产品缺少一定的市场知名度。对策有三：一是我个人作为产品的销售媒介，要加深对产品的深层认识，总结经验，提高与客户的沟通技巧;二是我应该主动的联络拜访更多的目标客户，并细分客户类型，做到有的放矢;三是我们可以考虑进行有必要的媒体广告宣传：包括网络宣传等。

二.关于个人的心得体会

作为一次社会实践活动，我个人的收获比较大!源自xx公司领导的大力支持和充分信任，个人主观方面也作出了认真的思路计划和行动执行。

其一，个人的自信充分增强。从校园学生客户到公司大客户，心理问题是首当其冲的!在李经理的鼓励下，我逐步树立端正的思想：做销售，我是为客户提供服务和信息的，尤其对软件产品，我是带着一种创意来送给您体验的!很对，销售人员不是骗钱的，他是送新的产品，新的服务!“我是为客户服务的!”，面对拒绝，不在沮丧!我的产品很好，总会被人接受的!

其二，个人的执行能力增强。从大学生的“空想者”到雷厉风行的“实干者”，我是有很长的路要走的，但是，在这里。我开始找到了了路的方向:路就在脚下，扎实的做，踏实的干，不要幻想，不要盲从，不要抵触领导!我觉得，这段时间，我疲惫过，放弃过，但是我选择了坚持!不追求个人名利，不计较个人得失，坚持不懈，坚持走在客户的身边!

其三，个人的营销思维得到锻炼。感谢李经理，能够不吝赐教，悉心教导，在每次日工作汇报中能给予我认真的分析和总结，很好，很感谢，很有收益!做一个好的销售人员，比较难，但是只要方向对，准确努力，就有希望!这些收获，没有亲自的经历是体会不到的，当然，没有李经理的指导和分析我也是不会收获这么多的!

当然，期间我也给公司带来一些麻烦，甚至也造成一些错误，也恳请能够被谅解!

总而言之，这次寒假社会实践是充实的!对我而言，也是问心无愧的!我的一切行动：对的起自己!我努力了，我在追求着更完美!

**饭店实践报告篇十四**

1.查中介资格。

2.不要轻易掏钱。

3.签合同。

4. 不要轻信路边的招聘信息（广告）。

5. 拒绝高薪诱惑。

总结我的这次时期社会实践活动，虽然是我的第一次社会实践，但我认为是一次成功的，有用的，受益非同的社会实践这将会对我的以后学习起很大的帮助的。 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！

共

2

页，当前第

2

页

1

2

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