

最新大学生暑假社会实践工作总结(汇总8篇)

单位在社会中扮演着提供产品和服务的重要角色。10. 大家可以通过阅读下面的生产总结范文，了解企业的管理模式和先进经验。

大学生暑假社会实践工作总结篇一

20xx年8月19日，很兴奋，因为我的大一暑假打工生涯终于圆满结束。自xx月19日开始，31天的时间虽然不算长，可对于第一次在外打工的我来说也不短。

我所在的公司名为xx有限公司，该公司以经营袋装生鸡肉为主。

该公司还有两家兄弟公司，一家为几年前在xx建成的新厂，名为xx另一家仍在建设中。

初到公司，感受以前总从电视上看到的那些落后的地区，直到来到这儿才算是亲眼所见。这儿的确是很落后，公路很少，没有大的超市，只有很小的小卖部，房子也都很小。相信总会发展的吧。

我经常想：是不是像中学地理课本上说的. 工厂要建在离市区较远的郊区，这样成本才低呢？应该是。懂得利用廉价劳动力、廉价土地。一方面能获得更大的利润，另一方面开车了该地区，给多数人提供了就业机会，精明。

工作真的不容易，工作车间仿佛冰天雪地般寒冷，每次去拿分层布途经那条走廊，都会打几个寒颤，白色的雾水弥漫整条走廊，地面上也都是冰冷的流水。不戴眼镜后的我，好多次滑倒，还好穿着严密，有口罩，帽子，发网，手套，围裙

的保护。车间见不到阳光，也不知道车间外的炎热。这一暑假同学们大都在喊热，而我却一直在喊冷。

七夕前后大雨小雨接连不断，路上更是泥泞不堪。早上四点五十二起床，冒雨买早饭，五点二十便要挽起裤腿趟过凉凉的泥水去上班。中午十一点半下班，十二点上班，有时真的觉得吃的不够饱呢，上下午各有一次去厕所的时间，十分钟，晚上也不知道什么时候下班，最晚的一次是在晚上十点多，最早的一次是下午五点多，真的没有规律，肚子饿了也是没办法的。

在工作期间有开心的事，有伤心的事，不过这些都是对我的考验，能从中学到东西才是硬道理，吃苦我其实是不怕的。

如果没有这次打工经历我不会亲身体会到生活的艰辛，不会懂得父母的辛苦，爸妈的工作也是很辛苦的。赚钱不容易，平时花着父母的钱感觉不到什么，而现在我会很用心的计算如何合理用掉我的人生第一份工资：1289元。

马上我就要升入大二，告别大一天真，褪去大一的稚气，学着长大，慢慢成熟，搞好学业，生活丰富，努力充实自己。

做强者，为美好生活奋斗。

大学生暑假社会实践工作总结篇二

xx暑期参加的社会实践，是在xx培训学校当一名实习美术老师。社会实践是引导我们大学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式；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。近一个月的社会实践，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。

在实习生活中，我开拓了视野，增长了才干，进一步明确了

我们师范生的成材之路与肩负的使命。社会才是学习和受教育的大课堂，现在就要为将来更加激烈的竞争打下更为坚实的基础。在实习的这段时间内，我接触到了各种各样的人和事。美术班的小朋友都很小，最小的只有4岁，的也才11岁，跟他们交流，上课，有快乐，有尴尬，有无语，更多的是不知所措。对于从来没有接触课堂的'我，备课下不了笔，面对闹哄哄的小学生更是无计可施。在学校，理论的学习很多，十分枯燥，这次的实习让我明白，学校开设的课程是多么重要而实际。

小学生心理学的理论知识虽然枯燥，但对于刚刚接触小学生的老师是非常受用的，只有正确把握好学生的心理，才能更好的教学。而我们的实用美术，教我们变废为宝，教我们色彩的运用等等，在学校的不以为然让我既惭愧又后悔。这些知识在实际教学中是非常之重要的。我的指导老师——陈老师。是个很有经验的老师，她对儿童心理掌握的很好，每次她都能很好的处理学生们的这种那种事，在她身上，我还学到了怎么让学生的潜力和想象力发挥出来，在她的指导下，我每一次上课，都总结了许多的不足。教学用语的使用，课堂的掌控能力，启发学生想象的方法，一个月，不敢说我把握了多少，但是，却是进步了不少，知识和经验的积累是很重要的。现在，我已经可以试着去备好课，可以淡定从容的给小学生们上课了，讲故事的技巧也提高了。

在学校，自认为自己对于人际交往已经很在行了，却忽略了社会上接触的人是各种各样的，人际关系十分的复杂。在社会上要善于与别人沟通是需要长期的练习的，以前没有上过课，使我与学生家长谈话不会应变，会使谈话时有冷场，或者没话题。因为社会经验缺乏，学历不足等种种原因，自己更是缺乏自信，为此我还苦恼了好几天。其实有谁一生下来就什么都会的，与家长的交流需要慢慢接触，只要有自信，就能克服心理障碍，那一切就变得容易解决了。除了与学生家长的交流，还有自己的上司，办公室的老师，都需要注意其中交往的技巧。接触那些刚刚毕业的学长学姐，他们总是对

我说要好好珍惜在学校的时间。

现在我明白了，在学校学习的东西貌似很多，出来工作就不够用了，而且没有时间再去翻开以前的书本了，所以在大学，是很好的学习机会。假期实践，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，在实践中也能及时的了解到自身的不足，理论应该与实践相结合。

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。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，才不会被这个飞速发展的社会淘汰。

大学生暑假社会实践工作总结篇三

人际交往是一个伴随我们一生的过程。如何与人相处，如何与不同的人相处，是我们一生中值得研究和探讨的课题。在咨询中心，我们需要与不同年龄的孩子和大朋友，不同经验和背景的老师，学生的家长，管理者相处。因此，在这个复杂的网络中，如何与不同的人相处，如何改善人际关系已经成为一门很有学问的课程。首先，在与学生相处的过程中，人与人之间的差异已成为首要原则。有些孩子是内向的，有些是外向的，有些是淘气的，有些是内向的。对于不同性格的孩子来说，因人而异是特别重要的。作为老师就像一个大哥哥，不要高调露面。如果你千里之外，没有人会喜欢你。与此相反，亲和力是教师普遍使用的法宝。其次，在与父母的沟通中，他们应该有足够的耐心和责任感。父母把孩子交给老师。那就是信任你。同样，你必须确保你的父母过得舒适。针对孩子们学习中的问题，我们必须及时发现并及时与他们沟通。当然，这种交流不是抱怨，只是为了更好地促进孩子的成长。只有在老师和家长的共同努力和合作下，孩子

才能健康、快乐、全面地成长。第三，与管理者的沟通。

作为咨询中心的一名教师，首先要服从管理和安排。当然，这并不意味着你不能有自己的观点和建议。在适当的时候，你也可以提出自己的建议。沟通必须做好。对于教学中发现的问题，要及时与管理人员进行沟通。只有这样，我们才能在事情变得更糟之前解决那些可以避免的问题。与其他老师，也就是同事相处也很重要。和谐的人际关系会让你的工作更轻松、更简单。俗话说，如果三个人走路，就会有我的老师。在正常的交流中，我们应该遵循好的交流方式。一个人善于看到别人的优点，善于向别人学习，这是一个人不断成长和成熟的标志。我还从咨询中心一位非常受欢迎的老师那里学到了很多。例如，在课堂上，给其他老师倒一杯水，教孩子们如何感谢老师的努力。当然，有一些小方法和技巧，虽然很小，但是非常有用。彼此相处是一件美好的事情。虽然我们不可能让每个人都喜欢我们自己，但是我们至少需要掌握必要的人际交往技巧，从而改善人际关系，建立一个和谐的人际交往网络。良好的人际关系使我们成为一个财富，无论是在大学还是将来进入社会，这是我们生活中不可缺少的一课。掌握必要的技能和学习必要的方法可以使我们的人际关系更和谐，我们的社会更和谐。

承运管理方法

我在大学学习的是工程管理专业，在实践中获得的管理经验对我的专业学习有很大的影响。通过这次作为老师的经历，我认为作为一个管理者，方法是特别重要的。你不能像在学校那样严格管理学生，你不能太懒。所以掌握一个学位是非常重要的。但是需要明确的是，必须有一个明确的管理计划和要求，否则将很难控制局面。因此，管理有方法，合作更和谐。

自我立方体能量自我增强

作为一个当代的青年和大学生，当然，90后一代，如何成长，如何成为一个人才，我认为第一步必须学会自立。在寄生虫般的生存环境中培养真正优秀的人才是很困难的。依赖父母不是我们的作风。离开父母的羽翼，勇敢地面对生活中的风暴和挑战。这是你学会真正踏入社会的第一步。一个人只有真正自立，能吃苦，才能成就自己。一个人如果不能照顾好自己，怎么能谈抱负和理想呢？自力更生、自信自强，是我们青年的宝贵财富。所以即使家庭优越，父母富有，如果你不够好，你就不是一个成功的人，不是一个受人尊敬的人。

大学生暑假社会实践工作总结篇四

实践目的：践行社会主义荣辱观，服务社会主义新农村。

实践形式：深入农村，入住农家，下地帮农户干农活，与村民攀谈，搞农村调查。

实践时间：年月日—月日

实践地点：

实践组织者：

实践参与者：学院级暑期“三下乡”实践文化宣传小分队

一、数据调查

服务点概况：

村共有12个屯，其中屯共有60多户，约391口人，该屯1995年已达小康水平，1999年成为全国社会主义新农村建设示范点，现是县规划建设社会主义新农村建设示范屯之一。该屯几乎家家户户住“高楼”，家家用沼气作燃料，已告别了“柴草燃料时代”，楼房大多都是“柑桔”楼，据说是一个个碰柑

“堆”起来的。

(一)经济状况

该屯经济收入主要以农业经济作物为主，以养殖业为辅如养鸡。农业经济作物收入占总收入的90，其农业经济作物主要有西瓜、香瓜、豆角、玉米、甘蔗、花生等。该屯现经济收入较可观的主要是西瓜、香瓜2个品种，每亩毛收入可达3000元左右；豆角、玉米、甘蔗和花生收入也挺可观，每年都为村民带来较大收益。

(二)受教育状况

村民中受过初等教育的较少，受到过高等教育的更是少之又少，现村里高中生也屈指可数。如今该屯儿童的上学年限均为7岁，村民大都把孩子送到镇里上学，很少人再到村小学上学了。现在交通方便了，村内道路硬化良好，村民都把孩子送到镇上去上学，让孩子们接受更好的教育。村民都明白知识对下一代重要性，知识改变命运的思想已根植于他们心中。

(三)生活状况

据调查村民的粮食、蔬菜都是自给自足，只买一些油盐、肉类食品及一些娱乐用品，生活相对宽裕，基本实现了“楼上楼下，电视电话”，有些家庭还装了宽带，通过互联网了解世界，了解最新科技信息，把了解到的信息用于农业生产实践，家家户户都有摩托车，有的还有自己的面包车。

(四)文化生活

该屯有灯光篮球场、舞台，闲时村民喜欢打打球、跳跳舞，有时还请镇上的专业人仕来做跳舞培训，年轻人大多都喜欢玩电脑、打麻将、玩扑克牌等娱乐活动。村民的娱乐的方式比以前的大家有事没事聚在一起闲聊有了很大的改变，

文化氛围更浓厚了，村里还经常举办各种公益比赛，如篮球赛、健美操大赛，他们的文化生活更加丰富了。

二、挥洒热情

(一) 践行荣辱观，服务新农村

从准备下乡到下乡结束，我始终都是怀着学习进步、提升自身的思想来积极参与暑期“三下乡”社会实践的。从和屯的乡亲们接触到磨合，再到打成一片，该屯乡亲们对我们关怀备至，使我们体会到该屯乡亲们的淳朴及该屯民风的醇厚，让我们真正感受到社会主义新农村建设的新风吹遍大江南北，人民生活水平不断提高。

下乡期间，剪瓜苗、喷农药、拔草、锄地、辅导中小小学生等都是我们服务新农村的“必修课”。虽然天气炎热，烈日当空，在地里干活干得汗流浹背，但我们却感到很欣慰，难得有这个亲身实践、为农民服务的机会，因此倍感珍惜。我们与所入住的农户同吃、同住，并帮助他们干一些力所能及的农活，他们对我们的帮助感到很高兴。我们知道自己做的是很有意义的事情，我们的社会价值也将在实践中得到升华。同时，我也深刻的意识到自己是多么的渺小，现在所能做到的事是很有限的。

大学生暑假社会实践工作总结篇五

身为即将迈入大三的学生，本次实习的目的着重在于体验社会，从而锻炼自己的社会适应力，加强对社会的了解。我从事的是销售行业，学到了与顾客沟通交流的技巧，体验到了找工作的不易以及做工作的艰辛。丰富工作经验的同时自身价值也得到了一定程度的提高。总而言之，了解当前就业形势，熟悉就业环境，使将来的就业规划更明了。

首先，通过招聘广告我联系到店主，面试后，店主接受了我

的实习请求。实习过程，采取倒班制，每天工作八小时，早晚班轮换制。由于我是新人，起初三天，有一个工作经验丰富的同事和我一起上班，教授我各种推销技巧以及各种注意事项，我在学习的同时，积极主动的熟悉各种产品的性能特点及适用的人群范围。我深信，过硬的专业知识是从事销售的坚实基础。再者，我便开始模仿同事的表情、语气以及面对问题敏锐的反应和解决问题的有序与从容，这是顾客信赖我们的前提，饱满的热情、满腹的自信、还有一份坚定的勇敢都是成功的诸多法宝。慢慢的，我开始主动上前推销，首先判断顾客的需求，从而进行推荐，耐心地最大程度的满足顾客需求。从价位、款式、质量及售后全方位服务。

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。

其次，我发现与同事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主和顾客，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，我还是觉得这次实习时间有限，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。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。

通过这次实习，我接触到了一些不同形式的奖惩制度，例如：

定量提成制，弹性提成制等等一些制度，这些制度都从不同的方面、不同程度激发我们的工作热情，不得不佩服商人们的智慧。还有，就是销售模式的不同也同样刺激了不同心理的消费者，例如：定量减价制、赠品制、代金券等等，也是很多销售方法，使我大开眼界。

这次实习，使我看到了社会的复杂，了解到为事的不易，更加坚定了我为自己的目标不断努力奋斗的決心与信心。我充分意识到只有不断充实自己，才能有强大的竞争力，是自己的能力立于他人之上，成为同行者中的佼佼者，亦是就业大潮中的宠儿。

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。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。两年之后，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。

大学生暑假社会实践工作总结篇六

近年来数以万计的大学生选择在暑期去农村地区进行“三下乡”社会实践活动，活动对当地发展的贡献和大学生自身的收获到底有多少值得我们深思，在12年这个暑假里，我作为兰州陇桥学院外语系暑期三下乡实践队的一员赴武威市凉州区谢河镇五中小学进行实践活动，这样的亲身经历使我对“三下乡”实践活动的意义有了更加深刻的理解。

从“三下乡”的概念来看，大学生利用暑期深入农村开展科技，文化，卫生服务。而我们大学生作为这条道路上的骨干，理应为“三下乡”实践活动注入新鲜的血液，贡献更大的力量，回想我们的这次实践历程，觉得这次活动还是比较成功的，主要体现在如下方面：

第一：及早落实，认真准备 为了组织好我系以“外送温暖，语传爱心”为主题的暑期社会实践活动，做到统筹规划，周密布置，精心实施，我系成立了由28名队员和2名带队老师组成的小分队，我们是唯一一支国家级团队，带队老师认真制定了暑期社会实践活动计划，制定了详细的社会实践内容和具体的时间安排。

第二：内容丰富，注重实效 实践团队围绕主题开展了形式多样的实践内容：社会问卷调查，下乡支教，文艺汇演等内容，不仅充分调动了队员的积极性，而且通过文艺表演加深了队员与学生之间的相互了解。

第三：成效显著 虽然队伍的实践时间仅有八天，但通过八天的实践，我们的社会实践取得了显著成效。

第四：我队队员吃苦耐劳 此次参加的队员虽然没有较高的专业知识，但是大家都吃苦耐劳，互相帮助，思想素质较高，这是本次活动顺利进行的本质本质所在。我们在谢河镇五中小学支教，给他们赠送礼品，带去了我们自编自演的诸多文艺节目，我们热心真情的表演，表达了我们最真挚的祝福，我们和孩子们一起做游戏，唠家常，让他们切实感受到我们诚心的关怀，他们舒心的微笑让我们内心感到温暖，我们的青春活力给他们带来了无限生机，我们的热情照顾让他们感受到温暖的爱心。

大学生“三下乡”有利于体察民情。浓厚的民情和朴素的民风中的情感的滋养，难以尽得于书本；贫困母亲脸上的愁容和失学儿童眼中的渴望所激发的力量，难以取之于校园；走出象

牙之塔，融入坚实的土地，贴近农民的心，才会真切感受到耕耘的艰辛，收获的喜悦，才会真正把成长的根深深植入祖国的沃土。

大学生“三下乡”有利于增长才干，坚持学习书本知识与投身社会实践相统一，走理论与实践相结合的道路，历来是青少年锻炼成长的有效途径。社会实践是知识创新的源泉，是检验真理的标准，到祖国需要的地方磨练意志，把学到的知识用于实践，在实践中继续学习提高，才能真正成为对社会有用的人才，实践以充分证明，社会实践促进了大学生的全面发展，通过社会实践活动，我们从与人民群众的广泛接触，了解，交流中受到真切的感染和体验，从无数活生生的典型事例中受到深刻的启发和教育，使思想得到升华，社会责任感增强，在实践中，我们的人生观，价值观得到进一步的强化，提高了认识能力，适应能力和创新能力。

大学生暑假社会实践工作总结篇七

在20__年的这个暑假，我经历了将近一周的社会实践，我感慨颇多，见到了社会的真实一面，实践生活中每一天遇到的情况还在我脑海里回旋，它给我们带来了意想不到的效果，社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们提供了广泛接触社会、了解社会的机会。

“千里之行，始于足下”，这短暂而又充实的实践，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。向他人虚心求教，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。

这一段时间所学到的经验和知识是我一生中一笔宝贵财富。这次实践也让我深刻了解到，和团体保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相

处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我们可以向他们学习很多知识、道理。实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实践自我的最好途径。亲身实践，而不是闭门造车。实现了从理论到实践再到理论的飞跃。增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。同时还需我们在以后的学习中用知识武装自己，用书本充实自己，为以后服务社会打下更坚固的基础！

艰辛知人生，实践长才干

通过这次的的社会实践活动，我们逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我们对自己的未来有一个正确的定位，增强了自身努力学习知识并将之与社会相结合的信心和毅力。对于即将走上社会的大学生们，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。大学生暑期社会实践是大学生磨练品格、增长才干、实现全面发展的重要舞台。在这里我们真正的锻炼了自己，为以后踏入社会做了更好的铺垫，以后如果有机会，我会更加积极的参加这样的活动。

从群众中来，到群众中去

在本次的社会实践中我们还同诸多群众谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，理解了“从群众中来，到群众中去的真正涵义，认识到只有到实践中去、到基层去，把个人的命运同社会、同国家的命运的发展联系起来，才是大学生成长成才的正确之路。

这次实践活动，丰富了我们的实践经验，提高了我们的团队

合作能力，使我们通过这次实践更加了解社会，这次实践活动意义深远，对我们的帮助享用一生。作为一个21世纪的大学生，社会实践是引导我们走出校门、步入社会、并投身社会的良好形式；我们要抓住培养锻炼才干的好机会；提升我们的修身，树立服务社会的思想与意识。同时，我们要树立远大的理想，明确自己的目标，为祖国的发展贡献一份自己的力量！

社会实践是一趟心灵语行动的交互。过程中会遇到不一样的挫折，包括心灵上的压力。

但是我们要学会自己调节，快乐的面对每一天。如果你看到面前的阴影，那是因为你的背后有阳光！

大学生暑假社会实践工作总结篇八

暑期刚至，我就已经按耐不住那股热情，一心想要证明自己已经长大，可以和这个社会接洽，更深入的了解成人的世界，想要在这个社会立足应该学会些什么，在大学里应该做好什么样的准备，才能让这个社会接纳你，当然我还可以靠自己的力量挣足一个月的生活费。想到这些我于7月14日去了市区找工作，因为大一还没有学到关于土木工程上的知识，所以去建筑公司应聘工作的想法只能是昙花一现了。想想自己将来是搞工程管理的，又或者是做房产经理人等等，肯定是要和很多人打交道的，怎么样能让自己在众人面前交谈自如，和别人很好的沟通，这些应该是我现在就应该锻炼的，于是我打算去超市，快餐店，专卖店试试。最终我在酒楼找到了份做服务生的工作。

日早晨我早早的来到酒楼，不一会儿，领班来了，我领完工作服，领班让一位老手带着我，她姓薛，我就跟着小薛姐姐了，来到一个陌生的地方确实有点怯怯的，小薛姐姐说，不用紧张，慢慢就熟悉了，我点了点头。我发现酒楼里真的好忙，一大清早大家就已经忙活开了，我也跟着大伙一起忙，一个

配菜的师傅问我是哪里来的，为什么要来打工……大家好像都挺好奇的，都向我投来好奇的眼光，我笑了笑说：勤工俭学呀！夸赞的声音都向我传来，搞的我都有点不好意思了，时间过的很快，不一会儿，饭点的时间到了，客人陆续进来了，我跟着小薛姐姐，我们来到一个包间，她教我泡茶，然后是摆餐具，该上菜了，我看着小薛姐姐有点忙，于是我想帮她，我端菜递给她，谁知我俩都没端住拖菜的底盘，冷菜全掉地上了，在一旁打牌的客人像是被吓到了一样，我们也吓愣住了，我无助的望着小薛姐姐，她早已满脸通红了，我赶忙起身向客人道歉，客人很和气，有一位先生说：没关系，你别和领班说，要是问起来就说是我们打翻的，没事儿，不急，慢慢来啊…….听了这些话，提到嗓子眼的心总算放下了.我走出包间整个人又傻了，领班那儿，我该怎么交代呢？我犯的错误会不会影响酒店的声誉呢？说曹操，曹操到.领班走过来问我发生什么事了，我老老实实在地告诉了她，她没有严厉地批评我，只是再三嘱咐我要小心，千万不能和客人起冲突.原以为会被解雇，现在总算松了口气，不过我也不敢再“嚣张”了.此后我不管做什么都很慢，我得悠着点.可奇怪的是，每当领班看见我端比较烫的菜时，她都会很慌张的跑过来接过我手中的菜交给老手上菜，我在自己心里想着，其实领班对我上次犯的错还是有点后忌的，唉……看来我在领班的心中还是……唉…….中午午休的时候，我去冷盘间歇息，一位老厨师对我说：以后上菜要小心，有的菜你打碎了，到这儿来补，有时候也会没有菜的.我听取着大家的教导，感觉大家对我的失职没有尖锐的指责和排斥，我觉得自己已经慢慢融入这个整体了.至于我什么时候可以消除领班的顾忌，还得看自己的表现了，在这之后的工作中，我时刻记住，凡事要稳，不急慢慢来.慢慢的领班开始放手让我自己上菜了，心想自己一定要加油！

当我从厨师手中接过一盘盘美味的菜肴时，自个儿的心里甭提有多开心了，说实话自己亲手把一盘又一盘可口的菜端到客人的面前，真的是一件很骄傲，很幸福的事儿，骄傲是因为觉着这菜好像是自己烧出来的一样，幸福是因为自己虽然

吃不到，可也大饱眼福了！可是麻烦有时也会眷顾一下你的，有一次我去上菜，客人问我这道菜叫什么，我顿时傻了眼，不好意思的笑了笑，回到厨房我力马向厨师请教，在上下一道菜的时候，我顺便说出了上道菜的名字，那个客人没好气儿的说：现在想起来啦！哗然……。从那次以后我知道了菜不仅要注意色香味，还得报出它的名儿。不然这道菜就不能算完整。付出总是有一点回报的，有一次我在给一个包间上菜的时候，那里的客人可热情了！每当我报完一道菜名的时候，有一位客人总是笑盈盈地夸赞说：恩—好菜，好—好—。从那里走出来真的很开心，那位客人走的时候还在领班面前夸奖了我一番，那一天虽然很累，但是打心底里的开心让我忘却了辛苦和疲劳。

一天，小薛姐姐对我说：今天三楼的包间有你负责，（解释：三楼的包间一般都是为高档的客人准备的）我一听傻了，不会吧，让我这个黄毛小子去招待这么高级的客人，那怎么成呢？我可不想再出点什么状况，可是小薛姐姐说：你是大学生应该学会去和大人物接触，见见大场面。我觉得这是一次很好的锻炼自己的机会，既然机会来找你，你怎么可以推开它呢。我硬着头皮答应了。那天正巧我值班，领班嘱咐我4：30把空调打开，下午我在卫生间洗毛巾时，突然听到大厅有人在叫唤我赶忙跑过去询问有什么需要帮忙的，后来才知道他就是今天晚上三楼的贵宾，我领他到三楼的包间，他不高兴地说：空调还没有打开啊，孵小鸡呢不成，我连忙给他道歉说：不好意思，是我疏忽了。刚给他倒好水，他就没好气地说：这些椅子要重新摆，这张打牌的桌子要重新擦，我按照他说的去做，他还在我旁边不停的指画，我那时真的很想用葵花点穴手点住他的哑穴看他还指指点点的，总算按他的指示把一切都搞好了，我刚到楼下，三楼的服务电话又响了，我接完电话发现才4：16。那位怎么来这么早，我们员工规定5：00才上班呢，我又跑到三楼，原来他找不到电视的遥控器，我打开电视，确定没有服务时，我这才安心的跑到楼底下继续洗毛巾，烧开水。快到五点的时候，三楼的客人陆续进来了，我领他们到三楼，接着就是我的站吧台任务了，三楼，可怕的正

楼，太热了，终于熬到上菜的时间了，我进包间后，那位请客的先生说：怎么还不开酒，说实话，我不会开红酒和白酒，我瞎掰了好一会儿在客人的催促声中终于打开了，正当我准备退出去时，客人惊讶的问：你怎么不倒酒呢？“倒酒”——“我”？我在客人之间打转不知道怎么办，那位客人说：给我吧，大学生，没有用……听了这话，心里真的很难受。我又进去的时候，那位客人又让我给开酒，我正准备开，一位女士说：你开了你喝，我不管。那位客人说：你要是不开，剩下的酒全部你喝。我真火大，你们喝不喝酒关我什么事儿，有毛病呢…我什么也没说就退出来了。就在我在外边儿站巴的时候，那位客人出来接了一通电话，原来是他的妹妹打过来的说是爸爸突然又发病了，让他赶回去。那位客人回复说：人到年龄了，我们尽到责任就行了……我现在赶不回去，你看情况不行，就把衣服给他买买吧…我吃完饭就回去。之后他进去，里面又传出嘻嘻的笑声，心想那位客人为了自己升职请科长吃饭，在接到家里的急电后还能…心里还真有点同情他。想想：一个人为了自己的生存，不得不…将来我踏入这个社会，又会变成什么样子呢？不是亲眼所见，我真不敢相信。客人走后，小党姐姐问我怎么样，我说出了心中的不满，小党姐姐说：客人花钱到这里来消费就要获得我们的服务，这样才公平呀。这就是我们的工作。小党姐姐对我真的很好，处处帮着我，有一次她无缘无故地被领班骂了一通，这件事根本和她不搭嘎，小党姐姐说：我们做服务生有时候真的很委屈，既要让客人满意又得让老板获利，这其中，要是稍有处理不好，就又要挨骂。服务员真的很难当…有时候你忙的累了，饿了，渴了。没有人会来关心一下，服务生在大家眼里就是忙在人前，吃在人后，什么脏的，累的，做错了的都是服务员。其实在这之前，我也这么认为的，可是现在，当我亲身经历才发现，服务生这个行业也应该受到尊重，她们总是在您的物有所值不停的忙碌着，当然还有厨师…总之，我们应该尊重别人的劳动。

突然感觉到自己这个大学生真的很没有用，只能依靠书本，死理的东西告诉别人自己的存在，可是在实际问题上，自己

却不能给予别人实际的帮助，唉，也许这就是大学生为什么要参加社会实习的原因吧，要把一个满腹经纶的学生变成一个具有实际经验的实用人才，看来还需要时间和困难的磨砺。

这次暑期实习真的让我收获很多，特别是让我看清了自己这样的大学生在成人的世界里是什么样的，我们真的做好准备踏入这个社会了吗？自以为满腔热血，满腹经纶，就能干出一番伟绩的我们，应该收起那副为我独尊的架子，宏图之志，我们应该有，但我们更应该看清自己的实力，认清社会的现实，有的放矢。不然我们会摔的很重很痛，痛到我们连面对自己的勇气都没有，这次实习，虽然没能和我的专业直接接洽，但是通过这次实习我学会了做好管理最基础的东西，这些是在课本中学不到的。管理是要和许多不同的人沟通的，他们或许是高阶层的，也可能是生活在社会最低层，这次实习锻炼了我怎样与不同身份的人沟通才能达到预期的效果。才能实现双赢。我想：最基础的都做不好，是不可能有所作为的。这次暑期实习在我以后成人成才的路上一定是一块不可缺失的垫脚石。