# 大学生暑期个人社会实践心得体会 社会实践之个人心得体会(模板19篇)

来源：网络 作者：落日斜阳 更新时间：2025-03-21

*我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。下面是小编帮大家整理的优...*

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**大学生暑期个人社会实践心得体会篇一**

社会实践是大学生们普遍参与的一项重要活动。通过社会实践，学生们可以深入了解社会、锻炼自我能力、提高人际交往能力和实现个人价值。本文将对笔者参加的社会实践进行总结，分享自己在社会实践中的收获和心得，以期对其他人的社会实践有所帮助。

第二段：社会实践的背景和任务

笔者参加过一次社会实践，是在202\_年暑期。由于自己对心理类的学科比较感兴趣和喜爱，因此选择到某心理咨询中心进行社会实践。这次社会实践的主要任务是协助心理咨询师进行相关的文献查找、数据分析、实地调研和心理测试。在这个过程中，要学会如何进行有效的沟通和协作，同时提高自己的分析和解决问题的能力。

第三段：收获和心得

在这次社会实践中，我真正体会到了在实际操作中学习的重要性。无论是在文献查找、数据分析还是实地调研中，都需要我们学生自己去思考和分析，做出自己的结论。同时，在实践中也更加深刻地认识到了团队协作的重要性。每个人都有自己的优势和不足，只有相互协助才能完成任务。另外，在心理测试方面，我也学到了很多专业知识和技能，这对我未来的学习和工作都具有很大的帮助。

第四段：感悟和反思

通过这次社会实践，我深刻认识到了自己的不足和需要提高的地方。首先，需要加强自己的专业知识和技能，才能更好地参加社会实践。其次，要提高自己的沟通和表达能力，以便更好的与他人协作和交流。最后，通过社会实践，我发现了自己更多的兴趣和爱好，也为自己的未来规划提供了一些思路。

第五段：结论和建议

通过这次社会实践，我深刻认识到了自己的不足和需求，同时也收获了很多。对其他参加社会实践的同学，我建议：首先，在选择实践机构和项目中要做好充分的调查和了解，以便更好地适应自己的能力和兴趣；其次，在实践中要注重自我学习和提高，不要过分关注实践的任务本身，而忽略了自身的发展和提升。最后，在完成实践任务的同时，要与队友和机构工作人员保持良好的关系，做到友善、合作和互助。

**大学生暑期个人社会实践心得体会篇二**

近一年来，全球范围内疫情的肆虐，几乎每个人都被波及。在这场抗疫斗争中，我也积极参与其中，通过个人的努力和社会的共同协作，我有了一些关于抗疫社会实践的心得体会。本文将围绕“抗疫社会实践心得体会个人”这一主题，展开阐述。

第一段，介绍了我个人的抗疫实践。在疫情爆发初期，我主动参加志愿者工作，为居家隔离和医疗机构提供各种帮助。随着时间的推移，我的工作逐渐转向了线上，我利用自己的专业知识，有组织地开展了一系列线上宣传和科普活动，帮助更多人了解疫情和预防方法。通过这些实践，我感受到了自己对于社会的积极作用，也更深刻地理解了什么是抗疫社会实践。

第二段，探讨了社会的协作对于抗疫斗争的重要性。在疫情期间，社会各界都加入了抗疫的队伍，充分体现了大家的集体荣誉感和责任感。医护人员、疫情防控工作者、志愿者等一线工作者付出了巨大的努力和牺牲。在这样一个特殊的时刻，政府、企业、志愿者、普通市民等，全民抗疫，共克时艰。正是这种高度的社会协作，才使得我们一步步攻克疫情，为社会带来了信心和希望。抗疫社会实践不仅仅是单个个体的实践，更是整个社会的实践。

第三段，探讨了抗疫社会实践对于个人成长的影响。在抗疫实践中，我认识到社会对于个体的重要性，也进一步认清了自己的社会责任。在实践中，我不断地锤炼自己的实践能力和社交能力，拓宽自己的知识面和视野，对于自己的职业发展和未来规划也有了更深刻的体会。同时，通过与不同背景、不同经历的人交流，我也掌握了更多解决复杂问题的方法和实践技能，这对我个人的成长非常重要。抗疫实践，成为了我们成长之路上的重要一步。

第四段，探讨了在抗疫社会实践中存在的挑战和问题。在抗疫实践中，我们也遇到了很多问题和挑战。比如，在防控物资紧缺的情况下，我们需要切实保障医护人员的安全，确保防护物资的公平分配。在一些社会意识薄弱的地区，我们需要进行更多的宣传和教育，强化公众的防疫意愿和行为。另外，在抗疫实践中，我们也面对着精神压力和身体健康方面的挑战，需要保持良好的心态和体能，以应对这种特殊的工作环境。

第五段，总结了抗疫社会实践的收获和启示。抗疫社会实践不仅仅是一次突发事件，更是对于我们社会和个人价值观的检验和升华。通过这场实践，我们更深刻地理解了公共卫生的重要性、爱国主义的意义以及我们的社会责任。在未来的成长历程中，这些收获和启示将成为我们身心发展的重要动力，也将成为我们的人生经验和人生财富。

综上所述，抗疫社会实践是一个个体和社会同行的过程，他关注着一个社会的整体和个体的成长，同时也会进一步促进个体价值与社会价值的有机结合。人们通过个人抗疫行动为社会注入了活力，期望我们在今后的成长历程中能够有更多的机会参与到社会实践中，成为社会变革中最应该发出声音和付出行动的一份子。

**大学生暑期个人社会实践心得体会篇三**

历经了这个寒假，我也是去做了社会实践，感受到和同学们一起去实践的快乐，同时也是在这次的社会实践中收获了很多，我也是有一些感悟以及心得。

这次寒假我们做的一个社会实践是去敬老院给老人们去送温暖，关怀老年人，在做这个事情之前，我们也是会在学校里规划了很久，确定了几家我们要去走访慰问的几个敬老院。了解敬老院的一个基本情况，确定我们去的一个方案以及慰问的方法，做好准备，联系好敬老院，确定好去的日子，到了去的时候，我们是一起出发，去到敬老院，来陪老人们聊天，去表演节目给老人们看，送去礼物，虽然不是很多，但是也是我们的一个小小的心意。

在大学之前学校也是有组织过我们去的，但那些都是老师们组织的，我们只是来参与去，而这次我们自己来组织，来做好整个的方案，也是学到很多，了解到去做这么一件看起来简单的事情，其实要准备的还是蛮多的。在准备的过程中，我们也是明白想要做好一件事情，其实并不简单，但是只要我们愿意去做，其实是可以做好的，从询问其他的同学，了解具体的情况，再到整个活动的一个确定，在这策划之中，我们也是学到特别多，同时和社会的工作人员去沟通，了解，也是让我们有了一些社会的经验，当然和在社会工作还是有区别的，暑假的时候其实可以去找工作做，但是寒假的时间还是比较的短，所以只能做一些相对不那么长的实践活动。

在慰问中，我们也是了解到很多老人是没有儿女在身边的，或者已经离开了，还有些是儿女很忙，没有时间来照顾老人，只能来养老院了，在和老人们的聊天中，我也是知道，他们的物质生活其实很满足了，但是精神的生活真的很匮乏，思念儿女，平时虽然也可以和同龄的老人聊天，看电视，娱乐，但是儿女的思念却是很难去满足的，这也是让我想到自己的父母和家人，春季无论如何也是需要回去和他们团聚在一起的，平时的时候在学校读书，没有机会回家去看望他们，那么在假期的时候，还是要回去看望他们，以后工作了，也是要多回家看看。

通过这次的社会实践，我的策划和组织能力也是得到了增长，也知道自己要以后毕业融入社会要学的还有蛮多的，而假期的来临，不能只顾着自己，也是要回家看看父母，多在春节陪陪他们。

**大学生暑期个人社会实践心得体会篇四**

每一个学生，尤其是在大学阶段，都拥有多个暑假可以利用，而这也是我们展示自己的机会。虽然有很多同学选择在家静待暑假，但是我认为暑假更适合利用时间进行社会实践。这个暑假，我选择参加了众多的社会实践，这让我收获了很多，本文就我的个人社会实践经历进行分享。

第二段：体现创新和思维能力

我常常思考为我们现在的生活带来便利的技术背后所蕴藏的机遇，这也是我在暑假时决定参加计算机技术社会实践的原因。在该社会实践中，我学习了如何独立开发一个基于Web的新闻发布平台。这个过程不仅需要我们的创新和思维能力，更需要我们的耐心和动手能力。在社会实践中的这个过程，我们从一个完全不懂的状态到独立设计开发了一个优秀的新闻发布平台，这是一次难得的收获和成就。

第三段：结交新朋友

在社会实践的过程中，我也结识了许多志同道合的新友，这是我们在日常生活中很难遇到的。比如在参加志愿活动的时候，我与很多志愿者成为了朋友，一起完成任务，分享经历。而在参加书法社团的时候，我也与许多喜欢书法的朋友结交。这些都让我感受到了团结友爱的力量和微笑背后的真挚。

第四段：提高自身能力

在社会实践中，我们可以提高自己各项能力。比如，我参加了一个培训课程，学习了如何在面试中展示自己的能力，如何高效地学习和工作。我发现这些新知识非常实用，并且在未来的求职和职业生涯中也将发挥重要作用。社会实践让我们能够学习熟练使用与我们专业相关的软件、语言和工具。

第五段：结语

在暑假的社会实践中，我不仅得到了知识的提升，还获得了团队意识、友谊、老师的良导、更加豁达开放的人生态度和对未来职业的更好定义。我认为，这让我不再畏惧未来的求职和生活的挑战，我对自己充满信心，希望能够继续在不断的社会实践中提升自己并成为更好的自己。

**大学生暑期个人社会实践心得体会篇五**

近段时间，全球范围内新冠病毒的爆发，对所有人都是一场灾难。然而，面对这场突如其来的疫情，我们也看到了人间真情。很多个人和组织为了抗击病毒，积极参与到抗疫社会实践中。在这场抗疫的实践中，我也深有体会，在这里记录并分享一下我的心得。

第一段：远离谣言，相信科学

这是这场疫情中最重要的一个事情，也是我在抗疫社会实践中最深刻的体会。在疫情初期，谣言四起，各种不科学的说法出现。有人会相信这类信息，将不科学的推论当作自己的行动准则。在这种情况下，抗疫就成了一场战争，人民和科学分别是两个方阵。相信科学、抵制谣言，才是我们应该遵循和支持的。

第二段：尽己所能，防控疫情

防护口罩、消毒液、体温计、医用物资等成为了疫情防控中的必备品。我在这场抗疫实践中，也尽可能地尽自己的力量帮助更多人。从自己身边入手，集合身边的资源，尽力为有需要的人提供抗疫物资和帮助。身体力行，也是一种战胜疫情的方式。

第三段：积极拥护社会正能量

在疫情中，很多人正在为抗疫、为社会做出自己的努力，这是一种正能量。在这种情况下，我们应该积极传递这种正能量、拥护这种正能量，防止这种积极的态度被负能量所淹没。只有这样，才能最大化地发挥正能量的影响力。坚定正义，同时为相关人员、组织和企业点赞，分享相关信息。

第四段：保持心理健康，战胜恐惧

疫情的出现对每个人的生活和工作环境都产生了一定的影响，给一些人带来了压力和焦虑，这时候最重要的就是我们需要保持心理健康。用冷静的态度对待疫情，同时保持积极向上的心态，相信自己与他人的力量，战胜恐惧与退缩，为抗疫作出贡献。

第五段：相互支持，共同抗疫

在这场抗疫中，我们需要的不仅仅是个人的努力，更需要的是一个团队的全力配合。相互支持、携手合作，才能够彻底战胜疫情。在这个时候，我们可以多多交流、分享自己的抗疫心得，支持互联网上自发组织的抗击疫情的力量！

总结：

在这场抗疫实践中，我深刻地认识到、体会到了团结的力量、科学的力量、正能量的力量。大家齐心协力，相信科学，合理防护，积极行动，分享信息，助力抗击疫情，我们一定能够一起渡过难关，重回美好的生活。

**大学生暑期个人社会实践心得体会篇六**

社会实践是大学生思想政治教育的重要途径,在高校的学生德育教育管理中具有重要的地位和作用。接下来就跟着本站小编的脚步一起去看一下关于社会实践个人

心得体会

吧。

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。我把我个人的基本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东西，我提升了很多的能力。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大二的加油站。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。

一转眼，我们已迎来了寒假，是啊，去年的这个时候我们还是一个没毕业的高中生而已，准备用整个暑假的时间把高中三年的压抑释放出来，而现在已然是一名大学生半年了，弄不清是什么时候褪去的 新生 的外衣，仿佛一切都在一夜之间，让人猝不及防。 来不及多多回忆这半年的生活，寒假伊始我就投入到另一种生活当中去了，说是辛苦却也充实，说是疲惫却也会觉得那是一种享受，是啊，付出劳动后并有所得，心总是会感到些许欣慰吧!不再多言，且说这个寒假我是如何度过的吧!

工作是教两个女孩儿英语，一个小学即将毕业，一个初中即将毕业，我就没有把她当成我的学生，而是当作妹妹来看。我要做的是他们整合重点，复习一下容易忘记的，详细讲解那些依然不明白的。

辅导是在其中一个孩子家进行，时间原定是每天上午9点到11点个小时，中间有一段休息的时间，下午3点到5点，其实，如果任务多的时候，需要一直辅导到午饭时间。第一天辅导，我并没有马上开始打开课本就课本上的东西惊醒讲解，而是围着桌子坐成一圈听他们说说自己的情况，哪里比较感兴趣，哪部分还很薄弱，也许是学校的老师从来没有这样问过她们的学习意见，她们顿时打开话夹子，争先恐后地对我说她们平时在学校上课时的很多不明白和很多她们认为不合适的地方，从学习讲到活动，从课堂讲到作业，从性格讲到爱好，最后，我们并没有因为讲了不少不开心的事而烦恼，反而都笑地很开心从那开始，我们成了真正意义上的朋。

在交谈中，我可以感受到她们都有很强的求知心，但是由于诸多原因，她们的成绩很不尽如人意。父母对她们抱以很大的期望，希望她们能够考上重点大学。而现在的学习情况，让父母感到担忧。我感受到父母心中那种望子成龙的殷切期望，感受到父母对孩子的那种期望是那样挚热的、无私的。他们看的很远，看到了孩子的未来，我被父母对子女的这种情义深深打动了，同时感到肩上的担子很重，对于没有任何家教经验的我来说，毕竟是一个 挑战 。

家教的第二天，我们开始正式辅导，但是我发现她们在学习上很随意，对自己要求不严格。开始意识到：现在的首要任务不是讲课，而是帮助他端正学习态度。我讲了我的同学的经历，阐明了学生的职责和学习的目的。她们似乎懂得了什，不时地点头表示同意。此后，我也经常给他聊类似的事，不时地与他交谈学习体会。她们的听课状态比以前有了很大的改观。我在以后的讲课中，对她们的要求渐渐严格起来，并经常讲解懒惰的害处。她们虽然听得进去，但改观不是很大，不过这是可以理解的，毕竟还是小孩子。

在辅导她们英语之余，我还把他们从前做过的卷子拿出来，想要全面地为她们提高。我发现上初三那个女孩儿的语文卷子字迹很潦草，很多错误都没有标出来，她说不想答卷子，上课也没有好好听讲。我跟她讲了卷面整齐的重要性，并帮她纠正了错误。通过分析她的语文卷子，我发现她在回答问题上很有自己的想法，思路也很清楚，只是答题的态度不端正，有点应付的感觉。一个考试的

作文

是以流水为主题，她写了一个溪流和瀑布的寓言故事，讲述了滴水石穿的道理，语言流畅，叙述也很生动。从这看出，她是一个思维敏捷，有独特想法的孩子，如果她认真审题，仔细做答的话，我相信她会有很不错的成绩。我把我的想法和思路都告诉她，她频频点头表示赞同。此后，我不时地与她交谈学习体会。她的听课状态比以前有了很大的改观，我也为之而感到欣喜万分。

由于做家教，这就迫使我改掉了假期睡懒觉的习惯。每天早晨按时起床，上课，回家后总会有一种十分充实的感觉。转眼她们就要开学了，我也结束了为期二十天的家教生活。她的学习态度比以前端正了许多，学习也知道使劲了，以前的疑难问题基本得到了解决，英语水平也有了很大提高，她们的父母很感激我这段时间的帮助，看到她们的进步，我也很欣慰。临别时我们拥抱了一下，那时，我真的感觉自己拥抱的不是我的学生，而是我的妹妹。这些天来，我把很大的精力放在了课程内容的安排上，孩子的进步就是我最大的喜悦。

共

2

页，当前第

1

页

1

2

**大学生暑期个人社会实践心得体会篇七**

在注重素质教育的今天，大学生假期社会实践作为促进大学生素质教育,加强和改进青年学生思想政治工作，引导学生健康成长成才的重要举措，作为培养和提高学生实践、创新和创业能力的重要途径，一直来深受学校的高度重视。社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的跨世纪优秀人才的重要途径。寒假期间社会实践活动是学校教育向课堂外的一种延伸，也是推进素质教育进程的重要手段。它有助于当代大学生接触社会，了解社会。同时，实践也是大学生学习知识、锻炼才干的有效途径，更是大学生服务社会、回报社会的一种良好形式。多年来，社会实践活动已在我校蔚然成风。

**大学生暑期个人社会实践心得体会篇八**

暑假是学生放松心情、休闲娱乐的时间，但作为一个有责任感的大学生，我选择了去参加暑假社会实践，如今，我已经结束了自己社会实践的旅程。在这段特殊的经历中，我不仅获得了专业技能，更重要的是成长了思想、提升了自我，下面我将对此分享我的心得和体会。

第一段：社会实践是个人成长的重要渠道

在参加社会实践的过程中，我与不同专业的同学共同完成了一个项目。这个团体活动中，每个成员的技能和天赋都得到了充分的发挥。在与人合作的过程中，我们相互协调，积极沟通，克服困难，提高了自己的组织和沟通能力。同时，我们每个人都有机会独立思考、提出个人见解，更加清晰地认识自己的思想，审视自己的优缺点。在这个过程中，我感到最大的成长就是学会了如何与人相处，并且发现了自己的潜力。

第二段：社会实践让我更加了解社会

参加社会实践让我有机会近距离接触社区和社会中的各种问题和人物。在项目中，我们通过实地考察和调查，发现了一些社会问题和隐患。例如，一些交通不便的老年人、残疾人和单亲妈妈的生活问题。我们从中发现，社会还存在很多不平等现象，需要政府和社会各界的共同努力。社会实践让我从理论、实践和情感层面了解到社会的多样性、复杂性和挑战性。在未来的工作和生活中，我会时刻关注社会问题的变化，并且带着社会责任感做出自己应该做的事情。

第三段：社会实践让我体验到团队精神

在社会实践的过程中，我的团队合作精神得到了极大的提高。在专业能力方面，我们互相帮助、借鉴，掌握了科学进行项目调研和报告撰写的方法。在组织和沟通方面，我们学会了如何协调人与人之间的不同体验和意见。这些技能对我以后的成就和个人发展都至关重要。

第四段：社会实践是一个独特的发现自我的机会

在社会实践的过程中，我许多的不足得到了发现与改善。比如，我有时会独立思考，忽略团队其他成员的意见。但是，在改善的过程中，我意识到，只有通过倾听、沟通，并且尝试理解其他成员的角度，才能成为一个更好的团队合作者。容纳不同的想法和意见，对我以后的学习和工作都很重要。

第五段：结论

在未来的学习和工作中，我将实现将所学到的东西转化为实践，发挥自己的长处，积极带动团队合作精神，关注社会问题的变化，并且尽最大努力为社会做出自己应该做的贡献。

总而言之，这次的社会实践让我认识到了教室课堂无法学到的实际经验的重要，我的组织和沟通能力、团队协作和人际交往技能以及领导能力都得到了极大的发展和提高。这次经历的收获不仅对我的大学生活有所帮助，也将对我未来的学习和工作起到重要的作用。我相信，在未来的岁月里，我的成就会更加辉煌。

**大学生暑期个人社会实践心得体会篇九**

社会实践是每个年轻人都应该经历的一段旅程，它不仅可以加深对社会的认知，也能够增强自身的综合素质。我也有幸参加了一次社会实践活动，这让我受益匪浅，收获了许多值得珍藏的经验和感悟。

第二段：初入社会的陌生与挫折

刚进入社会实践的时候，面对陌生的环境和人际关系，我感到有些不安和紧张。工作中的挫折和困难也让我有些力不从心，甚至有些沮丧。但是，经过自身的调整和生活的磨练，我渐渐适应了这个新的环境，了解了更多的事情，也结识了许多优秀的人才。

第三段：探索生命的真谛与意义

在社会实践的过程中，我发现团队合作、高效沟通、自我管理等都是非常必要的技能，这也为我今后的人生奠定了基础。从他人的生活经验中，我也逐渐认识到生命的真谛和意义并不在于个人的功利，而是在于自己的价值和人际关系的建立。我们要学会关爱他人，热爱生活，去追求那些真正能够贡献于自己和社会的东西。

第四段：感恩周围人的陪伴与鼓励

在社会实践的过程中，我也深深感恩周围的人的陪伴和鼓励。有曾经的老师，有现在的同事和朋友，他们给予我很多支持和关心，使我温暖和坚强。我也懂得了做人要善良，学会感恩，对于身边的每一个支持和帮助自己的人，要心存感激，做出自己的回报和贡献。

第五段：总结体会

总的来说，社会实践的个人感情心得体会非常丰富，它让我们切身体会自己在社会中所处的位置和角色，从而月加深了我们的人生阅历。在之后的人生中，我们应该不断学习，增长经验，提升自我，以便更好地融入社会，为社会贡献自己的力量。

**大学生暑期个人社会实践心得体会篇十**

暑期实践，走进社会，人们说，对青少年在学校里老师打个叉然后改过来就可以了，在企业出错是要付责任的，这关系着企业的效益。所谓“逆水行舟，不进则退”，在竞争的浪潮中，企业要时时保持竞争状态，才能在市场中立于不败之地，就因为这样，企业会对每一个员工严格要求，每一个环节都不能出错，这种要求在学校的课堂上是学不到的，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。

实践让我知道世上没有专门为你设定好的工作，永远只有你去适应工作，而不是让工作来迁就你。在工作中遇到问题时，要多虚心向同事请教，最忌不懂装懂。多听听人家的意见，多看看人家处理问题的方式方法，多主动思考自己又应该做些什么、如何去做、并付诸行动，少谈论他人的是非及一切与工作无关的事情。对于工作的每一个环节都要力求做到最好，应该想着如何提高工作的质量而不是如何给自己减轻负担。只有这样才能算作尽职尽责地工作，才能得到大家的认可。

社会的进步靠人才，经济的发展靠人才，但什么样的人算是人才呢？我们怎样才能成才呢？首先是修身。品德是评价一个人的关键，更是评价人才的重要标准，德才兼备才可称为真正的人才。小到关怀备至、乐于助人，大到虚怀若谷、大义凛然，都体现着品质和德行的光芒。其次是求学。满腹经纶，学富五车是为才。所谓真才实学，求学才能成才，这就要求我们在学习和积累中坚持不懈，坚毅自强。最后是扎实。实践中有这样一句话——越具体越深刻，在我心中激起阵阵涟漪，扎扎实实打好基础，把每件事做到具体细致才能刻骨铭心。

**大学生暑期个人社会实践心得体会篇十一**

每次的实践总是伴随着辛劳和收获。对于在校大学生而言，通过开展社会实践是我们现阶段接触社会的唯一途径。

由此可见实践对我们的重要性。没有例外的，在这个寒假里，我自愿参加了实践活动，很高兴的，医院领导也提供给我了这个难得机会。这次我的目的地是x县x人民医院。

我秉持着增长见识;提供服务，奉献爱心;培养能力，锻炼自我;宣扬医学，服务百姓的宗旨，充分利用了实践的一周时间，走进医院，为病人提供了具有本校专业特色的相关帮助及服务，让病人及家属更好的亲身感受护理人员的魅力，身宣传单来与医了解医护人员的生活和工作特点及病人的生活和想法。

我第一天独自一个人熟悉了整个医院的环境，以便于以后几天实践活动的顺利进行。同时我认真听取了医院里老医生的介绍，熟悉了医院各部门的职责和分部间的工作联系，了解其之间的相关配合及工作流程。

在熟悉医院基本情况的基础上，我便按计划开始了我的工作。在熟悉医院的过程中，我发现虽然每个部门的工作性质都有一些差别，但是只有各部门各司其职并且合理配合才能使医院正常运转为患者服务，一旦哪个环节出了差错都会影响工作的效率和质量。所以，以后我到了工作中就必须认真对待本职工作并学会和其他人密切配合。

我们每天都和患者进行谈心，感受他们患病后的心理状态和对医疗工作的感想，运用我们掌握的心理疏导的知识及技巧为他们做简单的心理疏导。

为医患间筑起了沟通桥梁，院方也表示了对我们工作的肯定和赞赏。通过沟通，我们了解到大部分医患问题根结都在于双方不能互相理解和体谅。

患者及家属对医生的工作生活不了解，所以容易产生对医务工作者的各种误会。同时，医务工作者也没能很好的及时与患者沟通，没能去设身处地的为患者考虑，所以使矛盾产生。

我们不仅向身边的医护人员请教专业的医学知识和宝贵的工作经验，还向他们咨询他们的工作生活状况及他们对他们现在工作的看法以及对我们的\'期望。

我们了解到医学工作的严谨和辛苦，我们的工作关乎生命，所以我们要一丝不苟，也正因为这一特性，我们的工作就格外辛苦和劳累。可即使如此，我们依旧会学好练好，不畏辛苦，为患者服务。

用，达不到目的。要瞪大眼睛往“实”处照、往“深”处照、往“小”处照，这样才能纤毫毕现、照出问题，才能修身正己、警钟长鸣。

“正衣冠”才能改正谬误、行止有度。“照镜子”的目的正是为了正衣冠，勇于改正自己的缺点和不足，从自己做起，要始终做到自重、自省、自警、自律，让自己“五官端正”，养成一身正气。

“洗洗澡”才能去污除菌、心地清净。多给自己的身体和思想“洗洗澡”，去除一下附着于身体上、思想上、作风上的不实之“泥”，浮夸之“泥”，教条之“泥”，形式之“泥”，腐败之“泥”，增强宗旨意识，坚定理想信念，干干净净做事，清清白白做人。

“治治病”才能医去毒瘤、轻装前行。身体生病了，要吃药打针，思想和作风生病了，更要抓紧根治。现在，有不少人得了“享乐病”、“特权病”和“腐败病”。这些病，轻则害人害己，重则误党误国，一定要有病早治，无病预防，防微杜渐。千万不要受私心杂念摆布，执迷不悟，讳疾忌医，小病变成大病，小错积成大错，由“疾在腠理”发展至“病入膏肓”，最终无可救药，悔之晚矣。

当前医院的发展正处于转型关键时期，院领导审时度势，根据我院的实际情况制定了发展方向，制定了“五年三步走”的发展规划，全院职工从最初的疑惑到现在的积极向上、奋力拼搏，体现了职工的思想发生了根本变化。现在我院正在积极准备二甲医院复审，无论是硬件设施方面，还是人力资源方面，与二甲医院标准还有很大的差距，而在人力方面，如果每个人都能做到“照镜子、正衣冠、洗洗澡、治治病”，相信对医院的工作效率以及个人的专业水平都会有很大的帮助，同时也会极大地减少“二甲”迎评工作的压力，“二甲”复审对我院来说既是一次挑战，也是一次巨大的机遇，通过“二甲”复审我们可以优化医院硬件设施和人员分布，提高医疗水平和工作效率，扩大医院医疗范围，加强院内科室之间的联系，以此为契机可以使我院登上一个新台阶，从而扩大医院的社会效益和经济效益。我相信，在院领导的正确领导下我们必将能化挑战为机遇，给医院带来新的气息和风尚。而我也通过此次党的群众路线教育实践活动牢固树立了“一切以病人为中心”的服务意识，通过提升自身的政治思想觉悟和业务素质提高服务患者的本领，时刻做到“照镜子、正衣冠、洗洗澡、治治病”，认真履行好岗位职责，与大家共同努力推动医院发展。

**大学生暑期个人社会实践心得体会篇十二**

社会实践是大学生在校园内外的重要活动之一，也是大学生全面发展的重要途径之一。通过社会实践，大学生能够感受社会的真实面貌，了解职业规划和自身发展方向，在实践中提升自己的能力。而社会实践也会对每位参与者的个人情感和思想产生深远的影响和改变。在我参与的社会实践中，我深刻地感受到了社会对人的磨砺和对人性的考验，也让我更加清醒地认识到了自身存在的不足和需要改进的地方，感受和收获颇丰。

第二段：感性认识

在这次社会实践中，我参加了与环保相关的工作，在多次现场调查和样品采集中，我深刻地意识到了环保的重要性，同时也眼见了环境恶劣对人们生活和健康的危害。在环境污染严重的工作场所，我深感工人们的艰辛和辛酸，也更加清楚地认识到了自己在温室里的生活和成长。这种感性认识让我更加珍惜身边来之不易的环境和资源，也让我更加关注身边的每个人和事物，努力做到不给环境和他人带来负面影响。

第三段：理性思考

在实践过程中，我还发现了很多问题，并学会了理性地思考和深入地了解问题。例如，在访问一些企业时，我们了解到一些难以理解的数据。但通过仔细询问和分析，我能够理解数据背后的原因和企业的运作模式，这让我学会了从不同角度去看待事物和问题，从而做出合理的判断和决策。理性地思考和判断也让我更加客观地看待问题，不会被表面上的现象和声音所欺骗。

第四段：态度调整

社会实践还让我意识到了自身在与人的交往和工作中所存在的问题和不足。在与企业代表的沟通中，我的表达和语气显得有些生硬和不耐烦，这让我意识到了自己应该更加注重态度和语言的修养。在之后的实践中，我努力改进自己的态度和语言，改变自己的不良习惯，这让我感受到了自身的成长和变化，也让我更加明确地知道自己需要把握的方向和目标。

第五段：总结

通过这次社会实践，我感受到了社会的真实和多元，也明确了自己需努力改进和提升的方向和目标。在感性认识和理性思考的基础上，我更加注重自身的修养和态度调整，也更加珍惜身边来之不易的环境和资源。我相信，这次社会实践会持续影响和改变我的人生，让我更好地适应社会和融入群体，为实现自身价值和贡献社会做出更多的努力和贡献。

**大学生暑期个人社会实践心得体会篇十三**

还记得自己在大学的第一份兼职还是在学校外面经常吃饭的餐馆找到的外卖工作，之所以当初选择这个还是因为外卖工作没有具体的强制性工作时间，有时候完全可以在下课以后或者周末之时过去送外卖，可以说在获得基本工资之余能够很好地利用到自己的闲暇时间，这份社会实践工作给自己的最大收获就是在将自己荒废依旧的骑车技能很好地利用了起来，而且除了能够熟练地使用电动车以外我还差不多将本地的路线全部都认全了，更为重要的还是自己在日积月累的工作中学会了一些食品的制作与包装方式，如果当自己大学毕业以后从事这方面的工作还是有着许多经验可以继承的。

小区保安这份社会实践工作是在一个长假去进行体验的，那时候主要还是轻率地认为只需天天坐在门口就能够完成工作内容，实际上对于没有经验的大学生来说这份工作还是比较累的，尤其是在有人监管自己工作的情况下必须要经常巡视小区中的各个地点，如果说当小区业主遇到什么麻烦的话还需要自己去想办法进行解决，令自己记忆最为深刻的便是帮人将一台冰箱抬上六楼，当时真是感觉自己整个人已经累到骨头都完全散架了一般，后来当自己结束这份工作以后最大的感受便是再也不想过来了，唯一的收获或许便在长期的巡视之中耐心增强了不少，而且从某种程度上身体也得到了一定程度的锻炼。

其实自己在大学期间尝试过的各类工作中还是有些建议可以分享的，如果说有人推荐打字员或者中介类的工作的话，那么这类社会实践很有可能是一个用蛋糕伪装起来的陷阱，尤其是表面看起来越轻松的工作实质上越可能是骗人的陷阱，我在经历了这么久的社会实践之中已经看到过太多的大一新生上当受骗了，不过只要秉承一颗赤诚的心以及分辨善恶的眼睛绝对能够从中有所收获的。

对于大学期间的社会实践我想说的是绝对不会有无缘无故的馅饼从天上掉下来，即便发生这样的好事也绝不可能会掉在自己的头上，脚踏实地投入学习之中才是自己在大学期间唯一应该去做的事情。

超市社会实践个人心得体会

高中社会实践个人心得体会

大学生社会实践个人心得体会

社会实践个人报告

个人寒假社会实践心得

个人寒假社会实践报告

**大学生暑期个人社会实践心得体会篇十四**

社会实践是一种非常实际而有意义的学习方式，对于我们每个人来说都非常重要。在参加社会实践的过程中，我们不仅能够接触到真实的社会世界，了解社会的运作规律，而且还可以通过亲身经历来提升自己的各方面能力和素质。在我参加的社会实践活动中，我深刻领悟到了很多东西。

第二段：个人感情体验

在社会实践过程中，我首先感受到的是更多的人情味和真实感。在学校里，我们从来没有接触过那些边缘人群，比如被遗弃的老年人，流浪汉等等。但是在社会实践当中，我们可以亲自去了解他们的生活状态和心理状态。知道他们的苦，他们的喜，他们的希望和他们的无奈。很多时候他们的不幸遭遇并不是由于他们本人的原因，而是社会，家庭等各种问题的反映。

第三段：个人感悟

在社会实践中，我也意识到了群体合作的重要性。在参加社会实践活动的过程中，我们往往需要与其他志愿者一起协作，共同完成任务。因此，在这个过程当中，学会如何与他人合作才是至关重要的。在合作的过程中，我也遇到一些难以克服的困难。但是，我相信只要大家一起加强沟通和协作，困难总会一步一步被克服。

第四段：个人反思

社会实践过后的反思让我更加意识到自身存在的问题和不足。在与弱势群体接触的时候，我发现自己在与他们交流时缺乏耐心，缺乏包容心。同时，在团队协作中，我也发现自己在面对一些难题时容易产生惧怕和消极情绪。因此，我意识到自己需要加强沟通训练，提升实际能力和心理素质，才能更好的适应社会未来需要和挑战。

第五段：总结

总而言之，社会实践对于我们每个人来说都是一种很宝贵的经历。它可以让我们更好的了解社会的运转规律，感受社会的人情味和真实感，并且更好的增强自身的心理素质和各种能力。社会实践是人类最好的教育和成长方式之一，希望更多的学生能够参加并体验这样的学习方式，为更为出色的自己奠定坚实的基础。

**大学生暑期个人社会实践心得体会篇十五**

第一段：引言（大致200字）

药店个人社会实践是大学生们在大学期间进行的一项重要的实践活动。我也有幸参与其中，通过这次实践，我对药店的运作、医药知识和社会责任有了更深刻的了解。下面我将结合自己的经历和体会，谈一谈我在实践中所得到的收获。

第二段：药店运作（大致200字）

在实践中，我了解到药店是一个综合性的医药服务场所，主要提供药品销售、药咨询和健康服务等多种服务。药店的运作需要具备一定的医药知识和商业经营能力。我在实践中亲身体验到了药店的营业流程，包括接待顾客、记录药品信息、药品销售和药咨询等环节。这让我深刻认识到药店员工不仅要熟悉医药知识，还需要具备良好的沟通能力和服务意识。

第三段：医药知识的学习（大致200字）

通过实践，我对医药知识有了更全面的认识。在药店中，我学到了许多有关药品的分类、功能和用途的知识。我了解到了药品的服用方法、副作用等相关信息。同时，我也学习到了一些基础的急救知识，如处理常见的轻微伤，如何正确使用急救设备等。通过这些学习，我不仅增加了自己的医药知识储备，也增强了自己的自救能力和急救能力。

第四段：社会责任与药店实践（大致300字）

药店作为医药服务的重要一环，承担着重要的社会责任。在实践中，我意识到药店员工需要具备较高的职业道德和社会责任感。员工们必须保持医药知识的更新，以便更好地为顾客提供咨询服务。同时，他们还须严格遵守药品销售的法律和规定，不得贩卖假冒伪劣药品。药店还应积极参与公益活动，为社区居民提供定期免费的健康咨询和义诊等服务。这些举措将进一步提升药店在社会中的形象和地位。

第五段：个人成长与展望（大致300字）

通过这次药店个人社会实践，我不仅提升了自身的医药知识和实践能力，更锻炼了自己的沟通和服务能力，提高了自己的身心素质。实践中的学习和成长，让我更加坚定了我在医药专业的选择和发展方向。我将继续努力学习医药知识，提高自己的专业能力。同时，我也将注重培养自己的职业道德和社会责任感，以便将来能为社会和人民做出更大的贡献。

结尾（大致100字）

通过这次药店个人社会实践，我对药店运作和医药知识有了更深刻的了解，同时也认识到了个人在社会中的责任和使命。我相信通过不断地实践和努力，我会成为一名对社会有贡献的医药专业人士。

**大学生暑期个人社会实践心得体会篇十六**

两个月的暑假即将结束，暑期社会实践活动也如期完成。经历了一个星期的社会实践，我得到了很多，也想到了很多。

一开始在选题的时候我是有点犯迷糊的，自己没啥经验，想法也不够，看着选题要求一筹莫展，找不到什么既有新意又有立意的活动主题。不过我很快就和寝室里其他两个人一拍即合——因为我点了一家外卖的鸡排和汉堡，然后吃得拉肚子拉了一天……食堂菜品单调，我平时点外卖挺多，但是万万没想到外卖能出现这种问题，还是正好出现在我自己身上。

“那我们就来调查一下学校周围的这些外卖店吧！”这个念头极快地产生了。315晚会也曝光了一些外卖行业的黑幕，跟进做这个正好既能够满足我自己的求知欲望，也对同学们能有些帮助。与其放任黑外卖毒害大家的身体，不如自己动手做些什么。

忙完了化工设计竞赛，寝室里三个人马上着手准备调查活动。

说干就干，我带着小伙伴们首先在美团，饿了么，

百度

这三大订餐平台上找出了50家订单量较多的店铺，然后找到他们的店址，在地图上标定出几个外卖店集中的区域，制定出了调查路线。

7月二十几号正好是今年最热的几天，选择这几天来出门做调查不得不说是我这个负责人的失误…出门太早，这些店不会开门；晚上黑灯瞎火去找店，也有很多不便，于是我们的调查只好选在9点半到下午5点中间的时间。可想而知，一个胖子（我）带着两个瘦子（缪桐和张亦弛），顶着烈日跑在大街上来回串，实在不要太狼狈。动辄气温39度以上，对我们的体力和意志力都是巨大的考验。

深入到实际的调查行动中，我们发现现在外卖行业确实很乱。在网络平台上挂店运营的，几乎啥类型的都有。规模比较大的连锁餐饮店自然是比较卫生正规的，占大部分的是普通的实体餐饮店，这些店家并不主营外卖，但规模差异极大，环境差距也极大，还有小部分则是直接租用公寓楼开的专营外卖的店，这些则是重灾区。

就现在的餐饮行业准入制度而言，基本上有门店的都有营业执照和卫生许可证，而公寓店几乎没有有效的监管手段，到底安全不安全？实际上经过实地调查，我们还是所知不清：因为公寓店和外卖配送点高度集中，配送车辆来回穿梭，而且从业人员高度警惕。鉴于人生安全的考虑，没有进行进一步的调查，但是这些店操作混乱，卫生状况难以保证确实是不争的事实。

结束了实地调查，我们开始发布调查问卷，着力于了解现代人对买卖的态度和对外卖安全问题的认知。实际上，大多数人都了解外卖的安全隐患——经过315曝光和后续各种报道，但是由于外卖的便利性和实际生活需要，还是有很多人会选择点并不知根知底的外卖。外卖的指数扩大几乎是不言自明的事情，对此进行规制意义比我们想象的似乎还要更大。

完成了调查行动，我们继续对数据进行整理分析发布。由于时间和精力的限制，我做的工作很有限，引起的关注也不够广泛，这里只能说是遗憾了吧。

通过这次暑期实践活动，我获得了很多经验和教训，成长了不少。

一是——绝对不要点满减太多的外卖！虽然在心得体会里说这个有点不合适，但是这确实是我获得的最直观的知识，外卖的质量和满减的幅度极大程度上成负相关。

二是锻炼身体。所谓身体是革命的本钱，经过这一次出行，我深刻地感觉到了身体性能的不足。第一天跑出去的时候还不怎么适应，空调吹多了跑的\'室外挨晒差点中暑，一股股恶心感往上涌。我毕竟是个工科生，体质缺陷不仅会影响调查这种小事，也会影响我日后的工作。从现在开始加强锻炼身体对我以后的学习和生活有着巨大的意义。

三是加强条理性和规划能力。本次调查行动我是组织者和负责人，然而我并没有很好完成我自己的工作，首先时间考虑就欠妥，后来在路线规划上也出了问题，经常走过的店来回跑。一开始的时候想的太简单，以至于实际操作的时候发现完全不是这么回事，这也是个教训。

四是人际交往能力还有所欠缺。直观的体现就是我们这小队算上我自己才仨人……实际调查过程中，和从业人员的交流之类也不算和谐，确实是我自己能力不足。

短暂的社会实践结束了，虽然现在外卖行业还是乱象丛生（似乎315之后改善也不算大），但是我相信国家一定会更加重视这个领域，加强监管，制定相关的行业规范。归根结底，网络外卖是个新兴市场，在出现之初有一些问题也是必然，但是在我们这个社会主义国家，只要政府足够重视，解决问题一定能够快速而彻底，人民群众吃的放心，吃的安全的时代也一定会马上到来。希望我们在暑假做的一点微不足道的工作能够让食品安全建设推进的更快些，更稳些。

通过这次的社会实践活动，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。”千里之行，始于足下“，只要我们肯去做，就总会有收获。

**大学生暑期个人社会实践心得体会篇十七**

今天，妈妈带我去了肯德基店参加我期盼已久的暑期社会实践活动。

这个活动有四个板块，第一个板块是参观肯德基的厨房。令我惊讶的是肯德基的厨房竟然有两层。一层是油炸区，这里的机器都是温度高达300度的，所以肯德基阿姨叮嘱我们千万不要触碰到这些机器。二层主要是冷藏室和冷冻室，一进去就像到了北极。参观完肯德基厨房后，接下来就是自制蛋挞的环节了，我戴上厨师帽和一次性手套，系上了围裙，就准备开工了！肯德基阿姨先给我们示范了一遍蛋挞的\'做法。第一步：把蛋液倒入蛋挞皮内，留出五毫米的高度。第二步：烤箱设置烤制15分钟25秒。我仔细地听着，心里想：太简单了吧！于是，两个蛋挞我一会儿工夫就做完了。在等待蛋挞烤制的大约一刻钟时间里，我们进行了第三个板块——勇气挑战。要求我们去访问陌生人。我一下子就挑好了目标访问人物。这位叔叔也十分配合地完成了我的访问调查。最后就是感恩与分享了。首先发了实践小楷模奖状，然后让我们写自己想对家长说的感恩话。我想了想，写下了：“亲爱的爸爸妈妈，我今天会送你们一个礼物——两个蛋挞。”写完后，香喷喷的蛋挞就出炉啦！

**大学生暑期个人社会实践心得体会篇十八**

在实践初期，我们首先是到xx社区配合完成全民核酸演练。在与每户人家沟通的过程中，我们为更多的`人讲述了当下防疫的重要性，并且对子女不在身边且不了解此次疫情情况的老人们做了讲解并且给予了安慰，顺利完成此次演练。

在实践中期，我们与从xx、xx等高风险地区的返乡人员取得联系并详细解释了xx当前疫情防控政策。

在实践后期，我们还参与了“抗击疫情，我们在行动”轮岗值班，为来访人员进行登记与体温测量，并为其讲述防护措施。

此次实践活动，我深刻体会到基层工作，尤其是疫情防控相关工作的辛苦，沟通能力也有所提高。

**大学生暑期个人社会实践心得体会篇十九**

7月15日，我们的实践地点是东门口十字路口地带，那里的人流量大概是700人/小时，车流量420辆/小时，总体情况是人潮拥挤，但是交通较为通畅，没有人为造成交通的严重阻塞现象，但在东门口，培罗成大楼前工交车站，有50左右的乞丐行讨，纠缠不放。这种现象时有发生，给市民造成一定的困扰。在四周的也有市民在草坪上睡觉，在一定程度上破坏了草坪。

一路上，宁波二百门口有路面段裂，东西乱丢放现象，但总体路面较为干净，机车，自行车停放有序，垃圾箱，座椅，公用电话没有严重的认为破坏情况，只是依然存在乱贴字样的字条，且数量不能用较多来形容，在新华联商厦的门口的十字路口，我们观察到交通还畅通但有闯红灯和横穿马路现象，年龄段分布较广，没有较好的遵守交通秩序，主要原因是家长没有以身作则，给孩子良好的榜样，没有对孩子进行良好的交通安全知识教育，交通文明素质较低。要解决这一状况，提高市民的文明素质，我们应该加强对青少年在交通安全，公共场所道德等个方面的教育。从娃娃抓起，重视物质文明与素质文明的有机结合，体现新时代宁波精神，促进两个文明的腾飞。

这次的.活动总体给我的感觉是辛劳但又是值得的，我们通过亲身实践，听到了，看到了很多平时被我们所忽略的细枝末节，在广大市民中文明意识在一定程度上还不够被重视，要改进这种状况还需要加大力度，进行精神文明的宣传，提高市民整体素质和城市文明程度。同时还增加了我们与社会的正面接触，了解社会，走进社会，不至于我们身在校园就沾沾自喜，对校外的生活却是一无所知，无法很好的适应社会。这次活动对我们自身的能力也是一次要害的考验，在失败中不断总结，不断丰富，不断加强，面带微笑，最终走向成功。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！