

服务员社会实践活动内容 大学生寒假社会实践报告餐厅服务员(大全10篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

服务员社会实践活动内容篇一

寒假社会实践虽然短暂都是收获颇丰，下面是本站小编给大家整理收集的大学生寒假社会实践报告餐厅服务员，供大家阅读参考。

通过四个多月的大学校园里的学习和生活实践之后，迎来了我大学生涯里的第一个寒假。足足一个半月的时间，既期待却又隐约的担心这么长的假期时间该怎么充足的利用，怎样才能让这个寒假变得更有意义。大学的短短几个月里，让我更加意识到了如今大学生的就业形势的严峻和社会上人才竞争的日益激烈，这就决定了我们大学生必须积极增强自我综合素质和能力，从而提高自身的竞争力，以应对残酷竞争中的优胜劣汰和工作中的各个挑战。

现如今，无论是中小企业还是跨国公司，不但要有过硬的实力，应聘中还要求具有一定的社会工作经验。实践出真知，寒假社会实践无疑将有助于大学生接触社会，了解社会，同时从社会中学到超越书本的课外知识，丰富我们的社会经验，扩展我们的视野。经验，对未来的工作来说是一种有效巩固工作能力的途径，只有真正具有过硬的处理事情的能力才足以稳定我们的根基。就职业本身而言，并没有高低贵贱之分，此次寒假里短短一个月的工作经历让我走出了校园，对实践

和社会有了更直观更深刻的认识。

实践过程：大学生面临的首要问题就是就业，而当前的就业压力是我们不得不面对的现实问题。现如今，各个工作岗位都十分在意应聘者的经验，商业街头里招聘相关服务员的告示上标明着“有经验者优先”。可是，作为大多时间都处于校园学习的我们又能拥有多少的社会经验呢？为了扩大与社会的接触面，提升自我知识层面和自身的社会竞争力，决定用实际行动来磨练自己，提高自己为人处事方面的能力。一切从实际出发，用从中所感来鞭策思想，使我能够更加积极从容的面对国内外的就业形势，有利于正确指明未来的就业之路。我开始了我的寒假社会实践——橙概念西餐厅。

纸上谈兵、实践是检验真理的唯一标准等大家耳熟能详的词和句，足以说明古往今来，实践对于理论的必要性，无论是对于个人还是整个社会的发展，都是永远具有现实意义的。一切脱离实践的理论都不可能具有生命力，那些人们所认定的所谓的真理，经不起现实的考验，一旦经过实际的验证，便会被推翻。

没有成千上万次的反复试验，中国也不可能成就了中华儿女的飞天梦，这是一个不断学习和实践的过程，在实践中学习，在学习中实践，产品的更新换代，经济的飞速发展让中国同国际越来越接轨，对人才的要求也越来越高。作为大学生的我们，更应该走出校门，多见识多领悟一下外面的世界，从社会和生活中多学多看，经历得多了，自然就会有一定的经验积累。当代大学生，不但需要具有迎接挑战的勇气，还要有应对困难的能力，不慌不乱，从容面对一切。

刚进餐厅的时候大约上午九点多的样子，老板看了看我，问我是不是来找寒假工的，我说是啊，你怎么知道，老板笑了笑并说看你样子就知道。我想，可能是因为自己确实没什么社会经历，所以看不出太多的社会气息，没有太多社会经验的学生和社会上的人在气质上是不一样的，不具有那种老练

和由内向外的成熟，也许是因为环境不同的结果。

我的工作做服务员，每天9点-下午2点再从下午的4点-晚上8:30上班，工作时间内并不短，但是凭着第一次真正尝试打工的新鲜感和年轻人对生活的那份激情和希望，我并不觉得这份工作很累，相反的，反而有一种新生活的激励。工作过程中，尽管在一开始的热情里就已经慢慢感觉到了累，一天下来，确实让我感受到了打工的辛苦和辛酸，但是我第一次真正感觉到了父母平常所说的赚钱的不易。似乎在第一天工作结束之后，我突然感悟了生活，体验到了人生百态中不尽如人意的一部分，有汗水，也有辛酸。以前觉得做服务员挺简单，端茶送水的事情谁不会，实际上，服务行业是一个以微笑和亲和力与顾客进行相处和沟通的学问。

让我知道无论做什么都有或深或浅的学问在里面，无论你做什么，只要用心去感受，去发现，一定会有意外的收获。对有心的人来说，生活也可以处处有惊喜。打工不像在学校那样认真听课就可以学到知识，虽说有可以咨询的前辈，但是真正做起来并不是像说的那么简单，需要边看边学，最重要的就是将看到的和学到的付诸于自己的实践之中，从而有效的提高工作效率。有时候看似简单的一件事，只有当自己亲自实践才会发现其中的奥秘，才有可能学到全新的东西，巩固收获的新知识。我们在学习中贯彻和接触的理论可以是多方面的，但是到了实际生活里，你会发现其实不是那么回事，很多理论的东西都不可能古板的运用到生活和实践之中。

理论的知识再面面俱到，也只是书本上的，在真正的实践中，是不具有生命力的，工作和生活的很多事情必须亲身经历才会有所领悟，在领悟中才能懂得更多，社会经验是一个长时间慢慢积累的过程。社会经验是就业的另一敲门砖，对未来的工作来说无疑是向上攀登的奠基石，更是一笔无形的财富，可以让我们的工作和生活少走弯路，经验足以让我们在生活中减少因预计不足而造成的损失，减小工作失误率。学校是学习的场所，是学习的氛围，但是这个西餐厅是工作

赚钱的地方，几乎每个人都会为了更多的报酬而努力工作。但是无论是学习还是工作，都会存在着竞争，只有相互竞争才能提高积极性，化压力为动力，你追我赶，共同进步。

实践心得：短短的一个月，虽然有汗水，但我在学习和实践中收获了与社会上各层次的人打交道的宝贵经验，和陌生人交流接触的方式。人和人的交往，也是一门艺术，一个优秀的交流者，懂得投其所好，以一个合适的相处方式给他人以更为深刻的印象，这往往会有事半功倍的效果。好的印象自然会让自己在别人心中树立一个良好的形象，一个良好的形象，往往会带来更多的意外机会。除此之外，对生活，多了一份理解，一份包容，对社会，有了更深刻的了解，对自己，是一种经验的积累。

首先，工作也好生活也好，时间观念是正常工作和任务完成的保证，避免工作和生活不因时间发生混乱，确保工作、生活有条不紊的进行。就人本身而言，并不是一个天生就具有自觉性的动物。国有国法，家有家规，如果没有这些必要的手段来束缚规范人类的行为，那么毫无章法可言的国家和社会是无法生存发展下去的，混乱的局面不言而喻。所以，在学校有我们学生必须遵守的校园规章制度，工作中，也有严厉的奖惩制度和规定，不同的工作岗位，承担不同的责任。只有这样才能让员工克服内心的不足，将责任谨记在心，才能加强时间观念和责任感。时间观念，是一个具有责任感的人必须具备的条件。

尽管个人能力的提高一定会增强个人竞争力，但是作为一个整体，凝聚力和团结也是至关重要的。在这次工作中，我真正体会到了团结就是强大的力量，有助于大大提升团队的积极性和凝聚力。虽然分工不同，但是工作的环境是一样的，工作中，能随手帮忙分担的应该义不容辞，一个好的合作氛围大大提高工作效率。集体是个体与个体相互凝聚的结果，正所谓“众人拾柴火焰高”，小小的火焰不足以辉煌，只有团结合作，才能携手迈向更大的成功。因此，未来的生活或

工作中，我一定牢记，积极的融入集体之中。

只有经历了，才会真正懂得，心理的成熟需要经历来慢慢磨合，生活和工作都不会尽如人意，我们既然无力去改变什么，那就要学会适应，承受和坚持，在不断的磨合和经历中懂得生存的真谛，然后渐渐趋向成熟。

实践不是成长的唯一途径，但是是逐渐成熟的最直接有效的方式。

“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨· · · · ·”对当代大学生而言，生活和学习环境都是相对优越的，我们大多都不用担心学习以外的温饱和生存问题，因此意志力往往较薄弱，面对挫折时，承受力不够强大，心态还不够成熟。“生于忧患，死于安乐”，优质的生活质量和物质条件容易导致大学生满足于一时的优越环境，不思进取，对于环境的适应和挫败的克服，责任感和能力不强，容易消极面对。

学生应该以学为主，大学生所承担的责任，意义重大，在学习专业知识和技能短短几年之后，就必须凭本事去打拼出一片自己的天空。有社会经验的大学生相对来说，会有更强的社会适应力。当然，这并不是说我们就可以因为打工放弃自己的学业，而是应该在课余时间和假期里把握住可以锻炼自己能力的机会，多接触社会，扩展眼界，边学边看，不要因小失大。在积极投身于社会实践、回报社会的同时，要注重自身的社会责任感的培养，才能更好的服务于社会，立足于社会。

当我们进入大学的殿堂，开始走向新生活时，也恰恰是在走向社会，走向生活的路上。而我们一定要逐渐学会摆脱依赖，学会独立，并在此过程中不断积累生活经验。去年寒假我曾经到大丰收去当服务员，而这个寒假，我又一次做相同的工作，在大排档做兼职，同样是餐饮业，然而面对不同的环境，

面对不同的人，仍旧拥有沉甸甸的收获。无论是在面对顾客，还是在面对我的同事时，都能更加好地把握尺度，遵守其中的原则，对职业道德也有一个更加深入的理解。与此同时，对当今社会公共生活中的不良道德规范感到沮丧，渴望人们能够遵守公共秩序。

这次的暑期社会实践我在家里附近的大排档兼职，当一名服务员，虽然辛苦却受益匪浅。短短一个多月，我学到的东西却是金钱所不能衡量的，同时也是身处于学校这美丽而舒适的象牙塔中所无法接触的。我所学到的东西简单来说包括四个方面，即艰苦奋斗，人际交往，职业道德和公共秩序。

第一点，即学会艰苦奋斗。社会主义荣辱观中八荣八耻提到“以辛勤劳动为荣，以好逸恶劳为耻”，“以艰苦奋斗为荣，以骄奢淫逸为耻”，而这次的暑期活动的开始恰恰体现了我的上进心，并不呆在家里好吃懒做，出门向父母伸手要钱，而是出去工作来增长见识，丰富经验并获取经济利益。

其次，作为一个服务员，学会吃苦耐劳是非常的重要的。在客人还没到来前，需要有大量的准备工作，要整理工作柜，要摆放餐具，看似简单的工作，却十分的繁琐，涉及酱油醋，茶水，餐具，抹布等，加上工作范围之广，实际上既劳累又容易使人失去耐心；客人到来之时，除了上菜，帮他们点饮料酒水，就连米饭也是服务员打的，因为吧台与打米饭离自己所看管的桌台有距离，来来回回地跑便容易累，加上要倒茶水，打包，付账等等确实不轻松；至于客人走后，收拾餐具，擦桌子，铺台，扫地，拖地，整理工作柜更是使身体更加疲惫不堪。

这是每一天都必须完成的工作，繁琐而沉重，所以，在此时，铭记八荣八耻，学会艰苦奋斗，学会坚持就显得尤为重要。同时，在当今社会，由于人口基数十分大，就业机制的不完善等等一系列原因，使得就业压力十分地大，这时候，学会吃苦耐劳，艰苦奋斗显得尤为重要。众所周知，在艰苦

中锻炼，在实践中成才是我们美好的未来路上的垫脚石，在这个寒假便学会吃苦耐劳，让我对自己的人生更加有信心，为了自己的梦想，我相信我会不怕苦，不怕累，坚定地走向未来。

第二点学到的东西便是人际交往，作为一个服务员，其实要面对的人很多，不仅仅是顾客，还有同事，一定要把握其中的尺度，遵循原则，否则，寸步难行也并不夸张。在促进个人与他人的和谐当中，应当坚持平等原则，诚信原则，宽容原则，与互助原则，同时应当正确认识和处理竞争与合作的关系。这一点在面对同事时是十分重要的，我们每个服务员都有自己看的台，假如被跑单，就要服务员自己承担责任，所以我们必须要时刻盯住自己的台，然而因为不时要去吧台帮客人点饮料，打米饭，所以我们常常会不在自己的岗位上，这时候你便需要附近的同事帮忙，让他帮忙看住，而在他有需要的时候，我们也要反过来帮助他，因此互助原则是十分重要，这也是一种友好的合作。

而同事之间是平等的，谁也没资格要求对方一定要帮助自己，所以一定要有礼貌而不是理所当然地要求对方。人与人相处难免会有矛盾，不管谁对谁错，总应该以一颗宽容的心去对待。服务员因为有酒水饮料的抽成，每个人只能看自己的台，这样，同事之间并不存在竞争问题，然而，我在刚去刚分到台的时候，总是被另一个同事抢自己的抽成，变成一种不公平的竞争关系，感到十分生气，刚开始想着算了，也许她还不知道这是我的台，也许这只是一两次，慢慢就会好的，但仍旧被抢，便十分生气同她理论，后来，就很少出现这种事，并且我们关系也逐渐变好，她常常帮助我，我也常常帮助她，两个人的合作使得打工的日子变得虽然辛苦却愉快。

我想，在以后的日子里，我会变得更加理解竞争与合作的关系，竞争会促进合作，而合作也会促进竞争，竞争与合作都需要公平，倘若我们学会处理两者的关系，在遇到事情时，双方都面对面说出自己的想法，解决问题，遵守规则，那么

一定能使双方的业绩都更上一层楼，并且，保持愉快的心情。第三点内容即职业道德。无论我们从事什么行业，都应当拥有职业道德，如律师便应当保守对方的秘密，老师则应当要公平对待学生等。作为一名服务员，也有许多职业道德，如爱岗敬业，服务群众等，这里我要强调的是诚实守信。

诚实守信是职业生活中的道德规范，是公民道德建设的重点，而大学生更应该学会诚信。在面对顾客时，我们应该学会诚信，这是一种基本要求，是我们该遵循的基本原则。菜价需要明码标价，材料要真材实料，需要收费的都告知顾客，而不是等待付账再发生冲突。由于酒水比外面贵，在顾客点酒水时，我们会特意明确地告知顾客，而不是不说或者瞎说，这是我认为作为服务员甚至是这家餐厅都该做到的一点。

另一点则是在客人有要拿醋之类的要求，而此时我正在忙其他事，我会叫他稍等，做完手头上的事，便去帮忙，而不是随便应付，答应了却把它抛之脑后。这也是我做到的诚信。在以后正式工作中，诚信对于我们非常重要，我们的上司会十分看重这一点。而作为外汉专业的学生，我们极有可能成为一名外教，要教会学生诚信，我们首先要做到诚信，明白诚信对我们意义之大，它不仅仅是进入社会的通行证，更是人格魅力的一种体现。

第四点内容即公共秩序。有序的公共生活是构建和谐社会的重要条件，它不仅有利于促进经济社会的健康发展，而且是提高社会成员生活质量的基本保障和国家现代化和文明程度的重要标志。公共生活中的道德规范有文明礼貌、助人为乐、爱护公物、保护环境和遵纪守法五点，然而多少人能够做到？单单就文明礼貌方面，在兼职期间，便看到无数的不文明现象。

最为典型的则是有一个小孩子在餐厅拉屎，这实在是非常不礼貌。小孩子还小，我们不对其过于严苛，可以教他，但是家长却如此放任，我们餐厅是有卫生间的，无论如何急，我

想去卫生间的时间总是有的。在别人高高兴兴地进食时，却发生如此不愉快的事，实在令人感到无奈，甚至是愤怒。

而在这个餐厅里饮酒到醉醺醺的人也不少，在餐厅喝酒当然正常，但是小酌即可，何必要喝到醉，喝到吐，喝到不省人事，喝到发酒疯？这样事实上已经扰乱了公共秩序，并且让人看笑话。这个餐厅允许抽烟，然而，我认为公共场合实在不怡抽烟，对他人影响挺大的，这点非常不好。而随地吐痰，讲话十分大声，吵吵闹闹，大声地玩骰子的人也已经屡见不鲜了，不文明的现象多得让人麻木，令人厌烦，不仅仅在餐厅里，当我们的国人到香港中国台湾受同胞的嘲笑时，到国外后，我们仍旧受到其他民族的嘲笑，实在可悲。然而我们也许管不了别人，我也无法勒令客人不做这些事，但自身一定要做好，不给他人带来困扰与不便，也可以教会身边的人文明二字。

我们学会文明，学会遵守公共秩序，慢慢地也会感染他人，别人做好了，其实受益的还是自己，因为我们所生活的整个环境也会变好，我们自然就是受益的主体。在我们进入社会以后，无论是谁，都处于社会这个大环境中，一起生活，所以大家都遵循公共秩序是非常重要的，而我们在学习中不断认识道理，更应该做好，起到榜样的作用。

这一个月多月，身体辛苦，内心却获得巨大的成长，再苦再累也值得了。本次暑期实践于我来说实在是受益匪浅，我将努力将所学践行到往后的日子里，我会坚定内心，在学习上艰苦奋斗，在工作以后，吃苦耐劳；与人交往更加真诚，把握尺度，遵循原则；工作时遵守职业道德；遵守公共秩序，不给他人带来困扰。以后，还是会常常去体验生活，使自己的内心得到充实。

服务员社会实践活动内容篇二

不管是哪个岗位，都有其中的知识；不管从事哪份工作，都必须以一个平常心去接纳，并对此份工作进行学习，以致做到！

这个假期，我的工作是一名普通的服务员，可能在大多数人心中，都不大看好这份职业，觉得这只是伺候人，端茶倒水的简单工作，一开始我也这样认为。但当自己真的接触了这份工作时，才体会到自己原来的想法是多么的可笑。

通过社会实践活动，了解社会就业形势，体会社会就业压力，增强自己的社会就业能力，为年学毕业之后走出校园更好的就业，更好的服务于社会，更好的实现自己的人生理想做准备。

这个寒假又是一个有意义的寒假，因为又到了亲身体会在外工作的感觉了，虽然不如父母的辛苦，但多少也能让我更进一步接触社会了，所以我必须好好把握住。这次我在家附近的一家新营业的西餐厅工作，因为有好朋友的介绍我很快在餐厅里当了一名服务员，但不要小巧这份工作，要学的知识还真不少，我必须了解各个方面的问题，下面就逐一说说我的工作历程吧。

餐厅作为服务行业，从业人员的素质高低很大程度上影响着服务效果的好坏，并进一步影响服务收益。因此，应大力提高员工素质。以人力资源部为核心，为员工量身订制生涯发展规划。餐厅向来把客人的利益放在首位，目前在业内，也有人士指出，应提升员工利益的地位。因为员工直接对客服务，只有员工的需求得到了满足，才能更好的服务于顾客，这样立足于员工，服务于客人，在满足客人需要的前提下，为酒店争取的利益。

同样，因为餐厅是服务业，因为现在追求想客人提供人性化

服务，所以，我们餐厅内部管理中，也应该实施人性化管理。因为我们的基层员工是直接面向客人的，他们服务质量的好坏，直接关系我们餐厅的整体形象。而员工利益的满足程度，又影响员工上班的工作效率。因此我们的经理总是很温柔耐心的教导我们。她对我们员工在吃或者无客休息方面从来对我们不苛刻。我们的伙食非常好，没人的时候经理也会跟我们一起玩耍，跟朋友一样。但是我们也知道我们是拿人家工资的，自然不能太放肆。虽然有时工作繁重忙碌，也会有过抱怨，但是总体还是开心的。

刚开始接触工作的时候感觉自己无从下手，因为不知道西餐都有什么东西，所以连基本的点餐我都不会呢！在西餐厅工作的时候讲究很多！比如刀叉的裹法与摆放，红酒应该到多少；此外还要了解菜式的种类间的区别与配料等！这些在点餐的时候顾客会问到，所以必须熟练掌握。

工作期间遇到的顾客可谓是千奇百怪，你必须应对好，即使面对顾客的种种刁难都要耐心解决不能给顾客脸色，所以有苦也要忍耐。当然还是和蔼不太计较的顾客比较多啦！

餐厅给了你这个发挥你能力的机会。我大学期间，最值得我尊敬的一位老师在我实践期间给我说过这样一句话“作为一个有前景的员工，一定不能计较眼前的细小得失，否则难以成大气”。

个人能力，我也曾经怀疑过，一想到本专业的就业前景，毕业出去到底能从事什么工作呢？就猛然感到背后冒冷汗！除了专业技能，我还拥有什么呢？一直在思考。作为大学生，我们的优势何在？学历，文化修养，专业技能。还有，我认为最重要的是连自己也说不清的叫素质的这个东西。还有人看到，大学生就是不会在吃饭排队时候插队，也不会集合时候大声讲话。这些大概就是个人的修养了。这些都是小事，很平常，可实施起来又有多少人真正做到？我想我是可以的。

成功靠的是什么？细节！什么是细节？刚才所说的也是！工作中有许多的细节，比如在焊接的时候必须加一个水管，如果忘记了呢？那将是什么的情形？浪费的包括人力物力财力，如果每个人都忘记加一个，那就将损失惨重，先不说构建和谐节约型的社会主义社会了，因为这本身就是和企业的宗旨背道而驰的，企业在细节抓不好，谈何发展？说的已经回到所学的专业上来了，尽可能节约能源，节约用水，循环使用等等。比如说，上班挑战自我，终于成功，对自己的表现，我还是比较满意的。

有人当天就因为种种原因比如伙食而离开，也有的上几天班就坚持不下去了。也难怪，有人评价我们的大学生，工作效率低，对厂方的要求高。的确，我们都有自己的想法，没有初中高中生等他们那样专心致志地工作，而是为了体验生活，大部分人都是慢吞吞地做事，让经理感到愤怒，最后，做思想工作，果然不出所料，经理是行的，我们的效率高了，吃的饭菜也没那么多辣椒了。至此，我明白，有要求有自己的想法，可以在适当的时候提出；工作始终是首要的事情，端正态度，是关键。

另一个收获，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，以提高自己的能力！多劳多得的现实让每个人都拼命地以最快速度工作，每当我看到身边的人在编灯饰网的紧张身影，自己再也不能那样慢吞吞的了，无意之中形成一种竞争。

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，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 and 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。通过这段时间的实践，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己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

服务员社会实践活动内容篇三

【导语】本站的会员“戏网11”为你整理了“大学生寒假餐厅服务员社会实践报告”范文，希望对你有参考作用。

一、社会实践目的

为了拓展自身知识面，扩大与社会的接触面，增强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够真正真正地走入社会，更快地适应社会形式的变化，并且能够在生活和工作中很好的处理问题，同时也可以打发这空虚无聊的漫长寒假，让寒假充满意义。

二、社会实践内容

我的工作是在金菠萝茶餐厅当一名服务员，负责上菜。工作总共有两个班，分为早晚班和中班。所谓早晚班就是早上9点

上班，中午12：30下班，然后下午5：30上班，晚上11：00下班；而中班就是早上10点上班，晚上7：30下班。每天工作八小时，午饭和晚饭都在餐厅吃，吃饭时间为半小时。每天早上我们都要打扫，我们每个班有八个人，每个人都有各自负责的工作，而我的打扫任务就是负责擦餐厅里所有的桌子。晚班结束时依旧如此。

刚开始，我是抱着试试看的态度去找工作的。反正在家闲着也是闲着。正好看到一家茶餐厅要找人，我就去报名了。

首先，那老板让我填了一张表，（就是介绍自己的）。然后，他询问了我一些问题。得知我是大学生来做假期工的，他很是欢迎。他说他就喜欢招一些假期学生工，因为学生的素质高，同时，也可以锻炼一下学生自我。我听了很是兴奋，心中也暗自佩服那位老板。

果然，过了两天我就接到电话，说让我第二天九点去报到。我听了非常激动，这是我的第一份工作，不管做什么，我都下定决心要做好。

第二天，我提前去了。同样，我也看到很多和我一样来报名。我很奇怪，因为她们中的大多数都和我一样是学生，也有几个是刚毕业的。我的心里不禁暗自高兴。

由于茶餐厅是刚装修好，还没正式开业，所以店经理就先让我们帮忙打扫，互相认识，自我介绍一下，同时也熟悉熟悉环境，没半天，我们大伙就打成一片了。毕竟都是同龄人，能聊的`话题也很多。第二天，经理给我们每人发了两套工作服，以及工号牌，拿到工作服那一刻，我们所有人都很兴奋，都在期待着开业。

终于，第三天，在一片炮竹声中，金菠萝茶餐厅开业了。那天，我是第二个班，而第一个班的人已早早站在门口当起了迎宾小姐。我有些紧张，推开大门，我换上制服，开始了我

第一天的工作。

不过没多久，我就觉得脚很酸，想休息，但我们并不允许，也不可以在客人面前乱动，要维护好自己的形象及餐厅的形象。好不容易到了中午，可以吃饭了，不知为什么，平日里那并不怎么好吃的菜那天突然那么可口，（也许是站太久饿坏了吧。）下午，我和一个同事一起当起了迎宾小姐。每当有客人进来时，我们都要点头并微笑着说“欢迎光临。”当客人用完餐离开时，我们也要微笑着说“谢谢光临。”

不知不觉，第一天的工作结束了。我似乎还沉浸在这兴奋中，但晚上回到家，脚好酸好痛，都不能平伸，夜里疼得睡不着觉。不过热情而年轻的我没有丝毫感到累，我倒觉得这是一种激励，明白了人生，甘无聊生活，接触了社会，了解了未来。

在餐厅里虽然我是以传菜为主的，但我不时还要做一些工作以外的事情，又是要做一些清洁工作，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，你必须自觉地去做好，而且要尽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多的报酬而努力。

所以，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，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。

在这短期的假期社会实践里，有一件事令我印象深刻：发传单。由于我们的餐厅是刚开业的，所以没多少人听说，生意也没有多红火。于是，店经理决定让我们员工去发传单，宣传我们店。

我非常高兴的接受了这份工作，但事情并不如我想像的那么顺利。我那么热情的向路人介绍我们茶餐厅，发传单给她们，很多人并不理睬你，压根儿连看都不看一眼就把传单给扔了。结果是我们给扫马路的清洁工带来了很大困扰。我们前面发，有些人后面扔。我当时就很气，心想她们怎么一点儿也不尊重别人的劳动成果呀。但渐渐地我也习惯了，这就是社会。多数人都在为了自己而活，别人并不可能花那么多心思去关心或替你考虑。

不知不觉，半个多月的假期社会实践结束了。说也奇怪，平日里那么多的怨言都变成了离别时的不舍。在这里，我学到了多学校里学不到的东西，也认识了不少朋友。总之，这次假期社会实践非常有益。

以前总是乱花钱，但当真正工作后才发现钱挣得不容易，所以，当领到工资时，我并没有舍得花，而是好好的保存。同时，也学会了尊重与感恩，还有淡定。

三、社会实践结果

短短20天的社会实践结束了。我从中学到了很多。一，要学会做人。首先，人要有诚信，要遵守信用，既然答应了就应该做到。二，要学会忍耐，要沉着冷静的思考问题。不要遇到问题就不知所措。三，要记住，在上半时一定要遵守纪律，不能在客人面前随便说话，要给客人留下一个好印象。最最重要的是要记住，客人永远是上帝，不论客人有什么不好的行为，都不要当面指责；客人提出的意见要虚心接受。四，要勤奋，做好自己分内的工作，不要因为工作量大就想偷懒。看到哪里脏了，要自觉地去扫干净，不要等到领班去

催你，打扫时不能马虎。

同时，我也学会了勤俭节约。第一次挣钱时才感觉到了钱的来之不易。懂得了节约，不乱消费。

当然，在这里，我也交了不少朋友，她们给了我很大帮助，更让我学会了珍惜。我想这次的假期社会实践会让我终身受益。

四、社会实践总结或体会

或许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但总算是社会的一部分，这是不可否认的事实。

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社会实践，社会社会实践必不可少。

毕竟，两年之后，我已经不再是一名大学生，而是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做事。只懂得纸上谈兵是远远不够的，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，不愿在学校读书；而已在社会的人都宁愿会学校读书。我们上学，学习的是先进的科学知识，为的都是将来走进社会。

所以，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。

暑假大学生餐厅服务员社会实践报告

社会实践报告餐厅服务员

寒假服务员社会实践报告

寒假服务员社会实践报告

大学生社会实践心得800字餐厅服务员

服务员社会实践活动内容篇四

20xx年寒假到来了，这个作为我大学里第一个长假的寒假，为了不让我的寒假就这样无所事事的度过，于是早在期末考还未结束之前就计划要出去打工，以此来让我的寒假生活更加丰富多彩，更加与众不同。我想，现在的打工是对我们来说是一种磨练。它能让我们提前体会社会上的一些事物，让自己匮乏的人生经历更加丰富，让自己以后能更快更好地适应这个社会。在学校里，我们学的都是理论知识，真正用到的却不多。理论加社会实践才是最科学的学习方法。感谢学校给我们学生布置这样一个作业，社会给我们提供一个社会实践的平台。所以，有这样一个锻炼自己的机会真是很难得的。由于我们药学专业所从事的工作一般不会招收我们这样的短期工，所以这次工作虽然与我们所学专业没有太多相关关系，却一样让我学到了很多的东西。

我是通过熟人的介绍才找到的打工的机会。酒店的老板娘我认识，平常都叫她阿姨。人很和善。社会实践的主要内容有刷盘子、擦酒杯、上菜、收拾餐具等等。先说说我在那里的工作情况吧：第一天进去做事时感觉很奇怪，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。每天8点半上班，一直到晚上9点半。刚进来什么也不懂，阿姨就叫了一个老生来教我们。第一天只是试工，大家都在努力的学习，虽然说有点累，但我们每个同学都很积极、很投入，都感到很乐意，因为这毕竟是我们本次社会实践的第一步嘛。所以在那一天的时间里，虽然说有一点点累，但我们却都觉得挺充实的。我们每天需要做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。平常在酒店吃的时候不觉得，来工作了才发现酒店的工作还真不是盖的，每个细节都要弄好。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，几天后老师就说我们已经做得不错了，可以自己招呼客人了呢。从客人进到酒店，到客人拍拍肚皮走出酒店，能让客人脸上一直挂着满意的笑容，老板娘还一度夸我们大学生做起工作来就是不一样呢。这份工作给了我一个独立锻炼、独立挑战的机会。

就这样，我顺利地完成了一个月的打工，还拿到了靠自己的双手得到的第一份薪水。在社会实践过程中，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。

虽然在社会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。本人参加社会社会实践有着不畏困难的

精神，敢于社会实践，对工作充满热情，细心真诚。

服务员社会实践活动内容篇五

实践目的：本次实践的目的在于更加深入的了解社会，了解酒店的服务行业，另外也可以赚一些零花钱，为父母减轻一些负担。

实践内容：本次实践我主要是到酒店做服务员，白班时间是早九到晚九，夜班工作时间是早上的十点半到晚上的十一点，下午休息一个小时。主要负责点菜. 上菜. 整理台面等一些服务工作。

实践结果：经过将近40天的实践，我对酒店的前台服务工作有了更深的了解，并且懂得了一些在社会上待人接物的道理，这些都是终身受益的，还有交到了一些朋友，他们对不佳生活的乐观是值得我学习的！

实践体会：这次为期37天的实践虽然很累但却很充实快乐，我明白了人应该学会坚强，如何在坚持不住时给自己找到一个坚持下来的理由，给自己勇气。通过自己赚钱我也更加体会到了父母将我抚养长大的那份艰辛，所以我要加倍努力学习，将来报答他们。

直很难让我用语言表达，温暖，激动，欣慰，感动，兴奋。多种感情交融在一起，让我难以名状。吃完了妈妈准备的那桌晚饭，我就开始设想起了这个假期的生活。头脑里多是这个假期该怎么去过，毕竟期盼了那么久，如今突然来到面前却有点激动。想想上学时有点累，所以在家好好休息一个假期的想法在我心中萌生，于是接下来的几天我整天呆在家里，但是几天过后去发现这样过其实很无聊，因为每天都睡得很晚起的也晚，身体感觉很吃不消，所以我做了一个决定，到酒店打工，让生活从事起来，另外赚点零花钱。

其实我刚开始并不是十分想去酒店打工，因为上个假期我曾经去过，到酒店里做传菜员，但感觉很累，所以先找一些比较轻松的工作做。

可是来到街上的我却发现，想找一个相对轻松的工作在我们城市并不是那么容易，我想做促销员，可是问了好几家都被告知人数已满，还有几家干脆直接就告诉我不要男孩。基金失望的我再一次叩开了一家品牌专卖店的大门，或许这就是给我最大希望的一家了吧，经理说这家店暂时不缺人，但他家的一个分店好像缺人，所以叫我留下了电话，说回家去等通知吧，我兴奋的离开了，到家后成天握着手机等着电话，等待着那唯一给我希望的一家的讯息，可是，时间就这样一天天的过去了，什么也没有等来，终于我等不及了，觉得不能就这样将整个假期荒废在等待上，我承认去年在饭店做传菜员的工作很累，但是那个工作确实我现在唯一的选择了，这时我想到了当时高中老师的一句话，说的是做人不能眼高手低，无论是学习还是找工作都是如此，我现在是什么工作都找不到，因为我干不长，只干一个假期，人家说还不够培训的呢，况且假期短暂，不可能让我去等，所以当时决定还是先去那家酒店干吧，有当时老板的那句随时到随时欢迎，我的心里充满了自信，于是我再一次踏上了酒店打工之路。

找到老板娘后说出了这个假期我还要回来工作的想法后，老板娘很高兴，我说我不想做传菜员了，想做服务员，老板娘同意了还要为我涨工资，上个假期一天三十而这个假期一天四十，这让我感到很意外，或许这是在我多天求职失败后能给我唯一宽慰的一件事了吧！

第二天，我起了个大早，换上工作制服，上班啦！我原以为在酒店的服务员的工作都是一样的，但其实不是的，前台人员分为服务员和传菜员，我上个假期干的就是传菜员，主要是负责上菜，后出做好的菜上面都会有一个台号单，传菜员就是根据这个单把菜品送到对应的台上面的，所以上个假期我干的工作虽然有点累，但是相对来说不需要太多的思考。可

这个假期我做的是服务员，主要负责点菜. 上菜. 整理台面等一些服务工作，当客人到来后，先要接一壶茶水，因为我们酒店是一家韩式烧烤店，所以茶水就是大麦茶，接过茶水后还要说一声：你好，欢迎光临！客人开始点菜，传统的点菜服务员要下手写单，用纸和笔记下客人所点的菜品，再将单送至后厨，但是现在不用那么麻烦啦，像我们这样的大酒店都用点菜宝，就是一个大本，每一页上都有几十种菜品和所对应的条形码，还有一只只能识别条形码的光笔，当客人点菜时. 划好台号，客人所点菜品，还有胸卡，按发射，后厨和吧台就会收到菜单，后厨接单做菜，点菜工作就算完成了。客人走后把桌子清理出来就可以了。

听起来好像很轻松，但做起来根本就不是那么回事，去年师傅教过我怎么去用那只光笔，所以用起来还行，可是那个大本却难住了我，条码实在是太多了，不算酒水码，光是菜品吗就好几百种，客人点第一页的烧烤类还好说，可要是点起了后面的炒菜我就懵了，好比大海捞针一样难，有时一道菜就会使我满头大汗。

还记得有一次客人点菜是要两个羊腰子，我却给划成了两盘，等到客人买单看菜单时就问我. 幸好后厨看出是我划错了，如果真上来那个盘的话，我将花六十多去买单。

这件事过后主管建议我不要用点菜宝了，先下手写单，再用点菜宝，接下来我都是这样做的，所以几乎很少犯错。

几天过后，我去经理那里要胸卡，但是却没发给我，这使我有点失望，因为酒店每天都有几道推菜，服务员会有提成，但必须要胸卡，没有胸卡就得不到，但是我还是接受了，因为我是假期工，更因为这是社会，社会永远不会去适应你，反而你要去加倍的努力去适应它，即使有些时候你会觉得那是不公平的，但你别无选择，只有默默承受。

没得到胸卡丝毫没有影响我的服务热情，我还是用我的微笑

接待了一桌桌的顾客，我的服务有了回报。一次，我点错了一盘菜，已经做好，客人不要，我只好准备买单，但我决定到别的桌那里试试，看能不能卖出去，说明来意后，一位阿姨当时就答应了，她说不为别的，就为你刚才的服务态度。我感动至极。

这事过后我明白了这个道理，作为一个服务员，之前的付出一定会有回报的，就像是铺垫一样，以免后来犯错无法挽回，从此我更加努力工作了，将刚来时的不适应所带来的想回家的想法一扫而光。客人所交代的事从不敢怠慢，生怕忘记，同时我发现人类最致命的武器不是别的，正是微笑！我试着用微笑将每一位客人征服，虽然有的客人比较苛刻，但微笑使他们不再为难我，我在其中找到了快乐。

在其中我还学到了一些礼仪小常识，一次我给客人倒茶过后就随便将茶壶放到了桌子上，可是其中的一位客人看后笑着对我说：下回放茶壶时壶嘴可不要对人哦，不礼貌啊。从此我每一次都注意这个小小的细节，无论多忙，我都不忘。现在想起来真要感谢当时的那位客人教会我这个，因为这在平时的生活中都会用得到。

最难忘的要数过年的那几天了，大年初一不太忙，因为中国人还是比较传统吧，可是初二到初五这几天就不那么轻松了，天天客人爆满，加上有的服务员在家过年没回来，使得我们感觉异常忙碌，那几天只能用一个累字来形容了。

终于到最后发工资了，老板因为我干的还不错就给我多开了一点，这让我很高兴，接到钱的一瞬间一丝辛酸涌上心头，想到了这些天来手上的伤口，当然不只是这些，更多的是充实和快乐。而且还知道了赚钱的不易，同时也更加的理解了父母，真的希望自己将来能报答他们！

这个暑期的实践虽然结束了，但对于我来说，却是一个收获非常的一个假期，感到充实极了，如果说要我选择，我会说，

下个假期我还会去这里！

服务员社会实践活动内容篇六

寒冷与炎热交替着控制大地，这个春节忽冷忽热，炼人、炼心、炼性哪！

吃得苦中苦，方为人上人。现在多耐点苦，都是为了以后少受点苦。虽然不保以后就能真的少受点苦，倘若有此苟幸之心，必然失去这些实践的意义，更重要失去的是快乐。实践是必要的，是伟大的，是追求真知，追求快乐的，不需人特意去教的良技。自有社会这个大老师来调教。

我很遗憾，这个寒假没有去做与自己专业有关的社会实践，而是去做了一份超市服务员这样的工作。而且这份工作也不是自己找的，还是我母亲找好，我一去就可直接上班的那种。这份超市服务员的工作简单易上手。它就像一份检测试卷，在考我的站力，耐不耐得辛苦劳累；在考我的耐性，对时间的耐性，对顾客的耐性，对工作的耐性，在秒复一秒分复一分天复一天的时间中驱走烦躁，留给顾客的永远是更多的耐性；它在考我笑容的灿烂程度与持久度，在考我为人处世的分值；也许它并没有我所想象的有如此威力。

付出了就肯定会有收获，这是我一贯所坚信的。通过这次在超市里当服务员的实践活动，我深刻体会到赚钱的不易。每天从早8点30到半夜11点30，并且时间并不如此准时下班，有时会更晚，中午也没有时间休息，一整天都是那么站着，走动区域并不大，真的很累很累！虽然活简单，但确是耗力耗时间磨人的活。我首先得承认我是个拜金主义者，就算有多累的工作，但是有钱领我就会拼命干，再累也觉得值得，再累只要通过自己辛苦劳动通过正当的途径获得正当的回报，心里别提有多高兴，多开心。

我觉得，什么人做什么样的工，要想不辛苦，除非脑子进水，

那是傻子想的美事。没有省力的工作，省力的工作都会辛苦都要努力，都得付出。有些人是会有某些好过其他人的条件，但是这不是不劳动的借口，与其让眼红的劲发疯，还不如靠自己的双手种出果实来。

人，总是在经历中学会长大。有圣人说，最耐不住寂寞的人才最寂寞。超市服务员上班期间不准乱和其他服务员交谈，不准乱打手机听电话，除了跟顾客打交道，你就是一座微笑的“机器”。热情待客但不要过火，有些顾客一来逛超市其实并不喜欢服务员马上就东介绍西介绍产品，有些也许并没有固定的目的想买什么，而是进去看了之后才决定想买什么，他们具有很大的随意性与波动性，很大程度由当时心情使然来购物。所以得善于对顾客察言观色，即时给顾客提供他所想要的帮助。

在超市工作期间发生了一件事，超市的老板娘是一个颇有点迷信的人，其实这些现象也见怪不怪。在一些店面我们也时不时会看到一些什么招财猪啊类似的东西放在店门口，寓财源广进，生意兴隆之意。那天，轮到我早到店面去打扫卫生，一早来到，三下五除二我就扫完了地，扫得干干净净地面，最后还工工整整的摆放好垃圾铲。这时老板娘看见就生气了，当场就骂了我两句。我一下懵了，还没来得及委屈，眼泪就哗啦啦的下来了。怎么啦，我扫地挺干净的呀，再说就算连灰尘扫不净也算不干净的话也用不着发那么大火啊。原来，是我把垃圾铲方向朝向放错了。早上扫垃圾，垃圾铲的朝向要向里不能朝外，财还没进就扫它出门，显然老板娘是不中意我这个。

服务员社会实践活动内容篇七

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

但是在具体营销过程中，我个人还是遇到了实际问题！

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

从客户的反应，我也发现可很多问题，并及时的向领导作出反馈。

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

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

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

其二，个人的执行能力增强。从大学生的“空想者”到雷厉风行的“实干者”，我是有很长的路要走的，但是，在这里。我开始找到了了路的方向：路就在脚下，扎实的做，踏实的

干，不要幻想，不要盲从，不要抵触领导！我觉得，这段时间，我疲惫过，放弃过，但是我选择了坚持！不追求个人名利，不计较个人得失，坚持不懈，坚持走在客户的身边！

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

当然，期间我也给公司带来一些麻烦，甚至也造成一些错误，也恳请能够被谅解！

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

服务员社会实践活动内容篇八

作为伟大的祖国未来的事业的继承人，我们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己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

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,以提高自己的能力!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,有些问题有了在课堂上地认真消化,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：虽然这次的社会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。这种责任是我学会克服自己的惰性，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、奉献等实实在在的行动，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。

又一个寒假来临。忆起往年的寒假，忙碌充实，只为高考大复习，天天沉浸在书的世界里。而今年的寒假，我希望能与以往不同，因为这是大学的寒假，它理应有它不一样不同于高中的主题。我想，大学的寒假不能只是一次寒月里的假期，更不能只是大学生用来吃喝玩睡用来颓废度过的寒假；同时，也不应该只是一个让学生“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的寒假。大学里的寒假，有着它特有的鲜明的主题“接触社会，锻炼自我，让实践与理论并行”。一个大学生，从小读书读到成年，学的大多都是理论知识，也许一个大学生满腹经纶、满脑才华，但是如果只懂理论，不懂实践，一切也只是纸上谈兵，用处不大。我认为，如果要想当一个真正有为的大学生，要想让自己脑子里的理论知识应用到生活，

就必须先到社会上去实践，去接触社会，了解社会。只有这样，方有可能做到知行统一。寒假实践，实则是一种磨练，对于大学生来讲，机会难得，也是两全之举。一是锻炼自己的才干，二是可以体悟父母赚钱的不容易。正是因为自己认识到寒假实践的重要性与必要性，所以我寻找机会来到了东海酒店，开始了我的第一次社会实践。

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

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

服务员社会实践活动内容篇九

系部名称：

专业：

年级

班级：

姓名：

学号：_____

实践单位：

实践时间：

两个月的寒假非常短暂，虽然在家吃、喝、玩、乐的日子确实非常吸引，但我却毅然选择了社会实践的道路，一来是应付学校的布置的寒假作业，二来，我也想体验一下这有趣的经历，希望能借此机会学到一些其他的技能，以便以后能更快的适应这个社会。

因此，我当上了酒店的服务员，而我的一段深刻的经历也在此刻开始了。我实践的地方就在从化太平的浅水湾农庄，一开始，我并不重视这工作，因为这工作工资不高，而且要一直做到年初六，但自己选择了这工作，就唯有努力熬过去。以前我就知道服务员是一份辛苦的工作，但没有做过这份工作的人永远都不可能体会到这其中的辛苦，因为这苦完全不能用语言来表达。我工作的第一天就遇上了围餐，一共开了6围，对于我这个新手来说，这绝对是一个十分大的挑战。首先是上菜，一般围餐都有12个菜以上，而这12个菜很难都放在那小小的转盘上，这就需要移位和换小碟了，但开始我我什么都不会，只能在一旁看着其他服务员如何上菜。上完菜后，又要帮客人倒酒，倒酒也是十分有讲究的，但我却不知道，这次我是按照自己的理解去倒，因此有些倒的多，有些倒的少，幸亏客人也没多注意。后来我才知道，不同酒有不同的倒法，不同的酒也有对应不同的杯子，白酒用白酒杯，一般倒到接近满的位置，但却不能让酒倒出；而红酒就用红酒杯，倒接近半杯；而洋酒就用洋酒杯，但倒的量却非常少，只倒五分之一杯的量。以前的我总把所有事情都想当然的，现在才明白自己知道的原来是这么少。另外，每个行业都有很多自己的行内术语，我现在所在的这个行业也不例外，但

开始时我对这些一窍不通，当部长或者其他服务员叫我去做时，我都不懂，例如“飞台”、“飞凳”、“起菜”，但我也明白了一个道理，遇到不懂的事，不必要怕麻烦，一定要去问，直到问懂为止，否则，以后你就会知道什么是更麻烦了。

做任何事都会有一个过度时期，在这个过渡期内，必定是十分难过的，因为自己从未做过这些事情，完全不习惯这种生活。在这个时期内，我也曾经想过放弃，但想到这次我到这里来的目的，我就会告诉自己再坚持下去，只不过是区区的一个多月而已，一定要坚持下去。慢慢的，我开始适应了这种生活，每天早上9点30分就开始上班，打扫农庄的清洁卫生，擦转盘，扫下水道的垃圾，还有拖地等等，等到11点，就正式开市了，这时我们又要准备好热水和房间里的各种就餐用具，时刻准备好为客人服务，一直到下午2点才下班。到了5点又要开市了，一直工作到晚上9点。这期间的工作是十分琐碎，有很多事都要自己时刻保持好清醒的头脑，因为这些都是看起来十分不起眼的事，例如每次客人来到时，我们就要去帮客人去拆餐具，还要拿上餐前小吃和倒茶，还有每次上菜都要对好单，以免上错菜，上菜后又要写好单，如果上错菜就要自己去买这单了。这完全可以说是一套不可更改的程序，看似简单，实际做起来就不容易了，只有自己多点观察，才可以发现哪里有缺漏。因此，自己一定要有很好的耐心。刚开始时，我耐心不够，有一些很简单的事我就会省略不做，结果就会遭到部长的严厉批评，慢慢的，我才养成了耐心，做好每一件事。

渡过过度期之后，经过我的努力，我的任务态度和悲观的心境在日常生活中表现出来。经过这段时间的锻炼，我已具有处理各项事务的能力，完成每天完成分配给我的任务之后，我还会主动协助别人完成拖地、摆放餐具等任务；灵敏应对顾客的请求并且与顾客聊天；偶尔被同事骂或者又能给同事“挑刺”，单独分享劳动的快乐。

另外，我还总结出了我当服务员的一些体会：

3. 每个酒店重视的企业文明都不一样，我们既然要到这里工作，就应当去了解这些文化，这不仅对自己的工作有很大的帮助，而且还可以扩宽自己的知识面，而这些学问正是我们从书本中难以得到的。

6. 在任务和生活中充分表达我的诙谐感，这样会让伙伴们很自然的承受你。

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。真的是不干不晓得，原来当服务员真的很累。而且在社会上，没有人再会对等的对待你，关于初来乍到的老手来说，老手会觉得你碍手碍脚，主管会觉得你什么都不懂很费事，而一个人在那打工更是饱受孤单的味道。因此，社会实践真的是十分必要，只有经过社会实践，才能获得书本上得不到的经验，在这个社会中，经验是比不可小的。另外，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。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；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。另外，参加各种公益活动，培养自身的社会责任感，这也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。

我真的发觉这一个月对我的推进作用很大，这些在学校都是学不到的。当然，我进修的工夫尚短，之后都要不断不断的进修上去才行，我会努力的！

服务员社会实践活动内容篇十

本站发布大学生寒假酒店服务员社会实践报告，更多大学生寒假酒店服务员社会实践报告相关信息请访问本站实习报告频道。

系部名称：

专业：

年级

班级：

姓名：

学号：_____

实践单位：

实践时间：

两个月的寒假非常短暂，虽然在家吃、喝、玩、乐的日子确实非常吸引，但我却毅然选择了社会实践的道路，一来是应付学校的布置的寒假作业，二来，我也想体验一下这有趣的经历，希望能借此机会学到一些其他的技能，以便以后能更快的适应这个社会。

因此，我当上了酒店的服务员，而我的一段深刻的经历也在此刻开始了。我实践的地方就在从化太平的浅水湾农庄，一开始，我并不重视这工作，因为这工作工资不高，而且要一直做到年初六，但自己选择了这工作，就唯有努力熬过去。以前我就知道服务员是一份辛苦的工作，但没有做过这份工作的人永远都不可能体会到这其中的辛苦，因为这苦完全不能用语言来表达。我工作的第一天就遇上了围餐，一共开了6围，对于我这个新手来说，这绝对是一个十分大的挑战。首先是上菜，一般围餐都有12个菜以上，而这12个菜很难都放在那小小的转盘上，这就需要移位和换小碟了，但开始我我什么都不会，只能在一旁看着其他服务员如何上菜。上完菜后，又要帮客人倒酒，倒酒也是十分有讲究的，但我却不知道，这次我是按照自己的理解去倒，因此有些倒的多，有些倒的少，幸亏客人也没多注意。后来我才知道，不同酒有不同的倒法，不同的酒也有对应不同的杯子，白酒用白酒杯，一般倒到接近满的位置，但却不能让酒倒出；而红酒就用红酒杯，倒接近半杯；而洋酒就用洋酒杯，但倒的量却非常少，只倒五分之一杯的量。以前的我总把所有事情都想当然的，现在才明白自己知道的原来是这么少。另外，每个行业都有很多自己的行内术语，我现在所在的这个行业也不例外，但

开始时我对这些一窍不通，当部长或者其他服务员叫我去做时，我都不懂，例如“飞台”、“飞凳”、“起菜”，但我也明白了一个道理，遇到不懂的事，不必要怕麻烦，一定要去问，直到问懂为止，否则，以后你就会知道什么是更麻烦了。

做任何事都会有一个过度时期，在这个过渡期内，必定是十分难过的，因为自己从未做过这些事情，完全不习惯这种生活。在这个时期内，我也曾经想过放弃，但想到这次我到这里来的目的，我就会告诉自己再坚持下去，只不过是区区的一个多月而已，一定要坚持下去。慢慢的，我开始适应了这种生活，每天早上9点30分就开始上班，打扫农庄的清洁卫生，擦转盘，扫下水道的垃圾，还有拖地等等，等到11点，就正式开市了，这时我们又要准备好热水和房间里的各种就餐用具，时刻准备好为客人服务，一直到下午2点才下班。到了5点又要开市了，一直工作到晚上9点。这期间的工作是十分琐碎，有很多事都要自己时刻保持好清醒的头脑，因为这些都是看起来十分不起眼的事，例如每次客人来到时，我们就要去帮客人去拆餐具，还要拿上餐前小吃和倒茶，还有每次上菜都要对好单，以免上错菜，上菜后又要写好单，如果上错菜就要自己去买这单了。这完全可以说是一套不可更改的程序，看似简单，实际做起来就不容易了，只有自己多点观察，才可以发现哪里有缺漏。因此，自己一定要有很好的耐心。刚开始时，我耐心不够，有一些很简单的事我就会省略不做，结果就会遭到部长的严厉批评，慢慢的，我才养成了耐心，做好每一件事。

渡过过度期之后，经过我的努力，我的任务态度和悲观的心境在日常生活中表现出来。经过这段时间的锻炼，我已具有处理各项事务的能力，完成每天完成分配给我的任务之后，我还会主动协助别人完成拖地、摆放餐具等任务；灵敏应对顾客的请求并且与顾客聊天；偶尔被同事骂或者又能给同事“挑刺”，单独分享劳动的快乐。

另外，我还总结出了我当服务员的一些体会：

1. 一定不能和领班产生任何言语冲突。社会与学校真的有很大区别，学校里我们从未不敢宣布我的看法，教师有时出错了我们也都会挑出来。可是在社会中，上级虽然也会经常犯错，但我们不能再像在学校里那样，直接在众人面前挑出他的错误，而是要在合适的时候与他讲，否则会遭到上级的不解，甚至偏见。
2. 必须要对自己工作的酒店的工作流程有一定的了解，如果不了解其中的流程，会对自己的工作造成很大的困难，例如客人需要喝酒，你就要懂得如何去前台拿酒，等等。
3. 每个酒店重视的企业文明都不样，我们既然要到这里工作，就应当去了解这些文化，这不仅对自己的工作有很大的帮助，而且还可以扩宽自己的知识面，而这些学问正是我们从书本中难以得到的。
4. 初步的掌握了一些酒店行业方面的学问，拓展了个人的学问面，加强了个人在应对酒店内人际交往方面的能力。这点给我的领会是在与人的交换上。
5. 在任务中由于上级员工的失误而造成的任务中的失误等缘由而产生的冲突，千万不要直接冒犯。
6. 在任务和生活中充分表达我的诙谐感，这样会让伙伴们很自然的承受你。
7. 明白守时的重要性。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。这种责任是我学会克服自己的惰性，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。

这次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农庄，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。真的是不干不晓得，原来当服务员真的很累。而且在社会上，没有人再会对等的对待你，关于初来乍到的老手来说，老手会觉得你碍手碍脚，主管会觉得你什么都不懂很费事，而一个人在那打工更是饱受孤单的味道。因此，社会实践真的是十分必要，只有经过社会实践，才能获得书本上得不到的经验，在这个社会中，经验是比不可小的。另外，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，对自己的要求较低。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。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；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。另外，参加各种公益活动，培养自身的社会责任感，这也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。

我真的发觉这一个月对我的推进作用很大，这些在学校都是学不到的。当然，我进修的工夫尚短，之后都要不断不断的进修上去才行，我会努力的！