

2023年大学生假期社会实践主要内容 大学生假期社会实践个人总结(实用5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看。

大学生假期社会实践主要内容篇一

每一天，都是一个开始，都是一段忙碌的行程。

7月17日晚召开了一场所有实践队员参与的会议，会议确定了各小组人员安排，并明确了这几天活动的日程安排，由苏州大学计算机科学与技术学院新闻中心带队的“召唤野百合的春天”外来务工子女教育调查暑期社会实践小分队户外活动正式开始！

走访可谓本次实践活动的重中之重了，每个参与调查的队员都感慨颇多。最开始的调查走访主要是针对家长的，从消除家长们的戒备心到后面与家长真心相对聊一些比较深入的问题，不得不说这是一个比较艰难的过程。当太阳缓缓炙烤大地的时候我们挨家挨户的走访，在质疑的眼神中解释我们活动的目的，用自己的汗水与耐心换回一份最真实的资料。几天活动下来，却没有一个人叫苦叫累，不知觉中，即使最娇弱的女孩也被改变。也许是忽然间发现，相对于他们，我们已经幸福太多。

由于培训班的顺利进行，对小孩子的采访相对简单许多，除了问卷上面的已定问题我们又咨询了许多其他相关信息，在调查中，心一点一点被怜爱填满。他们都是很可爱的孩子，可是却有许多孩子因为家庭的原因过早的早熟，承担了一份

本不应该他们承担的责任，失去了本属于他们的童年与快乐。

培训班主要教程包括简单电脑操作、绘画练习以及英语趣味教学。

电脑操作包括word、excel、ppt的简单操作和打字练习。前几天孩子们一直是在队员们的指导下进行练习，打开word打字，变换字体，变换颜色，居中，换行……每个人都认真而严肃，电脑室里一片紧张而祥和的气氛。队员们也都十分认真，耐心的讲解着操作的简单要求，甚至手把手的教着他们，仿佛他们都是自己的弟弟妹妹一般。

最后一天时电脑室举行了一场小型的操作比赛，就这几天的教学进行了一个成果展示。比赛时，安静是电脑室里最大的特征了，每台电脑前都坐了一个或两个孩子，表情都很严肃。当队员们发下比赛的试卷时，几乎每个孩子都立刻打开word开始操作，有苦苦思索的，有胸有成竹的，有微微一笑的，也有愁眉苦脸的，但每个孩子的脸上都流露出一种向往与认真。比赛愈烈，气氛愈紧张，当比赛结束后，大家都长长地嘘了一口气。最终，13岁的匡勇获得第一名。

绘画处以女孩子为主，也比较安静祥和。女孩子们安静的坐在那，洁白的画纸的边角上都贴了一张张可爱的卡通画。每个孩子都认真的埋头作画，力求展示自己的最高水平。当白色的画纸上逐渐显露出一个个可爱的卡通人物，当年幼的宝宝拿着画笔认真的涂抹涂色画本，当孩子们相视一笑心灵契合，他们作出的不仅仅是一幅幅美丽的画，更是体现了美术的真谛，获得了心的宁静。

成果展示时，她们也交出了最满意的答卷，一张张可爱的卡通画，一幅幅美丽的画卷，一张张灿烂的笑脸，相机快门按下的一刹那，将她们永远的定格。

对于电脑室和绘画处的安静，英语培训处则是笑声阵阵，趣

味盎然。英语培训处除了几个三四年级的稍微大一点外几乎都是六七岁的小孩。众所周知，英语的学习，更重要的是兴趣的培养，所以英语教学注重的是趣味教学。一些可爱的课件，一些经典的英文歌，一些常用的词汇都让这些孩子们听得认真而开心。几天的教学下来，一些旁听的家长们也都露出满意的笑容。

最后一天成果展示时，孩子们坐成一排，眼睛紧紧地盯着电脑屏幕，当传来熟悉的“happy birthday”“happy new year”“the more we get together”等的伴奏时，他们张大了嘴，童稚的歌声回荡在大大的会议室，飘荡的很远很远。

活动过程中，7月21日是在联青社区的安全主题日，我们举办了一场安全知识普及教育讲座。安全知识讲座主要是由暑期社会实践小分队队长韩林祥主持的，讲座以动画ppt展示和讲解相结合，既能够充分调动小孩子们的积极性又达到了真正教育他们的目的。讲座过程中，讲解者从消防安全、交通安全等等几方面着手，通过ppt的展示体现安全知识的重要性，而且与孩子们进行充分的互动，当讲解者最后就几个简单的常识性安全问题提出问答时现场气氛更是浓烈，几乎每个小孩子都张大嘴巴大声的一致地说出自己的答案，令人惊叹。讲座过后还进行了安全知识问卷调查活动，每个小孩和家长都填写的十分认真，让我们获取到了第一手的资料。

同时7月20日在长岛社区也举行了一场安全讲座和“word不为人知的秘密”讲座。长岛社区位于葑门街道，人员接触繁杂。活动中首先由两位人民警察做了安全知识教育讲座和暑期犯罪案例介绍，讲座从人们身边的日常小事入手，分析入情入理，以各种角度对人们的日常行为提出种种安全隐患，并反复强调小孩安全教育的重要性。

安全教育讲座结束后是由我们暑期实践小分队队员黄勇同学做的“word不为人知的秘密”讲座，主要内容为用word制作

动画，内容新颖而生动，现场反响极其热烈。小孩子们纷纷托着腮眨着大眼睛紧紧地盯着大屏幕，随着讲解员的讲述流露出新奇、不解、渴盼、解惑、开心等等生动的表情，并在讲座结束后意犹未尽的围着讲解员再次就一些问题提出自己的见解，将现场的气氛推向一波又一波的高潮。

当最后一天7月23日的活动接近尾声时，我们的心里都紧紧地被这些孩子们占据着。经过讨论我们买了一些教辅书、励志书、童话书以及速描画本赠和一些文具送给这些让人爱怜的孩子。不管怎么说，他们的出生就注定了与城市孩子之间的差距，我们只能尽我们最大的努力为他们做一些事。最后成果展示后几乎人手一本笔记本和一支笔，获得名次的孩子们还得到了更多的彩色笔、我们队员画的画等奖品。每个孩子都笑得好开心好开心，那是世界上最美丽的笑颜。

“哥哥姐姐再见！”

“哥哥姐姐还会来吗？”

“再来看看我们好不好？”

很心酸却也很欣慰。

7月24日至25日，资料整合，结果分析。

又是两天的不眠不休，几个主要的负责人一直聚在一起，整理问卷，深入挖掘，讨论结果。一张张白纸上画满了“正”字，各种图纸一一排开，横向纵向各个点都不放开，力求得出最真的资料。

活动到现在已经不仅仅是在做一个简单的实践，更是为了这些可怜的孩子，我们能为他们做的很少，但我们也要尽我们的全力！

大学生假期社会实践主要内容篇二

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。下面小编就和大家分享大学生假期社会实践活动总结，来欣赏一下吧。

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。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！

一、管理者的管理

在公司里边，有很多的管理员，他们就如我们学校里边的领导和班级里面的班干部。要想成为一名好的管理，就必须要有好的管理方法，就要以艺术性的管理方法去管理好你的员工，你的下属，你班级里的同学们！要想让他们服从你的管理。那么你对每个员工或每个同学，要用到不同的管理方法，意思就是说：在管理时，要因人而异！

二、自强自立

俗话说：“在家千日好，出门半”招”难！”意思就是说：在家里的的时候，有自己的父母照顾，关心，呵护！那肯定就是日子过得无忧无虑了，但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自己一个人去解决，在这一个多月里，让我学会了自强自立！凡事都要靠自己！现在，就算父母不在我的身边，我都能够自己独立！

三、认识来源于实践

一切认识都来源于实践。实践是认识的来源说明了亲身实践的的必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发 展，不断提出新的问题，促使人们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，人的认识能力也就不断地改善和提高！马克思主义哲学强调实践对认识的决定作用，认识对实践具有巨大的反作用。

认识对实践的反作用主要表现在认识 和理论对实践具有指导作用。认识在实践的基础上产生，但是认识一经产生就具有相对独立性，可以对实践进行指导。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。只学不实践，那么所学的就等零。理论应该与实践相结合。

另一方面，实践可为以后找工作打基础。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。

要学会从实践中学习，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，才能在竞争中突出自己，表现自己。

四、专业的重要性

选择了管理为专业的我，在这次实践中自然比较关注这一环。虽然在实践中只是负责比较简单的部分，但能把自己在学校学到的知识真正运用出来也使我颇感兴奋！

在学校上课时都是老师在教授，学生听讲，理论部分占主体，而我自己对专业知识也能掌握，本以为到了企业实践应该能够应付得来，但是在企业里并没想象中如此容易。

所谓“逆水行舟，不进则退”，企业要时时保持着这种竞争状态，才能在市场中立于不败之地，就因为这样，企业会对每一个在厂的员工严格要求，每一个环节都不能出错，这种要求在学校课堂上是学不到的，在学校里可能会解一道题，算出一个程式就行了，但这里更需要的是与实际相结合，只有理论，没有实际操作，只是在纸上谈兵，是不可能在这个社会上立足的，所以一定要特别小心谨慎，而且一旦出错并不是像在学校里一样老师打个红叉，然后改过来就行了，在工厂里出错是要负上责任的，这关乎工厂的利益损失。

五、小结

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。

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。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。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。

要学会从实践中学习，从学习中实践。而且在中国的经济飞速发展，又加入了世贸，国内外经济日趋变化，每天都不断

有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，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，才能在竞争中突出自己，表现自己。

在餐厅里，别人一眼就能认出我是一名正在读书的学生，我问他们为什么，他们总说从我的脸上就能看出来，呵呵，也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧！我并没有因为我在他们面前没有经验而退后，我相信我也能做的像他们一样好。

在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去 做，而且要尽自己的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。

在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自己的能力！

记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。

记得在我校举行的招聘会上所反映出来的其中一个问题是，学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距。在这次实践中，这一点我感受很深。在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到；而在实际工作中，可能会遇

到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。

有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢？这是社会与学校脱轨了吗？也许老师是正确的，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。

我们也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了课堂上地认真消化，有平时作业作补充，才能比一部人具有更高的起点，才有更多的知识层面去应付各种工作上的问题。

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，社会实践必不可少。毕竟，1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。

大学是一个小社会，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。

一、实践活动目的

1. 理论联系实际，学会运用所学的基础理论、基本知识和基本技能在暑假去参与到具体的工作中。
2. 培养艰苦创业精神和社会责任感，形成热爱专业、热爱劳动的良好品德。
3. 使我能够从理论高度上升到实践高度，更好的实现理论和实践的结合，为我以后的工作和学习奠定初步的知识。
4. 进一步培养自己的业务水平、与人相处的技巧、团队协作精神、待人处事的能力等，尤其是观察、分析和解决问题的实际工作能力。
5. 提高自己的实践能力和综合素质，有助于自己以后更加顺利地融入社会，投入到自己的工作中。
6. 预演和准备就业。找出自身状况与社会实际需要的差距，并在以后的学习期间及时补充相关知识，为求职与正式工作做好充分的知识、能力准备。

二、实践时间

我于20xx年x月x日到x月x日在xx有限公司分公司进行了为期两周的实践活动。

三、实践单位

x集团始创于x年，在各级领导、社会各界的关心支持下，现已发展成为集食品饮料、重工机械、园区开发、工程建设、地产运营、国际贸易等多元互动、和谐共举的企业集团。

四、实习过程

暑假是大学生们有机会在社会里得到锻炼的时期，机会不是每次都有的，错过了就永远失去了，所以为了不让眼前的机会白白的从身边溜走，我下定决心一定要在最短的时间内找到一份差不多的工作，不管是什么，累与不累，只要是能发展自己的平台，能让自己收获的平台，我们都应该去尝试，作为未来的创业青年，我们应该高瞻远瞩，累永远是最后一位，勇气是头，我们是先锋，放大胆，鼓起勇气去尝试一见自己从未做过的事，无论成与败都会收获不小。

我从家附近先找起，发现墙上贴的招聘启示，业务员和店员，我毫不犹豫选择了xx有限公司分公司业务员的这份工作，我由于有很强的语言表达能力和认真的态度很快赢得了别人对我信任，就这样他们答应我去上班，每个月只有800，50块的电话补助和50块车补，块生活补助，加起来也就，也许车费都不够，但我答应了，他们用一下午给我讲些有关产品和推销方面得知识，第二天我就开始工作了。

由于天气炎热，我选择了每天上午8：00到11：00，下午4：00到6：00，这个时间才出去工作，因为业务员的时间是自由支配的，只要你能完成一定量的业务量，不管你怎样跑，你最起码要给老板带去一定的收益，人家才会充分信任你，肯定你，自己才会感到自己存在的价值，我每天7：00准时起，搭公交去城市的每个我们产品的专卖点，小超市，商店，记录产品销量与业绩状况，存在什么问题，怎样才能很好的解决，以后基本上每天晚上我都会积累下一点小小的经验，凭借这些宝贵的财富，业务这一行我开始干的得心应手，

慢慢变的老练了，给了我更多的动力。让我更有信心干好其他每件事。

20xx年暑假，我没有一直宅在家，而是出去实践，即便时间不长，但是收获匪浅。这一次的实践，让我见识上班族的生活，了解了一个快递公司的工作流程，一个客服人员的工作，接触了快递物流领域。实践过程是体验上班生活的过程，所做的事情也许很繁琐，可是却是一种难忘的经历，有无奈，有历练，有见识。当代大学生应该大胆地走出去，训练生存能力。

一、实践目的

- (一) 体验社会，锻炼自身生存能力。
- (二) 从事服务行业，学会与别人沟通的技巧。
- (三) 熟悉一个快递公司的运作流程，获得工作经验。

二、社会实践内容

(一) 20xx-x-至20xx-x-x□辅助公司客服做月结

快递速递公司是全国性快递公司，我所实践的地点是站点。快件分为收件和派件，收件是指其他站点发到本站点的快件，派件是指本站点的速派员在本站点的服务区域范围内收到的要发到其他地区的快件。快递费用的支付分寄付(寄件人付费)和到付(收件人付费)，另外还有月结，即对于一些有长期业务合作的公司可以选择一个月结一次账，快递公司留有每一件快件的面单，面单上记录运费，每一件收件和派件都会记录在电脑中。与许多单位企业有长期合作，快递公司每到月底会进行月结，即用计算器人工算出月结客户的x月费用总和，再与电脑上的记录进行核对，若出现核对不一致的情况，则找出错误记录，漏记的快件单号，核对一致后，在

首张面单上写上收件费用和派件费用和总计费用。每个月结客户的月结费用表格形式整理打印出来，按区域划分，交给负责各区域的业务员，业务员再到各个公司进行结算。

在这段期间，我将大碟大碟的面单按公司名称分类，一直按着计算器算出x月份各大公司的快递费用总和，与电脑上的数据进行核对，确保正确。这是很费心的工作，由于面单上的数据人工输入过程，在按公司名称整理面单的过程，用计算器算出费用总和的过程都有可能出错，有的数据反复计算却会得出不同的结果，所以会比较劳神劳力。

(二) 处理问题件

一些快件的收件人电话号码错误，或电话关机，或收件人的收件地址超出递公司的服务范围即超区，业务员无法派送，收件人不愿意到本站点自提快件，或者快件在派送过程中有所破损或错寄，客户表示不认识寄件人要求退回……出现这样问题而无法送到收件人手中的快件即为问题件。

作为客服人员，要及时处理问题件。对于超出快递公司服务范围的快件，客服人员要先打电话给收件人，说明情况并让收件人到本站点自提文件，若客户愿意到本站点自提文件，客服就要向客户说明本站点的具体地址，再将快件放置在专门的框框里，以备客户自提。

对于所有的问题件，要将情况上报全国联网的系统，并通过将收件问题上报给快件的发出站点。发出站点的客服联系寄件人后确定解决方式后会及时通知本站点的客服。对于破包件，确定重量没少后，通常由本站点再包好后送出。对于电话号码错误的情况，发出站点的客服通常会联系寄件人确定收件人新的联系方式，再将信息通过通知给发出问题的站点客服，客服及时做处理。对于超区，客户不自提的快件，发出站点的客服通常会选择转出即让其他快递公司送出。

(三) 上传本站点发出和收进的快件数据

其他站点发到本站点的快件本站点发往其他站点的快件在进入仓库时，经过业务员用巴枪扫描器进行数据扫描，在业务员开始派件后，客服人员将巴枪数据上传到全国联网的系统，这样在网上进行查询时系统即可显示正在派送。再将本站点收进的快件与系统上要发至本站点的快件数据进行对比，得出有发无到的快件数据，将数据发至讨论群里提醒发出站点及时跟进。

(四) 接电话，服务客户

有公司或个人打电话进行询问一些情况，例如快递公司的收费计算方式，能否派送到x市x镇，对于这个问题要查找电脑上全国最新服务范围表或打电话给相关站点进行询问。收件人或寄件人打电话进来查询，一些快件是否正在派送，派送到哪里，大概何时会送到收件人手中，若已被签收，是否为本人签收……对于这类问题，客服人员在系统上输入快件单号即可查到想要的信息。

这种工作比较繁琐，在接电话是要注意礼貌用语，有的客户不愿自提快件同时会对快递公司的服务表示很不满，对客服人员抱怨个不停。有的客户的快件比较急，总是打电话进来催件，就是让业务员优派某个快件……这些情况频繁出现，一个人会忙不过来，所有在处理这些问题时要分清轻重缓急。这种工作比较考验人的应对突发情况的能力和耐力。

三、实践的收获

(一) 与人的沟通很重要

与别人的沟通在平时学习和工作中起很重要的作用，特别在一些特定的工作中，沟通是不可少的。在刚刚接触一样事物时，只有通过与他人充分的沟通，说明自己的不解，在与别

人的交流中增长自己的见识并认识工作的原理。与别人的沟通要讲技巧，遵时守时，互相尊重，互相配合，互相理解。

作为客服人员，最常做的事情就是通过电话与别人进行沟通，有时是将别人给自己说的信息准确无误地传递给另外一个人，在传递信息的过程中，关键处说的不清晰时就会影响工作，导致效率低下。在接电话，打电话时说明身份，让客户知道你是做什么的，报上公司的名字，自己的名字可以省略。

(二) 处变不惊，淡定，事有轻重缓急

处变不惊的应对力，拥有承受打击的能力情绪的自我掌控及调节能力是一个优秀客服不可少的品质。有些客户认为花了钱买的服务很不值，发觉服务很不周到，就会在电话中对客服大发不满，客服只能忍耐，不能与客户发生口舌之争。客服要熟悉公司的运作原理，能对各种问题进行分析解决，不推脱，不推诿，不耽误。客服的工作比较繁琐，所以要分清轻重缓急，提高办公效率。

(三) 学习无处不在，在实战中发现自身存在的能力缺陷，有意识地自学

在工作的过程中，我也发现自身存在的能力的缺失。在别人眼里，大学生是很难得的，处事能力要比别人强，其实不见得，处事能力是来源于基于实打实的经验。在课堂里所学的知识不一定在工作岗位上都能用上，并且在工作岗位上所需要的技能不一定都能在课堂里学得。在同一个岗位上工作一样长的员工所收获的东西有可能不同，在岗位上有意识地自学，增长自身的知识储备的这一过程是最宝贵的。

在此次实践中，我经常听说各种各样的地名，省内省外的都有，有地级市，县级市，或是本县的各个城镇，由于我长期不在老家，对县内的各个城镇的地理位置不熟悉，当别人问我，能否派送某镇某村，我不能马上答上来。在平时在工作

比较闲的时候，多看看地图，看后才发现自己对家乡是有多么不了解。

(四) 工作中感受艰辛，每行每业都不容易，平时更要多多谅解

公司的业务员总是顶着大太阳去跑业务，客服人员的繁琐地工作中时时有可能受气，因为在任何环节都有可能出错，有的客户很好说话，很谅解，但有些客户故意找茬……经过这次实践我更是认识到工作的艰辛，生活中彼此谅解，感同身受会在不经意间产生影响。

(五) 发觉知识的重要，珍惜学习的机会

现在的大多数人的工作都离不开计算机，电脑在人的生活中的地位不言而喻。新的信息不断出现，要理解新的信息，就要具备跟专业的知识。另外，一个不具备电脑打字技能的人无法担任此类工作……信息在更新，头脑也需要更新，因此要珍惜学习的机会。而且这种学习的机会不仅仅在大学课堂里。

大学生假期社会实践主要内容篇三

实践报告是进行实践后的报告;是指有目的、有组织、有计划的深入实际、深入社会，对完成的社会实践活动的一个总结报告。下面本站小编整理了大学生假期家政社会实践报告总结，供你参考。

为响应学校关于20xx年暑假社会实践活动的安排意见的号召，充分发挥社会实践在服务大学生成长成才中的重要作用，真正让自己从实践中受益，我在放假后第二个星期就行动起来，按照“就近就便”原则，选择了位于森林半岛的保洁家政服务

务有限公司作为自己的实践战场。

迪邦保洁家政服务有限公司，经过几年的发展，迪邦保洁现在在市内很受客户欢迎，已经打出了品牌。看到两位年轻老总现在的辉煌成就，自己不仅羡慕不已，同时又嫉妒。我想我在毕业后也同样可以拥有自己的事业，经过自己的辛勤与努力，自己也可以取得骄人的成就。那一刻，我暗下决心，我将认真、努力学习，将来用自己的专业知识和自己的付出去开创一片属于自己的天地。别人做到的，我没有理由说做不到，我会坚持我的梦想，直到实现的那一天。”

经过简单的培训，我成为了一名最基层家政保洁员。我的工作简单而又轻松，室内保洁，就是搞好室内保洁，以擦玻璃为主，使用专业的玻璃擦。刚开始一个人到客户家工作我还不能胜任，是一位经验丰富的老师傅带着我到客户家工作的，有什么不懂的地方我都虚心向师傅请教，师傅教的也很耐心，我也没有辜负他的厚望，没几天就掌握了所有技巧和程序，完全有能力自己到客户家工作了。在这过程中，我觉得虚心向别人请教是提高自己的一个便捷且迅速的途径，孔夫子曰：“不耻下问”，说的就是这个道理。这项工作很特殊，因为要亲自到客户家里去服务。预约我们公司服务的客户大都是有钱人，来到他们家里，每每都会惊叹，他们家中的布置真的是太豪华了，我去过的小区中，众博花园、天地会城、市人民银行宿舍等尤为奢侈，高档的地板，每三个月就做一次保养，宽敞的房屋，精美的装修，华丽的摆设以及先进的设备等，凡此种种皆让人目眩，让人垂涎。这样的住宅充分说明了时代的发展，经济的腾飞，社会的进步，否则，绝不会有这样的生活环境。这样的家居环境，不禁令人感叹我们伟大祖国的强劲发展活力和一代代中国人不懈的拼搏和努力。”我深刻体会到，我们的祖国正在腾飞！我们的国家正日益强盛！

为了方便工作，我买了一辆二手自行车，每天早上六点起床，七点半到公司报到，

八点正式出工，晚上五点左右下班，有时候会加班到八九点。连续工作好几天，简单的工作也会感到疲惫，晚上睡觉还得俩人挤一张单人床上。为了省钱，早上和中午只是吃饼，晚上回招待所吃馒头咸菜。这样的日子，说实话，真的觉得自己好委屈，从小到大都没有吃过这样的苦，但回头想想，其他同事不也是和我一样吗，他们能坚持下来，我也可以的，我相信自己是最棒的，我自信！于是，咬紧牙，继续坚持着。

到客户家工作，与客户面对面交流是在所难免的，偶客户会生气、会恼火，甚至对公司有什么意见也会一并朝自己身上发，自己也会烦，也会恼，但是作为公司的工作人员，不仅要维护好公司的声誉，还必须要对客户示以微笑，让客户平静下来。遇到这样的情况多了，自己也有应对的技巧了，知道该说什么，该怎么说才会令客户满意。这着实锻炼了自己的交际能力和口才。

努力学习专业知识，将来在中华民族伟大复兴的征途上奉献力量，实现自己的人生价值。我们相信在我们伟大党的领导下，我们新一代大学生定不辱使命，为祖国的繁荣昌盛奉献青春！

在实践的这段时间里，我通过自己的努力奋斗，体会到了工作中的酸甜苦辣，这时才发现自己是最幸福的。因为我还在学习的阶段，还没能真正地接触事业，没能真正地了解到工作的难处和辛苦。想起来，还是觉得自己现在还是不错的了，能在这么好的环境下读书，为以后的工作打下基础。是这一次社会实践给了我学习的机会，同时也给了我一次记忆深刻的经历。在实践的过程中，我认真、负责地做好每一件自己该做的事。社区实践活动提高了我们的社会实践能力，引导了我们接触、了解社会，增强我们的社会责任感和社会适应能力。在竞争如此激烈的今天，对于我们这些初生牛犊的学生们，独立的培养和社会的洗礼是多么的重要。在这个更新速度超快的今天，如何适应社会也是我们即将面临的困难。对于现在的我们，越早接触这个日新月异的社会，就意味着我们越能适应它。原本以为自己学会了一些基础的知识就够

了，可到了实习的时候才知道原来自己要学的东西还有很多，以后自己要走的路还很长，不能只安于现状，一定要奋勇直前。

在此，我要感谢学校组织了这次实践活动，实践说明它是很有意义的也是很有必要的，希望学校以后多开展这样的活动，让我们在实践中成长。其次，我要感谢我的实践单位，谢谢迪邦保洁公司给了我这样一次锻炼自我的机会，希望企业多为我们大学生提供一些实践岗位，也衷心祝愿企业越走越远，越做越强。最后祝愿我们伟大的中华民族日益繁荣昌盛！

课堂上听孙冬梅老师说长春惠安家政公司有一个暑期项目是“大学生陪读”，她觉得挺不错的，既增强学生的社会实践能力，也能帮助部分家庭困难同学解决实际问题。可谓一举两得。我想这个项目应该和“家教型保姆”相差无几，所以就去惠安家政公司登了记，我想趁暑假锻炼一下自己、长点见识、赚点钱，“我不想让暑期白白荒废掉”。我认为，作为暑期实践，大学生出来当保姆能够培养自己的耐心，至少能更好地锻炼自己适应生活的能力。更何况我本身学的是家政专业。当时之所以选择家政专业，就是认为它是冷门，将来前景广阔。我想借此机会把学校里学的东西好好实践一下，体验一下跟我们专业相关的实践。

我的目的：“想提前融入社会”

□

对社会的调查：“大学生成为‘合二为一’型保姆最佳人选”

“家教型保姆”主要是针对幼儿园至小学的孩子，很受双职工家庭和白领家庭青睐，在家长中反响良好。随着暑假来临，勤工俭学的大学生成为这种职业的最佳人选，他们在孩子基础知识教育，以及一些动脑、动手活动方面很受家长信赖。

而在实践中，“合二为一”的大学生保姆也迎合了一些家长的需求，十分受欢迎，不少工作繁忙的父母很难抽出精力来照顾好孩子的学习，有时连孩子的日常饮食也难以保证。而单纯找家教或者保姆都难以照顾好孩子，所以许多家长都希望能把保姆、家教合二为一。不仅能辅导孩子功课，还能陪着孩子聊天、上网、娱乐，送孩子上兴趣班，甚至还能适当做些家务，这对父母来说，省心不少。

“家教型保姆”在暑期的需求量很大，很多家政公司都会收到几十位家长打来电话咨询、预订“家教型保姆”。

大学生保姆的一天

我从7月21日开始上班工作的，不到一周的朝夕相处，我已经俨然成了小峻(化名)的朋友、保姆兼老师。小峻的家长给我的任务就是安排好小峻假期里每天的学习生活，并且要求他通过言传身教改变小峻的一些坏习惯。

每天早上7点整，我就会叫醒小峻。一天的时间安排得很紧凑，先是整理床铺，然后洗漱吃早餐，8点的时候，小峻已经开始朗读英语，通过朗读可以增加语感。9点读完英语，小峻开始做学校老师布置的假期作业，有不懂的问题会随时向我请教，直到11点30分，小峻是绝对不可以上网或看电视的。

午饭由我和小峻联手完成。我发现小峻的动手能力很强，就让小峻负责炒菜，自己则负责洗菜、切菜，两个人的配合越来越默契。小峻有个坏习惯：不爱整洁、乱丢东西，经常吃完饭一推碗筷就看电视去了，我则要求他一定要洗完碗筷收拾干净才可以休息。

下午我就给他预习四年级的课程，包括语文、英语、数学，一上课的方式，必须遵守课堂纪律，一直到下午三点。五点我会和他做游戏，一直到晚饭。吃完晚饭，看会电视，洗澡睡觉，我会交给他洗澡的方法，洗头的方法，告诉他自己的

事自己做。九点钟按时睡觉。

很多人会有疑惑：大学生当保姆是不是人才的浪费？

我要告诉你们的是：首先，大学生保姆对应的只是假期市场，在大学生保姆团中，最受雇主青睐的是英语专业的大学生，其次是理工科专业的学生，主要原因是能够给孩子辅导功课。一些家长请大学生保姆的主要目的是看管孩子有大学生愿意做保姆，有家长愿意请大学生保姆，就促成了这个市场的形成。其次，短期社会实践谈不上人才浪费。大学生利用暑假从事保姆工作，会不会对他们的择业观形成影响，他们毕业后是否会继续选择家政行业呢？“我会把它当做人生经历中的一部分，作为以后发展的桥梁”，虽然学的是家政专业，我认为当保姆肯定不能作为自己一生追求的目标，以后可能会从家政行业入手，自己来创业。

这次实践的主要目的，就是对那些待还没有办法就业的的大学生产生一些触动。家政市场是个巨大的市场，它针对家庭服务的各种需求，它的产品将来定会不断细化，必然要求对家政从业人员进行细分。有区别的只是针对的服务对象和服务内容的不同，而大学生把自己定位好，必定能解决好自己的就业问题，同时体现人才的价值。

短短的暑假实践只是临时打工，和以后的就业没有太大的联系，既谈不上择业观的改变，也不牵扯人才浪费的问题。

体验保姆工作的过程中我收获了什么？

当好保姆并不容易

与普通家教不同的是，大学生保姆除了做饭、打扫卫生外，还要帮客户修电脑、陪护老人，给孩子温习功课、进行心理辅导等。

当好保姆可不是一件容易的事，到雇主家的头几天最为困难，因为大学生要尝试接触自己以前不认识的人，熟悉每一个家庭成员的脾气性格。在这个过程中，不少队员有过受挫“碰壁”的经历。

接受磨炼

大学生已经不再是什么天之骄子，到最基层的地方去工作，不正是现在所提倡的吗！不但是大学生自己，全社会都要转变观念，职业不分贵贱，做保姆同样应该得到尊重。真正的人才应该具备全面的素质，有过这样的经历，对我大学生来说是一件好事。

课堂上听孙冬梅老师说长春惠安家政公司有一个暑期项目是“大学生陪读”，她觉得挺不错的，既增强学生的社会实践能力，也能帮助部分家庭困难同学解决实际问题。可谓一举两得。我想这个项目应该和“家教型保姆”相差无几，所以就去惠安家政公司登了记，我想趁暑假锻炼一下自己、长点见识、赚点钱，“我不想让暑期白白荒废掉”。我认为，作为暑期实践，大学生出来当保姆能够培养自己的耐心，至少能更好地锻炼自己适应生活的能力。更何况我本身学的是家政专业。当时之所以选择家政专业，就是认为它是冷门，将来前景广阔。我想借此机会把学校里学的东西好好实践一下，体验一下跟我们专业相关的实践。

我的目的：“想提前融入社会”

这是个很好的机会，想出去锻炼一下，看自己能不能把工作做好，做这份工作一方面是想通过暑期实践，增加自己的社会实践能力。另一方面也是想向社会证明自己。尽管还有两年才毕业，但是我已经明显感觉到“就业之难”，这份工作既是很有意义的暑期实践，或许也能为将来找工作增加点砝码。

“家教型保姆”在暑期的需求量很大，很多家政公司都会收到几十位家长打来电话咨询、预订“家教型保姆”。

大学生保姆的一天

我从7月21日开始上班工作的，不到一周的朝夕相处，我已经俨然成了小峻(化名)的朋友、保姆兼老师。小峻的家长给我的任务就是安排好小峻假期里每天的学习生活，并且要求他通过言传身教改变小峻的一些坏习惯。

每天早上7点整，我就会叫醒小峻。一天的时间安排得很紧凑，先是整理床铺，然后洗漱吃早餐，8点的时候，小峻已经开始朗读英语，通过朗读可以增加语感。9点读完英语，小峻开始做学校老师布置的假期作业，有不懂的问题会随时向我请教，直到11点30分，小峻是绝对不可以上网或看电视的。

午饭由我和小峻联手完成。我发现小峻的动手能力很强，就让小峻负责炒菜，自己则负责洗菜、切菜，两个人的配合越来越默契。小峻有个坏习惯：不爱整洁、乱丢东西，经常吃完饭一推碗筷就看电视去了，我则要求他一定要洗完碗筷收拾干净才可以休息。

下午我就给他预习四年级的课程，包括语文、英语、数学，一上课的方式，必须遵守课堂纪律，一直到下午三点。五点我会和他做游戏，一直到晚饭。吃完晚饭，看会电视，洗澡睡觉，我会交给他洗澡的方法，洗头的方法，告诉他自己的事自己做。九点钟按时睡觉。

很多人会有疑惑：大学生当保姆是不是人才的浪费？

我要告诉你们的是：首先，大学生保姆对应的只是假期市场，在大学生保姆团中，最受雇主青睐的是英语专业的大学生，其次是理工科专业的学生，主要原因是能够给孩子辅导功课。一些家长请大学生保姆的主要目的是看管孩子有大学生愿意

做保姆，有家长愿意请大学生保姆，就促成了这个市场的形成。其次，短期社会实践谈不上人才浪费。大学生利用暑假从事保姆工作，会不会对他们的择业观形成影响，他们毕业后是否会继续选择家政行业呢？“我会把它当做人生经历中的一部分，作为以后发展的桥梁”，虽然学的是家政专业，我认为当保姆肯定不能作为自己一生追求的目标，以后可能会从家政行业入手，自己来创业。

这次实践的主要目的，就是对那些待还没有办法就业的的大学生产生一些触动。家政市场是个巨大的市场，它针对家庭服务的各种需求，它的产品将来定会不断细化，必然要求对家政从业人员进行细分。有区别的只是针对的服务对象和服务内容的不同，而大学生把自己定位好，必定能解决好自己就业问题，同时体现人才的价值。

短短的暑假实践只是临时打工，和以后的就业没有太大的联系，既谈不上择业观的改变，也不牵扯人才浪费的问题。

体验保姆工作的过程中我收获了什么？

当好保姆并不容易

与普通家教不同的是，大学生保姆除了做饭、打扫卫生外，还要帮客户修电脑、陪护老人，给孩子温习功课、进行心理辅导等。

当好保姆可不是一件容易的事，到雇主家的头几天最为困难，因为大学生要尝试接触自己以前不认识的人，熟悉每一个家庭成员的脾气性格。在这个过程中，不少队员有过受挫“碰壁”的经历。

接受磨炼

大学生已经不再是什么天之骄子，到最基层的地方去工作，

不正是现在所提倡的吗!不但是大学生自己，全社会都要转变观念，职业不分贵贱，做保姆同样应该得到尊重。真正的人才应该具备全面的素质，有过这样的经历，对我大学生来说是一件好事。

大学生假期社会实践主要内容篇四

第一感觉是挺穷的，矮矮的房子，窄窄的马路，一点也没有城市的那种繁忙的气息，这是一个娴静的农村。

我们在这镇上呆了8天，短短的8天，说实话，我们所做的是微不足道的。不过，我们也尽了心，尽了力。

8天的时间，我们熟悉了村容村貌，村的一些基本情况，进行了支教活动，对留首儿童还进村入户进行摸底调查。全队分成了3组，分别到破脚村。鱼糖村。龙塘村……进行调查工作。

在8天的实践调查中，我总结了几个问题，分别如下：

第二大的事情了，是农村的主要工作之一。破脚村有越生越穷，越穷越生的情况存在，孩子多了，农民负担自然就重，恶性循环，想让他富都难。

2、教育问题破脚有一所小学，是村里最好的建筑，两间教室，但村里的孩子在这里上学的不多，一到三年级大概有30来个孩子，平时上课在同一间教室由一个老师教，据村民反映老师很不负责。个别农民家长对孩子教育比较重视，努力为孩子创造良好的学习环境，如送到镇上读书，或者随自己到外地读书。但大多的农民家长对教育是略带消极的重视，“只要孩子能读书，就算是砸锅卖铁也要供孩子上学，因为只有读书才有好的出路。”他们却没有为孩子为什么没读好书反思一下，承担责任。由于经济的问题，和地理条件，孩子上学比较困难。而且上大学也是一个大问题，很多人考上了大

学也不敢去拿通知书，不敢去上。农民不知道有助学金、贷款等，我认为在这方面，政府应做一些奖励措施，鼓励考上大学的学生去完成他们的学业。

以上便是我在下乡实践中总结出来的问题。总的来说，破脚要发展，必须要与外界沟通，要赚钱，必须赚外面的钱，建设好硬件、软件，以良好的状态吸引外资。政府应站在一个高度上看问题，分清长远利益和眼前利益，提高农民素质，另外，发展是需要时间的，政府、农民都不应该急噪，应该脚踏实地，把成绩干出来。

第一手的资料，真的，农民的问题挺难搞的，一个基层干部不容易做啊！很多问题都有两面性，做事情要辩证。农民有他的特殊性，解决问题要讲究方法。经过这次以后，我觉得自己成熟了。

大学生假期社会实践主要内容篇五

社会实践是社会主义教育的一个不可缺少的组成部分，是培养四有新人的重要途径。下面小编就和大家分享大学生假期社会实践活动总结，来欣赏一下吧。

利用假期深入社会开展社区服务活动，帮助社会弱势群体，构建和谐社会，并且在实践中锻炼提高自己的社会适应能力，培养劳动观念和社会道德，增加大学生社会体验，提高自己的社会责任感，为社会做出贡献，现将此次实践活动的有关情况报告于下：

社会实践是社会主义教育的一个不可缺少的组成部分，是培养四有新人的重要途径。近几年来，在校大学生走入社区越来越引起人们的重视，社会经验有了较大幅度的提高，大学生能力得到加强，有利地促进了社会主义一代新人的健康成长。所以，走入社区服务居民在深化教育改革，培养德、智、

体、美、劳全面发展的建设者和接班人方面，具有重要的地位和作用。

从第一天为居民服务到5日已经5天了，我从中学到了很多很多。无论是为人还是处事，我都感觉到这份工作教给我许多别人没有的东西。让我可以尽早学会一些社会上的东西。在这儿我要感谢社区给了我这次机会。

在这5天的工作中，我主要负责社区的日常办公事务，辅助社区主任工作，以及承担社区的文字处理工作。在工作之中，一下几件事情记忆比较深刻，感受颇为丰富。

一、给社区内老人安装援通呼叫器。

援通的全称是援通服务网络呼叫系统，是一种全新的社会保障服务网络平台，我所做的工作是入户给社区老人安装援通呼叫器，并为老人讲解援通的使用方法和注意事项。援通呼叫器只需连接到电话线上即可使用，上面有红、绿两个按键，在老人使用时特别方便。

老人不用记任何电话号码，只要按下红色按键，即可获得紧急帮助，按下绿色按键时能获得一般帮助。我给老人讲解的主要内容是：援通的安装和使用是免费的，在老人需要帮助时只要根据不同的情况选择红、绿按键，在按下红色按键后，援通网络服务平台会在第一时间将电话回拨到老人家中，话务员会细致询问老人遇到的紧急事件，包括急救、盗抢、消防等救助，并且在第一时间内通过老人登记的子女电话与其子女联系。

安绿色按键后，话务员也会将电话回拨到老人家中，绿色按键主要是一般性的帮助，包括家电维修，代买购物，送货上门等日常问题。在我为老人安装援通呼叫器是充分体验到了老年人对社区工作的支持。

二、在实践中，我参与处理了一起社区突发事件。

在2月3日早晨，突然接到着去居民刘大爷的电话，不知是什么原因，家中暖气管发生爆裂，由于是在早上，社区工作人员较少，我与另一工作人员前往现场处理，现场一片狼藉，暖气水顺着楼梯一直流到院内，我立即会到社区办公室，通过电话与供热公司联系，积极组织抢修，待处理人员到达现场时发现，该单元，入单元主管道也发生爆裂，楼前暖气井内全是热水，打开井盖，水汽冲天。

我一边组织工作人员抽排井内积水，一边联系抽水泵，由于是室外抢修，水泵没有电源可用，我便主动与一楼住户联系沟通，一楼住户热情接待我们，并提供了自家电源供抽水泵使用，六楼住户也非常热情给我们总来了热茶，在抢修时有一个细节，就是排水时，工人很小心的将水排入下水道，这样就避免了积水遇冷后结冻成冰，影响居民通行。

三、在工作中尽心尽力

我在社区实践的主要工作是辅助社区主任工作，做主任的助理，同时也承担社区的报告打印，表格制作等文秘工作，为社区板报收集素材也是我的工作之一，社区内工作相当细致，可以称得上是琐碎，有时忙的焦头烂额，但我从中体验到的更多的是快乐。

总结这么长时间的工作，我体会到了很多，但最主要的一点是热情。这两个字在工作实质和工作态度上都有体现。如果你不积极主动用热情的心去帮助别人，你就永远不能真正的体会到社会的温暖。

在工作中要积极，而不要盲目的去工作，学会用真诚的心对待每一个人，要细心体会居民们的需求，尽最大努力去帮助需要帮助的人，要时刻为居民着想。不要让居民们烦心，更不能伤害那些有困难的居民们。

没有接触过真正的社会，所以这次实践给了我一次尝试的机会，可以从这里学会如何帮助他人，如何为他人着想。一个人的心谛决定了一个人工作成就这是我的座右铭!做事要用善心。

要做好领导安排的每件事。要理性，用理性的观点去看待事情，去做事情，去改变事情。不能感性，因为自己要更成熟就必须理性，这也是我在帮助别人的过程中学到的。

最后要学会自信，礼貌，还有学会说话。每个人都要自信，我在工作中学得更自信，要坚强，不要畏惧任何事情。要礼貌待人，这是人一生要学的，每个时期，每个场合，有不同的礼貌方式，从这里我也学会了許多。其实我在工作中也犯了不少错误，但我觉得自己错过了就要记住，避免类似错误发生。

但我不畏惧犯错误，我要避免错误，使自己更加优秀。在假期的工作中我认识到劳动的辛苦和快乐，所以我更加珍惜这次宝贵的经历!帮助他人社会做出自己应尽的责任，热情服务每一个人，努力提高自身的素质。

本次实践是我对社区工作有了新的了解。使我在深入社会、了解社会、服务社会的过程中受教育、长才干。总之，社会实践在培育大学生中，具有十分重要的地位和作用。

大一的这个暑假，我过得挺充实的，同样它也是最有意义的，跨出学校的大门，融入社会，这是一个质的飞跃的过程，其中的辛酸苦楚只要自己体验过才知道。走进社会，需要一份勇气，需要一份睿智。

经历了艰辛的找工作的过程，我精疲力尽了，想放弃了，老板要么说没有工作经验，要么说暑期临时工不招收。折腾了好一阵子，我们附近一邮政银行招大堂经理的助手，我兴致勃勃地去应聘了。我把我的个人资料和在校的情况详细

地向行长介绍了，或许是我运气好，或许是行长觉得我挺可靠的，我被录用了。那个开心劲儿，甭提了！工资待遇什么的，我都没什么要求，只要能录用我，给我一个锻炼能力的平台，我就心满意足了。

第二天我就开开心心地去上班了。早晨八点到了邮局，我就开始拖地，擦凳子，打扫打扫，好让整个大厅干干净净，给所有人一种舒适的感觉。邮局正式上班了，陆陆续续地有顾客来办理业务了。我满带着笑容迎接每一位顾客，让他们先坐下，然后等到叫了自己的号再去办理业务。在工作的过程中，也不是一帆风顺的，有时面带微笑询问顾客有什么需求时，顾客只顾一个劲儿的走上前台办理业务，也不搭理我。这时我只能耐心地和顾客讲解。有时我也有做的不周到的地方，有一次一位先生拿着自己的号到前台去了，我微笑着走过去，轻声说：“先生，不好意思，您前面还有一个人，下一位才是你。”他瞪着我，一脸不耐烦地说：“刚不是叫到我的号了吗？明明就是我！”我陪着礼：“对不起啊，叫到你的号了，我误会了。”这位先生又转身白了我一眼。那种尴尬，那种滋味真的不好受呢。每天都会遇到形形色色的人，有的人看我像个学生，表现出赞赏的样子，能和我温和地交谈，有的人看我是个学生，对我的热心服务表现出满不在乎，无所谓的样子。不管怎么样，我都要求自己，我是服务大众的，我就是要磨练意志，锻炼能力，我要微笑待人！工作一整天下来，真的很累，站的腰酸背痛，晚上下班时，我还要再打扫一遍大厅，然后才回家，真的好累！

但是，我挺珍惜这份工作的，不仅仅因为得到这份工作实属不易，更多的是你我在工作中学到了很多，我提升了许多的能力。在邮局做大堂经理助手的一个月，我每天早出晚归，觉得还有节奏感，我过得很充实。在工作中，我运用我在学校已经掌握的电脑操作技能完成简单的邮局业务方面的操作，这就更好地将理论运用于实践了。在与顾客的接触中，我学会了笑以待人，热情地帮别人解答疑难问题，这很好的锻炼了我的胆量，使我的交际能力大有提升。在和邮局员工

的相处中，我得到了叔叔阿姨的关心爱护，他们支持我，鼓励我使我对未来充满信心，带着一份信念踏上寻梦的征程。

这一个月来，我虽然过得比较辛苦，我也曾想放弃，就这样的在家虚度光阴，但最终我还是振作起来了，我也想明白了很多。现在的应届毕业生就业形势那么的不容乐观，社会已经尽全力的缓解就业压力了，国家只能给予我们这么多，那么我们还能靠自己的实力、耐力在社会上打拼了。大一晃眼间已悄然溜走了，不久的将来我们就要步入社会，我明白那份压力。现在的假期就是为未来做一个铺垫。多积累些社会经验，多增长些人生阅历，多丰富些专业知识，这对以后我们就业都是大有裨益的。还是那句话：一分耕耘一分收获。要想在这竞争激烈甚至残酷的社会中生存下来，唯靠自己！千军万马争过独木桥，只有让自己出类拔萃，方能闯出自己的一片天地！

这个暑假为期一个月的社会实践，让我明白了很多。这个假期是大一向大二的过渡，这个假期更是大一到二二的加油站。当我累了想放弃的时候，我从实践中又寻找到了一份动力，让我继续前行！正是实践让我懂得了奋斗的意义，让我明白步入社会的不容易，让我成长起来！

这个暑假过的很充实，很有意义。我更加坚定了前行的方向。平时的学习生活中能严格要求自己，让自己德智体美全面发展，争做高素质的大学生。以后的假期我还会积极地参加各种实践，多锻炼能力。

实践单位□xx银行

实践时间□20xx年x月x日——20xx年x月x日

实践内容：在银行大堂服务到来的顾客，传播企业文化

实践目的：通过在银行里兼职，让我在近两个月的时间内深

入了解了银行的基本运作，以及中国近期对于利率调整所体现的方针政策。对于银行的业务有了更深切的了解。

两个月的暑假对于学生们而言，是一种远离课业负担的轻松与惬意。但是，我觉得在无所事事的光阴中往往也就带有一丝百无聊赖的失落与遗憾。为了今后在社会中更容易的找到自己的位置，体现出自己的价值，我决定抓住这次能在商行实践学习的机会，在实践中升华自己。对我这个第一次进银行实践学习的本科生而言，留在炙热的阳光下的汗珠中包含着厚重的记忆、成熟的印记、宝贵的经验、还有就是百分之百的成就感。

众所周知□xx银行是以金融资产和金融负债为经营对象，经营的是特殊商品——货币和货币资本。经营内容包括货币收付、借贷以及各种与货币有关的或者与之相联系的金融服务。从社会在生产过程看□xx银行的经营，是工商企业经营的条件。

一、xx银行的经营模式

从xx银行的发展来看□xx银行的经营模式有两种。一种是模式□xx银行主要融通短期资金，具有放贷期限短，流动性高的特点。此种经营模式对银行来说比较安全可靠。另一种是式，其业务是综合式□xx银行不仅融通短期资金，而且还融通长期固定资本，即从事投资银行业务。

二、xx银行的职能

1. 信用中介职能：信用中介是xx银行最基本、最能反映其经营活动特征的职能。

2. 支付中介职能□xx银行除了作为信用中介，融通货币资本以外，还执行着货币经营业的职能。

3. 信用创造功能□xx银行在信用中介职能和支付中介职能的基础上，产生了信用创造职能。

4. 金融服务职能：随着经济的发展，工商企业的业务经营环境日益复杂化，银行间的业务竞争也日益剧烈化，银行由于联系面广，信息比较灵通，特别是电子计算机在银行业务中的广泛应用，使其具备了为客户提供信息服务的条件，咨询服务，对企业“决策支援”等服务应运而生，工商企业生产和流通专业化的发展，又要求把许多原来的属于企业自身的货币业务转交给银行代为办理，如发放工资，代理支付其他费用等。个人消费也由原来的单纯钱物交易，发展为转帐结算。

5. 调节经济职能。

调节经济是指xx银行通过其信用中介活动，调剂社会各部门的资金短缺，同时在央行货币政策和其他国家宏观政策的指引下，实现经济结构，消费比例投资，产业结构等方面的调整。此外□xx银行通过其在国际市场上的融资活动还可以调节本国的国际收支状况。

三、我在银行的日常工作

1. 维持大堂秩序。注意保持整洁的环境，负责对银行的标识、利率牌、宣传牌、告示牌、机具、意见簿、宣传资料、便民设施等整齐摆放和维护；维持正常的营业秩序，提醒客户遵守“一米线”，根据柜面客户排队情况，及时进行疏导，减少客户等候时间；密切关注营业场所动态，发现异常情况及时报告，维护银行和客户的资金及人身安全。

2. 与客户沟通交流，实施无缝式服务。热情、主动地询问客户的需求，并因应不同客户的不同需求，给出正确的引导。当客户提出问题时，耐心而又准确地解答客户的业务咨询。

3. 收集信息。在为客户提供服务的过程中，广泛收集市场信息和客户信息，充分挖掘重点客户资源，记录重点客户服务信息，用适当的方式与重点客户建立长期稳定的关系。

4. 调解争议。快速妥善地处理客户提出的批评性意见，避免客户与柜员发生直接争执，化解矛盾，减少客户投诉。

四、心得体会

学习银行业务是一个漫长而艰难的过程，由于银行的基本业务也种类繁多，容易被混淆。在学习过程中，要多问多听多想，不断理清条理，工作起来才能得心应手。面对客户的咨询时，一定要清晰地知道他们想要办什么，问题在哪里，解决方法是怎样。而且要主动向客户提出亲切的询问，并及时引导客户办理各项业务。

在与人沟通的方式上，我有了很大的改变。过去不善言辞的我，在为客户解答疑难之外根本不懂得跟他们聊聊天。其实与客户聊天并不是偷懒的行为，而是要通过他们的言谈之间了解到他们的需求，才能有针对性地向客户提出的业务帮助。现在，我跟客户交流的同时，不断吸收各种信息，必要时反馈一些重要信息给他们。如果遇到难以捉摸的客户，会懂得运用委婉的言语跟他们交流，以减少客户对自己产生反感的情绪。

在银行工作，服务是最重要的。大堂经理/助理是第一个接触客户的人，往往我们给客户的感觉就会成为银行给客户的第一印象。因此我们要为客户提供最好的服务，最亲切的微笑以及最有效率的工作。我在接人待物方面，学会了用平和的心态、友善的态度来处理。

至于产品的销售，与零售部的业绩关系十分的密切。而且银行的理财产品多种多样，有保险、有基金、有信用卡等等。这些产品也会分出不同的档次，我们在大堂服务的同时就要

发掘客户的理财需求，为他们介绍各种产品。

这次在xx银行实践，与过往的兼职经历有很大的区别。它给了我很多宝贵的工作经验，甚至是人生经验。让我感觉到自己有所成长，对于我将来的职业生涯开创出美好的新篇章。