

最新社会实践报告社区服务养老院 社区服务社会实践报告(精选8篇)

“报告”使用范围很广，按照上级部署或工作计划，每完成一项任务，一般都要向上级写报告，反映工作中的基本情况、工作中取得的经验教训、存在的问题以及今后工作设想等，以取得上级领导部门的指导。优秀的报告都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面我就给大家讲一讲优秀的报告文章怎么写，我们一起来了解一下吧。

社会实践报告社区服务养老院篇一

下面是为大家整理的社区服务社会实践报告范文，欢迎大家阅读参考！

作为大学生，有较高的文化素质，应当积极参加社会活动，通过这次社区服务活动，我熟悉了社区在地理环境，人文景观，物产特色，民间风俗等方面的特色，进而萌生出亲切感、自豪感，并懂得珍惜，保护他们。

接触社会，了解社会，走向社会，学会做人，学会做事，增强社会责任感，培养并提高社会交往，组织管理，分析思考，实践创新能力。

参与社区管理，协助社区出墙报，普法宣传，进行清洁楼道，捡拾垃圾等活动，清理绿化带内随意丢弃的垃圾，帮助清理社区内墙面上张贴的广告；帮助社区居民分发报纸，服务孤老，为社区孤寡老人做家务事，收集社区废品，将经兑换的现金用于社区公共服务建设，为社区种植绿色植物，开展绿色环保活动；在社区开展节约用水，保护水资源的宣传活动，开展本地区水资源状况的调查并提出改善的建议；开展读书学习互助活动，帮助和指导社区内的小朋友开展读书活动；进行义

诊活动，给小区的居民进行基础诊疗并宣传保健知识，将诊疗结果进行记录。

通过这次社区服务，我发现在社区存在一些问题，在楼道里，地面上，甚至是居民的防盗门上，都贴有小广告，这不仅会对社区卫生构成威胁，还会影响社区的整体整洁性，对社区居民的心情也有一定的破坏作用；另外，社区花坛里的花草毁坏程度较重，由于小区内停车位紧缺，不少居民直接将私家车开到周围的草坪上，这种做法直接影响到草坪的使用寿命，是一种不道德的行为，我建议在草坪上立上警示牌，写上警示语，这样能在一定程度上遏制此类不文明做法，我还发现，社区内供人们娱乐休闲的健身设施普遍较少，由于社区内老人和小孩子较多，因而常常有设施不够的现象发生，为了给社区居民创造一个和谐的社区环境，我建议相关部门应尽快采取措施，确保此类现象不再发生。

通过这次社区实践，让我从中得到了在平时学习生活中无法领悟到的东西，我深深地感受到一个人身处工作岗位的那份热情。热爱劳动是中华民族的优良传统美德，我们作为大学生，有较高的文化素质，应当积极参加社会活动，通过这次社区服务活动，我熟悉了社区在地理环境，人文景观，物产特色，民间风俗等方面的特色，进而萌生出亲切感、自豪感，并懂得珍惜，保护他们；留意社区中人们关注，谈论的问题，并能学会综合而灵活的运用自己的知识来加以解决，从而掌握基本的服务社区的本领，形成建立良好生活环境的情感和态度；在服务的过程中学会交往，合作，懂得理解和尊重，形成团队意识和归属感，增强服务意识和责任感，自觉地从身边小事做起，关注社区，国家，乃至世界的环境问题，并养成随时随地保护环境的意识和习惯，我想，这才是社区服务的意义所在。

社会实践报告社区服务养老院篇二

劳动是中华民族优良传统美德，我们作为21世纪大学生，有着较高的文化素质，应当进取参加劳动。胡锦涛同志曾在八荣八耻中明确提出：以辛勤劳动为荣，以服务人民为荣。我班在学校领导之下，进取组织开展社区服务劳动。

我班大部分同学进入部分单位参与志愿服务。进入单位后，我们在单位负责人的分配下，有条不紊地做相关工作。在志愿服务过程中，我们互相合作，互相搭配，争取到达较高的工作效率。看着同学们热情服务、忙碌的样貌，单位负责人对我们做了很高的评价，对我们的服务表示十分的满意。

的生活，想到父母小时候连吃都吃不饱，更别说读书，比起父母来，我们幸福多了。或许赚钱这么辛苦，甚至比这样更辛苦。一想到父母，我真的觉得好愧疚。所以，我在心底暗暗的下决心，以后必须要让父母过上幸福欢乐的日子。让父母以我为骄傲。

从这次劳动中，我还明白了我们应当尊重和珍惜他人的劳动成果。这样的一次劳动对我的身心都起到了进取的作用，我想不管以后从事什么样的工作都得认真负责，以主人翁的态度来对待，这样所得到的和所收获的经验 and 价值是值得学习和珍藏一辈子的。

社会实践报告社区服务养老院篇三

这是我第一次参加学校组织的个人社区服务活动，这个寒假因为它而不平凡。

xx月xx日我和××等人在中国信合开展了一次志愿者活动。主要参加的是保洁活动，我们承包了几座大楼的楼梯的卫生。拿着扫帚，我第一次感觉我长大了。

在这次活动中，大家都很积极。这是我意料之外的，平日的小公主们怎么变了样了？不得不承认平日我们在家里很少打扫卫生，即使做，也是百般不愿意的。而在这几天的劳动中的景象却全然不同，大家互相帮助，忙着扫地。倒垃圾，汗流浹背，却都还是笑脸。每当遇到一个信合的工作人员或是住户，他们都会笑眯眯的向我们道谢。当面对信合内干干净净的地面时，那种成就感涌上心头，像血液般沁入全身的毛细血管。每天回到家中，已是天黑，背酸酸的疼，我却还在微笑，长大的感觉真好。

我想，奉献。友爱。互助。进步的志愿者精神我们做到了。即将过年，希望能带给所有信合的工作人员及其家人一个干净的工作环境和生活环境。曾听说过一句古话一屋不扫何以扫天下。之前一直不懂其中的意义。如今明白了，小事情都拿不起的人是无法成就大业的，而懂得小事。如扫地中获得启迪的人才能做大事。多个人在一起扫地，所需要的就是团结、奉献，这可以让我们在精神上获得深沉次的感悟，曾经：一根筷子轻轻被折断，一把筷子牢牢抱成团的口头教育在这几天的的劳动中被写成教本，曾经只要人人都献出一份爱，世界将变成美好的人间的经典歌谣在生活中被演绎成画面。自古以来，言传不如身教，通过这次社区服务，我们学到了很多，我们学会了许多，我们将会用这些精神，用这些道理面对我们新一年的生活。

除此之外，我还深深的感受到了劳动的辛苦，体会到了所在为我们生活更加幸福的劳动人命的伟大。爸爸、妈妈，你们辛苦了，保洁阿姨，您们辛苦了，全天下的伟大劳动人民，您们辛苦了。您们，您们全都是最可爱动人！

作为新一代的接班人，我们要发扬中华民族团结、友爱、奉献、吃苦耐劳传统美德，为我们能够更加幸福的生活做出努力，为21世纪我国能够更快更好的发展做贡献。

这个寒假因为这次个人社区服务而不平凡。

社会实践报告社区服务养老院篇四

根据我国居民委员会组织法规定，居民委员会由主任、副主任和委员共五至九人组成。居民委员会主任、副主任和委员，由本居住地区全体有选举权的居民或者由每户派代表选举产生；根据居民意见，也可以由每个居民小组选举代表二至三人选举产生。居民委员会每届任期三年，其成员可以连选连任。其中社区党支部是党在城市的基层组织，是居民区各类组织和各项工作的领导核心，也是做好街道、社区党建工作的基础。社区党支部宣传贯彻党的路线，方针、政策和国家的法律、法规，执行上级党组织的决议、决定，支持和保证居委会依法履行职责。社区居民委员会是社区居民大会的办事机构，由社区居民大会或社区居民代表大会选举产生，每届任期三年。

(2) 办理本居住地区居民的公共事务和公益事业；

(3) 调解民间纠纷；

(4) 协助维护社会治安；

(1) 为社区居民最底保障服务，为残疾人提供服务

(2) 为新市民提供多方面优质服务

(3) 为育龄妇女优生优育指导，为行动不便老人上门服务

(4) 为特困家庭提供关心服务，为待、下岗人员择业提供中介服务，为七十岁以上老人办理优待证，为青少年提供法律维权服务通过在居委会实践一周，我的确看到了居委会成员都履行了他们的职责，诚心诚意的为居民服务。龙家居委会下设有工作室、党员之家、文娱活动工作室等。

“把一件简单的事做好就是不简单，把一件平凡的事做好就

是不平凡。”通过这次社区服务劳动，我明白了许多道理。劳动中，我知道了自己许多不足之处。这次在居委会服务一天，我也通过一天的实践，我发现居委会成员个个都很有责任感，做事情都很认真，每当有居民来居委会办事的时候，他们都很热情的接待和处理事情。

要强化政府主导，落实保障措施。要充分发挥社区居委会、社区群众等多方面的民主监督作用，建立社区卫生信息公示和群众满意度评价制度。

处和辛苦。现在看起来，我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。

在这次实践的过程中，我认真负责地做好居委会主任安排给我的事情，耐心的听居委会成员给我讲有关社区居委会以及社区卫生服务情况。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。

原本以为自己已经学会了一些基础的知识就够用了，可到了实践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。人是在不断前进中成长起来的，虽然会有很多坎坷，但总是会有办法解决的。

高中生社会实践，有利于增长才干。坚持学习书本知识与投身社会实践的统一，走理论与实践相结合的道路，历来是青年锻炼成长的有效途径。社会实践是知识创新的源泉，是检验真理的标准。把学得的知识用于实践，在实践中继续学习提高，才能真正成为对社会有用的人才。

实践以充分证明，社会实践促进了大学生的全面发展。通过社会实践活动，我从与社区工作人员以及人民群众的广泛接触了解交流中受到真切的体验，使思想得到升华，社会责任感增强。在实践中，我的人生观价值观得到进一步的强化，提高了认识能力适应能力和创新能力。

社会实践报告社区服务养老院篇五

骄阳如火的暑假，我一如既往的选择回家。开始几天，每天翻翻带来的书，听听音乐，看看电视，甚为消闲，不过时间一久，便觉得无聊。碰巧遇到评选文明县城活动，各个社区组织实践服务活动，我立即报名参加。做一点志愿服务活动，一来丰富生活，增长阅历，培养组织沟通能力，二来以一颗感恩之心，传递关爱，回馈社会，非常有意义。

我的任务是一周服务三天，为期三周，服务项目主要有社区卫生保洁，消夏文娱活动服务，弱势群体一对一帮护等。虽然成就不大，但自己努力付出并认真完成了任务，这个过程中体会颇多，获益匪浅。

社区卫生保洁

我所居住的小区，卫生环境还算不错，但入口处是一条狭长的小路，道路两旁蔓草丛生。从前一直觉得，曲径通幽，芳草萋萋，别有一番情趣，无奈杂草日盛，本就狭窄的小路被挤占了大半，草丛间夹杂纸屑果皮塑料袋，更显杂乱。于是周一清晨，我起了个大早，我了一双麻布手套，一把锄头，兴冲冲来到目的地。一开始，我用力把锄头扎进草堆中，前后猛砸，只觉手臂酸胀，腿有些发抖，而土块被翻起大半，草依然顽强的留在那里。

折腾了大半个小时，只是白费力气，索性锄头一丢，双手拔起来。晨练的大妈刚好路过，笑道：“锄地不光是力气活，还是个技术活。眼手一致，有力均匀，姿势要正确”。她很

耐心的讲解起来，边说边示范。弯腰，弓腿，我的姿势笨拙甚至滑稽，但慢慢也就适应，速度也快起来，忙活了一会儿收拾出一块空地来。

常言道，“眼高手低”，至此我猜真正体会到这种落差。多年读书，自认为积累不少知识，但将来进入社会，能否将其用于实践，值得深思。增强实践能力，多看，多思，勤学，勤问，不单单锄草如此，将来的求学，工作也应秉承这种态度。正如古人所说“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。

几个清晨的忙碌，终于清理出整洁的路面，虽然身体疲惫酸痛，但心里着实开心。每当走在社区里，总会下意识的捡起地上的垃圾，看到街上的清洁工人也开始冲他们友善的笑笑。尊重别人的劳动成果，为社会献一份绵薄之力，收获的是家园和心灵双重的快乐。

消夏文娱活动服务

为丰富广大居民生活，提升精神文明，社区号召全民参与文娱活动。然而多数居民喜欢带着家中，邻里互动交流较少，气氛不浓。社区打算举办周末消夏活动，我应召帮忙宣传和组织。跟居委会负责人商量过后，大体确定了象棋，扑克牌，广场舞等几个活动，首先，写好活动策划，定好流程，第二，规划好场地，列好桌椅音响等物品清单；第三，安排好活动负责人以及服务人员。接下来，就是在醒目处张贴海报，挨门挨户动员大家参与了。有些住户推脱有事，我得耐心诚挚的邀请，如承诺帮他们照看小孩，帮忙买菜，活动现场提供冰镇饮品。

这个过程，需要不断沟通交流，善于了解不同居民的实际需求，以诚动人。几天的上门邀请，大家的态度由冷漠到关注，积极性挺高。八月的夜晚，热气慢慢散去，小区的人们三五成群聚在一起，或下棋，或打牌，或散步，或跳广场舞，怡然自得，乐在其中。我加入广场舞的队伍，帮阿姨们放音

乐，搬搬桌椅，拎几瓶矿泉水，事情虽小，但这种简单的交流却能真正打动人心。她们的快乐感染到我，身心都轻松愉悦起来。无论动作是娴熟曼妙，还是错乱笨拙，每个人都在认真的踏着自己的节拍，舞动自己的快乐。我见到一位老奶奶，跟在队伍后，跳得十分卖力，正如她对身边的人所讲：“人奋斗一辈子，不图名，不争利，能挣得个终日快乐，就是最大的幸福”。幸福的涵义见仁见智，在未来的生活中，要笑对烦恼，适时减压，善于收集生活中的快乐，传递希望和幸福。

弱势群体一对一帮护

我的邻居有一对老夫妇，儿女常年不在身边，丈夫中风多年，经济上虽宽裕但生活得非常落寞。我每周抽半天时间陪这两位老人，刚开始只是读读报纸，唠唠家常，但总是我说个不停，他们礼貌的应上几句。问有什么需要帮忙的，他们总说没有。我想，两位老人经济上宽裕，吃穿用度不用操心，老爷爷的病虽难治，但政府和子女做保障，医药费不愁。精神上嘛，老人家看看电视，我再讲点趣闻乐事，应该有所改善。

社会实践报告社区服务养老院篇六

2022年月日，学校正式放假，经过几天的休整。当刚回到家的兴奋与惬意渐渐淡去，我回想了一下自己这一年多的大学生活。虽然在学校里的生活平静而快乐，可我也看到的危机——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，希望能够学习一些东西，对自己将来走进社会有所帮助。然而，学校只是一个沟通校园和社会的桥梁，是我们步入社会前继续充实自己知识的深加工，最终我们还是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：怎样才能让自己在暑假这一个月，学到一些学校里学不到的东西，丰富自己的知识，从而度过一个有意思的暑假。

经过了一番思考之后，也为响应学校的实践号召，我把我的想法告诉了父母，最后决定附近的一家石油化工公司去应聘保洁员，时间是二十天，感觉自己已经在一点点的接近纷繁复杂的社会，心里有点紧张又有些兴奋。虽然工资不高，但是主要是为了体验社会和学习，以便尽早适应社会的工作环境。

刚去的时候，要学习一些保洁员工作的职责：

- 1，遵守公司的规定，尽职尽责按照操作过程及保洁标准所要求做好本责任区工作；
- 7，积极参加卫生突击工作，当别人不小心弄脏地面时，立即去打扫干净；
- 8，执行及有效完成上级安排的其他工作。

我的工作主要是打扫部长的办公室和走廊，还有就是当公司开会的时候摆放茶水，会议结束的时候，有时候一天得打扫好几个办公室，不停地拖走廊，要时刻保持走廊的标准干净度。当公司开会之前，我们都得及时地去在开会人员来会议室之前把茶水摆好，然后继续打扫把办公室和走廊；开会结束后得再次放下手中的工作去快速的将会场整理干净。第一天下来，已经累的腰酸背疼了。但是尽管很难受，我们仍然感到很充实，很快乐，可能这就是所谓的痛并快乐着。

在接下来的一个月里，我每天都不停的打扫。在这期间，我懂得了：工作不在于高低，优劣之分。只要是通过自己的努力在劳动就都是光荣的。因此，当有些人不太喜欢保洁员这个工作时，我不以为然，我认识每一项通过劳动的工作都是高尚的。在工作的时候更要努力工作，勤奋工作，不能因为没有人监督就不认真。既然选择了一项工作，不管辛不辛苦，都要尽自己最大的能力去完成，不能懈怠，要一丝不苟。

时间过得很快，转眼间两个月已经过去，我做公司保洁员的那一个月也已经深深地印在我的脑海里了。打工的这一次经历给我带来了重要的价值和作用，意义非凡。让我更清楚地了解到社会的纷繁，理解到不管做任何事情，都要以负责的心去完成，不能马马虎虎。这一次的经历更是我的一笔宝贵的财富，为我以后真正地走向社会奠定了有利的基础，使今后的路更平坦，更好走。

社区卫生服务实践报告3

社会实践报告社区服务养老院篇七

通过这次的社会实践，让我学会了很多东西，我深深地感受到一个人在工作岗位上的那份热情。正因为如此，我才渐渐地懂得了一个道理：要创造自己的事业，就必须付出加倍的努力，凭着一个人对工作的执着、坚定的信念会指引着他走向完美的事业之路。

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。

在实习的过程中，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，对于我们这些出生牛犊的学生们，

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。原本以为自己已经学会了一些基础的知识就够用了，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。

人是在不断前进中成长起来的，虽然会有很多坎坷，但总是会有办法解决的。做人不怕失败，最怕失败后永远不能站起来。一定要相信自己，因为我总是对自己说“勇敢点，挫折？怕什么，风雨过后一定会有彩虹的”。

于是，我便有着一个坚定的信念，那就是克服自己在成长中的困难，坚定不移地朝着自己奋斗的目标前进。我相信，自己的明天将会更加美好，中国的明天也将会更加美好！

社会实践报告社区服务养老院篇八

“不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香。”这是古人得之于实践的名句，千百年来一直回荡在一代又一代人的耳际。如今，即将离开象牙塔的我，也应在一番寒彻骨之后寻得人生的梅花香。

一年1月15号，我正式进入了重庆的一家广告公司——派信(重庆)品牌策略机构。

中国的广告业虽然已有数十年历史，重庆的广告业也是如火如荼，广告公司不胜枚举。然而，比较国外的特别是美国等有着上百年广告历史的国家，中国广告业还只是刚刚起步，需要完善的方方面面还有待提高。于是，造成广告人才供不应求，与广告公司对新人培养的青睐，这也是我选择广告公司进行实践的一个理由。

一、公司介绍及实践工作内容

重庆派信广告公司秉承“立足本土企业，创建一流品牌”的经营宗旨，以中国化的思维方式借鉴国外经验，培养和发展中国的民族品牌，志在成为中国品牌的成长摇篮。重庆派信广告公司分有客户部、策划部、创意部、行政部等部门。

我十分幸运的应聘进入广告公司的生产部门——创意部，做了一名美术助理。作为一名实习的美术助理所进行的实践工作其时也是十分有挑战性的。因为就一个广告公司而言创意是相当重要的，而广告创意就象是脑海中莫名物质摸不到，看不到，甚至感觉不到，只有当无数次的突破大脑的禁锢才有可能让广告创意顺产，很遗憾的是我在广告公司工作的日子里，所想的创意几乎都胎死脑中。

我更重要的工作是配合资深美术与美术指导将符合策略的创意构想用画面表现出来。通过工作使我获益良多，从而把课堂上的美术理论联系到社会需要的平面或cf表现于实践，领悟美学的真正含义。

二、社会第一步是我的面试

第一次上公司进行面试，对于经验尚浅的我少不了紧张，焦急的情绪。我知道，要给主管留下好的第一印象是很重要的，因为这关乎到我的面试合格与否。面试那一天我并没有很刻意为自己“涂脂抹粉”或“狠下重心”为自己买名牌衣服，而是打扮的朴素大方，洁净整齐。因为我知道：一个人脸上的表情，要比她身上的衣装重要多了。除了衣着方面，我更注重时间。我一向是一个守时的人。守时是我个人的一项基本原则。这次我也不例外，因为我知道，时间对于每一个人来说都是珍贵的，应该是公平的。拖延时间即偷窃时间。任何的早到或者迟到都会扰乱别人的正常工作。因此我把时间控制得很好，既不早到也不迟到。这样就为我们的谈话奠定了基础。

三、不断超越自我的工作过程

初次接触工作我非常紧张，也都给了自己很大压力。我在做每一件事之前总要对自己说：“这是你的工作，千万别出差错！别出洋相！”可是，常常事与愿违，因为经验不足导致稿子一次又一次的被打回。每到这时，我都不自觉打起退堂鼓，开始想象着也许是我不太适合这个工作，而后，又一次又一次的否定这个想法，我让自己知道这个世界上不可能有不适合我的工作，只要我努力就一定能完成。

我本来就是学美学的，对美术绝对是专业的，于是，我开始不断的加强广告其他方面的知识，例如：跟策划师了解项目的推广策略，与广告撰文探讨受众心理需求，向美术指导学习广告平面的构思与表现终于，我可以慢慢的独立完成一些美术稿并让客户满意，更让我感到兴奋是我也能为公司创造了一定的经济价值。

广告美术是一项博大精深的艺术，是我在学校从未了解的学问，虽然做广告平面不能同油画、国画大师那样受万人所仰。但是，广告的美术是给所有人看的，而且是一种他们能看懂的艺术！与大众为伍，与天下同行，这才是真正的艺术。

四、同事相处让我学会如何做人

人要在社会上立足就要靠这种或那种的关系联系着的，曾经有项调查，其结果显示，健康是成年人最关心的问题，其次是一一如何了解人，如何与人相处，如何使人喜欢你，如何使别人想法同你一样。以前我会很幼稚地问：“人的成功与否关键在于起工作效率和能力，与别人有何干呢？”现在我体会到，如果和办公室的同事不能好好相处，就等于把自己排斥到这个公司之外，无法投入工作，没有一个轻松友好愉快的心情，就会严重降低办事效率。

想要搞好人际关系，首先就是懂得合作和分享，即多跟别人

分享看法，多听取和接受别人的意见。这一点做到了，无疑推动了我的工作顺利进行，而且还能获得同事的接纳和支持。其次就是微笑，我认为微笑可以使同事间由陌生而熟识，这样工作也不再那么枯燥。再者，我喜欢聆听，空闲的时候我很喜欢聆听，听办公室里同事们谈谈生活的趣事，办公室的趣闻，偶尔还略谈公事，由于我只是个练习者，我没有资格给她们更多的意见，于是我就选择聆听，她们都是专业人士，经验比我丰富，从中我可以学到一些技巧，听听她们处事的方法和对待事物的态度，有时我会恰当地加点个人意见，使得我和她们的距离拉近了。

五、我永远记得的