

# 2023年社会实践打扫卫生心得体会(实用5篇)

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 社会实践打扫卫生心得体会篇一

人们都说：学校是社会最文明的地方，是一方净土；而对于我们学生而言，是一个天堂，我们的第二个家。

作为值日生，我见到许多感人的事迹，出现了一些令人气愤的现象：每天早上、中午以及放学后我们都会抽出一定的时间打扫，可是，令人不解的是，先前打扫得干干净净的地面、楼梯、走道却总会出现新的垃圾：餐巾纸、零食包装袋、塑料瓶似乎永远都清扫不完。我们不禁叹息道：怎么就总有人要乱扔垃圾呢？更有甚者，竟当着我们的面，看见我们拿着卫生工具，熟视无睹地乱扔垃圾，当我们前去劝阻时，竟还会听到反正有人打扫，扔了也无所谓的类似话语，真是令我们愤怒不已、哭笑不得；相反，我们也曾看到过一些令人欣慰的场景：有的同学见到一些比较显眼的纸屑后，用不着他人提醒，及时、主动地捡起、放入垃圾箱，并称之为举手之劳。

同在东方校园内，却有这两种极其不同的行为反差形成鲜明的对比，难道不该引起我们对卫生公德一词的深思吗？前者所述受人谴责与藐视，而后者则需表扬、大力推崇及学习。

我们青少年是祖国的花朵与未来，能否拥有良好的素质是至关重要的，而拥有卫生公德是体现我们内在素质的一方面，

也是不可缺少的一部分，只有人人都树立起讲卫生的意识，不随意破坏这分美，尽自己所能，从小事做起，才会有一分真正宜人的环境呈现在大家面前。

只有学校这一社会最文明的地点培育起了卫生公德，营造起了和谐、宜人的环境，整个社会的环境彩绘更和谐、更宜人！

## 社会实践打扫卫生心得体会篇二

不知不觉之中，暑假又到了。走进了大学距离工作就不远了，工作也就成了大学生最关心的话题之一。而在现今社会，大部分单位在招聘时都打出“有经验者优先”的旗号，可刚离开校园的我们最为缺乏的就是社会工作经验。为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正走入社会，适应社会要求，在大二结束后的暑假里我决定去亲身体验一下真正的社会。

暑期社会实践，是我们大学生充分利用暑期的时间，以各种方式深入社会之中展开形式多样的各种实践活动。积极地参加社会实践活动，能够促进我们对社会的了解，提高自身对经济和社会发展现状的认识，实现书本知识和实践知识的更好结合，帮助我们树立正确的世界观、人生观和价值观；大学生社会实践活动是全面推进素质教育的重要环节，是适应新世纪社会发展要求，培养全面发展型人才的需要，是加强集体主义，爱国主义，社会主义教育，升华思想的有效途径。积极投身社会实践，深入群众，了解社会，增长才干，是青年学生成长成才的正确道路，是青年学生运用所学知识技能，发挥聪明才智，积极为社会作贡献的重要途径。身在学生，真正接触社会的机会很少，所以这次实践的主要目的是让自己面对更多的各种各样的人，增加自己的阅历，和与人交往的能力，因为在以后的学习工作中，需要与形形色色的人打交道，而我最不擅长的就是和陌生人交流，在当今这个注重人际交往和人脉关系的时代，这无疑会成为我成长路上的绊脚石。暑期社会实践则恰恰为我们提供了一个走出校园，踏上社会，展现

自我的绚丽舞台。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。在实践中积累社会经验，在实践中提高自己的能力，这将为我们以后走出社会打下坚实的基础！

在注重素质教育的今天，大学生假期社会实践作为促进大学生素质教育，加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长成才的重要举措，作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。暑假期间社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段。它有助于当代大学生接触社会，了解社会。同时，实践也是大学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社会、回报社会的一种良好形式。

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。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。

对于出生在农村的我而言，暑期打工是理所当然的，这样既可以赚点钱为父母减轻经济负担，又可以充实暑假生活。农村的孩子动手能力是必不可少的。所以在58同城我找到我们县城的一家九龙广告公司去打了一个月的临时工。我的实践

时间从7月17日到8月15日。作为一名大一学生，就快要步入社会的我带着学习和好奇的心情去迎接第一天的实践，在这之前我是一点实践经验也没有。虽说只是实践，但生活的方式却已完全不同于学校里的生活，而是转变成了正式的上班族一族：早上8：30上班一直到下午5：30下班，这一天的生活便度过于这小小的办公室之中。此次实践，主要实习的内容是帮客户做各种挂在外面的那种夜晚会发光的广告字体，以及给各种杂活。

拿到第一笔工资时，虽然觉得有些累，但我还是感到特别开心。我总算领悟到了打工的“真谛”：一要吃苦，二要脸皮厚。如果有人问我以后还愿不愿意接受这样的挑战，我会毫不犹豫地说“ofcourse”

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。

这次亲身体会让我有了深刻感触，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。

一个大学生，如果缺乏交往能力，以后走出社会如何能与他人交往，而这个社会需要我们每个人去适应。是啊，一个人如果没有勇气去做他想做的事，他哪能成功呢？曾经一位伟人这样说过一句话：一个人不会随随便便的成功，上帝不会白白馈赠给帝王蛾一双奋飞的翅膀，一个人的命运就掌握在自己的手里！通过这次社会实践，我感觉自己的实践能力，沟通能力有所提高，同时加深了我对社会各阶层人的了解，拉近了我与社会的距离，开拓了视野，尤其提高了观察、分析和解决问题的实际工作能力。

打工的日子里，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。

有人说，吃苦是一件乐事，它能让你从中得到彻底的磨炼，使筋骨更为强韧，如果能有苦中作乐的心态，那么成功也将不远了。孟子曰“天将降大任于斯人也。必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤??”俗话说得好：吃得苦中苦，方为人上人！哪一个想收获成功果实的人，不付出辛勤的汗水会轻易地得到呢？所以这份工作虽然辛苦了点，但我还是坚持了下来。

时代在进步，社会在发展，而随之而来的竞争也非常严峻的摆在了我们的面前，现代社会所需要的已经不再是单纯的知识型人才。时代赋予人才新的定义：不仅能够驾驭新科技，具有创新意识，更要有将科技应用于实践的能力。

现今，在人才招聘会上，面试的大学生很多，而在每个用人

单位的招聘条件中，几乎都要求有工作经验。所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了暑期打工。暑期虽然时间不长但是在这段时间里，我们却可以体会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

时代证明，历史证明，我们的自身状况证明：我们唯有面对社会，才能心平气和地作出一些选择，才能确立自己学习和生活的目标。在这次社会实践以后，我们要找准自己的位置，找准自己的方向，勇往直前，决不轻言放弃！我们要珍惜每一次锻炼的机会，让人生无憾。

社会实践是一笔财富也是一种动力。一分付出，一分收获，有付出，就一定会有收获。在社会实践中可以学到在书本中学不到的知识，它让我开阔视野，了解社会，深入生活，无限回味。更何况参加社会实践活动的过程、阅历本身就是一笔宝贵的财富。它让我懂得了各种滋味只有亲身参与才能体会的到。走出校门融入社会的大舞台，我们才真正体验到自身知识的欠缺，能力的有限。任何理论知识只有与实践密切结合，才能真正发挥它的价值。行不行，实践中看！“没有实践，就没有发言权”，只有亲身经历过才会有那种超乎平常的感觉。其实学校要求我们参加社会实践，无非是想让我们提前接触社会，了解社会，这样才不会在真正走上社会的时候而找不到生活的重心。

### **社会实践打扫卫生心得体会篇三**

没成想，我们这次打扫社区卫生还换回来了一面锦旗！这是我和我的同学们万万没有想到的。一开始我们只是做着帮社

区打扫打扫卫生，充实我们的大学生活去社区打扫卫生的，没想到我们的努力得到了肯定。当我和我的同学们手里接过社区居委会领导给我们送来的锦旗时，我们每一个人的心里都是美滋滋的，在美滋滋的同时，我们各自也在心里计划了一下下一次的志愿者活动，这样的志愿者活动，不仅充实了我们的大学生活，还为我们大学生活涂抹上了精彩的一笔，这实在是比我们在寝室打游戏度过大学生活要有意思多了啊！

过去我和这次去社区打扫卫生的同学，我们是几个人认真上课，但下了课就不怎么会花时间去学习或者做别的有意思事情的大一学生，我们几个最喜欢的事情就是下了课跑去网吧打游戏，没有课的日子，我们可以打得天昏地暗的，反正我们也不知道要做些别的什么好。离大学毕业还有三年多的时间，这会儿考虑工作的事情还太早，我们也没打算走考研这条路，于是，在一个我们几个都打游戏打的开始腻味的时候，我们其中一个人提议“不然我们去帮社区打扫卫生吧！”我们当时听了也没多想，就觉得这件事可以让我们大一的生活除了游戏还一点别的，我们就带着卫生工具来到了社区。

我们也没有跟社区居委会打什么招呼，我们几个大男生拿着工具就开始在太阳底下卖力地打扫了。虽然我们只有四五个人，可我们年轻人力气大，一个下午就在大汗淋漓下把社区的所有卫生打扫完了，包括社区的门窗，包括社区的所有水泥地，也包括社区的花园和草坪。我们打扫完检查了一会儿，发现社区每一楼里面的楼道还有点卫生死角，我们又把工具拖着来到社区的居民楼，把他们所有的楼道重新打扫了一遍。在找到了社区的公共水龙头后，我们还把带来的水管给接上水龙头，一边冲洗整个社区的水泥地，一边算是体验玩水的乐趣，把社区有尘土的地方都清洁了一遍。当然，我们的玩水的乐趣没让其他人发现，我们既没有把水临到过路的人身上，也没有把卫生情况弄糟糕。算是在一种愉快的劳动中把所有的社区卫生打扫了一遍。打扫的过程中，我们也没见有社区居委会的人看见我们，或者是我们打扫卫生的时候太专注，我们根本没想到还能得到社区的肯定。我就记得我们打

扫完卫生后，在社区的小卖部一人买了一瓶儿汽水儿，一边干杯庆祝我们这一次有意义的活动，一边感谢我们自己的努力和付出。

在这次的志愿者行动中，我在小组的带领下参与了这几次的讨论和实践行动。我们的行动方案是调查和打扫校园环境卫生，看看能发现什么问题。在组内成员的讨论下，我们在周末的下午，在组长的带领下，我们到班里借用了扫把和垃圾桶，然后我们一起来到三教大草坪。我发现有老人和孩子，还有不少的男女同学，他们在草坪上做着各种活动。小朋友在老人和父母的陪伴下玩耍，同学们有的在进行小型聚会，有的在晒太阳聊天。

在组长的号令下，我们开始了清扫草坪。我没有发现大体积的垃圾，但是我很多的小垃圾。其中最多的就是烟头，而且各种牌子都有，我觉得抽烟不是罪，乱扔烟头就是不对了。还有一些瓜果皮屑，当然还有一些不知名的垃圾。这些垃圾不显眼，但是还是影响到了环境卫生。为何留下了这些垃圾呢？我们组内讨论认为：

一是有可能是有同学在上面开展活动，而后没有清扫干净。

二是同学们或者别的人在上面活动而后随手扔的。这些小垃圾很难清扫，我们有时得拿手去捡，而且数量很多，以至于我们来回巡视了一个多小时，才基本上完成了任务。这次打扫虽然有点无聊，还有那么一点点的尴尬，不过我们很努力的完成任务。我觉得校园环境卫生有关于我们的生活环境，我们应该共同守护。但是经过这次打扫，我觉得有很多人的观念是不对的，他们可能认为丢点垃圾没什么，可是丢的人多了，就会成为一种坏习惯，所以我们应该不要随手乱扔。还有多放几个垃圾桶，可能有一定的效果。

一周的时间又过去了，真是时光飞逝啊。在十三周末，我们经过讨论决定去打扫班级教室，看看是否有所发现。于是乎，



我们选定一个教室后，开始了我们的志愿者行动。我们发现垃圾还真不少，特别是桌子里面，有各种各样的垃圾，比如塑料袋，饮料瓶，卫生纸……因为在桌子里面，所以只能用手拿出来。特别是卫生纸，看着还是挺恶心的，用手去拿总觉得怪怪的。这些垃圾都是同学们的产物，有一些是早餐后的垃圾，有些是其他垃圾，但是可以肯定都是同学们的。其实垃圾桶就在不远处，但是里面的垃圾没有桌子里面的多。我们经过半个小时的打扫，总算干净了很多。在这两次的行动中，我发现了不少问题。首先我们的校园环境卫生，没有得到大家的保护和关爱，这并非是某个人的校园，是我们共同的家。其次，有不少人随手乱扔垃圾，比如烟头等。再就是，同学们没有意识到校园环境卫生的重要性。在这里，我希望有更多的同学能够参与爱护校园环境卫生这个活动中来。

## 社会实践打扫卫生心得体会篇四

20xx年的社会实践活动我决定走入社区进行一次社会公益打扫卫生活动，我选择的地点是中华世纪城小区，由于该小区位于郊区环境相对市内比较安静，居住的人口大多为工作族，社区的卫生维护因此也成为一大问题，这也是我选择该社区的原因之一，我首先来到社区的办事处，社区的工作人员热情地招待了我，待我说明来意之后爽快地答应了我的要求。7月25日我来到社区准备开始我为期三天的社区公益打扫卫生活动。

7月25日

一大早我就来到社区办公室找到社区负责人刘阿姨，她可以真正算得上是居委会大妈，她是一位非常慈祥的人，待人可亲，说话办事很有老一辈知识分子的风范，一看就是受过高等教育的人。刘阿姨首先就给我安排了今天的工作任务，今天的主要工作是打扫社区办公室的卫生。

说干就干，我也是有备而来的人，我自己准备了胶皮手套，

其实这居委会办公室的面积还是挺大的，存放资料的柜子也有不少，其实日常清洁卫生有专职人员，而今天是我独自一人打扫，她告诉我一些具体要求就被安排其他工作去了，我其实还是心里犯嘀咕自己啥时候能被我干完，眼是懒汉，手是好干，赶紧抓紧干吧！我首先在办公室内走了一圈，发现室内还有一些卫生死角不易打扫，拿来水盆和抹布打来清水就开始收拾卫生，桌子，椅子，地面都被我打扫的一尘不染，擦窗户对我来说可是一个费力的活，刘阿姨并不让我干，但是市内干净了，窗户不透亮，整体感觉就是不干净，先是用湿抹布把窗户上的浮灰擦掉，然后用干抹布再擦两遍，这样窗户玻璃也让我擦得很干净。卫生死角打扫起来也是很不容易，天花角墙板有少量的灰掉了，地面墙角也有不易清洁的卫生问题，这些卫生问题都被我一攻克了，看着整洁的卫生环境我心里还是蛮有成就感的。

7月26日

今天是我社会实践的第二天，早上准时到达了办事处，今天给我安排工作的是另一位工作人员，上午主要是打扫办事处局边的环境卫生，下午则是学习了解社区工作的主要内容。

街道办事处周围的环境还是不错的，打扫起来还是挺快的，杂草都被我连根拔起。还有一些小招贴也被彻底地清理干净，一上午的时间就这样过去了，都说劳动人民是最光荣的，劳动有益健康真的不假，干完活的我身心轻松。下午的工作就比较轻松了，接到办事处的工作人员带着整个社区居民的档案资料，并详细地给我讲解了社区工作的主要内容和社区工作的重要性。这是我的额外收获，增长了我的见识，也使我对社区工作产生了兴趣。

劳动是中华民族优良传统美德，我们作为大学生有较多的文化素养，应当积极参加劳动，大学生社会实践是引导学生走出校门，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，心身

养性，树立服务社会的思想的有效途径。假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。我在学校假期社会实践布置之下，积极组织开展社区服务劳动。

在劳动的过程中，我认真负责地做好每一份自己该做的事，在不断前进中成长，虽然会有很多坎坷，但总是会有办法解决的。做人不怕失败，失败是成功之母，不经历风雨，怎么能见彩虹？我相信困难是对我们意志的磨练，我们需要坚持！胜利属于我们。

## 社会实践打扫卫生心得体会篇五

第二天，我就来到馨百超市地下一层休闲区，希望获得这份工作。馨百超市地下一层休闲区主要用于内部员工的日常休息，同时为因购物劳累的顾客提供一个休息的地方，另外还兼营米线、土豆粉、三鲜面、奶茶、果汁、烤肠、爆米花等一系列小吃的日常经营，为顾客提供一个简易的休闲场所。来到那里，我先通过打扫卫生的阿姨询问了是否找人，简单的工作情况以及工资等方面的问题，之后由打扫卫生的阿姨介绍与那里的老板沟通，详细了解了这份工作。因而得之，由于年关将近，超市购物人数增加，休闲区生意渐忙起来，加之人手变动，他们需要一个收拾卫生的人，即在顾客休息完之后打扫桌上的残余物，同时负责提水、倒垃圾等工作。工作时间为每天上午11时至下午3时，下午4时至晚上8时，一天工作8小时，每天20元。我满心欢喜的接受了这份工作，并马上开工。

穿上工作服，拿起抹布，走入人群中间，擦桌子、收拾剩余的碗筷、扫地，我的工作就这样开始了。也许是刚开始干的原因，我并不觉得这工作多累多脏，相反因为不再在家里混日子而心情愉快。购物人多，休闲区的人流动性也很大，通常一张桌子刚被清理干净，就马上坐上了新的人，有时，甚至没有足够的时间及时收拾每一张桌子。所以，这要求我必

须加快速度、提高效率。一般而言，人多的时间集中在吃饭时间，但是由于客流量大，整个餐厅几乎没有空闲的时候。虽然第一天工作，尽管刚开始很兴奋，但不一会儿，我心里就有点后悔了。怎么自己莫名其妙的跑到这里来，而且干这么没技术含量的工作？我干活的速度渐渐慢下来，一边擦桌子，一边想着刚才与老板的对话：之前也有个小姑娘，和你差不多大，干了几天就累的不干了，你能干么？我刚才还在笑这个小姑娘的没毅力，现在轮到我自己了。但是，左想右想，虽然很累，但是不愿就这么放弃，虽然这工作有点脏，有点累，而且是纯体力活，但我相信只要坚持下来，就一定会有所收获，所以，我一定能够要坚持下来。

第一天、第二天、第三天，每天的工作都是那样重复着，8小时之后是劳累的身体，回家之后便躺在床上，不愿干任何事情。实话说，那些垃圾确实很恶心，但我在一天天地坚持着。每晚妈妈总是问一个相同的问题：“明天还去么”。“去”我总是毫不犹豫的回答。虽然很累，但是每晚边吃饭边向爸爸妈妈聊工作上的事情：我是如何在遇到困难时请别人帮忙的，我是如何与吃饭的人沟通一些事情的，诸如此类，等等等等，都充满着无限的乐趣。

第四天，由于其他员工请假，我被安排干一些除了打扫卫生之外的事情，那就是帮忙布置米线里面的原料——剥鹌鹑蛋。原本以为这项任务能够很快完成，但是，没想到，剥鹌鹑蛋也是一件不简单的事情。由于鹌鹑蛋不大并且皮质坚硬，只要稍一用力就可能整个鹌鹑蛋破碎，所以剥起来并不容易。虽然剥了几个，但实际上，完整的剥好的并不多，后来又是一个一个，我终于意识到什么叫做熟能生巧。虽然时间花费的比较多，但是看着鹌鹑蛋渐渐成形，我心里非常高兴。不仅学会如何完好无损的剥鹌鹑蛋，同时我还学会了如何使用封口机。

忙的时候，我不仅要打扫卫生，还要到柜台里去帮忙。虽然比较复杂的做米线、土豆粉和三鲜面我没有学会，但是我学

会了如何做奶茶和果汁。但摆在我面前的是，奶茶和果汁需要用封口机封口，而我一直没有学会。我不只一次问过其他阿姨到底要怎么使用，也多次看过阿姨示范，但每次自己去使用却怎么也不会用，只好请阿姨来帮忙。阿姨说不是我不会用，是心理上不敢去碰，但我觉得自己并没有。我也曾用空的包装盒做过试验，但无论如何，阿姨能轻松按下的杆，我却怎么也弄不动。我左思右想不得其解。于是我仔细观察这个机器，后来才发现，在放包装盒的两侧分别由一个圆形的小孔，这两个小孔的功能是封口时让上面的两个刺头顺利的落下。而我一直没有注意到这一点，向里面推托盘时从来没有放好他们的位置，致使刺头不能顺利落下，所以导致了我怎么也压不动杆的状况。研究好了原理，再来一试，我居然成功了。这两件事给我一个很深的启示，那就是，有些事情不能蛮干，要研究原理、寻找窍门，才能达到事半功半的效果。

我把这两件事情说给爸爸妈妈听，妈妈生气老板让我多干了活，而爸爸却很高兴，他高兴我学到了东西。在工作期间，爸爸总教育我，实践重要的不是钱多钱少，而是应该在相同的时间里多干一些，要真正学到一些对自己有益的东西。说的极是。

这以后，我逐渐适应了那儿的工作，以前总是听到阿姨们吆喝我干这干那的，工作程序熟悉了以后，不待他们叫我，我就提前干好所需要的一切，并且及时到柜台里帮忙。闲暇时候，会和老板聊聊天，多问一些有关休闲区的事宜，扩充一下知识，多一份了解总是没有错的。我想，我不能只干打扫卫生方面的工作，许多大学生在实习过程中从基层做起的原则是对的，但是如果不能在从基层锻炼的过程中充分了解企业事宜，恐怕这次锻炼失去了不小的意义。所以，虽然我只是打工，也不能简单的看作只是一份打工，虽然时间很短，但在这短短的时间里，要让人们喜欢你，认可你所做的工作，这是很重要的。

在工作中，不可避免的会遇到各种各样的人。工作过程中，给我一个最深刻的体会就是人们的素质确实千差万别。有的人在处理垃圾时会毫不犹豫的扔在地下；有的人态度恶劣，觉得自己什么都是对的，为他服务理所应当；有的人却对身边的人彬彬有礼。一个人的素质，其实不用看太多，单是谈吐、动作，就可以判断出个八九不离十。但是不管一个人的素质如何，最重要的是以礼相待。就算有争执，也要用话语给劝下去，有时真的能体会到语言是一门艺术，并不单是说话这么简单。想起在参加一些社团活动面试时，好多人提到想要通过这个组织，来提高自己的沟通能力。事实上，沟通能力并不仅仅表现在说，有时更重要的是听，在没有机会说的情况下，听谈话双方你一言我一语的语言技巧，听两个人或众多人如何在四两拨千斤中达到一种言语上的斡旋并且皆大欢喜，更是一种学习。我深知自己在这方面的欠缺，通过工作，除了意识到说话要真诚之外，通过看和听，确实学到不少有用的技巧。

在干这份工作的过程中，我曾听到过一些言论。“你一个大 学生，怎么能去给人家当清洁工？”其实这样的问题着实没有理由，也正是由于这样的一些言论和对大学生的过多关注，使得本来很正常的事情在众人眼里被看作是畸形。大学生，早已不是天之骄子，无论干什么都是一种职业选择，无可厚非。所以，在工作的过程中，我清楚意识到端正心态的重要性。

短短九天的社会实践很快结束了。这次的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟了很多东西，甚至这些东西将让我终身受用。短短九天，小小的超市休闲区内，其实是一个社会的缩影。人来人往，反反复复，人们来过又离开，留下些许小小的痕迹，或彰显着这个社会的素质状况或从另一个层面教授着我们如何为人处事。我们注定是要在这个人来人往的社会中穿行。所以，对我们来说，打工实践，为的不是钱，而是让走出校园的我们，更好的接触社会，了解社会，加入到社会中。它有助于我们大学生更新观念，吸收新的思想和知

识。同时，社会实践中有很多我们在学校里无法学习到的东西，与人沟通交流的能力和表达能力。虽然每天干重复的工作，虽然不轰轰烈烈的，但至少他是充实的、有趣的。

相信社会实践带给我们的远远不只这些，机会难得，也希望以后有这样的机会来不断锻炼自己、提高自己。