# 最新社会实践报告5000字(二十篇)

来源：网络 作者：风华正茂 更新时间：2024-06-17

*随着社会不断地进步，报告使用的频率越来越高，报告具有语言陈述性的特点。报告的格式和要求是什么样的呢？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5000字篇一我是师范生，学习的专业也是师范类的，为...*

随着社会不断地进步，报告使用的频率越来越高，报告具有语言陈述性的特点。报告的格式和要求是什么样的呢？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5000字篇一**

我是师范生，学习的专业也是师范类的，为了给自己以后的工作积累足够的经验，我特意找了这份工作，提前体验了一下当老师的感觉。这次打工，只是为了增进自己的社会阅历，积累一些这方面的经验，同时也把自己学到的东西检验一下，以便在以后的学习中弥补自己的不足，实践，可为以后找工作打下基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西，因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。我们不仅要学好学校里所学的知识，还要不断从生活中，实践中学习其他知识，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。

我从x月xx日开始正式上班，我带的班级是初一年级的孩子，在刚开始他们还没有放寒假的时候主要是在下午放学后辅导他们的家庭作业，以及课堂上没有听懂的内容再帮他们疏导一下，还有第二天要学习的新内容提前预习等等。后面放假后主要是寒假作业的辅导，针对大家的实际情况单个辅导，共性问题就给他们在黑板上讲解。我喜欢在课间时间和这些孩子聊天，一起做游戏。虽然只是相处了短短的一个月，但是我们之间建立了深厚的友谊，我们不仅使师生关系更是好朋友。

有的孩子很顽皮，上课期间老爱交头接耳，做小动作，动动这动动那，心思根本不在课堂上，刚开始对这些“钉子户”我真的是没法，不敢训更不敢打，有时候真的让人哭笑不得，后来在一些有经验的老师的指导下，我慢慢地学会了与这些孩子相处，下课后我会找他们谈心，主动地去关心他们，一朋友的语气开导他们，帮助他们，给他们讲一些道理，慢慢地他们上课也更加专心了，作业也完成的更好了，学习的积极性也有很大的提高。看到这些我真的好开心好，有成就感，听到他们叫我李老师，我感到自己身上的责任真的很重，我所做的事情必须要对孩子们负责，因为这个职业真的很神圣，我一定会努力的，真心的对这些孩子们好，帮助他们在学习上生活上有所提高。

由于离开初中的时间也挺长了，对他们这一年级的内容不是很熟悉，不太了解他们的学习层次，所以我专门借了初一年级的书，在辅导之前认真的看了看，了解了一些他们的学习方法和内容，以便在教学中能提高效率，真正找到适合这个年级的教学方法，用他们已经掌握的东西来解决遇到的问题。真正起到假期补习班的作用。对他们也有所帮助。在开始没多久，我也针对每个学生的特点和他们的学习程度制定了不同的应对方法，希望能够从各方面起到好的作用。在这次社会实践期间，在我自己看来遇到的最棘手的事情不是应对那些顽皮的学生也不是应对那些难题，最困难的是和学生的家长和交流，由于我经验不足，以前也没有接触过这方面的人，在应对家长的时候显得言语有些青涩，有时候孩子的家长会来补习班询问一下孩子的学习情况，近期的表现等，我每到这个时候就会有些紧张，因为我不太善于与人交流，特别是有时候有的家长会问得很仔细，我都不知道该怎么说，每当看着那些有经验的老师和家长们侃侃而谈，我就会很羡慕很羡慕，不知道为什么自己就是感觉不敢说，放不开。这是我在这次实践中遇到的一个大问题，不过发现问题就是好的，我会在以后的学习生活工作中慢慢地改正自己的缺点，增强自己的交际能力，提高自己的语言表达能力。

有时候会感觉工作真的很辛苦，需要应对孩子，家长等等许多人，但是这就是生活，我们迟早要面对的，生活当中充满了挑战，我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接触了社会，了解了未来。我发现做任何工作都需要自觉，在那里我不仅需要解决好自己负责的学生的事情，有时候还需要干一些别的，并且是要自觉的去做，而且要紧自己的努力做到最好，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高的报酬而努力，无论学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断地学习别人的先进之处，也要不断学习别人怎样做人，以提高自己的能力!

记得老师曾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，单位，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。

很多企业都反映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，只要套公式似地就能完成一项任务。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部分，这是不可否认的事实。

不管是因为何种原因，参加这个假期补习班都是对自己人生的一大突破，在这里我学的是宝贵的人生经验，结交了可爱的朋友，认识了很多热心的人。在这过程中我虽然经历了挫折，饱尝了苦味。但我不后悔，百折不挠才能锤炼成钢，在今后的日子里，我会更加努力把每一件事都做好。

不管这次实践是不是成功，都要感谢老师孜孜不倦的教诲，有些问题有了课堂上的认真消化，有平时作业作补充，我比其他人就具有更高的起点，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，几年之后，我们已不再是一名大学生，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，我们必须多多参加社会实践。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。回想一下，在这一个月里觉得自己真的很值，在这期间学到的东西是用多少钱也买不到的。在工作结束后，我做了如下的总结：

第一、要善于沟通：在工作上遇到不顺心的事情，不能总是憋在心里，有时自己在工作上有什么问题要及时与领导沟通，并及时解决，这样工作才会有动力，办事情也会更有效率，同时自己的心情也好了。

第二、要有耐心和热情：在工作的时候要经常微笑，这样会让大家都感觉很舒服，大家一起生活学习也会更和谐，这样我们这个大家庭才能更好的运行下去，孩子们在这样轻松愉快的环境中学习，自然学习效果也会更好。

第三、要勤劳：有时候一些细微的东西可能或让领导更欣赏你，比如在我空闲的时候就打扫打扫办公室，整理整理文件，帮帮别人的忙，领导就会夸奖我勤劳，有付出就真的有回报的。

当然有总结就说明同时我也意识到了自己的一些不足之处，例如不够主动做事，有时别人叫了才知道要去做;社会经验比较缺乏，经常会做一些错事;刚开始也不大会和人交流，所以那时总是觉得自己很受委屈等等，虽然这些都是我心酸的历史，不过也都是我宝贵的经验，他们都将成为我以后参加工作和社会实践的教训，我要力争在我以后的假期实践以及今后的就业中不再犯同样的错误。

短期的社会实践一晃而过，在这其中，让我从中领悟到了很多东西，而这些东西都会让我终身受用，回到家时爸妈也说我变得懂事多了，脾气好多了。学校让我们去实践真的很有用，我们从中受益匪浅，社会实践让我们知道了，挣钱真的很不容易，也明白工作的辛苦，以后也不会再浪费钱了。

社会实践拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干。社会和大学一样，也是一个学习和受教育的地方，在那片广阔的天地里，我们为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。

**社会实践报告5000字篇二**

自从我们进入了大学，一切的生活就是间接性把我们推入社会，让我们去适应社会，大学的生活其实就是一个我们从读书的学生转变成在社会工作的成年人的过渡时期，但是我们应该如何面对这个过渡的时期呢，我们该怎么做呢，这一切都会在实践中出真知。

我们的大学生活是丰富多彩的，而我们的暑假更是无限的欢乐，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，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。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。

而且，我深感到,我进入大学并不是人生的终点,只有多吃苦,才知道生活的艰辛,不易。虽然只是短短的时间,我却觉得像经历数年。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。

在这个暑假还没开始，我就暗自下决定要好好的找一份工作，好好的干，让自己的暑假不留遗憾，所以我利用周末放假的时间，就开始好好的找工作了，其实当我真的开始找工作才知道，现在的社会就业真的很难，特别是那些没有工作经验，没有特长的人，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?在还没工作以前，我信心满满，总以为自己可以找到一个合适自己的工作，夏天不晒太阳，还在办公室坐着，吹着空调，享受这一切安逸的生活，拿着数目客官的工资，但是现在就是残酷的，在我找工作的那期间，一切梦想瞬间破碎，我没有特长，没有工作经验，似乎一切的工作机会都为我关闭了大门，我开始紧张，开始怀疑自己是否适应社会，在面对一次的被拒之后，我就害怕了，我甚至不敢去敲应聘单位的大门，不敢面试的工作人员，不敢说一句话，每次都兢兢战战的回答他们的问题，在如此往复的失败中，我变的有点气馁了，会发脾气，会沉默，只要爸妈提起一点工作的事，我就会生气，我想我只是为了一份功过而已，至于跟自己过不去吗，我花了一晚上的时间让自己冷静下来，开始重新找工作，分析自己的长处，和自己的失败的地方，我想可能大家都和我面对一样的问题就是过于的眼高手低，在找工作的时候，工资低的不想做，工资高的不让做，我开始检讨我自己找工作的思维，开始换一种方式找工作，我想我现在需要的仅仅是锻炼。

弄清楚自己的目的之后，我很快在一家服饰店找到一份工作，我们是做导购的，经常和顾客打交道，每天面对形形色色的人，和各种各样的事情，会忙的晕头转向。销售的工作真的不是那么好做的，我每次去购物都感觉那些导购的工作都很轻松，向我介绍一下他们的额产品，给我产品，好了，付钱，但是实际的是，这里蕴含的东西，是我从没接触过的，也是自己从没想过的问题，

我的工作是推销我们的新款服装，推销工作也不像我想象的那么简单，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，然后才是正式到店面里上班。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。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大多的中年妇女。所以你要大胆的向这些顾客介绍你所推销产品的优点，功效与其他产品的不同之处，能调动他们的兴趣。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。

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夜累，而不是在毕业后读本速成书便可成的。

在这次实践中，我的口才得到了提高。在与顾客交谈的过程中我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，使我说话比以前更大方得体了。我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，不能像我第一天上班那样，不知说什么好。我相信说的多了，能力在不知不觉中就提高了。

我开始很不适应我的工作，我不敢和顾客说话，变得唯唯诺诺的，不敢正是顾客的眼睛，，这样很不利于我的推销，我知道自己很笨，但是就是不敢正视自己的问题，后来我开始慢慢的适应，逐渐去面对我的顾客，去解决他们所需要我解决的问题，去帮其他的同事解决她们呢要我帮他们解决的问题，在经过一段为期不短的工作生活后，我深深的体会到了工作的艰辛，以及我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。以下是我在工作中总结下来的。

关于金钱，我开始有点了解到父母工资的不易，我的月薪在一千块，当我卖出一定数量的服侍才会加工资，这样我必须每天面对不同的客户去满足他们的要求去购买的我商品，每天工作都必须八点半上班，开始站在我需要负责的区域，为顾客查货，试衣服，帮她们解释衣服的款式，和材料，每天最多的就是不停的说话，导致我刚开始几天回到家，根本不想说话。脚也站的特别酸，当看到自己的工作有了业绩之后，变得开心了点，我的父母是做着比我更辛苦的工作，我真的不知道他们是怎么坚持的，看着父母花白的头发，我心理难免不心酸啊。以前在学校的大手大脚让我自己也很羞愧，我的每一笔生活费，和每一笔学费都是父母的血汗钱，当我在海吃海喝的时候，我的父母可能还在热火朝天的车间做着笨重的工作。每个月领着几千块的工作，还要分给我一半，我实在为自己的行为感到羞愧。自己工作之后，每一笔钱都是来之不易的。

关于自己工作的环境，我一直以为自己会找到一份工作环境不错的工作，至少我不会站着上班。但是现实呢，是我每天都要站到八个小时。两只脚实在是受不了这苦，面对新同事，新的工作，我要学会与人交往。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。 我让自己去主动和同事交流，和老板交流意见，服从安排，让自己的工作进行的更顺利，

在经过一段为期不短的工作生活后，我深深的体会到了工作的艰辛，以及我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。一、在社会上待人要真诚。在社会上要善于与别人沟通。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。

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。

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。

我的暑假工作虽然与我的专业无关，但是也让我自己的到了锻炼。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。

实践是检验真理的唯一标准，这句话真的没错，我在实践中，真的有充分是认识到自己的不足，和发现了自己的闪光点，我想我会在接下来的学习和生活中慢慢为自己找到方向，并为之奋斗。

**社会实践报告5000字篇三**

社会实践是大学生提高自身素质的重要环节，也是学生们将所学知识和文化应用于社会重要的过程。它既是学生学习实践成果的全面总结，又是对学生各方面能力的一次全面检验。

我校大学生暑期的“三下乡”社会实践活动坚持以深入学习实践科学发展观为核心，通过服务地方经济社会发展以及服务青年学生成长成才为主线，引导学生能够坚持理论联系实际，在多次社会实践中得出正确的社会观察的结论，真正实现“受教育、长才干、做贡献”。较为广泛地开展理论及成就宣讲、教育帮扶、医疗服务、科技支农、文艺演出、法律援助、社会调查等活动。通过对此次活动内容的深入阅读和理解，我院组织同学们参加了深入大孙庄小学及其周边村庄的调查和实践工作。

本次暑期社会实践活动，目的在于加强我院学生的社会实践能力，丰富我院学生的暑期社会生活，增强我院学生的交际能力和与人沟通能力，使我院学生之间能够更好的相互了解、相互认识，增加友谊;同时，为我院学生与学院老师之间的相互沟通及了解提供广阔的舞台，增强了师生之间的友谊。与此同时，这次活动的目的也是为了丰富郊区小学生的暑期学习生活，增强小学生对学习的浓厚兴趣，尤其是对趣味化学实验的兴趣，让他们感受到学习的乐趣，同时通过各种趣味游戏，丰富和充实他们的课余时间，同时达到教育和引导的作用，让他们懂得学习的重要性，以及学习对于改变自己命运和祖国明天发展起的决定性作用。了解新中国65年的风雨历程，增强爱国主义情感，努力为祖国的建设贡献自己的力量，用自己的辉煌在共和国的历画上最浓重的一笔。

通过搜集资料、参观考察、社会调查等方式，从历史和现实、理论和实践、成就和经验相结合的角度，充分学习、了解、感受新中国65年的发展道路和巨大变化。通过图片展、专题讲座宣传板报等形式在大孙庄小学和农村人民群众中宣传建国65年的成就，大力唱响中国共产党好、社会主义好、改革开放好、伟大祖国好、各族人民好的时代主旋律。

在本次暑期社会活动进行之前，我们参加此次社会实践的所有同学通过自己的努力对此次实践活动进行了积极而又充分的准备，做好了需要展示的视频，准备好了做实验需要的药品和器材，并对整个活动流程就行了细细的筹划。在前往目的地的途中，我们又把需要做的工作事宜进行了一次统筹。当大巴车在大孙庄小学的操场稳稳停靠的那一刻，我们参加暑期社会实践的同学也开始积极的展开了我们工作。我们首先与大孙庄小学的校长和大孙庄村的村委会进行了洽谈，商讨了今天实践活动的具体事宜，由于我和苏思源同学与大孙庄小学和大孙庄村委会的负责人提前进行了联系，并且对当地的实际情况进行了实地勘察，所以我们的这方面的工作在非常顺利的过程中结束了。然后，我们在大孙庄村委会成员的带领下对当地村民进行了我们自己设计的调查问卷(见附录)，虽然当地的水品村民的文化并不是很高，但是在我们同学的细心讲解下他们也非常乐意的配合我们的问卷调查;虽然我们对当地的方言还是有些不适应，但是在同学们的耐心倾听下和在村委会干部的热心帮助下我们也顺利的完成了我们的问卷调查;虽然当时的天气情况不是很理想，但是拥有吃苦耐劳精神的同学们没有一个抱怨，并且都很出色的完成了自己的工作。

在同学们的积极努力下，在村委会成员的热心帮助下，在当地村名的积极配合下，我们在规定的时间内按质按量的完成了我们调查问卷工作。

在实践结束之后，我们对调查问卷做了总结：

虽然当地的生活习俗是中年以上的公民大多在家务农，而年轻人则是到城里或者附近的工厂上班，但是我们此次实践活动的时间选在了周末，这也保证了参与调查问卷的72名公民的年龄分布比较广泛，这也使我们的调查问卷更加有说服性、全面性和性。通过我们的调查问卷总结结果我们发现，不管当地的公民从事什么类型的职业，不管当地公民处在什么样的年龄段，他们都还是有相当高的环保和节水意识。通过第一、第二题和第九、第十题我们可以很清楚的看出他们大部分都很明确环保工作和节水工作是属于我们全体公民的义务，也是我们全体公民的义不容辞的责任，当他们看见有破坏环境和浪费水资源的现象他们也会积极的去制止，这种环保和节水的责任感似乎已让每个人有了共识。通过第三、第四和第十一题我们可以得出这样的结论，当地的居民已经非常担心自己的居住环境，担心水资源短缺问题和后代子孙的生存问题，我想这些肯定会增强每位公民的环保和节水意识，增强危机感和责任感，这对于我们环保部门的环保和节水工作的顺利进行有着积极的意义。当然我们也不难发现，他们对于我国的环境污染形势和水资源短缺形势已经有了初步的了解，对于一些污染环境的已经落后的生活习俗他们也有了非常深刻的意识，并且正在逐步改正，慢慢的去寻找更加有效，更加有利于环保和节水的方法。

与此同时，我们意识到，虽然他们的文化水平不是很高，但是他们也有相当高的环保和节水意识，并愿意积极的投身于环保和节水工作当中;虽然他们只是在自己村庄周围活动，但是他们的环保和节水观念却不像我们想象的那么有局限性;虽然他们不懂可持续发展的真正含义，但是他们知道一些基本的类似可持续发展的环保和节水方式;虽然他们想让自己生活变得更加方便舒适，但是他们也不忘后代的发展;虽然他们希望自己的孩子学习好文化课，但是他们也热切的希望学校开展环保教育课。通过我们调查和接触到的种种现象表明，环保和节水意识已在每个公民心中扎下了根，已在每个公民心中烙下了印，环保和节水的普及工作已经在基层深入的展开，环保和节水的倡导已经深入人心。

完成了调查问卷工作的我们在上午九点回到了大孙庄小学进行我们的暑期安全教育和对小学生的爱国主义，爱校主义的教育。在大孙庄校长的提议下，在获得大孙庄全体老师的赞同下，我们参加暑期社会实践的同学通过分组，进入到每个教室，通过我们自己制作的视频和其他影视资料对各个年级的小学生进行暑假防水、防火、防骗等方面的安全教育和爱国主义教育、爱校主义教育，并督促他们要好好学习，为了自己的人生目标而努力奋斗。通过对各个班级的安全教育和爱国主义教育，我们也对整个大孙庄小学有了一个比较全面的印象，这对于我们来到五年级一班和二班，进行我们的主体活动有了一个更加充分的认识和丈量尺度。这次活动共分两部分，一部分工作是由我和苏思源同学用我们自己配置的消毒液对学校和教室的各个死角进行消毒，为学校营造一个更加卫生和舒适的学习环境，并积极为预防h1n1甲型流感做宣传，使人们更加了解病毒的具体情况和传染方式并为积极做好预防工作。我们这些工作不仅体现了我们学院的特色，也使我们所学的知识与实际相结合，得到了大孙庄小学全校师生和学生家长的一致好评。

完成我们自己的消毒和宣传预防流感工作之后，我们来到教室与其他同学一起进行我们其他活动，这也是我们的第二部分的活动，通过爱国主义和爱校主义视频，让大孙庄小学的学生内心油然的升起了一股爱国和爱校情怀，这种情怀源于心却表于情，这种情怀源于瞬间却化为了永恒，这种情怀源于赤诚却让人感动，这种情怀源于过去却昭示着未来，这种情怀源于童真却维系一生，这种情怀源于年轻却会化为憧憬。

通过有趣的化学实验——晴雨花、指纹鉴定、可乐变雪碧、茶水变墨水—墨水回变茶水——激发了所有同学的兴趣和热情，充分调动了同学们的积极性，使同学们也积极主动地上台进行活动，并非常热切的想自己动手完成实验，而在我们同学们的积极帮助之下，他们实现了这个小小愿望，并且也学到了很多知识，对他的学习兴趣的激发有非常积极的影响。实验虽简单，却让他们看到了化学的魅力，知道了学习的乐趣，明确了自己的学习目标;实验虽有趣，却让他们在趣味当中看到了知识在远方向他们招手，看到了自己的大学梦，看到了自己为这个梦想奋斗的身影。虽然这些现在看来有些虚幻，或许是一种幻想，但是这至少让梦想在他们幼小的心灵中扎下了根，慢慢的这个梦想会发芽，开花，最终将结出累累硕果。这硕果献给他们奋斗过得青春，献给他们不悔的人生，更重要的时献给我们的祖国母亲，献给祖国的一份贺礼。

完成了我们与同学们之间的活动，我们和同学们心中都留有一份不舍，虽然不知道那份不舍是怎样的一种感觉，但是我们都知道，那份不舍却来源于内心的那份感动。在结束了我们的合影之后，我们带着那份源于耐心的不舍离开了我们的暑期实践基地——大孙庄小学，离开了与我们已有感情的小学生们，离开了让我们找回童年感觉的那片热土，离开了那些天真烂漫却又渴望求知的孩子。

虽然我们完成了09年的暑期社会实践活动，但是我们大学生实践之路仍然没有完成，我们大学生的实践之路仍然很漫长;虽然我们通过自己的努力，通过我们前期出色的准备工作非常完美的完成了此次暑期社会实践活动，但是以后的实践之路上还会有更多的艰难险阻，以后的实践之路还会更加坎坷崎岖。但是拥有年轻这笔财富的我们定会在此次社会实践的基础上，发扬大学生和年轻人的优良品格，再接再厉，积极创新，定能出色的完成我们的人生规划，享受俯瞰人生蓝图的愉悦;实现我们的人生目标，回首遥望崎岖人生路上的鲜花;登上人生的巅峰，品味一览众山小的快感。

或许在别人眼中，短短一天的社会实践活动并不能让我们收获很多，但是我收获了感动，感动于学院老师对我们工作的全力支持，感动于我们这个团体所有同学的辛勤付出，感动于大孙庄小学老师对我们工作的支持和帮助，感动于大孙庄村委会干部和大孙庄村民对我们调查问卷和宣传环保节水工作的大力支持，感动于我们此次暑期社会实践的那一点一滴的收获，感动于我们每个人能力的全面提高，感动此次活动中的每一个精彩瞬间，感动于每一个激动的时刻，感动于我们走过的实践之路让我们的人生不是空白。

在获得成功与感动的同时我们也意识到，我们此次暑期社会实践活动并没有将我们所有的能力和才华展现的淋漓尽致，我们不是有所保留，我们也不是不尽我们的全力去完成我们的工作，只是我们现在还没有将我们现有的知识和才华展现出来的能力，这也是我们参加实践活动的一个重要原因，这也是我们以后在工作中需要锻炼的地方，这也是我们大学生需要提高的能力，使我们以后学习和生活中需要提高的能力。或许这种能力的获得并不是那么的容易，我们也非常清楚这种能力和获得对于我们有非同寻常的意义，但是我们也必须明确这种能力需要一个循序渐进的过程，需要我们不断的锻炼，需要我们不断地付出与努力，需要我们为了这一个目标而不懈的奋斗。

短短一天的暑期实践工作结束了，但是它留给我们的实践之路还没有完成，我们需要做的还有很多，作为大学生，作为中国年轻的一代，我们需要挖掘自己的潜力，展现自己的能力，在人生的大舞台上展现自己最华美的舞姿，在人生的历史画卷上画上最浓重的一笔，在共和国的建设之路上铺下最坚实的地基，在共和国的前进道路上挑起共和国坚挺的脊梁!

**社会实践报告5000字篇四**

20xx年8月18日，我们自强社的23位队员带着一腔热情踏上了下乡之旅。目的地是河源市连平县上坪中学。28日，载着收获的喜悦和无限的不舍，我们沿着熟悉的路回来了。2天的车程，1天的活动报名，7天的正式活动，还有1天的武当山之旅。经历了短短的11天，我们的下乡之旅终于画上了一个圆满的句号。这段时间，我们23位队员付出了很多，也收获了很多。此时此刻，我满怀兴奋，内心汹涌澎湃，回忆很多，想说的话很多，现在就让我再细细回味一下。

一、三下乡之生活篇

来到上坪，这里并不是我们想象中的那么差，它是一个被九连山围绕的小镇，是水蜜桃之乡，山清水秀，空气清新，街道也很热闹。我们的宿舍是新建的，配有小阳台、厕所。有水龙头，但没有水，只好到饭堂提水。有灯，但只在晚上开一小时。没有风扇，大热天没风扇晚上怎么睡得着呢?但我们没必要担心这个，因为晚上睡觉还要盖被子呢，风扇对我们来说是多余的，没被子只好把衣服也盖上。这里什么都不多，就是蚊子特别多，每到晚上，他们就会成群结队向我们进攻，连我们带的蚊怕水、风油精都不管用了。一到晚上，我们的手、脚都在忙，进行灭蚊行动。这些蚊子可不能小看它们，它们的嘴巴又尖又长，哪怕是隔着衣服，也会照样一口咬过来，可能是它们太饿了。

而在伙食方面，我们每天在饭堂就餐，午餐和晚餐都很丰富，四菜一汤，把我们养得胖胖的。每到吃饭的时候，每一桌的人都会一边吃一边聊天，特别是说到课堂上的事情、某个学生或学生的日记，大家都说的格外兴奋，常常会哄堂大笑，这段时间的朝夕相处，我们越来越像一家人了。

二、三下乡之我们的付出

来这里之前，我们还一直充当着学生的角色，到了这里，我们就是一位老师了。做了几天的老师，我终于深深地体会到作为一名老师应有的爱与责任。我不知道自己做的够不够多，但我知道我们已经做到了。从19号开始，我们23位队员就开始了忙碌的工作。当天早上忙着学生的报名工作，还有课室的卫生清洁。我们的原计划是招收150名初三学生，因为学生太多的话难于管理。但来报名的学生源源不断，很快名额就满了。开始我们声明停止报名，但看到孩子们的一腔热情，有的是千里迢迢赶来报名的，我们是在不忍心拒绝，于是把名额放宽到170多名。下午各个班主任把学生名单分成了5个班。

前期工作都搞好了，20号早上，学生都很准时来了，我们在运动场上进行了下乡的开幕式。之后是由各班班主任及科任老师开展班会课。班会课上，先由老师自我介绍，然后是学生。但这里的学生都很腼腆，只是站起来说了一下自己的名字。我们另辟新路，让学生上台竟选班干，有学生确立自己班的班名、口号，而不是局限于由老师来安排班干人选，更不会把5各班的班名设为1—5班。目的是发挥学生的表现能力和想象能力，让他们知道每个班就是一个团体。从学生的自我介绍、班干竟选，我们了解到了一些重要的信息：这些孩子不够自信，不爱展现自我。因此接下来几天，我们要对症下药，让他们找回自信。而我们行动的第一条路径是：让他们每天写日记，并且交上来。他们听到要写日记，面带几分恐惧。

21号开始正式上课，早上第一节是数学课，上课铃响了，我胸有成竹地走进教室，第一次站在讲台上，面对台下30多位学生，心情难免会有些紧张，昨晚备了一整晚的课，该说些什么话，此时全都乱套了，但我很快就镇定了下来，顺顺利利地上完了一节数学课。但感觉心里不踏实，总感觉课堂气氛欠缺。而有一点我觉得做得不错，在昨晚我把全班学生的名字都记在脑子里了，今天我叫到的学生都能说出他们的名字。下课了，我没有匆匆忙忙赶回办公室，我想多点时间留在课室，和学生聊天，我很想走进他们，了解他们，给与他们鼓励和支持，希望得到他们的信任。

上完课后，我又去参加了健康知识宣传活动，地点是：上平镇街道。我们在那里挂上了我们的宣传标语、海报。站了半天，来看我们的宣传的人不多。回去后我们总结的经验教训是：会讲地方方言对宣传活动很重要，同时很有必要做一些宣传小册子派发给路人。

我们把下午的第三节课设为第二课堂，主要是学习军体拳、健美操、手语。我担任5班的手语老师，我很喜欢手语课，因为学生都很喜欢学，很认真的学，而我也很有耐心地把一个个动作教给他们，《隐形的翅膀》，大家对这首歌是再熟悉不过了。

晚上，我们吃了晚饭，洗完澡和衣服后又回到我们的办公室。有的备课，有的批改日记，有的排练节目，有的跟学生聊天••••••总之各有各的忙，到了8：00是我们的总结会议时间，我们各自汇报了一天的教学情况及遇到的问题，然后一起商讨解决，而最精彩的部分是经验交流，每个人都有不同的感想，我们也在交流过程中慢慢成长、进步。

说到批改日记，这是每位老师都喜欢的事情，因为日记里有学生的心里话。他们信任我们，跟我们谈心了。为了能赶在下午把日记本发给学生，有些老师舍弃了中午的休息时间，忙着批改日记，仿佛这不是什么任务，而是一种享受。日记里学生对你说的一句话就足以让你激动一个晚上，感觉他们慢慢地被你感化，这是我们欣慰不已的。

众所周知，农村的教育水平远远落后于城市，据这里的学生透露，学校从来没有开展过文艺活动、趣味性游戏，而仅有的活动室一年一度的校运会。学校把重点放在学习上，每个年级开设2个重点班，重点班和普通班是有天壤之别的。学生每天除了学习还是学习，缺乏娱乐。这样培养出来的学生也就可想而知了。我们摒弃传统的教学理念，针对学生的情况，我们开展了团体培训活动，让学生玩游戏，从中感受团体合作的精神，让他们变得活泼开朗。

其实每个班总会有几个调皮捣蛋的学生，对待他们传统的教育方法是：批评教育，但这种方法已经行不通了。为了应付那几个特殊的学生，班主任可是绞尽脑汁，采用了另类的办法：多余他们沟通交流，用关心和鼓励来感化他们，我们反对批评主义。

7天的时间很快就过了一半，原计划我们要给学生进行一次综合测试，评选优秀个人、优秀班级。但我们发现这些环节太过于形式了，跟传统的教学理念没有差别。于是我们大胆地把这些内容删掉了，取而代之的是给每班颁发一个奖项，最终确立下来的奖项是：铁塔239班—最具活力奖，非同一班—最具潜力奖，飞跃班—最具进步奖，柠檬班—最具人才奖，rainbow班—最具魅力奖。这些奖项是我们临时想出来的，不过很有创意。

闭幕式即将来临了，每个班都在忙着搞自己的节目，我们23位老师上台表演的节目有：小品，合唱。学生的团体节目有：军体拳、健美操、手语。我们利用课间操和第二课堂的时间带领学生排练，在短短的几天排练节目，这可能吗?答案是肯定的，因为一切皆有可能!

在闭幕式的前一天晚上，我们23位队员都忙得不得了。除了要把一沓厚厚的留言本写完之外，还要排练节目，安排好当天的活动流程，场地布置，一直忙到深夜的2点，有个别队员队员为了把留言写好写长点，宁可在办公室通宵达旦。为了这班孩子，为了这份情，通宵一晚有算什么呢!

三、三下乡之我们的收获

俗话说：“有付出就会有收获。我们曾经想过那么少的课程，我们能带给他们什么?现在我们可以自豪地说，我们的下乡活动硕果累累，我们改变了他们的态度，收获了感悟、感动、友谊。

还记得在最后一次的班会课上，班会不再是有班主任主持，站在讲台上的是学生，大部分学生已经走出了自卑的圈子，主动上台讲述这几天的感受，在大家面前展现自己。尽管他们站在讲台上还会满脸通红，两手发抖，但能站在讲台上已经是一种进步，不敢上台的也会主动向我们提出一些问题。短短的几天，他们的确成长了不少，我激动得流下了眼泪。

还记得上完最后一节数学课，我碰到了一个调皮的学生，他尊敬的叫了我一声老师，简简单单的一声称呼让我激动了一整天。我想我们的哦教育方法是行得通的，瞧，那些捣蛋的学生已经端正了他们的态度，来了上课，他们会静静地听，不会捣乱课堂。所以没有绝对的坏学生，因为人之初，性本善。也许以前他们在学校得不到老师的肯定，收到同学的排斥，他们爱张扬个性，自尊心强，总希望做一些事情来引起别人的注意，其实他们累心深处是很孤独、自卑的，渴望别人的关心、肯定，因此我们有耐心、爱心，鼓励感化他们。

闭幕式那天，我们和学生的节目都表演得很出色，在短短的时间里，我们创造了奇迹。看完军体拳的表演，真的让人太振奋了，他们打得很整齐，很有气势。在这一天，我们让从来没上台表演过的人一次上台的机会。我们知道他们的内心一定很兴奋紧张，但他们仍然表现得很出色。谁说上坪中学的孩子是书呆子，今天你们就来见证一下，他们都是千里马，只是伯乐还没出现而已。

下乡的活动即将要结束了，我们受到了学生的礼物，更多的是他们的留言，他们用真诚的心跟我们道别，他们用亲切的声音叫我们姐姐哥哥。我知道，每一句话他们都是很认真很用心的写，代表了深深地感谢和不舍。7天的情谊比山高，比海深，看完他们的留言，我的眼睛被泪水模糊了，声音也嘶哑了。中国有13亿人口，23位老师和170几位学生能在茫茫人海中相遇、相识，这是一种缘分。这段旅程，我们收获的是在太多太多了。

四、三下乡之离别的日子

28号上午，我们拿着行李要走了，一些学生专程赶回来学校和我们道别，我们上了车，在这个挥手的时刻，我终于感受到难分难舍的滋味。看到他们被泪水模糊的双眼，我默默地对他们说：“地球是圆的，我们总会有重逢的一天!”

经历了一个暑假，我发现我长大了。我经历了未曾经历的，感受过未曾感受的，这是我人生的一笔无价之宝。

**社会实践报告5000字篇五**

在今年寒假里，我利用假期参加有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。这次的社会实践收获不少。

一. 在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的寻找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的练习。以前工作的机会不多，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。在多次的面试中，明白了自信的重要性。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，没有第一次又何来第二、第三次呢?有自信使你更有活力更有精神。

三. 在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道要打寒假工时，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。如工作的领班所说的“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，如某位名人所说:“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

四. 工作中不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。

以上是我自己觉得在这次寒假社会实践学到了自己觉得在社会立足必不可少的项目。

正是因为有这样的环境，正激起了我要在寒假参加社会实践的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的生存，同时，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。

那么，我的社会实践活动就从我的找工作拉开了序幕。经过艰苦的找寻工作，很多的地方的招聘都要有工作经验的优先，一听说我没有经验就跟我说“这样吧，你回去等消息吧，如果需要的详，我会通知你的”。很多此后我终于找到了一家餐饮酒楼。老板让我来做传菜员。第二天，我便开始了我的寒假社会实践生活。刚开始的时候心理极不平衡。居然只能端端盘子，怎么着以前在学校里也是个学生会干部，多少也有点社会能力，心理学徒有点失落再加上传菜部领班是个小学文化的，还对我指手画脚，确实心理上很不舒服。

但是，人总是要适应自己自下而上的环境，我一定要坚持下去。要在自己的式作的环境中让自己的工作做行很轻松，首先尽快地熟悉自己所在的工作环境。我所工作的地方是一个两层楼的酒楼，酒店大堂在一楼，楼上有包房，厨房在二楼，传菜间也是在厨房所以在传菜间里可以看到厨房管理的机会，这也能学到不少。于是，我就开始了我的实践生活。

进入大学二年了，迎来了自己的第一个寒假社会实践

内心是激动与踌躇共存着。激动是终于可以走上社会锻炼一下自己，踌躇是才刚刚大一的学生，能干得了些什么?不过，还是希望能通过社会实践锻炼自己，拓宽视野。

我的社会实践单位是我市华地广场。工作内容就是卖步步高点读机，到书店与客户交流做宣传，打电话预约客户，上门安装课件，并在三天之内打回访电话。在这段实习的时间里，我经历了很多以前没有的事，就比如第一天遭受路人的冷眼以及拒绝，还有公司上司对自己严厉的批评等。中途还有想退出的念头，不过最终还是坚持下来了。

一个月的时间，虽然不长，但也了解到了很多关于社会关于自己的问题:

1.听从安排，安排的事情不要问为什么。

2.认真做自己该做的事，不管什么时候，不要泄气。

3.不管自己的工作能力如何，一定要积极，向上，努力。做不了最优秀的员工，但必须做到是最努力的。

4.人的可变性是很强的，改变一种说话方式，客户或许就会做出与原来相反的的决定，所以不要急于放弃客户。

5.客户的培养是需要时间的，不要急于求成，可能会适得其反。

6.了解客户的需要是最重要的。

7.保持微笑，准备好问题，认真聆听，然后分析问题，引入产品，解决问题。

最后领的工资虽然只是一点点的钱，但是我知道，一个人在他的学生时代最重要的是学习东西，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，参于社会实践活动是一个很好的锻炼机会，赚钱不是主要的，作为学生，能赚多少钱，等我们毕业了会有很多

这是我进入大学以来第一个寒假。在这个寒冷的寒假，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。

一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，比如必须在工作中不断学习不断积累，同时搞好和同事之间的关系，而这些东西将让我终生受用。而对于大学生而已，敢于接受挑战是一种最基本的素质。虽然一个多月的实践活动让我觉得很累很辛苦，但我从中锻炼了自己，这些是我在大学课本上不能学来的。它让我明白什么是工作，让我懂得了要将理论与行动结合在一起，让我知道了自己是否拥有好的交流技能和理解沟通能力。而交流和理解将会是任何工作的基础，好的沟通将会事半功倍。

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

“艰辛知人生，实践长才干”。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗位上发挥的不很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和提高。就是紧密结合自身专业特色，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对基本原理的理解和消化。

社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。

社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，通过社会实践，让我们大学生提前了解社会，为将来真正走上社会提供宝贵的经验和阅历，也为将来从事任何工作打下良好的基础。

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。寒期社会实践活动一直是我们大学生投身社会、体验生活、服务大众的真实契机。

这次的社会实践让我有了上班族的味道，还有那种忙碌，那种盼望双休日的心情，这种感觉真的很不一样。真的希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

大学生除了学习书本知识，还要进行社会实践。因为很多大学生都清醒的知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代所需的人才。大学生人在实践中培养独立思考，独立工作，独立就解决问题的能力。所以我觉得在校大学生要借机培养自己的实践和创业能力。同时在实践中帮助别人。

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

孩子们是渴望知识的，农村也是需要人才和技术的。但一些客观现实又使我们的教育观发生变化，造成人才流失，如今人们的思想不断进步，越来越多的人已经意思到了教育的重要性，但在教育观念上也产生了不同角度的分歧，有部分学生和家长教育观念有些偏激。所以支持农村教育不仅仅知识财力上的帮助，还应是教育人才和教育观念上的帮助。要让孩子们在学习知识的同时学习做人的道理，适应时代发展的观念和大局。

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

大学生的第一个寒假，当然，也是我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。于是我毅然踏上了社会实践的道路。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，找出自己的不足和差距所在。

有人这样形容现在的大学生打工族:中文专业投笔从“融”，外文专业西游取“金”，历史专业谈“股”论“金”，医学专业精益求“金”。其实并不是我们有严重的拜金主义倾向，只不过我们在这个现实的社会中懂得了该怎学样习生网存。

在实践的这段时间内，我帮忙接电话，复印资料，整理文件等，感受着工作的氛围，这些都是在学校里无法感受到的，而且很多时候，我不时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。在这次实践中，我感受很深的一点是，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，我比一小部分人具有更高的起点，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。

回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。

在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。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，你要听取、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使自己缺乏自信。其实有谁一生下来就什么都会的，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。这次接触的实践活动，对我来说很陌生，要想把工作做好，就必须了解各方面的知识，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。

**社会实践报告5000字篇六**

作为祖国未来的事业的继承人，新一代大学生应该及早树立自己的历史责任感，提高自己的社会适应能力。假期的社会实践就是很好的锻炼自己的机会。当下，挣钱早已不是打工的唯一目的，更多的人将其视为参加社会实践、提高自身能力的机会。许多学校也积极鼓励大学生多接触社会、了解社会，一方面可以把学到的理论知识应用到实践中去，提高各方面的能力;另一方面可以积累工作经验对日后的就业大有裨益。进行社会实践，最理想的就是找到与本专业对口单位进行实习 ，从而提高自己的实战水平，同时可以将课本知识在实践中得到运用，从而更好的指导自己今后的学习。但是作为一名尚未毕业的大学生，由于本身具备的专业知识还十分的有限，所以我选择了打散工作为第一次社会实践的方式。目的在于熟悉社会。就职业本身而言，并无高低贵贱之分，存在即为合理。通过短短几天的打工经历可以让长期处于校园的我们对社会有一种更直观的认识。

实践过程：自从走进了大学，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。在现今社会，招聘 会上的大字报都总写着“有经验者优先”，可还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢?为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，我开始了我这个假期的社会实践-走进赣州市金源休闲餐厅。

实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。而且在中国的经济飞速发展，又加入了世贸，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才 的要求就会越来越高，我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

在餐厅里，别人一眼就能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。我的工作是在那做传菜生，每天9点钟-下午2点再从下午的4点-晚上8:30分上班，虽然时间长了点但，热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累，我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接触了社会，了解了未来。在餐厅里虽然我是以传菜为主，但我不时还要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到最好，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，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。

实践心得 ：虽然这次的实践只有短短的几天，而且从事的是比较简单的服务工作，但是通过与各种各样的人接触，还是让我学会了很多道理。

首先是明白了守时的重要性。工作和上学是两种完全不同的概念，上学是不迟到很多时候是因为惧怕老师的责怪，而当你走上了工作岗位，这里更多的是由于自己内心的一种责任。这种责任是我学会客服自己的惰性，准时走上自己的岗位。这对我以后的学习生活也是一种鞭策，时刻牢记自己的责任，并努力加强自己的时间观念。

其次让我真实的体会到了合作的重要性。虽然我工作的只是小小的一家餐厅，但是从点单到制作到递送到结帐这一环环的工作都是有分工的，只有这样才能使整家店的工作效率都大大的提高。以前虽然在书上看见过很多的团队合作的例子，但这一次是深刻的体会到了，正所谓“众人拾柴火焰高”，“团结就是力量”。在以后的学习和工作中，一定会要牢记这一点，将自己融入到集体中，和大家一起携手走向辉煌。

再次，这次打工的经历也让我的心理更加趋于成熟。在餐厅里每天面对形形色色的客人，重复着单调的工作。让从未涉世的我还是有那么一点点不适应的，但是坚持就是胜利。打工毕竟和在家是完全不同的概念，我们学会需要忍耐，需要学会承受，需要学会坚持。

将自己这短短的几天实践同理论相联系，我了解到当代大学生与以往的大学生相比较，求学经历、生活条件、所处社会大环境都相对优越，也没有经过必要的挫折教育，因此，意志往往比较脆弱，克服困难的能力也较差，常常是对社会的要求较高，对自我的要求较低。大学生的责任意识日益成为社会关注的热点问题，责任意识和诚信意识成为不少地方采用人才的两个新标准。大学生参与社会实践是促进大学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长和成才的重要举措，是学生接触社会、了解社会、服务社会，培养创新精神、实践能力和动手操作能力的重要途径。对于当代大学生来说，应当刻苦学习专业知识，不断提高综合素质和运用知识的技能。从大学生活的开始到走进社会的大圈子中，就只有短短的几年时间，谁不想在将来的社会中能有一席之地呢?所以大家认为大学生必须投身校园内外的各类实践活动，有助于锻炼品质，提高能力。可见其对大学生综合素质的提高有不可抵触的重要性。不能否认有过打工经历的同学，看起来要比其它同学更成熟、社会适应力更强，但对于学生，社会适应力只是一方面的衡量指标，大学期间主要的任务是学业结构的搭建，即知识结构、专业结构的搭建，为了打工影响甚至放弃了专业知识的学习，结果是得不偿失的。

实践出真知，社会实践活动是大学生活的重要组成部份，培养当代大学生的历史使命感、社会责任感和积极向上的精神风貌，充分发挥实践育人的作用，提高大学生的综合素质，也是检验所学理论知识的标准，社会实践不但为大学生提供了一个发挥自我才能，展现自我风采的舞台，也是培养和锻炼同学们综合能力的一个阶梯，更是一个大学生进入社会，走上工作岗位前的演练场地。社会实践活动，这样可以使同学在实践中更好的认识国情，贴近社会，从而确定比较正确的人生前进方向。作为高校教育者，如果能引导大学生将强烈的使命感转化为学习、服务、实践、奉献等实实在在行动，把行动变为责任，将会使大学生在人生轨迹上树立起更高的起点。大学生的社会责任意识，应该说不仅有助于他们较快适应、融入社会，同时也是实现自我价值的必由之路。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。处理人与人之间社会关系的活动，即人类的社会交往以及组织、管理和变革社会关系的活动。如政治活动、社会改革实践、阶级斗争等。因此，大学生应该积极参与实践，使实践与认识相结合。大学生可以通过调查研究了解实际情况，结合所学为政府部门提供决策参考是一件十分有意义的事情，既提高能力又服务社会，这是一种双赢的选择;二是志愿者服务，将专业知识与社会需求紧密结合起来，利用专长服务社会，回报社会。三是参加各种公益活动，培养自身的社会责任感，这是一种贯穿于日常生活当中的社会实践形式，以小见大，以细微之处见长，是进行社会实践活动的一种长效机制。

**社会实践报告5000字篇七**

第一次参加社会实践，我明白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，有助于我们在校中学生更新观念，吸收新的思想与知识。这次的社会实践，本来是准备和同学一起去外打工补贴生活，减轻家里负担和锻炼自己的实际动手能力。后来自己认真想想，应该做一些对自己有用的事情。然后，经得了家里同意，经过叔叔的介绍，我来到了一家建筑公司开始了这次实习。近一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。我在实践中得到许多的感悟!

打工的日子，有喜有忧，有欢乐，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，十几天的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一分财富吧。

时光飞逝，转眼间告别了暑假，回到了学校。回忆我的暑假打工生活，点点滴滴仍然历历在目，我想那为期十几天的打工经历是我人生中的一笔宝贵财富。在我的打工生活中，我也明白了很多：我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。

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。

大学是一个小社会，步入大学就等于步入半个社会。我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件;才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。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。

没有实践，就没有发言权，只有亲身经历过才有那种超乎平常的感觉。今年的自己的社会实践和去年有所不同。其实学校要求我们参加积极暑期社会，无非是想让我们提早接触社会，了解社会，这样才不会在真正走向社会的时候找不到生活的重心。于是我才想真正接触社会，品尝社会的酸甜苦辣。于是带着好奇，忐忑的心情，怀着重新学习的目的进入了这所名叫江西明正建筑工程咨询事务所。

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书;而已在社会的人都宁愿回校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务。实践：就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。而且在中国的经济飞速发展，又加入了世贸，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自已，才能在竞争中突出自已，表现自已。在工地里，别人一眼就能认出我是一名正在读书的学生，我问他们为什么，他们总说从我的脸上就能看出来，呵呵，也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧!我并没有因为我在他们面前没有经验而退后，我相信我也能做的像他们一样好。每天六点钟-十一点再从下午的三点-晚上八点，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。在学校里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。在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢?这是社会与学校脱轨了吗?也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。我们也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了课堂上地认真消化，有平时作业作补充，才能比一部人具有更高的起点，才有更多的知识层面去应付各种工作上的问题，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。毕竟，两年之后，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。

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。

**社会实践报告5000字篇八**

现在多数的家庭父母都有自己的工作，平时父母上班，孩子上学。可到了暑假，学生常常是自己在家。没有了父母和老师的看管，这些未成年人能管理好自己的生活吗？处在这样一种无组织、无规律的生活之中，学生的人身安全是最大的隐患。

在走访的过程中发现，超过6成的学生在暑假期间是独自在家，没有父母或其他大人的照看。他们安排自己每天的生活，什么时候学习，什么时候看电视，什么时候出去玩，什么时候参加课外的补习班……尽管每个学生的暑假生活会有所不同，但基本的内容是一致的。

值得注意的是网吧是多数学生打发假期时间最常去的地方，另外，暑假天气炎热，很多学生为了避暑去野浴，这都是很危险的行为。据调查，本市有一半以上的中小学生，整天泡在网吧或是游戏厅里，给孩子们生命安全造成了很大的隐患，也给家长的工作和学习带来了很大的影响。如家住本市湘北市场姓王的同学，今年 14岁，暑假的第一天进游戏厅玩耍，另一个姓杨的同学上前找王要游戏币，王不肯，杨便操起椅子向王猛砸，尔后又用木棒打其后背，将王打得鲜血直流，晕倒在地，终因抢救不及时，流血过多而死亡。又如一姓胡的孩子暑假在家无所事事，便和几个同学去附近农村的坝里游泳，胡本来还会游几下，但由于水草缠身，一时慌张，弄不清方向，他拼命地往深水处挣扎，终因体力不济而活活淹死。其年近七十的奶奶突闻噩耗，一时支持不住，心脏病复发，抢救无效而死亡。

如果这些学生有大人的照看，有人来管理他们的生活，这些惨剧或许就不会发生……但既然已经发生，我么就要从中吸取教训，避免类似时间的再次发生。

暑假的时间很长，很多家长并不放心把孩子单独放在家里。于是，家长为孩子报学习班，既希望能培养学生的某些特长，又能让学生的生活有些规律，毕竟学习班里有老师看着学生，情况会好些。

根据有关部门的数据显示，32%的中小学生在暑期中参加了课外辅导班，但喜欢参加课外辅导班的孩子数只占6%。数据显示，家长在孩子学费上的支出占所有支出的65%，学习科目主要集中在英语、计算机、数学、文艺等方面。其中，28%的家长希望孩子通过参加暑期活动来提高学习成绩，26%的家长希望孩子能够提高学习兴趣。

所以在暑假期间经常可以看到很多的学生背着书包坐公交车到各各学习班上课。商家也看准这个时机，开设各类的补习班招揽生意。

作为“假日经济”的一种延伸，长达两个月的暑期成为不少商家获得经济效益的“黄金时期”。这对有些孩子而言，假期却十分难过，他们那望子成龙、望女成凤的父母又会给他们报上各种各样的学习班、特长班，对此，家长们也有自己的难处。

（一）商家办班很积极。自实行“素质教育”以来，特别是高考不断改革，实行“3+x”制以后，对学生的能力和全面素质要求越来越高。商家看准时机，利用暑期推出形形色色的培训、补习、家教，打出“能力与应试并重”、“文化与特长并举”等富有“时代气息”的标语，吸引广大中小学生前来报名。据调查，常德市自6月底开始，商家就在市城区开展铺天盖地的广告宣传，数不胜数的“培训中心”看得人眼花缭乱。市内规模比较大的培训中心有“剑桥少儿英语培训中心”、“新世纪暑期英语培训中心”等。他们在全市各地设有咨询处，并设立多个报名点和教学点，形成了“连锁”点。有的培训中心，如常德市阳关琴行、师院的暑期中小学生培训中心，都是综合性的培训中心，既有文化培训又有特长培训。文化方面有英语、数学、物理、化学等，特长方面有音乐、美术、书法、体育运动等。这些成规模、成气候的培训部一般采取办班的形式，进行集体教学，有比较严格的组织。另外，不少商家和中介机构还向中小学生提供家教服务，推荐一批大专院校的学生给需要家教的人。与遍布大街小巷的家教“游击大军”一样，他们主要是针对小学、初高中各门功课，采用一对一的教学方式，为中小学生查漏补缺或让其超前学习课本知识。

（二）学生家长更踊跃。对于各种培训和家教补习，家长似乎更为热情。早在暑期前夕，许多家长就开始精心设计孩子的暑期生活，到处收集有关培训的广告、打听其教学质量、观望别人参加那些培训；还有的家长四处托人寻找本科、研究生当家教，经过面试和筛选，留下最满意的，来给孩子进行一对一的补习。参加培训、请家教几乎形成了一种争先恐后、你追我赶的风气。家长之所以热衷于送孩子进班学艺原因有：一是学生升学的形势严峻。中小学生都希望进入市内重点学校，但人多名额少，向重点中学进军不仅是“文化成绩大战”，更是“特长大比拼”。激烈的竞争不仅给学生带来巨大的压力，也使望子成龙的家长焦虑非常。因而让孩子利用暑假多 “充电”，以期考上理想的学校。二是对部分家庭而言，孩子一个人呆在家里不放心，最好的办法便是送去参加培训班。三是学特长可以为孩子将来更好地适应社会打好基础。知识经济时代越来越需要“全才”，多一门特长便多一门谋生的本领。四是英语、电脑已经成为一种必备的基础技能，如果不从小就进行这方面的学习和锻炼，将来会很难适应。因此，如常德市内的少儿英语培训、电脑培训生意兴隆、人满为患。

（三） 学生减负愿望落空。对常德市城区随机抽样30名中小学生调查结果表明：学生对暑期参加培训班表示愿意的占22%；可以接受的占40%；有的愿意有的不愿意的占21%；不愿意的占17%。暑期参加一种培训班的有6人，参加二种培训班的14人，参加三种培训班的有8人，参加四种培训班的有2人。少部分学生自主意识较强，有参加培训或请家教的要求，能主动选择自己想参加的培训班。但大部分学生，尤其是小学生对培训和补习是带有抵触情绪的。由于年龄小，没有形成自己的观点；或是害怕家长，不敢发表自己的意见。所以一般只要家长有这方面的要求、做出参加培训或请家教补习的安排，他们也就接受。但如果压力太大，他们有时也会发泄心中的不满。如本市紫桥小学上三年级的陈同学，暑假期间每天要学两个小时的英语，1个小时的古筝，1个小时的钢琴。回家后还要做暑假作业、读英语、练琴。小女孩常向妈妈抗议说：“无聊”、“比读书还紧张”，并强烈要求出去旅游。12岁的郑同学在本市名牌中学（长怡）读初一，她不仅成绩好，而且多才多艺。暑假里她有四门课程：英语、手风琴、书法、舞蹈。虽然平时很自觉，但辛苦久了，有时也忍不住想出去玩，偶尔还会来个“先斩后奏”，先玩一两天再说。可见，爱玩是孩子的天性。7月中旬常德市气温高达39度，室外气温有的高达42度，街道上行人稀少，偶尔看见几个，但大多数是赶着参加各种培训班的孩子们。

（四） 暑期乱办班、乱收费现象较为严重。暑假补习班众多，但补习质量参差不齐，收费与办班质量相比悬殊。如：本市东方红小学，几位家长为了管好孩子，同时又解决小孩假期学习知识，一并请了一位自称是富岳外国语学院的老师，给孩子们辅导英语。学期一个月，学费每位 220元，头几天教得还算满意，于是家长们都很乐意地交了钱，但之后几乎天天迟到。一位家长直言不讳地说：“师者所以传道、授业、解惑也，传道是第一重要的，你这样天天迟到怎能给学生作表率呢？”这位老师不仅未改正，而是撒手一去不复返了。使得这几位家长互相责备，而却又无奈之至。暑期乱办班、乱收费现象较为严重。据调查，目前除少数培训班比较正规、有执照外，大部分都是短期的经营，没有办理营业执照，有些培训班教学水平的高低、师资力量的强弱无从知晓，培训市场因而良莠不齐。常德市文化培训每期时间一个月收费从200元到400元不等，特长培训班则还要高，如有些游泳班10天一期，也要300元；如果请家教，价格会更高，而且浮动也大。一般情况下，家教是每小时10元，但有些自身水平较高的本科生、研究生每小时15元、20元甚至更高；市内某些特长方面的名师如果进行一对一的教学，每小时收费则高达50元、80元。今年常德市各种暑期培训班收费标准均比去年同期上涨，有的上涨幅度高达100%，如：某英语培训班去年同期每期（30天）为200元学费，而今年同样的天数收费却高达400元。

关于上面提到的问题的几点建议：对于暑期形形色色的培训、补习、家教班，有关部门应出台相应的规范措施，清理整顿，严格审批程序，明确收费标准，坚决制止乱办班、乱收费现象。教育主管部门还可以组织“名师巡回讲演团”替代现存的形形色色的“培训、补习、家教”等班类，以满足社会的需求。公安部门、城管部门加大网吧的管理和监督，与吧主签订协议，严禁未成年人进入。也希望家长不要在不了解自己孩子的情况下盲目地投资，让孩子去学习并不适合自己的各种科目，导致孩子倍感压抑和疲劳，不仅加重了自己和孩子的负担，更容易错过孩子发展的机遇，耽误了他们的前途。

为了让学生们充分利用假期接触社会，开阔视野和提高素质，学校应成立暑期领导小组，对中小学生进行暑期安全和法制教育。制定假期工作计划，落实活动内容，做到各项活动均有专人负责，防止出现人身伤亡事故。结合爱国主义教育，可引导学生利用假期深入调查城乡的历史变革、文化习俗、风土人情，挖掘家乡的文化内涵等活动。建立学生暑期科普活动基地？熏开展大型暑期科普活动，举办中小学生暑假读书动手小制作、小发明作品展览。组织学生参加拥军优属活动，为五保户、特困户、残疾人做好事。引导学生投身社会、增长知识、陶冶情操、锻炼意志，增强学生自立、自强、自律能力。

各街道办事处、图书馆、科技馆等单位，应积极创造条件，大力开展以培养学生兴趣、发展学生特长、拓展学生视野为宗旨的音、体、美、劳、电脑、航模兴趣活动、读书演讲活动、社会调查、社会公益活动（小交警、军事训练等）等各项活动。有条件的单位，在暑期可为中小学生免费开放各种娱乐室。

经过全体同学的努力，我们于2月22号下午圆满的结束了为期一个月的家教活动。活动结束后我组织召开总结会议，同学们交流了各自的感想。其中万健同学的感想值得大家学习，他认为：“通过这项活动，我意识到了钱财的来之不易，那么这个意识将给我今后形成正确的理财观打下一个深厚的基础。同时在辅导过程中，我逐渐形成了一个耐心、机智的处事习惯，敢于提出自己的意见并结合他人的建议把工作做得更好，这一点是我走向社会前所接受的最有效的磨练……”

我个人认为：首先，这个活动是十分具有意义和价值的。当今大学生虚度光阴的现象十分严重，我们组织并参与这样的活动是对自己的一个锻炼，正如条例中所说的“生活在严格教育体系下的我们，对于社会、责任、实践，甚至对于报酬是怎样得来的，还一无所知……发起这项活动。既贡献了自己身上的一份余热，也提高了自己的人生阅历。”其次，通过活动我们也很好的实践了“大学生职业生涯教育”中提倡的激发大学生自我实现的需要，培养积极上进的人生观；促进大学生树立明确的职业目标和职业理想以及增强大学生在就业中的核心竞争力的号召。为我们今后的发展提供了很大的帮助。在活动中我再次认可了老师的教育，即人的职业发展是一个持续的发展过程，大学生就业准备绝不仅仅是最后半年或一年才需面对和投入的任务，而应该是贯穿在我们生活过程中的一件大事。通过组织和参与“爱心辅导”活动，我个人对于社会的理解以及就业的估计有了更多的认识，而在组织管理能力上更是得到了很大的进步。尽管不是真正的就业，但是体验到了一种在校园里和课堂上无法体验到的带有一定压力的就业氛围，给自己为人生发展而做出的准备提供了帮助。

**社会实践报告5000字篇九**

在今年寒假里，我利用假期参加有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。这次的社会实践收获不少。

一.在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的寻找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的练习。以前工作的机会不多，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。在多次的面试中，明白了自信的重要性。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，没有第一次又何来第二、第三次呢?有自信使你更有活力更有精神。

三.在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道要打寒假工时，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。如工作的领班所说的“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，如某位名人所说:“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

四. 工作中不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。

以上是我自己觉得在这次寒假社会实践学到了自己觉得在社会立足必不可少的项目。

正是因为有这样的环境，正激起了我要在寒假参加社会实践的决心。我要看看我能否在恶劣的环境中有能力依靠自己的双手和大脑维持自己的生存，同时，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。

那么，我的社会实践活动就从我的找工作拉开了序幕。经过艰苦的找寻工作，很多的地方的招聘都要有工作经验的优先，一听说我没有经验就跟我说“这样吧，你回去等消息吧，如果需要的详，我会通知你的”。很多此后我终于找到了一家餐饮酒楼。老板让我来做传菜员。第二天，我便开始了我的寒假社会实践生活。刚开始的时候心理极不平衡。居然只能端端盘子，怎么着以前在学校里也是个学生会干部，多少也有点社会能力，心理学徒有点失落再加上传菜部领班是个小学文化的，还对我指手画脚，确实心理上很不舒服。

但是，人总是要适应自己自下而上的环境，我一定要坚持下去。要在自己的式作的环境中让自己的工作做行很轻松，首先尽快地熟悉自己所在的工作环境。我所工作的地方是一个两层楼的酒楼，酒店大堂在一楼，楼上有包房，厨房在二楼，传菜间也是在厨房所以在传菜间里可以看到厨房管理的机会，这也能学到不少。于是，我就开始了我的实践生活。

进入大学二年了，迎来了自己的第一个寒假社会实践

内心是激动与踌躇共存着。激动是终于可以走上社会锻炼一下自己，踌躇是才刚刚大一的学生，能干得了些什么?不过，还是希望能通过社会实践锻炼自己，拓宽视野。

我的社会实践单位是我市华地广场。工作内容就是卖步步高点读机，到书店与客户交流做宣传，打电话预约客户，上门安装课件，并在三天之内打回访电话。在这段实习的时间里，我经历了很多以前没有的事，就比如第一天遭受路人的冷眼以及拒绝，还有公司上司对自己严厉的批评等。中途还有想退出的念头，不过最终还是坚持下来了。

一个月的时间，虽然不长，但也了解到了很多关于社会关于自己的问题:

1.听从安排，安排的事情不要问为什么。

2.认真做自己该做的事，不管什么时候，不要泄气。

3.不管自己的工作能力如何，一定要积极，向上，努力。做不了秀的员工，但必须做到是最努力的。

4.人的可变性是很强的，改变一种说话方式，客户或许就会做出与原来相反的的决定，所以不要急于放弃客户。

5.客户的培养是需要时间的，不要急于求成，可能会适得其反。

6.了解客户的需要是最重要的。

7.保持微笑，准备好问题，认真聆听，然后分析问题，引入产品，解决问题。

最后领的工资虽然只是一点点的钱，但是我知道，一个人在他的学生时代最重要的是学习东西，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，参于社会实践活动是一个很好的锻炼机会，赚钱不是主要的，作为学生，能赚多少钱，等我们毕业了会有很多

这是我进入大学以来第一个寒假。在这个寒冷的寒假，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。

一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，比如必须在工作中不断学习不断积累，同时搞好和同事之间的关系，而这些东西将让我终生受用。而对于大学生而已，敢于接受挑战是一种最基本的素质。虽然一个多月的实践活动让我觉得很累很辛苦，但我从中锻炼了自己，这些是我在大学课本上不能学来的。它让我明白什么是工作，让我懂得了要将理论与行动结合在一起，让我知道了自己是否拥有好的交流技能和理解沟通能力。而交流和理解将会是任何工作的基础，好的沟通将会事半功倍。

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

“艰辛知人生，实践长才干”。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗位上发挥的不很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和提高。就是紧密结合自身专业特色，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对基本原理的理解和消化。

社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。

社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，通过社会实践，让我们大学生提前了解社会，为将来真正走上社会提供宝贵的经验和阅历，也为将来从事任何工作打下良好的基础。

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。寒期社会实践活动一直是我们大学生投身社会、体验生活、服务大众的真实契机。

这次的社会实践让我有了上班族的味道，还有那种忙碌，那种盼望双休日的心情，这种感觉真的很不一样。真的希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

大学生除了学习书本知识，还要进行社会实践。因为很多大学生都清醒的知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代所需的人才。大学生人在实践中培养独立思考，独立工作，独立就解决问题的能力。所以我觉得在校大学生要借机培养自己的实践和创业能力。同时在实践中帮助别人。

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

孩子们是渴望知识的，农村也是需要人才和技术的。但一些客观现实又使我们的教育观发生变化，造成人才流失，如今人们的思想不断进步，越来越多的人已经意思到了教育的重要性，但在教育观念上也产生了不同角度的分歧，有部分学生和家长教育观念有些偏激。所以支持农村教育不仅仅知识财力上的帮助，还应是教育人才和教育观念上的帮助。要让孩子们在学习知识的同时学习做人的道理，适应时代发展的观念和大局。

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

大学生的第一个寒假，当然，也是我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。于是我毅然踏上了社会实践的道路。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，找出自己的不足和差距所在。

有人这样形容现在的大学生打工族:中文专业投笔从“融”，外文专业西游取“金”，历史专业谈“股”论“金”，医学专业精益求“金”。其实并不是我们有严重的拜金主义倾向，只不过我们在这个现实的社会中懂得了该怎学样习生网存。

在实践的这段时间内，我帮忙接电话，复印资料，整理文件等，感受着工作的氛围，这些都是在学校里无法感受到的，而且很多时候，我不时要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去做，而且要尽自已的努力做到，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。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。在这次实践中，我感受很深的一点是，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，我比一小部分人具有更高的起点，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。

回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。

在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。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，你要听取、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.种原因会使自己缺乏自信。其实有谁一生下来就什么都会的，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。这次接触的实践活动，对我来说很陌生，要想把工作做好，就必须了解各方面的知识，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。

**社会实践报告5000字篇十**

经过几天的休整，当刚回到家时的兴奋与惬意渐渐淡去，我回想了一下自己这半年的学习生活，虽然在学校里的生活平静而快乐，可我却看到了“危机”———就业危机。在大学这个相对自由的天地里，同学们都在努力的通过各种机会来磨砺和充实自己，希望能多学习一些东西对自己将来走进社会有所帮助。然而，大学只是一个沟通校园与社会的桥梁，是我们步入社会前继续充实自己知识的“深加工厂”。最终我们还是要面临社会和市场无情的竞争与淘汰，仅仅依靠校园里的知识是不够的。于是，我开始思考：怎样才能让自己在寒假这个短暂的时间里学到一些校园里学不到的东西，从而度过一个有意义的寒假。

经过了一番思考后，我把自己的想法告诉了父母：独自到附近的装饰装修公司去应聘。由于考虑到自己各方面的实际情况(一没经验;二没学历;三时间有限)，决定进行为期10天无偿的义务劳动，主要目的是体验和学习，以便尽早适应社会的工作环境。在得到父母的认同后，我决定第二天就出去找单位应聘。

实践前———行动

15日一大早和父亲在外面吃过早饭后，我揣着自己仅有的身份证和学生证，开始了我人生中的第一次求职。虽然在电视上看过人家应聘，心里也作好了被打击的准备，可毕竟是第一次，站在应聘单位的门外还是紧张的打起了退膛鼓。一直在一旁的父亲看出了我的心思，说道：“要不我去帮你问问，看看人家要不要人，你再进去。”“不……不用了，我自己去问，不行我再换一家，你……你还是先回家吧。”我拒绝了父亲的“帮助”，因为我知道，从小到大我一直都生活在父母的扶助中，现在的我如果不迈出这独立的第一步，那么这次应聘将失去意义，即使得到这份工作，对我来说也没什么实质性的收获，因为我已输在了起跑线上。待父亲转身离开后，我稳了稳自己的心绪，深呼吸，带着忐忑不安的心情走进了艾帝尔装饰公司的大门……

半个多小时过后。“成功了!”我带着难以掩饰的欣喜走了出来，因为急着想把这个好消息告诉家人，回家的脚步也显得轻快了许多，可没想到一抬头，发现父亲就在不远处的拐角处等着我。原来，他这既是监督我(怕我半路落跑)又是关心我(怕我遭受打击)，顿时体会了父亲的一片良苦用心。在确定我这次单独应聘成功后，他也只淡淡的对我说了一句：“看来真的是长大了。”是呀，就在这一刻我发现自己真的长大了，不再是那个什么事情都要等父母安排妥当了再去做的小孩子了。这又不禁有让我想起刚才临离开公司，经理退还我学生证时对我说的话：“我之所以录用你，是因为我欣赏你的就业危机意识和这种敢于单独到社会里推销自己的勇气，对于你这样一个刚上大一的女孩子来说，能做到这两点是很不容易的。”想到这里，再一次庆幸自己之前没让父亲为自己去打探，否则，这份工作说不定就丢了，而我也少了一次考验自己信心和勇气的机会。

当天下午2：00我准时来到公司，和办公室的同事打过招呼后，见大家都在忙自己的事情，我就找了两本书关于家居专修基本常识的书看，因为上午和经理商量过，由于我的能力和时间有限，一些复杂和长期的工作我也不能做，于是就安排我每天早上做一下办公室(包括卫生间)的清洁工作，以及简单的客户接待工作，其它时间就自己看书学习或看别的同事如何制作电脑效果图。而要作到接待客户时能应付一般的提问就必须先增加自己这方面的知识，于是决定先看看书熟悉一下。我拿着书翻翻看看，不知不觉已经快5：00了，这时一直在外面忙的经理回来了，见我书快看完了就说到：“快看完了啊，速度挺快的嘛，看的怎么样了?看完了我要检查的，你要能复述出来才行。”“啊!?”我心里不禁一惊：怎么办呀，我翻的太马虎了，复述恐怕……经理没理会我的惊讶去忙自己的事情了。这时我才知道，经理这么说一方面是要考验我的学习吸收能力，一方面是要求我不管做什么事情都一定要认真仔细，看书同样如此，决不能走马观花，要对自己负责。尤其是一些看上去不起眼的小事，更是不能马虎的，正所谓：细节决定成败。而让我深切体会这一道理的是第二天的清扫工作。

一直都认为打扫卫生是个再简单不过的工作，家里的清洁工作我也只是偶尔做做，觉得没什么大不了的。可这次的清洁工作，让我改变了对清洁的看法。把办公室的卫生做完之后，我开始了卫生间的清洁工作，把地板上的水渍扫干净以后，擦了墙壁与镜子，看看没什么要弄的了，准备出去看书了，忽然想起了“细节决定成败”：既然我是出来锻炼的，就要得到老板的认同才行，而像我这样的清洁工作谁能做，怎样才能让我的工作更出色?就是更细致的清洁!从新审视了整个卫生间，我发现自己之前的工作的确是不够彻底的：墙上的瓷砖上还有星星点点的小水渍和污垢，洗漱台下面也有不少灰尘，而问题最严重的还是便池上的污垢。看到“任务”还如此“艰巨”，我就脱去外套准备来大干一场，说句实话，在自己家里我还没这么勤快过呢，但为了工作我决定“牺牲”了，还好没有什么异味，但心里还是有点不舒服，面对一些顽固的污渍，我也顾不上衣服会溅到污水，拿着刷子就使劲的刷，不觉间时间就已经过去了两个小时，看着被自己打扫的整洁一新的卫生间，忘记了酸痛的胳膊和鞋子上的水渍。虽然这件是并没有被经理注意到，但我自己却有了收获，那就是对“细节决定成败”更深层的理解：人与人之间在智力和体力上的差异并不是想象中的那么大，很多小事，一个人能做，另外一个人也能做，只是做出来的效果不一样，往往是一些细节上的工夫，决定着事情完成的质量。

实践中———体会：

1)检查《家居忠告》的学习情况;(因为那天经理说要检查，第二天我就准备了一个笔记本，把书又从头认真的看了一遍并做了笔记，可经理却要求我不能只讲书本上的知识，还要结合自己的看法来谈，这样才能有所提高和收获。)

2)谈谈各自的缺点和不足，共同找出相应的解决方法;(与同一个办公室的小王和小邹相处了一段时间，大家互相也有了一定的了解，通过谈自己的缺点来更加清楚的认识自己，改正缺点弥补不足，共同进步。)

3)学习《基本营销礼仪》;(接人待物处处都是学问，与人的沟通除了语言的表达外，最重要的就是肢体语言即礼仪，为了能给客户留下较好的服务印象，顺利开展接下来的工作，基本的营销礼仪是必须掌握的。)

4)列举分析哲理小故事;(很多有趣的哲理小故事是启迪人生的金钥匙，工作中的不明白的很多事理都可以在这样的小故事中找到答案。)

5)对自己近期学习情况的总结。(虽然从表面上看我似乎就是看了一些书，作了一些读书笔记，可我觉得我所收获到的远不只这些。首先，有规律的工作时间，让我在寒假依然能有正常的作息时间，而不是一味的睡懒觉。其次，家居的一些小常识也帮助我养成了更健康的生活习惯。再者，让我更清醒的认识到了自己在面对就业这一方面还欠缺哪些东西，以便我能在今后的学习生活中做到有的放矢的去弥补。)

我短暂的实践生活就这样结束了，除了收获以外留下的是更多的思考。

实践后———感悟

第一次参加社会实践，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。这次的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了自己的奋斗目标。社会是另一个学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，既能让我们的人生价值得到体现，更为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。陶渊明说过“盛年不再来，一日难再晨，及时宜自勉，岁月不待人。”希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

**社会实践报告5000字篇十一**

在中山街实习的一段时间，是自己从学生开始向银行员工身份转变的阶段，在此期间我很多方面发生了转变，这里就不再累赘，还是说下我工作的心得体会吧。具体来说，第一就是不浪费时间。在网点，相对来说有一定的时间可以自己支配，这时候，我把银行的具体业务制度通读了几遍，这样在做大堂经理时，我可以很轻松的解决顾客的问题。下班后，我又把大学时的课本《商业银行经营与管理》等与银行相关书籍读了几遍，“功夫不负有心人”，在11月份参加银行从业资格考试时见到了很好的效果，尽管那时信贷部有个劳动竞赛，时间比较紧，在复习时间不多，但是我报考的科目仍然顺利通过，而且还都达到了70分以上。这得益于我在中山街时期的学习。第二个体会善于思考，这也是想和做的问题。工作要做好，但不能单纯工作，还需要“想”，也就是多思考。把工作中遇到的问题总结一下，利用自己在学校所学的知识来分析解决一下问题。一不浪费时间，二工作中多思考，把工作实践和理论结合一下，提升工作。我想，这两个体会会成为自己毕生工作中的两个信念，坚持下去。

到信贷部之后，我在中山街负责客户咨询和受理，那时，我们刚在《蓝天商情》报刊上做了广告，受理量直线上升，通常咨询者多达20多人。这时，我把每个客户前来咨询的常见问题总结了一下，结合我们的工作流程，写了一份《客户受理须知》。这样，客户前来受理时，我把写好的《须知》分发给每个客户一份，这样极大的提高了工作效率，也提升了服务水平，提高了客户满意度。

可能是因为受理工作时间长了，我对受理很有感情，我认为受理是信贷工作极为重要的一步，能提高信贷员的调查成功率，很多不合格的客户都是在受理时刷掉的。所以，每次审贷会我基本上都参加，与管户信贷员交流沟通，看自己受理的客户能否成功，为什么没通过，及时反馈信息，把这些反馈过来的信息运用到前台受理中，提高了受理的质量和水平。

前台工作期间，我把老信贷员原来的信贷培训教材借来通读了两遍，把原来省行的培训课件也学习了几遍，这样，在做副调查或者参加审贷会的时候，我可以相互印证，加深理解。而且在到省行培训之前，我自己独立调查了几笔客户，通过调查、做表、开审贷会、录系统、放款等流程加深了对小额贷款的理解。后来，到培训的时候，由于前期的经验和积累，我觉得学习效果特别好。培训回来，我开始放款了，虽然学了很长时间，在自己去调查时，仍然感觉有欠缺。这时候，我注重向老信贷员学习，每位信贷员经历了半年多的锤炼，都有自己独特的方法和优点，能把每个信贷员的调查技巧学到手，是自己一笔不小的财富。

这是我在银行工作五个月来的经历，我想，在以后的工作中，我会一直坚持自己的俩个信念，不浪费时间，注重学习总结，向课本学习，向老信贷员学习，向工作实践学习，勤思考，勤总结。

以上是关于自己工作方面的一些经历和体会，但是我在这几个月的工作中还有更大的收获。

在东环城实习时，支局长是胡伟玲。来之前，我就听说东环城理财业务完的好，到东环城实习之后，我找到了答案。其他支行长的工作地点是在办公室，而胡伟玲的工作地点是大堂，东环城地方小，没有大堂经理，胡伟玲自己就是大堂经理。我在东环城的时间不多，但在我的印象中，胡伟玲很少在里面坐着。对每一个进门的顾客，她都特别热情地亲自为顾客解决问题，顺便再介绍一下我行的理财产品，工作态度特别积极。而这，我想或许就是东环城理财任务名列前茅的原因了。联系自己，我很受启迪，积极、积极进取的人生态度，这或许是我在东环城实习的一笔最大的收获。我把积极运用到自己的工作中，工作得到了明显的提升；我把积极运用到生活中，也找到了自己满意的女朋友。

到银行第一天，我就遇到一个很开朗乐观的女孩，后来，才知道是兰俊霞。分到信贷部之后，兰主任就是我的直接领导。通过三个多月来的沟通和交流，我发现兰主任身上有很多闪光的品质：乐观、开朗、工作狂。对我影响最大的就是兰主任对生活工作的乐观。虽然，兰主任无论是工作还是生活压力都不小，但每次看到她，她脸上总是洋溢着笑容，感染着她自己，也感染着我们，激励着我们。而我，把这种乐观运用到工作和生活中，而且受益颇丰。因为后来和女朋友交流时，她说之所以能看上我，就是因为感觉我有一种对生活由衷的热爱和对未来生活的乐观。到这里，我更应该感谢兰主任了。在以后的日子里，我将会把这种对生活由衷的热爱和乐观的人生态度一直保持下去。

说到生活，不能不说下焦主任了。自入行第一天，焦主任就负责我们的生活和工作安排。从开始向企业要房子，到后来焦主任亲自带我去街上找房子，到最后网上发布消息租房子，以及后来去买被褥，买床桌子，换窗帘，买洗衣机、热水器、浴霸、电视机等、以及后来搬家等等，我和焦主任有了进一步的深入接触和了解，感觉焦主任人很朴实，跟我性格差不多。在焦主任和商户的讨价还价中，我知道了什么叫工作的责任心；在下班时间和焦主任奔波于大街小巷房产中介公司中，我知道了什么是敬业；当住上温暖明亮的住房时，我感受到了什么是关爱和呵护。“你们是咱行的第一批大学生，是咱行的未来，你们生活安排不好，我不安心，咱郭行长也不安心”。焦主任朴实的话语让我深深地感受到了行领导的关爱和呵护。只身在外，天气又逐渐变冷，但我似乎又像是感受到了家的温暖，耳边又隐约响起了罗大佑的歌曲《恋曲1990》“生命终究难舍蓝蓝的白云天”。我想，我的生活可以没有金钱，可以没有鲜花和掌声，但绝对不能没有亲情友情的滋润，不能没有家的关爱，不能没有亲人的呵护，不能没有心灵停泊的港湾。我想，如果自己一生能生活在感情的包围中，是一种幸福。的确，“生命终究难舍蓝蓝的白云天”。

每个人都有自己的优点，每个人都有自己闪光的独特品质，三人行，必有我师，向身边的人学习，或许比自己在课本中学习的东西更有含金量，更有实用性。

最近在省行培训，我学到了很多东西，这些或许是自己工作几年时间才能学到的，我觉得这次培训不单单是业务的学习，更主要的是通过王辉主任的讲课，我学到很多有关银行经营管理方面以及小额贷款内在核心理念等更高层面的东西，这些知识肯定将会在更高层面上指导我以后的工作。后来，我在郑州抽时间去书店买了300多块钱的书，大部分是国内外有关银行经营管理和信贷方面的书籍。我想，虽然在信贷部工作很累，但我一定要发挥一下自己的比较优势，多学习，学习国内外有关银行信贷方面的一些理念，并运用于信贷实践，不断提升自己。通过工作实践，特别是省行的信贷培训，我觉得信贷是一门技术含量很高的学问，很有挑战性，我对信贷也越来越感兴趣了，越来越全身心地投入了。

最近我读书有个心得体会。在培训期间，王辉主任强调了我们邮政储蓄银行的品牌，其核心竞争力不是价格，而是服务，“真诚到永远”，以服务立行。既然如此，那么我想，信贷服务除了放款速度快、手续简便、不收杂费、八不准等优点外，我们是否可以再加上一条：为客户提供信息服务。前一段时间，我独自调查了几户，有次和客户聊天，客户无意间说自己需要一批杨树苗，不知道在哪里可以搞到。这时，我偶尔想起由一个卖电动车的客户，在老家种了不少的杨树，我试着打了个电话，没想到还真有，结果，促成了一笔交易。由此我想，我们可否利用在信贷部信息方面的优势，促进客户之间业务的往来。而这，只是低层面的服务，我想，每个信贷员通过几年的调查，对一些行业也会逐步加深理解，特别是和一些做生意特别成功的客户交流沟通，会形成自己一些对各个行业如何更好的经营方面一些成熟的看法，这样，在对一些刚做生意经验不是很丰富的客户交流时，可以给客户一些经营方面的信息指导，这无形中会树立我行的优质服务品牌，拓展开了我行的业务。在明年，我行将开办中小企业贷款，在培训时，可以加强一些中小企业经营管理企业管理咨询方面的培训，通过信贷员与中小企业的接触和业务来往，也会形成一些成熟的管理理念和方法。而在内地，很多中小企业管理极不规范，给予这些中小企业一些企业管理咨询方面的信息服务，也是提高服务水平的一种有效的形式，这也符合我行以服务立行的品牌理念。或许，这也将会成为我行的又一个盈利点。

经过培训，我对信贷也有了一些认识，通过几个月的实践，对信贷工作也有一些不成熟的建议，例如，我想可以在贷款之后再给客户一封还款明白卡，上面可以写一些培养个人信用方面的提示，如逾期的后果、我行的良好的业绩、不良贷款率不到0.5%与客户的长期合作关系、信用良好的激励、我行将评选优质客户等方面的内容。该方案已经得到王行长、兰主任和同事的认可，这两天我已经把内容写好交上去了。我想，这至少可以省我们信贷员的很多口舌。

在邮政储蓄银行工作的5个多月，是我人生的一个重要的阶段，期间，我学到了很多，也成熟了很多。工作的忙碌使我感到了生活的充实，亲情友情的关爱使我的心灵得到不断地滋润。我想，我会毕生坚持自己的信念：积极进取、热爱生活、不浪费时间、不断学习，在为邮政储蓄银行做出更大贡献的同时，提升自己的生活品质，与邮政储蓄银行共同提升、共同发展，在邮政储蓄银行实现自己的人生的梦想！

**社会实践报告5000字篇十二**

经过几天的休整，当刚回到家时的兴奋与惬意渐渐淡去，我回想了一下自己这半年的学习生活，虽然在学校里的生活平静而快乐，可我却看到了“危机”———就业危机。在大学这个相对自由的天地里，同学们都在努力的通过各种机会来磨砺和充实自己，希望能多学习一些东西对自己将来走进社会有所帮助。然而，大学只是一个沟通校园与社会的桥梁，是我们步入社会前继续充实自己知识的“深加工厂”。最终我们还是要面临社会和市场无情的竞争与淘汰，仅仅依靠校园里的知识是不够的。于是，我开始思考：怎样才能让自己在寒假这个短暂的时间里学到一些校园里学不到的东西，从而度过一个有意义的寒假。

经过了一番思考后，我把自己的想法告诉了父母：独自到附近的装饰装修公司去应聘。由于考虑到自己各方面的实际情况(一没经验;二没学历;三时间有限)，决定进行为期10天无偿的义务劳动，主要目的是体验和学习，以便尽早适应社会的工作环境。在得到父母的认同后，我决定第二天就出去找单位应聘。

实践前———行动

15日一大早和父亲在外面吃过早饭后，我揣着自己仅有的身份证和学生证，开始了我人生中的第一次求职。虽然在电视上看过人家应聘，心里也作好了被打击的准备，可毕竟是第一次，站在应聘单位的门外还是紧张的打起了退膛鼓。一直在一旁的父亲看出了我的心思，说道：“要不我去帮你问问，看看人家要不要人，你再进去。”“不……不用了，我自己去问，不行我再换一家，你……你还是先回家吧。”我拒绝了父亲的“帮助”，因为我知道，从小到大我一直都生活在父母的扶助中，现在的我如果不迈出这独立的第一步，那么这次应聘将失去意义，即使得到这份工作，对我来说也没什么实质性的收获，因为我已输在了起跑线上。待父亲转身离开后，我稳了稳自己的心绪，深呼吸，带着忐忑不安的心情走进了艾帝尔装饰公司的大门……

半个多小时过后。“成功了!”我带着难以掩饰的欣喜走了出来，因为急着想把这个好消息告诉家人，回家的脚步也显得轻快了许多，可没想到一抬头，发现父亲就在不远处的拐角处等着我。原来，他这既是监督我(怕我半路落跑)又是关心我(怕我遭受打击)，顿时体会了父亲的一片良苦用心。在确定我这次单独应聘成功后，他也只淡淡的对我说了一句：“看来真的是长大了。”是呀，就在这一刻我发现自己真的长大了，不再是那个什么事情都要等父母安排妥当了再去做的小孩子了。这又不禁有让我想起刚才临离开公司，经理退还我学生证时对我说的话：“我之所以录用你，是因为我欣赏你的就业危机意识和这种敢于单独到社会里推销自己的勇气，对于你这样一个刚上大一的女孩子来说，能做到这两点是很不容易的。”想到这里，再一次庆幸自己之前没让父亲为自己去打探，否则，这份工作说不定就丢了，而我也少了一次考验自己信心和勇气的机会。

当天下午2：00我准时来到公司，和办公室的同事打过招呼后，见大家都在忙自己的事情，我就找了两本书关于家居专修基本常识的书看，因为上午和经理商量过，由于我的能力和时间有限，一些复杂和长期的工作我也不能做，于是就安排我每天早上做一下办公室(包括卫生间)的清洁工作，以及简单的客户接待工作，其它时间就自己看书学习或看别的同事如何制作电脑效果图。而要作到接待客户时能应付一般的提问就必须先增加自己这方面的知识，于是决定先看看书熟悉一下。我拿着书翻翻看看，不知不觉已经快5：00了，这时一直在外面忙的经理回来了，见我书快看完了就说到：“快看完了啊，速度挺快的嘛，看的怎么样了?看完了我要检查的，你要能复述出来才行。”“啊!?”我心里不禁一惊：怎么办呀，我翻的太马虎了，复述恐怕……经理没理会我的惊讶去忙自己的事情了。这时我才知道，经理这么说一方面是要考验我的学习吸收能力，一方面是要求我不管做什么事情都一定要认真仔细，看书同样如此，决不能走马观花，要对自己负责。尤其是一些看上去不起眼的小事，更是不能马虎的，正所谓：细节决定成败。而让我深切体会这一道理的是第二天的清扫工作。

一直都认为打扫卫生是个再简单不过的工作，家里的清洁工作我也只是偶尔做做，觉得没什么大不了的。可这次的清洁工作，让我改变了对清洁的看法。把办公室的卫生做完之后，我开始了卫生间的清洁工作，把地板上的水渍扫干净以后，擦了墙壁与镜子，看看没什么要弄的了，准备出去看书了，忽然想起了“细节决定成败”：既然我是出来锻炼的，就要得到老板的认同才行，而像我这样的清洁工作谁能做，怎样才能让我的工作更出色?就是更细致的清洁!从新审视了整个卫生间，我发现自己之前的工作的确是不够彻底的：墙上的瓷砖上还有星星点点的小水渍和污垢，洗漱台下面也有不少灰尘，而问题最严重的还是便池上的污垢。看到“任务”还如此“艰巨”，我就脱去外套准备来大干一场，说句实话，在自己家里我还没这么勤快过呢，但为了工作我决定“牺牲”了，还好没有什么异味，但心里还是有点不舒服，面对一些顽固的污渍，我也顾不上衣服会溅到污水，拿着刷子就使劲的刷，不觉间时间就已经过去了两个小时，看着被自己打扫的整洁一新的卫生间，忘记了酸痛的胳膊和鞋子上的水渍。虽然这件是并没有被经理注意到，但我自己却有了收获，那就是对“细节决定成败”更深层的理解：人与人之间在智力和体力上的差异并不是想象中的那么大，很多小事，一个人能做，另外一个人也能做，只是做出来的效果不一样，往往是一些细节上的工夫，决定着事情完成的质量。

实践中———体会：

1)检查《家居忠告》的学习情况;(因为那天经理说要检查，第二天我就准备了一个笔记本，把书又从头认真的看了一遍并做了笔记，可经理却要求我不能只讲书本上的知识，还要结合自己的看法来谈，这样才能有所提高和收获。)

2)谈谈各自的缺点和不足，共同找出相应的解决方法;(与同一个办公室的小王和小邹相处了一段时间，大家互相也有了一定的了解，通过谈自己的缺点来更加清楚的认识自己，改正缺点弥补不足，共同进步。)

3)学习《基本营销礼仪》;(接人待物处处都是学问，与人的沟通除了语言的表达外，最重要的就是肢体语言即礼仪，为了能给客户留下较好的服务印象，顺利开展接下来的工作，基本的营销礼仪是必须掌握的。)

4)列举分析哲理小故事;(很多有趣的哲理小故事是启迪人生的金钥匙，工作中的不明白的很多事理都可以在这样的小故事中找到答案。)

5)对自己近期学习情况的总结。(虽然从表面上看我似乎就是看了一些书，作了一些读书笔记，可我觉得我所收获到的远不只这些。首先，有规律的工作时间，让我在寒假依然能有正常的作息时间，而不是一味的睡懒觉。其次，家居的一些小常识也帮助我养成了更健康的生活习惯。再者，让我更清醒的认识到了自己在面对就业这一方面还欠缺哪些东西，以便我能在今后的学习生活中做到有的放矢的去弥补。)

我短暂的实践生活就这样结束了，除了收获以外留下的是更多的思考。

实践后———感悟

第一次参加社会实践，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。这次的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了自己的奋斗目标。社会是另一个学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，既能让我们的人生价值得到体现，更为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。陶渊明说过“盛年不再来，一日难再晨，及时宜自勉，岁月不待人。”希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

**社会实践报告5000字篇十三**

调查目的：时下，大学生通过利用课余时间找份兼职工作打打工或在假期积极参与社会实践，打暑期工、实习体味生活已经成为了一股热潮。对大多数学生而言，挣钱是打工的首要目的。有的却认为挣钱并不是大学生打工的惟一目的，不少同学把打工看作是参加社会实践、提高自身能力的机会。许多学校也积极鼓励大学生多接触社会、了解社会，一方面可以把学到的理论知识应用到实践中去，提高各方面的能力;另一方面可以积累工作经验对日后的就业大有裨益。通过调查可以了解当代大学生对社会实践的看法以及透析大学生生活实践情况，从而结合马克思主义哲学分析大学生社会实践所存在的问题以及提出解决方法，使大学生能正确对待社会实践，在实践中见真知。在往后实践中能更好地接触社会、实践自己的专业技能，寻找发展的机会。

调查对象：大学生成长成才，是高等院校普遍关注的问题。而大学生社会实践已成为培养合格大学生的重要组成部分，也决不能忽视或放弃大学生社会实践。因此这次调查就选择了在读大学生50名，其中广州大学20名，中山大学10名，广东外语外贸大学10名，华南理工大学5名，广东工业大学5名。年级分别为大一学生5名，大二学生30名，大三学生15名。

调查内容：本次调查通过对大学生有否参加过暑期工、兼职或实习，最想参与何种社会实践，所参与的打工或实习是否与所学专业相符，能否体现实践与理论知识相结合以及在工作或实习中获得了什么等问题进行展开。

调查方法：通过派发问卷进行调查，发放问卷共50份，收回有效问卷50份。(调查问卷及数据统计详见附录)

调查结果：从调查中发现，许多大学生都认为兼职是大学生的第二个“课堂”，通过兼职可以学到许多宝贵的东西。“存在就是合理”，职业没有高低之分，无论什么职业都有其可取与不可取之处，就看自己的需求。不少大学生觉得只要是能够赚钱的工作，就可以去试一试，品牌代理，促销等以前不会是大学生从事的工作，现在都成为了大学生们可以接受的工作。

有52%的同学认为如果要参加社会实践，最理想的就是到企事业单位进行实习交流，其次是打工或做兼职占40%;而56%的同学有做过兼职，20%打过暑期工，14%参与过实习，表示从未做过的仅占10%;现在大学生兼职、打工，除了做家教(14%)、网络的实习实践(6%)外，越来越多的大学生在兼职或打工时从事派传单、商品促销(22%)、校园销售(14%)、当餐厅服务员(8%)等简单、不需要特殊技能的工作，但却与所学专业知识相去甚远，76%学生认为所实习或兼职的工作与自己专业不全相符或完全不符，仅24%的人认为完全或基本相符。能够使大学里的理论知识应用到实践中去的只占38%，在实习或工作中66%的人满意自己的课外实践能力;12%的学生认为兼职是为以后的求职做准备，在选择实习或打工目的是什么的时候，有32人选择“接触社会，积累工作经验”，占了总数的64%，选择“赚取生活费”，占了20%。从选项人数中显示，大学生兼职以赚钱和充实自己为主要目的。现在的大学生已经将打工看得很重了，钱虽然是一定因素，但是希望通过打工获取的经验对将来就业时有所帮助应该是更多学生考虑的问题。大学生在打工时间上的弹性还是很大的，这应该和他们宽松的学习环境有一定关系。56%的人会选择在假期实习或打工，30%会选择任何没有课的时间，12%会选择周末。有31人认为在不影响学习的基础上赞成合理兼职或打工实习，19人很赞成兼职、打工，没有人反对。54%的人都提出学校除了提供就业指导以及专业课程外，还应该提供实习机会，22%觉得学校应该提供就业体验，至于选择素质拓展和职业生涯规划的各占12%。

调查结果分析：

在调查中发现没有人在参加社会实践上选择“参加‘三下乡’活动”一项，说明当代大学生与以往的大学生相比较，他们的求学经历、生活条件、所处社会大环境都相对优越，也没有经过必要的挫折教育，因此，他们意志往往比较脆弱，克服困难的能力也较差，常常是对社会的要求较高，对自我的要求较低。当前，大学生的责任意识日益成为社会关注的热点问题，责任意识和诚信意识成为不少地方采用人才的两个新标准。大学生参与社会实践是促进大学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长和成才的重要举措，是学生接触社会、了解社会、服务社会，培养创新精神、实践能力和动手操作能力的重要途径。参与“三下乡”实践，其目的是为了支援农村的教育事业，同时给农民带去相应的指导，本着为人民服务的宗旨，同时把自己在学校学到的知识与劳动实践相结合，并从群众中学到做人做事的道理，用于知道自己的将来的学习生活工作。现在大学生，除了一部分学生来自农村以外，很有一部分是来自城市的，往往这些学生家庭环境好，父母亲更是不允许或者不支持自己的孩子参加所谓的“三下乡”实践活动，这样，学校所提倡的通过“三下乡”实践活动来提高学生素质的目的就未能够达到。在马克思主义哲学中，三观指的是世界观、人生观、价值观，而个人的世界观、人生观、价值观是紧密联系在一起的。在个体价值观体系中，人生价值观处于主导地位，决定着总的价值取向，对价值观系统中其它价值观起着指导和制约作用。由于当代大学生的价值观主要是围绕自己出发，致使大学生自身社会阅历和实践经验不足，更不用说参与“三下乡”活动服务人民了。

另外，没有人选择反对大学生兼职、打暑期工或实习，大家都认为只要不影响学习能够积攒经验可以为以后的工作打基础。对于当代大学生来说，应当刻苦学习专业知识，不断提高综合素质和运用知识的技能。从大学生活的开始到走进社会的大圈子中，就只有短短的几年时间，谁不想在将来的社会中能有一席之地呢?所以大家认为大学生必须投身校园内外的各类实践活动，有助于锻炼品质，提高能力。可见其对大学生综合素质的提高有不可抵触的重要性。不能否认有过打工经历的同学，看起来要比其它同学更成熟、社会适应力更强，但对于学生，社会适应力只是一方面的衡量指标，大学期间主要的任务是学业结构的搭建，即知识结构、专业结构的搭建，为了打工影响甚至放弃了专业知识的学习，结果是得不偿失的。

结论与建议：

马克思主义哲学认为实践是人自觉改造客观世界，使外部对象发生某种改变的现实的物质性活动。实践是人的活动，而人是社会的人，处在一定的社会关系之中，因此，实践不是单个人孤立的行为，而是社会的活动。所以，实践作为物质世界长期发展的一个阶段，是在社会历史中不断发展演变的。实践的主体是人民群众。“三下乡”是大学生社会实践活动在新时期的深化发展，是促进农村两个文明建设的有益补充，具有重要的现实意义和长远意义。实践出真知，社会实践活动是大学生活的重要组成部份，培养当代大学生的历史使命感、社会责任感和积极向上的精神风貌，充分发挥实践育人的作用，提高大学生的综合素质，也是检验所学理论知识的标准，社会实践不但为大学生提供了一个发挥自我才能，展现自我风采的舞台，也是培养和锻炼同学们综合能力的一个阶梯，更是一个大学生进入社会，走上工作岗位前的演练场地。了解国情是年轻人的首要任务，这就需要放眼960万平方公里的土地、对占人口80%以上的农民有所了解才行。学生利用假期时间参加“三下乡”社会实践活动，这样可以使同学在实践中更好的认识国情，贴近社会，从而确定比较正确的人生前进方向。作为高校教育者，如果能引导大学生将强烈的使命感转化为学习、服务、实践、奉献等实实在在行动，把行动变为责任，将会使大学生在人生轨迹上树立起更高的起点。大学生的社会责任意识，应该说不仅有助于他们较快适应、融入社会，同时也是实现自我价值的必由之路。

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。处理人与人之间社会关系的活动，即人类的社会交往以及组织、管理和变革社会关系的活动。如政治活动、社会改革实践、阶级斗争等。因此，大学生应该积极参与实践，使实践与认识相结合。大学生可以通过调查研究了解实际情况，结合所学为政府部门提供决策参考是一件十分有意义的事情，既提高能力又服务社会，这是一种双赢的选择;二是志愿者服务，将专业知识与社会需求紧密结合起来，利用专长服务社会，回报社会。三是参加各种公益活动，培养自身的社会责任感，这是一种贯穿于日常生活当中的社会实践形式，以小见大，以细微之处见长，是进行社会实践活动的一种长效机制。现在大学生社会实践是一种比较普遍的形式。很多学生利用业余时间到各地和很多行业去进行社会实践和社会考察，回校后进行认真的讨论总结，用他们自己的视角来理解社会，思考未来的人生道路。

通过这次的社会实践，让我学会了很多东西，我深深地感受到一个人在工作岗位上的那份热情。正因为如此，我才渐渐地懂得了一个道理：要创造自己的事业，就必须付出加倍的努力，凭着一个人对工作的执，坚定的信念会指引着他走向完美的事业之路。

在实践的这段时间里，我通过自己的努力奋斗，体会到了工作中的酸甜苦辣，这时才发现自己是最幸福的。因为我还在学习的阶段，还没能真正地接触事业，没能真正地了解到工作的难处和辛苦。想起来，还是觉得自己现在还是不错的了，能在这么好的环境下读书，为以后的工作打下基础，只是，我觉得个别惭愧，都怪自己不够争气，不珍惜这好的时间和机会去好好读书，整天都无所事事，在家里一点事也不会做。是这一次社会实践给了我学习的机会，同时也给了我一次记忆深刻的经历。

**社会实践报告5000字篇十四**

今年暑假，我有幸去了一次有意义的“社会实践”活动，在x市象山南路洪客隆促销卡夫果珍。总结这十天以来的工作，我知道了在外兼职并不是一份轻松的差事，虽然每天除去吃饭时间只工作4、5个小时，但还是让我体会到了工作的艰辛，赚钱的不易。以及在超市的促销过程中发现，尽管卖的只是一袋食品，还是发现社会的贫富差异巨大，以及人们的素质差异。还让我感到超市这段期间二楼虽然在装修，应该是比较混乱的，却依然有着严格的管理系统。

现在从头说起，7月30日在同学的介绍下来到卡夫果珍公司面试促销员，在询问热心门卫大叔后知道在11楼，于是打起精神，坐上电梯，希望带着好的精神面貌去面试。刚下电梯，门都是锁着的，并且现在时间还早，约定的时间是下午2：30、于是决定等到约定时间前再进去。几分钟后，另外3个女生从电梯出来，得知是共同面试的。于是一起进去，发现给我们面试的万姐还没到上班时间。于是我们4人坐在一旁的办公桌等待万姐。不一会，竟又来了好几人。大约加起来有10个左右……

开始面试了，万姐逐个让我们进行自我介绍，包括工作经历以及如何进行促销。我在20xx年暑假是有过一次促销经历的，恰好是卖雀巢橙c，与卡夫果珍是竞争对手。由于之前已有过几次促销经历，并且得知万姐喜欢声音大的女生，于是悄悄将声音提高好几分贝，并且自我介绍起来挺自信的。将自己的工作经历说出来，强调当初的卖点是雀巢与kfc合作的，这样容易招染顾客。告诉顾客雀巢橙c在kfc也有卖的，却要好几元钱一杯。而自己买来冲的经济实惠，并且可以掌握浓淡，自己冲调安全放心，以及夏天补充维生素c等常用果珍促销手法。并且现在在搞特价活动还有小礼品赠送。其他人虽然没做过果珍的促销，却也是各有特色，有做过食品的，有做过化妆品的。都是一些能说会道的女孩子。

看得出来，万姐对我还是比较满意的，于是让我选了个离家较近的象南洪克隆。再挑选了几个女孩子。其他人则等待8月8日王子饼干的促销或者是未选上。期间3点半又来了几个女生，竟然是迟到的。其实，遵守约定时间对于面试成功那是非常重要的。下午经过培训，7月31日去看下现任促销怎么做的，经过交接，8月1日就能正式上岗了。原定是工作1个月的。为何只有十天后文交代。

接下来开始培训了，万姐让我们准备笔和纸，她报卖点，我们记下来。掌握了一些产品信息以及卖点我们开始背诵了，“卡夫果珍魔幻世界让孩子爱上喝水，欢迎免费品尝卡夫果珍。现在搞特价啦，原价14、4现价12、9，里面是20条独立包装，冲调方便，夏天多喝果珍帮助孩子多喝水，补充维生素c，老少皆宜，老人家喝促进人体对铁和钙的吸收。并且采用最新碱糖技术，糖尿病人也可以喝现在还送一个价值2-3元的魔幻喷水器等等”这些就是一些基本叫卖了。顺利通过后。回到家准备明天的交接了。

由于骑车比较方便，于是31日晚上来到洪克隆，这里最近开始装修。感觉超市比较混乱，找卡夫的堆头找了一圈，发现摆在角落的冰柜边上。由于是晚上，人还是比较多的。现任的促销员正在忙着绑礼品。和她打过招呼后2人随便聊了聊。发现竟然是同一所学校，只不过她在继院。并且是即将面临毕业的大四学姐，还是住在同一栋楼(她住4楼，我住1楼)。他是江苏人，今年暑假没有回家，与同学合租了房子在南昌打工。一个人在外一定不容易，觉得她挺厉害也挺不容易的。熟悉了下地理位置就能安心回家准备明天的工作了。

1日下午，提早十分钟到达，开始冲调免品，以前在雀巢是导购阿姨冲好了浓度的，这次轮到自己冲了，平时也不爱喝这个，大姐又说不要放太多粉，后来才知道冲的是多么的淡。品尝的顾客都说很酸，有经验后，基本能掌握冲调的浓度了。发现免品的口感对于销量实在是很重要，所以为什么说产品的品质最重要呢?如果东西不好喝，没喝过的人完全不会考虑去买，甚至喝过人说这是柠檬味的吧(其实免品做的都是甜橙，只不过冲的很淡所以好酸)如果产品口感不错，就可以吸引顾客购买的欲望，再加上介绍，赠送的小礼品，搞特价活动，以及对人体的好处，一些年轻家长都比较容易购买。对于最难卖的是那种老人家带着小孙子逛超市的，用另外一个促销员的话说，老人家都是“铁石心肠”。当然也有例外。只能说老人家都比较会过生活，并且十多元钱一包的东西他们还是觉得挺贵的。当然也有例外的。所以我们的消费群体主要针对一些儿童以及一些年轻人。

在屡战屡败，重新再战后，大约看得出哪些人可能购买或根本不会购买，在人多的时候就能选择购买几率大的人介绍。然而超市二楼在装修，所以东西摆在一楼显然是放不下的，于是在这么一个大超市竟然找不到很多东西。这无疑影响了超市的客流量。尤其在工作日的时候，到了晚上，人依旧是少的可怜，2、3分钟也就推过来一辆购物车。耍进口才和尽量的保持亲和力后，每天的销量却只能维持十多袋，显然是跟不上销量的，最多的一次也就8月9日卖了将近30袋。于是公司开会决定，停掉销量不好的几个超市的促销活动。

期间，有一些小插曲引人深思。在我附近工作的认识了3个促销员。绿盛牛肉干的，五洲牛肉干的，还有一个小厂家叫拿趣牛肉干的。在人少的时候，吃饭的时候我们聊一聊。彼此都是大学生，又同在外兼职，话题还是蛮多的。然后大约在7号晚上，我正在叫卖，卡夫的导购大姐走过来对我说，工作的时候千万不要偷吃免品，我莫名其妙，告诉她我从来不喝果珍的。她告诉我说卖拿趣的那个女生被保安抓走了。原来那个女生吃了给客人免费品尝的牛肉干，按照超市规定以及我们上岗前签订的工作协议，是不能偷吃免品的。当时非常非常吃惊，因为大姐告诉我说至少罚500、处罚真的很严厉啊。后来听他们说的细节是这样的：保安是穿便衣的，那个女孩子不认识他，之前我们就知道她会吃牛肉干，她告诉我们这样方便给客人介绍牛肉干的口味。那保安就在那个女生边上，告诫了2次不能吃牛肉干，撞见第三次后，保安问她在吃什么，她拿着包装纸给他看看样子女孩子以为保安是客人打算介绍一番。保安见状就说你跟我走一趟。我和另外几个促销员为那女孩子的遭遇感到同情，但从这件事件后我们可以得知，在未来走向社会后，工作中的规章制度一定要遵守，无规矩不成方圆，一定要约束好自己，更不能触犯了法律!回家后与老爸讨论此事，得出结论，罚钱事小，名誉是大啊!那个女孩子在这工作第四天，每天三小时15元的报酬，4天才60元，不但自己罚钱，厂家也要罚钱，真是得不偿失啊!

第二天那个女孩子就再也没来上班了。我却发现边上7，8个超市工作的阿姨围在一起七嘴八舌的讨论着什么，猜也猜得到是昨天那件事轰动了超市，毕竟在超市工作也挺无聊的，发生这么大一件事肯定要成为阿姨们口中好几天的话题，一问绿盛促销员确实是如此，我们感慨道，是不是我们上了年纪也会这样啊。这让我知道要提升自我素质必须表现在一言一行。

实践期间还有不得不提的2个人，就是住在超市楼上一个11岁的小姑娘，个头却有1米6了，以及她每天抱在手上1岁的弟弟。30号我去交接那天就看到他们了，小姑娘站在促销员旁边帮她绑礼品，当时我没多想，看样子还以为是促销员的亲戚呢。开始工作了他们走到我边上，你一言我一语很快熟络起来，她的弟弟尤其可爱，很像宝贝计划里的小孩子，大大的眼睛，肉肉的脸蛋。每天有客人经过时我就介绍，没人时与她聊聊，有时她也抱着弟弟与其他促销员聊天。她的弟弟特别招人喜爱，不光我们几个促销员喜欢，超市看似凶巴巴的阿姨也喜欢得不得了，看那逗弄小宝贝的样子惹得她姐姐和我们很无语。每天吃饭的时候她也跟着我们，因为她吃饭比较晚。由于工作时间，有时晚上我一个人的时候都是她陪着。就这样有点形影不离的感觉。在最后一天工作的晚上，我换衣服时卖米的阿姨问道我们，我说那是小宝贝的姐姐。她说那你是小宝贝的阿姨吗?我说完全不认识呀，另外一个阿姨也感到很吃惊说你们长得怎么很像。不说不知道，一说我也觉得呢。也许是在一起久了的缘故吧，让大家产生了错觉。在一起好几天了虽然她们只是小孩子，但他们无形之中帮我减少工作中的沉闷，带来了乐趣。真的很感谢你们。我是第二天才得知超市促销活动已暂停的。今天晚上去超市拿工衣，找了2圈没看到他们，应该是小姑娘吃饭的时间。很舍不得他们老会想起他们，打算下次其他促销员在的时候再去向他们告别一次。小姑娘虽然只有11岁，只是个孩子，却很童真。也很懂事。她还有一个3岁的弟弟，奶奶在家做家务，父母在外工作，平时只有她带带弟弟，换做是我，应该是做不来的，别看小宝贝看着可爱，却肥嘟嘟的，抱起来不是轻松的事，还要处理他的便便。所以说穷人家的孩子早当家，还有流言蜚语说怎么小孩子带着小孩子。所以啊，只希望那个小姑娘长大了能好好读书，有一份好的收入，以后就能更好的生活了!

实践中收获了许多也得到了许多。工作中提高销量的方法，销售方面的一些知识，一些方法。以及要遵守企业的管理制度。和人与人之间的情感得失。有了这次实践活动，使我无聊的假期变得更有有意义起来，也让我知道时间就是金钱，时间创造价值。作为当代大学生，要有效利用时间，提升自我素质，在未来的时间要多在我的专业方面下功夫，争取一次性考级成功!

**社会实践报告5000字篇十五**

内容提要：在行政事业单位的办公室学习处理日常的行政事务，熟悉整个行政事业单位工作的过程，通过实践学习，使所学理论知识得到验证，培养灵活运用书本知识的能力，并且学到许多书本上学不到的东西。

在行政事业单位的办公室学习处理日常的行政事务，熟悉整个行政事业单位工作的过程，通过实践学习，使所学理论知识得到验证，培养灵活运用书本知识的能力，并且学到许多书本上学不到的东西，增长和扩充知识面，增加对社会的接触，为在毕业后能快速地融入社会打下基础。

20xx年2月1日至4月30日三个月

甘肃武威市天祝县文化馆

4.1 在社会实践中的几件小事

在县文化馆实习的三个月，我主要在办公室帮助老刘做一些日常工作。办公室工作比较琐碎复杂和具体,从文件收发传阅、接听电话到打扫卫生，事情看起来简单，却复杂。我简要说几个事例。

4.1.1 就拿接听电话会议通知来说，你要注意记录清楚会议题目、议题、时间、地点、要求什么人参会、做什么准备，并清楚记录后交科室领导阅办，我刚到办公室上班，首先碰到的就是一个电话会议通知，对方说话非常专业，简练，

而我由于不得要领且有些紧张，竟有些不知所措，听了不到一半，就紧张的告诉对方，请稍等一下，正好办公室的司机进来，看到这种情况，他主动接过电话，非常熟练地听完后，对我说，你在电话记录上记，“县政府办通知今天下午2：30在县政府二楼会议室召开会议，听取文化馆今年建设规划筹备情况，请主要负责人参加，请准备文字汇报材料25份一并带到会上。我慌慌张张拿过笔，生怕漏掉一个字，爬在桌子上迅速地边听边记录，好在我上学以来一直有记学习笔记的习惯，虽然字写的不太好，但记录速度还比较快，待记录完后，头上都感觉有点热了，司机看我写完了，随手拿过来，扫了一眼，说负责人前面的主要两个字丢了，一定要加上，赶快送给主任去看，晚了材料来不及准备，我羞愧地赶快修改后，匆忙将记录拿到办公室主任哪儿，回到办公室后，好一会都没有回过神来，正好办公室的老刘已经回来了，再有电话，他随手就接了，让我心里稍微有点塌实。

4.1.2 一天下午，通讯员取来一大摞文件，老刘把收文本拿给我，要我把文件都收下，说有紧急的文件要挑出来，先登记后交给主任及时处理，我看着这一堆文件，不知如何识别那个文件紧急，这时，老刘似乎看出我的为难，就说，你先看题目，凡是有关会议方面的通知，你要注意召开时间，就能看出是否紧急，再就是注意题目有无紧急通知这样类似的内容，把这些挑出来先登记、处理，再登记其他文件。经他一点拨，我就大略地翻阅了一边文件，挑出了一些较急的文件，让老刘看过后，先登记送主任后，又把其余的文件都进行了登记，老刘看过后，也没说什么，等于认可了。

4.1.3 主任拿来一个会议通知的简要提纲，要我尽快草拟一份会议通知，提纲上会议时间、会议地点、会议内容、参会人员都很清楚，我只要把这些内容理顺就行了，我尽可能的理顺后，先给老刘看了一下，他顺手给了我一份其他会议

通知，说让我套上就行了，我一看，果然简洁清楚明了，就把相关内容逐一套上，认真看了一边，立即送给主任，主任看完立即让我打印发送。我突然明白，一切工作都有一定的套路和窍门，虽然我们从小学开始就写作文一直写到大学的论文，但对于公文，只是学习了一些基本知识，但要真正掌握应用自如，还要在工作中学习。从那以后，我没事就看办公室的一些文件，注意文件的格式，表达的方式、表达的内容。在实习的三个月中，我又模仿写了几篇简单的文章，但始终觉得没有底气。一篇好的文章不仅需要良好的文字功底，还需要对工作深入全面的熟悉和掌握，需要要熟悉相关的政策、法律法规，需要对工作有独到的见解，才能在文章中有思路、有措施、有创新。而所有这些都需要长期的业务钻研和工作实践，我在实习时期只能做到浅尝，无法进一步深入。

4.2 社会实践中的自我调试心路历程

4.2.1 逐步进入角色。通过以上事例，我在实习过程中，逐步调整了工作学习的角度，给自己进行了重新定位，我只是一个初入社会的小学生，单位上每一个人都比我有阅历，有工作经验，他们长期在这个单位工作，都有自己切身的工作和社会体验，他们都是我的实习指导老师。我开始热心地为单位做一些琐碎的事务，每天最早上班，打扫卫生，积极做好力所能及的事情，遇到为难的工作、遇到不懂的问题及时向老同志请教，在领导和同事们讨论业务工作时，耐心地听，默默地独自思考，逐渐地有时也能有一些自己的想法，我也能够与他们随便讨论一些业务问题，能听懂一些专业上的知识。三个月的时间很快就要过去了，我感到我充实了许多，我有一种渴望进一步深入社会、深入实践的欲望。甘肃省武威市天祝县是中国历史文化名城,是中国旅游标志－铜奔马的出土地、武威市是中国葡萄酒和白毛牛产地、西藏纳入中国版图的见证地，是古丝绸之路的明珠，历史文化底蕴非常深厚，解放以来，特别是改革开放以来，武威作为甘肃河西走廊最

大的绿洲，在农业结构调整、农业产业化发展、城市建设和社会主义精神文明建设中形成了独特的现代文化体系。作为一个文化工作者，要以文化的视角从历史的、现实的、世界的、未来的高度，从劳动人民的喜怒哀乐、吃穿住行研究当地的历史文化的演进，提炼精神文化的沉淀，弘扬先进、科学、文明的主流文化，创新文化的表现形式和承载体系，促进区域特色的文化产品走向全国、走向世界，鼓舞广大人民积极进取、奋发向上，熏陶培养有理想、有道德、有文化、守纪律的四有公民，达到以文化促发展、以文化促和谐的目的，推进区域政治、经济、文化、社会的全面发展。我的实习是很短暂的，但这段时间使我对文化工作有了一个新的认识，不管今后我会从事什么工作，我想对文化的认识和理解都会有宜于我从文化的角度加深对社会的认识，促进我的本职工作。如果我今后有幸成为一文化工作者，我会真心的热爱这项工作，投入我的全部精力，为文化事业的传承、创新和发展发挥自己应有的作用。

4.2.2 重新认识自己。文化馆的实习是我进入社会的第一站，使我对自己、对工作、对社会有了一个粗浅的认识，在学校的学习是奠定知识基础的重要时期，现在已经即将结束，放眼精彩纷程的社会，我依然是白纸一张，在今后的实际工作中能写上怎样的文字、画上怎样的图画，还要靠自己的不断奋斗。通过对文化工作的初步认识和实际的社会参与，我的体会是多方面的，认真总结三个月的社会实践，首先要感谢天祝县文化馆能够给我提供这样好的社会实践机会，感谢文化馆全体职工对我的关心和帮助，其次我的工作对文化馆来说是无足轻重的，但对我确是弥足珍贵，我们常讲在改造客观世界的同时改造主观世界，在文化馆工作的三个月，我给单位作出了什么成绩、实习单位对我的评价如何是不重要的，对我主观世界的改造，却是无形和深刻的，我的实习成绩也主要集中在自己的思

想变化上。思路就是出路，观念就是财富，能够在三个月的时间里，让自己的思想观念发生一些变化，对我是很重要的。

5、社会实践体会

5.1 理论知识和现实社会总是有差距的。我们的成长过程就是学习的过程，在学校里学习的所有的理论知识，都是前辈们实践的科学总结，都应该扎扎实实地学习掌握。但学校的理论知识与社会实践总是有差距的，这或许是因为社会在不断发展进步，或许是因为有些东西只可意会不可言传。只学习不实践，理论知识和现实社会差距永远不会缩小。通过三个月的实践我发现了自己的不足，一是动手能力差、社会交往经验不足，眼高手低；二是知识储备不足，文字功底不够；三是深入社会实践少，眼界不开阔；四是对书本知识和学校教育的理解有偏差，对社会实践的重要性认识不足。这些问题归结起来就是一句话，理论知识和现实社会总是有差距的的。就是说我们在学校学习得再好，仍然要谦虚谨慎，注重实践，坚持理论指导实践，但实践对我更重要。中国共产党的理论创新实质就是理论与实践的新的结合，个人的成熟也是个人掌握的理论与实践结合的过程。认识到理论知识和现实社会的差距和不同，才能认识到我们刚毕业学生的不足，才能知道我们自己的发展方向，才能在进入社会时，有一个准确的定位和正确态度。

5.2 学习提高素质，实践提高能力。离开了长期的学校学习，特别是大学的专业系统地学习，我们进入社会的成本会是非常高昂的，一些基本的东西会时时防碍你，这些基本的素质和素养必须在学校奠定。但这些并不是你能力的全部，具体的工作能力、即动脑、动口、动笔、动手的能力，只能在具体的工作中逐步掌握。所以，刚毕业的大学生进入社会很可能是一个学习技能的新学生。技能对一个人很重要，从小的说，是安家立命的根本，从大的说是融入社会、融入生活、体现个人价值的阶梯。我们没有技能，只有满脑子的想法，往往是空谈误己，衣食不保，技

**社会实践报告5000字篇十六**

应当说明的是，所有这八种趋势都有正负两方面的影响，由于我们的着眼点是如何防范、消除那些影响和谐社会的失谐因素，因此我们的简要分析可能会更多地涉及这一方面。

这种发展趋势完全改变了传统上的时空内涵和形式，在地理限制几乎终结的同时，对时间限制的突破也达到了极致，社会事件更为频繁地从特定时空形式以及组织实体中抽脱出来，社会关系日益与“面对面的互动情势”相分离。一方面，社会事件所受到的各种有形的、可见的、实体性的制约和限制，正在迅速地被弱化。另一方面，一些不可触及的远距离事件甚至虚拟过程却越来越与我们的生活形成直接的牵扯。总体上看，当代社会生活更趋向迅速流变、动荡不居。我们在理论上将这种状况描述为“轻盈”、“灵动”、“流畅”，等等。在这种趋势下，社会现象往往是“无形无像无痕”的，一些难以察觉的迹象可以快速扩散蔓延，发展成为重大的社会事件，因而这一过程也更难以预料、捕捉和把握。其所带来的负面效果是，各种失谐因素极易得到激活，形成社会矛盾甚至导致社会动荡。

今天的现代性已经远远超越了以大规模集体行动和大型组织过程来锻造历史的那个伟大时期。从许多方面看，这促使社会内部的分离趋势得到了明显增强。正如一些社会学家认为的，这种变化一方面为“个人自由、自我实现、民主化、去中心化提供了更多的机会，减少了工作场所和社会中的等级制度”，但同时，企业“规模不断压缩、长期雇员不断裁减”、“劳动力的使用变得随机化，社会分化也会逐步加深”。在中国，自改革以来，社会组织模式的改造和重组在迅速发展，与此同时，“去集体化”、“去组织化”在近30年中也一直在持续。尽管这种“去集体化”、“去组织化”既是现代性的必然趋势，也是我国社会改革的一种必经过程，但在客观上，这一趋势毕竟在许多方面造成了个人与集体和组织的分离，助推了社会的离散趋势，从而对社会的矛盾和冲突起了较强的增效作用。

资本的自由度在全球范围达到了空前未有的水平，劳动的束缚度却由于多种因素而有增无减。因此，资本的自由化与劳动的屈服，颠覆了古典现代性时期形成的相互依赖关系，这对于传统的劳资盟约造成了极大的动摇。同时，由于资本对劳动的雇佣越来越趋于流动性、临时性和随机性，劳动的自我组织性也因之大大被削弱了，在与资本的对峙过程中，劳动的协商、抗议和抵制能力在相当程度上已经丧失。在中国，这一过程表现得更为突出。由于劳动的过剩供给在一个较长时期中仍将持续，同时，劳动对资本的依赖远远超过了资本对劳动的需求，使得劳动要素对资本的吸引力进一步下降，也使得资本的“违约”更加频繁，劳资关系因而也更容易出现紧张和激化，甚至造成相互对峙的局面。更重要的在于，由于资本越来越多地依赖于抽象的非物质性劳动过程(如思想、符号以及象征和意义系统)来获得高额利润，这种情形直接导致了劳动世界本身的两极分化。出现在高新产业与下游产业、核心技术部门与边缘生产部门、高级白领与熟练工人、稳定就业与临时就业等等区分，典型地表现了劳动本身的深刻裂痕，也表现了新一轮的社会二元化趋势。

社会劳动体系的轻型化、小型化和微型化成为了一种基本趋向，这种体系性变化对有形劳动产生了很强的排斥力。有形劳动传统社会地位的丧失带来了诸多的负面影响，其中一个重要方面就是社会弱势群体的形成和固化。在我国，这一趋势的发展特别体现在传统工业和农业的衰落过程。这些行业对于信息化、符码化、数字化和网络化的技术发展趋势的接受能力和适应能力都十分有限，因而其从业群体及人员基本上可以说是“经济体系中最为廉价、最可变更、最可任意处理的部分”。这些群体和人员在社会劳动体系中的弱势地位是根本性的，这种弱势地位会继续对他们的其他社会地位带来传导性影响，最终形成了他们在社会分层、收入分配、资源和机会占有等方面的被动处境。当然，合理的政治、政策和制度安排能够使这一过程产生的矛盾得到改善或者缓解，反之，则会使这类矛盾进一步恶化。从目前看，上述弱势群体在就业、教育、社会流动、福利和保障方面都处于极为不利的处境，其弱势地位在不断地被固化，从而进一步成为远离主流社会的边缘化部分。

这一点尤其表现在虚拟经济的膨胀与升级。20xx年底全球虚拟经济的总量已达160万亿美元，而当年各国国民生产总值的总和只有约30万亿美元，即虚拟经济的规模已达实体经济的5倍。全世界虚拟资本日平均流动量高达1.5万亿美元以上，大约是世界日平均实际贸易额的50倍。而且，电子商务、电子货币的发展及套利行为的普遍化仍在推动虚拟经济规模的继续膨胀。这种趋势对经济安全与社会安全都有很大的影响。一方面，虚拟经济使资本与劳动的相互依赖关系更为弱化，其所造成的趋势使资本的食利性、寄生性更为凸显和普遍化，这对整个社会生活和价值体系的负面影响是空前的。另一方面，由于虚拟资本的超时空转移、支付和兑换，使不同形态资本的运作进一步脱离了有形转移的限制，这就使得虚拟经济本身具有的不确定性、波动性极易发展为失控，从而使经济和社会风险转变为事实。

。在古典阶段，社会分配的核心问题主要集中在收入和财富的分配方面，在后古典阶段，社会分配的重心则转移到了对于风险的分配。财富分配的压力逐渐让位于风险分配的压力，是西方现代性经历的一种演变进程。正如有的社会学家所指出的:“古典现代性阶段的理想是平等，而高级现代性阶段的理想则是安全”。借助这样的比较，可以看出现代性在我国社会的一种特殊情势，即古典阶段的社会问题与后古典阶段的社会问题的复杂扭结与重叠，这迫使我们目前不得不同时面对着财富分配和风险分配的双重社会压力。对后一种社会压力，我们的关注和研究还远远不能适应社会风险化趋势的迅速发展，这造成了在社会福利、保障、保险的理解和对策方面的局限性。我们认为，对于我国所面对的这种财富分配和风险分配的双重社会压力加强认识和研究，建立起关于社会分配的内涵和性质的动态性观念，将在很大程度上扭转社会福利、保障、保险的研究中存在的不适应，能够使我们提供的政策和对策建议更为积极、现实和具有预见性。

。我们已经看到，社会生活中神圣事物的世俗化和世俗事物的神圣化趋向，也即“神圣与世俗的置换替补”的趋向，越来越明显。以往的市井俗物反而显示出自己吸引力，不断填补着失去旧神圣后出现的空缺，形成了一场新的造神运动。世俗事物的神圣化成为了一种主导性趋势。这种价值替代和神圣重建趋势的发展，对人们的主观心理和日常行为都造成了更为深刻的影响。在我国，相对于市场化经济和国家行政这两大系统对社会生活世界的渗透趋强，第三部门即社会领域自身的发展明显滞后，导致了生活世界本身具有的共同意义和价值的建塑功能严重萎缩。生活世界与系统世界的这种失衡，使得对神圣事物魅力的祛除再度升级，并助推了新一轮的世俗事物的神圣化。在社会生活中，人们逐渐习惯于用利益博弈模式来理解和处理人际关系，而疏于培育价值认同、相互信任、资源共享的意愿和能力，因而公共精神和分享生活的兴趣日益流失，这对于社会合作过程权利义务的履行都形成了破坏性影响。而且，由于对特定现象或事物的价值评价越来越带有明显的实用性、随机性和流变性特征，如果理想与现实、崇高与实用、道德与功利、未来可能与当下兑现的追求面对分裂和对峙，需要在两者之间作出取舍，那么人们往往选择后者比选择前者更容易。

各种因素和传统之间的关系更加盘根错节，这种影响仍在不断助推社会生活中的一些复杂症候。如社会生活体系中的“错位”；生活性状的“只要暂时、不求永久”；社会关系的“弱结合”趋势；政治型塑力量的转变，等等。

这些代表性的趋势，就是当代中国构建和谐社会的深刻时代背景和它必须认真应对的问题。

社会实践的结构性巨变，造成了当代社会的不同于过去的特点、构架，造成了旧式现代性的衰落、新型现代性的兴起，更使得现代社会和谐的“问题性”方面突了出来，具有了新的时代含义。

社会学家们对此作了种种的描述:法国的理论家提到“不稳定性”，德国的理论家提到“不可靠性”和“风险社会”，意大利的理论家提到“不确切性”，英国的理论家提到“不安全性”——但是所有这些，都考虑到了在全世界、以各种形式、在不同名义下经历的人类困境这一相同的方面。与此类似，我们中国理论家则常常提到“非协调性”、“突发性”等。这些特点告诉我们，当代社会和谐不同于传统和谐之处，是与世界性的人类困境联系在一起的。

。古典现代阶段的社会实践过程有其特定的构架，表现出一种刚性而固定的结构特性，社会的各个领域曾经边界分明、线条清晰，当时社会的利益结构、关系结构、权力结构，以及阶级和阶层、群体和组织、行业或部门，还有城乡结构、区域结构等，都显露出这一刚性而固定的特性。而今我们发现，这种传统的结构特性正在被销蚀，社会实践的各个结构领域越来越流变、柔软并具有弹性，它们自身的中心、边界和等级不断地扩展、收缩和相互交叠。在这些变化着的结构领域之间的地带，大致分辨得出一些若隐若现的网域在不停地形成和消失。以往实践过程中筑成起了一个个停靠点，似乎正在一点点地被溶解掉。

20世纪后期、特别是80年代末以来，古典时代的旧式现代性挥别了过去的辉煌，走向衰落，表现之一是它的两难困境、它的不可克服的鸿沟依然随处可见:富裕与贫困、发达与落后、繁华与凋敝、兴盛与破败等等。在这组巨壑汇成的背景之下，凸显出了对和谐的追求——这是古典现代性留给我们的未竟之业，也凸显出了“构建和谐”的时代意涵——这是一个需要付出持续的艰巨努力才能达到的目标。这也标志着以克服旧式现代性缺陷为己任、以和谐协调为标志的新型现代性的不可抑制的兴起。

在当代中国，社会改革不断推动着社会转型的提速，生活本身、社会实践活动的方方面面——活动方式、交往方式等等，都经历了急剧变迁，目前也走进了一个新的转折期。这个伟大的、充满生机的、既取得前所未有社会进步又付出沉重社会代价的过程，使我们能够从经验上更直接地体验到上述“社会实践的结构性巨变”和它具有的两种力量，体验到我们必须面对社会实践发生了并且正在发生着结构性巨变的社会，也体验到社会矛盾多发期活跃期的必然性、构建和谐社会的艰巨性，以及采取建设性态度加以积极对待的必要性。

学者的学术责任是理性地思考，而不是感情用事。学者的根本责任是增促社会进步，减缩社会代价，而不是相反。学者的社会责任之一，是推进健康的社会心态和思潮，引导不甚健康的社会心态和思潮，而不是去迎合不甚健康的东西。这样的迎合，可以取得廉价的赞美，可以热闹一阵，但是经不起时间和历史的考验。如果这样做，那是学者的悲哀。我的一位朋友说得好:学者不能只解构不建构，只务虚不务实，只求异不求真。学者也不能像“愤青”那样行事，不能把自己降低为“愤青”。单纯的发泄，于事无补，只会于事我们的社会主义事业有害。

**社会实践报告5000字篇十七**

一、实践目的：大学生社会实践作为高等院校实践教育的重要组成部分，目的在于弥补学校教育教学工作的不足，丰富和深化大学生思想政治教育的实践内容，促进青年学生在理论和实践相结合的过程中增长才干、健康成长的重要课堂，从而优质成才、全面成才

二、实践内容：先介绍实践安排概况,包括时间,内容,地点等，然后按照安排顺序逐项介绍具体实践流程与实践工作内容、专业知识与专业技能在实践过程中的应用。以记叙或白描手法为基调,在完整介绍实践内容基础上,对自己认为有重要意义或需要研究解决的问题重点介绍,其它一般内容则简述。

三、实践结果：围绕实践目的要求,重点介绍对实践中发现的问题的分析,思考,提出解决问题的对策、建议等。分析讨论及对策建议要有依据,有参考文献,并在正文后附录。分析讨论的内容及推理过程是实践报告的重要内容之一,包括所提出的对策建议,是反映或评价实习报告水平的重要依据。

四、实践总结或体会：用自己的语言对实践的效果进行评价,着重介绍自己的收获体会，内容较多时可列出小标题,逐一汇报。总结或体会的最后部分,应针对实践中发现的自身不足之处,简要地提出今后学习,锻炼的努力方向。

五、正文字体：宋体小四号字。

第一次参加社会实践，我明白中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，有助于我们在校中学生更新观念，吸收新的思想与知识。近三个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。我在实践中得到许多的感悟!

一: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:

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

选择了化学为专业的我，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，某个环节错了只要改正一下就没事了，但在工厂里，环节绝对不可以出错，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。

七：暑假实践感悟

这是我第一次经历社会实践。对于一个大学生生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽天气严寒，寒风呼啸，我毅然踏上了社会实践的道路。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，找出自己的不足和差距所在。

在现今社会，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。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，我来到了，开始了我这个假期的社会实践。实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。

在中国的经济飞速发展，又加入了世贸组织后，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自已，才能在竞争中突出自已，表现自已。

在实践的这段时间内，我们穿街走户接触各种各样的人和事，这些都是在学校里无法感受到的，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，不会有人会告诉你这些，你必须要知道做什么，要自己地去做，而且要尽自已的努力做到最好。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。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。接触那些刚刚毕业的学长学姐，他们总是队我说要好好珍惜在学校的时间。在这次实践中，我感受很深的一点是，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。

回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。

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，你要听取、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使自己缺乏自信。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!

**社会实践报告5000字篇十八**

经过几天的休整，当刚回到家时的兴奋与惬意渐渐淡去，我回想了一下自己这半年的学习生活，虽然在学校里的生活平静而快乐，可我却看到了“危机”―――就业危机。在大学这个相对自由的天地里，同学们都在努力的透过各种机会来磨砺和充实自己，期望能多学习一些东西对自己将来走进社会有所帮忙。然而，大学只是一个沟通校园与社会的桥梁，是我们步入社会前继续充实自己知识的“深加工厂”。最终我们还是要面临社会和市场无情的竞争与淘汰，仅仅依靠校园里的知识是不够的。于是，我开始思考：怎样才能让自己在寒假这个短暂的时间里学到一些校园里学不到的东西，从而度过一个有好处的寒假。

经过了一番思考后，我把自己的想法告诉了父母：独自到附近的装饰装修公司去应聘。由于思考到自己各方面的实际状况(一没经验;二没学历;三时间有限)，决定进行为期10天无偿的义务劳动，主要目的是体验和学习，以便尽早适应社会的工作环境。在得到父母的认同后，我决定第二天就出去找单位应聘。

实践前―――行动

15日一大早和父亲在外面吃过早饭后，我揣着自己仅有的身份证和学生证，开始了我人生中的第一次求职。虽然在电视上看过人家应聘，心里也作好了被打击的准备，可毕竟是第一次，站在应聘单位的门外还是紧张的打起了退膛鼓。一向在一旁的父亲看出了我的心思，说道：“要不我去帮你问问，看看人家要不要人，你再进去。”“不……不用了，我自己去问，不行我再换一家，你……你还是先回家吧。”我拒绝了父亲的“帮忙”，因为我明白，从小到大我一向都生活在父母的扶助中，此刻的我如果不迈出这独立的第一步，那么这次应聘将失去好处，即使得到这份工作，对我来说也没什么实质性的收获，因为我已输在了起跑线上。待父亲转身离开后，我稳了稳自己的心绪，深呼吸，带着忐忑不安的情绪走进了艾帝尔装饰公司的大门……

半个多小时过后。“成功了!”我带着难以掩饰的欣喜走了出来，因为急着想把这个好消息告诉家人，回家的脚步也显得轻快了许多，可没想到一抬头，发现父亲就在不远处的拐角处等着我。原先，他这既是监督我(怕我半路落跑)又是关心我(怕我遭受打击)，顿时体会了父亲的一片良苦用心。在确定我这次单独应聘成功后，他也只淡淡的对我说了一句：“看来真的是长大了。”是呀，就在这一刻我发现自己真的长大了，不再是那个什么事情都要等父母安排妥当了再去做的小孩子了。这又不禁有让我想起刚才临离开公司，经理退还我学生证时对我说的话：“我之所以录用你，是因为我欣赏你的就业危机意识和这种敢于单独到社会里推销自己的勇气，对于你这样一个刚上大一的女孩子来说，能做到这两点是很不容易的。”想到那里，再一次庆幸自己之前没让父亲为自己去打探，否则，这份工作说不定就丢了，而我也少了一次考验自己信心和勇气的机会。

当天下午2：00我准时来到公司，和办公室的同事打过招呼后，见大家都在忙自己的事情，我就找了两本书关于家居专修基本常识的书看，因为上午和经理商量过，由于我的潜力和时间有限，一些复杂和长期的工作我也不能做，于是就安排我每一天早上做一下办公室(包括卫生间)的清洁工作，以及简单的客户接待工作，其它时间就自己看书学习或看别的同事如何制作电脑效果图。而要作到接待客户时能应付一般的提问就务必先增加自己这方面的知识，于是决定先看看书熟悉一下。我拿着书翻翻看看，不知不觉已经快5：00了，这时一向在外面忙的经理回来了，见我书快看完了就说到：“快看完了啊，速度挺快的嘛，看的怎样样了?看完了我要检查的，你要能复述出来才行。”“啊!?”我心里不禁一惊：怎样办呀，我翻的太马虎了，复述恐怕……经理没理会我的惊讶去忙自己的事情了。这时我才明白，经理这么说一方面是要考验我的学习吸收潜力，一方面是要求我不管做什么事情都必须要认真仔细，看书同样如此，决不能走马观花，要对自己负责。尤其是一些看上去不起眼的小事，更是不能马虎的，正所谓：细节决定成败。而让我深切体会这一道理的是第二天的清扫工作。

一向都认为打扫卫生是个再简单但是的工作，家里的清洁工作我也只是偶尔做做，觉得没什么大不了的。可这次的清洁工作，让我改变了对清洁的看法。把办公室的卫生做完之后，我开始了卫生间的清洁工作，把地板上的水渍扫干净以后，擦了墙壁与镜子，看看没什么要弄的了，准备出去看书了，忽然想起了“细节决定成败”：既然我是出来锻炼的，就要得到老板的认同才行，而像我这样的清洁工作谁能做，怎样才能让我的工作更出色?就是更细致的清洁!从新审视了整个卫生间，我发现自己之前的工作的确是不够彻底的：墙上的瓷砖上还有星星点点的小水渍和污垢，洗漱台下面也有不少灰尘，而问题最严重的还是便池上的污垢。看到“任务”还如此“艰巨”，我就脱去外套准备来大干一场，说句实话，在自己家里我还没这么勤快过呢，但为了工作我决定“牺牲”了，还好没有什么异味，但心里还是有点不舒服，应对一些顽固的污渍，我也顾不上衣服会溅到污水，拿着刷子就使劲的刷，不觉间时间就已经过去了两个小时，看着被自己打扫的整洁一新的卫生间，忘记了酸痛的胳膊和鞋子上的水渍。虽然这件是并没有被经理注意到，但我自己却有了收获，那就是对“细节决定成败”更深层的理解：人与人之间在智力和体力上的差异并不是想象中的那

么大，很多小事，一个人能做，另外一个人也能做，只是做出来的效果不一样，往往是一些细节上的工夫，决定着事情完成的质量。

实践中―――体会：

1)检查《家居忠告》的学习状况;(因为那天经理说要检查，第二天我就准备了一个笔记本，把书又从头认真的看了一遍并做了笔记，可经理却要求我不能只讲书本上的知识，还要结合自己的看法来谈，这样才能有所提高和收获。)

2)谈谈各自的缺点和不足，共同找出相应的解决方法;(与同一个办公室的小王和小邹相处了一段时间，大家互相也有了必须的了解，透过谈自己的缺点来更加清楚的认识自己，改正缺点弥补不足，共同进步。)

3)学习《基本营销礼仪》;(接人待物处处都是学问，与人的沟通除了语言的表达外，最重要的就是肢体语言即礼仪，为了能给客户留下较好的服务印象，顺利开展接下来的工作，基本的营销礼仪是务必掌握的。)

4)列举分析哲理小故事;(很多搞笑的哲理小故事是启迪人生的金钥匙，工作中的不明白的很多事理都能够在这样的小故事中找到答案。)

5)对自己近期学习状况的总结。(虽然从表面上看我似乎就是看了一些书，作了一些读书笔记，可我觉得我所收获到的远不只这些。首先，有规律的工作时间，让我在寒假依然能有正常的作息时间，而不是一味的睡懒觉。其次，家居的一些小常识也帮忙我养成了更健康的生活习惯。再者，让我更清醒的认识到了自己在应对就业这一方面还欠缺哪些东西，以便我能在今后的学习生活中做到有的放矢的去弥补。)

我短暂的实践生活就这样结束了，除了收获以外留下的是更多的思考。

实践后―――感悟

第一次参加社会实践，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。透过参加社会实践活动，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。这次的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了自己的奋斗目标。社会是另一个学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，既能让我们的人生价值得到体现，更为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。陶渊明说过“盛年不再来，一日难再晨，及时宜自勉，岁月不待人。”期望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

**社会实践报告5000字篇十九**

第一次参加社会实践，我明白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，有助于我们在校中学生更新观念，吸收新的思想与知识。这次的社会实践，本来是准备和同学一起去外打工补贴生活，减轻家里负担和锻炼自己的实际动手能力。后来自己认真想想，应该做一些对自己有用的事情。然后，经得了家里同意，经过叔叔的介绍，我来到了一家建筑公司开始了这次实习。近一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。我在实践中得到许多的感悟!

打工的日子，有喜有忧，有欢乐，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，十几天的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一分财富吧。

时光飞逝，转眼间告别了暑假，回到了学校。回忆我的暑假打工生活，点点滴滴仍然历历在目，我想那为期十几天的打工经历是我人生中的一笔宝贵财富。在我的打工生活中，我也明白了很多：我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。

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。

大学是一个小社会，步入大学就等于步入半个社会。我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件;才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。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。

没有实践，就没有发言权，只有亲身经历过才有那种超乎平常的感觉。今年的自己的社会实践和去年有所不同。其实学校要求我们参加积极暑期社会，无非是想让我们提早接触社会，了解社会，这样才不会在真正走向社会的时候找不到生活的重心。于是我才想真正接触社会，品尝社会的酸甜苦辣。于是带着好奇，忐忑的心情，怀着重新学习的目的进入了这所名叫江西明正建筑工程咨询事务所。

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书;而已在社会的人都宁愿回校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，明天才能更好地为社会服务。实践：就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。而且在中国的经济飞速发展，又加入了世贸，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自已，才能在竞争中突出自已，表现自已。在工地里，别人一眼就能认出我是一名正在读书的学生，我问他们为什么，他们总说从我的脸上就能看出来，呵呵，也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧!我并没有因为我在他们面前没有经验而退后，我相信我也能做的像他们一样好。每天六点钟-十一点再从下午的三点-晚上八点，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。在学校里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。在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢?这是社会与学校脱轨了吗?也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。我们也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了课堂上地认真消化，有平时作业作补充，才能比一部人具有更高的起点，才有更多的知识层面去应付各种工作上的问题，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。毕竟，两年之后，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。

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。

**社会实践报告5000字篇二十**

暑假如期而至，这个暑假是我大学生活的第二个暑假，时间较长，俗话说要想充实自己的大学生活，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挣点钱而且在人际交往等反方面也有很大帮助，就我个人而言这也可以为将来自己踏入社会奠定坚实的基础，使自己立于不败之地，所以我决定利用暑假这个好机会好好实践，体验一下真正的社会生活，因此我来到我家附近我亲戚开的电脑配件柜台帮忙卖货。尽管这不是我的第一次实践。但对于一个学生而言，敢于接受挑战是一种基本的素质。虽天气炎热，太阳爆嗮，但我毅然踏上了社会实践的道路。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，找出自己的不足和差距所在。

学校是一个小社会，步入大学就等于步入半个社会。我们不再是象牙塔里不能受风吹雨打的花朵，通过社会实践的磨练，我们深深地认识到社会实践是一笔财富。社会是一所更能锻炼人的综合性大学，只有正确的引导我们深入社会，了解社会，服务于社会，投身到社会实践中去，才能使我们发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件;才能使我们学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现高中生的自身价值。今后的工作中，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。

在此次实践过程中我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、回味无穷。也对自己一直十分想了解的电脑知识有了更进一步的深入。社会实践作为广大青年学生接触社会、了解国情、服务大众的重要形式，对于青年学生的成长、成才有着极为重要的作用。

本以为在这里打工是一件很容易的事情，但凡事想时容易，做时难。让我没有想到的是，刚去的第一天下午就犯错了，在帮顾客拿货时，不小心摔坏了一个耳机，我当时吓的不得了，刚好被领班发现。我什么也没有说，只是让我交120元的罚金。我心想怎么会是这样啊!刚来钱还没有挣到反而被罚了，心里很是不情愿，可是事实就摆在我的面前，在工作中他们说一就是一，说二就是二，当时领班严肃的表情吓得我说不出话来，脸都通红，他们告诉我：“在工作中时容不得半点马虎的，在开始讲的很清楚，出现其他的事个人负责。”我也没办法狡辩，这确实也是由于我的不认真造成的，没办法，就交了120元罚款。哎!我想这是第一次做着工作了，也算120元买个教训吧!可是我的心里久久不能平静，总以为这些错不应该发生在我身上，可是又有太多的可是，从这件事中我深深体会到想干好一项工作很难，即使一件小事。心中总有一种想法不愿意从事简单繁琐的工作，可是“一屋不扫何以扫天下”的道理，我们都懂，我想万事开头难吗?在接下来的工作中我会认真。

由此我明白了一个事情在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道要打假期工时，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。如哥哥所说的“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。”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。

除此之外，我还学到很多东西，当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。在公司的时候，我会主动的打扫卫生，主动地帮师傅做一些力所能及的事情，并会积极地寻找合适的时间，向老师请教问题，跟师傅像朋友那样交流，谈生活学习以及未来的工作，通过这些我就和师傅走的更近，在实习当中，，师傅就会更愿意更多的指导我，使我获得更大的收获。有时我就自高奋勇，独自去一些地方进行检修等故障排除。我心里感觉很高兴，因为我的主动，我巩固了我所学的知识，并且得到了师傅的认可。

40天的打工天如果你不想让自己在紧急的时候手忙脚乱，就要养成讲究条理性的好习惯。“做什么事情都要有条理，”这是从小爸爸给我的忠告。在售后服务部的文件材料很多，这就需要很有条理的去整理好，以免用的时候翻箱倒柜的去找，耽搁时间，浪费精力，误了事情。所以主管的桌子上总是收拾得井井有条。这一点对我感触很深，同时让我联想到在一本书上看到这么一个故事，一位在美国电视领域颇有成就的美籍华人当部门经理时，总裁惊讶于他每天都能把如山的信件处理完毕，而其他经理桌上总是乱糟糟堆满信件。他说，“虽然每天信件很多，但我都按紧急性和重要验让我懂得了很多，心中也有了万分的欣喜和快乐，真是一份更与一份收获，不经历风雨怎能见彩虹。

激情与耐心，就像火与冰，看似两种完全不同的东西，却能碰撞出最美丽的火花。在中心时，老师就跟我说，想做电脑维护这一块，激情与耐心必不可少，在产品更新方面，这一行业就像做新闻工作，不断的在更新，这就需要你有激情去发现与创造，而你的耐心就要用到不断的学习新知识，提高自己的专业水平当中去。在一些具体的工作当中也是这样的：记得刚来公司实习的时候老板安排我学习安装win\_p操作系统，我本想这应该是非常简单的事，可没想到出现了很多问题，还是在师傅一步一步的教导下，直到最后才把系统安装成功，用了好几天天的时间。通过自己的摸索，调试，自此，我算是真正的弄明白了计算机的硬件安装，维护和更新。后来我又进行了各种计算机操作系统的反复安装调试，一遍又一遍的调试安装，自然有些烦，但我用我的热情与耐心克服这些困难，师傅也帮我用书面的方式整理了不少关于硬件故障的经验，比如说：我们可以在电脑启动的时候就可以通过声音来判断故障：1短:启动正常，2短:非致命错误，1长1短:显示错误 ，1长2短:键盘错误;计算机蓝屏的原因有：一、系统重要文件损坏或丢失引起的(包括病毒所致)，二、内存超频或不稳定造成的蓝屏，三、硬件的兼容性不好引起的蓝屏，四、硬件散热引起的“蓝屏”故障;计算机经常死机的原因有：一、系统出现错误包括病毒所致，二、主板的芯片或者其他的零部件损坏，三、显卡接触不良，四、内存接触不良，五、cpu风扇散热不良，六、计算机的电源有?题，七、硬盘出现故障等;计算机黑屏的原因：一、显示器断电，或显示器数据线接触不良;二、主板没有供电; 三、显卡接触不良或损坏; 四、cpu 接触不良; 五、内存条接触不良; 六、机器感染 cih 病毒，bios被破坏性刷新等等。因为我师傅是硬件方面的工程师，对软件了解可能比较少吧，所以在软件方面的故障我接触的比较少，大多客户都是中病毒引起的，直接重装系统就解决问题了。但是我觉得重装系统实在是耗费太多的时间了，所以我就自学了很多软件方面的知识以完备自己。在公司里我问师傅，查资料，一个个问题迎刃而解，自己在这方面的知识得到了充实。这些在平常的书本上仅仅是获得感性的认识，而在这里真的实践了，才算是真正的掌握了，也让我认识到了自己的不足，告诫自己，不管做什么，切忌眼高手低，要善于钻研。师傅说对每台计算机都要细心负责，具有基本的专业素养，因为细心负责是做好每一件事情所必备的基本条件，基本的专业素养是做好工作的前提。

虽然只呆了短短的四十天，可是就在这40天里我认识了宾馆的很多工人员，结识了社会上形形色色的人，学会了要以礼貌温和的态度与人交流，用心服务每一位顾客。现在自己还是一名大学生，都说大学是半个社会，可是我认为截然不同，社会上的人不会像老师那样给我们讲解，他们的言辞很锋利，直戳到我们的心里。但是为了挣钱我们只有忍耐了。20天结束了。我拿到了九百多元的工资，钱是不多可是我了在心里，因为我学到了书本上没有的知识，增加了我的个人阅历。我相信这个开始会成为我人生中的美好回忆，他也会时刻的鼓励我不断前进在人生的旅途中越走越远。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找