

2023年社会实践个人实践心得体会 社会实践个人心得体会(精选15篇)

学习心得是我们对学习过程中遇到的困难和解决方法的总结和归纳。想要了解写工作心得的写作风格和语言技巧？以下是一些典型的范文和优秀作品，供大家参考和学习。

社会实践个人实践心得体会篇一

xx年x月2日星期一，我们“义务修理进社区，爱心接力传万家”社区服务队在xxxx街松台广场进行平安用电的宣扬以及防范措施的普及。

早上九点半，我和队友们从xxxx街起先往松台广场一路进行义务家电维修的宣扬、平安用电学问的普及、用电平安的提倡签字。在松台广场健身的叔叔阿姨以及路过的小挚友都主动响应，家用电器和用电在21世纪的今日都普及到了每户家庭，然而用电平安成为日前急需克服的问题。家庭电路的老化、电器的不规范运用、用电平安防范措施不当等使得事故发生率不断提高，所以我们电气系服务队开展平安用电学问普及活动，让大家都动起来。不论男女老少，路过的行人都会驻足，仔细细致地阅读平安用电常识以及倾听队员的讲解。

用电的普及度非常显著，但平安却被忽视。今日的平安用电活动让我们电气系学生得到了好评，也让更多的人懂得了如何平安用电和如何防范用电过程中遇到的问题。

社会实践个人实践心得体会篇二

随着时间的逐渐流逝，今年的xxx社会实践活动就要落下帷幕了。就要离开这个待了近一个月的地方了，我有点舍不得，舍不得这里的人，舍不得这里发生的每一件事，舍不得这里

的一花一木，尤其是那些可爱的孩子们。刚来的我们是这个地方的异乡人，处处都格格不入，现在的我们也可以说自己是这里的人了。

工作是有点辛苦的，几乎都要熬不过来了，但是还是坚强地坚持了下来，就算工作再辛苦，我也舍不得放下我们班上的那些可爱又“可恨”的孩子们。虽然他们有的时候很调皮，让我几乎要招架不住，但是孩子同样也是最可爱的小天使，他们偶尔的一个动作或者是一句话，就可以把你的心暖的融化了。总体上来说我还是很喜欢这份工作的，而且也在这份工作中变得更加成熟和包容了。

我觉得人无论要做什么都要学会去努力去付出，只有付出了努力了你才会知道这件事的结果是怎么样的，就算这个结果没有达到你心目中的目标，至少你努力过了付出了，你就不会后悔。在生活中，不是每一件事都会顺你的心意，人生有太多的‘困难和挫折，我们要学会的是积极地去面对生活中的这些困难和挫折并且去打败它。重要的是要有一颗坚强且勇敢的心，勇于去面对一切。这样你才能在未来的人生中越走越好，走出自己的一片天地。

社会实践个人实践心得体会篇三

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、心地清静。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。

社会实践个人实践心得体会篇四

社会实践，让我们亲身接触社会，调查社会，了解社会。在这次的暑期社会实践中，我们来到宁夏xxx去一个叫移民区的地方一探究竟。这次的社会实践总过程中，多多少少也有些可以改进的地方，下面就做一次总结，以在之后的各项社会活动中，能做得更好。

首先，在前去实践的前几天，我们拟出了很多的问题，但是去的时候问出来的去比较少。可能大家都按实情实景问的问题，后来一想又觉得原来想的问题还是有价值的。

关于请媒体的事情，一开始听说一个队员有个亲戚可以帮我们，于是我们便把请媒体的事儿给放下了。在社会实践结束后，我们将照片视频发过去，但由于拍摄没有头没有尾比较乱，没有弄清播出的要求，就没有能够用这条途径得到报道。这是比较遗憾的事，我们又只有自己再去找报社之类的，特别麻烦。结果还不确定。所以以后不论怎么，都还是要自己先把一切问清楚，将一切准备好，才能有备不患，依靠自己，才能确保结果。

之前有过去移民区做调查的团队，他们都有自己的心得体会，

我们在之前其实可以与他们相互交流观点，看看他们都在实践过程中得到了什么，又有什么注意事项或比较重要的地方。这样，在去之前，就可以有重点得进行活动。

我们也有做得好的地方，一直携带着常见药物以应对各种突发疾病；与家长保持联系告诉他们我们的地址；还有对于以前拟好的原居住地的调研，由于得知路程过长，并且当地管制不算太平，地头蛇出没；而且我们的目的是需要知道原来的生存情况，以与现在作为对比。完全可以从现在的居民口中得知，没有必要一定死脑筋得跑到宁夏南部山区那么偏远的地方，毕竟安全才是第一。这应该说是得知更准确信息后对于计划的灵活变动。

另外，很多重要的东西都有照片记录；在过程中每个成员也都参与，询问，让每个人都体会到属于自己的社会实践；再者，我们团队在这次活动中合作很好，互相帮助支持，体现出团队的精神。

有做的好的肯定有做得不好的，下次社会活动中，我们将吸取经验做得更好。其实就这次中，我们每个人也都有自己的收获，我认为，有收获，就有意义，就做得好。

社会实践个人实践心得体会篇五

这次“三下乡”社会实践活动我们进行了为期两个礼拜的支教。在与这些学生们进行课程教授和汇报演出节目排练等活动的过程中，我深切地感受到了“教学相长”这四个字的内涵。我们作为老师，教会了他们许多有用的知识技能，教会他们一些做人的道理，教给他们一些处理事务和人际关系的方式，这是我们教给他们的东西。同时，我在教授的过程中，自己的表达沟通能力也有了提高，我也从他们纯真的眼神和言语中发掘了无限的快乐，捕捉到了最朴实最真挚的感情，明白了许多人生哲思。通过十几天的相处，我和这些学生们也建立了深厚的感情，成为了无话不谈的朋友，我会在他们

以后的路上尽可能地帮助他们，他们也是我这个夏天最好的收获！

我在此项活动中体验了做老师的快乐与不容易，丰富了自己的阅历，让自己在处理事情上变得更加有耐性，学会了与人真诚沟通的重要性。

我们团队在此次“三下乡”社会实践活动中还有一项内容就是社会调研，我们在调研过程中走访了当地各行各业、各个年龄层的人们，了解了当地对当地旅游业发展的认识和看法；我们实地走访了当地的几个旅游景点，对当地旅游业发展的过去和前景有了更加全面的认识；我们还翻阅了当地政府提供的资料，了解了当地旅游业收入对当地经济的贡献。

我亲身经历了这些调研活动，接触了各种各样的人，锻炼了我的待人接物的能力，提高了我思考分析问题的能力；在调研后，我学会了怎么去分析和判断事物的发展和走向；在与同伴合作进行调研的时候，我更加明白了团队合作的重要性，也提高了自己进行团队合作的能力；调研过程中，我们东奔西跑，领略到了小漠镇独特的自然、人文风光，对于我来说这是一次难忘的经历。

这次下乡，我们住在海边小镇小漠镇，这里比较偏远，当地人主要以渔业与养殖业为生，我们的下乡服务队在这十天里面也经历了一次身在异乡，自给自足的生活。我们每天自己买菜做饭，自己想办法节省资金维持下乡的计划，搞好一切后勤工作。我们在这短短的十天里面好好体验了一次独立的乡村生活。

我在这段时间，感受到了做后勤的辛苦，明白了生活的艰辛，体味到别样的生活方式。我锻炼了自己的厨艺，提高了自己持家的能力，学会了如何去协调团队的生活起居。我在这里感受到了我们团队其乐融融的氛围，感受到家的温暖。队友之间互相的关心照顾，也使得我们的友谊越来越深厚，增强

了我们的凝聚力与荣誉感!

这个夏天，我收获了很多，这次“三下乡”活动将会是我人生当中一次永远难忘的回忆!

社会实践个人实践心得体会篇六

。同时调查的还有公共设施的损坏情况和市民的不文明情况。在笑脸征集活动过程中，我们碰到了不少的阻力，有的人是对我们活动的怀疑，有的是不屑一顾，有的则是以不喜欢照相为由断然拒绝……由于我们是大学生，本身就比较骄傲，一开始被拒，我们还能保持较高的热情，不气馁，知难而进。但时间一长，次数一多，碰到这样伤自尊的事，原有的工作热情被耗尽，面对困难就变的胆怯起来，成果可想而知。在经过和其他组员交流探讨之后，信心、热情又失而复得，决定抛下面子，放低姿态，始终保持着笑脸，和群众们进行委婉、耐心的沟通。这样相机上的笑脸越来越多，那些笑脸是多么的可爱又亲切，我们也顺利的完成了任务。通过这样的活动不仅锻炼了我们的交际能力，也是对我们遭受挫折之后如何处理的一个重要考验。事实证实，我们是最棒的。

等和多地方都写有很多办证消息号码，进行这类不文明行为的人，主要是为了在公共场所吸引别人的注重，达到其所要的经济效益。他们在进行这一行为的时候，只考虑自身的利益，忘了会影响市容市貌。整体给人造成不整洁的感觉，破坏了人们休息的良好心情。市民的一次不文明行为影响后果是多方面的，这种现象并不止于公园的公共设施上，在路面路灯等许多设施中也是显而易见的，虽然只是一张小小的纸，一个办证号码却为清洁工作带来了困难，破坏城市的整体美感，我们应杜绝这累现象，提高市民的文明素质。

社会实践个人实践心得体会篇七

20__年暑假，我很荣幸来到了南京园林建设总公司聚宝山项

目部，聚宝山位于南京市栖霞区尧化门附近，聚宝山公园开发，甲方是南京东部园林绿化建设发展有限公司，乙方（代建）是南京园林建设总公司，监理单位是江苏山水建设有限公司，暑期园林建设公司项目部社会实践心得。目前工程已进入二期一标竣工阶段，还有部分场地没有平整，没有栽苗，前期栽植苗木需要加强养护管理，确保成活率。通过这为期50天的社会实践，我有以下几点心得体会：

一、提高自身专业技能，提高自身各方面素质。

作为一个园林建设者，提高自身专业技能很重要，是我们立足于本行业的基石，当今社会竞争激烈，要想立足于一个行业，不仅要有过硬的专业本领，也要了解其他相近行业的相关知识，事物是相互联系的，事物之间有着千丝万缕的联系，要用联系的观点和辩证的观点去看待事物。就园林行业来讲，单单只懂绿化、苗木方面的知识是不够的，例如地质工程、土木工程、结构工程、给排水工程、电气工程等方面的知识，俗话说：技多不压身，学习更过的技能有助于自己立足社会，适应社会发展，但是学习要有自己的目标和计划，不要盲目从众，要充分了解自己的需求。

二、加强语言表达能力，提高自身的亲和力。

走向社会，将会和来自不同的文化背景，不同的年龄，不同的身份的人打交道，所以加强语言表达能力十分重要，提高自身的亲和力也是事业成败的重要因素之一。

三、保持虚心谨慎的态度，认真做事，努力学习。

在学校学到的毕竟只是理论知识，如何将理论转化为实际应用，是我们解决的问题之一，也是更好的进入工作状态，适应行业对人才的要求。在工作中，要保持虚心请教的态度和良好的学习习惯，孔子曰：三人行，必有我师焉，每个人身上都有优点，同时也有缺点，要取其精华去其糟粕，要善

于发现生活中的点点滴滴，知识无处不在，多学一点，不是坏处，总有一天会用到的。

对于园林行业来说，门槛比较低，但是也是一个很有发展前景的行业，随着世界各国提倡保护环境的呼声越来越高，园林行业得到了很大的发展，在园林行业中，主要有以下几种工作：

1, 设计师：设计师需要深厚的美术功底和较强的想象力，敢于创新，目前设计师门槛比较高，一般在本科以上才能做，专科生中做设计的寥寥无几，是典型的脑力劳动，因此待遇是园林所有工作中较高的，对男女没有要求，属于白领工作。

2, 造价师（招投标）：造价师是近十年我国高等教育中刚刚新增的专业之一，市场需求很大，就业前景很好，待遇也比较高，造价师目前就只有建筑行业有，园林中很少，开设的院校也很少，但是必须要造价工程师执业资格证书，要有五年的工作经验才能考造价工程师执业资格证书，对男女没有要求，属于白领工作，相当于工程会计，年龄越大，经验越丰富，越受欢迎！

3, 施工员：施工员主要在一线工作，要吃苦耐劳，也是最能学到技术的工作，主要是针对男生的，施工员吃住都在工地上没有节假日，我个人建议：如果打算以后从事园林行业，最好去干两年的施工员，熟悉一下，行业规则和程序。工资待遇属于中等水平，如果打算以后创业的，施工员是一个很好的岗位，对以后很有帮助，就业前景还是比较乐观的，女生最好不要做施工员。

社会实践个人实践心得体会篇八

这里是xxx市xxx镇驿头的一个村落，它还保留着很多古镇的气息，古旧的院落，石板小路，树下xxx的老人，这里也是我

们今年的实习基地。

我们的工作呢，就是作为老师教小学的小朋友，从一年级到六年级的小朋友。说实话，我从来没有想过有一天我会以老师的身份站在讲台上教学生。对于老师这个职业，我觉得那是很高尚的一个职业。我教的是中文，不仅教她们读书写字，还有声母韵母，字的拼音，笔顺，部首，组词，偏旁，近义词反义词，仿写词语等等。这个时候我很感谢我曾经的小学语文老师，他不仅仅是教会我们学子，并且教我们正确的拼音，笔顺再到汉字，给我们打好了一个汉语的基础，所以现在的我也把当初他教我时的那种认真，细致拿出来教我的学生，刚学习写字的小孩子教他们写正确的笔顺非常重要，这对他们的以后大有裨益。

我看很多小朋友从很小的时候就开始写字帖，从一个字的下面临摹到上面，跟画画似的，到了本子上或者是不会写，或者是跟画一样，这样让我感觉很心寒，而且根本没有一点儿用处，所以在我教他们的时候，我会让他们先在黑板上教他们笔顺，再让他们在本子上写上笔顺，一笔一划的，一个字一个字的写，因为写汉语没有捷径，想写得好就只能多练多写。对每一个学生一样的要求，认真更改她们的作业。

有一些成绩相对差一点儿的学生，讲过之后别的学生都会了她还不会，我会单独再给她讲一遍，学生本来就没有不好的，学生不好也都是老师教的问题，我会多鼓励她们，让她们有信心，没有一个差学生，只有不会教的老师。

作为一个老师，我会从自身做起，为了学生，为了下一代的花朵，更认真细致，让每一个学生都能进步。

社会实践个人实践心得体会篇九

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。

社会实践个人实践心得体会篇十

我时常想，如何成为一个有作为的人，如何实现自己的梦想，却只是想想而已，始终不能勇敢的迈出第一步，社会实践团队个人心得体会。其实，生活的意义不在于我们取得了多么

辉煌的成就，而在于我们是否敢为自己的梦想迈出第一步并勇敢走下去。

我们的社会实践已经快结束了，开始组队的时候，我没有想到我会是队长，论领导能力，我觉得团队里每个成员都比我强。可是最后我却被推为了队长，我顿时六神无主了，该如何做好这次社会实践成了我最头疼的问题。于是我每天都在焦虑中度过，我很担心我辜负了大家的信任。

只到那天一个队员跟我说：“你要淡定，都还没开始，你怎么知道就做不好呢？只有出发，才有到达，你要对自己有信心，对我们团队有信心。”

队员的话让我意识到缺乏信心确实是我的一大缺点，他说得很对，只有出发，才能到达。于是我们的社会实践终于迈出了第一步——开展问卷调查。依然记得那天问卷调查时，我们团队在十堰市内四所大学中来回穿梭。炎热的夏天阳光如火，我们团队没有一个人退缩，每个人都汗流不止却依然斗志昂扬。我们将最好的姿态展现在了同龄人面前，我们将青春正能量在每个人心中传播。正因为如此，我们此次的问卷调查取得了圆满成功！

所以说，没有什么不可能，只有敢想，才能实现，只有出发，才能到达。我们最大的通病就是在没有计划之前就开始担心焦虑，再没出发之前就开始气馁。人生能有几回搏，我们时常就在这种犹豫不决、灰心焦虑的情绪中错过了一次次奋斗的机会。最好的方法就是在做每一件事之前都认真思考，找到突破口，制定详细的计划，然后勇敢的带着计划出发。不要害怕困难，实现计划的过程中，困难在所难免，如果因为害怕而止步不前，那才是真正的失败者。

很多时候，很多事情，就像社会实践，或许我们从未做过，但是那并不说明我们做不好，没有谁一生下来什么都会，就连老鹰也不是一出生就会飞翔。问题就是我们很多人都对自

己没信心，都恐惧迈出第一步。其实当我们鼓起勇气，勇敢的迈出第一步时，事情并没有我们想象的那样艰难。只要我们积极勇敢，扫除心理障碍，便会自然而然地突破自我！

社会实践告诉我们的：只有出发，才能到达，相信自己，勇敢的迈出第一步，努力走好接下来的路，收获美好的人生！

二、年轻的我们

年轻的我们，心中有一腔热血在激荡。

年轻的我们，身上有一股豪情在流淌。

年轻的我们，脑中有一些思绪在徜徉。

年轻，一个充满活力、激情与正能量的词语，我们身处这样一个风华正茂的人生阶段，有着做不完的梦、无穷的好奇心与能量。年轻的我们就像是刚刚从鹰巢里破壳而出的雏鹰，雏鹰对远处的蓝天充满向往，年轻的我们对未来满怀憧憬，就像雏鹰勇敢张开稚嫩的翅膀飞向蓝天，年轻的我们也选择兼职去初步探索社会。

年轻的，我们是在舒适的象牙塔中长大的，从小就被父母无微不至的呵护着，总听别人说着社会的各种现实与险恶，但是别人说一千道一万，也没有我们亲自去体验来得实在，俗话说“一千个读者，就有一千个哈姆莱特”，年轻的我们有那种本能的冲动与叛逆，我们希望通过个人的力量去感知世间百态，只有我们独自去经历了一些事情，我们对这个社会才有我们自己的认识，我们才能得到我们自己想要的那个答案。

在这次社会实践活动中，我们从最开始的无从下手，到后来的轻车熟路。整个过程充满了泪水、痛苦、欢笑与幸福，我们一起在炎炎烈日下发问卷调查，一起因为工作而忘了吃早点，一起因为准备采访而放弃午休，我们一起进步与成长，在艰

难与磨砺中提升了自身各方面的能力，每个队员之间都建立起了深厚的友谊，通过这次活动，让我感受到了团队协作的力量，见证了一加一大于二的奇迹。

人生其实就是一条由多条叉路口组成的大道，每个人到最后都会走到一个相同的终点，沿途的风景只有我们自己知道，每个人选择的路不一样，别人看中的可能是结果，而我们自己享受的却是过程，心得体会《社会实践团队个人心得体会》。年轻的我们在这骄阳似火的年华里应该做我们自己的事，别人的质疑与偏见只能成为我们前进的动力，我们必须为自己代言，为我们将来未知的人生做出无悔的选择。年轻的我们请牢记：未来，是紧紧握在手中的坚持。

三、踮脚仰望，共同成长

__年7月8号大清早我们团队六人来到劳动保障监察支队，劳动保障监察支队的夏主任热情的接待了我们，他的知识讲解，经验之谈，无不使我们受益匪浅！

首先，我们知道了如何维护自己的合法权益。夏主任解释说关于大学生兼职并没有明确的法律条文，我们虽年满18岁，但仍然是在校大学生，不能与企业构成劳动关系，所以当权益收到侵害时，我们无法找到法律证据，但是到底是不是法律的漏洞，我们目前也无法得知，还待以后更深的去学习，去深化这个问题。但是夏主任告诉了我们一些具体可行的措施，这一点让我们得到百分百的安心，也是我们想要的满意答案。目前大学生的法律意识淡薄，所以在学校期间做兼职容易出现克扣工资的情况，我觉得以后还是有必要给大学生普及一下法律知识，知道如何维权，这一点也是我最深的感悟了！

其次，我们意外的在这里学会了怎样去适应社会。夏主任说，为了适应社会的需求，我们可以在大学期间尝试不同类型的兼职，获得更多的经验，出去工作的时候，就会比别人多一

份淡定，多一份从容。的确，目前用人单位需要这样的人群，大学生也需要有锻炼自己的平台，所以我们的供需达成共识，从而大学生兼职的市场就这样打开了！现在夏主任的话还久久的回荡在我的脑海中，时刻提醒着自己人与人之间的差距就是一张纸的厚度，我们需要的就是一份经验，所以希望所有的大学生都能在兼职中学会为人处世，获得丰富的经验。

夏日的天气很聒噪，空气也很湿热，在炎炎烈日下我们团队顺利完成采访。我们收获的是专业人士的经验之谈，懂得团队间相互配合的关键，更明白了大学学习的重要性。挥洒的汗水在收获成果的那一刻全都变成一个个洋溢的笑脸，这一站，我们不枉此行！最后，把所有的感触汇成一句话：把最优秀的自己献给社会，我们的明天会更好！

四、兼职让我们成长

时代在发展，科学在进步，作为当代大学生的我们来说，仅仅掌握课本上的知识是远远不够的。所以更多的大学生选择在读大学期间出去做做兼职，增长阅历，以增加工作生涯的的筹码。鉴于这样的社会形式，我们成立了“兼路人”暑期社会实践团队，以便于调查大学生的兼职情况。

随着夏日的临近，我们的社会实践进入尾声。通过这次社会实践，我们对于大学生兼职有了更加深刻的认识。其实大学生兼职的益处远非原来我们的构想那样简单，它不再仅仅只是为学生家庭减轻一些经济负担，也不仅仅是为学生以后的工作奠定一个良好的基础。兼职，让更多的大学生体验到了社会上的人情冷暖，也认识了社会上的牛鬼蛇神。有人说，大学是为了让大学生更好的步入社会，但在我看来，大学的四年生活倒不如做社会兼职一个月来的真实。兼职生活可以让我们更好的学会与人交流，与人相处。经历了社会上的种种，我想这些经验足矣应付校园里的一切琐事。从另一方面来说，我们可以将更多的精力放在学习上面，有更多的时间去准备一些比赛、竞赛，而不是成天一门心思调和人际关系，

处理日常琐事。从另外一个角度来说，兼职让大学生体会到了赚钱不是随口说说那么简单的，是需要努力，是需要付出的。当他们在学校大肆挥霍父母来之不易的血汗钱时，我想他们心底是会有抵触的，因为知道这其中的汗水与劳累。然而影响却可能不止这些，他们会因此而变得更加的懂事，他们也会因此而变的更加的积极努力，奋发向上。兼职，就像一颗种子，埋在曾经有过兼职经历的大学生的海底。随着日出日落的交替，这颗种子伴随着大学生的成长在海底发芽、开花、结果，从而塑造出一个个积极、努力、向上的毕业生。

同样地，我们也发现大学生兼职所遇到的种种问题，譬如拖欠工资，上当受骗等等。总的来说，主要是是大学生自身的安全意识，维权意识还有待提高。换一句话说，便是大学生好骗，大学生好欺负。这是很可悲的事情，难道是我们没知识，没文化？还是没经验？难道说必须要有被骗的经历才能避免下一次被骗？这值得我们当代大学生好好反思。

虽然还未曾真正的做过兼职，但是这一次的暑期社会实践让我们离社会又更近了一步，让我们对于兼职又有了更加深刻了解。我们从社会实践中获得了很多，我们细细的回味着这其中的酸甜苦辣。因为我们的心中也埋下了这样一颗“兼职”种子。

五、在经历中成长

这个暑假，我和一群有着志同道合的小伙伴们进行了一次非常有意义的暑期社会实践活动。我们就十堰市大学生的兼职现状进行了一番调查，在调查过程中，我们学到了很多，同时，也成长了许多。

由于这是我们第一次进行实践活动，对于如何开展实践没有任何经验，幸好我们在前期得到了一位学姐的指导，当学姐讲完社会实践活动的大致流程之后就暂时离开了我们。因为学姐也有进行社会实践活动，就不能对我们给予指导与帮

助了，而之后的就在我们的摸索下完成。

在实践活动中，我们遇到了许多困难，比如高温、迷路、采访单位不配合、活动照片丢失等，但这些问题并没有难到我们，还让我们学会了团结、坚持、冷静等等。逆境与苦难并没有打到我们，反而磨练了我们，让我们在这些经历中成长了许多。当然，这次活动本身就让我们成长了许多，从活动中的团结协作，每个成员的互帮互助，再到活动结束后喜悦与成就感等等，都让我们感到十分满足。

当然，我们也在实践过程中发现了许多到大学生面临的问题，比如兼职不好找，工资待遇低，维权意识薄弱等问题。

社会实践个人实践心得体会篇十一

前言：我是长沙民政商学院市场营销1133班学生李婷，在_年2月4日至2月10日我前往张家界市慈利县_镇敬老院做了关于敬老院孤寡老人生活的实践调查，现将此次实践活动的有关调查情况报告如下：

一，活动内容

有一种悲伤叫白发人送黑发人，有一种孤单叫茕茕孑立、形单影只，有一种伤害叫先天残疾、后天不完整，有一种痛苦叫低智低能可是，有一个地方它以的延展性给这些不幸一个温暖的怀抱，让他们也有一个家、一个归处。

这个地方就是敬老院，收容孤寡老人的敬老院。

活动原因：长沙民政职业技术学院为了提高同学们的实践能力，了解社会，所以布置了此次社会实践活动，因为湖南省张家界市慈利县_镇新建的敬老院，所以我将活动地点定在了敬老院。

我的实践：本来一开始就打算找院长盖个章，照几张环境照证明我去过就完事了。

但是第一次去时我并没有见到院长，因为先天有老人去世了，遵循他的遗愿是葬在家的旁边，可是他又无儿无女，所以他就去那帮他料理后世去了。

当然，我这是后来才知道的。

在当时我向一位在外散步的老人介绍我的来意后，他很热情的想别的老人介绍了我，别对我的到来特别开心他们看到了我带的照相机后，表示了希望照相，。

在那半天我和老人们相处得很开心，所以我决定杨按照学院的要求去做这个实践。

在随后的几天中，我每天所做的事情就是帮他们扫地和陪他们聊天，但是他们自己都很早就把地扫完了，所以我主要做的就是陪他们聊天。

二：调查资料：

_敬老院简介：

_敬老院于2_年底正式注册成立，投资近三十万，新装修改造成医疗、休闲、养老、托老的较为完善的综合性老年服务中心，推动社会福利、现代化进程，切实解决老年人老有所养、老有所乐、老有所医的问题。

_敬老院位于小学后面的山顶，院子占地面积虽然很少，但是，院外的面积还是极为宽广的，绝对是老人们休闲散步的好地方。

农村孤寡老人的敬老院生活：_敬老院现有22位老人，爷爷奶

奶皆有，他们都是没有直系亲属的孤寡老人，是各村送过来的。

在院里多人间的寄养模式可供老人休息，房间内配置整套床上用品，并且每位老人敬老院都会分发各季的衣服，老人们不用担心温暖问题。

另外，每间房间配置电视，也保证了老人们的精神生活。

敬老院内也配有医务室，以保证老人不用为外面医院、药店高昂的医药费发愁就可以及时的看到病。

一日三餐有专门的厨师料理，餐餐有肉吃，荤素搭配得当，老人们只需在政府惊心为他们准备餐厅似的小食堂就可吃上热乎乎的饭菜。

小小的敬老院里应用尽有，生活空间舒适、安全，孤寡老人没有后顾之忧的享受着生活。

老人的普遍资料：

_敬老院大都是孤苦的五保户，他们缺乏亲情等幸福体验，情感淡漠，他们长期缺乏家庭这一亲合、博爱、依附与合作等美德的培养所，加之身心的缺陷、知识与能力的匮乏、际遇的坎坷和社会情感关怀的不足，许多孤寡老人产生孤僻和冷漠等性格障碍。

他们怕寂寞却不与他人交往沟通，渴望关心与慰藉却很少主动为他人做力所能及的事，希望得到同情却对他人的痛苦麻木不仁。

根本原因是农村孤寡老人生存资源的匮乏、社会支持网的疏松以及心理上的极度弱势和行为偏差，最根本的原因在于公平和人道在文化制度理价值观念和社区习俗等方面的缺失。

三，调查结果：

(一)在进敬老院之前，我一直以为老人们在这里会过得比较幸福快乐。

因为老人们在这里衣食无忧，又有工作人员照顾，老人们可以根据自己的兴趣做一些自己喜欢的事。

如，他们可以在院里走动一下，可以晒晒太阳，可以坐在院里聊天，有的老人还会摆弄一些乐器。

但是，通过对老人的调查发现，事实上并非如此。

和我聊天的一些老人反映，很多老人自进入福利院以来，基本上就没有走出去过，对于大部分老人而言，他们吃过饭后多是呆在自己的屋里，偶尔会出去坐坐，晒晒太阳，少数经济条件比较宽裕的可能会打打麻将，但大多数老人们彼此间很少交流。

(二)在此次调查中，让我感触最深的是：老人们好孤独！我注意到，当我去看一位奶奶时，紧挨着她坐下并开始聊天时，老人的眼神充满绝望，似乎她马上就要离开这个世界一般。

四，调查体会：

(一)此次调查让我收获了很多，了解到福利院老人生活的方方面面，尤其是其精神上的无助。

我想，我们应该多抽出一些时间到福利院来看望老人，多陪他们聊聊天，多给他们带来一些欢笑。

事实上，当我们向老人向他们说学校的事时，从老人们不时爆出的欢笑声和掌声中，不难看出，对于我的到来，对于我们这样的活动，他们还是非常欢迎的。

(二) 调查所发现的问题:

- 1、少数老人生活不积极，生病了不配合治疗。
- 2、老人们的休闲活动极少，除了看电视就只有散步，不利于他们形成积极向上的心态。
- 3、老人们很孤单。
- 4、福利院有些地方得不到认真落实。

而且，最低生活保障制度存在着种种突出问题，如：覆盖面窄，标准过低，保障范围不全面，保障方法简单且未能体现人文关怀。

五，我的建议:

- 1、随着全社会养老事业的不断广泛深入，在这样的大环境下，对服务人员进行专业培训，提高人员素质，培养责任意识是很重要的。

这能够在工作中让她们的压力变为动力，让激情热情释放出来，融化在工作服务中，真正对待老人象自己的父母一样，细心、热心、用心，全面提高服务水平，真正落实好敬老院的各项规章制度，把制度和职责结合起来，全力营造养老、尊老社会氛围，达到构建和谐社会的目的。

- 2、在允许的情况下，探索全社会养老的新路子。

广泛宣传，大力倡导，让那些有钱人、企业家、社会各界奉献一点、捐一点，缓解资金不足的矛盾，改善敬老院条件，又能够带动社会养老尊老的良好风气对敬老院事业作出了一定贡献。

- 4、现入院居住的老年人，均体弱多病，年龄偏高，急症和顽

症、重症较普遍，他们住院成为最棘手的问题。

所以要改善医疗条件。

5、整个敬老院内固定的标语、宣传内容少，建议有适合墙壁、四周、长廊等悬挂、书写标语、口号及有关敬老、爱老的喷塑画等，营造良好的文化氛围。

同时发挥他(她)们各自的能动性，能唱的就唱、能说的就说、能拉的就拉，让院民积极参加到各种活动中去，丰富他(她)们的文化生活。

社会实践个人实践心得体会篇十二

“人生最后悔的，不是自己没有做好，而是自己没有去尝试!”这是我的生活准则，从小受到相同的教育，也让我养成了这样的习惯。虽然在以前常常被人说：“闲的!”但是我依然遵循自己喜欢的生活方式，哪怕没能做到最好，但是至少我有了这样的体会。

在今年的暑假中，我自然不能让这样漫长的时间就在休息中度过!要不然就真是“闲”的慌了。遵循着以往的习惯，我在暑假的时候开始尝试我在大学中没做过的事情，最后经过选择，最为适合的就是——暑假工作实践!我做过不少暑假工作，但是以往都因为年龄以及学业的原因，能做的工作也是寥寥无几。如今在大学暑假中，我足够的资格以及充分的时间，怎么能放过这个好机会呢?现在，我将这个暑假的社会实践心得记录如下：

我在这个暑假工作的选择中选择在离校比较近的汽车销售店，虽然店面不大，但是我认为作为我在销售行业的初体验却已经足够了。

首先，说说我在找工作时的遭遇吧。一开始面对暑假工的寻

找，我是满怀信心，因为在周围有太多招暑假工的广告了，当时的我是真的一点都不担心会有找不到工作的可能。但是在我真正的去挑选的时候，我才知道了什么叫做“出门即失业”。走出校园，再不会有老师来帮助我们解决难题。面对数不胜数的工作，我挑花了眼，可是当真正的选好的时候，却发现也就只有几家适合的工作。

这是我在大学后初次体会到社会的不易，也许是因为年纪的增长，对工作的看法和要求都不一样了。之后，在经过充分的准备之后，我依然险些被淘汰，这让我充分的体会到了经验的重要性。

之后就是在工作方面，作为来参加工作的人，在这里不分身份，所有的同事都是在这里工作的员工。我学生的身份并不会得到什么优待，这让我真正的体会到了一个工作人的感觉。

在这次的实践中，最让我感触深刻的是两个阶段，培训以及第一次的工作。

在培训阶段，看着厚厚的员工手册，我才知道自己在学校里学到的不过是张白纸罢了。学校的那些基础知识不过只是给了我们参加这份工作的基本资格，想要在这基本的白纸上作画，还得靠之后的学习！

在第一次的工作中，也是我第一次感受到工作过“成功”的体会，在正式站上工作岗位后，我有好几次都没能在顾客来临的时候及时迎上去，这也导致我非常的失落，但在之后我终于鼓足勇气跨出这一步后，发现工作也没有想象中的那么难。让我得到了在之后积极工作的动力和勇气。

漫长的暑假在忙碌的工作中也会变得非常短暂，虽然我感觉自己还有很多没有学会的地方，但是时间却不再给我机会了。但是通过这次的实践我也学会了很多的经验，相信我能在之后的工作中做得更好。

社会实践个人实践心得体会篇三

在经过长达两个月的面试以及培训后，x.11日爱心社暑期支教活动正式开始了。在经历了一晚上的长途颠簸，所有支教志愿者于12日中午到达了本次支教地点——湖北省十堰市郧县鲍峡镇小花果村花园完全小学，一个坐落在山水之旁，美丽而质朴的小学。

一晚上的休整后，第二天便开始了正式的支教生活。当我们还在熟睡中时，便有很多孩子在学校门口等待，有的甚至找到了我们住的地方。报名的孩子有很多，早晨志愿者忙忙碌碌了一上午也没有报完名，下午陆陆续续地有学生来报名，算下来已有100多学生报名，已经超出了我们的预计，这也给了我们很大的压力，但是有压力才有动力。

x.13是我们上课的第一天，所有的事情基本按照我们的安排有条不紊地进行着，因为是第一次教小学生，所以第一节课基本有一半的时间维持课堂纪律，不过学生们学习的热情着实让我们感动。课下，志愿者和学生们开始玩起了游戏，老鹰捉小鸡，丢手绢等等，所有的人玩的不亦乐乎，热情高涨。上完一上午的课，教音乐的志愿者嗓子都唱哑了，表示学生们上课特别积极活跃。中午，我们回到自己的宿舍开始做午饭，厨艺精湛的志愿者们不辞辛劳地为我们做了第一顿午餐，丰盛又可口，让我们感觉到了大家庭的温暖。午睡过后我们与学生们热情丝毫不减，上课时学生们积极发言，主动参与互动，志愿者们的上课进程十分顺利。放学时志愿者与学生依依不舍地告别，晚饭后志愿者们开会总结一天的感受，并开始准备第二天的教案。

接下来的几天中，志愿者们与学生们的关系更加融洽和谐，许多志愿者都有了自己的“fans”课堂上志愿者尽心尽力教授知识，课下学生们带着自己上课所学的知识来询问老师，有的还将自己手工课和美术课上面的作品当做小礼物来表达自己的

对老师的感谢之情。放学后，学生们热情的为志愿者们介绍当地的风俗文化及美景，让我们更好地了解并适应当地的生活。

社会实践个人实践心得体会篇十四

经历了将近一周的社会实践,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。

“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已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！

“吾尝终日不食，终夜不寝，以思，无益，不如学也。”这是论语中的一句话，说的是一个人整夜不食不寝去思考钻研一个问题，没有什么好处，不如亲自去学习研究。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。青春的光阴

留给我们更多的是奋进的号角与激昂的乐谱，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采访做着准备，但我们是快乐的。不再是不为浮云遮眼之势，更在一览众山之躯。

我们实践，我们快乐。作为实践，这样的一项活动，也必须有其流程经营。从开始的确定主题，到队员的选拔再到实践的_{开始}，分工，任务的布置，或许疏一看，甚易。但实则不然，在这过程中不是冷冷的追求学术上的严谨，更是寻找种人心向往的科学之美。孙中山说“人既尽其才，则百事俱举；百事举矣，则富强不足谋也。”每个人在“sunshine”这样阳光的队名中贡献着自己，以追求对大学生村官的深入调查为目的，大胆的去想，去做，在这个团队中关心着对方，真正做到了团结，奋进，有激动，有感动，有触动。

不论第一天大家为了提高团队工作效率方案的讨论争论不休，不论每天在外采访村民的队员被烈日晒伤，汗珠滴落早已浸湿全身的队服，更不论每晚写报告，写日志，总结全天，为明日准备到深夜。每天的采访，吃饭，采访，总结，休息，成为了我们的主线，每天奔波于乡村城镇的各个小巷街头，我们询问着，调查着，目的只是完成实践，让自己明白更多属于我们，属于我们这个时代的真谛。只因为我们知道，孵化梦想，需要汗水与坚强的臂膀，我们付出，我们收获，我们快乐。

践不能反应村里的每个角落，但是我们每个人都希望，我们的实践能够受到更多人的关注，更多人注意到在大城市的周围，还是有着一些需要帮助，建设的村镇，我们的实践活动受到中国高邮网，郭集网，高邮信息报，扬州日报晚报的关注。为自己为一名南大学子感到自豪。

实践活动结束了，每个人在思考着这几天发生在我们身上全部，少了那些青春的张狂，多了些青春的踏实，少了那些青春的迷茫，多了些青春的奋斗。sunshine这个词，不再是一个

队名，更多的是一种精神，当远离喧嚣，来到村镇的时候，才真正明白，什么是奋斗，什么是团结，什么是一个团队。这样的实践，这样的我们，这样的，快乐。

经历了将近一周的社会实践，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。

“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！

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。

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！

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:在家里的时侯,我们有自己的父母照顾,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,挫折都是靠自己一个人去解决,在这二个多月里,让我学会了自强自立!凡事都要靠自己!现在,就算父母不在我的身边,我都能够自己独立!

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。

一年一度的大学生暑期社会实践为我们开辟了一片片尽展青春风采的蓝天。在“永远跟党走、奉献新江苏”的大主题背景下，以邓小平理论、“三个代表”重要思想和科学发展观为指导，此次社会实践活动紧紧围绕“学党史，重温光辉历程；争先锋，彰显活力青春”的主题，实践体验与理论学习相结合，开展一系列特色实践活动。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行！暑假伊始，我便带领着自强社的20名社员放下课本，怀揣激情；走出校园，走进社会；深入基层，志愿服务，带着一种虚心学习、甘于奉献的心态在南京市栖霞区栖霞街道西花村开展了一场为期一周的暑期社会实践活动。

此次活动将自强社特色与西花村的具体实际相结合：首先，据调查，西花村教育资源有限，父母每天忙于工作，对孩子的学习监督甚少，加上有时对自己子女的功课也显得力不从心，这些因素最终导致了他们暑假的学习时间少，效率低。针对这种情况，我们充分发挥了自身优势，在整个实践期间对本村15名小学生、初中生开展了一对一、一对多定时定人上门辅导的义务家教活动。其次，由于目前在我国广大农村，在村委会对本村村民、村务的日常工作管理过程中经常会出现诸如信息不对称、信息传递受阻等状况；同时也是为了使在校大学生能够利用暑期社会实践这个平台走进社会，深入基层，在实践中认识国情，奉献社会，在居委会的指导帮助下，我们的志愿者们在村民中广泛开展了一场关于民情民意走访的问卷调查，通过与村民们进行深入的接触和交谈来倾听基层人民群众的心声。此外，为了增强大家对党史、党组织及其工作的进一步认识，提高在校大学生的党性修养，我跟大家一起开展学习了一场题为“学党史·知党情·跟党走——大学生党性修养塑造”的座谈会，并特邀西花村优秀老党员马仁松爷爷对我们进行授课，座谈会上我们与马爷爷进行了

广泛而深入的交流和学习。

村民陈阿姨说：“你们不收钱却帮我的女儿们辅导功课，让你们留下来吃个便饭都不肯，太不好意思了啊！”从村民的话中可以看出，我们的活动得到了家长们的充分信任、支持和赞扬。同时，我们的民意走访的问卷调查活动也取得了很不错的社会反响和效果：一方面，在与村民们的促膝交谈中，村民们将自己想说但一直没有机会或不方面说的话毫无保留地反映了出来，这使得我们通过此次活动搜集到了很多最真实的村民心声；另一方面，这些一手资料将作为重要参考依据，对西花村居委会今后工作的调整和完善也具有很重要的现实意义。

在这一周里，大家努力践行自强社弘扬自强不息之精神，磨练提高自己，感恩回馈社会的社团宗旨，团结拼搏，争做先锋，极大地增强了服务意识，同时也更加清楚地认识到了作为青年志愿者，其工作的社会意义和价值，增强了大学生的社会责任感；此外，大家在活动过程中还锻炼了毅力，培养了品格，接受了教育，增长了才干，独立生活能力和团结合作精神也得到了很大程度上的提高。

对我自身而言，从前期活动策划到活动准备，从中期组织开展到后期总结报道，自己在组织领导能力、协调控制能力和应急处理能力等方面都得到了很大程度上的锻炼和提高；另外通过与居委会的深入沟通，与村官们的交流学习和与村民们的广泛交谈，自己对基层党组织工作和基层人民生活也有了更加感性深入的认识和了解。

但与此同时，我也更加清楚地认识到了自己身上目前依然存在的一些问题和不足，比如思考问题还不够全面，在管理这个队伍和组织活动时还不够严格等。在今后的学习、工作和生活中，我将继续严格要求自己，充分发扬我党艰苦奋斗的工作作风，取长补短，为争当一名全面建设小康社会和构建社会主义和谐社会的时代先锋不懈努力。

“种豆南山下，草盛豆苗稀。晨兴理荒秽，带月荷锄归。

道狭草木长，夕露沾我衣。衣沾不足惜，但使愿无违。”

古有陶渊明辞官归隐，今有我离城下乡实践体验。呵呵，其实说是下乡体验，其实不足以，因为我本生长在从村，看惯了朝阳从东山升起西山落下；看惯了蓝蓝的天空，绿油油的青山与稻田；看惯了大人们早出晚归的芒种；听惯了小桥流水，听惯了鸡鸣狗叫，听惯了孩子们嬉闹，听惯了大人们饭前呼喊娃回家吃饭的声音。然而我为什么会有这种感受呢，这是因为我离家太久的缘故吧，再加上读书这么多年每年很少回家，每天生活在城市里。所有的这些加上自己所在的职业，让我有了这种强烈的感慨！的确，城南乡新荷村的景色和我家里的基本上是一样的，都是在南方山还是那样的山，水还是那样的水，稻田还是那样的稻田，还有那弯弯曲曲的盘山公路，还有那和蔼可亲的乡民和嬉闹活泼的娃娃，一切的一切都是那样的真实，仿佛此时此刻我就生在这里……。

儒家有曰：“有朋自远方来，不亦乐乎”当我们来到乡镇府已是午饭时刻，他们早已备好宴席，一下车便引导我们来到了半满桌面的饭菜的房间。我是反正饿极了，不管什么礼仪风俗了饿，坐下稍等片刻就先开吃了。味道还不错，南方的口味，谈谈甜甜的，蔬菜的多，乡下的蔬菜就是好吃，而且还尝到了在家里没有尝过的吃法。吃了饭后就睡睡聊聊了一下午，晚饭吃完后不久便动身前往新荷村了，一路走去浅浅的山沟小壑，小块的水稻田里长满了绿油油的水稻，不过这边的水稻好像比家里的播种的晚些，还没开花出稻穗，我想此时家乡的稻谷早已出穗了吧！毕竟是纬度高些的缘故吧。不一会儿便来到村名活动中心了，天还没黑赶紧便搭台了，不多花了些许时间台就搭好了。这几天连续的高温，而且今天是最热的一天，可苦了我们了，看看同学们一个一个的汗水湿透了衣服，脸上的汗像似淋雨了一样，不停的往下流，这还没上台演出呢，就成这样了。我倒是还好了，不是特别热

的话不会出很多汗的。

儒家有曰：“季康子问：“使民敬、忠以劝，如之何？”子曰：“临之以庄则敬，孝慈则忠，举善而教不能则劝”城南乡镇府很重视这次的活动，因为这是老百姓们的幸福事，为老百姓们服务是共产党的宗旨嘛，乡长和许多乡干部都来了。这也体现出了咱们党和国家对民生的重视，天气虽然是很热，但是这丝毫没有阻碍我们为村民献歌献舞的激情，同样也丝毫没有影响到一天忙碌到晚归的村民们来看我们演出的热情。不一会儿便把场地围个水泄不通，随着节目一个个的上演观众一阵阵的热烈的掌声中可以看出他（她）们对于此时此刻的心情是多么的欢畅。

尤记得，高中的舞蹈教室里的墙上贴着这么一行字：“心有多大，舞台就有多大”的确，给我一个舞台让我随心所欲的去发挥，我相信我会表现的很好的。虽然这是一次简单而又艰苦的演出实践活动，但是给我的却是一个自我展示的舞台，也是一个团结合作的平台，正所谓团结就是力量！不怕苦不怕累，靠的是决心和毅力，万事开头难，只要下定决心去动手做了，大家的心捻成一股绳将会有意想不到的效果。这次的演出还算成功的，每每做一件事情我们享受的是其中的过程和结果，学艺术的就应该多实践这样的舞台上，日积月累慢慢的就会发现自己能力在不断的提升，这就是不断的学习不断地实践的反复的过程的结果。为此我希望这样的实践活动可以多搞些，平时自己也都要多参加活动，在学习和实践中提高自己。

社会实践个人实践心得体会篇十五

首先，本此实习最大的收获就是学会了适应环境。未去工地之前我从没想象过九礼拜的实习我能坚持下来。但是通过这次实习我适应了这种工地生活。虽说以后不肯定去工地工作，但有了这段时间的熬炼，不论以后做什么工作心中都有了一

种吃苦耐劳的毅力，也学会了适应环境。另外就是在工地上知道了一些与学校不同的问题，就是在工地上知道了作为一名技术人员应当怎样去和工人沟通等。

其次，通过这次实习使我对工程方面的有关学问在事实上有了更深一些的了解。应当说在学校学习再多的专业学问也只是理论上的，与实际还是有点差别的。这次实习对我的识图及作图实力都有肯定的帮助，识图时知道哪些地方该留意、须细心计算。在结构上哪些地方须考虑施工时的平安问题，在绘图时哪些地方该考虑实际施工中的问题。到即能施工又符合规范要求，达到设计、施工标准化。没有这次实习或许绘图只是用书本上的照搬照画，不会考虑太多的问题，更不行能想到自己的设计是否能施工。

工地虽苦，但能学的是一些现实东西，熬炼的是解决问题的实践实力。另外，通过帮助资料员填写部分资料，使我对填写施工资料也有了肯定的相识，知道什么时候该填什么资料，需什么人签字等，这些是我以前没有接触过的。

最终一点就是，通过这次实习我见到了只有在课本中才见过的打桩机械，了解了它的工作程序与原理。