

最新寒假服务员社会实践总结(实用9篇)

总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。什么样的总结才是有效的呢？下面是小编为大家带来的总结书优秀范文，希望大家可以喜欢。

寒假服务员社会实践总结篇一

在今年寒假里，我利用假期参加有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。这次的社会实践收获不少。

一、在社会上要善于与别人沟通

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。以前工作的机会不多，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

二、在社会中要有自信

自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。在多次的面试中，明白了自信的重要性。你没有社会工作经验没有关系。重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，没有第一次又何来第二、第三次呢？有自信使你更有活力更有精神。

三、在社会中要克服自己胆怯的心态

开始放假的时候，知道要打寒假工时，自己就害怕了。自己

觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如工作的领班所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”

其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某位名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

四、工作中不断地丰富知识

知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。

以上是我自己觉得在这次寒假社会实践学到了自己觉得在社会立足必不可少的项目。

正是因为有这样的环境，正激起了我要在寒假参加社会实践的决心。我要看看我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，锻炼自己的才干，培养自己的韧性，更为重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用，自己的能力能否被社会所承认。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。

那么，我的社会实践活动就从我的找工作拉开了序幕。经过艰苦的找寻工作，很多的地方的招聘都要有工作经验的优先，一听说我没有经验就跟我说“这样吧，你回去等消息吧，如果需要的详，我会通知你的”。很多此后我终于找到了一家餐饮酒楼。老板让我来做传菜员。

第二天，我便开始了我的寒假社会实践生活。刚开始的时候心理极不平衡。居然只能端盘子，怎么着以前在学校里也是个学生会干部，多少也有点社会能力，心理学徒有点失落再上传菜部领班是个小学文化的，还对我指手画脚，确实心理上很不舒服。

但是，人总是要适应自己自下而上的环境，我一定要坚持下去。要在自己的式作的环境中让自己的工作做行很轻松，首先尽快地熟悉自己所在的工作环境。我所工作的地方是一个两层楼的酒楼，酒店大堂在一楼，楼上有包房，厨房在二楼，传菜间也是在厨房所以在传菜间里可以看到厨房管理的机会，这也能学到不少。于是，我就开始了我的实践生活。

进入大学二年了，迎来了自己的第一个寒假社会实践

内心是激动与踌躇共存着。激动是终于可以走上社会锻炼一下自己，踌躇是才刚刚大一的学生，能干得了些什么？不过，还是希望能通过社会实践锻炼自己，拓宽视野。

我的社会实践单位是我市华地广场。工作内容就是卖步步高点读机，到书店与客户交流做宣传，打电话预约客户，上门安装课件，并在三天之内打回访电话。在这段实习的时间里，我经历了很多以前没有的事，就比如第一天遭受路人的冷眼以及拒绝，还有公司上司对自己严厉的批评等。中途还有想退出的念头，不过最终还是坚持下来了。

一个月的时间，虽然不长，但也了解到了很多关于社会关于自己的问题：

1. 听从安排，安排的事情不要问为什么。
2. 认真做自己该做的事，不管什么时候，不要泄气。
3. 不管自己的工作能力如何，一定要积极，向上，努力。

做不了秀的员工，但必须做到是最努力的。

4. 人的可变性是很强的，改变一种说话方式，客户或许就会做出与原来相反的的决定，所以不要急于放弃客户。

5. 客户的培养是需要时间的，不要急于求成，可能会适得其反。

6. 了解客户的需要是最重要的。

7. 保持微笑，准备好问题，认真聆听，然后分析问题，引入产品，解决问题。

最后领的工资虽然只是一点点的钱，但是我知道，一个人在他的学生时代最重要的是学习东西，增长见识，锻炼能力，尤其在大学学习时候，参与社会实践活动是一个很好的锻炼机会，赚钱不是主要的，作为学生，能赚多少钱，等我们毕业了会有很多赚钱的机会，只要有知识和能力，智慧，我们就可以找到好的工作。

实践是为将来打基础的重要阶段，珍惜我们的每一个工作机会，不论什么人，什么学历，从事什么工作，好好的表现、展示自己的才能，不要错过好的机遇。没有一件事情是轻轻松松的，但每一件事都是让人成长的，经历一段过程，喜悦或是艰辛，尽管经历的方式不尽相同，但它的结果是相同的，我们都会因涉事而成长。

其实工作中不一定有太多地方用到专业知识，更多的是我们要耐心、细心一步一个脚印、脚踏实地的去工作，只有基本工作做的够好，才能赢得上级和同事的信赖，才有机会展示更多的才华。单凭专业知识不可能在工作上高枕无忧，更多的是在做一些很小的事情，而判断一个人的工作能力怎样恰恰是从些事情上看出来的，正可谓：一屋不扫何以扫天下？现实，就是这样。

寒假服务员社会实践总结篇二

这个寒假我在一家中西餐进行了认识实习，它虽然只是一间餐厅，但它拥有一百多名员工，它的运营管理是很科学、很值得我们去学习的。我对它的设施布置、仓库管理的体会最深。

首先说明一下长春厨房制造是位于朝阳区工农大路2632号（南湖公园二号门斜对面），收到铺租贵的因素影响，餐厅的规模不是很大。长春厨房制造是个情调非常不错的地方，没有俗气的音乐，没有大声喧哗，人们的说话声像灯光一样压得很低。装修以黑灰为主调，服务员一身黑色制服，更添神秘感。吃的东西比较丰富，西餐、日本料理和中餐都有，而且味道可口。

实习期间，部门主要安排我学习宴会，会议服务程序。同时作为中餐厅一员，也须全面掌握餐厅对客服务程序，包括预定、点菜、传菜、看台、收银、摆台和收台等一系列服务，同时也全面了解学习餐厅物品的保管与淡季节能方案的制定与实施。在这一过程中，我由一名在校学生，在思想上逐渐成长为一名酒店职业人。实习结束时，无论从思想上，心理上，还是体能上，都得到了很大的锻炼。对自己的所学的专业知识，掌握的更加牢固，对酒店业的现状与发展前景都有了一定的了解。下面就从以下几个方面向老师汇报我的实习收获。

作为一名在校学生，能去认识实习，是一次难得的机遇。使我们在掌握基本理论知识后，迅速的加以实践运用。巩固学习成果。同时能对所学知识有了更进一步的深化理解，便于更好的学习。这是学业上的优势。更为可贵的是，我们在实习中成长的更加成熟，无论是思想还是心理上。由于我们一贯生活在校园中，时刻有老师、家长和同学关爱，生活可以说用无忧无虑来形容，很少接触社会，也很少吃苦。在这次餐厅实习中，困难时刻严峻的考验着我们。在餐厅工作的同

时，也不可避免的同其他部门产生联系。这样，我就在不断的联系中和在正式员工的介绍下，对餐厅的客房、前厅、销售、财务和工程等部门都有了一定的了解。同时，我还主义积攒一些餐厅管理的资料，时刻充实自己餐厅知识的储备。

实习期间，餐厅确实对自身成长起到了很大的促进作用。在实习结束后，回首实习全程，也发现此餐厅经营过程中存在不少不利条件。感觉最不利于餐厅经营管理的是餐厅淡旺季分明。基本上每年的10月到次年的5月为旺季，6月到9月为淡季。旺季时，住房率经常100%，可是到了淡季，0%的住房率都存在。两者相差悬殊，给餐厅经营管理上带来很大的困难。首先是人力资源的配备。往往出现，旺季时人力配备不足，淡季时，又存在人手浪费现象。这也是为什么这家餐厅聘请大量实习生的原因。实习生比例高的时候可达整个酒店员工人数的60%以上。这个差别明显的淡旺季经营，给餐厅管理，经营销售等带来很大的不便，需要几种不同的管理方案，毕竟淡旺季管理策略不同。而且淡季时，餐厅往往还需要“倒贴”成本在里面。极大的限制了酒店的长远发展。但是这个淡旺季之分，却是受整个海南大旅游市场影响，不是轻易改变的了的。如果从另一方面来说，淡旺季之分，也给餐厅带来一个休养生息的机会。旺季时，设施设备的高速运转，造成过度损耗，到淡季时，正好有个缓冲阶段，加以保养。并且在淡季时，可以组织员工培训，加强员工的技能培训，以保证旺季时的服务效果。

餐厅作为服务行业，从业人员的素质高低很大程度上影响着服务效果的好坏，并进一步影响服务收益。因此，应大力提高员工素质。以人力资源部为核心，为员工量身订制生涯发展规划。餐厅向来把客人的利益放在首位，目前在业内，也有人士指出，应提升员工利益的地位。因为员工直接对客服务，只有员工的需求得到了满足，才能更好的服务于顾客。这样立足于员工，服务于客人，在满足客人需要的前提下，为酒店争取最大的利益。同样，因为餐厅是服务业，因为现在追求想客人提供人性化服务，所以，我们餐厅内部管理中，

也应该实施人性化管理。因为我们的基层员工是直接面向客人的，他们服务质量的好坏，直接关系到我们餐厅的整体形象。而员工利益的满足程度，又影响员工上班的工作效率。所以，有一个人性化的内部管理，有一个人性化的企业文化，更能提升员工的素质。让总经理，总监走近员工，走入员工的生活，不是一件坏事。

世界一个必经步骤。每一项操作，每一个动作，每一个表情，我们都能应该给出一个依据。规范化的管理，有利于员工的服务水准的提高和餐厅管理水平的提高，全面化的管理更是必不可少的。记得我们在接待vip之前，总监总是三番四次的跑我们餐厅。一次，我对总监说，您是不是不放心我们，干吗非得重复的看？回答是：不是不放心，是确保万无一失！小到室温的多少，背景音乐的大小，墙角的卫生，植物的摆放、颜色的搭配，及其灯光的完好和安全通道的顺畅，这不光是营业区域的检查，其范围要涉及到周围几个营业区域。

在这里还应该提下投诉的问题。我在餐厅实习时，我们经理经常说，这段时间我们没有投诉，非常好。我感觉这个观点不好。许多客人在对服务不满意时，都不投诉的。并不是说我们的服务没有缺点。有投诉才有进步，我们应主动向客人了解我们的服务效果。认真虚心介绍客人的意见，我们接受投诉的目的不是处罚员工，而是对我们的经营管理敲响警钟。

另外还想强调下心态问题。作为餐厅人员，良好的心态至关重要。不要怨天尤人，应该谢天谢地，餐厅给了你这个发挥你能力的机会。我大学期间，最值得我尊敬的一位老师在我实习期间给我说过这样一句话“作为一个有前景的员工，一定不能计较眼前的细小得失，否则难以成大气”。

寒假服务员社会实践总结篇三

大学生社会实践是指引我们大学生走出校园，走向社会的良好途径。通过这条途径，我们大学生能够更早的认识社会，

了解社会。同时良好的社会实践能够锻炼我们的能力，提升我们的思想，塑造完美的人格，提高我们的修养，使我们在未真正进入社会前使自己得到全面的锻炼，让我们以前那天真幼稚的思想得以退化，变得成熟稳重。更重要的是，社会实践让学生时代的我们就树立了服务社会的思想。通过社会实践，让我们大学生能够在积累经验的同时，更新观念，开拓视野，增长才干，吸收社会上新的思想与知识，拉近我们社会的距离。在接触形形色色的人物同时，让我们学会了为人处事的方法，也拉近了我们与他们的距离，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。

总之，社会实践是大学生全面素质提高的重要环节，是学生将所学知识应用于社会的重要过程。它既是学生学习、研究与实践成果的全面总结，可以找出自己的不足之处，也是对学生素质与综合能力的一次全面检验。因此，寒假社会实践的目的和意义是非常明确和深刻的。

寒假如期而来，虽然早就盼望放假，但是一个月的时间也总不能什么都不做啊。所以我在离家不远的地方找到一份假期兼职，是在一家大酒店里做服务员。我所学的专业在陆地上很难找到相关场所实行社会实践，但是我们海员要求做到服从服务意识，这种工作就是服务于他人，并且听从酒店指挥的工作，可以锻炼我的服从服务意识。

这次长期兼职和我以往在校的短期兼职有所不同，因为在校生的原因，酒店等的管理人员会对我们学生有特殊政策，要求也相对较为宽松。而这次的兼职我虽然还是以学生的名义争取到，但是工作却不是那么顺利。

本以为在酒店当服务员是很简单的事情，可是事情却并非那么简单。虽然社会实践的时间有点短，但是这二十天的时间着实让我学到了不少。只有社会才能磨砺我们，让我们的'人生价值得以体现。

上班之前，我去酒店里应聘，凭借自己的高中毕业证书获得工作，而有几个初中毕业的人却没有那么幸运。这使我深感社会就是那么现实，现在连服务员都要高中以上文凭，让我知道学习是一件多么重要的事情！当然能力也是非常重要的，但是我们不能输在起跑线上。

首先我们熟悉了一下饭店的环境，知道每个厅的名字和所在位置，并且对我们的工作做了相关的分配，还有上班的时间也做了详细的规划。

在工作的前一天，我和几个同为兼职的学生被领班单独“培训”。不培训不知道，一培训下一跳。酒店里的规矩还真不是一般的多啊！仪容仪表问题，礼貌问题，认真负责问题等等，说了一大堆，让我和几个“同事”颇有感触，想想这只是一个酒店，就有这么多需要注意的问题，以后上了社会肯定更多，于是心想一定要老老实实的学习经验，以备到社会上使用。但是想想这些事情应该很容易吧，在家也会干这么活儿，洗碗，拖地，擦玻璃，可是越是这么自信，事情发展的越不如人意。可能由于酒店是星级的原因，对我们的要求非常严格，件件小事都要做到尽善尽美。

上班的前几天，由于新鲜感的原因，我和几个同事都干得很卖力，起得早，睡得晚，自己的活干完了就去帮助他人，得到了领班的夸奖，我们也备受鼓舞。可是三天后我们的新鲜感就没有了，逐渐发现重复这几件事是一件多么无聊的事情！

十九号晚上，按规定应该十点下班，大厅里的人也三三两两的走了。可是就有那么几个人喝酒喝得正高兴，并且又喝醉的趋势。我们几个人非常恼火。于是找到领班，领班说客人没有离开，我们就不能下班。为了锻炼我的服从意识，我只好委屈一下自己了，再说，客人不走，酒店也没有强行撵走的吧！只是我们都累了一天，看见床就能睡着，不经意我倚在墙角处打起盹来。突然，客人大声嚷道：“怎么人都死啦？”我才发现原来他们有要求，迅速跑了过去，已经喝醉的客人

不分青红皂白看见我就骂，我一头雾水，连忙问他有什么要求，可是他就是一直骂我，顿时一股怒火涌上心头，回了一句，他更加的激动了。找来领班，说道要把我开除，要不以后就不来吃饭。于是我就和他争吵起来，由于处事经验不够，生气之下转身就走，留下领班连忙道歉，领班处理完事后，找到我，说道：“我知道今天你受委屈了，我也被骂了，我们被骂是经常的事情，但是你得学习如何处理问题，不能意气用事，今天你转身就走也不能解决好问题。”我非常感激领班的话，这件事我学到了在社会中，受委屈是很正常的事情，这就要看你如何解决了，这就要看你为人处事的方法了，以后，我做事不能再那么冲动，得考虑后果了！

由于前一天的熬夜使我非常疲倦，第二天早上上班就迟到了，领班看见后，毫不留情的说道：“培训的时候我就说了，迟到的罚款五十，从工资里扣。”我顿时傻了，扣这么多，我想说两句的，可是看见领班一脸严肃的样子，没敢说话，只好认命了。下班后，领班找到我们几个学生说道：“你们都是大学生，都在受高等教育，这点道理应该不用我再说了。迟到是一个非常严重的问题，这是你们工作态度的问题，如果真是累了或者其他原因的话，可以请假或者调班，类似的事情以后禁止发生。”我们几个明白的点点头。是啊，迟到是非常不礼貌的，也许就因为你一个人的迟到，会耽误很多事情。就当花钱买教训吧！还好这是在酒店里，要是如果以后在岗位上迟到，失去大客户或者错失大好良机是我们后悔都来不及的。

毕竟是寒假，回家过年就是和家人团聚的，但是由于大酒店忙的原因，我们竟然在二十九还要加班，不放假，只有初一放假。今年的年晚看来只能和别人一起了。这时我知道了人身在社会中，会有很多的不如意和无奈，我么不能改变他就要适应它，虽然今年的年没有和家人一起，但是我相信以后走上社会会有很多事情阻碍我的回家行程。在这一点上，我还想到了有时间我的多陪家人，毕竟父母都是为我们而活！

酒店里的活真是重!看包间的时候，得为每一个客人拉开椅子，铺上餐布，时刻保持高度紧张状态，留意客人的要求，帮客人倒酒，上菜，还要注意礼节问题。第一次发现吃饭还有这么多学问，对门的为客人，往左往右关系各不相同，倒酒的顺序也不能出错，真是后悔没有把中国留下来的传统学好。上菜也是一门学问，首先你得先将吃完的盘子撤下，腾出空地，礼貌的让客人注意，小心菜打翻。最后还要收拾桌子，把餐具一套套的送进洗碗间，然后一个个的拿布块才干净，对于不同的餐具还有不同的要求，最后还要把餐具放回原处，还要准备第二天的餐具和桌椅。

酒店里服务员很多，但是不免有偷懒欺负人的，几个比较蛮横的，就喜欢差遣我们几个学生干活，而他们却在一旁聊天，有时不免和他们发生冲突。有一个女生打碎了盘子竟然诬蔑是我做的，领班毫不留情的又让我按照规定赔款，但是最后大家还是要在一起相处，还是要说话，一起工作。到社会上，人心险恶，帮助他人是必须的，他是不能欺负他人。不能对每一个人都同等对待，不同的人要不同对待。每个人都有自己处事的方法和原则，接触自己的底线后，也不能攻击他人。所以无论在哪，都必须和身边的人搞好关系，只有这样，才能有利于自己长期发展。

当然，打工并不是都是不快乐的，在这里我也接触了好多人，由于我的周到服务，领班跟我说放假回家后还可以继续来这里上班，我非常高兴。同时我也结交了许多朋友，我们这几天朝夕相处，一起吃饭，一起上班，一起打闹，让我在压抑和疲倦中也有高兴和放松的时间，有朋友真好。

很快，实践的时间就这么过去了，转眼间就要开学了，在这期间，有喜有悲，也让我学到了很多。

实践的结果，也就是打工的结果还是比较令我满意的，拿到了九百块的工资。在这期间，我也接触了社会上形形色色的角色，学会了很多了道理，也改掉了自己的一些不足之处，

学到了很多经验，也锻炼了自己的品格。对社会也有了相对的了解。

首先，我明白了父母的艰辛。我的父母都是地地道道的农村人，虽然我出生农村，但是家里的活我真的很少插手，不是我不愿意干，而是等我有能力干的时候，就在外面上学，几乎不回家，以至于辛苦的总是父母，而自己却只能向父母伸手。这是我感到非常羞愧的。除了农忙时间父母在家，平时父母都在外打工养活我和两个姐姐。知道我自己酒店里的长期兼职后，我才真正体会到父母的艰辛，他们挣钱的不易。他们省吃俭用，而不懂事的我们却一度挥霍他们的血汗钱！

其次，我深刻的了解到只有有了知识，有了技能，才能走的更远，俗话说得好：读万卷书，行万里路。俗话说，实践出真知，当我们拥有了知识与技能后，把它们真正的运用到实践中，真正的落实到实处，我们才能在自己的事业中走出光彩。

处理好人际关系是我们进入社会必须走的路，在我们还年轻的时候，可以多多结交一些朋友，处理好与朋友之间的关系，学习为人处世的方法和原则，一定要控制自己的情绪，也要把握时机，为自己创造机会，也要学会推销自己，这在我们进入社会是非常有用的。

寒假服务员社会实践总结篇四

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。这次的社会实践，本来是准备和同学一起去外打工补贴生活，减轻家里负担和锻炼自己的实际动手能力。后来自己认真想想，应该做一些对自己有用的事情。然后，经得了家里同意，

经过叔叔的介绍，我来到了一家建筑公司开始了这次实习。近一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多东西，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！

经过几天的休整，当刚回到家时的兴奋与惬意渐渐淡去，我回想了一下自己这半年的学习生活，虽然在学校里的生活平静而快乐，可我却看到了“危机”——就业危机。在大学这个相对自由的天地里，同学们都在努力的通过各种机会来磨砺和充实自己，希望能多学习一些东西对自己将来走进社会有所帮助。然而，大学只是一个沟通校园与社会的桥梁，是我们步入社会前继续充实自己知识的“深加工厂”。最终我们还是要面临社会和市场无情的竞争与淘汰，仅仅依靠校园里的知识是不够的。于是，我开始思考：怎样才能让自己在寒假这个短暂的时间里学到一些校园里学不到的东西，从而度过一个有意义的寒假。

经过了一番思考后，我把自己的想法告诉了父母：独自到附近的装饰装修公司去应聘。由于考虑到自己各方面的实际情况（一没经验；二没学历；三时间有限），决定进行为期10天无偿的义务劳动，主要目的是体验和学习，以便尽早适应社会的工作环境。在得到父母的认同后，我决定第二天就出去找单位应聘。

实践前——行动

半个多小时过后。“成功了！”我带着难以掩饰的欣喜走了出来，因为急着想把这个好消息告诉家人，回家的脚步也显得轻快了许多，可没想到一抬头，发现父亲就在不远处的拐角

处等着我。原来，他这既是监督我(怕我半路落跑)又是关心我(怕我遭受打击)，顿时体会了父亲的一片良苦用心。在确定我这次单独应聘成功后，他也只淡淡的对我说了一句：“看来真的是长大了。”是呀，就在这一刻我发现自己真的长大了，不再是那个什么事情都要等父母安排妥当了再去做的小孩子了。这又不禁有让我想起刚才临离开公司，经理退还我学生证时对我说的话：“我之所以录用你，是因为我欣赏你的就业危机意识和这种敢于单独到社会里推销自己的勇气，对于你这样一个刚上大一的女孩子来说，能做到这两点是很不容易的。”想到这里，再一次庆幸自己之前没让父亲为自己去打探，否则，这份工作说不定就丢了，而我也少了一次考验自己信心和勇气的机会。

当天下午2:00我准时来到公司，和办公室的同事打过招呼后，见大家都在忙自己的事情，我就找了两本书关于家居专修基本常识的书看，因为上午和经理商量过，由于我的能力和时间有限，一些复杂和长期的工作我也不能做，于是就安排我每天早上做一下办公室(包括卫生间)的清洁工作，以及简单的客户接待工作，其它时间就自己看书学习或看别的同事如何制作电脑效果图。而要作到接待客户时能应付一般的提问就必须先增加自己这方面的知识，于是决定先看看书熟悉一下。我拿着书翻翻看看，不知不觉已经快5:00了，这时一直在外面忙的经理回来了，见我书快看完了就说到：“快看完了啊，速度挺快的嘛，看的怎么样了?看完了我要检查的，你要能复述出来才行。”“啊!?”我心里不禁一惊：怎么办呀，我翻的太马虎了，复述恐怕……经理没理会我的惊讶去忙自己的事情了。这时我才知道，经理这么说一方面是要考验我的学习吸收能力，一方面是要我不管做什么事情都一定要认真仔细，看书同样如此，决不能走马观花，要对自己负责。尤其是一些看上去不起眼的小事，更是不能马虎的，正所谓：细节决定成败。而让我深切体会这一道理的是第二天的清扫工作。

一直都认为打扫卫生是个再简单不过的工作，家里的清洁工

作我也只是偶尔做做，觉得没什么大不了的。可这次的清洁工作，让我改变了对清洁的看法。把办公室的卫生做完之后，我开始了卫生间的清洁工作，把地板上的水渍扫干净以后，擦了墙壁与镜子，看看没什么要弄的了，准备出去看书了，忽然想起了“细节决定成败”：既然我是出来锻炼的，就要得到老板的认同才行，而像我这样的清洁工作谁能做，怎样才能让我的工作更出色？就是更细致的清洁！从新审视了整个卫生间，我发现自己之前的工作的确是不够彻底的：墙上的瓷砖上还有星星点点的小水渍和污垢，洗漱台下面也有不少灰尘，而问题最严重的还是便池上的污垢。看到“任务”还如此“艰巨”，我就脱去外套准备来大干一场，说句实话，在自己家里我还没这么勤快过呢，但为了工作我决定“牺牲”了，还好没有什么异味，但心里还是有点不舒服，面对一些顽固的污渍，我也顾不上衣服会溅到污水，拿着刷子就使劲的刷，不觉间时间就已经过去了两个小时，看着被自己打扫的`整洁一新的卫生间，忘记了酸痛的胳膊和鞋子上的水渍。虽然这件是并没有被经理注意到，但我自己却有了收获，那就是对“细节决定成败”更深层的理解：人与人之间在智力和体力上的差异并不是想象中的那么大，很多小事，一个人能做，另外一个人也能做，只是做出来的效果不一样，往往是一些细节上的工夫，决定着事情完成的质量。

实践中——体会：

1) 检查《家居忠告》的学习情况；(因为那天经理说要检查，第二天我就准备了一个笔记本，把书又从头认真的看了一遍并做了笔记，可经理却要求我不能只讲书本上的知识，还要结合自己的看法来谈，这样才能有所提高和收获。)

2) 谈谈各自的缺点和不足，共同找出相应的解决方法；(与同一个办公室的小王和小邹相处了一段时间，大家互相也有了一定的了解，通过谈自己的缺点来更加清楚的认识自己，改正缺点弥补不足，共同进步。)

3)学习《基本营销礼仪》;(接人待物处处都是学问,与人的沟通除了语言的表达外,最重要的就是肢体语言即礼仪,为了能给客户留下较好的服务印象,顺利开展接下来的工作,基本的营销礼仪是必须掌握的。)

4)列举分析哲理小故事;(很多有趣的哲理小故事是启迪人生的金钥匙,工作中的不明白的很多事理都可以在这样的小故事中找到答案。)

5)对自己近期学习情况的总结。(虽然从表面上看我似乎就是看了一些书,作了一些读书笔记,可我觉得我所收获到的远不只这些。首先,有规律的工作时间,让我在寒假依然能有正常的作息时间,而不是一味的睡懒觉。其次,家居的一些小常识也帮助我养成了更健康的生活习惯。再者,让我更清醒的认识到了自己在面对就业这一方面还欠缺哪些东西,以便我能在今后的学习生活中做到有的放矢的去弥补。)

我短暂的实践生活就这样结束了,除了收获以外留下的是更多的思考……

实践后——感悟

第一次参加社会实践,让我明白了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;是促使大学生投身改革开放,向工农群众学习,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。这次的社会实践,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,进一步明确了自己的奋斗目标。社会是另一个学习和受教育的大课堂,在那片广阔的天地里,既能让我们的人生价值得到体现,更为将来更加激烈的竞争打下

了更为坚实的基础。陶渊明说过“盛年不再来，一日难再晨，及时宜自勉，岁月不待人。”希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

寒假服务员社会实践总结篇五

20xx.01.21~20xx.02.02

某政务中心大厅打印与复印室

罗x

他人教导以及自己动手操作相结合

随着新春佳节的到来，我们的寒假也将进入尾声，在这个寒假里我参加了几次社会实践，在这篇报告中将总结我的寒假社会实践。

其中打印和复印是给我留下深刻印象的一次，是我学到知识最多的一次，是我时间干得最长的一次，也是这些实践中最吃亏的一次社会实践。对于这次社会实践我感慨颇多，下面我就谈谈这次社会实践。

我开始这次实践原本只是打算随便玩玩，并没有计划干上十多天的。后来看到只干一两天并没有真正学到什么，索性就和那个老板说多干几天。没想到老板想都没想就答应了，因为年前正好赶上公益林建设项目，肯定比较忙，多个人手多份力。

最先学的是单面复印，单面复印相对于双面来说比较简单。其中公益林图纸大部分都是单面复印，在复印过程中需要注意图纸的摆放以及上纸，例如a3和a4的纸便不一样□a3的纸较大应该放在下面的大纸盒中，而a4的小些可以直接放在上面。而你需复印部分也要恰好放好，否则会出现复印不完整。

由于公益林图纸复印一般是500多张，所以要时刻注意加纸以免影响正常复印，当然不能一下复印500份，这样复印机易发热烧坏。没有纸了便会显示红灯，没有墨粉了也会显示需要加粉了，所以要时刻注意提示。如果你的复印纸受潮了，便会出现一大叠空白纸，这时你需要把纸换调以免影响复印。

然后学的是双面复印，比如身份证，粮食直补，户口簿，家电下乡的补贴等。原理与单面差不多，但需要注意复印时排版以及把印好的纸拿出来放到纸盒中再复印。在这里要特别注意放好身份证这样在a4纸上才好看。

当需要用a3纸时需要调节某些开关，以便从下面送纸。

最后学打印，在这里需要用到计算机课的很多知识。

因为在打印之前，你需要先编辑你的文件，这就需要用到word的相关知识，有时也用到wpsxx的知识，这样看来大学计算机总算没白学了。这些一般用于编辑公益林的相关政策与执行方法。

如果是编辑公益林账目，便要用到强大的excle[]在这里除了用到我们学的那些常用功能外，还会用到工作表，分页等等功能。最令我头痛的就是编辑公益林账目，在这里要输入很多村的居民身份证号，林权证号，合同号，每户的公益林面积，应得的补贴数额以及姓名。我打字速度不快，姓名就是老板输入的。而我只负责输入所有数字，看到那些不一样的数字，我就晕了。这些数字不能错一个，尤其是身份证和林权证，恰好这些数字一点规律也没有，计算机课学的填充巨柄也不能用。一个村有几百户人家，总共有6个村，我真的无语。我不知道我到底输入了少数字，我也不知道我输了几天，我只知道，现在看到那些长串的数字就头晕眼花。就连那些合同号也不是按顺序来的，不能用填充巨柄直接拖下来。其实，我开始还漏到了几户人家，在这里便能用到增添单元格等知识。面对这些数字我只能集中注意力，一个一个认真输

入，否则我还是要重新做表格。我边输入边保存，在这里我终于实践了那些以前不用的快捷键，没想到还真方便。

当我把这些数据都输入后，老板便把姓名全部输入。然后，就对表格进行编辑，分页以及设定工作表。在这里，我学到了工作表的运用。当一切准备就绪了，便联机打印。在这之前如果能缩小行距便能节约用纸，以便装订成册。

有时需要打印封面，这时需要用a3的有颜色的大纸，还需要正确排版，注意字号与间距，这样打印出的封面才好看。打印中需要注意正确联机，否则打印不成功。

这次图纸的装订我并没有参加，老板说我力气不大，看着就行。于是，我便看着他们装订a3的图纸，有时便去装订a4的账目册。

在这次社会实践中，我还简单了解了一些广告牌的制作与打印知识。

我相信以后有机会的话，我会多进行此类社会实践。此次社会实践虽然辛苦，但也是我乐意的，它使我受益匪浅。

也许，它会成为我的一笔宝贵的财富，也许，它只是一次简单的社会实践。不论怎样，它都是我一次不同寻常的切身经验，它见证了我的成长！

寒假服务员社会实践总结篇六

下面是本站小编给大家分享的大学生寒假社会实践报告服务员，希望对大家有帮助。

系部名称□xx系 专业□xx

班级□xx 姓名□xx 学号□xx

实践单位□xx茶餐厅

实践时间□x年1月25日至x年2月15日

一 社会实践目的

为了拓展自身知识面，扩大与社会的接触面，增强个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能够真正真正地走入社会，更快地适应社会形式的变化，并且能够在生活和工作中很好的处理问题，同时也可以打发这空虚无聊的漫长寒假，让寒假充满意义。

二 实践内容

我的工作是在xx茶餐厅当一名服务员，负责上菜。工作总共有两个班，分为早晚班和中班。所谓早晚班就是早上9点上班，中午12：30下班，然后下午5：30上班，晚上11：00下班；而中班就是早上10点上班，晚上7：30下班。每天工作八小时，午饭和晚饭都在餐厅吃，吃饭时间为半小时。每天早上我们都要打扫，我们每个班有八个人，每个人都有各自负责的工作，而我的打扫任务就是负责擦餐厅里所有的桌子。晚班结束时依旧如此。

刚开始，我是抱着试试看的态度去找工作的。反正在家闲着也是闲着。正好看到一家茶餐厅要找人，我就去报名了。

首先，那老板让我填了一张表，（就是介绍自己的）。然后，他询问了我一些问题。得知我是大学生来做假期工的，他很是欢迎。他说他就喜欢招一些假期学生工，因为学生的素质高，同时，也可以锻炼一下学生自我。我听了很是兴奋，心中也暗自佩服那位老板。

果然，过了两天我就接到电话，说让我第二天九点去报到。我听了非常激动，这是我的第一份工作，不管做什么，我都下定决心要做好。

第二天，我提前去了。同样，我也看到很多和我一样来报名。我很奇怪，因为她们中的大多数都和我一样是学生，也有几个是刚毕业的。我的心里不禁暗自高兴。

由于茶餐厅是刚装修好，还没正式开业，所以店经理就先让我们帮忙打扫，互相认识，自我介绍一下，同时也熟悉熟悉环境，没半天，我们大伙就打成一片了。毕竟都是同龄人，能聊的话题也很多。第二天，经理给我们每人发了两套工作服，以及工号牌，拿到工作服那一刻，我们所有人都很兴奋，都在期待着开业。

终于，第三天，在一片炮竹声中□xx茶餐厅开业了。那天，我是第二个班，而第一个班的人已早早站在门口当起了迎宾小姐。我有些紧张，推开大门，我换上制服，开始了我第一天的工作。

不过没多久，我就觉得脚很酸，想休息，但我们并不允许，也不可以在客人面前乱动，要维护好自己的形象及餐厅的形象。好不容易到了中午，可以吃饭了，不知为什么，平日里那并不怎么好吃的菜那天突然那么可口，（也许是站太久饿坏了吧。）下午，我和一个同事一起当起了迎宾小姐。每当有客人进来时，我们都要点头并微笑着说“欢迎光临。”当客人用完餐离开时，我们也要微笑着说“谢谢光临。”

不知不觉，第一天的工作结束了。我似乎还沉浸在这兴奋中，但晚上回到家，脚好酸好痛，都不能平伸，夜里疼得睡不着觉。不过热情而年轻的我没有丝毫感到累，我倒觉得这是一种激励，明白了人生，甘无聊生活，接触了社会，了解了未来。

在餐厅里虽然我是以传菜为主的，但我不时还要做一些工作以外的事情，又是要做一些清洁工作，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，你必须自觉地去做好，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。

所以，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，也要学习别人怎样做人，以提高自己的能力。

记得老师曾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。

在这短期的假期实践里，有一件事令我印象深刻：发传单。由于我们的餐厅是刚开业的，所以没多少人听说，生意也没有多红火。于是，店经理决定让我们员工去发传单，宣传我们店。

我非常高兴的接受了这份工作，但事情并不如我想像的那么顺利。我那么热情的向路人介绍我们茶餐厅，发传单给她们，很多人并不理睬你，压根儿连看都不看一眼就把传单给扔了。结果是我们给扫马路的清洁工带来了很大困扰。我们前面发，有些人后面扔。我当时就很气，心想她们怎么一点儿也不尊重别人的劳动成果呀。但渐渐地我也习惯了，这就是社会。多数人都在为了自己而活，别人并不可能花那么多心思去关心或替你考虑。。。。。

不知不觉，半个多月的假期实践结束了。说也奇怪，平日里那么多的怨言都变成了离别时的不舍。在这里，我学到了许

多学校里学不到的东西，也认识了不少朋友。总之，这次假期实践非常有益。

以前总是乱花钱，但当真正工作后才发现钱挣得不容易，所以，当领到工资时，我并没有舍得花，而是好好的保存。同时，也学会了尊重与感恩，还有淡定。

三 实践结果

短短20天的社会实践结束了。我从中学到了很多。一，要学会做人。首先，人要有诚信，要遵守信用，既然答应了就应该做到。二，要学会忍耐，要沉着冷静的思考问题。不要遇到问题就不知所措。三，要记住，在上半时一定要遵守纪律，不能在客人面前随便说话，要给客人留下一个好印象。最最重要的是要记住，客人永远是上帝，不论客人有什么不好的行为，都不要当面指责；客人提出的意见要虚心接受。四，要勤奋，做好自己分内的工作，不要因为工作量大就想偷懒。看到哪里脏了，要自觉地去扫干净，不要等到领班去催你，打扫时不能马虎。

同时，我也学会了勤俭节约。第一次挣钱时才感觉到了钱的来之不易。懂得了节约，不乱消费。

当然，在这里，我也交了不少朋友，她们给了我很大帮助，更让我学会了珍惜。我想这次的假期实践会让我终身受益。

四 实践总结或体会

或许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但总算是社会的一部分，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，社会实践必不可少。

毕竟，两年之后，我已经不再是一名大学生，而是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做事。只懂得纸上谈兵是远远不够的，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，不愿在学校读书；而已在社会的人都宁愿回学校读书。我们上学，学习的是先进的科学知识，为的都是将来走进社会。

所以，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。

我很庆幸在这个寒假中进行了为期一个月的社会实践。接受我的单位是武汉市江岸区新马路小湖南酒楼，我任职服务员。在这一次实践中，我终于体会到了生活中的苦与乐、痛与累。同时，我也学会了很多以前不懂的东西。

在刚去的头三天里，我真的是不想干这份工作。但是我心中有一个念头就是不管怎样，既然已经找到了工作，还不如踏踏实实干下去，好好做事，人生总得有第一次嘛！最后我还是坚持下来了。过了一个星期之后，我就开始慢慢地学会了如何倒茶，如何点菜，嘴巴也开始会说些客套话了。

慢慢地我开始能接受这份工作。在这个月里，小湖南的员工们由开始的冷眼变成了热情和宽容。我真的感谢他们，使他们让我知道了生活的苦与累，是他们给了我这一次锻炼的机会。我虽然能顺利地完成了这次社会实践，但我还是有很多地方感到不满意。比如说，客人问服务员哪一种菜是用什么做成的，其中又放了什么配料，我总是一头雾水地乱说一通，有时候有的客人总是很为难服务员。通常地，给客人倒茶是我们的职责，但是当我们倒茶时，他偏要喝白开水，作为服务员的我们必须以客人为主。

在去的第一周里，酒店里因没有经理管，那些老员工总是欺

负我们这些新员工，因为刚刚去什么都不懂啊。然后，也只能老老实实地去学着做。最后来了个刘经理，刘经理对我们新员工还是蛮体谅的，总是很有耐心地叫我们怎么做，每一个细节、所要说的每一句话，都慢慢地教了我，每天早上他都要我们所有员工记一遍小湖南的标语：“嘴里甜一点，脑筋活一点，行动快一点，效率高一点，做事多一点，理由少一点，度量多一点，脾气小一点，说话轻一点，微笑露一点。”再次便教我作为一名合格的服务员要必须记住五声原则：第一看到客人进门要有迎声；第二客人叫喊要有应声；第三服务不周要有歉声；第四客人帮自己的忙要有谢声；第五客人出门要有送声。同时，在厨师们给我们菜谱培训时，我也非常认真地记了下来了。现在，那本菜谱我基本上能背的下来了。

再回首，只觉得刚去的时候，自己像个傻瓜一样，笨手笨脚的，不是把客人的口杯给弄倒就是撞到客人，不是不小心把打火机弄到客人的菜中，就是把客人的菜弄倒。然而，通过一个月的实践和刘经理教导，我真的有了很大的成就感，因为我真的看到了我一直在进步着。我真的很感谢小湖南里的所有员工们，是他们一步一步地教会了我，是他们一句一句地提醒了我，是他们一手一脚地把我扶过来的……这期间我也受过不少的委屈，流下了无数次心酸的泪。可是，我还是不停地鼓励自己，这一点痛又算得了什么呢？只要自己学会了东西，有过了一次、两次的经验就行了。但是当他们指责我，责骂我时，尤其是在刚刚去的前一周里我不能容忍的就顶了几句，后来慢慢地熟练了，跟他们的关系就慢慢地越来越好了。但是，慢慢地我也适应了那种生活，没有他们的责骂，我犯的错就会越来越多。然而，作为一名服务员，不受苦受累，不受委屈是假的服务员，我认为这种苦与累就是给我一次锻炼的机会吧！

我在慢慢的学习的过程中有过苦与累，委屈与耐性是避免不了的。而现在，我终于明白了，当时他们所说的苦与累是多么的苦多么的累，苦的连走路都差点就要跌倒了，晚上连睡觉都睡不着了，在抱怨着……。每天晚上我都在想着我的选择

是对的还是错的。今天受到的委屈，明天受到的指责，让我无可奈何，心里想着到什么时候这种生活才能结束啊，我何时才能摆脱掉呢？最后，我还是坚持到底了。在这一个月里，我终于学会了宽容大量，对人要讲礼貌，做事要迅速手脚从笨拙变得灵巧了。

雨还是经常的下，一个星期都滂沱大雨。抚河再也受不论如此的的压力了。唱凯堤轰然倒下了！千万的抚州人民无家可归。

6月23，上午 一个突如其来的会议，一个惊人的消息在整个校园炸开。随后是一个紧急的命令：马上回到宿舍收拾东西，在24日15点之前全部撤离学校！就这样，我们就希里糊涂地放假了。

上网，看电视……原来，由于空前的暴雨导致抚河决堤，更导致了几万的灾民无家可归。学校就提前放假，空置出宿舍个一灾民居住。早上还正常去复习的我，愣了许久还没反应过来就被活活的拖去帮东西了。

很早，我就计划好到东莞打暑假工了。现在，正好让这个计划早点实现吧。毅然决然地买了到东莞的火车票，带着些许不舍和期待。24日傍晚就踏上了东莞的土地。

我没有直接到爸妈那边，虽然他们也在东莞。到我先到了同学那里，因为不想一直都在父母身边。有时候，还是必须一个人自己去做自己喜欢的事或者去尝试离开温暖的包裹的。

我必须深刻地明白，自己已经是一个大学生了。大学的生活和中小学的是很不同的。迈进大学，我们就是一个该为自己负责的男子汗了。很多事是要用自己的责任感去决定的，用自己的理智解决的，用自己的智慧去做的。你可以自己选择并不轰轰烈烈的但一定充实的生活，你可以自己选择感兴趣的课，可以学习各种的知识，可以做以前想做却一直没时间或者没勇气做的事情……作为一名班干，可以这样说，大学

里的班干部就相当于中小学里的班主任。可以不断为锻炼自己寻找机会，为提升自己提供平台。

虽然，大学就是一个小型的社会。而这个小社会和我们生活和工作的大社会还是有很大的差别的。社会并不是风平浪静的，也不是那么的容易理解的。自己的社会经验可以说几乎为零。我常常对自己说，不能再留在父母的身边，不能再在父母的臂湾里做任何事了。所以，这一次。我决定了去找同学，而不是在父母身边。

到了同学那里，安顿好后。就跟他去他工作的那个工厂应聘。

他工作的那个厂挺远的，要走三十分钟左右。那厂有个很好听的名字：启源。是一个生产酒杯，玩具等包装纸盒的制品厂。那厂很小，就是一间用铁板盖成的一层板房。别小看这一间厂房，里面可有三个工厂。两个小制品厂，一个模具厂。然而名义上是一个厂，也许这就是各位老板的精明之处了吧！

虽说是去应聘，其实也没有什么应聘流程。老板没看到，甚至连一个文员也没看到。突然来了一个工人，看见我在门口，就直接过来说：“你是来应聘的吧？跟我来吧。”我还以为他会带我去面试，登记。天啊，他直接就叫我去干活了。然后我就说：“我今天还不打算上班，只是来看看的。”这个厂也太不正规了吧？！啥都不问就直接可以去上班。不过想想也是，这么小的一个工厂用不着搞那么麻烦。

6月28日，早上我的闹钟准时响了起来。8点，我的工作正式开始了。刚开始，那个拉长叫我去补胶水。就是把那些粘不住的杯底重新用胶水粘住。刚在那做了十分钟，就又被另外的一个主管叫去了。他把我带到办公室去，和我的同学，还有一个不认识的人。不是吧？！带我去办公室，到里面去做事？正纳闷着，原来是叫我们扎蝴蝶结。

一个盖子，在里面的两边粘上两条带子，后扎一个蝴蝶结。

三个人分工合作，一个把玻璃胶打在带子上，一个把带子粘到盖子上，最后一个就把蝴蝶结打完。一个流程就好了，一个生动的蝴蝶也随之生成了。我负责把带子粘到盖子上，这是一项稍微有点危险的工作。好几次被玻璃胶烫到手了，手上竟然起了几个水泡。我们一边工作一边聊天。那个跟我们不认识的男孩子挺多话的，虽然仅仅初中毕业，但是却懂很多知识。和他聊物理，谈化学……我们聊得很来劲。他没上过高中，但是他却知道很多关于高中的知识。我很惊讶，他告诉我。因为工作之余，他喜欢看书研究问题，他做过机修，学过数控。我非常佩服他，在社会上学到了那么多的知识。其实社会上对于知识，存在两种人。一种是甘于现状，走出校门后就不会拿起书本了的；一种是不甘于现状，看到感兴趣的东西就会努力去弄透，去问个究竟。“it's never too old to learn .”就是对于在工作中一直有上进心的人而言的吧！

一连几天，我都是在扎蝴蝶结。虽然，永无休止地重复着同一个工作。但是有我同学陪着，一边聊一边工作也没觉得很无聊。

几天下来，我觉得越来越疲惫了。每天都重复着那些毫无挑战性的工作，总感觉提不起精神。原来，一个人，投身到一项毫无挑战的工作中时。会觉得如此的浪费生命，觉得如此的苍白无力的。

接下来的日子，我在各种工作岗位上都工作过。那个主管不知怎么搞的，不管做什么事都是喜欢叫我去。做得好，是没有鼓励的；做的不好就肯定会挨骂的。说实话，整天被他骂很不是滋味，被管着也很不自在。又没有反抗的余地，心中有时憋着一肚子的气。但是没有办法啊，人家是主管叫你做什么就做什么。

在那里，无聊是有点的。但还是认识了挺多的人。在里面做久了一点，我就感觉到脑子好象生锈了一般。每天做的事，都不需要经过大脑去思考的。不象在学校，整个人就像在学

术中包围一样。所以，晚上我又拿起了好些天没碰过的书本。书是好东西，里面有知识，有精神食粮。从中总会收获到不一样的知识。在这段时间我看了姜戎大师的《狼图腾》，深刻学习了北方狼的战术和生存之道。

一个月后，老板对我们说：“你们就做到今天吧，因为现在已经没有什么事情做了。”很明显，我被炒鱿鱼了!!

第二天，我们就去领工资了。拿着那鲜艳的十来张一百元，虽然挺少的。但这毕竟是我的第一份工资。心中还是止不助的兴奋。

就这样，我的第一份工作结束了。心中感慨万分。我很庆幸自己没有像那些打工族一样，自己还有机会去上大学，还有机会学习知识。我很害怕那种不需要大脑思考的命运，很恐惧那些毫无挑战性的生活。仅仅是简单的机械重复的工作。大学，我再也不能碌碌无为了，再也不能扼杀青春了。下学期开始，就要放开手去学习，上课要全神贯注，在教室一分钟就要听一分钟的课。不要再把时间像垃圾一样挥霍了!学习才是我的责任，我没必要带着枷锁去学习。希望，我能好好地把一切有用的知识收入囊中!

寒假服务员社会实践总结篇七

开始第一天是熟悉周围的环境和主管，明白自己的工作到底要做什么，主要是帮人拿东西和开柜，换毛巾，接待客人等工作，以后的每天和同事们9:00准时列队点名。点完名后，就按领班分配，对包厢开始各自的卫生打扫，全范围清理，而且每天如是。若是那天你值班，还要加上卫生间和走廊的卫生，完后领班会来检查清洁。所看的包厢和大厅桌子的大小、多少是根据员工的办事能力及表现来定的，由于我们是新人，所以只为小包厢的顾客服务。而小包厢却是最辛苦的，特别是周末，几乎是爆满的，一个接着一个，忙上忙下，跑

进跑出，东倒茶、西添酒的。让你再一次明白什么才叫真正的“供不应求”，完全可以让你忙得焦头烂额。但这只是辛苦，每天还要对着形形色色的人，有素质高的，也有素质低的。

特别是有时遇到故意刁难或是蛮不讲理的顾客，你会觉得：一，你不能得罪顾客，因为他是上帝；二，你不能坏菜馆的声誉，因为你还想在那里工作下去；三，所有的错都是服务员的错，即使那错是因为别人而犯或是本身就是别人犯的，只要关系到顾客，你就得认栽。客人不买单，那就你自己买单吧，即便你一个月也挣不到这顿饭钱；四，你在工作上的所有表现，任何一言一行都直接与你的工钱挂钩，好，有奖；犯点小错，罚！

第三天，我接待一个客人，我把他衣服放进柜子上锁后，就不理了，那个客人回来后，不见了一台手机，我见状况不对，马上找来主管来协调，我知道我也有责任，但主管很好，不但不罚我还安慰我，客人也没多说，只是要我们帮他找出是谁偷的。通过摄像头，我们都发现了有人趁我们不注意的时用xx开柜偷走了客人的手机，我们就报警了。之后几天我都很小心地在监视好这些柜子，绝不要给我们客人再造成财产上的缺失，这样做下去，对待不同的客人要有不同的方法。

虽然工作不那么满意，但是积累了好多工作和人际的经验，做人要不怕累不怕苦，只有拼才能赢，还有对待客人要做到真心，关心，贴心，吃得苦上苦，方为人上人。上学后，我要更加认真，坚持不怕辛苦，勇敢向着自己目标走。

寒假服务员社会实践总结篇八

不知不觉间，大一已经过去，我们迎来了大学生涯的第一个暑假。对于我而言，暑假在家中虚度是很痛苦的事情，所以，我留在了常州的姐姐家，准备暑期兼职。

一、建党九十一周年晚会

作为志愿者，我参加了江阴市一个政府机关为祝贺党的生日而举办的唱响红歌晚会，之前我们也进行了严格的训练，在七月一日这一天，我们一大清早踏着小雨赶上去江阴的客车，开始了晚会前的准备工作，走台，化妆，换衣服……在我们紧张的筹备中，最终以《东方红》《在希望的田野上》获得了最热烈的掌声，最后，我们全体演员合唱一首《没有共产党就没有新中国》，我回想着从建党时的艰难到如今党的强大，心中充满骄傲幸福，我以自豪的心情唱出了我对党的尊敬。同时，也更坚定了我加入中国共产党的决心。

二、常州斯马特早教公司教师

这个暑假，我过得很充实，既体验了生活也尽了孝道，对于接下来的实习生活，我有把握做的很好，一个月的兼职，让我学会了如何与同事和上司相处，如何在工作中创新进取。

寒假服务员社会实践总结篇九

xx书画报

20xx年6月25日-8月25日

从20xx年6月25日-8月25日，我在神州诗书画报社进行了为期两个月的实习，对于一个从未接触过纸媒的人来说，这份工作是有挑战性的。在实习期间，我学习到了很多在校园里学不到的知识，增加了不少阅历，将在学校学到的理论知识很好地与实践相结合。同时，也发现了自身的很多不足之处，这些难得的收获使我受益匪浅也必将对自己以后的实践和工作有很大的帮助。因此，我很感谢学院安排这次实习，感谢报社众多老师给我们的辛勤指导和热情帮助。现在，我把自己的实习情况简单的总结一下。

选择《神州诗书画报》作为实习单位缘于学校校友会的介绍，《神州诗书画报》是经国家新闻出版总署批准、面向国内外

公开发行的全国唯一一份集诗书画于一体的书画类专业周报。神州诗书画报以“弘扬中国优秀传统文化，促进社会主义文化事业大繁荣、大发展”为立足点，以遵循“权威、高端、精品、创新”为办报宗旨，不断发现和推出具有投资潜力和学术价值的书画艺术家。

后来的经历证明我选择本报实习是正确的选择，本报的老师对我和我们一起实习的同学都很关心，及时给我们答疑解惑，让我们在短时间内有了很大的进步。同时也尽量让我们不至于浪费宝贵的时间，每天都有事可做。本报的记者不多，所以每个人的任务就比较大，每天都很辛苦，刚来报社的第一天我就感觉到了他们都是那么的敬业，那么的热爱这份工作，对于我们这些实习生也是当做朋友一般，经常跟我沟通交流，指导我们的方方面面，在工作和生活方面都给予我们很大的帮助。

在报社正式上班的第一天刚好是周一，报社每周一都开例会，总结上周工作的同时制定新一周的工作计划和实施方案，我们刚到的这些实习生就一一做了自我介绍，之后主编皆我们的学姐就给我们发了十期报纸，先让我们学习本报报纸的基本布局，阅读相关的书画类文章，通过一段时间的学习，我觉得自己的鉴赏力和阅读能力都有很大的提高，同时也对纸媒有了更加深入的认识。

接下来，我们有幸参加了本报社举办的第一次大型的活动“神州好丹青”，这次活动旨在发掘一批功底深厚、技艺精湛、潜心创新的实力型国画家。我们全程参与了该活动。在活动的前期，我们做的主要是宣传工作。

主要内容是：

- 1、搜集整理全国各地美协、画院以及与艺术密切相关的各种资料；

4、之后我们的任务就是装期刊、粘信封、去邮局寄送整理好的信件；

5、我们还通过短信平台来宣传我们的活动，由记者部搜集整理国家画院的通信录，之后我们对其发送“神州好丹青”的招募启事。在这个过程中，我们的工作量还是很大的，虽然做的事情有点琐碎，但是却需要很大的耐心和毅力，虽然每天做的工作比较简单，但我却觉得很充实、很快乐，同时也磨砺了我的意志和耐心，我觉得这些品质是以后工作所必不可少的，是以后工作所必须具备的。

完成了前期的宣传工作之后，就进入了工作的中期阶段。在这个阶段，我所做的工作有：

2、整理来稿人员的信息，并将其电脑存档、信封记录、文件柜保存；

3、国家画院的招募启事发出去之后，我们还将各位画家的联系方式这一宝贵的资源进行整理、存档；除了全程参与“神州好丹青”这个活动外，由于报社前期人员比较缺乏，我们也协助报社的行政人员做了一些力所能及的事情，工作内容如下：

1、去邮局办理大型业务；

3、给每期的画家打包邮寄每一期的报纸；

在这次实习中，我学到了很多在理论课上学不到的东西，包括理论在实践方面的运用。

这来两个月的实习对于我来说真的很难忘。

第一，第一次要把事情做好，对待工作不仅仅把它当作一种谋生的手段，更应当当作一种艺术来做。做就要争取做到体现

自己程度的最好。在本报的实习中，虽然干的工作技术含量不大，但是却需要百倍的耐心和毅力，对自己要有严格的自律自求，要严于律己，通过踏实的工作，尽可能做好每一件事，同时积极向别人学习，逐步提高自己各方面的水平。

第二，要有吃苦耐劳的精神，要准备随时在路上。通过这段时间的实习，我第一次亲身体会到工作的辛苦和劳累。感觉干什么工作都不容易。对于新闻媒体这一行业来说，得具备绝对开阔的视野以及丰富的知识面，因此，通过这段时间的学习，我觉得自己在很多方面还是很欠缺的，因此更加激励自己在今后的学习和工作中更加地踏实、努力。

第三，要认清自己的位置。在实习中，应该把自己定位为一个学生，自己什么都不熟悉，都要积极向其他记者、编辑学习，虽然他们或者没有上过大学，或者没有较为专业的理论知识。但作为出入茅庐的实习生，他们的敬业，他们的工作热情，他们的积极作为，都值得自己去学习。用业余的知识去做专业的事，这也是一种很伟大的精神。对于一个自己陌生的环境，一边自己要主动去靠自己的力量去熟悉，另一边也要通过熟知的人去了解。他们都给自己提供了这样一个条件。作为实习生，在做新闻时，一定要把自己当成一个正式的工作人员，像他们那样尊师各项规章制度，爱岗敬业，严于律己，端正自己的态度，争取多学、多看。

第四，要努力拓展自己的知识面，使自己的理论知识和相关知识更加系统广泛。在报社工作需要广泛接触社会的方方面面，这就需要自己的知识应该有更大的接触面，需要对相关方面知识的全面了解直至熟悉。这就需要自己在以后的学习中多读，多想，多学，为将来投身做更职业的事情打好坚实的基础。

在这两个月中，我深深感受到了诗书画报的文化氛围，从中也领悟到了许多东西。我发现报社里很多人不是新闻专业出身，这说明了做新闻不一定是新闻专业的人才能做好，因为

新闻记者和编辑只是报纸运做的小部分人员，报纸运做很大一部分还是在广告策划与市场营销上，同时，报社一个市场运营单位，在某种理念上也可以称为一个公司，这就需要使部门划分明确，人员职责到位，要有管理部门、服务部门与生产部门。记者与编辑只是生产部门中的成员，需要比较专业的知识，但是社会知识与经验显得尤为重要。由于部门庞杂，要想在报社做好工作就必须知识结构全面，所以对人才的要求也是综合型人才，即既要懂新闻的专业知识，又要会管理策划与营销，只有这样，才能无论做什么工作都得心应手。

实习虽然很辛苦，但让我体会到了工作的艰辛，为将来踏入职场奠定了良好的基础。实习期间遇到很多问题和困难，在老师的帮助下和自己的坚持努力下都一一解决，但老师和同学的鼓励让我坚持了下来，而且老师也很照顾，尽量帮助我们，真的是无微不至。实习时间不长，但将是我人生中最重要经历，在以后的道路上我将更加努力。