# 推荐暑假社会实践心得体会大学生(推荐)(8篇)

来源：网络 作者：海棠云影 更新时间：2024-06-11

*推荐暑假社会实践心得体会大学生(推荐)一究竟身在学校，接触社会的机会很少，所以要让自己面对更多的各种各样的人，增加自己的经历，由于在以后的学习工作中，需要有更多的体验，更多的经历。所以我向家人公布趁着暑假有这样一个机会，好好的大干一场。放假...*

**推荐暑假社会实践心得体会大学生(推荐)一**

究竟身在学校，接触社会的机会很少，所以要让自己面对更多的各种各样的人，增加自己的经历，由于在以后的学习工作中，需要有更多的体验，更多的经历。所以我向家人公布趁着暑假有这样一个机会，好好的大干一场。

放假以后的一个星期我都在市中心找工作，可是要不是工资低的养不活自己，就是怕自己累到。到最后三天过往了，我还是一无所获，我终究知道原来自己一直是眼高，觉得只有那种体面的工作才合适自己，眼看我就要放弃了，可是又想到我和家人说过我一定会找到工作，仍而他们却笑我不出一个星期就会放弃。我就不放弃，我就要做给他们看，让他们知道，我能行!

我要看看我能否在卑劣的环境中有能力依托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，锻炼自己的才华，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。

这次我不再把眼光放的那末高，我想到自己是学市场营销的，所以我就专门往找那种大型超市，看下是不是需要导购，终究在一个商场里面找到了一份导购工作。第一天工作就是小组主管交我商场里面的规定。

1.严格遵守商场的规矩。俗语说：国有国法，家有家规。自然，作为一个单位也有相应的规定了。 2.做事勤劳，不能偷懒，不但要做好本职工作，还要帮助其他人.

3. 虚心向他人学习，努力完善自己.

4. 对待客人要面带笑脸，耐心服务.

5. 要与同事和睦相处，争取在大家心中保存一个完善的形象!

就这样我开始了工作，或许是由于自己制定了完善的计划，所以工作还是很顺利的，固然有些客人很较真，很难缠，只要耐心解答就会解决题目;同事还是很友好的，或许是由于我的工作时间短，对他们没有竞争吧!

万事开头难，甚么事都要有尝试，都要有开始，都要有经过，都要有失败。在经历了这次的工作以后，明白了很多事情看起来简单，但实际上与我们的想象是有很大的差距的。一个小小的商场的经营也不容忽视，不但要有仔细，还要有策略，谋划。总之，任何事情都要斟酌周全。

人的一生中，校园其实不是永久的学校，真实的学校只有一个，那就是社会。一个月的实践一晃而过，却让我从中悟到了很多东西，而这些东西也将让我毕生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的情感，拉近了我与社会的间隔，也让自己在社会实践中开辟了视野，增长了才华，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体现，为将来打下坚实基础。我会不断实践，在实践中锻炼，在实践中得真知。在今后的学习生活中会更加努力，端正思想，明确方向，在不断完善中求发展。也知道了：不要抱怨这个社会是如何如何的黑暗，哪里哪里的人是不对的。由于这个社会不会由于你的抱怨而改变的。不是让社会来适应自己，只有自己往适应这个社会才行!

社会实践活动的展开培养了我们的独立处世的能力。让我们在社会实践进程中，通过独立生活、独立思考、独立自主的往面对题目，分析题目、解决题目，对社会的熟悉更加清楚。不管在实践进程中碰到挫折还是成功，对我们都是一种收获，明确了上风同时也发现了不足的地方，让我们面对社会更加自信。

**推荐暑假社会实践心得体会大学生(推荐)二**

身为一名当代青年大学生，你我常感到无比自豪与骄傲。当我们走出校园，投身实践，我们的一举一动将不仅代表我们个人，而且将代表整个中山火炬职业技术学院的形象，体现新时代大学生的风貌。这自然是不用多说的了，下面还是给大家出几条展现良好形象的主意吧！

1在乘车的过程中，遵守公共秩序，听从领队的指挥。

2到站后，倘若实践地派人来接，要表示真诚的感谢；倘若无人来接，切勿怨天尤人，要表示理解。尽量自己想办法解决，或给接收单位打电话，寻求妥善的解决办法。（要做好吃苦的准备哦！自己动手，丰衣足食）

3适当休整后，尽早地开展实践，注意最基本的礼貌，如敲门、使用礼貌用语、禁止随地吐痰。（不会休息的人一定不会工作）

4服从实践地的安排，如觉得有不合理之处，尽量寻求协商解决，和实践地保持亲密联系，加强交流，共同商讨相关事项，不可我行我素。在与当地发生矛盾时，应保持冷静，不可闹情绪，影响大局。

5尊重他人，尊重当地习俗，切勿到处炫耀，标榜自己的身份，不要以学历待人。

6衣着得体，忌浓妆艳抹，出席正式场合时，衣着不可过于随便。（人靠衣服马靠鞍，一看长相二看穿，可要注意自己和学校的形象哦）

7践过程中要注意节俭，便宜从事。

8树立环保意识，不可随便乱扔垃圾和废品。

9不可接受地方赠品，更不可索要当地特产。 10。临走时，应主动将住处打扫干净。提前向实践地打招呼，并正式表示感谢。

中山火炬职业技术学院暑期三下乡实践生活小帮手

俗话说，在家千日好，出门一日难。当你背起行囊，走出校门，踏上暑期社会实践的旅途，我们向你发出爱心提示：打点好你的衣食住行。

衣：虽然在暑假，但为防天气骤变，应当根据当地的气候准备一两件较厚的衣服，最好有一套防雨的外套。准备一双舒适的运动鞋，一顶遮阳帽，它们可是要陪伴你征战大江南北呢！留意天气动向，及时增减衣服。另外，条件允许时要勤换衣服，干净卫生会让人自信倍增、潇洒迷人！

食：出门在外，由于周围环境的改变，乘坐交通工具的颠簸以及身体的劳累，很容易出现消化功能紊乱。若不讲究饮食卫生，可能导致“病从口入”，以及发生各种胃肠道疾病或食物中毒。所以一定要注意卫生，预防食物中毒。饭菜宜清淡。在外吃饭最好有蒜，生姜，食醋等作为佐餐。他们不仅有健胃消食的作用，而且对肠炎，痢疾，感冒等有预防作用。瓜果蔬菜一定要新鲜，而且最好是去皮的。凡是觉得有口苦咽痛，心烦，便秘等的患者，应吃些良性的瓜果蔬菜，如西瓜，苦瓜，黄瓜，梨，柑，紫菜，冬瓜，芹菜等。同时，一定要多喝水。夏日酷日炎炎，走路时容易出大汗。如果有比长的行程最好带上饮用水，社会实践报告《暑期三下乡社会实践总结（一等奖作品）》。如果有条件，喝适量淡盐水，十分有必要。1克兑500毫升水，可补充机体的需要，平衡汗液带走的无机盐，同时也可防电解质紊乱。旅途中多喝水，口渴时不要一次猛饮，应分多次喝。天气即使炎热也不要喝5摄氏度以下的水，10摄氏度左右的凉开水最好，可达到降温解渴的目的。但是，有一点最应引起重视——饮水卫生。不要喝生水，尤其是被污染的河水、井水等。

住：安全第一。在选择住宿地点时，一定要谨慎。以安全，卫生，且少花银两为宜。推荐企事业单位的招待所，高校留宿处等。注意保证睡眠充足，按时作息，以养精蓄锐。财物要保管好，贵重物品随身带，不然就要由梁上君子来保管了。房里最好要有人看守，不要把行李放在宾馆房间提供的柜子里，以免出行匆忙忘记携带。

行：临行前要检查生活必需品是否齐备，防晒驱虫用品、雨具、常用药品等，精简为宜。

行程颠簸，应当对晕车等症状有所准备。疲劳会增加晕车的机会，因此在出发前，必须保证充足的睡眠，不要与你的室友彻夜卧谈哦。在旅途中小睡片刻也有帮助。颠簸中切忌饮食过量，最好找通风的地方。新鲜空气可以防止作呕。在晃动中应尽量避免阅读。印刷字体会随之跳动不定，这可能使人感到眩晕。若是非读不可，应尽可能固定和书本的距离。

在实践中，应当发扬集体主义精神。以团体为单位行动，队员之间相互关心帮助，要有协作精神。

**推荐暑假社会实践心得体会大学生(推荐)三**

一个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多的东西，比如必须在工作中不断学习不断积累，同时搞好和同事之间的关系，而这些东西将让我终生受用。而对于大学生而已，敢于接受挑战是一种最基本的素质。虽然一个多月的实践活动让我觉得很累很辛苦，但我从中锻炼了自己，这些是我在大学课本上不能学来的。它让我明白什么是工作，让我懂得了要将理论与行动结合在一起，让我知道了自己是否拥有好的交流技能和理解沟通能力。而交流和理解将会是任何工作的基础，好的沟通将会事半功倍。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。这是我一个多月来的感受。社会实践使我找到了理论与实践的结合点。

“艰辛知人生，实践长才干”。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。

社会实践加深了我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，通过社会实践，让我们大学生提前了解社会，为将来真正走上社会提供宝贵的经验和阅历，也为将来从事任何工作打下良好的基础。

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。暑期社会实践活动一直是我们大学生投身社会、体验生活、服务大众的真实契机。

这次的社会实践让我有了上班族的味道，还有那种忙碌，那种盼望双休日的心情，这种感觉真的很不一样。真的希望以后还有这样的机会，让我从实践中得到锻炼。

大学生除了学习书本知识，还要进行社会实践。因为很多大学生都清醒的知道“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代所需的人才。大学生人在实践中培养独立思考，独立工作，独立就解决问题的能力。所以我觉得在校大学生要借机培养自己的实践和创业能力。同时在实践中帮助别人。

在这个暑假里，我参加了关于农村教育问题的社会实践，在短短一个多月中，我尽我所能，把我所知道的知识全都交给他们，孩子们也都非常认真的学习着。在和孩子们的交流中我了解到，他们大多梦想着成为大学生，成为科学家等，对外面位置的世界充满了好奇和憧憬。但当我问到以后回不回家乡的时候哦，大家都沉默了。也许是孩子们太小，不能理解这件事的含义，也许是另一种思想一直影响着他们“离开农村，去城市才不用过苦日子。

孩子们是渴望知识的，农村也是需要人才和技术的。但一些客观现实又使我们的教育观发生变化，造成人才流失，如今人们的思想不断进步，越来越多的人已经意思到了教育的重要性，但在教育观念上也产生了不同角度的分歧，有部分学生和家长教育观念有些偏激。所以支持农村教育不仅仅知识财力上的帮助，还应是教育人才和教育观念上的帮助。要让孩子们在学习知识的同时学习做人的道理，适应时代发展的观念和大局。

此次暑期实践使我感触颇多，不仅使个人得到了一定的社会锻炼，也帮助了部分小学生，自我感觉是一次成功的社会实践。

**推荐暑假社会实践心得体会大学生(推荐)四**

7月8号，明天早晨天灰蒙蒙的，下着淅沥的小雨。考虑到人人都是早上七八点钟会去上班，之后就没什么人流的原因，我们早晨5点多就起床，似乎还从没那么早起过，睡眼惺忪的去书信学院办公室前集开。明天的任务是去临海市中心——崇和门那边宣传关于“文明公交，低碳生活”的主题内容。由于今年是中国上海举行世博的特殊的一年，自然我们的宣传主题切开了世博的“城市，让生活更美好”从我做起从身边小事做起，传布“低碳生活、低碳经济”的观点意识，将这种有意义的思想推广到我们身边的每个人中去。

抱着这种设法主意和愿望，我们踏着轻快，愉悦的脚步，满怀希望与信心的走进社会，走到生活中去。我们先把宣传用具桌子、宣传横幅、宣传旗帜、签字笔、问卷调查表等搬到运动场地。车子到了目的地，我们就忙着着手最先准备起来，怕做过了人流高峰期。力气大点的男生，就帮着排好桌子，其他的也各有所忙，各有所劳，有的放宣传板，有的铺宣传横幅，有的人手忙脚乱的挂旗帜，排签字笔……不一会儿，场地就安置好了，我觉得看着还蛮能吸引人的~~刚最先的时候，人其实不是许多，因为真的还太早，有些早锻炼的老人练完后朝我们这边走来，不时露出好奇的神色，我们忙着迎上去向他们做宣传。他们和蔼可亲的听我们讲着，由于他们有些年纪大了，听力不太好有些听不懂普通话，我的队员们都慢慢地仔细的向他们介绍，并且很赞同的留下了他们的大名，用来暗示对我们此次组织的这个运动的认可和激劝。渐渐地人多起来了，上班族出现了，但是雨也跟着下来了，但是这些人都忙着去上班赶车而且天公也不作美，时不时的下点骤雨，这虽然会阻碍到行人驻留的设法主意和兴趣，但是我们却怀抱着乐观积极地态度，我们笑脸微笑，我们帮他们扶车撑伞，忙着递去笔和纸，他们好奇的问我们这是什么运动，我们耐心仔细的向他们讲解这是关于文明公交，在车上注意文明礼貌的行为，比方让座给老强妇孺，不要再车上乱丢果皮纸屑，和如何面对公交车上的盗窃抢劫事件等，虽然下着雨，虽然他们忙着赶时间去做自己的什么事，但是照旧很耐心的停下来听我们讲我们的运动宣传内容，还极其认真的填写了此次运动的问卷调查。

其实这种天气做问卷调查的一件蛮困难的任务，一是他们赶着上班乘车；二是下着雨，就算有想要填写的设法主意，撑着伞，披着雨披总是很不方便的。这既为难了他们，也难住了我们。但是我们中的每个人都没有想到放弃，都没有想到冒名顶替的去做这些问卷调查表。而是一次又一次的走向人群，问他们是否有时间留一下看看我们的运动，参与一下此次的问卷调查。虽然被一次次的拒绝，但是我们决然决然的再走向下个路人的重复的讲着我们的运动，我们的意图，我们不怕被拒绝，我们想要的是把此次运动的精髓传到达每个人的心中。

此次运动圆满的竣事了，结果很是硕然，问卷调查表全部填完了，宣传横幅上也满满的布满了他们的署名，有小到几岁的孩童，也有满头白发的老人，还有正值青春洋溢的青少年，以其成熟稳重的中年人。我觉得我们此次成功了，虽然这只是一个小小的运动，虽然普及的人群其实不没有数字上的庞大，但是我们把此次运动的主要目的到达了，我们把低碳生活和文明公交联系起来了，向人们广泛宣传了低碳的知识，或许我们并没有真的宣传到每个人的生活当中去，但是透过被宣传到的人的宣传，我相信“低碳生活”这个思想会越走越远，越传越广的，我们的力量虽然其实不起眼，但是我们的思想却可以走的很远很远。对于此次运动，我学到了许多讲堂上课本上所学不到的知识，也学习到了整体的力量是很庞大的：是队员们的的积极参与，是我们的热心细致耐心的讲解，是他们冒着雨坚持不懈的态度，是他们对此次运动满怀的信心照旧……才构成了此次运动的成功完整，固然还有人们热情的、积极地参与。这让我感受到了：一个人的力量是很小的，但是一个整体、一群人的力量是不可忽视的。

让他们意识到低碳生活是什么，该怎么做，为什么要这么做，做这些有什么用，我们要把这种思想传布出去，让人人都知道环境对于我们有多么的重要。有些叔叔阿姨照旧很热心的帮助我们填写了问卷调查表，虽然他们真的很急很忙碌，但照旧对我们的运动投以积极的参与和高度的支持，对他们我们真的极度感谢，

轰轰烈烈的社区活动终于在与社区领导的握手中结束了，我们学习了许多，感慨了亦不少……

回想第一天的担心，担心做不了事情，做得了事情又怕做错事情，现在想起来有点可笑，因为这些事情与担心都是可以由自己控制的。只需要自己细心细致地处理，错误自然可以避开。

第二天，学会了接待来到居委会交流的居民的一般礼仪与工作流程，一般老人优待卡与救济卡申请表的填写，还有其他文职工作。

第三天，学会了打印机与碎纸机的正确使用方法，了解了社区一般的活动以及如何安排进行，需要兼之考虑参加活动居民的体质以及风俗习惯。

第四天，姐姐耐心地教导我们整理文件与排放文件的不同方法，以及如何使用e-cel来记录数据。

……

最后一天，参加了海报宣传活动，学会各种海报粘贴的功能与顺序。

每天社区委员会的哥哥姐姐都会耐心细致地教导我们，当我们犯错误时，他们总是不厌其烦改正我们，从不会责骂我们，让我们每天都学习到知识，充实自己的头脑。每天的相处让我们之间建立起了深刻的友谊，学习与娱乐融合一体更让我们在分别时刻依依不舍。我们之间超越了领导与被领导的关系。

在这次的实践活动中，我们个人处理问题的能力得到了很大的提高，尤其是在需要弥补自己犯下的错误的时候所采取的措施已经比之前提高了很多。

在调查方面，我们通过居民，社区干部等人员了解了金融危机对其生活的影响，他们的解决方法以及一般日常生活的调整以及遇到的问题难题等，当然解决问题的方法有居民与领导的参与。

从这次实践活动中，我们收获了知识，解决方法的能力，友谊等等，让我们在以后的学习道路上提供了一个很好的开头与样板。

20--年7月20日，在经过前期一系列准备、实地调研、组织了6培训会，作为队长的我，同来自外国语学院、化学与化工学院、农学院、计算机科学与信息学院共13名同学一起出发，前往贵州省黔东南苗族侗族自治州麻江县开展为期七天的以“‘筑梦’兴黔、圆梦中国”为主题，以特困中小学、贫困优秀大学生为主体的实地调研活动。在“筑梦”突击队抵达麻江县之前，我已经和麻江县团县委进行了密切的交谈、并就活动中的相关细节与团县委吴书记进行了仔细的沟通，并获得麻江县团县委吴书记的认可和支持。正因为得到了麻江县团县委以及麻江县各级政府的支持，我们的调研活动才得以顺利的进行。现在就我所作工作做简单总结以及谈谈我在此次活动中的一些感受：

麻江“筑梦”--贫困学子入桃园

在此次社会实践活动过程中，作为队长的我。前期准备充分，同时就可能会出现的问题都做了几套预案，所以在实际的工作安排上，没有出现大的差错。整个活动无论是在组织、执行方面都得到了很好的提高。就此次活动，我谈一下几点：

1、前期准备工作：自6月15日我接到学院通知，组建我们学院20--年“习酒我的大学”“励志行”暑期社会实践“筑梦”青年突击队暑开始到720号，我们出发前往麻江。在这期间，我于6月16号组织了招新面试工作，为保证队伍的成员的质量，还联系了其他学院，从中选出了14名同学加入我们的队伍中来。随后组织了6次培训（1次团队合作培训，一次当地民风民俗的培训，两次走访注意事项及资料收集相关注意事项的培训，两次和商家洽谈经验交流会）。与此同时，我还积极与麻江团县委吴书记联系，得到了她的大力支持，通过她的帮助，我们得到了麻江县特困中小学生的花名册、麻江县20--年高考毕业优生名单、麻江县各乡镇团委书记的联系方式，这为我们后期调研活动的开展提供保障。

2、活动开展的过程中：经过前期一系列的准备过后，我们在7月20号，我们踏上了开往麻江的火车。我们在21日正式开始了我们的调研活动，虽然在活动的开展过程中，我们遇到了很多突发事件，由于我们前期准备充分，我们的活动还是在有条有序的进行；

①团队分工明确，队员们的自觉性高以及工作的思路合理。自从我队21日开展活动以来，我从来没有特别强调工作作风、工作的积极性问题，甚至不用要求和强调，每天、每个人都在各司其责，各行其是。从未出现紊乱而无法工作的状态。在活动的开展过程中，我们通常会舍弃地方远、数量少的村，也会挑出重点贫困的学生，在以此为中心，辐射到周边的地区，因为这样的地方我们能走访的人家有限而需要花太多的财力物力，这样也提高我们的工作效益，保证地方接洽人的合作关系能够融洽，有利于我们活动的开展，也减轻了我们的工作压力。这是我们此次活动得以圆满结束的有力保障。

②工作安排合理，工作效率高。在为期7天的调研活动之中，我队共走访了麻江县杏山、贤昌、碧波、下司、龙山、景阳、坝芒、谷硐、宣威四镇五乡，共计贫困中小学生200余名，今年高中毕业优生36名，采访工作强度及难度是非常大的，虽然在活动开展之前我们已经有“联系地方团委书记（团县委书记指定联系人）---地方接洽人带路——我们调研”的工作思路有着主动性较差弱点，正因为这样，我们分成2个小分队，4个小组，每个小组3个人（1人记录、1人拍照、还有一人负责与学生交流）但从结果来看，我们的工作完成都十分顺利，而且步行较少，走访效率大大增加，舍远求近大大的增加了我们的工作效益，节省了人力、物力、财力，减轻了我们的工作负担。当我们每天面对几十份调研资料需要录入电子档时，我们小组成员分工明确，在很短的时间内，录入完成。虽然很苦、很累，大家都坚持下来，保质保量的完成了此次调研活动的全部内容。

③经过前四天的走访，我们的团队成员都处于了一个疲劳期，我于24日晚组织开了突击队的第二次全体会议。在会上，我总结了前4天我们工作的情况，也对后期活动的开展提出来要求。在会上我提出了一下几点要求：

a、 心得体会很重要，书写我们每一个人的内心深处的感动。

b、我们要以点看面，只有做好了点，我们才能去做面；

c、我们在做事时，需要寻求闪光点。用这个闪光点做一些更实际的东西。

d、不以物喜，不以己悲。我们要客观的寻找一些方式来处理眼前状况；有舍必有得。

④通过7天的走访，我们共完成了197名麻江县贫苦中小学生的资料收集和整理；共完成了36名麻江县20--年高考毕业优生的资料收集和整理，并建立了他们的电子档案。走访人数1200余人。

3、活动后期：在整理好所有的资料后，我们从8月25日开始，天天在外寻求商家的支持，帮助贫困儿童完成学业；通过报纸、网站宣传让更多的爱心人士了解、参与到我们的活动中来，为实现他们的上学梦奉献出我们的一点微薄之力；

启我心智--服务社会念我行远

此次调研我懂得了很多，在这个世界上我们是幸运的，与我们相比可怜的人太多，我学会珍惜，一起都是农村人，但我们幸运的是可以完成我们的学业，我们的家长也很辛苦，为了我们早出晚归。贫困不是谁的错，它是与整个国家的历史进程和时代发展现状相联系的。既然贫困无法逃避，那就要坚强面对。贫穷并不可怕，可怕的是没有意识到贫穷，来改变贫穷的局面。至少我们踏出了第一步，我相信知识改变命运。我说说我内心的感受：

1、“筑梦”绝对不仅仅是一个口号

作为一个团队，我们拥有一系列完整的活动策划方案。作为一名志愿者，我们拥有崇高的社会责任感。我们愿意奉献，乐于奉献。我们希望能够通过我们的努力给一些贫困山区的孩子带来一丝丝光明。

我们的信念是：坚持别人不能坚持的，才会收获别人不能收获的。秉持着这样的信念，我们开展工作的时候才能克服困难坚持下去。（本文出自 范文 .先生.网 ）在工作期间，“筑梦”突击队队员每天都要去到几十公里以外的乡村，走到孩子们的身边记录他们的真实情况。列烈焰日下，“筑梦”志愿者们无惧酷暑坚持走到每一个孩子的身边。我们希望在我们一点一滴的努力下能够获取社会的认可，从而换得社会更多的人和集团帮助。为贫困山区的孩子，捐献更多的爱。

每一个人都有梦想，但每一个人同时也具有不同的命运。在这个物质充斥的世界里，只有极少数人是含着“金汤匙”出生的。在我们身边存在着太多需要帮助的人，尤其是贵州省这样的贫困山区。这里的村落离乡镇很远，村落里的孩子每天都要步行1-2个小时到达学校，去上课。由于家境不好，很多孩子的梦想在还没有自由飞翔的时候，已经被生活附上了重重的枷锁。在这样的现实中，我们愿意作为作为每一个孩子成就梦想的基石，为他们实现自己的梦想贡献我们的力量。让我们张开爱的双臂，让我们坦露爱的心扉。帮助那些贫困的孩子，给他们飞翔的舞台上增添一块基石。这不仅仅是我们“筑梦”志愿者的心愿，也应该是每一个人的心愿。

2、坝芒乡——父亲的背

调研第一天我们来到了麻江县坝芒乡，走访的情况给我很多的感触，其中让我感触最深的是罗世秀父女，当我们被村民带到他家时，给予我的除了是惊讶还有惊讶，她家里的住房是三间的小木屋，看到时，房子是半倒塌的样子，她家是乎只住一间房，其他间已长满了草，房屋前长满了草，只有一条人踏过草坪而形成的小路，来迎间我们的是罗世秀的“妈妈”，他留着一把长头发，有点微卷，像营养不良而造成的，有一只眼珠是暴露在外面看不见的，经人介绍才知道那是他爸爸，罗世秀妈妈是个哑巴，但她并没有在家，她出去捡草药去了，她妈妈一直患有肺炎，因为没钱治病一直都是自己到山里采草药。罗世秀成绩很好，刚上小学一年级就拿了两张三好学生奖状，据了解，罗世秀还有个姐姐，不明原因死亡，所以父亲很爱唯一的女儿，在上学的二十多分路程，无论刮风下雨，太阳或风雪，他都会提前到校门口等待放学，罗世秀不辜负父亲的厚爱，成绩一向很好。在坝芒乡有很多人家不是天灾就是人祸，他们身上有太多太多的事情让我去感慨，我突然发现在这大千世界，我是多么渺小的一枚，我就像沙哈拉沙漠的一粒细沙，想要改变这种漫天黄沙的情况，然而因为我的力量太微薄，一份力量远远是不够的。

3、谷硐镇——坚强女孩的眼泪

20--年7月23日，我们调研小组6人来到谷硐，在谷硐一个叫湾寨村的地方我们了解到了一户人家，小男孩叫高家雄，他父亲因不明原因在几年前被人杀死，而母亲也出去之后再也没有回家，家里只有爷爷、奶奶、姐姐和一个痴傻的叔叔，爷爷奶奶已八十多岁了，家里的农活只能靠叔叔一个人干。记得高奶奶哭着对我们说，那个聪明的不在了，只有那个傻儿子活着。这句话让我心酸不已，老人心里该有多难过啊。就读二年级的高家雄也会经常帮忙做一些事，当我们谈到他姐姐时，爷爷奶奶叫姐姐过了跟我们一起，她就是在那不愿过来，爷爷奶奶说她不愿意去上学，到学校了就走宿舍里住，老师多次到她家去喊她返校，她还是在家。刚开始，我还认为她只是害羞，后来当我们走到她房间去看她时，她正在哭，手里揣着自己的校服，高奶奶说她不去上学，到学校总是躲在宿舍里不出去。不知道她心里有多大的伤。她一直流着眼泪，而我们只有抱着安慰她，由于时间问题，我们只有离开了她的家。我认为，实质上孩子们心里是很自卑的，对自己的未来充满迷茫。这使我深刻地认识到关心贫困生不仅要从物质方面给贫困生以帮助；更需要家庭在精神上的细心呵护与关怀。最后她还是不愿和我们交流，我们只有遗憾回去，那样的一幕一直出现在我的脑海里，像这样的家庭，我们中国还会有很多，受伤的最后还是孩子，残缺的爱抚育出的花朵总是带着伤的。

感触最深的，是受教育的程度和所处的环境对人们生活水平的影响。离开学校早，对生活的理解不透彻，对职责也不太重视，母亲为了改嫁，可以不管亲生的子女，大有任其自生自灭的倾向。而环境的封闭，位置的偏僻，使得人们的思想和觉悟不够高，甚至有些封建，对法律不了解。所以，我个人觉得：一是我们学校的中小学贫困生调研工作，能作为贵州大学的优良传统、大学生暑期社会实践一个方面一直坚持下去。作为贵州大学的一员，我们也会继续积极参与。二是在调研过程中，注意保护学生的自尊心。救助贫困生是光明正大的事，但学生们处于青春期比较敏感，需要大家的精心呵护。三是贫困生能对救助有正确的感恩心态。不是对学校或者对某些教师感恩，而是感受到社会的温暖，并坚定回报社会的信念。等他们有能力的时候，去帮助更多需要帮助的人们。四是我们的调研工作还没有结束，后期工作可以说是我们调研工作的主心骨，所以希望大家再接再厉，为了那些可爱的孩子们，为了我们的工作能圆满完成！

**推荐暑假社会实践心得体会大学生(推荐)五**

随着大一下学期期末考试的结束，我也迎来了自己大学生活的第一个暑假。漫漫的两个月暑假，如果选择回家休息也着实浪费，于是我选择留在广州打工，一方面锻炼自己，另一方面也为毕业后走向社会积累一定的经验。

很幸运，去学校附近的一家正在招聘的全家便利店面试，并且很顺利地通过了，紧接着就是去培训地点进行培训了。第一天是理论培训，那天来进行培训的员工大概有十几个，大家都遵循全家的规章制度穿统一的白衬衫黑长裤黑布鞋，一整天的理论培训虽辛苦也让大家受益匪浅。在这里先罗列一二。首先，作为一名服务员，仪容仪表非常重要，干净是必须，热情更不能忽视，随机应变同样重要。

再者，作为全家的服务员，除了要热情地为顾客服务，店里的所有情况都需要了解，像wi(冷藏柜)，冰柜，蒸包机等店里的一切机器都要学会操控，比如调节温度等。及时地补货，及时地将店里快过期的食品下架等这些关乎顾客需要顾客健康的行为更是作为一名服务员应尽的责任……理论培训完毕，第二天便是现场实践的培训了。在导师的带领下我们一群人来到了一家市中心比较大的全家便利店，接着便开始自己被分配到的工作，有收银，拖地，补货，擦拭物品等。最让大家头疼的就是收银了，一方面是不熟，另一方面也怕收错金钱。不过，大家还是顺利地完成了一整天的实践培训。工作不难，但要熟悉，更要用心。

培训只是一个开始，到店里工作才是考验的真正开始。首先是现实的考验。

培训结束，第二天我便领着工作证到店里上班。虽说通过了培训，但还是有很多问题存在，必须在现实的实践中才能逐渐得以解决。工作看似简单，可要真真正正做好却是另一回事了。一些拖地，擦拭物品等简单的工作当然可以很好地完成，不懒惰就足矣。然而，有些却不是，比如下架过期的物品，这就的确不是件简单的事情了。在全家便利店，统一规定将还有两天就过期的酸奶，鲜奶全部下架。

这是，面对冷藏室里一排又一排的牛奶瓶们，要一个一个地“审视”它们的生产日期以及保质期，然后把其中快要过期的拿下架报废。这是一件很考验人耐心和细心地工作，而且，一旦做不好，不仅是自己的失职，同时也是对顾客的不负责。在全家工作的第一天，就在我快要下班的时候，店长交代我把快过期的奶质品下架。我由于赶着下班便草草地完成，可第二天被店长查出不合格的，免不了他的一顿说教。对此，我感到很愧疚，也进行了反思!

除了下架物品，收银也是一个学问。即使从一开始的战战兢兢到后来能熟练地操控收银机，收钱仍旧是个大问题。收钱时，要精神集中细心收钱还钱，还有机灵地应付一些不法分子，避免掉进他们设计的迷惑的圈套……很开心，随着工作时间的加长，我也逐渐学会去应付各种问题了。

现实考验在实践中遇见在实践中解决，而现实中的各种压力和烦恼也在不断地考验着我的心理承受能力。第一个暑假没有在家轻松地度过而是身在异乡，每一天忙碌地工作八个小时，偶尔没有规律没有营养的三餐，让工作了一段时间的我一度想放弃。因为觉得太辛苦了，也因为自己的懒惰，但庆幸我还是坚持下去了，坚持做这份的确有些枯燥的工作!

这次暑假的兼职，获益多多。

(一)对待工作要有热情和信心。拥有了热情，工作不再是一种劳累，一种赚钱的工具，而是一件能够带给我们快乐，能让人激情四射的事情。一个人充满了激情，在共事中也悄悄地感染着每一个与其接触的人，同时带给他人不一样的感受。拥有信心，能让我们做事不畏畏缩缩，不自卑，在给他人留下好印象的时候，也将工作推向更好的方向发展。

(二)用心做事。无论做哪一份工作，无论做的工作是高尚还是卑微，只有用心才能将工作做好。如果没有用心去做，即使是做一件像拖地如此简单的事情也未必能够做得好，更何况是以后做大事呢?从小事开始用心做起，才能够用心地做好大事。用心去做每一件事情，才能做到最完美。

(三)善于与人沟通，待人真诚。社会是有人组成的，在社会中生存免不了要与各种各样的人打交道。在这一方面，我依旧在学习中。善于与人沟通，对自己的学习和工作是起着很大的作用的。或许，社会真的是复杂的，在与人交流过程中看准人说对话是不容忽视的，但是真诚地对待每一个值得真诚对待的人才是更重要的。

(四)要学会吃苦耐劳。没有一份工作是轻轻松松就能拿到工资的，即使有那也是在经历一系列的艰苦所得到的。所以，工作的艰苦是不可避免的，想要获取酬劳想要实现自己的梦想，学会吃苦耐劳是第一件必须学会做的事情。

(五)具备良好的心理素质。良好的心理素质是做好每一件事情的基石，让自己的心理素质随着自己的年龄的增长逐渐提高。韬光养晦，未雨绸缪，未来才会更美好。

作为一名当代的大学生，除了要钻研所读专业的知识外，培养良好的心理素质，优秀的品德，积累社会经验更是必不可少。大学生在课外时间多多投入社会实践中，通过的劳动力获取金钱时，也获取无法用金钱衡量的社会经验，为将来走向社会做心理和生理的铺垫。大学生是祖国繁荣发展的主要力量之一，不断地增加见识和锻炼实践能力是我们作为大学生义不容辞的责任。

暑期社会实践让我获益匪浅，也是我迈入社会的第一步，接下来的考验更是数不清，但我相信自己能够尽力做到最好的!

**推荐暑假社会实践心得体会大学生(推荐)六**

作为化学系的大学生，20xx的暑假，为了联系实际，将所学理论与实践相结合，我走进化工有限公司，进行为期二周的暑假社会实践活动，现报告如下：

1、实践部门

市化工有限公司

2、实践时间

20xx年xx月xx日至20xx年xx月xx日

3、实践任务

通过联系实际，希望能够从实际生产中获得知识和技能 ，提高处理实际问题的能力，培养劳动观念和务实作风，最重要的是通过实践锻炼自己的能力，学到在课堂中学不到的东西，这些对于我们在今后的工作和学习生活中都有极其重要的作用，也让自己在毕业时能较快适应社会，处理好人际关系，为自己能顺利与社会环境接轨做准备。

4、实践内容

通过安排到脂肪酸车间进行实习，了解产品生产工艺流程、职能部门的设置及其职能，了解企业的内部控制流程，在这十天的时间里，下到生产车间后，先了解整个脂肪酸生产的流程，从采购入库，到领料生产，到最后的成品入罐，对整个车间的生产活动有了基本认识，这对我熟悉企业，进行实务操作打下良好基础。

其中，先前我对脂肪酸的生产几乎一无所知，但下到车间之后，我不仅了解了生产流程，还进一步了解了脂肪酸的生产工艺流程和用途。由于季节和温度等条件的限制，对机器开工的时间长度及强度也有相关的规定，另外，对一些流水线的参观，使我感受颇深。要想在里面做一名合格的工作人员，对基本、基础的作业环节是要了解的，否则，很容易让理论脱离实践。

在熟悉了车间的生产流程后，工作人员拿了以前的交接班记录等一些资料给我看，在翻看这些资料的过程中，有不懂或弄不清楚的资料，我积极向工作人员请教，在他们的耐心指导下，我对车间的整个产品检验的程序方法有了一定上的认识。由于化工生产是不间断的，所以车间生产必须时刻有人，车间的工作人员采取四班两倒（一天白班12小时 一天晚班 休两天）和常白班制度。我所在的车间有四个人（主任，工艺员等）上长白班，其他人分成甲乙丙丁四个班四班两倒。 虽然我没有被正式分配，但我时刻都严格遵守车间的生产纪律，遇到不懂不明的地方都积极象其他工作人员请教，以免造成安全事故。

在车间里必须首先了解生产工艺流程，我先查看了每个仪器和设备，并了解了他们的名称和用途，遇到不懂的地方工艺员就跟我耐心讲解。为了更好的工作，我把工艺流程图画下来以便更好的熟悉工作环境。当然在化工生产中最重要的是安全，因此我刚进车间时主任就给我上了一堂安全教育课，最重要的就是“第一是安全，第二是安全，第三还是安全”。后来我被安排在丙班和他们一起倒班，这样我就可以亲自参与实际的生产。在日复一日的工作中，我学到了一些技术手段，进一步提高了工作效率。 生产工艺流程脂肪酸是应用相当广泛的工业原料，可以榨油下脚料油泥为生产原料，广泛应用于橡胶硫化剂、塑料热稳定剂、润滑剂，纺织用柔软剂、化纤油剂等；在医药方面，用于制取各种制剂、溶剂、吸湿剂和甜味剂等。据调查，国内脂肪酸年需求量30万吨，年产量20万吨，缺口10万吨，市场需求量很大。

脂肪酸的生产制造方法，由原料经水解反应生成粗脂肪酸和甘油水，生成的粗脂肪酸经蒸馏工艺形成成品，其特征是：所述的水解反应是原料经过两个以上的水解塔，所述的水解塔内采用导热油加热；所述的蒸馏工艺是先采用真空蒸馏装置对脱气塔内的粗脂肪酸先脱水脱气，再经过蒸馏，冷凝后而得的成品。

在这次的社会实践中，我明白了很多事情，也改掉了很多毛病。我知道挣钱不容易，工作的辛苦，与社会的复杂多变，毕竟学校太单纯了。为了适应社会，我们要不断的学习，不断的提高自己，在实践中锻炼自己，使自己在激烈的竞争中立于不败之地！

一、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。以前工作的机会不多，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，更事半功倍。别人给的意见，要听取、耐心、虚心地接受。

二、在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。在实践的过程中，我明白了自信的重要性。没有社会工作经验没有关系，重要的是我们的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，没有第一次又何来第二、第三次呢？有自信能使我们更有活力更有精神。

三、在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道要打假期工时，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，很多东西都不懂等种种原因使自己觉得很渺小。为了克服我内心的恐惧，我努力的尝试。如工作的领班所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某个名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

四、工作中不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。在工作中我也深深的体会到了，只有认真学习，注意积累，做到知识与经验并重，才能学以致用。

寒假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，更是大学生服务社区，回报社会的一种良好形式。一朵雪花属于一个季节，年轻的莘莘学子拥有绚丽的青春年华，谁说意气风发的我们年少轻狂，经不住暴风雨的洗礼？谁说象牙塔里的我们两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书？走出校园，踏上社会，我们书写了一份满意的答卷。 我在严寒中迎来了作为大学生的第一个假期——寒假，也满怀激情地参加了寒假社会实践活动。作为一个大学生有别于中学生就在于他更重视培养学生的实践能力，在注重素质教育的今天，社会实践活动一直被视为高校培养德、智、体、美、劳全面发展的新世纪优秀人才的重要途径。

**推荐暑假社会实践心得体会大学生(推荐)七**

为了锻炼自身社会实践能力，扩展知识层面，增加个人在社会竞争中的经验，我有幸在西兰国际大洒店兼职，开始了我这个假期的社会实践。

在实践的这段时间，我不仅充分利用了自己在课本中学到的知识，更接触了一些书本以外的东西，让我获益匪浅，同时也让我懂得，只有通过实践，才可以加深对知识理论的理解与掌握；只有通过实践，才可以不断提升自己处理问题的能力；只有通过实践，才可以学到更多的知识内容。

在实践期间，我不但掌握和学习了前台接待的系统知识，还帮忙复印、打印、接电话等业务，让我在实践中感受到工作的乐趣与进步的欢喜。

七月十五号，我怀着激动的心情，接通了西兰酒店人事部李经理的电话，向他讲述自己是一名大二学生，想在他们单位完成自己的暑假社会实践，当即他就答应让我来单位进行面试，并安排我的食宿问题。

面试进行的很顺利，李经理得知我是学会计专业，并且英语口语还不错，他就安排我到前厅部去工作。刚开始的三天，我的主要工作是对酒店进行全面的熟知与了解，并且学习和掌握酒店前厅部前台接待的工作流程。

我在领班、大堂和经理的指导下，利用一周的时间已经全面掌握了整个前台接待的工作流程及日常工作规程，通过一周时间的学习与掌握，让我认识到，工作中容不得半点的马虎与错误，因为错误就会导致损失，影响酒店利润，破坏酒店的整体形象，降低客户对酒店的认知度与诚信度。它不像在学校的课堂上，做错了单据的金额，除了老师会批评，不会牵扯到其他的问题。所以说，认真对待自己所做的任何事，保持健康愉快的心态，是你做好每件事的基础。

在之后的十几天，我可以独挡一面，一个人处理所在班次正常事务，并且所做的账单数据统计没有丝毫差错，赢得了单位领导的认同与赞赏，同时，在与客户的交流中，我不但增强了自己开口说话的胆量，更增强了与人沟通的语言表达能力，我觉得自己信心倍增，更有智慧与能力把工作做得更好。

此后，我就利用下班的闲暇时间，跑到网吧，下载一些关于酒店服务与礼仪的书籍，使自己在实践中可以把工作做得更突出，更有成效。所有这些主动的学习，并不是哪位领导要求你去这样做，也不像在学校里，有老师监督你去做什么，我觉得是在实践和工作中的一些补充与提高，并且更重要的是你要有对知识的渴望与追求，只要去学习，就没有任何问题是不能解决的。

例如之前讲英语，我最难开口说它，总觉得自己说不好，或是说不正确，怕被别人笑话，可是在这里工作，我不仅得到了与外国人面对面进行交流的机会，还让我更有胆量去和他们主动打招呼去说，我觉得自己完全抛弃了之前的羞涩与不开口，同时，也让我知道，英语只要开口去说，哪怕是说错了，只要意思表达出来，是不会阻碍和他们的交流与谈话。

之后几十天的学习实践中，为了适应酒店的号召，发展多向型员工，我们前厅部组织了小部门之间的交叉培训与实践工作，我被安排在总机室和商务中心两个小部门之间进行交流与学习，在大家互相学习的工作氛围中，让我更加了解到企业对人才的要求与需求，同时也让我认知到社会对于人才的渴求与期望值。就算是企业组织内部，它也需要职工的多样性，即一个人具有多种技能，而不是单一的职业技能。

面对突如其来的安排，我多了十分镇静，十分自信，十分认真，十分热情，在总机室的工作中，人与人之间的交流完全是通过电话之间的谈话进行，为了工作更加顺利的进行，我认真向同事请教了自己在业务方面的一些欠缺知识，同时也加强了自已的语言表达能力与语言发音标准，而且还掌握了一些专业知识，作为一名合格的话务员，不仅熟悉自己的业务知识，还要有很好的听说能力以及辩解能力，更要有很强的记忆力与信息沟通能力。

除了这些知识的了解与掌握，我还学习了一些电话礼仪方面的知识与培训，比如说，在接听电话前，要准备好笔和纸，带着微笑迅速接起电话，还要停止一切不必要的动作，以免使对方感到你在分心，这是不礼貌的表现。其次，在接听电话的时候，三声之内接起电话：这是星级酒店接听电话的硬性要求。此外，接听电话还要注意：语调，语速，措辞等。简单一个接电话，让人匪夷所思的是，居然里面学问有这么多。其实，对于每个人来说，掌握学问的多少，关键在于自己的好学，这是我认知到的另一个层面。

维期一个星期的总机培训结束后，我调到商务中心，这次的调度，让我认识到，对于理论知识的理解与了解，并不能使你完全掌握这些知识，唯有实践才能检验你对于理论的掌握与认知程度。比如在商务中心日常的工作中，我主要负责客户与酒店的文件打印与管理，让我了解到办公软件的应用与便捷，同时也加强了自己这方面的实践操作能力，更加深了对课本知识的消化。唯一在这项工作中欠缺的技能是我的打字速度没有得到很好的提升，可能是由于时间的紧迫，我还没有学好对于五笔的掌握与运用，不过，我告诉自己，一定要掌握五笔打字软件，提高自己的打字速度。

通过一个月的社会实践，我的心得很多，最大的心得就是做人要大气，对人要和气，在社会这个大舞台中，人与人之间的交流也是一种学问。

**推荐暑假社会实践心得体会大学生(推荐)八**

也许所有的第一次都有一股强大的新鲜感，继而推动自己无知无畏的前行。这个暑假的开始，我就品尝到了。

这个暑期，告别了匆匆的大学第一年，同时也迎来了大学中的第一次“暑期社会实践活动”。正是那份新鲜感，让我在活动开展的前几天就开始兴奋不已。

这次实践活动，我没有跟班级走，而是选择跟我所属的校“梦之帆”合唱团行动。这就意味着我们这次的主要活动形式是唱歌。当团长通知我们活动地点是敬老院时，我的心里泛起了小小的波动。一方面，去服务老人，在我看来是有价值、有意义的。引用一句广告词说“尊重老人，就是尊重我们的明天”。的确，我们每个人都有老去的一天。要想让我们步履蹒跚时，也能得到社会与世人的尊重与善待，就得从年轻之时爱老、敬老，并通过我们的实际行动去影响身边的人，从而引起一个良好的社会风尚。可是另一方面，敬老院是一个我不忍去的地方。这让我回忆起了我上初中时的经历。

我的初中是在本自治区的一个小县城念的。别看地方小，可是学校很重视德育教育。每个周六下午都会组织安排一个班的学生去敬老院进行慰问、服务，比如包括打扫卫生、文艺表演等等。我当时的所在班级也去了很多次，所以我对敬老院的印象还算深刻。提到“敬老院”三个字，我的脑海总会浮现出一幅生活在脏乱的环境、伴有难闻的气味，穿着脏旧的衣服，因长期孤独而有些神经质的喃喃自语的老人的画面。每当想象我的年老之时也变成这样，就觉得这画面突然那么触目惊心，让人心中久存余悸。

不过，这次去的是首府的敬老院，我总觉得应该可能不会那么糟吧? 活动很正式。团成员每人都领到一份活动报告表,一件印有“内蒙古工业大学•梦之帆合唱团”标志的草绿色半袖。活动当天，参加活动的人分两辆公交车坐了近一个小时才到达目的地附近，所以也有些脚程。敬老院在学校的西偏北方向。远远望去，周围没有多少人家。敬老院大门面东而开，挨着马路。当我们一行人迈入大门，就看到爷爷奶奶们坐在庭院中纳凉。打过招呼后，我打量了一下这个大院。大院南北各一个小楼。南面的两层，有工作人员的休息处;北面的三层，主要是爷爷奶奶们的卧室。东边挨着大门的是一排平房，作为餐厅与活动室。中间不大的院子收拾得干干净净，种着绿树和一些花花草草。

老人们一定早早就知道我们要来了，他们等得都有些着急了。于是，一部分人去东餐厅布置场地时，另一部分人就去找老人们聊天。我属于这另一部分人。老人们似乎好久没有与外面的人交流，有些拘谨;但似乎又有好多话要说，不知从何说起。老人们不需要我们问些什么，自顾自地叙说着，就像自言自语，或许他们真的很寂寞，或许他们只是需要有人来聆听。

不久，电子琴、话筒、音响等设备已经就位。最后，我和另外两名成员挂上了我们的旗帜“内蒙古工业大学•梦之帆合唱团”。随着团长的一番动人演说，演出正式开始。

身为“梦之帆”的成员，谁不会唱几首歌呢?很荣幸被团长点名，作为第一个上台唱歌的人。我上台说，“各位爷爷、奶奶，大家下午好!很荣幸第一个上台演出，算是抛砖引玉吧。一首《我和草原有个约定》献给大家，祝爷爷、奶奶健康长寿!”接着，济济之人才的合唱团成员便开始各显神通了。大家一首接一首的唱，一首赛一首好听。很快，演出就接近尾声了。最后，大家一起上台，表演了我们的三首经典合唱曲目。

该分别了。老人们眼神流露出不易察觉的暗淡，表达着不舍，一再嘱咐我们，“你们下次还来吧?”，“你们什么时候能再来啊?”，“下次还来啊!”。我们终究还是走了，没有回头。至于下次何时再见，下次再见是否会有一些旧面孔消失、新面孔进来，不得而知。

人是从敬老院回来了，可我的思绪还盘绕在这件事上。敬老，永远是一个不容忽视却总是被忽视的社会问题。就一个家庭来说，父母把子女含辛茹苦抚育成人，为子女奉献出了自己的美好青春和浓浓爱意。所以当他们老去的时候，子女理应反哺报恩，善待自己的老人。当然，也有很多因为各种原因晚年膝下无儿无女的或者子女不孝的老人，一些家庭生活艰难、无力被赡养的老人，孤苦伶仃、年老体衰的他们，生活安排就需要政府与社会的力量。

老人也曾年轻过。他们也曾为家庭、为社会、为国家贡献出自己的岁月。不能因为他们现在不能继续创造更多的经济价值，就把他们抛弃于社会之外。这是种不尊重历史、不知道感恩、一味追求眼前现实的经济利益的畸形社会形态。

我们也终将老去。如果我们年轻时不致力于营造一个爱老、敬老的社会风气，那么被社会遗弃的悲哀命运说不定哪天就会落到自己头上，而且这样的社会形态还会恶性循环。所以不要毫不负责的天真以为爱老、敬老是一件无足轻重、与己无关的事情。

总之，在这些现象引发我们深思之后，需要的是我们更多的行动。

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