2023年假期美甲打工实践报告总结(模板5篇)

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。掌握报告的写作技巧和方法对于个人和组织来说都是至关重要的。下面是小编为大家整理的报告范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

假期美甲打工实践报告总结篇一

金风送爽，席学校里的机缘及朋友的帮忙我有幸来到了肇庆市工业区显邦电子有限公司进行为期两个星期的假期实践。说到显邦电子有限公司，它是一所驰名海外的全外资企业，以生产液晶显示及电子玩具为主，其产品全部销往国外，深受国外客户的支持及信赖，定货单全年不绝，特别是近年来公司引进国外先进的生产设备及科学管理方法，生产上实现了流水作业自动化，生产技术水平不断提高，每年的营业额超过了1.2亿人民币。全厂职工400多人，其中大专以上学历就有200多人，当中更有些是博士、专业工程师。可以说该公司是一所技术含量极高的现代化企业。

今次实践，由于我们才刚上完大二，所学的专业知识极其有限。但是，我还是十分幸运地被安排到该公司的玩具研发部，清凉宜人的制图室里，跟其他的工程技术人员一起学习。大概每天的主要工作就是用autocad软件为公司绘制一些零部件，然后，将其输送到终端打印机上打印出来。再反馈给研发部主管，经其确定后，再分送到各个生产车间的技术人员手中去。这工作听起来似乎那么简单舒服，对于一个还没有毕业的大学生来说，真是受宠若惊了。但实际上工作却没有如我们想象的那样简单，尽管我在课堂上已经学会了atuocad这一软件的基本操作，也曾用其绘制了不少的零件练习图，但是，从公司研发室出来的图纸是何等的纷繁复杂，要画出来，不下一番苦工夫，谈何容易呢?毕竟我们平时的锻炼有限。开始

的时候，我真让它杀了个措手不及。这主要是由于我对绘图的方法及技巧掌握不足、不能十分熟练地运用，在操作上显得较慢，几小时下来，往往只能应付那么一两个复杂零件图。由于时间上的限制，余下的只好交由公司的技术人员，当我看到那些工程技术人员，手握鼠标、有条不紊地、点、按、拖、技术娴熟地飞速绘画，满脸一副胸有成竹的样子时，我不禁既羡慕又惭愧起来，但我知道，"临渊羡鱼，不如退而结网。"为了克服这技术上的难关，我虚心地向旁边的技术人员请教，聆听他们宝贵的心得、经验技巧，并认认真真地牢记心中，另外，自己还特意到附近的小书店里买了一本□autocad技巧与应用实例》在茶余饭后，或是休息时间挤出一些时间来仔细研读、认真琢磨。果然，"功夫不负有心人"经过几天的努力实践，我的绘图水平，不论是在技巧上或是在速度上，都有了捷足的长进，得到了同事的一致夸奖，这时，当我看着那一幅幅复杂的零件图从我的鼠标点击下产生时，我平生第一次尝到了成功的喜悦，如吃了蜜糖一样，甜丝丝的。 只可惜实习时间只有那么短短的几周，不知不觉便从我的手心溜走了，难怪无数的贤人达士都概叹"人生的短暂，岁月的无情"但是，尽管只有短短的两周，但是它却带给了我精神上的富足，而且大有取之不尽，用之不竭之感，下面就让我来谈几点吧。

第一：刻苦耐劳，敢为人先。在公司实习期间，我从同事口中确切地了解到：公司的老总是一美国华裔，起初亦是打工一族，其打工生涯是十分的坎坷的，曾干过许多的工作，这无形中给了他许多增长见识的机会，但难能可贵的是他刻苦耐劳，无论从事什么工作，他总会刻苦钻研、弄通弄透，为其以后的创业打下了坚实的根基，终于，随着新兴的信息通信技术的发展，"液晶显示"以其独特舒适的视觉效果而出现于历史的舞台，而且倍受青睐，尽管当时技术还不十分成熟，风险很大，但是，他深深地意识到这将是一个无限广阔的市场，于是凭借其多年来刻苦努力积蓄的技术，他决定成立一间液晶电子厂，并最终把该厂安置于肇庆，这不但为其带来了廉价的劳力市场和丰富的资源，而且有效地降低了成本，

大大提高了其产品的市场竞争力，使其立于不败，并获得了丰厚利润，让人不得不佩服其宏图大略，卓越胆色，慧眼独具。谚语云：″吃得苦中苦，方为人上人″此话不假。

第二：实事求是，严于律己。在显邦电子有限公司里，每一位员工，在其正式被录用的那一天，总会收到一份职员表，上面不但明确规定了各人的职责义务要求，而且连雇员日常的服饰装束都有明细的规定。我曾就此问及有关的同事，同事回答说这是公司高层管理人员制定的，目的是要培养新职工″实事求是，严于律己″的作风，这听起来似乎有点荒诞，亦有点苛刻，但是，细想起来，在这科学技术突飞猛进、日新月异的今天，科学技术正逐渐步入万千企业，在各行各业中起着举足轻重的作用，许多大型企业都采用了自动化生产技术，实现了生产流水作业，这就要求各个岗位的员工″忠于职守″、″″按照章程步骤办事，容不得半点的马虎大意，这样才能保证生产的协调一致、安全，否则将会给企业带来严重损失，乃至于生产线的瘫痪，这些都是始料不及的。又此可见″严于律己″、″实事求是″这是一个企业的基本要求，是每一个雇员必不可少的素质。

第三：开拓进取，勇于创新。″开拓进取，勇于创新″这是显邦电子有限公司一贯的口语。据我在实习期间的实地考察，上至经理下至小职员，他们对公司的工作总是一丝不苟的，总有着无限的热诚。就拿我们的玩具制图部的那些技术员来说吧，″构思--再构思″仿佛″构思″就是他们整天的工作，一幅幅图纸在他们的手中″改了又改″ 永不疲倦，从不满足于现状，每当一个奇妙的构思在他们脑海中跃现时，他们便欣喜若狂，击掌互贺，更有甚者，真是到了″废寝忘食″的地步，我就曾经看到梁仲有同事两个中午不午休在那里绘制图纸，试想一下，在这样的集体中工作，哪怕是个懒虫，亦会变得勤快起来，兢兢业业地跟着干。正如研发部的宗旨″没有最好，只有更好″一样，正是他们恰如其分的工作写照，由此可见，″满足现状″只会使我们固步自封，徘徊不前。

假期美甲打工实践报告总结篇二

社会实践有利于大学生了解国情、了解社会，增强社会责任感和使命感。现代大学生，大多是在书本知识中成长起来的，对我国的国情、民情知之甚少，而社会的复杂程度，远不是读几本书，听几次讲座，看几条新闻就能了解的，社会实践活动则为他们打开一扇窗口。下面是应届毕业生网整理的x篇关于假期打工社会实践报告范文。

春节临近，各大中专院校陆续进入寒假，一些大学生开始寻找机会，一方面锻炼自己，一方面利用假期实实在在地挣些钱。以前，大学生们往往通过当家教、干推销、当服务员等相对单调的打工，利用短暂的寒假体验职场。今年，不少大学生开始依托自身优势，开拓思路，寻找广阔的打工空间，为寒假打工寻找更多的机会。而不少劳动密集型用人单位，节日期间不停产，员工回家过年，致使岗位大量空缺，这些单位也在广招大学生寒假打工。

大学生当工人

x月x3日、x0日、x7日，郑州市天天人才市场召开了三场专门针对大学生寒假打工的招聘会，这是该市场继去年“首届寒假打工专场招聘会”后，又一届公益性的招聘活动□x月3日还有一场。目的就是把寒假期间想打工的大学生们推销出去，为他们提供一个寻找短暂就业机会的平台。

据主办方相关负责人张女士介绍，已召开的前两次招聘会，大学生约有x500多人参加，而参加招聘会的企业近百家。与以往不同，今年招聘会上除了提供业务促销、服务员等岗位外，还多了如游戏代练、保安、家政保姆、代招员工等多种岗位。

x0日上午，记者在招聘会现场看到，一些大学生将“思念”

的招聘柜台团团围住。“我们的目的很简单，家庭生活不宽裕，寒假不回家过年，留在郑州靠打工挣些钱，为下学期的生活做准备。企业为我们准备的是包饺子工，工资水平虽然不算高，但管吃管住很实在。”大学生小马向记者介绍。

“每到春节前后是饺子等速冻食品的销售旺季，又恰遇不少来自农村的员工赶着回家过年，是普工缺口最大的时候，充分利用这些寒假打工的大学生，是个不错的办法。”招聘人员介绍说。

“这在原来，大学生应聘普通工人是不可能的事情，仅面子上就过不去，现在这种形势在悄悄改变。”人才市场的工作人员告诉记者。

寒假打工瞄准新职业

家政保姆。几年前，大学生一般不会放下架子，他们好不容易从千军万马当中挤过了独木桥，虽说是假期打工，但怎么也不能放下架子去当保姆。采访现在的大学生，他们却认为做家政保姆也一样能挣到不少钱，同时，“我们也是高素质的保姆，而且做保姆也是参加社会实践的一种，能学习不少知识，为什么不干?”短短几年，从放不下架子到“干什么都能学到知识、都是参与社会实践”，这也正是现在大学生转变观念的表现。

游戏代练。从职业角度来看，游戏代练并不是一门正式职业，但从社会客观实践上来说，它也有存在的土壤，而且不少大学生在寒假期间从事此职业。记者采访了一些从事过这一职业的大学生，了解到他们的看法。“现在是电子时代，对于操作计算机，那可是大学生所必须会的，而且我们也喜欢玩游戏，借着假期从事此职业，既能免费娱乐又能挣钱，这种一举两得的好事，到哪儿去找啊?”大学生小胡说。还有另一种想法是，“我从事这行只不过为了暂时贴补生活，只是一种过渡，对于将来就业那是一定不会从事这职业的，而且玩

游戏需要大量的精力，随着年龄的增长也不可能长久工作下去。”大学生小杜告诉记者。专家提醒，游戏代练只可在假期期间，切不可长久下去，否则可能会迷恋于游戏而荒废了正常学业。

保安。当保安对于短期的假期打工来说是比较合适的，能够培养责任心和能吃苦的精神，还能借着闲暇之时，听听英语，以免长假期间，忘掉大量的词汇。

食品厂普工。一些食品厂在年节前后相当长一段时间里，会有大量普通工人的缺口，此时招一些假期打工的学生，以解岗位缺人之急。大学生去食品厂当普通工人，虽然一时学不到多少技能，但也能参与社会实践，同时也挣到了生活补贴。

代招员工。一些用人单位，特别是足疗、美容、按摩等服务领域，需要大学生们通过寒假回家乡代招一些落榜生或者想进城务工的学生，这些大学生一是好与这些人沟通，另外信息也灵通，也很让用人方和求职方放心。所以帮助企业代招员工越来越成为大学生们放寒假打工挣钱的门路。

打工重在参与实践

对于假期打工、兼职来说，大学生们都有着不同的想法。为挣钱、为参加社会实践、为提高能力，当然，还有极少数随大流。

目前，许多高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。

天天人才市场的张艳丽主任认为，大学生们通过日常兼职、寒暑假打工或实习等形式，接触社会，其主要目的应该是社会实践，如果偏离了这个方向，就可能会误入“歧途”。所

以，大学生寒暑假打工，应该开拓思路，寻找更多的领域，更多的行业，满足社会需要。另外打工不应影响学习，积攒经验和社会知识，为今后的就业夯实基础。

中原工学院负责勤工助学的老师认为，对于广大大学生来说，首先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。其次大学只有短短几年，要想将来制胜职场，大学生当然应该多多投身校园内外的各类实践活动，提高能力。

大学生打工要为“能”而动，而不是为“利”而动。挣钱确实是不少大学生打工的目的，但这不应该是唯一目的。对大学生而言，利用打工增加社会能力，这无疑是一笔无形的财富。

大学生利用假期打工还应擦亮眼睛，提高自身素质。打工其实也具有很大的冒险性，在良莠不齐的社会大染缸里，想如所愿地打工并非易事，所以除了提高自己的文化素质，增加就业机会外，还必须有一双洞察社会的慧眼，在思想上多一道防线，提防一些居心险恶的人。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

假期美甲打工实践报告总结篇三

实践单位：

合肥永辉超市

实践时间：

20xx年07月15日至20xx年08月30日

实践目的：

本次实践的目的着重在于体验社会生活，锻炼自己的社会适应能力。从中学习与顾客及领导沟通交流的技巧，体验找工作的不易以及工作的艰辛。同时在工作中获得自己的人生价值。广而言之，通过暑期实践了解到当前严峻的就业形势，锻炼自己各方面的能力，丰富自己的阅历。

实践内容：

今年年暑期7月15日至8月30日，为期一个多月的时间，我在合肥永辉超市从事面点的销售工作。

首先，通过同学的介绍我进入到这家超市，经过人事部门经理的面试后，录用我为暑期工。

暑期实践过程，采取倒班制，每天工作八到十个小时，早晚班轮换制。由于我是新人，刚来超市的三天，我遇到了不少的困难，比如我不会用电子秤，不知道产品的价格，不清楚该如何向顾客推销介绍产品，一切对我而言都是陌生的，还好在同事们热情的帮助下我很快克服了这些困难，起初，我还不好意思主动向顾客推销，一次一次的尝试，不顾及太多所谓的面子，像对待朋友一样真诚的对待每一位顾客，就会自然很多，当然业绩也一步步攀升，同事的三天陪伴使我很

快适应了工作。

之后的工作也都还是比较顺利的。遇到有特殊要求的顾客，我也能尽可能满足他们的要求，时刻想着顾客就是上帝的宗旨。

其次，我发现与同事的相处以及与周边柜台促销员的相处也是我们工作的重要组成部分之一，人与人的相互适应、相互包容、相互理解促成我们良好的人际关系，使我们处在一个和谐的工作环境之中，工作质量自然就稳步上升。

如此，不仅利于自己的工作利于他人的工作，更重要的是也有利于店长和顾客，营业额升高，顾客满意度上升。

和谐的工作环境要靠我们自己去营造，现在到处充满着竞争，似乎身边少了许多人情味，功利之心人人皆有，但我觉得二者并不完全矛盾，我们应当权衡利弊适度改变一下心态，从而从容的面对当今的就业、从业形势。

另外，我还是觉得这次实践的时间有限，对于工作还存在很多疑问，例如：

顾客的消费心理。我觉得这是很深奥的东西，不是简单的课本知识可以解释的。顾客总是喜欢物美价廉的东西，晚间的促销有时可以达到一天营业额的三分之一，如何迎合顾客的消费心理，这必须是我们不断实践不断摸索的，通过丰富的经验，不断总结的。也应给算是一种学问了。更多的东西我还不能体味到，明年暑期我还会继续我的实践旅程。

从这次暑期实践结束我就要开始计划以后的生活乃至今后的就业规划，进而更好的丰富自我。提高自身素质，做社会需要的有用之人！

实践结果及总结体会：

通过这一个多月的暑期社会实践活动，让我获得了丰富的社会经验。

第一，做事要严谨

以前从来不知道自己是这么的粗心，填写报表的时候任何一个数字，任何一个汉字都不能写错，一错就得作废，这就必须细心，更甚的时候，当面临促销点产品报废时，要及时和主管说明，同时还要与相应接班的同事说明清楚，以确保工作的顺利交接，才能保持有条不紊的工作秩序。此外，要加强与其他促销员的交流，以至于能使自己更能熟悉整个工作流程。

第二，学会坚持

每天的工作都是紧张而忙碌的，以为自己很坚强，很有时候还是会脑海中闪现出放弃的念头，但骨子里还是时刻地鼓励自己去坚持。是的，到目前为止我坚持下来了。尽管我的业绩不是最优秀的，但我达到我的目标及要求。我的坚持是我的收获，也是我的骄傲。

第三，学到宽容

在与顾客进行交流时，难免会出现在利益方面的冲突。同时由于天气炎热

的缘故，客户的心情不是特别的好，偶尔会出现言语过激的状况，因而，只有时刻保持一颗宽容的心，才可能顺利地完成每一项工作。

通过学习与锻炼让自己意识到了学校时光的珍贵，知道了工作的辛苦，知道了如何学会克制自己，学会了如何积极地去与人打交道，如何全身心的投入到工作中，更重要的是通过不断地失误与成功让自己更加清楚的认识到自己的优势与不

足，能够有一个更加明确的目标去面对未来!

由于我属于短期工，所以我的工资是按天计算的，比正式员工的工资要低一些，很感谢经理能够给了我这次实习的机会，同时也十分感谢同事们的支持和鼓励，各方的帮助才使得我的暑期实践能够圆满完成。

我想，在永辉超市做短促的工作经历将是我永远珍惜的宝贵财富。

我会继续努力!

努力实现自身价值的同时，将自己塑造成当代人才!

假期美甲打工实践报告总结篇四

大学的生活跟高中的生活差别很大，一开始真的挺不习惯的，不一样的学习方式，更多的个人时间，没有了老师的督促，在生活和学习中都更多的依靠自己和同学，大学里更加重视课本知识和亲身实践教育，以下是小编整理的关于假期打工实践报告，欢迎大家参阅。

大一上学期一眨眼就过去了，大学的生活跟高中的生活差别很大，一开始真的挺不习惯的，不一样的学习方式，更多的个人时间，没有了老师的督促，在生活和学习中都更多的依靠自己和同学。大学里更加重视课本知识和亲身实践教育，在这个寒假我就准备进行一次社会实践活动。

现在已经是一名大学生的我，在过去的20xx年岁月里还从来没有凭借自己的双手挣过一毛钱，我跟其他的同学也说出了想要趁着寒假打工的想法。都已经是大学生了，要出的打工的同学很多，大过年的，工作也很好找。我连同其他的2名同学在离家不远的一个饭馆找到了工作。

下午4点30点完名又开始了下午的忙碌，还是一样的擦桌子摆餐具，迎宾。由于开水房里的热水器坏掉了，所以我要跑到后厨的杀鸡的地方去打开水。从5点30开始吃饭的客人陆续的来了这个点我还能应付自如，到了7点那真是一个高峰，人不算多，大厅坐了8桌人，但偏偏他们是差不多同时要上菜，准备酒精炉或者电磁炉、热饮料、煮姜丝可乐、跑到遥远的厨房盛饭、为客人找店里不多的汤勺……这些在后期我可以很自如的干完的事情在我打工的第一天完完全全让我乱了阵脚，酒精炉的酒精会不会烧到我的手?要煮姜丝可乐，那姜丝在哪?汤勺都是放在哪里的?这些当时完全不知道，再加上大厅四处都是“服务员!”“服务员!”“服务员!”的叫着，我的脑子那个晚上都是晕头转向的，到了8点30左右的时候都到了那种客人大声的说三个字的话我都会自动答一声“有什么是么?”然后客人茫然地看着我，我灰溜溜的站回我的位置。到了9点15我们的晚饭被端到了大厅，依旧跟中午一样是两碗大杂烩，这个时候我感觉浑身不对劲，腿的软了，坐在桌子前看着菜，虽然很饿但是也吃不了多少。大厅还残留了两三桌客人没有走，虽然看到我们在吃饭，但是他们还是会一会“服务员倒水!”，一会“服务员再拿2瓶啤酒来!”。练吃饭的时间都不会安安生生的吃饭，休息。结束一天的工作之后我和结伴的同学一起回家，一边走一边交流工作经验，一起疼惜我们那酸痛的腿。

打我有印象以来我在上大学以前就没有被烫伤过，结果在打工的时候又一次因为不小心左手的大拇指被酒精炉烫了一个泡，两只手上的小伤口就没有断过，我也不知道那些伤口是怎么来的，但是隔几天就会有一个伤口，创可贴天天换，天天贴。身体上受点伤也没什么，精神上也天天被摧残，这让我最受不了。

在我打工的最后一天我愣是被一群无耻的家伙气得够呛。最早他们那个包厢的两位女士到了柜台说要买单，于是我就跑到他们包厢去数他们喝了多少瓶酒(我们都是直接提一件到包厢，最后结账的时候数还有几瓶酒没开)，看到他们还有四瓶

酒没开就跟柜台报了8瓶，她们也就买了单。过了20分钟她们又跑出来说她们还有2瓶酒没开，于是另外一个同事就去看了一下，确实还有2瓶没开，于是柜台就又退给她们两瓶酒的钱。事实上是他们一共喝了10瓶还剩2瓶，我后来去确认了之后又去跟她们要她们应付的酒钱，就为了那20块钱，那两个女人就在大厅里跟我唇枪舌战，反正最后就是一句话，“单买完了，酒也喝了，买错单是酒店的责任跟我们犯不着!”她们都这么说了，那我作为一个服务员也不能去再做什么，也就算了。到了下午3点多，那个包厢晚上的客人来了，可是那个包厢里还有三个人没走，我们就进去和他们沟通，可是那三个喝的酩酊大醉的中年人就破口大骂，愣是要呆在里面聊天，没办法，我们只能给那几个晚上的客人调了个包厢。

我在那个餐馆里一共做了24天，过年也是在店里过的，这24天我干的活比我之前干的活的总和还多，受的委屈也远超过之前的总和，但是我也收获了很多东西。首先最最直接的收获就是24天加上过年三天三倍工资一共拿到了1000+100红包的工资，然后就是学会了忍，不管别人做什么不能立刻发脾气，都要先忍着，继续做自己的事情，这样很多人就不会继续烦你，如果还被人继续打扰那就要据理抵抗，理性的解决问题，再有就是深刻体会到赚钱不易，累死累活这么多天才1100的报酬。其他的事情都很累人，还是好好读书相比之下最轻松!

这个寒假是我最忙的一个长假，这次的打工让我收获了很多，以后的长假我也不会闲着，社会没那么简单，在我正式踏入社会之前还需要更多的历练啊!

作为一名大一新生，对缤纷多彩的大学生活充满了好奇。在大学的第一个寒假里，我希望能与以往有所不同。在这个时候团支布提供了参加实践活动的建议。

这是一种磨练，对于学生来讲，实践的机会真的是很难得。在中国的教育里，我们学的都是理论知识，真正用到的却不

多。理论加实践才是最科学的学习方法。感谢学校给我们学生提供一个社会实践的平台。

本次到酒店参加社会实践的总共有三位同学，所学专业为会计。

实践的时间是从01月20日到02月10号3为期一个月，实践的主题是进行相关的专业实践学习，主要内容有刷盘子、擦酒杯、上菜、收拾餐具等等。现将本次实践活动的有关情况报告如下：

(二)基本情况以及工作体会

我是通过熟人的介绍才找到的打工的机会。第一天进去做事觉得感觉很奇怪，因为以前一直都是以消费者的身份进的酒店，这次的身份却是一个服务生。呵呵，第一个感觉就是首先要把心态调整好。酒店的老板娘我认识，平常都叫她阿姨。人很和善，第一天来什么也不懂，她就叫了一个老生来教我们。

先说说我在那里的工作情况吧：我们每天8点半上班一直到晚上9点半。我们没天的工作就是在客人来之前把房间弄干净，客人吃饭的时候，男生负责端菜而我们女生就负责上菜报菜名，帮客人倒酒、换餐盘之类的杂活。

在我看来最辛苦的，就是每次客人吃饭的时候你必须站在外面等候，一天下来腿跟腰都很痛，刚开始的时候真的有点受不了。虽然说顾客就是上帝，但有的时候难免会遇到些难缠的客人。

要么是过于挑剔，要么就是素质不是很高。记得有一次，老板娘说那天下午的一桌客人看起来都挺乡下的，叫我们看着别让他们把毛巾给带走了。

我刚开始一挺就觉得挺别扭的，乡下人又怎么了，怎么可以这样瞧不起人家呢?但是我到了那个房间，我刚给他们倒好茶，就那么一转身的功夫，桌上所有的毛巾都不见了，都到他们的口袋里去了。做为酒店也不好说什么。

所以服务生的工作看似简单，但操作起来还是挺麻烦的。

因为这个原因，刚开始工作的时候感到有一点紧张，但越是紧张我就越必须鼓起勇气，因此慢慢的我就习惯了。后来证明，我还是很幸运的，因为这给了我一个独立锻炼、独立挑战的机会。

(三)实践感悟以及心得体会

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。

此次社会实践，真正地填补了我在课堂上所没能学到的空白，真正增长了我的社会交际经验。一个人可以没有渊博的知识，但绝对不能没有社会交际的经验和能力，这也是我此次实践体会最深的一份心得。

(四)本人存在的问题以及几点思考：

在实践过程中，我也发现了自身存在的一些问题：

第一，本人的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。

虽然在实践中存在着一些问题，但是我觉得仍有一些值得骄傲的闪光点的。本人参加社会实践有着不畏困难的精神，敢

于实践，对工作充满热情，细心真诚。

(五)本次社会实践的问题和建议：

一.在同一个地方的时间有点太长，社会实践不完全等于上班工作，所以不应该总在一个地方，时间长了会让人有一种厌倦的感觉。所以建议应该在适当的时候调换一下实践岗位。

二. 因为我的专业是经济方面的，虽然不知道自己的建议到底对不对。但还是觉得如果想要建立良好的社会经济秩序，一定是双方面的。商家和消费者都应该提高自身的素质，努力达到“双赢”。

最后，很高兴能有这个实践的机会，虽然只是短短的一个月，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。

而是要深入地探索，为自己的未来打好基础，在学校学会更多的书面专业知识，在实践中好好利用知识进行运作。真希望以后能再有这样的机会，也希望我们学校以后能有更多的同学有机会去参加这样的社会实践吧。

在这次社会实践中，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。

金风送爽，席学校里的机缘及朋友的帮忙我有幸来到了肇庆市工业区显邦电子有限公司进行为期两个星期的假期实践。说到显邦电子有限公司，它是一所驰名海外的全外资企业，

以生产液晶显示及电子玩具为主，其产品全部销往国外，深受国外客户的支持及信赖，定货单全年不绝，特别是近年来公司引进国外先进的生产设备及科学管理方法，生产上实现了流水作业自动化，生产技术水平不断提高，每年的营业额超过了1.2亿人民币。全厂职工400多人，其中大专以上学历就有200多人，当中更有些是博士、专业工程师。可以说该公司是一所技术含量极高的现代化企业。

今次实践，由于我们才刚上完大二，所学的专业知识极其有限。但是，我还是十分幸运地被安排到该公司的玩具研发部，清凉宜人的制图室里，跟其他的工程技术人员一起学习。大概每天的主要工作就是用autocad软件为公司绘制一些零部件，然后，将其输送到终端打印机上打印出来。再反馈给研发部主管，经其确定后，再分送到各个生产车间的技术人员手中去。这工作听起来似乎那么简单舒服，对于一个还没有毕业的大学生来说，真是受宠若惊了。但实际上工作却没有如我们想象的那样简单，尽管我在课堂上已经学会了atuocad这一软件的基本操作，也曾用其绘制了不少的零件练习图，但是，从公司研发室出来的图纸是何等的纷繁复杂，要画出来，不下一番苦工夫，谈何容易呢?毕竟我们平时的锻炼有限。开始的时候，我真让它杀了个措手不及。这主要是由于我对绘图的方法及技巧掌握不足、不能十分熟练地运用，在操作上显得较慢，几小时下来，往往只能应付那么一两个复杂零件图。由于时间上的限制，余下的只好交由公司的技术人员，当我看到那些工程技术人员，手握鼠标、有条不紊地、点、按、拖、技术娴熟地飞速绘画，满脸一副胸有成竹的样子时，我不禁既羡慕又惭愧起来，但我知道，"临渊羡鱼，不如退而结网。"为了克服这技术上的难关，我虚心地向旁边的技术人员请教，聆听他们宝贵的心得、经验技巧，并认认真真地牢记心中，另外，自己还特意到附近的小书店里买了一本《autocad技巧与应用实例》在茶余饭后，或是休息时间挤出一些时间来仔细研读、认真琢磨。果然，"功夫不负有心人"经过几天的努力实践，我的绘图水平，不论是在技巧上或是

在速度上，都有了捷足的长进，得到了同事的一致夸奖，这时，当我看着那一幅幅复杂的零件图从我的鼠标点击下产生时，我平生第一次尝到了成功的喜悦，如吃了蜜糖一样，甜丝丝的。 只可惜实习时间只有那么短短的几周，不知不觉便从我的手心溜走了，难怪无数的贤人达士都概叹"人生的短暂，岁月的无情"但是，尽管只有短短的两周，但是它却带给了我精神上的富足，而且大有取之不尽，用之不竭之感，下面就让我来谈几点吧。

第一：刻苦耐劳，敢为人先。在公司实习期间，我从同事口中确切地了解到：公司的老总是一美国华裔，起初亦是打工一族，其打工生涯是十分的坎坷的，曾干过许多的工作，这无形中给了他许多增长见识的机会，但难能可贵的是他刻苦耐劳，无论从事什么工作，他总会刻苦钻研、弄通弄透，为其以后的创业打下了坚实的根基，终于，随着新兴的信息通信技术的发展，"液晶显示"以其独特舒适的视觉效果而出现于历史的舞台，而且倍受青睐，尽管当时技术还不十分成熟，风险很大，但是，他深深地意识到这将是一个无限广阔的市场，于是凭借其多年来刻苦努力积蓄的技术，他决定成立一间液晶电子厂，并最终把该厂安置于肇庆，这不但为其带来了廉价的劳力市场和丰富的资源，而且有效地降低了成本，大大提高了其产品的市场竞争力，使其立于不败，并获得了丰厚利润，让人不得不佩服其宏图大略，卓越胆色，慧眼独具。谚语云："吃得苦中苦，方为人上人"此话不假。

第二：实事求是，严于律己。在显邦电子有限公司里，每一位员工，在其正式被录用的那一天，总会收到一份职员表，上面不但明确规定了各人的职责义务要求，而且连雇员日常的服饰装束都有明细的规定。我曾就此问及有关的同事，同事回答说这是公司高层管理人员制定的，目的是要培养新职工"实事求是，严于律己"的作风，这听起来似乎有点荒诞，亦有点苛刻，但是，细想起来，在这科学技术突飞猛进、日新月异的今天，科学技术正逐渐步入万千企业，在各行各业中起着举足轻重的作用，许多大型企业都采用了自动化生产

技术，实现了生产流水作业，这就要求各个岗位的员工"忠于职守"、""按照章程步骤办事，容不得半点的马虎大意，这样才能保证生产的协调一致、安全，否则将会给企业带来严重损失，乃至于生产线的瘫痪，这些都是始料不及的。又此可见"严于律己"、"实事求是"这是一个企业的基本要求，是每一个雇员必不可少的素质。

第三：开拓进取，勇于创新。"开拓进取，勇于创新"这是显邦电子有限公司一贯的口语。据我在实习期间的实地考察，上至经理下至小职员，他们对公司的工作总是一丝不苟的，总有着无限的热诚。就拿我们的玩具制图部的那些技术员来说吧，"构思--再构思"仿佛"构思"就是他们整天的工作，一幅幅图纸在他们的手中"改了又改" 永不疲倦，从不满足于现状，每当一个奇妙的构思在他们脑海中跃现时，他们便欣喜若狂，击掌互贺，更有甚者，真是到了"废寝忘食"的地步，我就曾经看到梁仲有同事两个中午不午休在那里绘制图纸，试想一下，在这样的集体中工作，哪怕是个懒虫，亦会变得勤快起来，兢兢业业地跟着干。正如研发部的宗旨"没有最好，只有更好"一样，正是他们恰如其分的工作写照，由此可见，"满足现状"只会使我们固步自封，徘徊不前。

（本文素材来源于网络，如有侵权，请联系删除。）

假期美甲打工实践报告总结篇五

暑假我在政军停车预制场进行社会实践，在那里短短一个多月的工作让我有了一定的了解认识和深刻体会。每天都在进行着检查，报告等等工作，虽然是三点一线的机械工作，可是我却学会了很多，至少是在学校里学不到的实实在在的“实战经验”。

其实，不管在哪个行业，热情和信心都是不可或缺的。热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗；耐心又让

我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精。激情与耐心互补促进，才能碰撞出最美丽的火花，工作才一能做到最好。当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似复印打字的“杂活”。或许同事们认为你是小字辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不知道你能做什么。做“ 杂活”是工作的必需，却无法让我学到什么。我决定改变自己的命运。有些东西不能选择，有些东西却可以选择。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为你赢得的机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。同样地开始时我每天都做着给师傅拿拿工具打打开关，时间过去了我和师傅们产生了朋友般的友情。在与师傅们深入交谈中发现他们文化水平不高，但他们对学习的热情却很高。在与万师傅聊天时他曾说过：“假如给我再回到十年前，我一定会好认真去地读书。你们现在读书真的好幸福。”这个时候我不感再正面望向万师傅，我为我以前浪费的时间后悔。同时我受到了启发，我应在以后每天都要认真去学习认真去做实事。

漏油、漏气、漏电等“四漏”现象。检查拖挂装置工作是否可靠。 经常看到师傅在交车前还趴到车下再次检查机滤，油底壳螺栓时，那一丝不苟的背影，仿佛一尊雕像，凝固在我的脑海。师傅常跟我说只是一方面，要想赢得别人的尊重，更重要的是做人，技术只是一个方面，必须从小事做起，认认真真的做完每个项目，然后检查完毕交车，那才是最有成就感的事情。

在这次短暂的暑期社会实践活动中我学到了书本上看不到的知识，学校里体现不到的教育。我从实践中明白到“三人行必有我师”的古训；启发了我小事成就大事，细节成就完美；更深刻地给我展示了什么叫做“诚信价更高”的实例。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。社会实践使同学们找到了

理论与实践的最佳结合点。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节社会实践报告，往往在实际工作岗位上发挥的不很理想。通过实践所学的不同专业理论知识得到巩固和提高。就是紧密结合自身素质特色，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。

小结

通过本次社会实践活动，一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长；另一方面，我们为社会做出了自己的贡献；但在实践过程中，我们也表现出了经验不足，处理问题不够成熟、书本知识与实际结合不够紧密等问题。我们回到学校后会更加要珍惜在校学习的时光，努力掌握的知识，并不断深入到实践中，检验自己的知识，锻炼自己的能力，为今后更好地服务于社会打下坚实的基础。

短期的社会实践，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才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。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

以下是我明白的东西：

1、团队精神，共同合作在工作中的重要性。每个人对每件事的看法

不会是完全相同的，所以处理事情有分歧是很正常的，但随着大家相互的逐渐了解，分歧会慢慢减少，工作开展也会越

来越胜利。只有大家的思想统一了，心往一处想，劲往一处使，工作才能顺利出色的完成。那我们应该在读书时，更要养成团队的精神，团结集体。

2、时时准备在整个工作中的重要性。“良好的开始是成功的一半”这句话都被人说烂了，可只有经历后才能体会到他真正的含义。你要展开一项活动，如果宣传工作做的不到位，没有人来参加，活动怎么能开展下去呢？即使你准备再充分也白搭，给谁看呢？如果你前期准备的不充分社会实践 报告，观众或者说参与者一多，你准备的不够充分，你肯定会手忙脚乱，更别提发挥水平了。从这次活动中，我们充分认识到，准备工作是一切工作的前提社会实践报告，只有做好充分的准备才有可能出色的完成任务。

3、做一件事情只要你努力了，用心去做了，不管结果怎样都是成功的！这次的社会实践我的收获很大，感受也很多社会实践报告，以上只是一部分，相信通过以后的学生工作实践，我们一定会取得更大的进步，我们艺术学院的学生工作也一定会取得长足进步的。