

2023年寒假社会实践报告 大学生寒假社会实践报告(优秀5篇)

在当下社会，接触并使用报告的人越来越多，不同的报告内容同样也是不同的。优秀的报告都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编为大家带来的报告优秀范文，希望大家可以喜欢。

寒假社会实践报告篇一

社会实践是每一个大学生必须拥有的一段经历，它使我们在实践中了解社会，让我们学到了很多在课堂上根本就学不到的知识，也打开了视野，增长了见识，为我们以后进一步走向社会打下坚实的基础。下面是为大家带来的2016年大学生寒假社会实践报告范文，希望大家喜欢！

寒假我回到了家乡，为了使自己假期过的充实，自己独立的去找了一份工作是中国移动通信的(专营店)，其实也算是营业员。因为移动网络很多方面用的就是非完全电子商务。在那工作我没有说我是实习生对公司的人来说我是一个走出社会的人了，给我的压力是自己要像有社会经验的人一样。幸运的是，在我努力学习下，很顺利的和同事相处，工作也投入了其中。我的工作主要是办卡，充值和业务咨询服务。

经过一段时间后，自己常常出现错误，粗心大意，马虎了事，心浮气躁。而且也接受了批评，这使我明白了做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸！社会实践活动带给我们的是欣喜，喜悦。在实践活动中我们感受到自己的微薄，体会到整个社会强大的凝聚力。一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长，在实践中学习，充实了自我，增强了口头表述能力，与人交流，真正地走出课堂。如何服务大家，享受自己的成果，使自己陶醉在喜悦之中，

有时会很累，但更多的感觉是我在成长，我在有意义地成长，在这之后，我明显地发现自己变开朗了，虽然我自己的力量不足以改变一些东西，但如果再多一些人呢，整个社会共同努力，这才是动力之根本，动力之源泉；另一方面，我意识到了自己的不足，没有经验，没有与人交流的口才。

说实话，对于这种实践活动，我并不十分清楚其真正的意义。可是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，我带着心中的问号，踏上了社会实践的“道路”，也结束了这个实习阶段。在这次会计实习中，我可谓受益非浅。仅仅的一个月实习，我将受益终生。这一次的实习虽然时间短暂，虽然接触到的工作很浅，但是依然让我学到了许多知识和经验，这些都是书本上无法得来的。通过实习我们能够更好的了解自己的不足，了解这个社会的方方面面，同时给自己在新的学期定下了目标，能够让我更早的为自己做好职业规划，设定人生目标，向成功迈进一大步。

我打过工，知道学生打工很不容易。学生是廉价劳动力，有的公司很江湖，我们辛辛苦苦赚来的钱还少给，有的是托着不给，还有的干脆就不给了。

那么现在自然先得选择好打工的种类。时下大学生打工无非是做家教，搞推销，出卖劳动力。据说现在做家教就等同于骗钱。这可是我们班上十几位做家教的同学一致的心得体会。再说由于这学期就要结束了就算想骗也没有地方骗了，因此做家教显然行不通。搞推销，说句老实话，其实我是很想干这行的。不就是告嘴皮子混饭吃吗，那还不容易？可转念一想，还是不行，只因为自己面目狰狞。加上五短身材，我的哥们一致要求我不要去现丑。说是影响市容，极易让外国游客对广州产生误解。我知道什么叫金玉良言。什么叫忠言逆耳。为了顾全大局，推销也只好作罢——说实话，推销实在太苦了。我怕我受不了。

我寒假每天早晨7：00起来，下午6：30下班。听听元老们的

工作经验，慢慢的我干了将近一个月，教我一些有关公司的基本知识。我慢慢的开始进入工作状态。每天对象是电脑，一天下来，我的眼睛都成肿的了。打工可真累，我是深有体会呀!但是打工不仅可以增加收入，减轻家里的负担，还可以通过打工锻炼自己，培养各方面的能力。打工是人生历练的过程，是人生很有意义的经历。边学习边打工，收获肯定会比在学校里一味读书多得多。

寒假社会实践报告篇二

- 1 完善暑期生活，使我的暑假更加充实
- 2 获得社会经验和工作经验，使自己对社会有一定了解
- 3 学习处理人际关系，与同事和睦相处，为今后踏入社会做好准备
4. 适当了解在工作中的民事纠纷，寻求正确方式解决争端，维护自身权益

1. 文件整理:劳动仲裁委员会审理各种各样的案例，所以需要整理的案例自然很多，每天都帮忙整理编排所处理的案例，按类分好，然后再用页数码刻录一下页数。

2. 随庭收听仲裁审判，每一次开庭都认真旁听，学习及时记录下每次开庭内容，这对我们专业以后的同声传译很有帮助，同时对于今后我进入社会对自身利益的维护也有很大帮助，其中有个庭审令我至今记忆匪浅：郑某系某化工公司，郑某自20xx年1月1日起与某化工公司建立劳动关系，任销售职务，适用不定时工作制，工作地点为新桥[]20xx年3月29日，某化

工公司口头通知郑某将其岗位调至外地山东，郑某并未同意。4月21日，某化工公司则以郑某未到新岗位报到工作，也未向直线经理请假为由通知郑某解除劳动关系。郑某经与某化工公司协商不成，向靖江市劳动争议仲裁委员会提起仲裁申请。虽然结果是郑某胜诉，可是他失去了自己的工作，我从中认识到到一个单位劳动合同一定要签署并仔细阅读，个人利益要及时维护。

3. 认真学习《劳动仲裁法》，在学习的过程中积极向同事请教问题

并从他们与上访者交流中有所学习，有一次有个上访者多次上访未果，情绪比较激动，但是接待人员仍然细心解答，没有表现出一丝不耐烦，这令我看了后深有感触，工作过程中一定要有做够的耐心和毅力。

1. 学习到了专业知识以外的知识。

虽然劳动仲裁与我的专业英语毫不相干，但是单有一技之长并不能应对今后巨大的工作竞争，而且这对于我以后的工作却有着很大的帮助，知道如何与单位或企业进行协商，如何正确处理所遇到的问题。

2. 对于今后处理人际关系有帮助。

在这一个月的工作过程中，虽然与同事之间有时也有小的摩擦，但是退一步海阔天空，总的来说我们还是相处的挺融洽的，其他同事之间虽然有些共事很多年了却仍然相处得非常好。一定要做到多做事少说话，遇到问题虚心提问，接到任务积极去做。

参加完社会实践，我明白学校里要求我们参加社会实践是为

了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，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。1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！

虽然在这假期我没有在我的专业知识、专业能力上有所提升。但是我感觉我懂得了太多的书本上没有的东西，假期实践增强了我的办事能力交往能力，叫我懂得钱来之不易，叫我懂得人要打拼出一片属于自己的天空。

寒假社会实践报告篇三

2017大学生寒假社会实践报告范文3000字，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，下面带来2017大学生寒假社会实践报告范文3000字，欢迎阅读。

活动主题：关于空巢老人的社会生活

活动：寒假期间

活动地点：黑龙江省绥化市

活动内容：帮助空巢老人的生活，调查空巢老人社会生活，

来呼吁更多的人帮助弱者。

调查方法：探问，实地调查，道听途说等等。

实践人员□xx生活中有许许多多的人需要社会的帮助，例如，孤儿，贫困学生，贫困家庭等，但有一类人更需要社会的帮助，那就是空巢老人。

空巢老人曾辛辛苦苦拉扯大五六个孩子，用尽自己一生的力量无微不至的照顾自己的老伴，直到他的离去。

但面对老伴的离去，孩子们为了自己的家庭忙碌工作以至于无暇顾忌自己的父母。

但对于身居农村的空巢老人，他们有的儿女在身边或离自己很近，当然也有儿女不在身边的。

老人却仍然得不到他们的呵护，甚至他(她)的儿女们希望他(她)早日去逝。

可见，空巢老人们承受着巨大的心理压力。

并且有的人还认为，她(他)的丈夫(妻子)的灵魂会将他(她)杀死。

当然这只是迷信。

世界上根本就没鬼，却仍然存在于老一辈的记忆中，他(她)们总是承受着别人和自己意识的折磨。

因此我们更应该关注一些空巢老人的生活，以减少他(她)们一些心理和精神上的压力，让他(她)们心理和精神上都能得到一些慰藉。

作为当代青年，我们有着为人民服务的理想，因而我们应该多帮助这些老人。

我们很多大学生一到大学就加入了青年志愿者协会，但每次活动明额有限，我们很难得到一次历练的机会，我们何不放开视野观望周围需要帮助的人，其实做好事处处可以做，何必只等着上面吩咐任务，只要我们本着为人民服务的理想，我们历练的机会很多，就像谈到空巢老人，他(她)们如果可以得到你的帮助，他(她)会多么的感动。

1月20日我到外婆家了解了她的一些生活情况，当时正是中午，她说这里有鱼，你自己切好自己喜欢怎样吃就怎样煮，她就去洗米了，接着就在电饭煲上煮饭了，我在一边用煤气在锅里煮鱼时，却发现电饭煲上的闩我外婆忘按了，我就帮着按了一下，过了一会，电饭煲好像停了，却无意看到我外婆家里也安上了电表。

我想我舅舅，舅妈怎么会这样对待我外婆这样一个空巢老人。

以前，我们过来时，他们可是很好的，如今却……后来我外婆就在灶上煮饭，我就负责在煤气灶上炒菜。

过了好长时间我们才吃上饭，边吃饭时外婆告诉我：“你隔几天来一次，帮我做顿饭我动不了，自己一个人也不想煮饭，一直都是一天吃一两顿，我立刻就答应了，想到自己这次有好长的假期。

吃完饭后，我问她：“你的被单要洗吗？”她说：“不用你洗，我知道你妈妈身体不好，不可以像以前一样指望着她来洗了，你家里也有好多事需要你做，我就自己洗了，但叫你大舅叫了半天他都不动，我就自己去清了，清了半天都没清干净，后来累了就坐在门口，过了一会，看到有人往这边走，就喊他帮我清了。

被单被套就不用你洗了，你只要隔几天来给我做顿饭吃，我就会很高兴的。”我坐了好长时间才回家了，在回家的路上我在想，我外公去逝后，我外婆一个人一直坚持到现在，什么事都是她一个人做，现在她都八十多岁了，以前还有我妈妈帮忙，现在我妈妈身体不好也无力帮她了，而我舅舅他们虽离她很近，但却都不管她。

通过以上的调查，我认为空巢老人真的需要儿女们的呵护与关心，我写这次报告也是希望的人可以关心自己的父母与身边的老人，当老人受到重视时她(他)们就不会承受心理和精神上的巨大压力。

社会上许许多多的老人，他(她)们各自承受着不同的压力，痛苦以及面临各种各样的困境，无不值得我们伸出援手。

而据我所知，只有福利院的空巢老人才真正得到我们年志愿者协会的帮助，可见我们青年志愿者协会的一大弊端。

因此，我希望我们作为新青年要好好把握自己的学习时间和命运，不仅是为了我们自己过上幸福的生活而努力，同时也是为我们的父母和儿女创造优越的生活条件。

因此，我们一起努力吧!尽全力去奋斗，以避免今后怨天尤人。

如今随着我们国家的经济水平不断提高，我们各方面的生活条件也得到了改善，所以，我们更应该好好珍惜眼前的时间，让我们的生命发挥出应有的价值。

总之，空巢老人的生活条件不仅需要社会的帮助，同时也需要儿女，子孙们的帮助。

那就让我们一起携手创造好的生活条件。

让辛苦的老一辈人们能够更好地安享晚年。

在此次走访中，我认识了一位叫王成的老人，他现在已经65岁了，在新中国成立之后当过军人，年纪大了之后由于家里子女忙碌没时间照顾他。

他告诉我说他小时候的生活相当贫困，家中子女又多，父母根本就顾不过来，很多事都是自己学会的，自己从小就懂得很多，后来父母不在了就自己慢慢一路走来，直到现在，如今生活好了，自己在这里没有人照顾，子女也不关心，他感到很失望。

老人的一番话让我对现在的生活感到倍加珍惜。

在这个村中住着很多家中子女无暇照顾的老人，还有没有了亲人和一些退伍的军人。

老人们在这里生活得很辛苦，每天的闲暇时间不多，自己睡睡觉，或是找几个人聊聊天，打打麻将，过得很不充实。

我开始去的时候就看见有两位老人们还在田埂上干活，旁边还围了三四个小孩帮忙，整个场面让我心酸不已。

在我走的时候，老人们都过来送我，说下次一定要再来看他们，我点点头。

然后跟老人们打招呼后便告别了那个生我养我的地方。

这次社会实践，让我对空巢老人这些相对于我们的弱势群体有了更多的了解，他们需要社会对他们的更多的照顾，他们曾经都为社会做出过贡献，都有年轻辉煌的时候，现在虽然年纪大了，却不应该受到社会的排挤，也应该有自己的地位，更应该受到人们的尊敬。

这回走访老人，让我也看到了老人们的活力，虽然年岁已高，但却活力依旧。

他们都乐观开朗，没有子女在身边的照顾，却能交到更多老年朋友，拥有更多的共同语言。

他们并不因为自己年纪的原因而放弃自己的梦想，他们照样像年轻时候一样生活、学习，他们自己在心中也坚信自己有自己的天空。

这次的社会实践活动让我收获很所多，我也会继续关注这些弱势群体的人们，也呼吁大家一起来关心他们，让他们生活得更开心。

目前新华村委会的空巢老人共有9人，他们由于年事已高，体弱多病，没有儿女照顾，普遍存在孤独、悲观的心理问题。

从今年开始，东岳观镇在新华村委会试点举办“关爱农村空巢老人”活动，镇义工协会成立医疗组，每月定期探望农村空巢老人，充当“儿女”照顾他们，给他们送上社会的温暖。

镇上也决定建立福利院，让空巢老人能安享晚年。

“阿佰，我来探望您啦！”2月5日下午，东岳观镇新华村委会的空巢老人何佰洋溢着幸福的微笑，他原本寂静的家顿时变得热闹起来，我是第一个前来探望他，在这个即将过年的时候，我先给老人的住所清除灰尘，打扫卫生生，洗衣做饭，并为他购买年货。

完后，我便和老人坐在了一起并同老人聊起了家常。

话题从日常生活的照料到健康心态的调整再到新旧社会的变化，我与老人都聊的十分开心，其中，还聊到《红灯记》、《天仙配》、《童话》和《太阳红》等经典戏剧，老人们乐在其中。

随后，我又先后探望了新华村委会的其他6位空巢老人。

新华村委会的何佰现年78岁，他早年参军，在部队打过仗，立过功。

目前他每月都领取政府的补贴，衣食无忧，但年事已高，独居生活，难免孤独。

自从知道镇上决定建立福利院后，对未来的生活充满希望。

此次来到新华村看望老人给我留下了深刻的印象。

老人家的慈祥、质朴及平易近人更是令我难忘。

我觉得自己和老人之间虽没有进一步更详细的了解，但彼此之间却多了一份牵挂。

经过一小时的车程，我回到了自己家，但老人粗糙的双手却不停的在我眼前浮现，老人们和蔼可亲的目光让我就就不能忘怀。

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。

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。

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！

寒假我回到了家乡，为了使自己假期过的充实，自己独立的去找了一份工作是中国移动通信的(专营店)，其实也算是营业员。

因为移动网络很多方面用的就是非完全电子商务。

在那工作我没有说我是实践生对公司的人来说我是一个走出社会的人了，给我的压力是自己要像有社会经验的人一样。

幸运的是，在我努力学习下，很顺利的和同事相处，工作也投入了其中。

我的工作主要是办卡，充值和业务咨询服务。

经过一段时间后，自己常常出现错误，粗心大意，马虎了事，心浮气躁。

而且也接受了批评，这使我明白了做任何事都一样，需要有恒心、细心和毅力，那才会到达成功的彼岸！社会实践活动带给我们的是欣喜，喜悦。

在实践活动中我们感受到自己的微薄，体会到整个社会强大的凝聚力。

一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长，在实践中学习，充实了自我，增强了口头表述能力，与人交流，真正地走出课堂。

如何服务大家，享受自己的成果，使自己陶醉在喜悦之中，有时会很累，但更多的感觉是我在成长，我在有意义地成长，在这之后，我明显地发现自己变开朗了，虽然我自己的力量不足以改变一些东西，但如果再多一些人呢，整个社会共同努力，这才是动力之根本，动力之源泉；另一方面，我意识到了自己的不足，没有经验，没有与人交流的口才。

说实话，对于这种实践活动，我并不十分清楚其真正的意义。

可是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，我带着心中的问号，踏上了社会实践的‘道路’，也结束了这个实践阶段。

在这次会计实践中，我可谓受益非浅。

仅仅的一个月实践，我将受益终生。

寒假社会实践报告篇四

一、

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。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，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。

该公司主营茶品，并且兼售烟酒，未来我国茶产业的增长潜力巨大。因为国内外市场需求稳定增长。茶是世界三大饮料之一，而中国是世界茶产量第一大国、茶出口第二大国。从国内来看，喝茶已成为多数中国人的一种生活习惯，茶已成为社会生活中不可缺少的健康饮品和精神饮品，而且，随着人们健康消费观念的普及，茶正在被越来越多的人接受、喜爱和追求。从国际需求来看，中国茶出口一直保持稳定增长态势。另外中国茶产业已得到当地政府的大力支持与扶持，也得到投资者的关注，茶产业开始走向规模化、现代化、正规化，未来增长潜力很大。浙江、江苏、福建等产茶地区已经把茶产业作为重要的扶持产业，茶产业基地蓬勃兴起。制造茶的工艺技术开始从手工化向机械化、自动化、现代化过渡，制造企业也加强了茶品牌的建设。

我们分两个班倒一替一天倒，早班八点--晚六点，晚班十点--晚八点，我在首山分部主要负责销售，从点滴小事做起熟记产品报价对每一种茶叶的功效都能熟知。刚开始工作的艰辛与不易是不能言喻，对烟酒茶一窍不懂的我，开始像模像样的对客人进行介绍，摆在我面前的第一个问题就是张不开嘴不知怎么跟客人攀谈，但是强大的内动力推动着我，我想真诚的`笑容也许是打动客人最好的方法，第二个问题就是‘站不住’，每天回家腿都疼、在柜台前也要将重心不断的更换觉得腿好像粗了，不过认为一切都是值得的。并且我现在也深知挣钱打工的不易，以后花父母的没一分钱都应该仔细，把钱花在刀刃上。

我在售茶的同时也学会了一些选购茶叶的常识，茶叶的选购不是易事，要想得到好茶叶，需要掌握大量的知识，如各类茶叶的等级标准，价格与行情，以及茶叶的审评、检验方法等。茶叶的好坏，主要从色、香、味、形四个方面鉴别，但是对于普通饮茶之人，购买茶叶时，一般只能观看干茶的外形和色泽，闻干香，使得判断茶叶的品质更加不易。这里粗略介绍一下鉴别干茶的方法。干茶的外形，主要从五个方面来看，即嫩度、条索、色泽、整碎和净度。

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。

作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力，尤其在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。寒假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。作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力，尤其在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。

寒假社会实践报告篇五

曾设想过后以后独立生活的情形。衣食住行，学问大而广，煞费脑筋。首先是落脚地儿，牵扯买房装修的质量、价格、交际等问题；买的电器药会看说明书；洗衣、烧菜、安全、维修等等也不得不考虑；更别提养花种草，修身保健之类的休闲消遣了。让生活良性运转，不易。

单是做饭就不是件易事。从前多次想学的，终没下定潜心向学的决心，看过几次爸爸下面条就拉倒了。然而这事实实在不能再拖了，年龄不饶人，尤其想到同龄男生都会烧鱼，不禁感到自己矮了半截。

从前为赶上吃早饭，不得不早起；现今为让爸妈吃上我做的饭，我得起得更早。最初的几天是在他们监护与指导下完成的。在煮水的间隙，我学习切菜。持刀不能太靠后，既不能锯，也不能剁，还要以指关节顶住刀背以护手指。种种要点的灵活把握，需要时间和反复操练。水开，投入半筒挂面，搅一搅，煮。此时要备好炒锅炒菜了。爸爸忙于它事，妈妈便在旁督导。惧于想象中溅油的威力，我小心翼翼舀了一勺油，伸长胳膊将其倾入锅中，听哧啦一声响，忙缩回手。一旁的妈妈不满了：“看把你吓得！那么点油够了么？应端起油杯对着锅舀……”说着说着就不由自主地插上手，最后干脆代劳了。畏于油烟，我呆在原地看菜被炒完，与面条合二为一。忙了一早晨，面条终于出锅了。

为反复操练，我们全家吃了n天的面条。据说面煮到八成熟即可停止加热，剩下二分靠余热就焖熟了。独立行事时，依其色泽、形态，加上几日来的经验，偶尔还是把握不好火候，不小心弄得面烂熟。炒菜时动作不及，葱花也容易糊。多吃了几天，对添水量也有些数了，也知道在炒锅中适当添些水可以防糊，调到小火也可，实在不行就把锅端起来。出锅时再舀点汤小尝，据此补盐，所以饭的盐味不会有问题。多年来，家煮面几乎没什么味道，所以我弄的味道差之不远，只是偶尔口感更跌

一层楼。到底也是饭，还是可以吃的。

从小钟情于面疙瘩汤，寻思自己宁可多吃几天有味道的面疙瘩汤。工序不很复杂，只是熟练程度不够，动作慢些，羞于人看。炒好白菜，添半锅水。等水开的同时调制面疙瘩。最初是用工具蘸着水往面里洒，后来见太麻烦，干脆把面盆放在水龙头的缓缓细流下，并快点搅面，这法还可以。等盆里有百分之八九十的疙瘩，就可将它们慢慢撒到水开的炒锅。可能由于添水不当的缘故，疙瘩汤有时稠得可作老家里打的浆子，有时大约是黏在一块了，疙瘩有些大。不过味道还是可以的，况且稠一点，味浓一点，别有另番口感。

要命的是有时做多了，尤其是面条，食之无味，又弃之可惜，剩饭就不可避免了。我终于明白以往面对我和爸爸一个劲儿地推辞“不要了”，为什么妈妈还不厌其烦地一遍遍劝道“再来一碗吧”“就半勺”。大家都不爱剩饭。剩饭占锅占盘，又不新鲜，费电费空间，还与周遭环境很不协调。无奈的剩饭。于是我尽量遵循爸爸倡导的理念——宁缺勿滥。

以前妈妈做好饭总一遍遍催我和爸爸快来吃，我俩常磨蹭至餐桌，捧起碗又进客厅聚焦于电视荧屏。现在留心到妈妈的一次次警告不是无谓的唠叨，我分明看到了久候我们的饭菜时常又被热一下，而面条水还容易蒸发，盛好不快吃就在碗里黏得一塌糊涂。不经意间，本不必消耗的能源就这么耗费掉了，怎不让人心疼！不得不做完饭，像妈妈一样吆喝一下，催一下“赶紧的”。

于是不禁联想到许多细枝末节：饭只剩一点，偏偏没吃下，仍往冰箱里塞；饮水机烧开了水也不喝，不喝时也不关，一遍遍呼啦呼啦没完没了，损健康又浪费电；微波炉的灯亮了一顿饭工夫；电磁炉、电视机长时间处于待机状态……凡此种种，点点滴滴，俯拾即是，常视而不见，偶尔念起来又慨叹万分。值得荣耀的是，我带动全家行事，以身作则，爸爸虽笑而不表态，妈妈虽嘴上不以为然，实际上倒也留心了许多。

最爱一家三口包水饺，其乐融融的好风景。妈妈擀，爸爸包，我则一会儿擀，一会儿包，听他们聊天说笑东拉西扯，偶尔掺和几句。馅子较干，我则包得顺利。倘若菜析出的水多了，包不及就走水，最后弄得饺子皮黏黏的，不得不撒上些面粉，捣鼓半天，勉强凑成个模样；如果问题大了，便让爸爸修补一番。擀皮不甚快，赶不上爸爸包，心中发急就手忙脚乱，有时见势不及，就不按套路了，干脆擀几下再抻几下。依这等干法速度倒也提高了不少。擀起来挺带劲儿，一直擀到手心发痒，想罢手，眼见剩得也不多了，索性一并都擀完了。一回生，两回熟，多吃几顿饺子，自然上套路了。小有成就，自我感觉良好。