

2023年超市心得分享 超市里心得体会(优质13篇)

军训心得是对自己军事训练中收获和成长的总结，通过写作可以不断提高自己的思考能力和表达能力。教学反思不仅仅是教师自身的问题，也涉及到整个教育体系的改进。

超市心得分享篇一

第一段：

第二段：

去超市购物，最重要的就是要有一个规划好的购物清单。这样可以有效地节省我们的时间和金钱。在购物前，先做好清单，根据自己的需求和收入水平来确定具体的购买清单。购买清单中要明确每一个物品的品牌、型号和数量，以此来避免在购物过程中的盲目消费。

第三段：

除了购物清单，我们还需要关注商品的优惠信息。这些优惠信息可能来自于超市的折扣、促销、满减等活动，也可能是优惠券、返利卡等优惠方式。在购物时，一定要留意这些信息，可以帮助我们更加省钱。当然，同时也要注意，有些商品可能因为打折过度而无法满足我们的需求，这时候就要慎重考虑。

第四段：

在超市选择商品时，我们要始终保持理性。尤其是在标签上写着“限时特价”“最后清仓”，“一抢就赢”等字眼的商品，我们要尽量保持冷静。有时候，超市为了促销而采用了

一些手段来吸引我们的注意，这时我们就需要擦亮眼睛，评估一下这些商品是否真的有必要购买。

第五段：

在购物后，我们还需要把所购买的商品清点一遍，检查一下商品有无质量问题，以免买了质量差的商品带来不必要的麻烦。此外，对于有些商品，我们还需要保留好发票和保修单。这样，在出现问题时，我们才能够有足够的证据来保障自己的权益。同时，购物后我们也需要总结一下自己的经验，在下次购物时能够更好的应对各种情况。

总述：

总而言之，在超市里购物，我们需要做好充分的准备，制定购物清单，关注商品的优惠信息，保持冷静理性，购买后还需要检查商品质量，并且留好发票和保修单。只有这样，我们才能够真正享受到超市购物带来的便利，并且更好地满足我们的消费需求。

超市心得分享篇二

超市是现代生活中不可或缺的一部分，它不仅提供了日常所需的各种商品，而且为人们的购物提供了便利。在经历了多次购物之后，我逐渐领悟到了超市的各种细节。下面就让我来分享一下我的心得体会吧。

一、品牌与价格并非同等重要

在超市里，如果一味地注重品牌而忽略价格，很有可能会因为同样的商品价格过高而损失一些不必要的花费。因此，当购买产品时，我们应该更加关注产品的价格与性价比，而不是仅仅受到品牌名称的影响。

二、注意比较商品的重要性

在同一个超市里，很多商品都有许多不同款式，不同品质和价格。在购物之前，一定要先比较不同产品的价格与性能，最后再决定购买哪一款。这样能够帮你省下一些钱¹，而且也能够把自己钱花在物有所值的商品上。

三、价格标签不是看上去那么简单

经常有些消费者会忽略产品的价格标签。价格标签除了产品价格外，还隐藏了一些商品的其他信息，如产品产地、生产厂家等等。购买时看到价格标签时，一定要细心地看清，并在价格合适的情况下考虑购买。

四、要挑选生鲜食品的质量

无论是蔬菜、水果还是肉类，生鲜食品的选择一定要看质量。很多超市的生鲜食品摆摊上长时间的暴露，营养成分和新鲜度都可能受到影响。因此，我们在购买生鲜时，一定要嗅味、观察颜色和感觉质地，确保买到新鲜、品质好的产品。

五、自己的需求最重要

不能被商家和广告的诱导、所谓的新品或大促销方式所左右。每个人的需求并不相同，最重要的是能满足自己的需求。因此，在购买商品时不要盲目跟风，自己的需求才是最重要的。

总之，在购物过程中，细心、冷静是最重要的。我们应该根据自己的需求和预算，在超市里做出明智的购买决策。通过不断的积累与总结，相信在不久的将来，我们都能成为更好的超市购物专家。

超市心得分享篇三

作为现代人，每个人都需要时不时地到超市购物，无论是日常生活的必需品还是各种休闲娱乐产品，都可以在超市里得到满足。在经过了多次的超市购物之后，我不禁产生了一些感悟和体会，下面是我对此的深入思考和总结。

第一段：千万不要饿着肚子去购物

一件事情既要顺利又要愉快，最基础的就是好的心情。而心情的好坏与饥饿息息相关。一次我因为贪图便宜去了超市，当时还没有吃午饭，结果在漫无目的地四处闲逛，完全不知道自己到底要什么，最后因为太饿逃之夭夭。因此，千万不要在肚子饿的时候去超市购物。不仅会买不好东西，还会因为减少好心情而时间更长，但效果更差。

第二段：制定明确的购物清单

购物清单可以说是购物的必备良品。有了购物清单，我们不仅可以控制自己的花销，还可以准确把握自己的需求，避免购物过度、不实用。在制定购物清单的时候，可以事先列出计划，根据这个计划去搜索符合自己需求的商品，然后一一列在购物清单上。这样可以更加有目的地购物，不会被其他商品吸引而浪费时间和精力。

第三段：对商品的品质和价格进行正确衡量

超市里不仅有大牌品牌，也有各种小品牌、地方特色，价格从便宜到贵不一而足。我们需要根据自己的实际情况进行选择。有时候便宜的商品并不代表它的质量不好，我们需要从品牌信誉、成分质量、性价比等角度去判断一个商品是否值得购买。如果存在疑问，我们可以查看商品的生产日期、保质期，可以让我们更加清晰地了解商品的品质，避免买到过期或者劣质的商品，保证自身购物体验质量。

第四段：购买时应有计划和策略

一般情况下，超市里都刻意的将我们需要的商品放置于合适的位置，而这些位置又是有规划、有安排、有数量和种类区分的。这样很有可能使我们盲目消费，贸然购物。我们应该有一个购物路线图，尽量先挑选需要的日用品，在顺序合适的位置挑选所需商品，看到价格合适的商品可以进行适当囤货，这样更有可能购物心满意足并且省钱。

第五段：积极配合超市的节能环保政策

随着社会环境的不断变化，环保理念与行动越来越受到人们的重视。超市也在积极推行环保理念，比如取缔塑料袋、使用环保袋、减少不必要的包装、推广回收等，这样不仅可以节能减排、减少污染，还可以为我们的家园营造更加美好的环境。我们应该积极响应超市的节能环保政策，使用环保袋、自备购物袋、果蔬网购等等，从身边遵循环保，从自己做好节能环保。

综上所述，正确、有效地购买商品，不仅需要有一定理性地消费意识和方法，还需要从心态、需求、态度等多方面考虑。超市内价值观理念的融入与践行，会让我们的购物更具亮点和色彩。购物时，请一定要保持良好的心态，以平和、严谨的态度进行购买和使用。让超市不仅是我們喜欢、需要的场所，更是我们追求和倡导的生活方式和文化背景的具体体现和认可。

超市心得分享篇四

顶着烈日找了几天的工作，见过的单位不少，不是已经招满就是回去等消息。经过坎坷的寻职路，终于在一家大型超市xx得一职——服务员。虽然很辛苦，很不好受，可这些经历在书上是没得学的。

善于与他人沟通，是作为服务员所必须进行的一项工作。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。以前工作的机会少之又少，即便是去年暑假在医院的实践也是很少与病人接触，这使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这也是很尴尬的。在百汇超市工作时，因为是服务员，与别人谈话的时间变多了，此时，不得不学着与顾客沟通，使顾客接受你的意见和建议。与同事间的沟通也同样重要。别人给我意见，我就得认真听取，耐心、虚心接受。

自信也是在社会立足所必需的。开始放假的时候，知道要打暑假工时，自己就害怕了，这都是自悲的心态在捣蛋。感觉困难挺多的，自己的社会经验缺乏，与别人沟通的技能又不怎样等等原因使自己觉得很渺小。自己怯弱、自悲就这样表露出来。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。要对自己的能力做出肯定。这是找工作时舍友给我的忠告。在多次面试中，明白了自信的重要性。没有社会工作经验没有关系，重要的是我的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，有自信才更有活力更有精神。

作为服务员还要注意的一个重点就是待人要真诚，时刻保持微笑的面容。作为一个大型的超市，客流量自然不会少，每个顾客也都会有自己的个性，急躁、粗俗、儒雅、端庄等等。有些急性子的顾客不满时就会大声对我们说话甚至是吼。以牙还牙是万万不可行的。为缓解气氛，解决问题，我只能以温和的语气，带着微笑真诚地向顾客道歉或问他有什么需要帮忙的。只要做到真诚待人，面带微笑，语气温和，再急的顾客也会缓和下来的。因为真诚、微笑、温和就是服务员与顾客间沟通的桥梁，同时也是我们未来的职业护士与患者间的沟通桥梁。

在工作中，我还切身体会到了知识的重要性。人，需要在生活工作中不断地丰富自己的知识。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，头脑就会枯竭。

在超市里收款处是用电脑进行的，如果电脑停止运作真的会变成一团糟。有一次，一位收银员有事要离开一会要我顶她一会，不幸的是，就在我接手时，电脑就死机了，里边的一些数据也差点丢失，幸好在学校我有认真学习计算机，运用自己所有的知识让电脑恢复了正常的运作。

让自己认识更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面，不要以单纯的想法理解和认识社会，而是深入的探索，为自己的未来打好基础，在学校学会更多的方面专业知识，在实践中好好利用知识进行运作。

超市心得分享篇五

我是一个在农村长大的孩子，家里虽然没有很优越的生活条件，可从小到大爸爸妈妈也没有让我吃过什么苦头。虽然家境不是太好，可爸爸妈妈宁愿自己受苦，也不愿意让我在外面受委屈。生怕我在外面吃不好，用不好，还要受人家的气。因此，一直没有同意我留在外面打工。经过了大约一个星期的时间我才说服了爸爸妈妈同意我假期打工。

其实假期打工的目的很简单，赚钱也只是一个借口，真正的目的是为了检验一下自己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，也想通过亲身体会社会实践让自己更进一步了解社会，在实践中增长见识，锻炼自己的能力，培养自己的坚韧不拔的性格，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所接受，自己的能力能否被社会所承认。也好在大学毕业前有一份打工的经验，丰富大学生活。

暑期的中午，烈日当头，酷热难当，可这一切都不能动摇我要打工的决心！我找到了高中时的好友，一块开始了我们的打工之旅。

刚开始时，我对自己的期望值很高，没有月薪两千就不干。

可是经过艰难寻找，很多地方的招聘都是有工作经验者优先，有关负责人一听说我没有经验就跟我说“这样吧，你们先回去等消息，如果有需要的话，我们会通知你的。”就这样我们被别人忽悠了好多次，经历了多次面试的失败。最后，我认真总结了自己失败的原因。主要有两个方面：一个是自己眼高手低，自身素质并没有达到一定的水平；另一个方面是自己没有给自己一个很好的定位，没有找准自己的位置。吸取了前面多次的教训，在接下来的面试中，由于我谦虚谨慎的表现，终于被一家超市的经理看中，选去那家很大的超市做服务员。

在我还没有正式到超市上班之前，就有一个长辈跟我说：“以后上班时要尽可能的多做事，少说话，处理好与同事、上级之间的关系。”话虽简单，但真正做起来就不简单了。由于我以前没干过超市的服务员，刚开始时也不能适应那里的很多规定。不过，在经历了几天的磨练之后，我就适应了那里的一切，很快熟悉了自己的工作环境。虽然一天下来，累的腰酸背痛，可心理感觉还蛮高兴的，因为我努力工作了一天，我的付出会有回报。

当然，平静的工作中也会有一段小插曲。记得有一次，快下班的时候我和同事看着没有多少顾客，也没有缺货什么的，我们就做一块聊起天来了。很不幸，被值班的经理看到了。结果，他把我们叫到办公室训了一顿。呵呵，当然这样的事情就发生了这一次。以后就再也没有这样的事发生了，因为我们都接受这个教训了！即使在超市里站着没有什么事做，也不能像在家里似的，随便找个地方就谈东论西的。

在超市里要维护自己的形象，更要维护自己所服务的超市、公司的形象。即使做到了这些也算不上是一个优秀的服务员，更多的还有下边的体会。

一、不能破坏超市的规矩。俗话说：国有国法，家家有规。自然，那么大的一个超市也有它自己相应的规定。超市对我

们的规定就是：早9：00到晚9：00的上班时问，不能串岗，不能和同事随便聊天，不能抽烟，不能玩弄手机，还有好大一堆的规定呢。其中最最重要的是你的服务态度。服务员对顾客的态度一定要亲切、诚恳，让顾客有如沐浴春风般的感觉。顾客满意了，才能开心的购物。在这里顾客就是上帝，我们不能因为顾客的身价不同就把顾客分成三六九等。在我们面前所有的顾客都是一样的，对待所有的顾客都要有耐心，有爱心。认真回答顾客对产品提出的疑问，有时自己也不明白顾客的疑问也别逞强，默默记在心里，等着下班休息的时候再向同事、领班的询问。也许是因为我比较爱问问题，同事和领班都对我刮目相看，竖起大拇指夸我爱学习。

二、做事积极。在超市做理货员，还是很忙的。特别是星期一、星期二、星期三，这三天是结账的日子，很多的供货商都在这几天送货、结账。有时候，一连几家供货商都送货过来，每到这时候都很忙。很多货物卸下来就放在收货处，仅有几个人在收货处是忙不过来的，他们既要验货又要把货运到货架上去。这就给我提供了一个很好的表现自己的机会。每到这时我都很积极的跑过去帮忙，先忙着把各类货物分开，再忙着把各类货物送到相应的货架附近。如果是一般的货物也就罢了，碰上饮料、酒水、牛奶、食用油一类的货物就麻烦了。一箱子的这种货物都是很重的，来回搬上几趟就把人累坏了，对于我这样的很少干那么累的活的人就是更累啦。记得有一次搬完货物，晚上睡觉的时候手、肩膀、腰都疼的要命。幸好晚上的睡眠把我全身的疲劳都带走了，要不然，我还真难以想象第二天我会以什么样的状态面对工作呢。就是这样的忙碌和主动让大家很高兴的接受了我这个第一次工作的新手。在同事眼中，我是一只勤劳的小蜜蜂，在上级眼中，我是一个积极向上的好同志。

分宝贵的。同时也是自己取得的巨大进步。

也许超市工作对大家来说，都觉得是一件很简单的事情。收银员只负责收银，其他员工各司其职，不会有什么难的。我

以前也是这么认为的，可是现在看来，等我自己成为一名超市员工的时候，我才感觉到其中很多的困难，并不是想象中那么简单，我想说，其实做什么工作都会遇到困难，没有一项工作是简单易做的，只有努力才能够做好！

通过近三个月的工作和学习，卖场的工作我也可以应付自如了，或许这些话有些自满，但当有状况发生时，组里的人都会向我伸出援助之手的。这是我心中不经万分感动。这这三个月的时间里，自己一直保持着工作室的热情，心态也是一平和为主。我深深的知道，作为一名卖场的工作人员，坚决不可以把个人的情绪带到工作中来。顾客永远是对的，这是我们工作的宗旨，所以我们要以会心的微笑去接待每一个顾客，纵然顾客有事无理取闹，我们也要做到沉着冷静，保持好自己的心态，尽量避免与顾客之间发生矛盾。

虽然自己做收银工作时间不是太长，自身的专业素质和业务水平还待提高，到自己觉得只要用心去做，努力去学习，就能够克服困难。我们要树立良好的形象，因为我们不仅仅代表着我们自身，更代表着公司的形象。在工作期间我们要积极的想老员工请教和学习，能够踏实认真的做好这份属于我们自己的工作。这是公司的需要更是自己工作的需要。针对自己在工作遇到的问题，探讨自己的心得和体会，也算对自己的一个工作总结吧。

在这段工作期间，自己感觉到还有很大的不足，对于自己的业务水平和技能还有待提高，这样才能在方便顾客的同时也方便我们自己的工作，是我们的工作效率有所提高。当然自己觉得对顾客的服务才是最重要的，作为服务行业的一员，我们能做的就是服务顾客，让胡克满意而归。这就要求我们自身具备良好的个人素质，做到热情耐心的接待好每一个顾客，不要在工作中将自己的小情绪带进来，这样会让你在工作中出现许多不必要的麻烦，为了防止自己与顾客之间产生矛盾，我们必须要保持好自己的心态。

在工作之余，自己还应该多学习关于商品和财会方面的专业知识，我们只有不断的学习，不断的提高，不断的进步，才能立足于如今如此竞争激烈的社会之中，这也是我们为自己所做的准备，只有做好这些，有足够的资本，才能在这份岗位中脱颖而出，要知道在一份平凡的工作中作出不平凡的成绩，这并不是一件易事。

时光飞逝，虽然自己在这份岗位中之工作了短短三个月时间，但给自己的感受却很深，无路实在自己做人方面，还是在自己的工作当中都给了自己很大的帮助，在今后的工作当中自己应该多学习多进步，做好做精自己的工作。为了美好的明天，我们努力吧。

超市心得分享篇六

我在超市入职46天，实际工作天数38天，。以前我在饭店打过5次工，终于对饭店服务员这个工作忍无可忍了！一直对收银这个工作无限神往，在大学最后的一个长假，终于抓住了机会！

第一天的时候，傻傻的，什么都不懂，跟在一个老员工旁边从零学起！八个小时，在快下班的时候，尽管不熟练但我能收银了！第二天接着学，第三天下午我终于有了自己的工号，可以上机台了！下班后金融室核对金额，因为第一次上手，我很认真，不差钱！第四天以后，我开始正式独立了！第五天以后，排班表上开始出现我的名字了！年前的日子，超市里真的是非常忙，买礼品的`很多！刚开始因为不熟悉，我犯过几次错，多扫三次，错结三次，漏结一次！不知道从什么时候开始，我和收银员们都熟悉了，在一起抱怨吃饭时间的不适！

为了在忙时在岗，中午饭一般在11点吃，晚饭最晚4:30吃，周六甚至在3:30吃过晚饭！最忙的时候两个小时喝不上一口水，连续站4个小时！慢慢的我摆脱一指禅，也可以用三指在

键盘上打字如飞了！以前不会看钱，现在基本上看看就能分辨真假！一个半月的工作结束了，我的收获也很多，不知不觉就慢慢成长起来了！收银员很辛苦的，以后去超市不要抱怨她们慢！有些北京的老太太很刁，最好她们说一句你就听一句，别跟她们理论！要控制住自己的情绪，不要急躁！就写这么多，后面的就先省略吧。。

超市心得分享篇七

超市在我们的生活中已经越来越常见了，人们在购物时，也越来越依赖这种又便捷、又实惠的购物方式，超市里的风水也是影响我们选择购物的重要因素之一。下面，我将分享我在超市购物中的一些风水注意事项和心得，希望可以帮助到大家。

第一段：超市风水的重要性

超市风水指的是超市场内外的环境风水。一个风水好的超市，往往会让顾客感到舒适、畅快，从而留下深刻印象，增加忠诚度，而一个风水糟糕的超市，则会让顾客感到压抑、不适，影响消费心情。因此，在选择超市购物时，顾客不仅应关注商品质量、价格，还应该注意超市的风水和环境。

第二段：超市室内风水的注意事项

在室内环境中，超市的货架、收银台、过道、门口等布置和风水都需要重点关注。货架应尽量避免边角过尖，过于锐利的角落不仅会影响消费者的体验，还容易伤人；收银台也应该布置在风水较好的位置，比如说繁华地段和聚气的地方，这样可以为超市带来更多的财富和好运。

第三段：超市室外风水的注意事项

超市室外的风水同样非常重要，门口应该摆放氛围温馨、色

彩明快的进门装饰，能够吸引消费者的注意，让他们更容易进入超市内部消费。超市门口不能安置与门不对应的门神，还应避免出现叉路或“T”字路。这样可以避免精神上的冲突，让人感到舒适、自在，享受购物带来的乐趣。

第四段：超市风水的注意事项

对于超市风水的注意事项，顾客们在购物时也应该留心。例如，在交错的过道中，不应当走直线，最好避免径直离开超市，而应该挑选曲折的路线，这样能够增加财运和好运。购物时最好选择阳气较盛的时间段，比如说正午，因为这个时候阳气最旺，对于消费来说非常有利。在购物时，摆设的位置也非常重要，不要走到货架正对着店门的位置，这个位置毫无疑问是最不理想的，应该尽可能远离这个区域。

第五段：结语

风水在超市中扮演着至关重要的角色，不同的超市风水环境会对顾客的消费心情产生不同的影响。购买合适的商品不仅能满足顾客的购物需求，良好的风水环境也同样体现了超市的品质。希望以上的建议能够帮助大家更加智慧、便捷地享受购物带来的乐趣。选择适宜的超市更能鼓舞我们的信念，提升自己的心态，在繁忙的购物世界中获得更多的快乐。

超市心得分享篇八

我参加了集团超市店长的学习培训，接受了系统、全方位超市管理知识的学习和辅导，收益良多。我非常感谢集团领导给了我们这次集体培训的机会，我也很荣幸参加了这次培训，作为xx集团的一名普通员工，我深感荣幸与骄傲。这说明集团对我们员工岗前培训的重视，反映了集团“重视人才，培养人才”的战略方针。

市竞争不再是商品价格之间的竞争，而是看你的服务态度，

服务现在也是一门学问，其中也有许多技巧与方法，怎样服务好顾客呢？尤其是领导所讲到微笑服务，我们一定要落实下去，我们集团员工要有团队精神，我们处事的一举一动都是代表着集团的文化与形象而不是个人。在职业态度方面，让我们明确：我们不是在为公司工作，更不是在为老板工作，我们每个人都是在为自己工作。

强化内部管理，提升盈利，是所有企业都在做的一项工作，一个企业要生存搞好销售是前提。如何提高销售呢？我们都知道顾客是我们的上帝，顾客是我们的衣食父母，更是我们薪水的最终支持者，只有顾客愿意上门购买，公司才会有收入和利润，如果失去顾客，公司将无法在市场竞争中立足生根。因此我们工作的目标是尽量让顾客满意，如何才能让顾客满意？那就是“服务”，这也是我在此次培训中感悟最深的。常言道：“面带三分笑，顾客跑不掉，和气能生财，蛮横客不来”。“我是xx人”“我是xx的形象”。

怎样才能把服务做到最好？相信每一位xx人心中都有一把尺子。“形象”，如何提高xx超市在顾客心中的‘形象，光靠服务是不够的，在商品陈列，卖场环境、卫生等方面都必须做到让顾客满意。在这次培训中我们学到了商品的陈列，卖场的布局等等，这使得我们在以后的工作中能更好的搞好卖场的陈列，让顾客能更方便的买到自己需要的商品，并且物美价廉，使其在休闲购物时首先能想到我们xx超市。

超市心得分享篇九

现代人的生活节奏越来越快，购物方式也发生了很大变化。随着超市的普及，越来越多的人选择在超市购物，作为一位在超市购物已有多年经验的消费者，我深感在超市购物除了快捷之外，还具备了其他一些独特的体验和感受。

第二段：选购技巧

在超市选购商品是一门技巧。首先，要规划好购物路线，一般来说，熟食、蔬果、方便食品、日用品等都是在一楼或者地下室，而家居用品、电器等则在二楼或者三楼。其次，选择要精简，切记不要买一些不必要的东西，否则会浪费时间和金钱。最后是注意商品的品质，商品的保质期等相关的信息。

第三段：购物体验

在超市购物不只是采购商品，更是一种愉快的体验。造型独特的购物车，灿烂明亮的灯光，琳琅满目的商品，所有这些都让消费者感到愉快。此外，超市里还设有儿童游乐区、休息区、电影院等，让顾客不仅可以购物，还可以尽情享受放松身心的时光。

第四段：节约切实

超市除了具有购物的功能，更为人们的生活提供了方便和便捷。选择在超市购物，除了省去时间和精力，还可以省下不少弹药。众所周知，超市商品价格更加优惠，而且经常推出各种促销活动，让消费者感到十分实惠。

第五段：个人体验

我一直在超市购物，体验颇丰。所选商品丰富多样，花费时间短且购物环境优美。在购物的路线和注意事项方面，我也许比别人更熟练。我更喜欢在超市整个购物过程中所带来的愉悦感受，因为在这种氛围下，企业通过细致周到的服务、巧妙的布局和引导，让顾客习惯在这里自然地寻找自己所需的产品，体验一种愉悦、自然的购物方式。

总之，在超市购物是一种愉悦、节约和享受的过程，因此，超市购物已成为现代人生活中必不可少的一部分。希望通过我的这些体会和感受，能够帮助更多的人体验到超市购物的

乐趣。

超市心得分享篇十

首先我刚进超市，带我的老师给我讲解收银和理货中的知识。因为收银要接触到钱，有时可能会不小心收到假币，所以老师也特意给我讲解如何识别真假币，如何进行点钞。老师教给了我好几种识别，有的是我平常听过的，也有的是平常我很少注意的。看到以前我没注意到的，我特兴奋感觉像是发现了新大陆似的。

简单的培训结束后我迎来了我真正培训的第一个工作日开始一天新奇的体验。首先让我跟着一位做得比较久的收银员后面学习。在收银这个方面我也学到了很多知识。首先就是装袋。将结算好的商品替顾客装入袋中是收银工作的一个环节，刚开始我以为很容易，后来才发现其实不是，而且往往由于这项工作做得不好，使顾客扫兴而归。在这段时间里，我也弄明白了装袋作业的控制程序：硬与重的商品垫底装袋；正方形或长方形的商品装入包装袋的两例，作为支架；瓶装或罐装的商品放在中间，以免受外来压力而破损；易碎品或轻泡的.商品放置在袋中的上方。装袋时要绝对避免不是一个顾客的商品放入同一个袋中的现象；提醒顾客带走所有包装入袋的商品，防止其遗忘商品在收银台上的情况发生。在装袋的过程中，我也放过几次错误。我记得有一次顾客买了几个口香糖，因为口香糖体积小，我一不留神就没装进去，后来还是同事提醒，才没出错。

要是真的没装进去，那顾客回去后，不就要责怪我们服务没做好了啊。当然有时我也会碰到难缠的顾客，你帮他这么装，他非要这么装。没办法，他是顾客就是上帝嘛，所以就只好笑咪咪地说：不好意思，我帮你重装。收银员在提供结账服务时不仅要快捷，而且必须准确。对于扫描不出的商品，应输入商品的代码，在输入时应看清数字，杜绝错误。此外还学到了很多其他的知识，比如信用卡的识别与防伪，顾客使用

不同的信用卡应如何操作，人民币的识别与防伪，会员卡的作用，遇到问题之后该如何处理等等。在没有进行培训的时候，我曾以为收银员的工作很简单，就是把顾客所选物品的价款结清。实际上，虽然为顾客提供结账服务是收银员的基本工作，但这不是收银工作的全部，不能简单地把收银工作等同于结账工作。有时收银员的一举一动、言谈举止都代表了超市的形象，所以收银员的素质和对顾客的服务很重要。

通过这次培训让我深刻的感受到了社会竞争的激烈。当今的时代，竞争机制已经渗入社会各个领域和人生的整个过程，学习，生活，工作无一例外。因此，我觉得我们有必要在择业和就业前就要强化自身的竞争意识。我们要在正确的基础上，充分相信自己的实力，敢于通过竞争去达到理想的目标。另外，还必须从社会进步和深化改革的角度来加深对竞争机智的认识，强化自身的竞争意识，自觉的正视社会显示，转变观念，作好参加竞争的心理准备。但要想在求职与择业中取得趁工，仅仅敢于竞争还不够，还必须善于竞争。善于竞争体现在具备良好的心理素质，势力和良好的状态。

每个大学生结束大学生生活，离别学校，踏上社会之前，都将面临一个重要的心理准备，就是要转变角色，抛开浪漫，抛开幻想，认识自己所处的真实地位和‘严酷’的社会现实，实事求是的面对就业这样一个现实。这次培训对我以后踏入新的工作岗位是非常有益的。除此之外，我还学会了如何更好的与别人沟通，如何更好的陈述自己的观点如何说服别人认同自己的观点。相信这些宝贵的会成为我今后成功的重要基石。

超市心得分享篇十一

超市风是一种非常具有现代感和时尚感的生活方式。在这个风格中，明亮、简洁的设计风格和极具艺术感的建筑设计成为了超市特色的代表。在过去的几年里，越来越多的人开始尝试着将超市风融入到自己的日常生活中。在这篇文章中，

我将分享我融入超市风的心得体会。

第一段：认识超市风

在开始谈论超市风个人体验之前，我们需要认识一下这种风格是什么。超市风是一种现代风格，通过清新简洁的色彩和简约明快的线条传达了简单而实用的生活理念。从设计上来看，它更多地强调现代感和独特感，尤其是独创性的设计，使得超市风在时尚新家居中占据了一席之地。

第二段：在家中创造超市风

当您正在思考将超市风融入到自己的家庭中时，最重要的事情之一是保持简洁。超市风一向喜欢干净利落的线条、明亮的区域和极简派的设计元素。为了真正融入超市风，您需要仔细考虑您家中所有的布局、颜色和纹理。

首先，将家中的太过杂乱的家具和装饰品清理掉，选取一些色彩明亮、线条简洁的新家具来代替。其次，超市风中常见的白色干净与淡淡的蓝色、绿色搭配也可以在家中使用。而且，超市风中喜欢使用的窗户明亮通风的空间也可以在您的家中得到体现。只要注意这些小细节，就可以创造出属于你自己的清新明亮的超市风格。

第三段：在生活中融入超市风

首先，可以在装饰方面选择清新、极简派的家居用品，比如：简约茶具、清新花瓶等。然后可以在餐厅、厨房等地方使用简洁干净的餐具、厨具，烘托整个用餐环境。其次，可以尝试着在服装、化妆、文具等物品中选择与超市风相似的设计风格。这样就可以将超市风的感受融入到我们的生活中，让人们更容易享受这种设计风格带来的愉悦与美观。

第四段：超市风下的待客之道

超市风的清新明亮，优雅别致，是用来款待客人最理想的设计风格之一。在更广泛地文化传统中，人们总是用过分复杂的家居设计来彰显尊重和赞扬。然而，在超市风中，您可以颠覆传统的观念，用简单的亚当和夏娃式的风格，让每一位到来的客人都感受到您温暖的欢迎。

比如，客人到达您家的时候，您可以为他们准备一个具有超市风格的休息区，让他们感受到舒适的空间，并享受美食美酒的味道。此外，您还可以为客人开一次简单的主题活动，比如与客人一起下厨，或者一起拼接一幅拼图等，为客人带来更多的惊喜和有意思的体验。

第五段：未来的超市风

随着新家居风格的诞生，超市风也会在未来日渐成为生活理念代表。作为一种设计理念和生活方式的结合，超市风不仅具有实用性，还可以给生活带来更多的温暖和欢愉。相信随着人们对新生代生活方式的深入了解和广泛应用，超市风设计风格将在未来变得更加优雅、流行和有趣。

总结：

超市风是一个充满现代感和时尚感的设计风格，能够为人们带来无尽的欢愉和方便。当我们把它带到我们的家庭、生活和待客之道中时，它就能为人们带来更多的成就感和幸福感。希望本文中的讲述可以为您带来一些关于融入超市风的体会和方法，让生活充满更多的愉悦和美好。

超市心得分享篇十二

第一天开始了！早上我接到了爱家超市给予的工作证（当然是见习的），并与生鲜部的部长见了面，他把我们带到生鲜区，简单地作了安排，便“丢下”了我们。我们都有些无所事事，不知该做什么，想帮忙又怕帮倒忙，便四处“游荡”着，可能

由于无聊吧，自己翻弄着自己的工作证。上面的一句话吸引了我的注意力，是这样的：你爱家，我爱家，我们齐心协力创最佳。它和旁边的log共同构成了该超市的vi(视觉识别)。看到这儿，不禁联想到以前所学的ci原来爱家超市也构建了cis不错，把企业名称融入宣传标语，同时把顾客也融入到标语中，以“爱家”、“创最佳”这样一种理念把顾客与企业融化为一个整体，语言极具生活性和互动性。顿时，自己的钦佩之心油然而生。过了一会儿，组长过来给我们介绍了一些东西，讲解了一些生鲜部的经营情况。谈到了诸如，促销、定价、商品布局、商品多样性等情况。比如，堆头与普通货柜的区别。堆头具有位置独立明显的优势，借用它的这一特点用来摆放畅销商品，以方便顾客购买；或用来对某商品进行促销，从而以吸引顾客的眼球，提高销售量。而普通货柜用来陈列一般性的商品。超市为保证商品多样性，有时不得不用部分亏损来换取。比如某些水果，顾客很少购买，但为了保证它在货柜上出现，不得不把它陈列在货柜上，而且还得承受不断的坏损，而这些成本经常比销售额还高。目的其实很简单，就是传递给顾客这样一个信息：我这里有您所需要的。想到这儿，自己想到了“木桶效应”，木桶容积的大小不取决于那个最长的木板，而是取决于那个最短的木板。超市的这种做法再次印证了这个道理。组长介绍完一些情况后，我们跟着生鲜部的一些小师傅学了些上货、选货、陈列的一些技巧，我们便开始了“现学现卖”。

又开始了新的一天！早上一去，自己就去冷藏室取货，然后上架，上货结束后，对已上的货进行挑选，挑出不合格的水果，最后进行整理摆放。忙碌了一阵，我们就在货柜间巡视。坦白说，站久了真的好累啊！想找个休息的地方都没有。就员工休息的问题问了组长，组长说没有休息室，员工在工作时间内是不能随意休息的。我有些不满，而且替那些员工表示不满，超市是以自选商品为主的，超市工作内容又很琐碎，做完一些后，在一段时间内是空闲的，完全可以利用这些闲暇时间进行休息，这样也有利于提高员工的工作效率，没必要

每时每刻都在货柜旁看着。下午，组长给我们分发了一份“组长岗位责任说明书”，我仔细阅读了一遍，觉得内容主次分明，符合hrm(人力资源管理)的需要。

最后一天开始了!今天除了做好日常工作以外，我们也格外注重与组长的沟通。跟组长谈到员工的绩效管理、薪酬管理、企业与同行的竞争状况等问题。通过与组长的沟通，了解到该超市并没有系统的绩效管理制度和薪酬管理制度，他们的绩效管理与薪酬管理界限很模糊，甚至可以说“绩效管理=销售管理=薪酬管理”。企业先给各商品部门下达销售指标，然后各商品部以指标为中心展开经营，超过指标就给予奖金，否则，扣钱。我个人完全可以理解超市的这种粗放式管理模式，但并不以之为然。虽然这种模式能够很好的提高销售额，为企业带来销售业绩，但是并不一定能为企业带来最好的效益。比如在经济效益方面，销售额可能上去了，但是成本控制未必会做好，随着销售不断的增加，成本也势必会不断的增加，最后高销售额并没有带来高的利润增长，成本增速过于超过销售增速还可能导致利润下降。企业形象方面，服务质量、服务水平很难有大的提高，不利于客户的忠诚度建设、企业形象建设，反过来还会制约企业的发展。从组长那里得知，该超市在本市最大的竞争对手来自于天河城超市，它的低价战略使爱家超市在商品定价、成本控制方面很有压力。而且，天河城超市最近正在筹备一家新的大超市，爱家超市将与之进行一场全面的竞争。在谈到这个问题时，组长讲到并多次强调了一个词-气势。我揣摩了许久，这里的“气势”和所谓也?在我看来，首先，企业上下同心，斗志高昂，形成高竞争力的企业文化;其次，竞争策略全面而有力;再次，高战斗力的宣传攻势。我想，在现在的学习以及今后的工作中，自己也需要“气势”。

超市心得分享篇十三

今天，爸爸陪我去联华超市了解商品的价格。

我们先来到食品区，看见糯米是每斤4.18元，香米是每斤3.18元，黑豆是每斤12.50元，乌枣是每斤25.60元，核桃仁要每斤65.50元，核桃仁要比香米贵很多。

接着，我们来到了文具区，看见艾德沃牌的书包每个要428元，而米奇牌的每个126元。我们仔细看了篮球的价格，发现篮球价格每个从18.90元到350元都有，其中100元以下的有4种，100元到200元的有16种，201元到300元的有5种，300元以上的有1种，大部分篮球的价格是在100元到200元之间。

然后，我们来到了日用品区，日用品中给我印象最深的要数牙膏了。最便宜的牙膏只要2.90元就可以买一大支，最贵的要65.80元一支。比如黄芩牙膏，大家都熟悉的橙红色外壳的110克装的只要3.20元，而一种新的130克装的要65.80元，都是黄芩牙膏价格相差还真大啊。

超市商品真多啊，商品价格更丰富。