# 大学生社会实践心得体会800字7篇文章

来源：网络 作者：风华正茂 更新时间：2024-09-29

*当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。大学生社会实践心得体会800字7篇文...*

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**大学生社会实践心得体会800字7篇文章一**

今年八月下旬，为响应学校“青春三下乡，实践中国梦”的

口号

，华中师范大学博雅·行知支教团前往福建省邵武市沿山镇开展为期8天以支教为主，调研为辅的暑期社会实践活动。团队以“公益承载希望爱心放飞梦想”为主题，始终致力于帮助山区孩子改善教育资源，服务山区教育发展，拓展山区教育视野的使命。此次支教得到了华中师范大学化学学院、共青团华中师范大学委员会以及沿山镇沿山中学的大力支持。

前期准备变数多

XX年是博雅·行知支教团接受挑战的一年——原定贵州凯里的支教活动被迫取消。在经过紧急会议、计划重订、车票退改及购买等一系危机处理后，支教团最终将支教活动改到福建省邵武市沿山镇沿山中学进行。

8月19日，支教团从武昌站出发，经过一天的辗转蹉跎，支教团于20上午顺利抵达支教地点——沿山镇沿山中学。支教队员受到了沿山镇副校长陈峰的热情欢迎，陈副校长为支教队员提供学生宿舍作为临时据点，简单的安置过后，21日，支教活动正式开始。

沿山支教进行时

支教期间，队员们将来上课的孩子们分成了小升初班和初中班，并分别为他们设置了针对性的课程。小升初班注重趣味性和知识的衔接性，初中班则更注重知识的系统性和完整性，教学内容会根据学生的意见进行适当调整。支教队员们每天晚上按时进行试讲，只有试讲通过才能站上讲台。对于试讲中存在的问题，队员们十分重视，常常熬夜修改教案。我们的努力也得到了孩子们的肯定——上课时他们积极回答问题，主动配合老师完成教学任务。除了常规教学课程，支教队还为孩子们准备了内容丰富的素质拓展课，如辩论赛、特色音美课、趣味运动会等。

另一方面，调研小组以“万村观察”为大主题，对当地民情进行包括医疗保健、生产生活、地理人文等方面的调查。调研中，队员们融入当地民众，体验他们的日常生活和喜怒哀乐，并参加了当地的特色节日“弥陀节”，感受到传达真善美的千年信仰。几天的调研下来，队员们对当地情况有了更细致的了解，也为后期研究、宣传当地特色文化积累了素材。

离别之际不哭泣

经过为期8天的支教，队员和孩子们共同成长，已经结下了深厚的情谊。支教活动给孩子们带去了欢乐，也为支教队员们带来了感动。28日上午，为纪念此次支教活动，也为了感谢孩子们的积极配合，支教队员们准备了以“遇见更好的自己”为主题的文艺汇演。文艺汇演准备了歌曲串烧、魔术表演、扭秧歌等欢快逗乐的节目，队员们希望给孩子们留下的是笑脸而不是眼泪。汇演结束后，队员们与孩子们拍照留念，随后队长陆艺文给每位学生赠送了华师手绘明信片。孩子们仿佛也感受到了离别的伤感气氛，有几个孩子开口问道：“老师，你们明年还会再来吗?”

下午，队员们在教室打扫卫生时，教室门口出现了熟悉的身影。孩子们为支教队员带来了当地的特产青枣，并主动帮助队员们打扫卫生。孩子们的出现让支教队员十分感动，也更加坚定了自己投身中国教育的决心。

笑谈酸甜与苦辣

沿山中学远离城镇，去镇上的唯一方式就是步行，支教条件艰苦，无处不在的蚊虫和闷热的天气，也让支教队员们吃了不少苦头。支教队一行17人，在支教期间要轮流使用一个水龙头洗漱，更因为学校设备不完善，厕所淤堵，不得不借用离学生宿舍较远的公厕。由于公厕位置偏僻，队员们晚上上厕所时只好结伴而行。

尽管支教活动进行的过程中遇到了很多困难，但队员们热情依旧。8天的时间我们看到的是孩子们可爱的笑脸，听到的是乡间青蛙、夏蝉的鸣叫，感受到的是当地居民淳朴的民风。

当谈及明年是否还参加支教时，支教队员赵凡说道：“作为一名免费师范生，支教一直以来是我心中的一个梦。当第一次站在讲台上带领学生们读ccnu全称的时候，我感到无比自豪。我知道支教生活不仅在于给孩子们传授知识与经验，同样也在于磨练自己。这次支教活动给了我一个奉献爱心、提升师范技能的好机会，我会永远记得孩子们天真的眼神和灿烂的笑容。明年我们13级成了主力军，我还是会选择跟随博雅·行知在下一个地方继续奋斗。”

支教的每一天都是收获的每一天，公益并不在于空口说大话，而在于用实践去做点滴小事，博雅·行知会秉承着华中师范大学“忠诚博雅，朴实刚毅”的校训，用自己的行动去为公益事业添砖加瓦;也会带着青春的梦想，紧跟党的步伐，用爱和希望证明自己的存在。至此博雅·行知支教团队圆满完成支教任务，但我们仍会继续努力，为中国基础教育尽一份绵薄之力。

**大学生社会实践心得体会800字7篇文章二**

寒假生活就要结束了，回首我这个寒假的生活体验感觉只有一个字“累”。以前并不知道真正的生活真正的工作到底是什么样的，这次的生活实践让我真正体会到了工作的辛苦，挣钱的不容易。通过这次的工作经历让我能更好的调整好自己的心态，以便更加认真努力的学习今后的课程。为以后真正独自接触社会奠定坚实的基础。“吃得苦中苦，方为人上人 ”。

在这段时间的工作中我最大的收获就是做什么事情都要有耐心以及韧性，社会不比家里不管做什么都有人给你庇护，社会生活中有着很大的学问，说话做事都有不少值得我们学习的地方。

由于我家里的店子很忙又缺人手，所以这个寒假就没有去外边找工作就在自己家的店子里帮忙，顺便筹集我那昂贵的学费。家里做的是配件销售的行业，和我的专业是很不搭调的，但终归是工作也是可以从中学到些东西的，在正式开始工作的时候我就在店子里跟着工作了两天，原本以为这行业很简单嘛，就是问下进门的顾客需要什么东西。然后找东西，交易，开发票。但真的做起来还是需要很多的技巧的，自己慢慢的也学着和顾客沟通，进行销售。

繁忙的一天：

刚开始每天的工作除了有顾客来了要招呼一下外就是整理一些堆积的或刚进的新货，女生都爱干净，而我现在所做的工作都是些油滋滋的汽车配件。刚开始是有些不愿意拿那些东西了。但我妈妈也就是我的“老板”根本不把我当女孩子似的一会儿让我取这东西一会儿取那东西的，弄的我双手都脏兮兮的。

最让我尴尬的是我根本就不认识汽车上的这些零件之类的东西，老是拿错了，还自作聪明的把盒子上的字曲解了。，把东西都乱放都搞混了，当然我这么做的直接后果就是被我的“老板”一顿指责，心里委屈也没办法，毕竟自己弄错了，闹了不少笑话出来，让人家顾客以为我们店子的员工都这么不熟悉货物还卖东西，对我们的产品也有了些许的怀疑，这估计就是在公司里，员工的言行会影响到公司的形象一样的道理吧。

短短的的工作时间里，我发现了我自身存在的不少问题，很简单的我作为一个美术系的大学生，自己的字写的也实在太对不起观众了，平时没注意，在给顾客开发票的时候我充分意识到了这点，当我把开好的发票递到人家手上时，对方看到字的那种表情让我真的感觉很惭愧。当时就心里暗暗下定决心以后一定要把字先练习好。免得以后找工作上在这个上面摔跤。

社会是复杂的，社会中的人也是千奇百怪的，有些人就是真的很不好相处，也就是我们俗话说的“赖皮”。面对这样的顾客我刚开始不知道怎么应付，于是关系弄的很僵，场面很尴尬。直到“老板”的及时出现才解了围，当然我少不了挨一顿批评，同时也告诉我一些与人沟通的技巧，以及随时应对问题的方法。

顾客就是上帝，我们对顾客的态度直接影响顾客对我们产品的信任度，就和在公司里面的道理是一样的，员工的工作态度会直接影响公司的形象。所以有时学会忍耐也是必不可少的。在这里我学会了随即应变的能力，以后我们的社会也将是一个深不可测的战场，没有一个好的心里素质，被人挤兑就彷徨不知所挫的人，将会被这个社会所打击。

耐力的考验：

回家工作的这段时间让我体会颇深的还有就是陪妈妈去分店对货收帐的经历，它对我的耐力考验是必不可少的一个例子。那会我们是早上七点去晚上八点才要回家，一天几乎都是坐着在对账本，在我的理解中，对账无疑就是把账簿上的物品对一下看有没差错有没漏掉的，然后把货款全结算一下，收钱走人就可以了的，没想到要这么麻烦的，要些对着账本把货物都先点一遍，再开始慢慢的一本一本的对帐。

这个过程远没我想象的那么简单轻松，比单纯的在店子里待着要麻烦很多，付出的精力也要多很多，原本我以为半天就能对完的帐，三天了才弄完。而且每天都是那个点来回跑，当时的感觉就像老年人常得的一种病可以形容腰酸背痛的，等忙完了休息了好久才恢复。

在这个过程中我好几次都真的很想把本子一丢不想做了，但是想到了我之前的承诺要把事情都坚持做好，还是咬牙硬撑了过来，最后的成就感当然压过了曾经的抱怨，突然间我明白了做事情要有耐心和恒心，只要认定的事情就要坚持把它做好，现在也是将来也是，这个好的习惯可以成就我们的未来。

在以后我们将面临的社会工作中，我们可能也会遇到类似的事情，你不想做又很累人的工作安排给我们，我们能不去做吗?不能。那么我们必须要养成这样良好的耐心，以及很好的耐力，才可以不管做什么工作都不怕都能有很好的心态去把它做完做好。

实践心得：

这段时间的实践，虽然不是选的我们的专业部门，但是从中我还是学到了不少对以后工作有用的东西，比如说心理素质的培养，耐力的考验，这都是我们以后的工作中要碰到的东西，我们的专业再好，没有一个好的心理素质和适应社会的能力。也是不好在这个复杂多变的社会中立足的。从中我也了解到了自己的不足之处，在以后的学习中我会努力抓住这个学习的好机会，多学点东西，以便以后在社会中争取自己的一席之位做充分的准备。我相信成功始终会眷顾有准备的人的。

**大学生社会实践心得体会800字7篇文章三**

我们时常把大学校园比作是一座象牙塔，因为我们缺少对社会的认识和缺少实践的能力，要冲出这座象牙塔就要努力提高自己的实践能力，努力的融进这个社会，认知这个社会。

这个炎炎的暑假激起了我对参加社会实践活动的决心。希望通过自己的双手赚取一点小小的生活费，更重要的是为将来踏进社会工作做一个好的铺垫。希望把我所学到的知识更好的运用到实际生活中，锻炼自己。

在这个暑假我参加了银鹭公司在苏州各大超市的促销活动。促销就是向消费者介绍我们公司的产品让他们了解我们的产品并且购买。这事一个锻炼口才的很好机会。首先你要自己了解产品然后是简洁明了的向消费者介绍。在这个过程中我发现心里想的内容要通过语言表述出来还是存在一些困难的，特别是要求你要有很快的语速。其次就是苏州话和普通话的结合运用。在学校我们很少有讲苏州话的机会，在超市促销的过程中我的苏州话得到了很大的锻炼。与陌生人的交流也是很大的一门艺术，它需要莫大的勇气。

我们的活动有一个试吃的环节，这往往需要我们主动出击，对于陌生人我们总是感到害羞，但是工作的要求我们不得不做，这就在一种压力的环境下锻炼了我的勇气。在这次实践中我的口才得到了很好的锻炼。物品的摆放同样是一门艺术。这次实践中我学会了如何在一个促销桌上把产品，托盘，杯子的合理摆放。特别是产品的标志必须要面向消费者。

这次的实践给了我很大的启发。首先要善于沟通。要了解顾客的需求我们就必须和他们进行有效的沟通知道他们需要的是什么。切忌的是不能和他们发生争吵，牢记顾客就是上帝的至理名言。其次是要热情。保持微笑很重要。最后就是要勤奋，好的业绩考就是不断努力的结果。我领悟到了很多，这些都将我受用终身。学校要我们去做社会实践真是一个非常明智的举动，我从中受益匪浅。

**大学生社会实践心得体会800字7篇文章四**

这年寒假，我有幸能参加学校校团委组织的社会实践活动，既已为大学生，做事就不能虎头蛇尾，更不能半途而废。这次社会实践的内容是：以湾里镇(现湾里社区)为实践基地，调查构建和谐社区的情况，为北京奥运加油助威，同时喜迎我国改革开放30周年。用大学生之行动，逐步了解社会，用大学生之所学，回报于社会。从而使大学与社会之间达成另一种和谐。

在社会实践活动正式开始之前，我们学校组织了一次全校性的“捐书活动”。在实践活动正式启动后，我们开始把这些书分门别类：文学、科技、医疗、农业等。一本本厚薄不一的书籍因“知识”而意味深远，我们齐心协力把准备工作做好，即使暑期实践的集中营条件相对艰苦，但大家都一一克服，瞬时间，冷冷清清的宿舍便成了家。

xx年7月9日，早七点，我们带着准备好的国旗、党旗、横幅、画板和一份“有所为”的心情来到湾里社区。并与社区办事处一起在街道展开了宣传活动，大家戴着志愿者的绶带和小红帽，分发着“构建和谐社区，为奥运加油”的宣传单，向前来询问的市民细心讲解宣传的内容和宗旨。在此过程中，我们也发现自身的很多不足之处：知识的匮乏，认识的片面性，语言表达的流畅程度，且在应急问题上显现出经验的不足。在老师的指导下，我们发现并解决问题，自我完善，竭力让实践落到实处。

之后两天，我们分别在居民小区里开展活动，这些小区居住的居民大多是从农村搬迁过来的。虽然楼房别无所异，但是从细节看，还是能发现一些典型性特征，例如：在一幢楼房下面会时常看到农村常用的煤炉和煤灰，部分门前绿化带种上了些许的蔬菜......这说明生活环境可以瞬息万变，但生活习性的改变还是需要时间的。即使建造了运动场，也要使全民运动起来，在自身物质基础得以满足时，也得推动精神文明的进步。所以，居民的“和谐社区”意识是重中之重。

此外，在实践中，我们也体会到国家正极力关注的“留守儿童”问题，父母在外谋生，家中的老人与小孩相依为伴。面对农业劳动力的转移，孩子上学接送难，暑期课余生活难，老人伤病自理难......我们作为大学生,作为社会的新生力量,也贡献出自己的所学所知,教之以幼,分之以劳.

在11日早晨做完活动,我们聚集在湾里街道的一个政府礼堂里,举行了“‘大学生实践基地’揭牌仪式”。我们为“留守儿童”送上书籍和文具，他们为我们献上花朵，相和相融。

这不是一个里程碑，而是我们大学生实践社会的第一步。

**大学生社会实践心得体会800字7篇文章五**

走出绿绿的校园，告别年轻的欢笑，我们都应学着坚强，慢慢变得成熟。

幼年的时候，总是被爸妈强制要学着早睡早起，尽管我是十分的不愿意，但就是不会反抗。以后，天真、爱幻想的我喜欢躺在野外的干净石头上、呼吸着轻松的空气、用脸面对清爽的蓝天、一个人慢慢的渴望。童年的时候，我渴望我可以瞬间长大，离开所有人的庇护，独自成长。后来啊，我一直渴望明天能够自由自在。我渴望在很多时候不要爸妈的决定;我渴望有一天我成为“能人”，什么都会做;我渴望我能在爸妈不知道的情况下进行一次大胆的尝试!

今天，我终于成了长硬翅膀的小鸟，自己决定自己的事情;今天，我终于迈开了走向社会的第一步，自己面对自己的灿烂未来;今天，我终于抛开心中的胆怯，自己去解决自己的人生障碍。

一、参加实践活动的背景：

这次实践活动的工作是在学校的帮助找到的。在上学期期末时，我收到老师的通知说是希望参加寒假社会实践的同学可以报名参加。我当时一惊，兴奋得不得了。这不就是我一直渴望的吗?我报名了。大概三天后，我又接到通知说是要去参加寒假实践活动的培训及动员大会。我很高兴，就把这一好消息告诉了爸妈。他们很体谅我的心情，但是，同时他们又担心说：过年的时候怕大家都在休息，只有我在工作，这样我会不高兴。我很自然的跟他们说：关于这点我不在乎。

参加寒假社会实践的培训及动员大会我是极其的高兴，在高兴之余，我又有些担心，因为我以前没有参加过社会实践，我很害怕在实践过程中会出现些差错，造成别人麻烦。我更害怕我去了单位上什么都不会做。因此，我小心翼翼的听老师给我们的交代和经验的传授。我也认真的写下要点，生怕有漏掉的。在培训中，我知道了自己的实践地点和时间伙伴，我也麻烦了我们的指导老师。可我还是很开心，因为我即将开始我的梦幻生活。

二、参加实践的人物及时间：

一月十一日。这天，我清楚地记得。前一天我们完成了期末考试，第二天，我们就投入到实践活动中。我还有一位“实践伙伴”。也是女生，我暗喜女生好相处。第一天到了我们的实践单位(万州区双河口街道办事处)上，做的第一件事就是报到。在完全陌生的一个环境，我们有些不知所做，并且还是这样一个严肃的地方。我惶恐的心开始一阵阵的颤抖。可以没办法，我们反正都要面对的事情，无法有实践与地点让我们来躲避。于是，我们按照老师说的，一点点的摸索，开始了我们二十多天的“实践生活”。

三、参加社会实践的收获：

短短二十几天的实践生活，是我心的一次磨砺和成长。我不仅在做事的态度与方法上收获了很多知识，我也对自己以后可能要面对的工作岗位有了些认识。参加寒假实践活动，留给了我更大的空间锻炼自己，让自己更早的认清世界冷暖，为自己以后能更好的服务社会打下基础。在实践中，我必须得做到时时警惕，凡事细心。因为，我很害怕事情没有做好而造成他人的麻烦。我也害怕因为不上心儿造成不可弥补的错误，伤害到单位、部门等·····因为害怕，原本大大咧咧的我开始转向细致、成熟。

(一)、告别了幻想的年纪，就应该踏踏实实、勇敢面对现实，学着生活。

由于我实践的部门是社会事务科，所以大多数的事情就会和普通群众打交道。由于我们所在的双河口街道办事处属于乡镇级，所以我们也会和很多的农村居民交流。从这个方面讲，生活给了我更多的启示——凡事靠自己动手，生活才会变得充实，有价值。另外，我也意识到：工作没有高低之分，只有价值的实现与否。

农民伯伯们没有高的学历，没有高人的才智，每年就重复同样的工作：春天播种，夏天乘凉，秋天收获，冬天取暖。可是，就是因为他们的简单与淳朴，才使得人间有播种时的期待，秋收时的喜悦啊!他们有他们的生活，他们也许崇拜有钱人，震惊有才的人，可是，他们重来都不放弃自己的生活，踏踏实实做平凡而不平庸的人。

农民伯伯们的真实生活态度，深深的感染着我。他们可以为了一年的低保而哭诉，到处托人解决家里的困难，那么的坚持，不放弃。在爸爸妈妈的金窝中长大的我们，可能还不知道，在农村还有那么一部分人没坐过火车、见过飞机呢。而我们呢?在生活中，有时还会为某样东西不上档次而懊恼。想想，这样的我们，还能抱怨什么?真的是应该好好珍惜、把握我们拥有的幸福。

我记忆中有这么一位老婆婆。身穿蓝色的布衣，弯曲的身体幅度让人有时看不清她的容貌，白白的头发蓬乱着。她提着一个塑料袋，里面有一大把的纸票。她喘息着用微弱的声音说道：请问一下，这个，住院报账在哪儿弄啊?这时，有一大群的目光聚集在老人身上，老人抬起头，前额上的几丝头发微微的随着摇晃了几下，然后用非常期待的混色眼神左右看了一下。这时的我，我自觉的就吧一板凳送上前，然后让她坐下。看到这一幕，我的心又惊又抖：她为什么会自己来?她的儿女呢，去哪儿了?我转过头，斜眼看过去，从她的身上我看见了妈妈的影子。我很伤心，我妈妈以后也会是这样吗?我暗暗地下决心，不能这样。

体会了那么多不同的人，才知道，生活并不像电视剧里 “灰姑娘遇到王子”那么美妙。他远比战争要残酷得多。我想，走出社会，面对现实，接受生活，这会是我们的又一课程吧!

(二)、作为“人民的奴隶”，就必须掌握坚定地岗位知识，凭着实力，团结同事，踏踏实实为人民服务。这对我以后可能选择的工作岗位有很大的帮助。

1、耐心、静心、细心“三心”必须有。这是我的认识，也将是我培养自己的一个方面。

接触了他们才知道：他们的工作很杂，很靠脑力，很零碎，量很大。在我的脑海里，一直都认为“人民的公仆”工作很多，但是会很简单。没想到，他们的工作原来很考验一个人意志。

我所在的社会事务科，不明思议就是处理社会家庭事务等琐碎小事件的。每天会有很多不同的、相同的问题、情节在办公室里发生，但是，科室里的工作者们不辞辛苦，耐心的一遍又一遍的解释、解决。可能口会说的很干，嘴皮会摩擦的很软，但他们也只能接受。有些话，有些原因，在办公室里实践的我就学会了，有时还会帮忙解释呢。可是，作为“公仆”的他们无权反抗，必须接受，一点一点的解释给群众们听。我想，他们的耐心一定不差吧。

因为是处理琐碎杂事，作为办公人员，他们必须很小心，不容许有半点差错。在他们心中：人民的事情出了半点差错，人民的丁点儿事情没得到解决，他们算就是失职，这样的责任他们不愿担当，也担当不起。因此，在平常工作中，应该更加的细心才是。

2、初次接触了打印机、复印机的应用;大胆的在实践中应用所学的关于word、excel的知识;学会了简单的文件归档知识······

办公职员的头脑一定要灵活，应用的知识很多，有问题一定要学着立刻马上处理，这点是很重要的。另外，问题不可能永远都发生一样的，所以要学会变通。第一次触摸复印机的时候，心里很担心，不知从何下手。在老师的帮助下，我学着去了解它，认知他，发现他其实并不难使用，之后，我总是有意识的去接触他。比如，在办公室里有谁需要复印的，我会马上提出来我去做。这样，我就学会了简单的使用复印机了。真的很开心，因为试一次小小的成功。

(三)、和陌生人大方的、有底气的交谈，是我们生活的另一门课程。

刚开始到单位的时候，一个人也不认识，什么都不知道。也不了解他们的职位、姓氏，都不知道怎么称呼别人，所以有问题也不会问别人，首先想到的是自己解决。所以呀，这让我有了一种习惯，就是：遇到困难的时候，首先让自己解决。

后来慢慢的发现，其实与人说话不难，但与人交流就有些问题了。因为，如果和不认识的人随便问候几句，我们平时都经历过，很容易。但是如果要和陌生人进行长时间的交流，这就要靠我们敏捷的洞悉能力了。这需要交流双方有共同的话题，兴趣点。最重要的是：不知道要怎样开口。比如，在实践中给乡村干部打电话通知事情的时候，我既要大声的以办事处的名义介绍自己，也要向他通知清楚事情，并且说话不能颤颤抖抖的，要自信，有底气。在开口说话的时候，如果迟疑或吐字不清，打哆嗦，电话那方的人可能会听不清楚，要求你再说一遍，这时，心里会很不好受的。

在与人的交流方面，我认为放宽心态，把对方看作是和自己一样的人，自然地开口说话，就会有所收获的。

(四)、充分发挥自己的主观能动性。这对我们的人生有很总要的意义。

“随时要想着自己找事情做!”这时参加寒假社会实践的时候老师嘱咐我们的。我一直怀揣着这句话快活的陶醉在我的实践愉快当中。因为，事情自己不会指定对象被做。

主动和人说话，主动给人微笑，主动找事情做，主动学习使用打印机······这一切都离不开主动。因为主动地去接触，我学会了文件的归档;因为主动地微笑，我认识了更多的陌生人;因为主动地寻找，我的寒假过得很充实······

**大学生社会实践心得体会800字7篇文章六**

短短的不够一个月时间的寒假假期已经结束。这是我进入大学的第一个假期，也是我第一次利用假期时间去参加社会实践活动、锻炼自我，体验社会生活。所以，这个寒假期，于我而言，比以往的任何一个假期都来得有意义，过得颇为充实，收获良多。

考完试的当天下午，我便和我的一位同学驮着简单的行李来到xx中心文明路的好运来饮食店进行为期17天的打工生活。每天上班的时间从早上8：00—晚上8：00，每天的工作无非就是择菜、洗菜、洗碗、送汤水、打扫卫生，活而不算少，一天忙下来感觉也好累。

或许是由于第一次参加工作，对一切都感到很新鲜，也很好奇。开始两三天，我们还干得挺起劲、挺耐心的，可以说充满热情地去对待第一份工作，得到了老板和顾客的一致好评和表扬。工作了一天下来，全身心虽然都感觉到好累，可我们心里却甜滋滋的。可是，坚持了几天，我们就觉得不耐烦了，感到腻了，热情也随之减退了不少。毕竟活儿是那样累与繁多，加之天气尤为的冷，手碰到了冷水，便感到钻心的疼，有时不小心碰伤，割伤了手，更是让人疼痛无比。这样一来，真的不想再坚持下去了，真的想打退堂鼓，不想再干下去了。

在那里工作着实是苦与累，时间虽然才不过十多天，但我却觉得好漫长，度日如年，一天竟都是那样的漫长难熬，每天都在数着手指头过日子，盼呀盼，多希望这十几天快一点过去，这辛苦难熬的日子快些结束。可是，尽管这样时间依旧过得好慢，每天依旧得重复着那无聊、烦琐的工作。我们两也只能相互鼓励与扶持，咬紧牙关挺过去，尽职尽责地去完成每一天必须要完成的工作，再苦再累，只要意志足够坚强，再大的坎能跨过去的!是的，功夫不负有心人，我们终于熬过了这艰苦的十几天!当我们从老板手中接过第一笔并不算多的，但却是用自己的辛劳换来的钱时，我们的心情既激动又兴奋!

我们一直在父母的臂翼下幸福、自在地成长着，从不知生活的艰难，从不曾意识到父母赚钱的不容易。直到工作了，真正地步入社会了，才体会到了生活的种种苦与累，也才真正体会到赚钱的不容易!体会到社会的人情世故!当代大学生，应该积极地多参加社会实践活动，在社会的大熔炉中磨练自己、考验自己，不断地积累经验，增长才干，做到把所学的知识真正地运用到实践当中去，在实践中不断成长，并提升自己，以及领悟生谛和做人的道理!

**大学生社会实践心得体会800字7篇文章七**

从2月12日至2月13日我在所在公司进行社会实践。克服了天气寒冷的不良条件，在公司时学习计算机有关装机、装系统、装应用软件的基本操作、计算机经营、工厂市场行情调查、社会公关等方面的内容。在客户需要时还根据客户要求上门服务，同时这也响应了团中宣部、团中央、全国学联“同人民紧密结合，为祖国奉献青春”的口号。博得了市民的一致认可。为了保证我学到的东西能够切实规范化、系统化。我要求各自己每天必须写个人日志，注意消化自己在平时所学到的东西。

实践期间我争取一切可能的机会让我动手，短短的几天时间，自己装过至少三台电脑，绝大部分自己都曾到过用户家中为 用户解决问题，我对计算机的一般性故障也能作一定的维护，具备了一定的产品真伪识别能力，甚至我还学到了很多经营技巧和对付奸商的手腕，对计算机的总体认识和把握也有了显著提高。

实践也让我对百诺威电脑城和交大慧谷电脑城的整体运行情况有了一个大致的了解。百诺威电脑城地处上海市中心附近，门前每天有大量的流动人口，而且电脑城也有一定的历史。几乎上海所有的市民都知道百诺威电脑城，给人的感觉是进入百诺威电脑城后又没有一个是来闲逛的，一般都是有备而来，而且一旦看中马上就会付钱购买。所以基本上百诺威电脑城每来一个顾客就会有一桩生意成交。交大慧谷电脑城地处上海市交通大学附近，一楼是电器城，二楼才是电脑城，而交大慧谷公司对其电脑商家宣传力度不够，致使很多人并不知道交大慧谷电器城有电脑。一般来的都闲逛而已。所以尽管交大慧谷电器城的顾客人数要稍微多一些，但是真正成交的生意还是比较少，相对百诺威来说，生意则要萧条一点。

因此，我认为对交大慧谷电器城和百诺威电脑城应该采取两两合作，优势互补，进一步加强交流和沟通。对百诺威的电脑公司来讲，通过与交大慧谷电脑公司的合作可以发挥其顾客比较多的优势，有利于宣传自己的品牌，弥补客流量的不足。通过前面2月12日—2月17日6天的实践，使我具备了一些装机的基本技能，了解了计算机内部各部件及如何装机等方面的内容。技术员们决定利用2月18日和19日开展两次计算机技术义务咨询活动。为了保证这两次活动的成功开展，我进行详细的安排策划，与实践单位、赞助商进行了统一的协商，对场地进行了申请。同时，我和他们夜以继日拟出了十多种不同的配机方案、知识问卷调查表、计算机使用过程中的常见故障及解决办法、计算机发展史等与计算机有关的内容。

2月18日阳光灿烂，春风和煦，蓝天白云下的上海更加漂亮。但大家们却一点都没有留意周围的景色，我心中只有一个念头，就是把今天的义务活动搞成功，把自己所掌握的知识技术尽量多的传授给市民，为市民尽量多的排忧解难。上午9：30我的义务咨询活动正式开始，广大市民向我提了很多问题，我不辞辛劳，耐心地一一解答，甚至派人到群众加中解决他们的问题。很多市民对我的配机方案表现出了浓厚兴趣，他们不断地询问配置单上各部件性能、价格、兼容性，该活动在火车站再次成功举办，并且收到了十分良好的效果。

调查总结

本次社会调查穿插在我的计算机义务咨询活动之中，调查对象主要为上海市民。通过抽样调查使我的出以下结论： 目前，上海市30%的家庭拥有电脑，学生中有电脑的占38.2%，而且还有30.9%的学生打算买电脑。而且由于我对计算机神秘感的消失，对计算机各组成部件的进一步熟悉，我越来越倾向于DIY。

2、一般的用户对计算机的价格定位在5000元左右，但是在学生群体中有一个不好的现象，就是学生买电脑主要是用来打游戏、上网等，而真正用来学习的不到30%。

3、在电脑的适用性、功能、价格这几方面，有50.6%的人更关注价格，有29.8%的人更关注适用性，另外的19.6%的人更关注性能。

4、在调查中，很多消费者还表现出了对商家的极大不信任。所以我呼吁商家能够全力关注自己所售产品的性能，为了消费者也是为了自己。

5、咨询活动中先后有十多名群众前来请我诊断他们的电脑故障，我发现他们中有80%以上的使用的是联想品牌机。

后 序

岁月的流逝印证着我的不屈与骄傲。在本次社会实践活动期间我忍受了众多不理解的目光和长时间的工作，见识了JS (奸商)们的伪善面孔和狡诈手段，接受了来自各个方面的挑战。这次实践让我真正深刻理解了“宝剑锋从磨砺出，腊梅香自苦寒来”的深意。

【大学生社会实践心得体会800字7篇文章】相关推荐文章:

大学生社会实践心得体会800字9篇文章

大学生社会实践心得体会7篇文章

大学生社会实践心得体会500字9篇文章

大学生社会实践心得体会3000字9篇文章

大学生安全教育心得体会800字7篇文章

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找