# 最新寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800字(九篇)

来源：网络 作者：独酌月影 更新时间：2024-10-17

*当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实...*

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

**寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800字篇一**

顶着冬日的寒风,我们沿着乡间的羊肠小道,几乎走遍了朱汉社区的每个村庄,每每走到一户农家,我们都会和他们亲切的交谈,了解农村的现实情况,针对性的解决他们在种植苹果、大姜过程中所遇到的技术上的困难,真真的将专业知识用于实践。给他们带去国家现阶段给农民的优惠政策，给他们送去现代化的发展理念以及现代化的市场信息。让他们从传统的发展观念中转变过来，从传统的耕作为主，转变到依靠种植经济作物为主。

经过几天这样的走访，原本就“娇弱”的我们有些吃不消了，我们一个个疲惫不堪，脸和手都冻僵了，但我们大家却没有人叫苦、叫累。反而将农民的想法和见解纳入到我们每晚的`讨论中。我们都深切的体会和感觉到：处在改革开放的农民，他们都急切的盼望着能够通过自己的合法劳动走上致富之路，并且也在努力将自己的想法付出于实践之中，一直不懈的寻找着，一路的磕磕碰碰，让他们吃尽了苦头，可还是没找到适合自己的致富之路。没有正确的科学的引导，光是一味的盲目的埋头苦干，恼了心、费了神，却最终还是未找到出路。为此，我强烈的意识到：我是农民的儿子，我有责任也有义务尽我的所能，将课堂学到的专业知识用来帮助这些农民朋友们。

本以为满腹经纶的我们可以借此大显生手，可每每遇到实际问题时，我们却掏空头也搜索不到答案。时常陷入尴尬之中，也总是在这时，我才真真的意识到自己所到的知识是那么的有限，可以说可能仅仅是我专业的一点皮毛吧!不过，还好了，我还有机会向老师请教，也还有时间了弥补。可以马上打电话问相关老师或回来翻书查资料，也可以上网找，幸运的是每次都还能找到答案。同时也就在这样的过程中也学到了很多书本上可能永远也学不到的东西，然而这些东西却使我终身受用。

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。我们组每个人都是强悍而又谦让的人，一起的十天，我想难免会有些摩擦、偶尔也应该有些争执的，可我们大家好像很有默契是的，即使有不同的意见或见解，都会相互的体谅和比较，最终得到一致的答案。我们很少闹口角，但是并不表示我们是不爱争执的团队，是个死气沉沉的团队，每当开起玩笑时，我们便开始了一场唇枪舌战，此时谁都不会轻易认输的。也仅在此时我们才觉得轻松。

短暂的十天的寒假社会实践就这样的结束了，然而活动的每个场面却深深的印在我的老海里，虽然是又苦有累的十天，但我觉得这是一次不错的经历，我还结识了新的朋友，开阔了眼界，从中学到了不少东西也增长了不少才干。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，是向工农群众学习，培养锻炼才干的好渠道。在今后的学习和生活中，我们将摆正心态，正确定位，发奋学习，努力提高自身的综合素质，适应时代的需要，做一个对社会，对人民有用的人。

**寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800字篇二**

通过这次的寒假社会实践，让身为高中生的我学会了很多东西，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，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，只是，我觉得个别惭愧，都怪自己不够争气，不珍惜这好的时间和机会去好好读书，整天都无所事事，在家里一点事也不会做。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。

在寒假社会实践的过程中，个人简历我认真、负责地做好每一件自己该做的事，对自己产生，都得到了一个满意的答案。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！

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；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、书本知识与实际结合不够紧密等问题。我们回到学校后会更加要珍惜在校学习的时光，努力掌握更多的知识，并不断深入到实践中，检验自己的知识，锻炼自己的能力，为今后更好地服务于社会打下坚实的基础。寒假的社会实践活动已经结束了，心得体会但社会实践给我们带来的巨大影响却远没有结束。它使我们走出校园，走出课堂，

走向社会，走上了与实践相结合的道路，到社会的大课堂上去见识世面、施展才华、增长才干、磨练意志，在实践中检验自己。半个月的社会实践虽然比较辛苦。是庆幸？还是依恋？回想起来，才发觉，原来乏味中充满着希望，苦涩中流露出甘甜。

**寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800字篇三**

每一次实践，都会使自己的能力有所提高；每一次锻炼，都会让我们的心智更加成熟；每一次志愿服务，都会让假期充满意义和回味；每一次奉献，都会使人生更有价值……

本着回报社会，奉献社会的原则，我们部开始了我们有意义的寒假生活。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。人际交流与沟通，是每一个护理专业学生的必修课，可将其真正灵活的应用到实践中真的很不容易，也让我们领悟到了，讲话这真是一门艺术啊~毋庸置疑，我们的实践活动在各所在地市医院展开。

通过社会实践，我们从中能学到很多，从我们接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力得到了提高，而这些在学校里是学不到的。在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前没有工作的机会，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的\'。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。每一个大学生好高骛远的缺点在此也得到了很好的教育。在实践中，我们不仅能将课堂知识有意义的运用，还能亲近社会，提前了解医护，护患之间的一系列日常问题。

通过实践，我们深知护理工作人员的不易。天使之责，圣洁真心，乐道济世，救死扶伤是她们在普通不过的日常写照。她们奉献着自己的青春，奋斗在第一工作岗位，她们传承着南丁格尔精神，救治着每一个患者，她们不言辛苦，给我们上了生动的一课！她们的种种举动，再一次的让我们体会到了护士的高尚与伟大，默默奉献是护士永恒的骄傲，同样也是我们永恒的骄傲。勤学，修德，明辨，笃实，今后我们要铭记在心~

寒假期间，那些坚守岗位的工作者，是我们学习的的榜样。爱岗敬业，我们每一个人都应该践行的价值观念，在实践中让我们受到了熏陶和感染。也纵观了社会各界的百态。在学校封闭的环境中，我们无法接触形形色色的人，可如今我们有机会了。在他们的身上，都有着这样或那样的闪光点……社会真的是一本百科全书，让我们了解实时新闻，增长经验，奉献自己，服务大众。在实践中不断成长，在成长中不断领悟。唯有这样，我们才能算是真正的大学生，真正的四有青年！

赠人玫瑰，手有余香。远处的余香飘近，我们的青春在燃烧~用热血挥洒舞出了活力青春，用汗水淋漓谱写了奉献赞歌。人生的意义不在于索取，而在于奉献。通过社会实践，我们找到了新的舞台，我们得到了新的收获，我们学到了新的知识。作为共青团员，我们要有先锋模范之带头作用，在广大青年学生中作出表率与榜样，并在社会实践中锻炼自己，为祖国美好的明天奋斗！

**寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800字篇四**

每一次实践，都会使自己的能力有所提高；每一次锻炼，都会让我们的心智更加成熟；每一次志愿服务，都会让假期充满意义和回味；每一次奉献，都会使人生更有价值……

本着回报社会，奉献社会的原则，我们部开始了我们有意义的寒假生活。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。人际交流与沟通，是每一个护理专业学生的必修课，可将其真正灵活的应用到实践中真的很不容易，也让我们领悟到了，讲话这真是一门艺术啊~毋庸置疑，我们的实践活动在各所在地市医院展开。

通过社会实践，我们从中能学到很多，从我们接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力得到了提高，而这些在学校里是学不到的。在社会上要善于与别人沟通。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前没有工作的机会，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的\'。人在社会中都会融入社会这个团体中，人与人之间合力去做事，使其做事的过程中更加融洽，事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。每一个大学生好高骛远的缺点在此也得到了很好的教育。在实践中，我们不仅能将课堂知识有意义的运用，还能亲近社会，提前了解医护，护患之间的一系列日常问题。

通过实践，我们深知护理工作人员的不易。天使之责，圣洁真心，乐道济世，救死扶伤是她们在普通不过的日常写照。她们奉献着自己的青春，奋斗在第一工作岗位，她们传承着南丁格尔精神，救治着每一个患者，她们不言辛苦，给我们上了生动的一课！她们的种种举动，再一次的让我们体会到了护士的高尚与伟大，默默奉献是护士永恒的骄傲，同样也是我们永恒的骄傲。勤学，修德，明辨，笃实，今后我们要铭记在心~

寒假期间，那些坚守岗位的工作者，是我们学习的的榜样。爱岗敬业，我们每一个人都应该践行的价值观念，在实践中让我们受到了熏陶和感染。也纵观了社会各界的百态。在学校封闭的环境中，我们无法接触形形色色的人，可如今我们有机会了。在他们的身上，都有着这样或那样的闪光点……社会真的是一本百科全书，让我们了解实时新闻，增长经验，奉献自己，服务大众。在实践中不断成长，在成长中不断领悟。唯有这样，我们才能算是真正的大学生，真正的四有青年！

赠人玫瑰，手有余香。远处的余香飘近，我们的青春在燃烧~用热血挥洒舞出了活力青春，用汗水淋漓谱写了奉献赞歌。人生的意义不在于索取，而在于奉献。通过社会实践，我们找到了新的舞台，我们得到了新的收获，我们学到了新的知识。作为共青团员，我们要有先锋模范之带头作用，在广大青年学生中作出表率与榜样，并在社会实践中锻炼自己，为祖国美好的明天奋斗！

**寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800字篇五**

自古以来就有“百善孝为先，孝为德之本”的说法，尊老爱幼又是我们中华民族的传统美德。因此我决定走进养老院，作为志愿者去陪伴他们,帮助他们，从1月9日开始，在土默特左旗伊甸园养老院进行为期五天的志愿者服务活动。

随着现代社会的发展，老龄化的加剧，老人越来越多，而子女陪老人们的时间却越来越少，于是有更多的老人选择来到养老院。但是老人们最需要的还是亲人的关爱。我们的活动虽然不能从根本上给老人们心理上的安慰，但从另一个层面也起到了给老人解闷，并带来欢乐的作用。

同时在与老人交流的过程中，我们的耐心和爱心也都得到了提高，这次走进养老院的活动，对我们以后的人生道路有着很大的影响，让我们知道了那些老人没有儿女的陪伴是多么孤独，他们多么希望有人和他们聊天，在养老院里虽然有很多老姐妹，老兄弟，但互相帮扶的平辈之交，终究不是来自晚辈的关心。

于是我们到来，来帮助他们做家务，和他们聊天。我们在帮忙打扫卫生时，也会和他们聊聊天，在和他们聊天的过程中我发现，老人们平日里很孤独，儿女大多不在身边，有的甚至没有儿女，他们要的也许不是金钱就能给予的。在生活温饱要求之上，老人要的更是有人能陪他们聊聊天，交流一下心声。可爱的爷爷奶奶们为了排解孤独，在各自的屋里养上了花和一些盆景。

这使我不禁想起了我的爷爷奶奶——他们都已经不在了。所以看到老年人，我特别的想念已经去了天堂的他们，不自觉得就想和这些老年人亲近亲近，就像对自己的爷爷、奶奶、姥姥和姥爷一样，想要关心他们，照顾他们，而他们也会把我们当成孙女、孙子一样，拉起我们的手，把他们那慈祥的目光落在我们身上，仿佛透过我们看到了远在他乡的亲人。因为各种各样的原因，他们选择了养老院，也算是另一种形式上的“老有所依”吧。

在这次活动中，我们自己去体会老人的孤独，走入他们的环境，帮助他们做家务，去照顾他们，真正的`感悟到了“孝”这个字的意思。而且在这个活动中，我们语言交流能力得到了明显的提高，能够很好的和老人沟通，去完成一些家务。

在这次活动结束后，这段时间里的所见所闻，使我的心里感慨万千，我说服自己一定要做一个孝敬父母的孩子，要懂得体恤父母的辛劳，什么事都没有孝敬父母重要。

虽然在这次活动，有点累，有点苦，但是我的收获也不小，至少我从这次活动中了解到了老人们在养老院里是怎么样生活的，也让我知道了老人是多么需要自己儿女的关心，哪怕只是一个电话，就能安慰一下老人……

老人，是需要我们关心的一个弱势群体，作为青年一代的我们应该不懈努力的为他们创造一个良好的社会大环境，以报答他们曾经为社会做出的贡献。同时，这也将我们中国的传统美德更好的传承下去。老人人并非每个都有健康的身体，他们是弱势的，他们更需要社会的关注。或许在阴雨天，由于多年的顽疾，他们正忍受着各种疼痛的折磨;或许在冬天，由于环境的限制，他们正忍受着寒冷的侵蚀……与他们相比，我们倾听雨的欢唱，在和煦的阳光下嬉戏。我们是更为快乐的，无忧无虑的!

作为一名当代大学生，我们更应该明白：尊老敬老是中华民族的传统美德，然而社会经济突飞发展,竞争愈演愈烈的今天，却有越来越多的老人被遗忘，是敬老院让这些需要帮助的人重新找到了容身之所,体会到了家的温馨,爱的呵护。我们每个人都要走过少年，青年，壮年，老年的人生之路，这是任何人都不能抗拒的自然规律。尊重老人，敬爱老人，说到底就是尊敬将来的自己，敬爱将来的自己。懂得了孝顺父母我们，更应该打开心胸去接纳更多的老人，给他们欢乐，给他们祝福，陪伴他们去更好的生活!

这次社会实践让我懂了很多。这个社会上有很多需要我们关爱的人群，我们应该献出一点爱，尽我们所能去帮助他们，关心他们，这样的社会一定会和谐。伸出你的手，让我们手拉手，肩并肩，献出一份爱，给需要的人带去一份关怀吧!使得“老有所养，老有所乐”!

**寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800字篇六**

进入大学还加也是我必须要利用的时间，在寒假期间我进入了一家饭店工作，简单的工作却是充满了乐趣，因为这是我的实践，也是我的成长，让这次的寒假充满了意义，有了不一样的感觉更加充实。

能够进入饭店工作可不是直接就进取的而是通过在网络上寻找然后面试才通过的，我也没想到就像做一个短工也需要面试，但是对我来说这样的面试并没有坏处，听说我们毕业之后去参加面试找工作，现在的面试对我来说就是一次预演，就是一次练习，虽然这次的面试简单但是我也体验过了面试。

进入到了饭店，我开始了工作，因为我一直都在上学，可以说什么眼力劲，动手能力都不怎么样，因为我并不会这些，只会默默的读书，正应为自己记的动手机会少所以我选择了参加社会实践，锻炼自己，因为自己的工作能力不行，每次上菜都需要有人提醒，都需要别人催促，导致我在工作的时候经常被训斥，以前的`我从没有受到过这样的委屈，一种叫做难受的东西在心中酝酿，让我久久不能放下，一些阿姨和我一起工作的同事看到了我的情况，就及时点醒我告诉我，工作就要主动，不能什么都被动的接收这样的工作是不被领导说喜欢的，所以想要能够做好工作就要做到手勤眼尖，边做事请边思考，这样才能够做好。

因为有了他们的提点让我工作起来有了很大的进展也有了不同的结果，我的动手能力明显强了很多也得到了很多经验对我来说都非常宝贵，虽然不是与专业相关的工作但是却也都帮助很大，我发现很多行业都有一些相同之处，想要好工作只要我们把自己的工作完成，实现自己的任务目的之外还要学会释放自己的理论知识，虽然有一定的区别但是却能够锻炼，我学过消费这心理学这类营销学知识，在工作中我考虑，消费中的消费心理，经常会主动的给客户帮助让很多客户都慢慢喜欢我的服务，对我的满意度大大提升，我也从中收获了很多，比如与人交流的能力得到极大的提高，自己的办事效率也都变得更加高效快速，不在向以前一样磨磨蹭蹭，做起事来要分多个简短，能够一气呵成，知道了工作不能有拖延。

其实这次实践的最大的收获，就是我走出了大学人生的第一步，能够跨出校门去学习去成长，不需要父母的庇护，不需要爸妈的教导，能够自己养活自己，能够独立生活这是我的优势，对我来说是一个非常好的开始。短暂的寒假充实快乐，在今后的假期中我还会积极参与。

**寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800字篇七**

今年刚进到学校，我就加入到了我们学校的青少年志愿者协会。因为在高中的时候，我就一直很想要参加一场志愿者活动，我想要为社会为人们做一点我力所能及的事情。但是因为学业紧张，所以我一直没有时间来参加这样子的活动，就一直把这个愿望带到了我的大学。

到了大学，我加入了志愿者协会，仅在半年的时间里，我就参加了六场志愿活动。在这些活动里让我印象最深刻的一场活动就是，今年寒假我和我们协会的会员一起去参加的一场敬老院的志愿活动。

这场活动是我们协会的会长发起的，因为有很多会员跟他反映，我们现在大学生的假期不是整天呆在家里睡觉，就是躺在床上玩游戏。其实我也深有感触，到了大学放寒假不再有作业，不再有压力，但是也很无聊。所以我觉得还不如多利用这些时间去干一些有意义有价值的事情。就比如说这次的敬老院活动。

这次的敬老院活动，我们协会总共有十五人。我们这十五人分为三小组，每小组都有不同的任务。第一小组是给xx敬老院做清洁活动。第二组是给敬老院的爷爷奶奶们及工作人员们表演节目。第三小组就是负责陪爷爷奶奶们聊天。我是第一小组的\'成员，尽管这个清洁任务很重，也很累，但是却乐在其中。尽管在这么冷的天气里，我们还要拿着湿抹布擦着满是灰尘的窗户，提着一桶桶水去拖又脏又臭的厕所，但是我们没有一个人抱怨，也没有一个人偷懒。因为我们知道我们的辛苦，我们的努力换来的是爷爷奶奶们干净舒适的生活环境，所以一想到这里，我们觉得一切都是值得的。

通过这次寒假的敬老院实践活动，让我更加的懂得的了，这个社会上的孤独老人需要我们去关爱去帮助。也让我开始懂得了孝顺的重要性，让我想到了我自己的父母和爷爷奶奶，想到他们的年纪也越来越大……

俗话说得好：“百字孝为先。”现在的子女最缺的就是孝顺。我们要懂得孝顺父母，他们才会感到幸福。虽然在这次实践活动中很苦很累，但是也让我们收获到了许多快乐。让我懂得了这些老人是多么的需要陪伴，更让我懂得父母原来也需要我们的陪伴的。

**寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800字篇八**

‘一个人怎样才能认识自己呢？决不是通过思考，而是通过实践’歌德说过。众所周知，大学犹如一个《准社会》，而个人所遭所遇的林林总总，只不过是社会的一个缩影。故通过社会实践，踏向社会显得尤其重要。通过社会实践，我们可以轻而易举地发现自身的不足，从不足之处提高自我综合素质；更好地接触社会、认识社会、服务社会，寻找自身人生价值之所在。

大学，是大学生走向社会的一个平台，而大学生活则是社会生活的一部分。试想一下，当我们走出象牙塔的校园，置身于一个叫社会的地方，一个不同于校园的复杂世界，你将会惊奇地发现：外面的世界很精彩，但同样很无奈。有时候，校园内外形成的反差，令我觉得茫然，不知所措，甚至倍感不适应。但是这个社会不因为我而改变，而我必须为这个社会改变我自己。通过这次统一饮料的促销活动，不仅使我增加了社会经验，而且是我意识到：怎样使自己发展成为社会所需之才。

实践决定认识，认识源于实践。在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎面面俱到。可是，纸上觉来终觉浅，所学理论必须与实践相结合，达到融会贯通。在促销活动，有幸结识了一名来自xx大学市场营销专业的大四学生，据他所说：凡遇见的事，几乎书本上的知识一点也没有用处。这使我尤其感慨：学校与社会的脱轨，理论与实践的脱节，使得我们有关理论的学习，毫无用武之地，学而不用，使所学理论为零；唯有使自身达到理论与实践的完美结合，才能学有所得，学有所用。承认自己不懂的地方，并从自己不懂的地方学习；更新自己的只是、观念，你将发现：你将大有不同，改变自己，然后改变世界。于是，我们在实践中学习，在学习中成长。

通过这次在xx的促销活动，使我受益匪浅，感慨颇多，如下：

不经社会实践，怎知挣钱的.辛苦呢？早上x点工作，下午x点下班，中午半小时休息时间，劳作时间之长，其中辛苦自不待言，而为之换取地却是少的可怜的薪水。一分一钱都来自不易，需要你付出努力，时间，心血，汗水。心酸中，悲凉中，恍惚中，听见了，那来自多少父母内心的呐喊：谁知挣钱难？滴滴血汗钱

当我们离开那个叫家的避风港，踏向一个叫社会的江湖，自力更生显得十分重要。出门在外，远离家乡，酸甜苦辣，人情冷暖，自己自知。在实践期间，渐渐的明白了：在家千日好，出门半招难。身在社会，你不能什么都依靠他人，你必须学会：自力更生，自立自强。

二战以前，人们公认为：当今社会，生存与竞争的三xxxx宝：口才，金钱，xxxxxx；二战以后，当今社会，生存与竞争的三xxxx宝：口才，金钱，电脑。由此可见，电脑取代了xxxxxx，而口才始终放在第一位，足见口才的重要性。说话要将就技巧，不能什么话都说，毕竟：言者无心，听者有意。不错的口才，可以为你带来良好的人际关系，受到他人欢迎，迅速走向成功。‘发生在成功人生上的奇迹，至少一半是由口才创造的’美国某行为科学家曾经这样说过。

社会人际关系复杂，不想你想象的那么简单。然而，你身在社会，又不能脱离社会，独立存在，故你必须学会：为人处世的技巧，待人接物的策略。唯有如此，才能左右逢源；否则，处处碰壁。曾经，有过这样一句话，流传美国大街小巷：一个人的成功，xx%来自专业知识，xx%来自人际关系。

智慧之书的第一章，也是最后一章，天下没有免费的午餐。而专业乃安身立命之本，唯有精通专业，方能为自己赢取更多的午餐。在李开复《致中国大学生的一封信中》曾经提到，有关学习的四个层次：熟记硬背，举一反三，无师自通，融会贯通。专业至上，你必须学会自主探究学习的能力，提高自我：提出问题、分析问题、解决问题的能力。据世界留有组织有关报道：21世纪，中国将成为世界旅游的中心；另外，中国旅游发展日新月异，而旅游专业犹如朝阳，欣欣向荣。

人生只有经历才会懂得，只有懂得才会感悟。通过此次大学生社会实践，让我了解到：挣钱的辛苦，自力更生的必要性，口才、专业的重要性，人际关系的复杂，为我走向社会搭起一座桥梁，使我对自身乃至社会有更深的了解。在竞争趋于‘白热化’的今天，你必有居安思危，有危机意识，提高自我竞争力，才能处于不败之地。

**寒假社会实践心得体会200字 寒假社会实践心得体会800字篇九**

自古以来就有“百善孝为先，孝为德之本”的说法，尊老爱幼又是我们中华民族的传统美德。因此我决定走进养老院，作为志愿者去陪伴他们,帮助他们，从1月9日开始，在土默特左旗伊甸园养老院进行为期五天的志愿者服务活动。

随着现代社会的发展，老龄化的加剧，老人越来越多，而子女陪老人们的时间却越来越少，于是有更多的老人选择来到养老院。但是老人们最需要的还是亲人的关爱。我们的活动虽然不能从根本上给老人们心理上的安慰，但从另一个层面也起到了给老人解闷，并带来欢乐的作用。

同时在与老人交流的过程中，我们的耐心和爱心也都得到了提高，这次走进养老院的活动，对我们以后的人生道路有着很大的影响，让我们知道了那些老人没有儿女的陪伴是多么孤独，他们多么希望有人和他们聊天，在养老院里虽然有很多老姐妹，老兄弟，但互相帮扶的平辈之交，终究不是来自晚辈的关心。

于是我们到来，来帮助他们做家务，和他们聊天。我们在帮忙打扫卫生时，也会和他们聊聊天，在和他们聊天的过程中我发现，老人们平日里很孤独，儿女大多不在身边，有的甚至没有儿女，他们要的也许不是金钱就能给予的。在生活温饱要求之上，老人要的更是有人能陪他们聊聊天，交流一下心声。可爱的爷爷奶奶们为了排解孤独，在各自的屋里养上了花和一些盆景。

这使我不禁想起了我的爷爷奶奶——他们都已经不在了。所以看到老年人，我特别的想念已经去了天堂的他们，不自觉得就想和这些老年人亲近亲近，就像对自己的爷爷、奶奶、姥姥和姥爷一样，想要关心他们，照顾他们，而他们也会把我们当成孙女、孙子一样，拉起我们的手，把他们那慈祥的目光落在我们身上，仿佛透过我们看到了远在他乡的亲人。因为各种各样的原因，他们选择了养老院，也算是另一种形式上的“老有所依”吧。

在这次活动中，我们自己去体会老人的孤独，走入他们的环境，帮助他们做家务，去照顾他们，真正的`感悟到了“孝”这个字的意思。而且在这个活动中，我们语言交流能力得到了明显的提高，能够很好的和老人沟通，去完成一些家务。

在这次活动结束后，这段时间里的所见所闻，使我的心里感慨万千，我说服自己一定要做一个孝敬父母的孩子，要懂得体恤父母的辛劳，什么事都没有孝敬父母重要。

虽然在这次活动，有点累，有点苦，但是我的收获也不小，至少我从这次活动中了解到了老人们在养老院里是怎么样生活的，也让我知道了老人是多么需要自己儿女的关心，哪怕只是一个电话，就能安慰一下老人……

老人，是需要我们关心的一个弱势群体，作为青年一代的我们应该不懈努力的为他们创造一个良好的社会大环境，以报答他们曾经为社会做出的贡献。同时，这也将我们中国的传统美德更好的传承下去。老人人并非每个都有健康的身体，他们是弱势的，他们更需要社会的关注。或许在阴雨天，由于多年的顽疾，他们正忍受着各种疼痛的折磨;或许在冬天，由于环境的限制，他们正忍受着寒冷的侵蚀……与他们相比，我们倾听雨的欢唱，在和煦的阳光下嬉戏。我们是更为快乐的，无忧无虑的!

作为一名当代大学生，我们更应该明白：尊老敬老是中华民族的传统美德，然而社会经济突飞发展,竞争愈演愈烈的今天，却有越来越多的老人被遗忘，是敬老院让这些需要帮助的人重新找到了容身之所,体会到了家的温馨,爱的呵护。我们每个人都要走过少年，青年，壮年，老年的人生之路，这是任何人都不能抗拒的自然规律。尊重老人，敬爱老人，说到底就是尊敬将来的自己，敬爱将来的自己。懂得了孝顺父母我们，更应该打开心胸去接纳更多的老人，给他们欢乐，给他们祝福，陪伴他们去更好的生活!

这次社会实践让我懂了很多。这个社会上有很多需要我们关爱的人群，我们应该献出一点爱，尽我们所能去帮助他们，关心他们，这样的社会一定会和谐。伸出你的手，让我们手拉手，肩并肩，献出一份爱，给需要的人带去一份关怀吧!使得“老有所养，老有所乐”!

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