# 202\_年暑假社会实践心得体会(大全20篇)

来源：网络 作者：暖阳如梦 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。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。暑假社会...*

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。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**暑假社会实践心得体会篇一**

暑假是每个学生期盼的假期，可以放松身心，充实自己。而今年暑假，我参加了一次社会实践活动，这对我而言是一次非常宝贵的经历。通过这次实践，我不仅深入了解了社会，还培养了自己的社会责任感和人际交往能力。在这篇文章中，我将从实践前的准备、实践中的体验和收获、以及对未来的思考等方面，分享我在暑假社会实践中的心得体会。

首先，实践前的准备非常重要。在活动开始之前，我们对此次实践进行了全面的了解和准备。我们了解到实践的目的是增强我们的社会意识和实践能力，因此我们在实践前要做好相关的准备工作。首先，我们要了解实践的内容和目标，并明确实践的意义。其次，我们要做好心理准备，因为社会实践是一项挑战，我们需要面对各种各样的情况和问题。最后，我们要做好团队合作，与队友相互配合，共同完成实践任务。

接下来是实践中的体验和收获。在实践过程中，我们参观了不同的社会机构，包括社区、医院、公司等。通过亲身体验和观察，我深刻地感受到了社会的多样性和复杂性。我看到了社区志愿者们无私奉献的精神，为社区居民提供各种帮助和服务；我见证了医护人员的敬业精神和医学技术的高超；我了解了公司的运作机制和团队合作的重要性。在这个过程中，我学到了很多知识，也深刻认识到自己的不足之处。同时，我也培养了自己的实践能力和人际交往能力，学会与陌生人建立联系，合作解决问题，增强了自己的自信心和独立思考能力。

最后是对未来的思考。通过这次实践，我认识到社会实践对我们个人成长的重要性。社会实践不仅帮助我们提高实践能力，还拓宽了我们的视野，培养了我们的社会责任感。我意识到在未来的学习和工作中，仅有理论知识是不够的，我们还需要实践和经验的支持。而要获得这些经验，只有通过实践才能得到。因此，我决心要继续参加社会实践活动，不断提高自己的实践能力和适应社会的能力，为将来的学习和工作打下坚实的基础。

综上所述，暑假社会实践对我来说是一次非常宝贵的经历。通过准备、体验和思考，我深入了解了社会，培养了自己的社会责任感和人际交往能力。这次实践让我认识到实践对个人成长的重要性，并意识到在未来的学习和工作中，仅有理论知识是不够的。因此，我将继续积极参加社会实践活动，不断提高自己的实践能力，为自己的成长和发展做出更大的贡献。

**暑假社会实践心得体会篇二**

要想获得一种见解，首先就需要劳动，自己的劳动，自己的首创精神，自己的实践。7月10日，随着我们一行人踏上火车，我们的社会实践正式开始。俗话说，再长的路，一步步也能走完，再短的路，不迈开双脚也无法到达。不举步，越不守栅栏，不迈腿，登不上高山。任何事只有自己去亲身实践了，才可以有自己的观点。

十天的社会实践让我们学到了很多，不仅仅是我们想要调查的科目，更重要的是我学会了如何作为一个实践者，探索者，怎样才能再社会中找寻自己的答案;如何协调好一个团队，让大家劲往一处使，心往一处想。

我们调查的问题与居民闲置资金有关，当我们发放调查问卷时，很多人会有所顾虑，这就需要我们耐心的给他们讲解这些知识，才能打消他们的疑虑。只有用自己的耐心和热情去打动别人，别人太能更好的回应你，最后你会发现这世界从满了热情。社会事件让我们更好地学会了与人交流，放低了自己的姿态，以一个社会大众最普通的身份做事，这是我学到的最多的。谦虚接受是马上进入社会的我们所必须学会的，只有这样我们才能学到能多的知识。

当然，最最感谢的是跟我一同实践的小伙伴们，没有他们的帮助，大家齐心协力，任何事情都没法圆满的完成，还要感谢老师们给我们提出的宝贵意见，让我们更高效的完成实践。这对我来说是一段重要的旅程，让我感受了更加真实的社会生活，不再是一个还在校园里的大学生，实践给了我最真实的体会。实践的过程是每个人都要经历的必经之路，在这个路上，你不在是个孩子，在锻炼，在成长，跌跌撞撞，且歌且行。青春留给我们更多的是奋进的呐喊与勇敢的攀登，也许每天拖着疲惫不堪的身子回来，也许每天都要为了完成当天的任务而焦头烂额，也许每天都要为了明日的事情做着准备，但我们是快乐的。不再是不为浮云遮眼之势，更在一览众山雄伟。这就是我们的青春，不要给自己留下任何后悔的痕迹。

社会实践结束了，而人生的实践并没有结束，或者说才刚刚开始，愿少些迷茫，多些奋斗，少些懒惰，多些辛劳，为我们进入社会打下坚实的基础。

**暑假社会实践心得体会篇三**

暑假，是让人期待的假期。在这个闲暇的时间里，大家纷纷计划着如何度过这个美好的假期。但是，我选择了参加社会实践活动，体验不同的生活。通过参加社会实践活动，我受益匪浅，收获了许多。下面我将就自己的社会实践活动心得体会，进行详细的阐述。

第一段：完成任务的艰辛与收获。

在社会实践的过程中，我参与了一个公益活动，为希望工程筹款。虽然时间不长，只有一个月的时间，但是陪伴我们的是劳累和繁琐的工作。每天早上，我们穿上统一的志愿者服装，手拿资料走遍大街小巷，耐心向路人介绍活动并募捐。这个过程非常疲惫且乏味，但是，正是这个过程锻炼了我们的毅力和坚持不懈的精神。在这一个月的努力中，我们收获了来自社会的温暖与关注，筹得了一定的善款，也体验到了奉献和付出的快乐。

第二段：感受社会的不公平与努力。

通过社会实践活动，我深刻感受到了社会不公平的现象。在我所参与的活动中，我遇到了一些贫困家庭的孩子，他们因家庭条件限制而接受教育的机会很少。而我自己从小生活在相对富裕的家庭中，所享受到的资源和机会要比他们更加丰富。这让我意识到，努力不仅仅是为了自己，更是为了改变他人的命运。只有通过自己的努力才能实现自己的梦想，并帮助更多的人改变他们的生活。

第三段：人与人之间的合作与理解。

社会实践活动中我们是一个团队，每个人都肩负着不同的任务，但只有我们齐心协力才能取得成功。在活动中，我认识了很多志同道合的朋友，我们一起并肩作战，共同努力。通过与他们的交流和合作，我深刻体会到团队的力量不可小觑。在团队中，我们相互倾听、相互理解，共同面对困难，解决问题。这样的合作与理解，不仅仅在实践活动中起作用，还将在我们的未来生活中发挥重要的作用。

第四段：感受到奉献与付出的快乐。

通过参加社会实践活动，我深刻地感受到奉献与付出的快乐。每天奔波于街头募捐，虽然辛苦却倍感充实，因为我知道，自己的努力为别人带来了希望和温暖。与贫困家庭的孩子交流，他们的笑容是最好的回报。通过这些经历，我明白了奉献不仅是一种价值观的追求，而且是一种快乐的源泉。只有关注别人的需要，为他人着想，才能让自己更加幸福快乐。

通过这次社会实践活动，我深刻地认识到自己的义务与责任，也感受到了奉献与付出的快乐。社会实践让我们看到了真实的社会，了解到了生活的不易和人们的需求。它不仅仅是一次经历，更是一次人生的财富。通过这次实践，我培养了自己的社会责任感，并明白了个人的力量对于社会的影响。更重要的是，我明白了实践是认知的源泉，只有亲自去体验，才能真正地理解。

通过这次暑假的社会实践，我不仅仅收获了友谊，了解了社会，体验了生活，更重要的是，我的心灵得到了升华，我的价值观也得到了升华。我深刻认识到了努力的重要性、团队合作的重要性以及奉献的快乐。未来的日子里，我将坚持这种精神，继续为社会做出自己的贡献，为实现自己的人生目标付出努力。

总结：

通过这次暑假的社会实践，我不仅仅是收获了物质上的回报，更重要的是深入理解了社会与人生的意义。在这个过程中，我增长了见识、提高了能力，培养了自己的责任感和使命感。未来，我将继续保持学习与实践的态度，将所学所感转化为行动，为实现个人的梦想与社会的进步而努力。

**暑假社会实践心得体会篇四**

转眼间，xx-x的社会实践就结束了，回来之后，这几天发生的点点滴滴总是不断浮现在我的脑海之中。细细品味这几天的经历，心里的感受颇多。

从得知自己能够成功加入院队的兴奋与愉悦到驶往烟台途中同学们的欢声与期待;从实践过程中的劳累与疑惑到实践结束时同学们的满足与不舍……这些都深深地刻在我的脑海之中，这些都是我们不断学习，不断成长的见证。

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。

实践期间，我们走进装配生产一线，清晰的看到一些先进的设备，大家都认真观察生产过程中的每一道工序，仔细倾听老师的讲解。在参观过程中，虽然我对很多的设备、加工工序没有了解，但是通过向老师以及各位学长们的交流咨询，我对此有了初步的了解。并且了解到当下先进的工艺加工技术和国家目前的加工水平，这使我深深地感到，我们国家的生产水平与世界先进水平的差距。我们国家还不够强大，作为当代大学生的我们肩负着振兴国家的历史使命。在以后的学习和生活中，应该特别注意自身责任感的培养，能够多一份责任感，能够多一份担当，做一份勇于承担责任的人。这样才能更好的为国家、为社会做出更多的贡献，我们的祖国才能够不断强大，能够更好的发展。

另外，在参观时还看到了工人们紧张有序的进行工作，大家分工明确、团结协作。保证了流水线操作高效运行，这让所有的工作显得简洁整齐。这让我深刻感受到了一个企业精神文化内涵的重要性。这在我们以后的学习生活中同样是这样，我们要处理好同学关系，要有较强的团队意识与团结协作精神。学会不断适应，提高自己快速融入到新的集体环境中的能力，从而为自己的学习和生活奠定良好的基础。

每一天的实践环节，我们都能够有所收获，有所成长。虽然我们的实践过程有些辛苦，但我们却真真切切的学到了许多专业的知识，增加了自身的知识储备。在实践的这段时间内这些都是在学校里无法感受到的，也学到一些在学校里学不到的东西。我们要学会从实践中学习，从学习中实践。通过亲身体验社会实践让自己更进一步了解社会。在社会上，你必须要知道该做什么，要自己去做，而且要尽自已的努力做到最好。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!我还认识了很多优秀的学长学姐，他们总是对我说要好好珍惜在学校的时间，好好努力，把自己的专业知识学好、学扎实。要想把工作做好，就必须要有足够的知识，对其各方面都有深入的了解，才能更好地应用于工作中。

回想这次社会实践活动，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。在今后我一定会参加更多的社会实践，磨练自己，让自己认识的更多!

今年暑假我参加了学校组织的暑期社会实践活动，固然五天的时间活动让我觉得很累很辛劳，但我从中锻炼了自己，并且学到了很多课堂上学不到的东西。也通过五天的实践，使我有了些关于社会下层建设的心得体会。第一次全方位、近间隔的进出自己的专业知识。通过假期中的社会实践工作，使自己的思想和意志都得到了一个质的奔腾。社会是个大课堂，对于我们涉世不深的大学生来说，我们只有主动的往接触它，了解它，才能更好地往适应它。未来的社会布满剧烈的竞争，心得体会这向我们广大大学生提出了严重的挑战。为此我们在紧张的学习之余要多多参加社会实践。

社会在发展，时代在进步，我国也在不断地变化着，作为当代大学的我们也在不断地发扬参加社会实践精神;懂得科技、懂得创业、更是当今大学生更趋势的社会实践项目。夏日列日当头。正是由于有这样的环境，正激起了我要在暑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保存，同时，也想通过亲身体验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，更加重要的是检验一下自己所学的东西能否被社会所用。

。想通过社会实践，找出自己的不足和差距所在。社会实践活动给生活在都市的大学生们提供了广泛接触下层、了解下层的机会。深切下层,同下层领导谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，罗致了丰富的营养，理解了“从大众中来，到大众中往”的真正涵义，熟悉到只有到实践中往、到下层中往，把小我的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年景长成才的正确之路。“艰辛知人生，实践长才干”。通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，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。

。这在无形中使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一名大三学生，行将走上社会，更应该提早走进社会、熟悉社会、适应社会。“纸上得来终觉浅，尽知此事要躬行”。社会实践使同学们找到了理论与实践的最佳结合点。尤其是我们学生，只重视理论学习，忽视实践环节，往往在实际工作岗亭上发挥的不很理想。通过实践所学的专业理论知识得到巩固和进步。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，加深了对根基原理的理解和消化在几天实践中。

我们也从老师那学到了很多，不只是知识，还有做人的道理等等，这次的社会实践丰富了我们的生活，充实了现在的年轻人。大家一起努力把，开创我们美好的未来。

今年暑假我参加了系组织的暑期社会实践活动，虽然三天的时间活动让我觉得很累很辛苦，但我从中锻炼了自己，并且学到了很多课堂上学不到的东西。也通过三天的实践，使我有了些关于社会基层建设的心得体会。

炎炎夏日列日当头。正是因为有这样的环境，正激起了我要在暑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，也想通过亲身体验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。

社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层,同基层领导谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，理解了“从群众中来，到群众中去”的真正涵义，认识到只有到实践中去、到基层中去，把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年成长成才的正确之路。

“艰辛知人生，实践长才干”。通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，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。这在无形中使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一名大三学生，即将走上社会，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。社会实践使同学们找到了理论与实践的最佳结合点。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。

不知不觉，这次有意的社会实践活动已经结束了。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，有助于我们在校大学生更新观念，吸收新的思想与知识。 不同的时间的社会实践，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。社会实践加深了我们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!

整天辛辛苦苦上班，天天面对的\'都是同一样事物，真的好无聊啊!好辛苦啊!在那时，我们才真真正正的明白，原来父母在外打工挣钱真的很不容易!

在这次实践中，让我们很有感触的一点就人际交往方面， 大家都知道社会上人际交往非常复杂，但是具体多么复杂，我们想也很难说清楚，只有经历了才能了解。才能有深刻的感受，大家为了工作走到一起， 每一个人都有自己的思想和个性，要跟他(她)们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎么把握了。我们想说的一点就是，在交际中，既然我们不能改变一些东西， 那我们就学着适应它。如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我们在各自的社会实践活动中掌握了很多东西，最重要的就是使我们在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这些社会实践中使我们深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

在打工实践的地方，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! 但也要用一颗真诚的心去跟他们打交道，这样大家才能服从，才能有助于工作的进行。

俗话说：\"在家千日好，出门半\"招\"难!\"意思就是说：在家里的时候，我们有自已的父母照顾，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，挫折都是靠自已一个人去解决，在这二个多月里，让我学会了自强自立!凡事都要靠自已!现在，就算父母不在我的身边，我都能够自已独立!

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必要性和重要性，但是并不排斥学习间接经验的必要性。

经历了二十一天的实践活动，我感慨颇多，见到了社会的真实一面，实践生活中每一天遇到的情况还在我脑海里回旋，它带给了我意想不到的效果，社会实践活动给还生活在象牙塔中的大学生们提供了广泛接触社会，了解社会的机会。

“千里之行，始于足下”，这段时间对我来说是充实的。从最初的组织集体为中学老师办理网上银行，到个人熟练地为客户办理网上银行手机银行，再到大堂经理的体验活动。无疑是我人生的一段重要经历，也是一个重要步骤。如果没有参加这次的实践活动，或许这个点应该在家睡懒觉，吃零食，看电视，颓废地过着每一天。而现在，我不仅仅是学会了如何办理网上银行，如何根据客户的需要来填写哪种单据，如何对待客户所问到的问题，更深层次，我学会了虚心求教，与人交往沟通的做人处世的基本原则。现在的大学生确实有了较强的领悟能力，操作几遍就可以熟练运用，可缺乏的却是细心和耐心，虽然跟我一起工作的小伙伴耐心十足，但是这种现象还是存在的。我在体验大堂经理的过程中，来银行办理业务的不光是青中年人，还有没有人陪同的老年人。不会写字，耳朵听不清，这个时候老人需要的帮助就不只是帮他签字，大点声音让他足够听清，而是让他能感受岚山农商行是个温暖的大家庭。

这一次的实践也让我深刻了解到，和团体保持良好的关系是很重要的。像为中学老师办理网上银行，三个小伙伴，一个管理填服务申请表和复印身份证件，两个人管理网上银行和手机银行的开通;像大堂经理的体验活动，三个小伙伴，一个管理叫号和客户签字，一个管理网银办理，一个管理填单据。不会的相互询问和学习。团结合作，配合默契，是我对活动结果的评价。对于自己这样一个快要步入社会的人来说，需要学习的东西很多，实践就是最好的老师，正所谓“三人行，必有我师”。实践就是接触社会，了解社会，服务社会，亲身实践，而不是闭门造车。毋庸置疑，这一次的岚山农村商业银行的大学生实践活动之行定会让我得到更多。

每一次磨练都能加快我们的成长，每一次挑战都是我们超越自我的大好时机。这是我在这次社会实践中最深刻的感悟。我们的社会实践结束了，虽然这些日子很忙，但我却从中锻炼了自己，学到了很多课堂上学不到的东西。

踏入大学之前，就听说了大学生要做社会实践的事，刚开始还不知道是怎么回事，抱着试一试的心理，我参加了今年暑期社会实践，活动期间，我们全体成员一同走进了农村，深入到人民群众中去，了解当地农民的生活，聚焦他们的梦想。

“艰辛知人生，实践长才干”。通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我开阔了视野，增长了才干，也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，这在无形中使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一名大一学生，即将走上社会，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”我们学生平时大多数时候只重视理论学习而忽视实践环节，结果走上了工作岗位后又缺乏实践能力。通过实践不仅使我所学的专业理论知识得到巩固和提高，即紧密结合自身专业特色，在实践中检验自己的知识和水平;还让我励志成才的信念更加坚定，动力更加充足。感谢这次暑期实践活动，让我在这过程中成长了不少，懂得了不少。

这次社会实践活动不仅提高了我的团队意识，培养了我的合作精神，更让我学会了如何与人交流。在走访中与农民亲切的交谈，让我对农村的情况有了更深的了解;同政府人员的交流，让我学会了许多交际礼仪。

经历此次社会实践，我深深地感到社会实践的重要性。希望以后能够经常参加实践，这种社会实践活动是在大学中的社团生活所无法比拟的，只有在真正的社会实践活动中体验生活，亲身的接触社会、了解社会，才能使自己得到锻炼，才能使自己所学的理论知识得以运用到实践，才能使自己成为真正有用于实际，真正有用于社会。社会实践弥补了理论与实际的差距和不足，社会实践的意义也在于此。

社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层,同基层领导谈心交流，思想碰撞出新的火花。从中能让我们汲取丰富的营养，学到很多书本上学不到的东西，理解“从群众中来，到群众中去”的真正涵义。也能使我们认识到只有到实践中去、到基层中去，把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年成长成才的正确之路。

社会实践是我的第二课堂，教会了我许多的道理，加快了我的成长成材!

世界上有这么一群人，他们被子女们忙碌的工作所忽略，被社会精彩的活动所遗弃，与幸福的家庭聚餐所隔绝，他们就是长年深居在敬老院的老人们。在那里很少有人关注，有时即使是偶尔路过也只是冷眼旁观，一闪而过，从来没有一丝冲动想去了解他们，关心他们。但我们要积极主动去帮助他们，给予他们温暖与关爱。让他们重新找回家的感觉，拾起对亲情的渴望，丢弃对世界的偏见。中国人盛行的是：“百善孝为先”，从历史文化传承来说，尊老敬老爱老是中华民族的传统美德，中华民族之所以是中华民族，之所以血浓于水，之所以历尽沧桑生生不息，之所以“人情味”非常浓厚，就是因为我们关爱老人爱护孩童。

队队春耕象，纷纷耘草禽。嗣尧登宝位，孝感动天心。自古有舜孝顺父母感天动地。相传他的父亲瞽叟及继母、异母弟象，多次想害死他：让舜修补谷仓仓顶时，从谷仓下纵火，舜手持两个斗笠跳下逃脱;让舜掘井时，瞽叟与象却下土填井，舜掘地道逃脱。事后舜毫不嫉恨，仍对父亲恭顺，对弟弟慈爱。他的孝行感动了天帝。舜在厉山耕种，大象替他耕地，鸟代他锄草。帝尧听说舜非常孝顺，有处理政事的才干，把两个女儿娥皇和女英嫁给他;经过多年观察和考验，选定舜做他的继承人。舜登天子位后，去看望父亲，仍然恭恭敬敬，并封象为诸侯。

近代有冯玉祥卖肉孝父。冯玉祥不仅是个著名的爱国将领，还是个远近闻名的孝子。旧社会当兵是个苦差事，当兵的经常发不上军饷，逢五排十还要打靶。每到打靶的日子，父亲念其年幼身弱，总想方设法给儿子凑几个小钱，让他买个烧饼充饥。可懂事的小玉祥看到家里日子艰难，父亲又伤了腿，正需补补身子。但如果不要这钱，父亲会生气。于是他就把父亲给的钱一个不花，攒了起来，过些天再把自己平时省下的一点饷钱凑在一起，到肉店买了二斤猪肉，请假回家给父亲烧了锅焖猪肉。父亲见后顿时生疑，便质问这肉的来历。冯玉祥深知父亲的严厉，只好如实道来。听后老父亲一把拉过懂事的孩子，一句话也说不出，眼泪扑籁籁地掉了下来。

而在现今生活中有田世国为母捐肾。202\_年2月26日，田世国的弟弟田世凯从老家给他打电话说：母亲查出患尿毒症。突然听到这不幸消息，田世国仿佛天塌了下来。第二天，田世国就匆匆踏上北上得列车，回到了母亲的身边。看着母亲被病魔折磨的消瘦不堪的身躯，田世国心里十分的痛苦。他说：“母亲操劳一生，该享福的时候却患了重脖，他永远忘不了，小时候，母亲为了给他们做豆浆，每天五点起床。自从他去广东上班以后，从不关心天气状况的母亲，每天守在电视机前收看天气预报，牵挂着远方的儿子。尿毒症患者主要靠透析来维持生命，每次透析需要花费400元左右。田世国和弟弟妹妹拿出所有积蓄并借了一大笔钱，支援母亲做透析。田世国的母亲为了不拖累儿女，一度想放弃治疗。田世国就动员所有的亲朋好友，来家中看望妈妈，鼓励妈妈继续活下去。他说：只要母亲有勇气活着，砸锅卖铁也要救母亲!田世国是家里的长子，下面还有弟弟和妹妹。在得知母亲最好的治疗方式是移植一个健康的肾脏后，田世国偷偷跑到上海中山医院做了血样检查，配型成功后，他毅然决定将自己的一个肾脏移植给妈妈。谁言寸草心，报得三春晖。他用自己的实际行动回答了一个千百年的问题。

当然，相类似的事例还有很多，子路借米，卧冰求鲤……都彰显了中华民族孝老爱老的传统美德。

可是无论是电视上还是报纸上依然会有很多孤苦无依的老人无家可归，露宿街头，他们可能有房子，有儿女，但却没有他们的容身之处。去年，深圳市光明新区一名廖姓公务员进入公众视野。廖某是北京大学硕士生，受过高等教育，出人意料的是，他竟然殴打年近六旬的老父老母，并且两人还是特意从湖南老家来深帮忙照顾孙子的。去年1月廖天野的儿子出世，其母亲在4月15日来到深圳照顾孙子。据他的母亲说，从4月15日到8月26日，她被打了七次，多次被儿子甩耳光，起因都是一些小事。后来，莲确实被打得受不了了，下决心要和儿子断绝母-子关系，并搬到宝安区的女儿家中。之后，一直在湖南老家开小店的爸爸被儿子叫到深圳，代替老伴照顾孙子。24日早晨，廖天野要去深圳党校学习，他的爸爸要求儿子修复与母亲的关系，不料双方言语一激动，儿子直接动手打老爸。在那次冲突中，廖天野爸爸的上衣被撕扯烂掉，左肩膀也被儿子咬得鲜血直流。事后廖天野经过道歉得到了父母的原谅，此次事件当事人所在单位也做出了澄清，但是我想公众对于这些恶性事件并非空穴来风，这些恶性事件所带来的恶劣影响，在公众的心中却久久不能抹平。父母也许不会去拒绝一个孩子的道歉，公众也不会去拒绝一个人的道歉。但是有些事情一旦做了，就会覆水难收，因为它对人们造成的心灵伤害是不可用时间去磨灭的。很难想象这样的一个政府官员，竟然这样的对待他们的父母。

敬老爱老的美德是黑夜里的一盏灯;是寒冬里的一把火;是沙漠中的一泓泉;是久旱时的一场甘霖。美德，其实就是需要帮助时，伸过来的一只温暖的手;需要谈心时，递上来的一颗火热的心;需要关心时的一句亲切慰问。只有在这种世界中的老人，才能感到人世间的温馨与美好;才能远离孤独，才能欣慰地走完属于他们的人生旅途，才能使整个世界充满欢声笑语。

暑期实践的这几天里，我们在老年公寓与这些朝夕相处，和老人们谈谈心之后，我们帮他们打扫卫生，整理房间，把爱付诸了实际行动，大家都热火朝天地动手干了起来。每个人都带着关爱的心，做着关爱的事。最后一天的时候，我们集体为老人包了饺子，因为我们的队员来自全国各地，我们戏称这些饺子是“中华饺子”。天气的炎热使我们的脸上淌着汗，而且也很累，可我们都坚持着，当看到老人们吃到我们亲手包的饺子高兴地样子时，我们每个队员都发自内心的高兴。

这些为儿女操劳大半生的老人，本应和子女生活在一起享受子女的关爱，如今却被送到敬老院孤单地度过余生。不敢说她们喜欢清静却敢大胆的说她们害怕孤独。此时，告诫自己：绝对不能让父母孤独的度过老年。他们已经老了不能为我们做任何事甚至需要我们去服侍他，虽然我们可以找出无数的理由为自己辩解，但是父母从来都没有为养育我们而抱怨。

时间在指间流逝，很快便到了说道别的时候，老人们用期盼的眼光看着我们。我们也有很多不舍，多想再陪陪他们。可是我们能力有限，能给予他们的只是微不足道的，不能改变任何现状。我甚至有些后悔打破他们清静的生活，我们的离开或许会给他们带来给更大的孤独。关爱老人是晚辈的责任，关爱老年人的今天就是关爱我们的明天，有一天我们也将老去，也可能和他们一样在敬老院度过余生……古代先贤所倡导的“老吾老以及人之老”意思是只要像对待自己的长辈一样，善待天下所有的老人。如果您身边有个老人，请走近他，让他感受到晚年的温馨。一声问候，一个笑脸，一份爱心，就可以温暖老人们的心窝，使他们爱的天空不再是灰色，而是充满了欢言笑语。

关爱老人既是中华民族的传统美德，也是人类进步科学发展的前提，只有人类的思想纯正了社会才能健康的发展，所以关爱老人并不单单是一个家庭、一个孩子的事，而是需要一个社会、一个国家共同努力!

乌鸦尚且反哺，当母亲年老体衰，不能觅食或者双目失明飞不动的时候，它的子女就四处去寻找可口的食物，衔回来嘴对嘴地喂到母亲的口中，回报母亲的养育之恩，并且从不感到厌烦，一直到老乌鸦临终，再也吃不下东西为止。我们作为有感情有伦理道德人千万不要因为“树欲静而风不止，子欲孝而亲不在”而抱憾终身。

但愿天下所有的老人，不再孤单!

**暑假社会实践心得体会篇五**

第一段：引言（200字）。

每年暑假，学生们都可以有机会参与各种社会实践活动，例如志愿者工作、实习、文化交流等等。这些活动不仅可以丰富我们的暑假生活，还能够让我们学到很多知识和技能，培养自己的实践能力。本文将从个人的交流暑假社会实践心得体会出发，探讨这类活动对个人成长的意义。

第二段：实践经历的收获（200字）。

在暑假社会实践活动中，我参加了一个志愿者工作，在一个教育机构帮助贫困学生辅导功课。通过这个实践经历，我学会了沟通和协作。在教育机构的工作中，我和其他志愿者们要密切合作，共同制定辅导计划、分工合作、互相帮助解决问题。通过和团队成员的交流，我学会了倾听，学会了思考他人的意见并提出自己的观点。这个经历让我明白了团队合作的重要性，也提高了我的沟通技巧和社交能力。

第三段：实践经历的思考（200字）。

在交流中，我才真正体会到交流的重要性。在辅导贫困学生时，由于他们对知识的理解程度和学习能力有所不同，我需要根据他们的实际情况调整我的辅导方式。很多时候，我会用不同的方式解释一件事情，以确保他们能够理解。这样的经历让我明白，交流不仅仅是让别人听懂你说的话，更重要的是让别人真正明白你的意思，我需要通过倾听和观察，了解他们的需求和困惑，并根据他们的情况进行个性化的辅导。只有理解对方，才能够更好地与人有效地交流并传递信息。

第四段：实践经历的启示（200字）。

通过这次实践经历，我深刻体会到交流是人际关系中的有效沟通的关键。无论是与同事合作、与朋友交往或是与家人沟通，我们都需要通过交流来化解分歧、增进理解。在沟通中，我们要学会耐心地倾听和理解对方的意见，不断调整自己的表达方式，以便与他人更好地沟通。同时，交流也是获取信息和知识的重要方式，只有不断学习和积累才能提高自己的知识水平和能力。

第五段：总结（200字）。

交流暑假社会实践心得体会，对我来说是一次宝贵的成长经历。通过实践，我不仅学到了很多知识和技能，还增强了自信心和解决问题的能力。这次实践让我明白了交流的重要性，无论是在学习中还是面对各种人际关系，我们都需要通过交流来解决问题、增进理解，并且不断学习和提高自己的沟通能力。我相信，通过这样的实践活动，我将会成长为一个更为出色的交流者，为我未来的学习和工作打下坚实的基础。

（总字数：1000字）。

**暑假社会实践心得体会篇六**

。

今年暑假，我只身前往\_\_，希望找到一家能够提供暑期社会实践的单位，来增强本专业的知识，同时也作为自己的实习经历，但是事与愿违，在跑了多个人才市场后，竟然没有一家愿意提供此方面的职位，短短两个月的时间，对于一般业务培训来说，过于短暂，即使对于个人来说能够提高能力，但是两个月之后，个人依然要回到学校当中从事学习，这样，对于用人单位来说无疑是一种损失。

即使某个单位提供了某方面的职位，那么，培训经费则要该单位自己承担，但是，毕竟对于暑期的大学生来说，暑期实践只是暂时性的，还未等到其给单位创收，其将离开单位返回学校，这种亏本的买卖，是很少有哪个单位愿意做的。短短的两个月暑假时间，用人单位也常认为，对于大学生所需要的实习经验来说，太微不足道，对于大学生的发展，帮助甚微。

社会主义高校办学的根本目标是培养学生成为有理想、有道德、有文化、有纪律的一代新人。达到和实现这一目标的途径和方法是教育与生产劳动相结合。因此，各高校纷纷开展大学生暑期社会实践，以期望通过开展此项活动达到在提高大学生社会适应能力的同时，服务社会的目的。

我们在对本专业知识和技能还不够熟悉和精通的情况下，往往收获甚少！在提倡实事求是的当今社会，大学生暑期社会实践难的问题确实摆在我们的面前，对此，我们必需调动社会的力量，尤其是学校与社会之间，更应当建立起一种互进的模式，给大学生提供一定的机会，否则，所谓的暑期社会实践与其达不到最终的目的，还不如让大学生好好呆在家中避暑。如果只是一味的追求实践，而不注重实践的效果，不但浪费了资金和精力，而且浪费了大学生宝贵的时间。相信，这样的结果是谁都不愿意接受的。

“大学生暑期社会实践”就这个活动本身而言的确是奔着提高大学生综合素质，服务社会而来的，但在操作的过程中却出现了一系列的问题。正所谓“不飞则已，一飞冲天”，我希望通过各方面的努力解决这些问题，使得大学生社会实践能“不做则已，一做惊人”。

**暑假社会实践心得体会篇七**

暑假社会实践对于大学生而言是一次难得的机会，不仅可以拓宽自己的眼界，还可以提高自己的综合素质。在这次实践活动中，我参观了一家文化机构，通过与员工的交流和观察，我收获颇丰，深深感受到了交流的重要性以及它对个人成长的积极影响。

首先，交流是整个社会实践活动的核心。参观文化机构的过程是在与工作人员进行紧密的互动中度过的，我们除了参观展览和文化活动，还和工作人员进行了一对一的交流。通过与他们的交流，我对于文化产业的运作方式、市场需求以及人才培养等方面有了更全面的了解。在与工作人员交流的过程中，我不仅获取了直接的信息，还体会到了有效沟通的方式与技巧。他们对我们的提问耐心解答，引导我们思考和对话，这种良好的交流氛围深深地感染着我。

其次，交流对于我个人的成长具有积极的影响。作为一个学生，我虽然在课堂上学到了很多知识，但是实践过程中才发现理论与实践之间的差距是如此之大。通过和工作人员交流，他们的经验和实际操作给了我很多启示。他们对于文化市场的洞察力以及与客户的互动让我认识到，学校所教授的理论知识只是抽象的，真正的应用需要根据实际情况去调整与应变。同时，交流也激发了我的独立思考能力和问题解决能力。在和工作人员的交流中，我不仅要提出问题，还要对问题进行深入的思考，寻找答案并提出合理的建议。这种思考的过程帮助我更好地理解自己所学的知识，并将其应用到实际中，提高了我解决问题的能力。

此外，交流也让我在实践中发现了自己的不足之处。在与工作人员的交流中，我意识到自己口头表达和思维逻辑方面还存在一些问题。有时候，我很难将自己的想法清晰地表达出来，导致对方无法理解我的意思。在反思这个问题的同时，我也意识到交流不仅仅是听从一方的发言，还需要主动倾听和理解对方的观点。我开始主动询问工作人员的意见，并注意倾听他们的回答，通过反复的实践，我逐渐改善了自己的交流能力和问题解决能力。

最后，交流还拓宽了我的思想和视野。作为文化机构的参观者，我有机会接触到各种形式的文化产品和艺术活动。通过与工作人员的互动，我不仅对于文化机构运作的各个方面有了更全面的了解，还对于文化产业的重要性有了更深刻的认识。在参观过程中，我看到了不同地区和国家的艺术家的作品，感受到了传统与现代的融合，这使我对于不同文化的理解和包容更加深入。

总之，通过这次暑假社会实践，我深刻体会到了交流的重要性以及它对于个人成长的积极影响。交流不仅是获取信息和知识的方式，更是提高思维能力和解决问题能力的途径。通过与工作人员的交流，我不仅拓宽了视野，还发现了自己的不足之处并逐渐改善。带着这些收获，我相信在未来的学习和工作中，我可以更好地与他人交流与合作，为自己的成长和发展打下坚实的基础。

**暑假社会实践心得体会篇八**

还是惯常的艳阳天，还是微风不燥，蝉声阵阵，可我们的心头却不是“艳阳天”，蝉声入耳也是嘈杂凌乱，惹人心烦。大抵是我们这次的社区之旅已经进行了一半的缘故吧，大家心里满是不舍和离别的哀愁。

回想初到社区时的好奇，举办活动时的手足无措，到现在熟门熟路地穿街过巷，举办活动时的面面俱到，考虑周密，我们在悄然不觉中竟然成长了这么多，周围队员青涩的面庞此时坚毅了不少。这段时间里队员们齐心协力地办活动，每次活动都带给大家不一样的感动，这大概就是村上春树在《兰格汉斯岛的午后》中提到的“小确幸”吧——微小但确切的幸福与满足感。

我们坐在摇摇晃晃的公交车上兴奋地讨论和小孩子们相处的趣事，有关互相学习的，一起玩耍的种种。在我们教会了小朋友们不少科学原理亦或书本知识的同时，小朋友天真善良如阳光般暖暖的笑也使我们看见了生活中纯粹平和向上的一面。与小朋友们的相处过程也让我们收获了很多生活哲理。当你以温柔耐心的方式对待孩子，他们就不再是“混世魔王”，而是乖巧暖心的“小团子”，对待生活的态度亦是如此，想要获得必先给予。

时间是最公平的，不管你是谁，它都平等对待。我们不舍与他们离别，但是天波易谢，寸暑难留，我们都希望，若再相见，愿你无忧，若再相见，愿你成长！

**暑假社会实践心得体会篇九**

暑假社会实践是每年暑假中必不可少的一项活动。它不仅能够使学生们远离课本，接触真实的社会生活，增长见识，丰富知识，还能培养学生们实践能力和社会责任感。通过参与暑假社会实践，同学们不仅可以锻炼自己的人际交往能力，还能够增强自己的合作意识，培养自己的团队精神。

在暑假社会实践中，我参观了一家志愿机构，并参与了其中的活动。通过这次实践，我深刻意识到了志愿者的重要性。我亲眼见证了志愿者给予社会的影响力。在与志愿者们交流和合作的过程中，我增长了见识，学到了很多关于如何与他人合作的宝贵经验。我发现参与实践可以让我更加深入地了解社会问题，思考如何解决这些问题，提升我自己的价值观和人生观。

第三段：巩固知识、提升能力的机会（200字）。

暑假社会实践不仅是一个锻炼实践能力的机会，还是一个巩固知识、提升能力的机会。通过参与实践活动，我发现自己在实践中运用所学知识的能力得到了大幅提升。通过与志愿者们的交流和合作，我发现课堂上学到的知识不再是枯燥的理论，而是可以应用于实际生活的宝贵财富。通过这次实践，我巩固了专业知识，提高了实际操作能力，也更加坚定了我学习的方向和目标。

第四段：社会实践对培养社会责任感的重要性（200字）。

参与暑假社会实践还让我更加深刻地意识到作为一个大学生的责任和使命。在实践中，我看到了社会中存在的种种问题，贫困、环境污染、老人孤寂等等。这让我更加明白，我们作为大学生应该关注社会问题，积极参与社会事务，为社会发展贡献自己的力量。通过暑假社会实践，我体验到了帮助他人、服务社会的快乐，也深刻理解了人与人之间的互助和关爱是社会进步的关键。

通过这次暑假社会实践，我不仅加深了对课堂知识理论的理解，也提高了自己的实践能力和团队合作精神。同时，实践还使我更加深入地了解社会，增强了自己的社会责任感。暑假社会实践是我们大学生能够全方位锻炼的机会，是我们成长和进步的必经之路。通过参与实践，我们可以更好地将理论知识运用到实际中，培养出自己的实践能力和创新思维，为社会的发展贡献自己的力量。

**暑假社会实践心得体会篇十**

学校是让我们学习知识的地方，社会更是让我们学习的知识得以实践并加以升华，在社会实践的过程中不仅仅是学以致用，更多的是增强自身的实践潜力，学习到书本上没有的东西，在实践中我们能够不断的磨练自己，增长知识深度和厚度，就像那句话说的“实践是检验真理的唯一标准”。

在这次实践中，虽然我只是简单的文员，但是在这份小小的工作中，我还是收获颇丰，体会到了很多的东西，增强了自己的潜力。

在这个不长的实践过程中，我做出了自己的努力，虽然只是简单的整理表格，整理一下文档，办公室的卫生的维护。这些都是很简单的工作，但是在这个实践的过程中锻炼我自己的潜力，增强我与别人沟通的潜力，增强了我的动手潜力，我相信经过不断的社会实践，能够不断的增强我自己的各方面的潜力，在实践中不断的学习，不断的充实。

虽然这份工作，偶尔会觉得乏味，但是我始终相信没有小事情，只有把每一件小事都做好，才能更好的成就大事。在这个实践的过程中，我也发现了自己很多的不足，比如，与人沟通的潜力还不是很强，不能很好的处理一些突发的状况，不能很好的与同事之间快速的协作磨合。这就要求我，还要更加努力的学习，还要不断的增强自己的综合潜力，还要不断的学会协同合作，不断锻炼自己的口头表达潜力，交际潜力。

这次实践，让我明白了一个道理，只有多出去走走，做多些实践性的工作，才能更好的发现自己的不足之处，才能对应的提高自己的潜力，才能扬长避短，才能更好的学以致用。

我们学习有良好的学习氛围和学习环境，透过这次的社会实践，我明白了，在我们还在学校的时候，要多珍惜学习的时光，多学一点知识，这样才能更好的应对，将来工作中可能会遇到的种种问题，这只是一次短暂的社会实践过程，在这个过程中我还不能充分的感受到真正工作的各种问题，艰辛和不易，但是我能够感受到工作给我带来的乐趣，这会让我更加的珍惜接下来在学校的时光，好好读书，读多方面的书，以后多去实践实践。我相信仅仅拥有知识是不够的，我们还要增强自己运用知识的潜力，与别人合作的潜力，与别人沟通的潜力，与别人交际的潜力，自己的动手潜力，实践潜力。在学校的时候，充分的吸允知识的同时，也要注重自身综合潜力的提高，这样才能更好的适应社会，融入社会的氛围中。

经过这次社会实践，我懂得了很多，我会更加的努力。

**暑假社会实践心得体会篇十一**

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。

**暑假社会实践心得体会篇十二**

随着暑期的到来，以\"知识进社区·锻炼在基层\"为主题的20xx年社会实践活动轰轰烈烈地展开，我作为马上研二的研究生很荣幸能够第二次成为西北工业大学资源与环境信息化研究所暑期社会实践团的一员参加社会实践。实践历时三天，主要前往西安市莲湖区的居家养老中心，大学习巷，草阳社区，任家口社区，青年路街道办事处莲四社区以及精密社区进行对社区的深入了解，以深入基层，了解社会，运用我们我们的知识帮助实践的社区解决问题，提高我们发现问题、分析问题和解决问题的能力，最终能为社会服务。大学生社会实践是让我们见到了社会的真实一面，实践生活的每一天遇到的情况还在我脑海里回旋，它给我们带来了意想不到的效果，社会实践轰动给生活在都市象牙塔钟得大学生们提供了广泛接触社会和了解社会的机会。

一、千里之行，始于足下。

这短暂而又充实的实践，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用、过度的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要的步骤，对将来走上工作岗位也有着很大的帮助。向他人虚心求教，与人文明交往等一些做人处世的基本原则有很大的帮助。好的习惯要在实际生活中认真贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。实践中学到的经验和知识是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到要和团体保持良好的关系是很重要的。做事首先要学会做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代实惠的做人的一个最基本的问题。对于我们还没有步入社会的人来说，需要学习的东西还有很多，向他们学习的东西很多，他们就是最好的老师。实践是学生接触社会、了解社会、服务社会、运用所学知识实践自我的最好途径。亲身实践，而不是闭门造车。实现从理论到实践再到理论的飞跃。增强了认识问题、分析问题、了解社会，为步入社会打下了良好的基础。同时还需要我们在以后的学习中用知识武装自己，用书本来充实自己，为以后自己的人生打下良好坚固的基础。

本次社会实践的第一站民政局和莲湖区居家养老服务中心，首先我们参观了养老服务中心的硬件设施，服务中心投入了很大的资金来完善各种设施。使用现在社会先进的\'信息化管理，然后和工作人员相互交流，各位成员仔细聆听工作人员关于社区民政工作经验、现状以及问题的介绍。通过座谈，各位成员对莲湖区打造出\"政府主导、社会参与、市场运作\"的居家养老模式、\"居家养老为基础、社区照料为依托、机构养老为补充\"的养老服务体系，\"政府投入主导化、投资主体多元化、服务对象公众化、运行机制市场化、服务方式多样化、服务队伍专业化\"居家养老工作机制有了一个深刻的认识。下午我们实践团走入学习巷社区与社区主任白秀兰就民族社会的管理进行座谈，白主任是全国人大代表，一个普普通通的社区主任能够成为全国人大代表，足以说明我们的白主任做任何事情的真诚和认真。白主任是一心一意为群众着想，是为群众办事的好主任。白主任总结了很多独到的做法，白主任在基层群众工作实践中不断总结而逐渐形成的\"推开一扇窗、敲开一道门、聊一会儿天、吃一顿饭、帮一个人、解一份忧\"的\"六个一\"群众工作方法以及的调解工作的\"三部曲\"：入情、进情、解情和\"五化法\"：实行分化、细化、感化、融化、消化。我们社会实践团的成员都踊跃跟白主任交流社区的管理经验和好的想法，并向白主任提问了好多问题，白主任都逐个解答。白主任还就社会建设管理中存在的待遇不高无法留住优秀人才、社区人员培训教育不足等问题和同学们交流。通过交流，同学们对社区工作有了一个具体直观的认识。

这就是我们来到社会中去发现一些问题，然后我们在学习中间带着这些问题来进行学习，可以使我们的学习效果更有效。

二、创新是生命延续的保障。

第二天我们实践团前往莲湖区西关正街草阳社区，同社区工作人员进行面对面座谈。在座谈中，社会主任刘雅莉从流动人口管理、群众工作网格化、真情服务社区、创建和谐社区和各级领导深入社区指导等五个方面对社区在服务群众、建设社区取得的成功经验给各位实践团成员进行了详细介绍，并重点介绍了\"社区宣传群众、服务群众、帮助群众，化解大量矛盾纠纷，促进社区和谐稳定\"的\"五步工作法\"以及创新发源于草阳社会的\"n+5\"社区管理工作模式。实践团团员就如何加强流动人口管理、如何解决办公经费不足、如何整合各种社会资源参与社区建设等问题向工作人员积极提问，刘主任及其他工作人员一一详细作答。下午实践团成员走入任家口社区，就城中村改造社区经验进行了座谈、交流。社区主任介绍了社区通过充分调动全体党员工作协调性、积极性和主动性，实施村改社区，实现\"农民变股民、农村变社区、村委会变居委会、集体土地变国有土地\"的四个转变过程，并介绍了20xx年经过城改以后村民通过进入驻地企业、外出打工、按股分红等方式，收入大幅提高，居民精神面貌焕然一新，社区呈现出和谐稳定的局面。各位实践团成员就社区财务公开、城改工作好的经验和做法、存在的问题等向各位社会工作提问，社区工作人员给予了详细的解答。

最后一天实践团参观了青年路街道办事处莲四社区，与社区赵主任就流动人口管理难题与经验进行了座谈和交流。莲四社区建立的流动人口和出租屋服务管理工作站是陕西省第一家。社区赵主任就工作站管理员置业、承租人须知、出租人须知、工作文明用语规范、工作办事流程等给实践团成员做了详细的介绍，同学就外来人口是否享受和城市居民同等服务、如何办理暂住证等问题进行了交流，赵主任耐心细致逐一回答了各位同学的提问。下午实践团来到枣园街道办事处精密社区，熟悉工业企业型社区特殊情况。社区王主任给实践团成员介绍了陕西精密仪器有限责任公司在频临破产的情况下，引入陕西延长金属材料有限公司，由企业和政府共同投资对社会的道路、绿化、暖气和线路等社会设施和企业进行改造，既盘活了陕西精密仪器有限责任公司，又改善了社区居民的生活条件，促进了社区的和谐稳定。同学们就公司改制、社区建设、社区居民就业、物业管理等问题向工作人员提问，社会主任都给了一一作答。

通过今天的参观和座谈，我看了令我十分震撼的东西。我们的知识是可以用到方方面面的，通过我们的知识来改变我们的生活环境。使我在今后的学习中有了目标，我要更加努力的学习，运用我们学到的知识到社会中去。

三、从群众中来到群众中去。

在本次的社会实践中我们还有很多的基层人员的谈话交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到大学学了很多书本上学不到的东西，吸取了丰富的营养，认识到只有到实践中去、到基层中去，把个人的命运同社会、同国家的命运的发展联系起来，才是大学生成才的正确之路。这次实践活动丰富了我们的实践经验，提高了我们的团队合作能力，使我们通过这次实践更加了解社会，这次实践活动意义深远，对我们今后的研究生学习有很大的帮助。对我们的帮助是享用一生的。作为一个21世纪的大学生，社会实践是引导我们提前了解社会，贴近社会的很好的方法。

三天的社会实践转瞬即去，在这几天的实践学习中，我感慨颇多，学到了好多书本上学习不到的知识，对我今后的学习会有很大的触动作用，我们要运用我们学到的知识从实践中来并且运用到实践中去。

**暑假社会实践心得体会篇十三**

一直以来，社会总是留给我们学生一种神秘且复杂的体会，让我们不敢轻易踏足社会，更不会主动去体验社会中所谓的辛苦和麻烦。

但那些体会，伴随着我们的成为和进步，已经渐渐成为了过去的形式了。在进入大二学的阶段之后，我在校园中也越来越期待社会的模样，毕竟不管在学校中怎么学习和锻炼，如果不能在社会中发挥自己的价值就没有意义。为了能弄清自己的价值和能力，我决定在暑假中通过实践的方法俩检验自己。以下是我在暑假是后的实践心得：

通过真实进入社会的环境，我对社会的认识也逐渐的清晰明了，曾经被父母和老师传言复杂危险的社会环境，对如今的我而言，反而感到十分的熟悉。没错，这这不是正与我们在大学校园中的情况十分类似嘛!但当然，比起校园，社会要更加麻烦一些，许多事情都要依靠自己去解决。并且要有足够的判断力和责任心，才能较好的适应这里的环境。

此外，我也在实践中认识到了不少的朋友，遇到了各种各样的人，这也确实让我体会到社会的复杂和麻烦，如果没有一直保持着警惕，我也可能很难顺利完成这次的实践。

但在这次的实践活动中，最为重要的还是在工作方面的感受和经验。通过在实际工作中的体会和经历，我也终于真正认识到了自己的能力水平。不得不说的，真的很一般。社会是个人才济济的大环境。越是深入工作，我也越是了解到其他同事的优秀。但这并没有打击到我，反而让我意识到了自己的不足并进一步的学习和加强了自我的锻炼意识，寻找着提高自己的方法。

总的来说，这次的体会让我见识了好很多的东西，也体会到了工作的辛苦和无奈。但更重要的是，我明白了自己作为一名学生的不足!

如今的我，正是学习的大好时间，为此，我不仅要学，更要多学!未来，我会更加努力的掌握课堂知识，并积极扩展自己的专业了解，借助书籍和网络来更多的扩展自己，让自己不会再轻易输给他人，当我再次走进社会的时候，我一定会成为一名出色的大学生，并逐步成为一名出色的人才!相信我的未来一定会在自己的手中实现!

**暑假社会实践心得体会篇十四**

暑假是大学生们最期盼也最宝贵的假期，每个人都希望能够充分利用这段时间锻炼自己、增长才干。而在我眼中，暑假社会实践医院便成为了我人生中一段难忘的经历。在医院的实践经历中，我深刻体会到了医疗事业的艰辛与伟大，也领悟到了人生在于奉献与无私的真谛。

第一段：入院第一天的困惑与迷茫。

记得当我第一天踏进医院的大门时，心中充满了期待与憧憬。然而，面对陌生的环境和繁忙的工作，我感到有些困惑和迷茫。当我被分配到一个医生的下属时，我以为会是一段轻松的实习经历，但事实却远比我想象中的要艰难得多。医生给予我一份看似琐碎却责任重大的任务，要求我仔细记录患者的病情，以备日后分析诊断。我意识到自己的工作不仅仅是为了体验医生的工作，更是为了服务于患者，负责任地提供最好的医疗服务。

第二段：与患者们相处的感动与启发。

在与患者们的相处中，我感受到了医生的责任感和专业精神。患者们脸上的痛苦，让我更加深刻地体会到医疗事业的伟大。尽管我只是一个实习生，但我仍然尽力去帮助每一个患者，给予他们关怀和慰藉。每一次与患者交流，无论是言语还是微笑，都能带给我无尽的温暖。他们的坚强与乐观让我感受到人性的力量，也激发了我将来医生的梦想。

第三段：增长见识与学习技能。

在医院实习期间，我除了接触到临床工作，还有机会学习许多相关技能和知识。护理和缝合手术的学习，让我对医疗常规操作有了更深入的了解。这些本该属于医生专业领域内的知识和技巧，而对于我这个初次接触医疗工作的学生来说，是一次难得的机会。同时，与其他实习生的交流和比较也帮助我更好地了解和应用这些技能。通过实践，我不仅增长了见识，更提升了自己的技能水平。

第四段：团队合作与沟通交流的重要性。

在医院实践中，团队合作是不可或缺的，这也是我在这段时间里的一大收获。当我跟随医生一同参与手术时，团队内每个人都发挥着重要的作用。我们要密切配合，准确无误地完成手术，以确保患者的安全。同时，我也学习到了沟通交流的重要性。当与患者及其家属沟通时，我学会了倾听和耐心理解他们的需求和关切，以便更好地协助医生提供适当的医疗方案。

第五段：实践带来的成长与思考。

通过这段时间的实践，我不仅仅从专业技能上获得了成长，更从内心深处得到了满足和成就感。我意识到，作为一个医生，责任和使命感远比金钱和名利重要。医疗工作者的职责是帮助他人，无私奉献，而这正是我一直以来所向往的。通过实践，我进一步明确了自己的职业方向，并且更加坚定了做一个医生的决心。

总结：

在暑假社会实践的医院实习中，我尽管经历了困惑、迷茫和艰辛，但同时也受到了患者们的启发与感动。通过与患者的相处、专业知识的学习和与团队的合作，我在这段经历中成长了许多。作为一个医生，我们的职责是关爱患者，提供最好的医疗服务。通过这次实践，我更加深刻地理解到医疗事业的伟大，也更加坚定了我未来做个医生的决心。

**暑假社会实践心得体会篇十五**

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。

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。

**暑假社会实践心得体会篇十六**

又是一个美好的盛夏，愉快的假期就在眼前，暑期社会实践的任务也随期而至。很快，下午的工作结束了，说不上辛苦，只感觉收获不少，以至于现在写这篇小记得时候还心有余悸。人生的旅途漫漫，即无法预见将来也无法改变历史，只能抓紧现在，抓紧脚下，一步一步地踏实前进。真的要从那个姐姐身上学到点什么，正像她说得，不要给人生留下遗憾，不要到失去了才后悔当初！

但在实践过程中，我们也表现出了经验不足，处理问题不够成熟又是一个美好的盛夏，愉快的.假期就在眼前，暑期社会实践的任务也随期而至。在这个火热的七月，我们暂别象牙塔中舒适的生活，带着青年人特有的蓬勃朝气，走入社会，了解社会，深入社会。暑期社会实践活动一直是我们投身社会、体验生活、服务大众的真实契机。

通过本次社会实践活动，一方面，我们锻炼了自己的能力，在实践中成长；

另一方面，我们为社会做出了自己的贡献；

尽管我遇到了很多我以前没有见过的问题，也有很多当场不能解决的问题，时常也感觉很无助，很尴尬，但是有了一个团结向上的团队，一切的问题都以不在是问题，一切的不知道也都会变成知道，正可谓的人多力量大，人多好做事。我们队每个人都是强悍而又谦让的人。

虽然在一起的时间只有半天，但我还是深深的了解到了只有在不断的团结合作中才能更好的完成任务，就算自身实力在强大，没有同伴，没有朋友都是不可能在的这个社会中有立足之地。

**暑假社会实践心得体会篇十七**

转眼间，暑假已经过去了，这是我度过的最漫长的暑假、也是我上学以来第一次9月1日没有开学。别的小伙伴们忙着在这个暑假里学驾驶、出去旅游；而我，却用这个暑假赚取了我人生的第一桶金。

6月30日，我正式的成为了信诚玩具厂的暑假工，这就意味着，我不能有“朝九晚五”的生活了，每天七点就得起床，八点开始上班，工作到晚上六点，有时还得加班，得和小伙伴们一起带上米和饭盒，送去食堂蒸。中午得在拥挤的人群中打点菜和汤，然后快速找个空桌子和小伙伴们一起吃饭。

现在想想，其实还挺有意思的，从一开始的四个女生默默无闻地坐在一个角落的桌子旁，剪着线头、无人过问，到最后我成了一个大家庭中的一员，每天到固定的地点集合，快快乐乐地做着流水线中的一道工序。这其中经历了人事调动，经历了工作的一次次的变化，我曾说过我们就像游击队，哪里需要我们，我们就奔向哪里。另外有新成员的加入，还有同伴们之间不必要的摩擦，这些，都让我的心理稍有变化，都让我逐渐成熟起来。

在厂里，没有人为你打点好一切，你自己的东西，就得自己保管好。你的剪刀、板凳、你工作的锥子、吊牌枪，都有可能在你不注意时消失，没有人知道是谁拿的，更不会有人站出来将他的借给你，你会了解到，厂里不是家里，没有空调，有时甚至你工作的地方连电风扇都没有，没有办法。得你自己找个通风的地方，那段时间，我身上还长起了痱子，心里十分不是滋味，想过不干了，面对别人都在风扇下，而自己却只有通风口，不过最后，我还是坚持下来了，我挺为自己骄傲的。

还记得有一天下班回家，路过厂门口的小商店，突然很想吃“可爱多”，打开冰箱，拿了三块五给了店家，刚到嘴边，我想到了，我一个小时才赚到四块钱，而这个小小的冰淇淋吃掉了差不多就等于我一个小时的辛苦工作白做了，顿时我感到太不值了，下次不能吃“可爱多”了，回到家，我将此事和妈妈说了下，妈妈说，真不简单，你终于懂了。

有时候厂里面要出货，我们还得加班赶货，最晚的一次，我们加班到十点三十，大家都很累，没办法，男生们说，你们女生先回去吧，我们留下来就好了，但最后，我们没有人先走，因为人多力量大，大家都在做总比几个人做快，虽然很累，但是很愿意，也很开心。

说到我的大家庭，有人总是欺负我的闺蜜大娟，当初也是她带我来的，有中途请假去上海玩的两个好朋友，所以我们都叫她们“大小上海”，有今年即将上大二的南通大学生赵雅，我们都叫她“南大”，又因为她看上去最小，又被叫做“未成年”，还有的就是最早就和我一起并肩作战的何心雨的朋友——程铭铭，还有老是跟着唐总后面的曹晨，每当唐总不在，他就成了我们的领导，安排我们的工作，王俊鹏老是爱笑，整天笑嘻嘻的，还有我亲爱的同学：杨磊，李鹏程，洪朱军，还有中途偶然认到的亲戚，曹晨的姑姑，就比他大一岁，叫卞文文，当然，不能忘了我们的领导，唐总——唐舜涛，身高192厘米，总是为我们着想，把自己的早餐还给我们吃，下午还给我们买饮料。

应该说所有的暑假工，就我们最快乐了，我们还有qq群，20xx信诚霸天集团，哈哈，小伙伴们，和你们一起的日子真的很快乐！

这次暑假的工作体验，磨练了我的.心态，让我学会了适应，怎样与人相处，应对各种各样的事情，我也知道了这种多劳多得的工作，其实是很辛苦的，几个小时坐在那里，一直工作，所以，真的要节约用钱，在我们厂里，还有个七十多岁的老奶奶在工作，自己搬货，送货，真是不容易，中午有时也不休息，拿着大胶带在封箱子，她们都做到了，我们呢，就更应该做到了，吃苦耐劳，不管将来从事什么方面的工作，都得这样面对才行，热点，苦点，怕什么，吃得苦中苦，方为人上人。

即将上大一了，我得要努力奋斗才行，因为打工的日子真的很辛苦。

**暑假社会实践心得体会篇十八**

大学第一个暑假到了。为了响应社会对大学生的要求和学校的提议，我参加了今年夏天的社会实践。在这次活动中我学到了很多，体会到了很多！以下是我这种做法的体会！

暑期社会实践是我们大学生充分利用暑假时间，以各种方式参与实践，深入社会，提高自己的一项活动！积极参与社会实践，将有助于我们大学生了解社会的现实，为将来更好地融入社会、贡献社会奠定良好的基础！有利于把我们的书本知识运用到实践中，实现两者的有机结合！是大学生成长的重要途径！暑期社会实践为我们提供了这样一个平台，让我们步入社会，发展自己，展示自己。经过这次实践，我们了解了社会，发展了自己，在实践中检验了自己！为我们以后步入社会打下了坚实的基础！

暑假兼职了27天。回过头来看，时间过得好快，我都能熬过来。就这样过了一个月，过程却异常艰难，尤其是最后几天。其实过程中一切都感觉漫长，时间似乎停滞不前。每天都盼着那个点下班，每天都要面对同样的事情，很无聊，很辛苦，但事后可以回头，但仅此而已。大家都是从一个普通岗位做起。重复是必然的。哪个工作不重复？你要注意，要有收获，要坚持。原来，只要我们坚持下去，一切艰难困苦都不会消失。没什么大不了的。坚持就是为了盈利，为了生存。一切都显得那么渺小，甚至苍白得不值一提。

一开始是与世隔绝的一天。从早到晚，几乎没有多余的时间去关注外面的世界。没有报纸，没有新闻，每天背菜谱和价格，站岗迎客。后来才知道，我们获取信息的渠道有很多，不仅限于报纸和电视。每个人，或者说每个客户，都是直播的新闻。从他们的衣着，你可以知道最新的时尚潮流，从他们的谈吐，你可以知道最新的新闻资讯。世界上没有封闭的新闻，只有封闭的嘴。只要能沟通交流，就没有什么不知道的。

做这份工作的时候，因为之前没接触过，什么都不懂，不知道该怎么办。看别人忙完之后，我只能和袖手旁观一起看，但我帮不了你。最怕帮助别人，讨厌自己，讨厌自己。师父引门修行是真的。主人没有义务为你的错误负责，也没有义务把一切都给你。他有他的脾气，他的修养是个人的，所以他经常需要我们慢慢探索。进入任何公司的人都是从新员工开始的。一个公司的工作流程，从一开始就无法掌握和理解。多向别人学习是必要的。三人行一定要有我的老师，善于观察，看别人怎么做，而不是等别人告诉你怎么做，不要依赖任何人，相信自己，最重要的是相信自己能做到。动手，嘴对嘴，思考，学习，积累。只有吃苦了，才能做大师。剑锋磨砺，梅花香来自苦寒。相信自己，依靠自己。

在这个小餐馆，你会发现人家没有369等。，但是客户质量参差不齐。说话的时候注意措辞。质量是自己的。不能借，别人也不能强加。在交往中，如果什么都改变不了，就要采取各种方法去适应。你知道，他们的出现和存在是为了让你知道世界上有这样的人，但幸运的是，你不是这样的人。

很多人说娱乐圈是个大染缸，各种人都有。其实不是餐饮业，或者说什么行业不是？不管在哪里，什么样的人都会在。每个人为了工作、生活、不同的目的走到一起。每个人都有自己的思想，性格，脾气。如果你想和他们搞好关系，你需要很多技巧。活在世上的方法在于隐忍。我相信生命的开始。本性善良，我不否认大家都是自私的。关键在于如何把握一个度。我们不应该忽视或低估身边的任何人。无论何时何地，都要对别人真诚，热情待人，问心无愧。只要我们真诚，我们的心就会坚实。这个月的兼职生活让我尝到了社会现实和生活的不易。也许这种真实的体验才是最有价值的收获。

这种做法让我们深入社会，体验社会，丰富大学生活。进了大学就相当于进入了半条命的社会。我们积极参与社会实践，在实践中锻炼自己，积累经验，对自己以后的发展意义重大！我觉得我真的可以从这个实践中学到很多，如何体验生活，如何服务他人，关心弱势群体！总之，这个做法让我受益匪浅！

**暑假社会实践心得体会篇十九**

暑假社会实践是大学生们盼望已久的一项活动。今年，我有幸参与了一次医院实习实践，这段经历让我获益良多，对医学这个领域有了更加深入的了解。通过实践，我不仅锻炼了自身的专业能力，还感受到医护人员的辛苦与伟大。本文将从实习内容、学习成果、职业素养、团队合作以及个人感悟这五个方面来谈谈我的暑假医院实习心得体会。

首先，实习内容是本次实践最为重要的部分。作为实习生，我们主要在医院内部执行一些基本医疗服务，参与病人的护理、换药等工作。通过实践，我们可以更加直观地认识到医务人员在临床实践中所需要面对的各种困境和挑战。例如，有一次在病房里，我遇到了一位非常困扰的老人，他对治疗方法产生了很大的怀疑。通过和他的交谈，我了解到他是因为听信了一些不靠谱的治疗方法而病情加重。在这个过程中，我认识到了作为医护人员的责任和义务，要耐心解答病人的疑问，为病人提供正确的医疗指导。

其次，通过这次实践，我也收获了丰富的医学知识。医学是一个博大精深的学科，仅凭书本知识远远不够。只有亲身实践，才能真正理解和运用所学知识。在医院里，我们有机会亲眼目睹和参与各种疾病的治疗过程，学习到了大量的临床技能。除此之外，我们还和各个科室的专家进行了交流和学习。这些宝贵的经验让我受益终身，不仅加深了我对医学的兴趣，也为将来的学业打下了坚实的基础。

再次，这次实践还提高了我在医学领域的职业素养。作为医学专业的学生，我们不仅要掌握扎实的理论知识，还要具备良好的沟通能力、责任心和职业道德。在这次实践中，我有幸与多位资深医生及护士进行了互动和交流。通过观察他们的工作态度和职业操守，我深深地感受到了他们对患者的关爱和责任。从他们身上，我学到了很多医学专业之外的东西，如何用亲切的语言安抚病人的焦虑情绪，如何与同事和睦相处等等。这些都是我非常宝贵的财富。

此外，实践过程中，我也更加深刻地认识到了团队合作的重要性。在医院里，一个科室的医生与护士之间必须紧密携手合作，才能够高效地完成各项工作，为病人提供最好的医疗服务。作为实习生，我充当的更多是一个辅助角色，需要始终与团队保持良好地沟通和协作。只有与同事们保持密切的配合，才能更好地完成所分配的任务。通过这次实践，我更加明白了“团队合作”的重要性，也更加深入地领悟到了合作精神的力量。

最后，这次实践对我个人的成长和发展也有着重要的意义。通过与医务人员交流和互动，我更加明确了自己选择这个专业的初衷，也对医学的未来有了更加清晰的规划。此外，实践中的困难和挑战也让我变得更加坚强和成熟，提高了我解决问题和应对压力的能力。这段宝贵的经历不仅让我收获了专业知识，更在思想和心灵上带给我深深的触动。

总之，经历了这次暑假医院实践，我收获颇多。通过亲身参与和实践，我不仅了解了医学的真正含义，还培养了自己的医学素养和团队合作精神。这次实习不仅是对我专业学习的一次补充和提升，更是对我未来职业发展的一次指引和启发。我会把这次实践的经验和感悟永远珍藏在心底，对自己的将来保持激励和带动。

**暑假社会实践心得体会篇二十**

暑假一转眼就过去了，在这短短的一个多月里我体会到很多，感受也很深。通过这个暑假的社会实践使我从内心体会到劳动的快乐和光荣。这次的社会实践，我感慨颇多,我们见到了社会的真实一面，实践生活中每一天遇到的情况还在我脑海里回旋，它给我们带来了意想不到的效果，社会实践活动给生活在都市象牙塔中的大学生们提供了广泛接触社会、了解社会的机会。

艰辛知人生，实践长才干。小草用绿色证明自己，鸟儿用歌声明自己，我们要用行动证明自己。

“千里之行，始于足下”，这短暂而又充实的实习，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。向他人虚心求教，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这一段时间所学到的经验和知识是我一生中的一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，和团体保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是最好的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我们可以向他们学习很多知识、道理。实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实践自我的最好途径。亲身实践，而不是闭门造车。实现了从理论到实践再到理论的飞跃。增强了认识问题，分析问题，解决问题的能力。为认识社会，了解社会，步入社会打下了良好的基础。同时还需我们在以后的学习中用知识武装自己，用书本充实自己，为以后服务社会打下更坚固的基础!

艰辛知人生，实践长才干。

通过这次的的社会实践活动，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。在这里我们真正的锻炼了自己，为以后踏入社会做了更好的铺垫，以后如果有机会，我会更加积极的参加这样的活动。

从群众中来，到群众中去。

在本次的社会实践中我们还同诸多群众谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，理解了“从群众中来，到群众中去的真正涵义，认识到只有到实践中去、到基层去，把个人的命运同社会、同国家的命运的发展联系起来，才是大学生成长成才的正确之路。

这次实践活动，丰富了我们的实践经验，提高了我们的团队合作能力，使我们通过这次实践更加了解社会，这次实践活动意义深远，对我们的帮助享用一生。作为一个21世纪的大学生，社会实践是引导我们走出校门、步入社会、并投身社会的良好形式;我们要抓住培养锻炼才干的好机会;提升我们的修身，树立服务社会的思想与意识。同时，我们要树立远大的理想，明确自己的目标，为祖国的发展贡献一份自己的力量!

实习期间，我利用此次难得的机会，努力工作，严格要求自己，社会真的是很残酷，很现实。我唯一庆幸的是我还是一名在校学生，我只有真正的把本领学好，才能在未来真正进入社会时不至于这样不知所措。这一次参加社会实践，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;是促使大学生投身改革开放，向人民群众，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。社会实践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，半个月的社会实践，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。

一、待人要真诚。

踏进办公室，只见几个陌生的脸孔。我微笑着和他们打招呼。从那天起，我养成了一个习惯，每天早上见到他们都要微笑的说声“早晨”或“早上好”，那是我心底真诚的问候。往往一些细微的东西容易被我们忽略，轻轻的一声问候，却表达了对同事对朋友的关怀，也让他人感觉到被重视与被关心。仅仅几天的时间，我就和同事们打成一片，我想，应该是我的真诚，换取了同事的信任。他们把我当朋友，也愿意把工作分配给我。

二、要善于沟通。

沟通是一种重要的技巧和能力，时时都要巧妙运用。认识一个人，首先要记住对方的名字。了解一个人，则需要深入的交流。而这些，都要自己主动去做。

三、要有热情和信心。

其实，不管在哪个行业，热情和信心都是不可或缺的。热情让我们对工作充满激情，愿意为共同的目标奋斗;耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精。激情与耐心互补促进，才能碰撞出最美丽的火花，工作才能做到最好。

四、要主动出击。

当你可以选择的时候，把主动权握在自己手中。我想很多人和我一样，刚进实习单位的时候，都做过类似复印打字的“杂活”。或许同事们认为你是小字辈，要从小事做起，但有些时候，是因为他们心中没底，不知道你能做什么。做“杂活”是工作的必需，却无法让我学到什么。我决定改变自己的命运。有些东西不能选择，有些东西却可以选择。份内的工作当然要认真完成，但勇敢的“主动请缨”却能为你赢得更多的机会。只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

五、要讲究条理。

如果你不想让自己在紧急的时候手忙脚乱，就要养成讲究条理性的好习惯。“做什么事情都要有条理，”这是经理给我的忠告。其它的工作也一样，讲究条理能让你事半功倍。

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。希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。这些天来，虽然付出了不少汗水，也感觉有些辛苦，但从中我意志力得到了不少的磨练也感受到了工作的快乐。

这一次的社会实践使我明白;大学生只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的状态，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，加快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

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！