

2023年关爱老人社会实践心得体会(实用8篇)

实习心得应该以客观、真实和全面的方式进行描述，同时注重自我思考和个人感悟的表达。小编为大家准备了一些经典的培训心得范文，希望可以给大家一些写作的灵感和启发。

关爱老人社会实践心得体会篇一

随着人口老龄化问题日益突出，空巢老人数量也越来越多。很多老人虽然有子女，但因为工作太忙，也很少得到陪伴和关爱，不仅心理会有孤独、寂寞、空虚等心理问题，日常生活也可能出现困难，生病了也可能得不到及时的照顾，有的地方甚至出现老人去世几天才被发现新闻，这不得不引起我们的深思。

根据有关调查，65%的空巢老人没有经济来源，只有35%的空巢老人有经济来源，但即使有经济来源的空巢老人大部分收入也很低。所以大部分空巢老人生活费用会由子女来负担，而且如果老人身体健康出现问题，那么医疗费用会成为家庭的严重负担，这也就成为家庭不稳定的因素。而且，现在年轻人工作压力大，和父母的感情交流沟通比较少，如果老人的心里得不到慰藉也会影响家庭的和谐。

关爱空巢老人需要子女从自身做起。固然，年轻人面对各种各样的压力：工作压力、房贷压力、抚养子女压力等，但这不能成为不关心甚至不管父母的借口。赡养老人是每个公民的义务，子女应该把关爱父母放在心中重要位置。每月抽时间带着孩子一起去看看父母，陪着父母聊聊天，做做饭就能让父母得到很好的满足。另外，“孝”是中华民族传统美德，这既能让父母感受到我们的关爱，同时也能在孩子面前起到表率作用，有利于孝道的传承和家庭的美满。

关爱空巢老人离不开政府的帮扶。人口结构问题也是社会的问题，政府应该重视老龄化问题并做好相应的保障措施。乡下空巢老人问题尤为突出，甚至一个村只有老人和孩子，年轻人在外面打工大多过年才回来一次，老人的生活经常会有很多困难。广场舞现在成为一种大众化的娱乐活动，不仅使老人的身体得到锻炼，也丰富了他们的精神生活。政府可以规划和建设一些广场，推广广场舞，让空巢老人不空虚。同时也应该建立和健全相应的保障制度，提高大病补助，让空巢老人病有所医；建设设施完善的养老院，让空巢老人老有所养。通过相应的制度建立和保障措施的施行，政府成为解决空巢老人问题坚实的后盾。

关爱老人社会实践心得体会篇二

尊老爱幼是中华民族的传统美德，我们共同努力，因为有了他们的付出，才有我们安心的这一代。所以，在x月x日，放假回到家里做了几天调整，今天我准备要开始社会实践，就是去我们县的敬老院去看望一下那些老人，希望我能给这些老人们带去一丝温暖和快乐。

在许多人眼里，敬老院是孤寡老人的栖息之所。而现在，许多子女成群的老人主动走进了敬老院。他们有的以前是教师、工程师、干部，也有艺术工作者。选择敬老院，因为子女工作忙、家里楼层高、没人陪自己聊天；更因为在这里与同龄人朝夕相伴，共同的兴趣爱好，相近的人生观念，让他们更能感到夕阳无限好。

经过了短暂的休息后，我们开始实施起来了我们之前做好的计划。首先，找来了梯子，把牌匾上掉下来的字安装上；然后选了两个醒目的地方，把事先做好的条幅挂了上；接着就是往下搬运食品，帮着收拾一下敬老院的卫生。

一切都做好了，我们便跟老人们一起坐到了活动室里，跟这些和蔼的老爷爷，老奶奶聊了起来。起初在有些老人面前大

家还显得很拘谨，但个别活跃性格开朗外向的学生十分热情带动了大家。

有些老人患有老年痴呆症等等，同学们也耐着心和他们聊天，帮老人整理衣物，擦拭家具，听老人讲自己的过去，也与老人分享自己的校园生活。大家在一起欢歌笑语，好像真的融入到了一起似的，真的很开心，很欣慰。

不知不觉中，天黑了，今天的实践结束了，我们不得不往回启程了。这一天，我们倾听了各式各样的精彩和辛酸的人生历程，让我们的思绪也停留在那个贫苦年代。看着他们脸上的皱纹，都是岁月的痕迹，我想他们心中的皱纹深度，更是无法估量的。到敬老院去做些力所能及的事，将自己活力释放的同时，我们感到一种充实。

这次亲身体会让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。

关爱老人社会实践心得体会篇三

中国人盛行的是：“百善孝为先”，从历史文化遗产来说，尊老敬老爱老是中华民族的传统美德，别的民族咱们先不管不论，但是中华民族之所以是中华民族，之所以血浓于水，之所以历经沧桑生生不息，之所以“人情味”非常浓厚，就是因为咱们中国人关爱老人爱护孩童。今天我们一起了解下如何关爱老人。

一、法律规定了需要关爱老人

我国的社会主义制度，在历史上第一次为这种精神财富的普遍发扬提供了现实基础。《中华人民共和国宪法》第49条明文规定：“成年子女有赡养扶助父母的义务。”“禁止虐待老人、妇女和儿童。”婚姻法对此也作出了相应的规定。敬老爱幼是我国社会主义精神文明建设的重要组成部分，是对古

代优秀的道德遗产的继承和发扬。我们所说的赡养，包括物质生活和精神生活两方面的内容。

敬老的要求是：在家庭生活中子女要从物质生活、精神生活方面给予老人以照顾、安慰，任何虐待老人的行为，都是不容许的，都要受到共产主义道德的谴责，严重的要受到法律制裁；在社会上要形成大家关心、爱护老人的良好的道德风尚，认真办好敬老养老的社会公益事业。爱护儿童的要求是：在家庭中父母对子女要承担起抚养和教育的责任，既要注意从生活上关心和照顾子女，更要注意用共产主义理想、道德教育子女，绝不允许遗弃子婴；在社会上要关心儿童、少年的健康成长，保证他们在德、智、体方面都能得到全面发展，把他们培养成为有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义可靠接班人。

尊敬和供养老人，爱护和抚育子女。主要是在劳动人民中间形成一种社会风尚和伦理关系。历尽沧桑，它已成为中华民族的精神财富。

二、关爱老人是美德

每一个民族、每一种文化，都有它的生命力，都有它独到的魅力，但是中华民族，以深挚的情感，凝聚起全中国十四亿人口，以及海外的广大同胞、侨胞，那些传统美德(包括尊老敬老爱老的美德)是功不可没的。

老人，为社会奉献，为家庭奉献，是知识的宝库，是智慧的钥匙，不仅养育我们，还以言传和身教向我们传播做人的道理，虽然我们有时候感觉老人家们知识陈旧、思维方式过于正统古板，但是，老人依然是我们心灵的最后的最坚定的依托，我们在现实中碰壁之后，返璞归真，依然会感受到老人家们传承的是至理名言，依然会感受到属于我们民族的内蕴的品质和理念是不能放弃的。这是我们民族的魂，经由老人们，再经由我们，一代一代传承。引导我们的民族生生不息，

引导我们的民族巍然屹立于世界民族之林。

所以，我们政府关爱老人，社会关爱老人，家庭成员关爱老人，是绝对正确的，应该的。关爱老人，就要敬重老人，尊重老人的思维方式和自主选择，就要提供更多的便利使老人感受到关爱，就要自立自强为老人创造更好的`颐养天年的环境，就要对老人放手，使他们有高兴的生活方式，就要创造条件使他们树立自己新的社会价值自信和家庭价值自信。

三、如何关爱老人心理健康

1、开导老人看开生死疾病

生老病死是人生必经的过程，老年人年纪越大，出于对家人的牵挂等原因，对疾病可能会有一点忌疾讳医的心理。这时子女们要帮助和开导老年人，让他们意识到世界上万事万物都有兴衰的历程，人生亦不例外。面对疾病要学会保持一种积极的心态，配合一生的治疗去战胜它，而不是采用消极的做法，抗拒就医，骗己骗人，当做疾病不存在，以免将小病拖成大病。平时要多关心老人，多向老人普及健康知识，以免老人因不懂而产生畏惧，影响老人心理及生理健康。

2、日常生活多关心老人

人是社会的动物，害怕孤零零一个人。因此，作为子女，平时抽出时间来多看看老人，甚至哪怕多打几个电话，也可能减少他们的孤寂感，进而减轻他们对死亡的恐惧。我们中华民族传统文化中说到的“怙恃在，不远游，游必有方。”说的也是这个道理。由于现代的发展，人们生活观念的改变，许多年轻人都不和父母住在一起。即使不住在一起，子女也要多多关心老年人，多抽出时间陪老人聊天吃饭，以免老人由于孤独寂寞陷入一种抑郁的状态。因此，与老人分居的子女要经常看望、问候老人，与老人同居的子女要耐心地善待老人、仔细地体贴老人。让年幼的孙辈与老人共处和接近，

常能给老人带来较大的生活乐趣和安慰，有效地消除老人的孤独感。

四、如何关爱老人

生活中，我们应该如何关爱老年人呢？如何关爱家里的老人？

常常电话沟通沟通

常常给家里的老人打打电话，如果感情都硬可以天天打一个，实在没有空闲的人，至少一星期一个电话，切勿超过一个月都木有打电话的，要常常关心家里老人的近况，这也会降低他们的孤独感，其实一个短短的电话就会让老人觉得心里暖暖的，觉得被牵挂！

放假了就回去看看

当放假的时候，可以回家里去看看家里的父母，老人，也避免他们过于牵挂，偶尔抽点时间带着小孩，爱人，去给老人看看，他们会很高兴的，看见你好他们也会少一分牵挂，孩子是父母的一块心头肉，他们常常顾念着，只是没有表达出来而已。

偶尔给老人买点东西

偶尔给家里的老人买点东西，可以是衣服，可以是其他，依据个人的能力量力而行即可，这些都会让老人家觉得心里暖暖的，我记得前些天给爸爸买了一件衣服，虽然是打折货，但是我爸爸还是很骄傲的告诉大家“这是我女儿买的，羡慕吧！”

关爱老人社会实践心得体会篇四

尊老爱幼自古以来都是我们中华民族的传统美德，为加强我

们大学生思想道德建设，弘扬中华民族尊老、敬老的传统美德，努力营造社会和谐的良好氛围□20xx年3月20日星期二我们班组织开展了一个社会实践活动，活动内容是全班组织去敬老院看望并照顾那里的孤寡老人。在许多人眼里，敬老院是孤寡老人栖息之所，而现在许多子女成群的老人也主动进去敬老院。里面有许多老人以前都有值得骄傲和让人敬佩的职业，如：军人、教师、干部等！他们选择敬老院，有的是因为子女工作忙，家里楼层高，没人陪自己聊天而感觉生活寂寞；有的是因为在这里与同龄人朝夕相处，拥有共同的兴趣，相近的人生观念和相似的人生态度，让他们更能感受到夕阳无限好的生活乐趣。

我们在校门口集合，由社会实践委员带队，步行前往天池公园的敬老院。老人们一看赶来看望他们的学生，立刻关心起来，拉着我的手嘘寒问暖，十分关心我各方面的情况，体现出了老一辈对年轻一代殷切的希望和关怀，还有一些老人们也是高兴的合不拢嘴，与我分享自己当年的“金戈铁马万户侯”的战争岁月，还与我聊了一些日常生活中的点点滴滴！老人们都感慨的说，正是国家的各种福利和党的政策才能像今天这样无忧无虑的安享晚年的生活，更多的老人表示同学的到来为他们平淡的生活增添了生机和乐趣。和老人们聊了一会儿，有位老婆婆提议和我们拉歌，老人们唱一首歌，我们唱一首。在一片欢声笑语中时间匆匆而过到中午老人们休息的时间了，我们不得不在老人的送别声中列队回学校了！

到敬老院去做些力所能及的事，将自己活力释放的同时，我们感到一种充实。这些活动很好的展现了当代大学生的风采，在我们镇上也赢得的一致好评。一方面培养当代大学生关心他人，敬老爱老的美德，另一方面也是接触社会，了解社会，锻炼自己，我们有责任、有义务去关心他们，献出自己的一份爱心。老人，是需要我们关心的一个弱群体，我们应该不懈努力的为他们创造一个良好的生存环境，以报答他们曾经为社会做出的贡献！也将我们中国的传统美德继续更好的传承下来！

关爱老人社会实践心得体会篇五

近年来，空巢老人春节前后的心理问题逐渐受到社会关注。有些老人因为过节无人陪伴而感到冷清、孤独、苦闷，有些老人因为春节期间子女的来去匆匆患上了先焦虑、后抑郁的“分离综合征”，还有一些老人因为精神空虚等心理问题，在春节期间或春节过后发生种种意外，甚至轻生，让人很不是滋味。这些问题反映出不少空巢老人的心理健康亮了红灯。对此，我们必须高度重视，号准空巢老人的脉，对症下药。

我们应该把关爱空巢老人的功夫用到“年”外，在平时就让老人们能够感受到过年时的温情，用源源不断的社会合力关爱、照顾、陪伴老人，填补他们的精神空虚，使老人们的生活不空、幸福不空、心理不空。当然，老人的子女及其他晚辈、亲友等，应该尽到第一责任，家人的精神慰藉最重要、最有分量，这是老人们最需要的。还是那句老话，子女平时应该多回家看看，多陪陪父母，多给父母打个电话，让父母减少独处期。

政府要进一步加大养老投入，完善社会养老体系，提升养老服务的供应量和质量。对于居家养老的空巢老人，政府应该多购买一些养老服务，多组织一些志愿服务、义工服务活动，让那些没有子女或子女陪伴慰藉不足的空巢老人得到更多的帮助、照顾和关怀。同时，积极开展与空巢老人结对子、为空巢老人找朋友、让空巢老人有“近邻”等活动，引导安排他们参加一些文体活动、联谊交流。

老吾老以及人之老。照顾空巢老人，帮助老人排遣空虚和寂寞，让他们过得更充实、活得更有质量，既是家庭的责任，也是政府的责任和社会的责任。只要人人都尽到应尽的责任，空巢老人就会得到更多的满足、幸福和快乐，他们的世界也会变得暖意融融。

关爱老人社会实践心得体会篇六

7月20日早我们三名志愿者来到当地的敬老院——义和庄敬老院，我们陪老人们聊天、打牌。在和老人们聊天之后，我们又与工作人员聊了起来，他们说这里残障老人比较多每个人刚来的时候都不太适应，爱发脾气，但这他们都能理解，虽然这里的工作有些苦有些累，但看到这些老人们展开的笑颜时光匆匆，已经好几个老人纷纷的离开了……比起去年的兴奋与冲动，今年的自己则少了分冲动，多了分理性与冷静。冷静地看待着每一天、出现的每一种状况、遇到的每一个问题，认真分析、认真解决。解决了，不敢懈怠地迎接着下一个困难。

8月20日，带着水果和奶粉等营养品来到了孙奶奶家。孙奶奶的老伴很早去世，儿子在外地工作，平时一个人生活很孤独。每次回家我就会找孙奶奶聊天，孙奶奶从年轻时候谈到年老，从儿子谈到孙子，老人兴致盎然，聊的是不亦乐乎。他的生活态度很乐观，我们一起唱老歌，打牌、有时还会看上一段经典的的黄梅戏。

20xx年7月20日至8月10日的短短20天的暑期实践活动，从开始筹备到实践总结让我体会到了爱的力量，青春的力量，生命的力量。作为一名普通的大学生，我在这次为期20天的实践活动中获益颇丰。在实践中，我亲眼目睹了老年群体的辛酸与无奈，我亲耳聆听了老年人的心声。

在此，我向同学们发出倡议，在中国进入老龄化社会的今天，老年人这一群体，更加需要我们的关注、关心和帮助。作为大学生的我们，应该献出自己力量，从身边做起，从小事做起，敬老、爱老、助老！了解社会老年群体生存状况，倾听老年人的声音，关爱老年人的生活，奉献爱心，肩负起当代大学生的社会责任，为构建和谐社会贡献力量。

关爱老人社会实践心得体会篇七

但是，三年的时间，如果全部都奉献如高考的学习之中，虽然在高考后不会后悔自己的努力，但是在毕业之后，我一定会后悔没有在这最美好的青春岁月中留下点什么！枯燥的学习会继续，但是精彩的生活也是不能放弃！为了度过一个有意义的暑假，我决定在暑假的学习生活中抽出一段时间来参加在暑假的志愿者活动，不仅可以丰富自己的生活，也能做些有意义的事情！

在暑假开始后，我找到了周围社区的志愿者团队，并报名参加了去敬老院为老人献爱心的活动。此次的活动给了我们很多的收获，也给了我很多的感触，现在对自己在这次的敬老院的实践活动的心得体会记录如下：

想要去献爱心，我们自然就得有足够的准备。我在放假前存下了一些钱正好可以在这次活动的时候给老人们买礼物。可是当我看到其他的志愿者在活动的时候不仅准备了礼物，还准备了各种的才艺表演的时候，不禁觉得有些羞愧。但是这样的我却得到了志愿者团队的鼓励，并被邀请一起参加了一个组合的合唱。这次的事情让我感到了队员们满满的关爱和这个团队的温暖，也让我对这次的活动变得更为期待。

在来到敬老院后，我们先放下了礼物，然后就开始对敬老院的方方面面都开始进行打扫，有些有经验的志愿者，甚至在帮助老人们修理一些东西。

我作为扫地担当，负责着院内区域的打扫。但是在我扫了一会之后，发现又位老人也在一起扫，我看着他头发花白却忙碌的在打扫着一片卫生，就对他说：“大爷，快来这边坐着吧，我来扫就行了。”谁知他的脾气却非常的犟，说什么也不肯去休息。我们便和他一起做完了这边的卫生。

在打扫的期间，老人给我们说了很多他年轻时的故事，他最

常提起的，就是他不愿意躺在床上打发时间，虽然现在干不动什么活，但是扫个地还是干的动的。我们在旁边听着，也渐渐对这为不服老的老人敬佩起来。不知道在今后，个人简历我是否也能像他这样的一生都保持着勤劳的好习惯。

我们看望了老人，细心的为每位老人都献上了自己的服务。看着老人们喜笑颜开的脸，自己也觉得非常的开心。虽然我们带来的都只是自己所能做的小小的奉献，但是却收获到了不少微笑的回报。虽然现在活动已经结束了，但是我们还有那么多的时间，我还能做更多有意义的事情！这个暑假，还能更加的精彩！

关爱老人社会实践心得体会篇八

在本次社会实践中，我们学会了很多也成长了很多。我们懂得了老一辈们生活上的不易，他们的勤俭节约与我们的奢侈浪费形成了鲜明的对比，同时也倍加珍惜我们幸福的生活。当他们如同我们这个年纪时正顶着烈日在农田干活，而我们坐在空调屋里抱怨这抱怨那；当他们吃着咸菜时，我们在评说着食堂的饭菜不好吃；当他们奔跑于田野时候我们正玩着各种无聊的游戏。在与老人们的相处的这几天中，老人们的无私与伟大深深打动着我们。这些空巢老人的子女常年不在家，他们有的独自生活，有的还需照料不能随父母去外地的孙子孙女，所以生活上的节俭可想而知。而且，老人们年纪大了，有的老人会经常生病，在生病期间由于子女未在身边，所以只能自己照顾自己，他们的心酸只有他们自己知道。身处外地的儿女总是以工作忙为由而不回家，这让老人想让子女回家又怕耽误了他们的工作。导致老人只能如此孤独的一日又一日的度过。生病时也只能自己强忍着，不敢告诉儿女，怕他们担心。

在暑期实践的这几天里真的感觉我们收获了许多精神食粮，在我们为老人奉献出自己服务的同时，老人们也给我们好好上了一课。他们用自己的实际行动诠释着中华民族的优良传

统。所以，在实践的这几天我们可能会因为一些事情不开心，但我们从不表现出来总是把自己灿烂的笑脸展现在老人面前。希望通过自己的绵薄之力为老人带来欢乐的时光。同时也希望那些出门在外的游子们在奔波于工作的同时也不要忘记独自在家的老父母。“子欲养而亲不在”世间最悲伤的也莫过于此。所以我们每个人都应该趁父母健在时好好的去疼爱关心他们。在以后的学习生活中，只要有机会我们就应该多去参加这种社会实践以便去更好的提升自己。