

# 2023年超市收银员实践心得体会(汇总9篇)

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

## 超市收银员实践心得体会篇一

我从事超市收银工作的时间不是太长，自身的素质和业务水平离工作的实际要求还有一定的差距，但我能够克服困难，努力学习，端正工作态度，积极的向其他同志请教和学习，能踏实、认真地做好本职工作，为超市的发展作出了自己应有的贡献。现针对自己在工作中遇到的问题谈谈自己的心得，也算是对自己工作的一个总结吧。

(1) 作为与现金直接打交道的收银员，我认为必须遵守超市的作业纪律。

收银员在营业时身上不可带有现金，以免引起不必要的误解和可能产生的公款私挪的现象。收银员在进行收银作业时，不可擅离收银台，以免造成钱币损失，或引起等候结算的顾客的不满与抱怨。

收银员不可为自己的亲朋好友结算收款，以免引起不必要的误会和可能产生的收银员利用收银职务的方便，以低于原价的收款登录至收银机，以企业利益来图利于他人私利，或可能产生的内外勾结的“偷盗现象”。

在收银台上，收银员不可放置任何私人物品。因为收银台上随时都可能有顾客退货的商品，或临时决定不购买的商品，如果有私人物品也放在收银台上，容易与这些商品混淆，引

起误会。

收银员不可任意打开收银机抽屉查看数字和清点现金。随意打开抽屉既会引人注目并引发不安全因素，也会使人产生对收银员营私舞弊的怀疑。不启用的收银通道必须用链条拦住，否则会使个别顾客趁机不结账就将商品带出超市。

收银员在营业期间不可看报与谈笑，要随时注意收银台前和视线所见的卖场内的情况，以防止和避免不利于企业的异常现象发生。收银员要熟悉卖场上的商品，尤其是特价商品，以及有关的经营状况，以便顾客提问时随时作出正确的解答。

## （2）认真做好商品装袋工作。

将结算好的商品替顾客装入袋中是收银工作的一个环节，不要以为该项工作是最容易不过的，往往由于该项工作做得不好，而使顾客扫兴而归。

装袋作业的控制程序是：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；冷冻品、豆制品等容易出水的商品和肉、菜等易流出汁液的商品，先应用包装袋装好后再放入大的购物袋中，或经顾客同意不放入大购物袋中装入袋中的商品不能高过袋口，以避免顾客提拿时不方便，一个袋中装不下的商品应装入另一个袋中；超市在促销活动中所发的广告页或赠品要确认已放入包装袋中。

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；对包装袋装不下的体积过大的商品，要用绳子捆好，以方便顾客提拿；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。

## （3）注意离开收银台时的工作程序。

离开收银台时，要将“暂停收款”牌放在收银台上；用链条将收银通道拦住；将现金全部锁入收银机的抽屉里，钥匙必须随身带走或交值班长保管；将离开收银台的原因和回来的时间告知临近的收银员；离开收银机前，如还有顾客等候结算，不可立即离开，应以礼貌的态度请后采的顾客到其他的收银台结账；并为等候的顾客结账后方可离开。

## 超市收银员实践心得体会篇二

xx超市是我国的本土超市，属于后起之秀。20xx年的河北店是它的第一家店面。运作了3年后，于20xx年9月在万新村开了第二家店。二店原址是万顺隆超市。xx超市以收购方式将其吞并。利用其原先的厂房、设备等有形资产，注入自己的先进经验，每年以资金分红形式给合作伙伴以回报。去年4月26日，我所在的这家红桥店正式开业了。店内员工通常都称之为三店。

第一次走进xx超市，对于一切都很新奇。因为每次逛超市都是从正门入口进去，而这次是以员工身份，从旁边的员工通道进去。进去后是个通向地下的楼道，微弱的阳光飘浮在半空，让人产生许多奇妙的幻觉。第一次走还真不习惯，我像个没头的苍蝇到处乱撞。后来才知道所有员工吃饭、休息或者办公都是在地下，这才使得超市卖场显得井井有条。

在人事部正式的报到后，我就真正成为收银部的员工了。前一个星期是让我学习的阶段，每天跟着不同的师傅。我的第一个师傅性格活泼，我在她旁边看了一会儿就跃跃欲试了。于是她让我试试。我小心翼翼接过顾客拿来的商品，对着机器扫过条码。一声“嘟”的长音，商品的价格、名称、编号等都显示在显示器上了。我看看师傅，她对我笑了笑，大概是觉得我当时激动的表情很幼稚吧。在接下来的几天中，我又跟不同的师傅学习了不同的收款方式，增长了好多应变的

经验。有的时候条形码扫不上，可以用键盘敲编码，或者没有条形码时要根据不同的分类给不同的科打电话询问。有的时候出现一些超过我的权限范围，需要请示的问题，可以打给总台去广播。总之，面对千变万化的麻烦中，经验不是学得来的，而是慢慢积累来的，重要的是应变。

一星期后，我不能再在师傅的庇护下生存了。我开始自己收钱找钱，自己装兜，自己负责所要面对的一切一切，幸好大家对于我这个新手还比较照顾，常常询问有没有遇到困难，顾客看见也问我是不是新来的，但是好景不长，没有几天我就麻烦不断了。主管规定我们给顾客装兜时要节约用兜，但顾客常常抢走好多兜回家装垃圾。什么还装别的东西啦，没有车筐啦，走着回家怕兜不结实啦，楼层高啦，回民啦！总之就是有好多各种各样的理由要兜。我真佩服他们怎么会想出这么多理由，而且每个理由还似乎都应该是理直气壮的！如果他们买完东西要去美国我是不是还要为他们准备机票？好像他们来买东西就应该满足他们一切合理或不合理的要求，不行使一下自己“上帝”的主权就吃了大亏！不能像首长一般趾高气扬的指指点点一下就不能满足自己购物的欲望！

还有的顾客买个烧饼就要求用最大的兜装，然后再给她几个小兜，不给就站在那不走！真的像个乞丐一样，让人讨厌！真正的乞丐是可怜，但以乞丐为资本去招摇撞骗就显得令人厌恶！我才算见识到生活在社会最底层的这些民众竟然会沦落得这样！虽然对那一地区的民风淳朴略有耳闻，但没想到竟会奴颜婢膝到这种地步！想起让人汗颜！

在打过几场架后，主管、经理纷纷找我谈话。他们也知道这些顾客的水准，但毕竟顾客就是上帝。他们只是告诉我这种人见多了就习以为常了，而且和他们争论并不会有什么结果，和他们争论是没有道理可讲的。但我始终认为服务业也要有自己的骨气！我始终保留我的观点！

后来这样的顾客见多了，果真我也就不和他们认真，都能微

笑面对了。有的顾客买了几块钱的东西，给了我6张信用卡，每张卡里只有1毛钱。我只好让其它顾客到别处去排队，给她慢慢刷卡，还有的顾客推来一车商品，结帐时只挑选其中的几样，其它的都不要了。由于xx超市是不收分钱的，所有分钱全部免去。所以一些常去的顾客都知道这种规定，买的商品每个单独结帐，这样一来，有的商品可以省去好几毛钱。只是苦了我们这些收银员，每样商品分门别类装兜，分别记帐，再加上有的顾客什么都想打听明白，鸡同鸭讲的纠缠不清，很容易就算错帐。

每天晚上顾客都走了我们开始日结这一天收款的情况，先从1毛1毛开始数出400元的备用金，用来作为下一天的零钱。然后把一天所收的现金、信用卡、购物券，偶尔还有其它支票、免单等票据，一同数清写出单子上交。

金库设在我们收银部，用来查算我们每天日结的情况，平时还给我们换零钱。但银行与金库的兑换率只在4‰，所以零钱是不能随便换给我们的。没有零钱时我们就只能找顾客要，比如27.7元，如果顾客给50元，可以询问一下是不是有3.2元零钱，那样找给他们25.5元就可以了。

还有的顾客故意不把东西从车里拿出来结帐，或者孩子手里拿的东西没有结帐，这样一经发现，都将作为错扫、漏扫归为收银员的责任。每个单品扣款20，防损部门发现的人给提呈10元。虽然这样，错扫、漏扫的情况还是不能避免。我想，每一样商品未经结帐流落出去，都将造成成本的损失，降低营业收入，成本和收入降低了必然会引起费用的损失，影响毛利，最终关系到公司整个的利润。

通过这一个多月的实习，我意识到了学校与社会的不同，学校里有了错误，老师会给机会让你改，但是社会上没有人会给你机会，甚至兴趣盎然的看着你犯错。老师眼里你永远是孩子，但在社会上，你要提防着随时会有同类冲过来，咬断你的脖子！

可能别的同学会很感激那个让她们实习过的地方，甚至很怀念那段懵懂、青涩的时光。但是我恨那个地方，那群奴性的嘴脸，那个苛刻、森严的制度！许多老收银员常常到一个月的最后一天，发现短款100多，再加上请个病假之类，半个月的工资就扣光了。每天都是超负荷的劳动，许多人都不愿意去干，为了生存又不得不干。

曾经和主管讨论过提高员工素质的问题，但是主管的态度是：“这些人的素质决定了她们只能干这种工作，所以想提高她们的素质谈何容易！”而且就算有机会培训她们，她们肯学吗？家里孩子大人都等着吃饭呢，谁要听你唠叨！我想现实就是这样的吧，残酷、冰冷！

稍稍有些能力的人都远走高飞了，留下能长久的干这一项工作的人都是或有这样那样原因而需要这样一份工作收入的人。这些人整日奔波，连忙着给孩子穿衣吃饭都应接不暇，又怎么能要求他们去提高自己的工作质量？正因为清楚的知道这种情况，所以公司就任由其发展，来个适者生存，反正中国的劳动力市场是取之不尽的。如此恶性循环，我看不出公司将会有什么发展前景。当一些人在超市里疯狂购物，大肆挥霍的时候，我清楚的看到了许多人为多拿一个塑料兜算计打算，为如何节省9分钱而分别结帐，为选一件廉价商品而节衣缩食，反复挑选。那些曾经和我有过口角的可怜又可爱的人们。我不禁想起杜甫的名句：朱门酒肉臭，路有冻死骨。

可悲又无奈的社会现实。其实有很多人都会像我这么想，只是谁也无能为力去改变什么。也许一个好的政策传到基层就已经变味了，谁叫我们中华民族是个泱泱大国呢！我能做的只有改变自己，我想我不会去适应那种污浊的环境，就唯有离开。主管曾经和我说：“你只有两种选择，要么适应，要么离开！”我想我会选择后者，但是我离开了只是说明我不再接触这种工作环境，而不是这种工作环境不存在了。我走了依旧会有人兴高采烈的来接替这份工作，就像看鬼片时一个接一个的替身，无穷无尽。

这就是我在xx超市为期一个多月的实习感受。我想在我未来的工作中，它也将会成为我曾经的一段工作过的经验。人生的每一阶段，总会有这样或那样的一段经历，成为未来的珍贵财富。不管是愉快的，苦难的，还是悠闲的。人总要从身边流淌过的时间中学习到一些什么，才不觉辜负了这青葱岁月。我想，某日的一个清晨，当我看到旭日东升时，我不会忘记自己曾经用心奋斗过的日子！

## 超市收银员实践心得体会篇三

期末考试之后，我就像大多数同学一样怀着无比激动兴奋且迫切的心情离校回到家乡，准备一家人团圆过马年，共同迎接20xx年新年的到来。

回到家几天后，和爸妈一起去镇上的超市买东西，看见了店门上的招聘启示：由于年关将至，店内较忙，需要踏实肯干、认真负责的收银员一名。我想在家也没事，还不如去尝试一下。每次去超市买东西时看到收银员那迅速敏捷且忙中不乱收钱找钱的时候就佩服不已，现在终于有机会自己去体验一下了挺不错的。回去和家人商量了一下，他们也同意，我就去了，运气挺好的，老板一听我还在上大学就很满意的答应了，看来老板也是很看重学历的嘛，嘿嘿！

第二天，我就开始了新的工作，老板让店里的另一个有经验的收银员晓燕大概给我介绍了一下具体的工作内容，细节与注意事项等，看她工作了一会后，我就上手了。干了一会后我最大的感悟是：收银员肯定都是练过的，不然怎么可以如此身手敏捷。到来年关那几天买东西的人是越来越多了，我刚好也适应了习惯了这项工作，比起刚去的几天顺手多了，基本上能做到忙中不乱。最让我欣慰的是我没有给顾客算错过账找错过钱，这点让老板也很满意。

如果一个人对某件事认真到了一定程度，真的是会忘记时间忘记吃饭的，这就是所谓的“废寝忘食”吧！在超市工作的

几天我确实有几次都是这样。我，家里人从来都认为很懒的我居然这样，他们都觉得不可思议，看我的眼神也从不信任逐渐变得赞赏高兴。说实话，平时在家里自己真的很懒，早上起不来床吃早饭，吃饭的碗也懒得刷，衣服有时还是妈妈给我洗的等等。可是，我现在明白了，自己已经不小了，确实该让自己动起来了。

工作有苦有甜，有欢乐也有无奈，有理解也有抱怨，有安慰也有责备。刚开始收钱时动作慢，一个顾客的帐都要算上老半天，后面排队等着结算的人就会用不耐烦的神情不高兴的说能不能快点啊！那时我的心里是心酸的，更是委屈的，人人都有第一次，可是别人从来都不会在乎你的感受。那些天确实很沮丧，店里的同事也经常安慰我说：“刚开始都这样，等你慢慢上手了也是很快的，这需要时间来练习，没事的。”即使是才认识了几天的同事，也让我在这个寒风凛冽的冬天感觉到阵阵温暖，我一定会牢记这份难忘的同事情。

工作在年后的几天就结束了，老板对我的工作也很满意，我也得到了相应的报酬，虽然不多却很沉甸甸。

20xx年是崭新的一年，我已经不是父母严重的小孩儿了，打了一岁就要成熟一些，该为自己以后的人生考虑了。现在的社会是残酷的，竞争日益激烈，必须为自己以后进入社会积累些经验，这样才不会到毕业时手忙脚乱不知所措，才能从容勇敢地应对社会的挑战。

新的一年，新的学期，展现更好的自己，加油！！！！

## **超市收银员实践心得体会篇四**

时光飞速而逝，整日中有收获，有经验，有，有教训，但我自身而言是充实的，我融入了超市大集体中。

从事超市收银工作不长的新人，我的自身素质和离工作要求



还有的差距，但我能够克服努力学习，端正工，向有经验的人员请教和学习，能踏实地本职工作，为超市的发展了应，现在自身工作中遇到的问题有如下心得与体会，也算对工作的总结吧。

二、工作好商品装袋工作，将结算好的商品替顾客装入袋中是收银员工作的环节，不要以为该项工作是最容易不过的，往往该项工作做的不好，而使顾客扫兴而归，装袋作业的控制程序是：时刻为顾客着想，以顾客为优先。

三、注意离开收银台时的工作程序，要将“暂停收款”牌收银台上，用链条将收银员通道拦住，将现金锁入收银机抽屉里，钥匙随身带走或交到值班班长保管，对于暂停收款要以礼貌的请后来的顾客到的收银台结账，并为等候的顾客结账后方可离开。

四、与微笑和的对消费者。人常说顾客上帝，这句话一点也说错，的服务了，整个超市才会的发展，亲和力，于他人亲近了。消费者才会如一家人，才会与超市为家，才能的招来顾客，月的工作经历让我成熟让我理解超市的经营理念，我只希望以我之心，以我之努力换来超市，的。

最后我要团结在超市周围，取长补短，的实践能力，工作能力，交际能力，沟通能力，为我超市发展而努力，为本职工工作而努力。

## 超市收银员实践心得体会篇五

xx吉星店是江苏xx大世界连锁发展有限公司的下属超市，于20xx年9月破土动土，同年12月16日正式对外营业。吉星店坐落于南通市xx西路4号，占地面积4000平方米，卖场面积3000平方米，是集食品，百货，生鲜于一体的综合性超市，也是南通市西部最大的便民超市，周围商圈有虹桥新村□xx路新村，新建路新村，任港路新村等，居民总人逾10万，开业

以来，吉星店一直坚持“便民利民，真诚为您，顾客需求，我们追求的经营方针”，以“千家惠，惠千家”为经营宗旨，两年来接待顾客220余万人次，为数十万居民提供购物便利□20xx年度崇川区卫生先进单位，南通市和江苏省优秀职工小家，取得了良好的经济效益和社会效益。

尝试经商的滋味，体验自己赚钱的艰辛与快乐，因为我是个文科生，需要更多的经验与体会，毕竟身在学校，接触社会的机会很少，趁着寒假想好好锻炼一下自己。

20xx年xx月xx日—20xx年xx月xx日

xx吉星店

财务部收银员临时收银员

实践是真理的试金石。学校是学习理论知识的好环境，社会则是我们实践的场所。我在千家惠超市询问后说会在月底给我电话，他们只要我们在年前最忙的半个月里帮忙工作。不过没想到，一开始他们会让我们去收银。因为对于钱的真假我们分不清，机器的操作也不会，开始时压力很大，立马就有放弃不干的想想法，最终还是不想放弃这难得的机会。最后通过面试，五个人中留下了两个人。我们与店里签过合同，领了员工卡，考勤卡后就跟着来收银员学习两天的收银。我们只是站在旁边看着，并且帮每位顾客装袋，人少时，师傅们会让我们实地操作。通过两天的学习，发现收银员的工作还是很复杂的，远不像我之前以为的只要知道钱的真假就行了，光会算数，会找钱也是不够的。即使是一块二毛钱的青菜，你也要认真的打“枪”扫货，把收到的钱展开，然后说“收您多少钱”，按实收输入电脑，找钱，并高声告知对方“找您多少钱”等，单收现金还好，可是过年期间大家都用的超市返利卡，或者直接刷信用卡，这些操作每项都不同，在学习期间没被少批评。

第三天，我们就开始分早晚班，自己单独开台收银，而不是跟着老师后面学了，当然责任也大了。一旦下班解款少钱，错钱都要自己负责赔偿。虽然压力大，不过还是坚持了下来。

第一、服务态度至关重要。作为一个服务行业，顾客就是上帝，良好的服务态度是必须的。要想获得更多的利润就必须提高销售量。这就要求我们想顾客之所想，急顾客之所急，提高服务质量，语言要礼貌文明，待客要热情周到，要尽可能满足顾客的要求。

第二、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的。在千家惠超市工作时，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，耐心虚心的接受。

## 超市收银员实践心得体会篇六

不知不觉，在超市工作也已经一个多月了。从刚开始的生疏到后来慢慢的熟练，也经历了一番磨练，这期间感触颇多，我不仅学会了很多专业知识，而且也学会了人与人之间的交往，特别是怎样与顾客沟通。这对我来说是莫大的财富，因为曾经我是一个多么不善于与人沟通的孩子。

在局外人看来，收银是件很容易的事，收银员只负责收银，其他方面不用多考虑。刚开始我也是这么认为的，不过后来等我成为一名超市员工的时候我才发现并不是想象中的那么简单。我们不只是收银，每天早上我们来到店里首先要开会，然后才开始一天的工作。上岗时我们要做好上岗5部曲，工作时我们也不仅仅只是简单的收银，在面对顾客时要真心的为顾客服务，特别是在顾客到收银台的那一刻我们自始至终都要把最美的微笑最好的心情带给顾客，在与顾客交流的过程

中礼貌用语更不可少。如：“您好,欢迎光临“请稍等,请拿好”“请慢走,欢迎下次光临”。

在短短的一个多月收银过程中,虽然有时会有些失落,不过,也有过很多的欢喜,特别是每次听到顾客说这小女孩的态度真好,我心里就特开心……还有,每次有不懂的问题时,老员工都会积极的告诉我应该怎么做这都使我特别感动。其实做什么工作都会遇到困难,难免有些失落,不过只要我们能积极的去问努力的去学习,我相信没有什么做不好的。

在工作的这段期间中,我觉得对顾客的服务态度是极为重要的。作为服务行业中的一员,让顾客满意而归是我们对自身的要求。这就需要我们时刻保持好良好的情绪,做到热情耐心的对待每一位顾客,在工作中不要将自己的小情绪带进来,特别是当顾客对你发火时,我们一定要面带微笑真诚的向顾客解释。结账过程中,当商品标价与电脑不符时,我们要及时通知课组人员并进行核实,然后要积极向顾客解释并请顾客耐心等待。还有,就是一定要运用微笑服务,微笑是最为迷人的表情,一个微笑不费分文却给予甚多,懂得对生活微笑的人,将会拥有美丽的人生。

在收银的过程中难免我们会遇到一些刁蛮的顾客,记得有一次周末,超市人特别的多,当时我就遇到了这么一位刁蛮的顾客,由于她得态度极其的恶劣,还用脏话骂了我,当时我很气愤也很激动,所以并没有及时通知主管过来解决问题,而是很无所谓的说了一句“如果你对我有什么不满可以到服务台去投诉我”。就因为这么句话那天我就被顾客投诉了。不过后来在主管的细心指导下我吸取了教训,这不仅让我明白了如果以后遇到这种事就不应该正面和她们发生冲突,而应该找主管及时解决。更懂得了“顾客永远是对的”道理。因为我们每天都会遇到不同的客人,不同的客人有不同的脾气,针对不同的顾客我们应提供不同的服务,因为这一行业不变的宗旨是:“顾客至上”。面对顾客,脸上始终要面带微笑,提供礼貌的服务,要让顾客体会到亲切感,即使在服

务工作中遇到一些不愉快的事情，如果我们仍然以笑脸相迎，那么再无理的客人也没有理由发脾气，所谓“相逢一笑，百事消”，这样一来顾客开心自己也舒心。

## 超市收银员实践心得体会篇七

xx超市是我国的本土超市，属于后起之秀。xx年的河北店是它的第一家店面。运作了3年后，于xx年9月在万新村开了第二家店。二店原址是万顺隆超市。xx超市以收购方式将其吞并。利用其原先的厂房、设备等有形资产，注入自己的先进经验，每年以资金分红形式给合作伙伴以回报。去年4月26日，我所在的这家红桥店正式开业了。店内员工通常都称之为三店。

第一次走进xx超市，对于一切都很新奇。因为每次逛超市都是从正门入口进去，而这次是以员工身份，从旁边的员工通道进去。进去后是个通向地下的楼道，微弱的阳光飘浮在半空，让人产生许多奇妙的幻觉……第一次走还真不习惯，我像个没头的苍蝇到处乱撞，社会实践报告《超市收银员实践报告》。后来才知道所有员工吃饭、休息或者办公都是在地下，这才使得超市卖场显得井井有条。

在人事部正式的报到后，我就真正成为收银部的员工了。前一个星期是让我学习的阶段，每天跟着不同的师傅。我的第一个师傅性格活泼，我在她旁边看了一会儿就跃跃欲试了。于是她让我试试。我小心翼翼接过顾客拿来的商品，对着机器扫过条码。一声“嘟”的长音，商品的价格、名称、编号等都显示在显示器上了。我看看师傅，她对我笑了笑，大概是觉得我当时激动的表情很幼稚吧……在接下来的几天中，我又跟不同的师傅学习了不同的收款方式，增长了好多应变的经验。有的时候条形码扫不上，可以用键盘敲编码，或者没有条形码时要根据不同的分类给不同的科打电话询问。有的时候出现一些超过我的权限范围，需要请示的问题，可以打给总台去广播……总之，面对千变万化的麻烦中，经验

不是学得来的，而是慢慢积累来的，重要的是应变。

一星期后，我不能再在师傅的庇护下生存了。我开始自己收钱找钱，自己装兜，自己负责所要面对的一切一切……幸好大家对于我这个新手还比较照顾，常常询问有没有遇到困难，顾客看见也问我是不是新来的……但是好景不长，没有几天我就麻烦不断了。主管规定我们给顾客装兜时要节约用兜，但顾客常常抢走好多兜回家装垃圾。什么还装别的东西啦，没有车筐啦，走着回家怕兜不结实啦，楼层高啦，回民啦……总之就是有好多各种各样的理由要兜。我真佩服他们怎么会想出这么多理由，而且每个理由还似乎都应该是理直气壮的！如果他们买完东西要去美国我是不是还要为他们准备机票？好像他们来买东西就应该满足他们一切合理或不合理的要求，不行使一下自己“上帝”的主权就吃了大亏！不能像首长一般趾高气扬的指指点点一下就不能满足自己购物的欲望！

还有的顾客买个烧饼就要求用最大的兜装，然后再给她几个小兜，不给就站在那不走！真的像个乞丐一样，让人讨厌！真正的乞丐是可怜，但以乞丐为资本去招摇撞骗就显得令人厌恶！我才算见识到生活在社会最底层的这些民众竟然会沦落得这样！虽然对那一地区的民风淳朴略有耳闻，但没想到竟会奴颜婢膝到这种地步！想起让人汗颜！

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，比如必须在工作中不断学习不断积累，同时搞好和同事之间的关系，而这些东西将让我终生受用。而对于大学生而已，敢于接受挑战是一种最基本的素质。虽然一个多月的实践活动让我觉得很累很辛苦，但我从中锻炼了自己，这些是我在大学课本上不能学来的。它让我明白什么是工作，让我懂得了要将理论与行动结合在一起，让我知道了自己是否拥有好的交流技能和理解沟通能力。而交流和理解将会是任何工作的基础，好的沟通将会事半功倍。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。这是我一个多月来的感受。社会实践使我找到了理论与实践的最佳结合点。

“艰辛知人生，实践长才干”。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗位上发挥的不很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和提高。就是紧密结合自身专业特色，在实践中检验自己的知识和水平。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对基本原理的理解和消化。

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，通过社会实践，让我们大学生提前了解社会，为将来真正走上社会提供宝贵的经验和阅历，也为将来从事任何工作打下良好的基础。

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。暑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。

这次的社会实践让我有了上班族的味道，还有那种忙碌，那种盼望双休日的心情，这种感觉真的很不一样。真的希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

大学生除了学习书本知识，还要进行社会实践。因为很多大学生都清醒的知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代所需的人才。大学生人在实践中培养独立思考，独立工作，独立就解决问题的能力。所以我觉得在校大学生

要借机培养自己的实践和创业能力。同时在实践中帮助别人。

在这个暑假里，我参加了关于农村教育问题的社会实践，在短短一个多月里，我尽我所能，把我所知道的知识全都交给他们，孩子们也都非常认真地学习着。在和孩子们的交流中我了解到，他们大多梦想着成为大学生，成为科学家等，对外面位置的世界充满了好奇和憧憬。但当我问到以后回不回家乡的时候哦，大家都沉默了。也许是孩子们太小，不能理解这件事的含义，也许是另一种思想一直影响着他们“离开农村，去城市才不用过苦日子。

孩子们是渴望知识的，农村也是需要人才和技术的。但一些客观现实又使我们的教育观发生变化，造成人才流失，如今人们的思想不断进步，越来越多的人已经意识到了教育的重要性，但在教育观念上也产生了不同角度的分歧，有部分学生和家长教育观念有些偏激。所以支持农村教育不仅仅知识财力上的帮助，还应是教育人才和教育观念上的帮助。要让孩子们在学习知识的同时学习做人的道理，适应时代发展的观念和全局。

此次暑期实践使我感触颇多，不仅使个人得到了一定的社会锻炼，也帮助了部分小学生，自我感觉是一次成功的社会实践。

## 超市收银员实践心得体会篇八

完成了学校规定的课程后，我来到xx超市的红桥店从事收银的实习工作。使我对超市的运作体系有了初步的了解。

### 一、公司概况

### 二、实习内容

第一次走进xx超市，对于一切都很新奇。因为每次逛超市都



是从正门入口进去，而这次是以员工身份，从旁边的员工通道进去。进去后是个通向地下的楼道，微弱的阳光飘浮在半空，让人产生许多奇妙的幻觉……第一次走还真不习惯，我像个没头的苍蝇到处乱撞。后来才知道所有员工吃饭、休息或者办公都是在地下，这才使得超市卖场显得井井有条。

在人事部正式的报到后，我就真正成为收银部的员工了。前一个星期是让我学习的阶段，每天跟着不同的师傅。我的第一个师傅性格活泼，我在她旁边看了一会儿就跃跃欲试了。于是她让我试试。我小心翼翼接过顾客拿来的商品，对着机器扫过条码。一声“嘟”的长音，商品的价格、名称、编号等都显示在显示器上了。我看看师傅，她对我笑了笑，大概是觉得我当时激动的表情很幼稚吧……在接下来的几天中，我又跟不同的师傅学习了不同的收款方式，增长了好多应变的经验。有的时候条形码扫不上，可以用键盘敲编码，或者没有条形码时要根据不同的分类给不同的科打电话询问。有的时候出现一些超过我的权限范围，需要请示的问题，可以打给总台去广播……总之，面对千变万化的麻烦中，经验不是学得来的，而是慢慢积累来的，重要的是应变。

一星期后，我不能再在师傅的庇护下生存了。我开始自己收钱找钱，自己装兜，自己负责所要面对的一切一切……幸好大家对于我这个新手还比较照顾，常常询问有没有遇到困难，顾客看见也问我是不是新来的……但是好景不长，没有几天我就麻烦不断了。主管规定我们给顾客装兜时要节约用兜，但顾客常常抢走好多兜回家装垃圾。什么还装别的东西啦，没有车筐啦，走着回家怕兜不结实啦，楼层高啦，回民啦……总之就是有好多各种各样的理由要兜。我真佩服他们怎么会想出这么多理由，而且每个理由还似乎都应该是理直气壮的！如果他们买完东西要去美国我是不是还要为他们准备机票？好像他们来买东西就应该满足他们一切合理或不合理的要求，不行使一下自己“上帝”的主权就吃了大亏！不能像首长一般趾高气扬的指指点点一下就不能满足自己购物的欲望！

还有的顾客买个烧饼就要求用最大的兜装，然后再给她几个小兜，不给就站在那不走！真的像个乞丐一样，让人讨厌！真正的乞丐是可怜，但以乞丐为资本去招摇撞骗就显得令人厌恶！我才算见识到生活在社会最底层的这些民众竟然会沦落得这样！虽然对那一地区的民风淳朴略有耳闻，但没想到竟会奴颜婢膝到这种地步！想起让人汗颜！

在打过几场架后，主管、经理纷纷找我谈话。他们也知道这些顾客的水准，但毕竟顾客就是上帝。他们只是告诉我这种人见多了就习以为常了，而且和他们争论并不会有什么结果，和他们争论是没有道理可讲的。但我始终认为服务业也要有自己的骨气！我始终保留我的观点！

后来这样的顾客见

多了，果真我也就不和他们认真，都能微笑面对了。有的顾客买了几块钱的东西，给了我6张信用卡，每张卡里只有1毛钱。我只好让其它顾客到别处去排队，给她慢慢刷卡……还有的顾客推来一车商品，结帐时只挑选其中的几样，其它的都不要了……由于xx超市是不收分钱的，所有分钱全部免去。所以一些常去的顾客都知道这种规定，买的商品每个单独结帐，这样一来，有的商品可以省去好几毛钱。只是苦了我们这些收银员，每样商品分门别类装兜，分别记帐，再加上有的顾客什么都想打听明白，鸡同鸭讲的纠缠不清，很容易就算错帐。

每天晚上顾客都走了我们开始日结这一天收款的情况，先从1毛1毛开始数出400元的备用金，用来作为下一天的零钱。然后把一天所收的现金、信用卡、购物券，偶尔还有其它支票、免单等票据，一同数清写出单子上交。

金库设在我们收银部，用来查算我们每天日结的情况，平时还给我们换零钱。但银行与金库的兑换率只在4%，所以零钱是不能随便换给我们的。没有零钱时我们就只能找顾客要，

比如27.7元，如果顾客给50元，可以询问一下是不是有3.2元零钱，那样找给他们25.5元就可以了。

还有的顾客故意不把东西从车里拿出来结帐，或者孩子手里拿的东西没有结帐，这样一经发现，都将作为错扫、漏扫归为收银员的责任。每个单品扣款20，防损部门发现的人给提呈10元。虽然这样，错扫、漏扫的情况还是不能避免。我想，每一样商品未经结帐流落出去，都将造成成本的损失，降低营业收入，成本和收入降低了必然会引起费用的损失，影响毛利，最终关系到公司整个的利润。

### 三、心得体会

通过这一个多月的实习，我意识到了学校与社会的不同，学校里有了错误，老师会给机会让你改，但是社会上没有人会给你机会，甚至兴趣盎然的看着你犯错。老师眼里你永远是孩子，但在社会上，你要提防着随时会有同类冲过来，咬断你的脖子！

可能别的同学会很感激那个让她们实习过的地方，甚至很怀念那段懵懂、青涩的时光。但是我恨那个地方，那群奴性的嘴脸，那个苛刻、森严的制度！许多老收银员常常到一个月的最后一天，发现短款100多，再加上请个病假之类，半个月的工资就扣光了。每天都是超负荷的劳动，许多人都不愿意去干，为了生存又不得不干。

曾经和主管讨论过提高员工素质的问题，但是主管的态度是：“这些人的素质决定了她们只能干这种工作，所以想提高她们的素质谈何容易！”而且就算有机会培训她们，她们肯学吗？家里孩子大人都等着吃饭呢，谁要听你唠叨！我想现实就是这样的吧，残酷、冰冷！

稍稍有些能力的人都远走高飞了，留下能长久的干这一项工作的人都是或有这样那样原因而需要这样一份工作收入的人。

这些人整日奔波，连忙着给孩子穿衣吃饭都应接不暇，又怎么能要求他们去提高自己的工作质量？正因为清楚的知道这种情况，所以公司就任由其发展，来个适者生存，反正中国的劳动力市场是取之不尽的。如此恶性循环，我看不出公司将会有什么发展前景。当一些人在超市里疯狂购物，大肆挥霍的时候，我清楚的看到了许多人为多拿一个塑料兜算计打算，为如何节省9分钱而分别结帐，为选一件廉价商品而节衣缩食，反复挑选。那些曾经和我有过口角的可怜又可爱的人们。我不禁想起杜甫的名句：朱门酒肉臭，路有冻死骨。

可悲又无奈的社会现实。其实有很多人都会像我这么想，只是谁也无力去改变什么。也许一个好的政策传到基层就已经变味了，谁能等到就是幸运的！

## 超市收银员实践心得体会篇九

夏日炎炎，太阳高照，闷热了两个月的暑假也即将要结束了，在这两个月的时间里，我没有浪费到，除了做了有关自己学生必须要做的事情之外，我还做了一件对于我来说很有意义的一次社会实践，那就是我在这段期间，去超市里当收银员，充分了体验了一把收银员的工作，下面是我对这次社会实践的一个简单的报告记录。

我不想让自己假期的两个月都浪费掉，也想着锻炼自己的社会实践能力，之后能够更好的融入到社会，能够更好的和社会上的相处，所以我选择了超市收银员这样的工作岗位来锻炼自己，也可以在这个岗位上养成一些好的习惯，比如细心，改掉那些粗心大意的毛病，也可以从中学习到认钱数钱这些以后在社会上都能用到的基本技能。

超市收银员的这个工作岗位是轮班制的，我是在我家附近的超市里，是两班倒的制度，是7点上班到下午2点下班和下午2点上班到晚上9点下班，两班倒的时间是一个星期轮一次。我刚上班的时候是从下午2点开始上班的，我觉得这个时间挺好

的，因为早上我可能起不了那么早。

我刚开始工作的时候，主管手把手的教我如何使用收银的机器，如何快速的识别商品包装上面的价格条码，我没有做过这种事情，刚开始的时候手忙脚乱，结账的人小还好，要是碰到人多一点的时候，我就开始紧张，速度也会无形的减慢了很多，主管在旁边鼓励说不用怕，慢慢来，不用出错就行，可能因为是在家附近，都是邻里邻居的，也没人会催我，我才安心不少。连续工作了几天，也慢慢上手了，速度也越来越快，我心里还是很高兴的。

在超市做收银员的日子过的很快，一个月的时间好像眨眼就过去了，我也通过一个月的努力，得到了我的人生中第一份薪水，虽然不是很多，却让我感到很满足。不过中间也还是有不足的地方，就是我在收银的过程中收到过一张假币，因为我没有什么经验，就这样被骗了，之后就自己的薪水里扣掉了。从这次的事件看出，我还是太嫩，以后要学习分辨真假钱的区别，也要学会提防别人，所谓害人之心不可有，防人之心不会可无，就是这个道理。这次的社会实践，我觉得是很有意义的，下次假期的时候，我应该要多参与这次的社会实践活动。