

精神科社区实践活动心得体会 社区实践活动心得体会(汇总7篇)

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

精神科社区实践活动心得体会篇一

助人为乐是一种美德，助人也是人格升华的标志。为了体验“关怀、奉献爱心、付出”的欢乐，为了增强我们服务社会、融入社会的意识，我与同学来到安海育婴院进行社区活动，育婴院院长热情的接待了我们。

刚进育婴院时，我便惊呆了，它与我想象中的育婴院完全不一样，我想象中的育婴院应当是干净，美丽，宽阔的，而眼前的育婴院却是拥挤，昏暗，甚至还有些异味。我看到许多孩子共同挤在一间小屋里睡觉，不禁有些心酸。这些孩子有的身体带有残疾，有的刚出生便被父母遗弃，都有着可怜的身世，他们是靠社会的资助而得以存活。

刚开始，我们接近小宝宝时，他们便会哭闹，之后，在院长及育婴院阿姨们的帮忙下，我们与小宝宝渐渐熟悉，渐渐玩在了一起，我们帮小宝宝换衣服，带他们一齐玩，我们还帮忙扫地，擦窗，拖地等。在经过一天的劳动之后，我们带着满身汗水，恋恋不舍的离开了育婴院。

我想，对于那些小宝宝，我们是幸福的，因为至少我们还有家，还有爸爸妈妈，我们应当更感恩生活，更珍惜生命，如果还有机会，我还想再参加这种活动，因为参加这类实践活动，对于此刻的高中生来说是十分重要的，一是锻炼我们的实践本事，这也是这个活动开展的初衷；二是增加我们与外界

的交流，使得我们不再死读书，读死书，而是在实践中发现真理的所在；三是让我们学会感受社会，体验社会，真正参与到社会实践中去，让我们真正去发现生活中的完美，去感受更广阔的天地。更重要的是，它培养了我们一颗助人的心，让我们真正体会到助人的喜悦。

社区服务提高了我的社会服务本事。引导我初步接触、

了解了社会，增强了社会职责感和社会适应本事。更让我明白了学会独立的重要性。在竞争如此激烈的今日，对于我们，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日，如何适应社会也是我们即将面临的困难。越早接触这个日新月异的社会，就意味着越能适应它。也同样经过加强劳动观念，从而引导我们从小树立正确的人生观、价值观。

社区实践体会

精神科社区实践活动心得体会篇二

新冠疫情的爆发使得全世界都陷入了一场无声战争，社区实践活动成为了每个人积极参与抗疫的一种方式。在这场战争中，我也积极参与了社区实践活动，并且从中获得了一些心得体会。本文将以社区实践活动抗疫为主题，探讨其对我个人和社区的影响及启示。

二、主体

1. 加强沟通与协作

在社区实践活动中，我与来自不同背景和不同职业的志愿者们进行了紧密的沟通和协作。我们每天一起讨论工作安排，

分享经验和资源，并共同制定解决方案。通过这样的合作过程，我学会了倾听和尊重他人的意见，也明白了协作的重要性。只有通过有效的沟通与协作，我们才能在抗击疫情的过程中发挥更大的作用。

2. 培养责任意识

社区实践活动要求参与者自觉遵守相关规定，积极宣传防疫知识，协助社区居民履行个人防疫责任。这使我更加意识到个人责任的重要性。作为一名志愿者，我不能仅仅为自己的安全和健康负责，还要懂得传递正确的信息和行为方式，帮助他人遵守规定，并共同维护社区的健康安全。

3. 提高应变能力

疫情防控的形势瞬息万变，每天都需要根据最新的情况作出相应的调整 and 安排。这让我学会了快速反应，灵活应对。在社区实践活动中，我们时常会面临各种突发情况，如突发疑似病例、返乡人员急需帮助等。面对这些情况，我学会了从容应对，提高了应变能力，也增强了我面对突发情况时的冷静思考和处理能力。

4. 传递温暖与希望

抗疫期间，社区实践活动不仅仅是提供实质性的帮助，更重要的是传递温暖与希望。我与社区居民进行互动，倾听他们的心声，给予他们关怀与慰问。在这个过程中，我看到了很多感人的瞬间，看到了居民们逐渐从恐惧和焦虑中走出来，重新找回了信心和希望。这让我深刻体会到，爱与希望的力量是无穷的，只要我们守望相助，就能迎来更美好的明天。

三、结论

社区实践活动是一次极具意义的抗疫行动，通过参与活动，

我学到了很多知识和技能，也得到了很多成长。这次经历让我更加明白了团结协作的重要性，激发了我将来继续参与社区服务的动力。我希望今后能继续发挥自己的余热，为社区的发展和繁荣做出更多贡献。

四、反思与感悟

通过参与社区实践活动，我深刻认识到了疫情给我们带来的危机和挑战，也看到了那些默默奉献的人们的辛勤付出。在以后的日子里，我要时刻保持对疫情的警惕，积极参与居民的关爱和服务，在自己的力所能及范围内尽一份力量，一起战胜疫情，让社区更加安全和和谐。

五、展望未来

社区实践活动并不只是为了应对疫情，更是一种社会责任和参与精神的表达。希望在疫情得到有效控制之后，社区实践活动可以得到更多的关注和支持，成为社区发展和居民幸福的永恒主题。我相信，只要每个人都能积极参与，我们将共同筑起一个更加美好、健康和向上的社会。

通过社区实践活动，我深刻体会到了团结与合作的重要性，培养了责任感，提高了应变能力，也传递了温暖与希望。在这个特殊的时刻，我感到自豪和幸运，能够参与到社区实践活动中。我将继续以积极的态度参与社区工作，为社区的发展做出更多贡献，让社区更加美好。

精神科社区实践活动心得体会篇三

每当一场刻骨铭心的戏剧结束，合上疲倦的暗红色幕帘时候，我的目光都会久久凝视着幕布，像是自己的目光穿透了一切，看到了幕布后，角色们忙碌不跌的寂寞，戏剧背后不为人知的故事。

许多，而更多的是我们出乎意料的实践馈赠——我们的友谊，情感的水乳。

7月10号，我们一行20个队员，其中包括朱院长、罗书记、华老师和周老师四位带队人员，以及16位大一至大三的学生成员。我们起行的时候虽说等来的是一辆“迷路”的车，可是我们蹬车门的一瞬间，依旧带着欢声笑语和无限的憧憬。

车上我们谈话，唱歌……

下午时分到达台山市党校下榻，然后马不停蹄地在城市管理局朱局长的带领下前往环西路、革新路等地走马观骑楼……一路上朱院长的讲解和朱局长的介绍让我们收获了许多。骑楼在缤纷的商业化中，出现伤痕累累的病态。历史文化的遗失确实需要我们好好思考以及小心重拾。

步行街人流是断股的线，织不起稠密的网，流失了贵重的同时，微笑也是迷惘而无知的。朱局长说这是无文化的文化保护。

紧接着，我们去了河南村，也称旧洋居、华侨农村，观赏了所谓城中城的情景。拉开沉重的木门，进入略显老态的屋子内，时空的交叉隐约显现了出来。我习惯性东摸摸西触触，结果触及而回满身忧伤。那种燕子楼空，空锁楼中燕的感觉，漫过最敏感的一隅。眼神稍微暗淡了。没有人发觉，我暗自庆幸。

随后，我们到了烈士陵园，可是我带着一种不带走一片云彩的轻松心态。毕竟谈到烈士，太沉重了，历史的雾霭可以轻易吞噬一个灵魂，我觉得。所以，尽量把心态放松，结果就真的不带走一片云彩的离开的烈士陵园。不过，敬爱的烈士们，我经过高耸的墓碑时，心里还是给与最虔诚的一躬，不知道你们收到我的致敬没有。

第一天的晚上我们就开展了研讨会，同学们的热情还是不错，会议基本顺利，达到一定的预期要求。

第一个实践夜晚，我就失眠了。也许是因为身外异乡，台山一行更触发了我内心深处潜伏的对生命的感慨，那晚我和我的舍友进行了一场消耗战式的谈话，消耗时光的同时，也消耗着我们挤压的抑郁。最后，睡得我们毫无防备。

第二天，也就是7月11号，我们去了翁家镇，走进酷似总统府的庙边小学。小学中一棵硕大无朋的凤凰树引起了我的兴趣，于是，我的脚步大体留在了那里。树荫下，闪烁着调皮的光点，打动着童趣未消的内心。

出来后，我们就近去了附近了三座洋楼。三座洋楼仿佛就是桃园结义中那三位名垂千古的人物“刘备”、“关羽”、“张飞”一样。三座洋楼的建筑符号无不传达着建筑者们所想表达的情谊和展示心里，让路过此地的人不禁驻步一观。

话说，我对三结义的故事感兴趣，对上述三人却感觉一般般。三国中最然我喜欢的是曹操，不说他奸雄之行径，却只问他可爱的指点江山。

跟着，我们还去了一些地方观看了骑楼的现状。台山的骑楼还真的是首屈一指，不愧是全国的第一大侨乡，华侨同胞们回乡兴房的爱国情怀又一次打动了我。

最后，我们去了五丰村，欣赏了味儿浓重的东南亚风情的村落。那些规矩而不规则的植被，好让我们一行人赞叹不已。那种异国风情以一种爆炸的方式感染着我的心。毕竟对一个没有出过国，而又好似亲眼见识到国外风情的人来说，却只能被无所反抗的感染了。那种滋味，我喜欢。

刘村长热情的向我们介绍了五丰村的种种，我们一边兴致勃

勃的听着，一边有点迷失的游走在异国的芳香花园中。

走着走着，我们进入了当地特有的“东南亚风情园”，在那儿，我们欣赏到了当地归国侨胞们精彩的表演，其中包括了印尼风情舞、鸡冠舞、伞舞和阿拉伯宫廷舞等，其中以阿拉伯宫廷舞最为精彩的舞蹈。而且表演中还有一个节目是一种乐器的表演，可是我写不出它真正的名字，只能用音译来表示“安哥龙”。很特殊的演奏方式，很喜欢的乐器样子，很醉人的击打声音。而且，我还上台与之合唱了一首“月亮代表我的心”，不怎么会歌词，可是表现不错，他们都这么说，我就这么信了。

看完表演，我们去了全国唯一一所归侨博物馆，感觉一般，也是走马观花的情怀。

最后我们分散去了当地居民的家进行访谈，可是在与老伯伯激情谈话的时候，天气却成为最扫兴的角色，我们被迫无奈上了离开的面包车。不过，我可以很郑重的说，不虚此行。哟，那婀娜多姿的身影，那飘荡不散的音符，都给了我们一个离开时不错的心情。

回去台城的车上，成员们累得睡着了。

说句实在话，真的有些累，行程安排的满满的，甚至是计划多了，时间不够，可是我们依然马不停蹄。不过话说回来，我们还是得好好感谢朱局长的精心准备与热情款待。行程出乎意料的丰满，节奏超出想象的快。有好有坏，可是好的绝对多于坏的。多多了！

11号晚上，终于迎来一个休息的机会。许多同学选择上街逛逛，而我和一小部分成员选择了回去党校的宿舍。也许主要不是因为累，可能是这些天接受的东西太多，需要整理的东西也就多，所以想静静。

那天晚上，许多同学玩杀人游戏杀到了三四点。呵呵，他们很高兴，我拿完面包过去，回来也开心的睡着了。

第三天，也就是12号早上，朱局长为我们准备了一场讲座，关乎科学发展观的。而在讲座的时候，华老师和我去到了外面网吧，忙着发通讯稿。回来的时候，讲座已经结束了。随后我们去了当地的博物馆，更为深层次的了解了当地的乔文化，学到了许多我们课本上接触不了的新鲜事物。

好了，这是最后一个行程了。下午我们去了永胜村，用了近两个小时观看了十多座碉楼。走进两百年历史的村落，那种纠结的时空感又很明显在心头浮起。几十户的人家，上百年的回忆。或许让我们学习到的不仅仅的碉楼那严森的枪眼意义，也让我们用心贴住善还跳动的历史脉搏，感受曾经的点点滴滴血泪吧。

12号下午四时许，我们搭上了回程的车辆，六点多回到了学校。

瞧，结束得多匆忙啊。但能有什么法子么，这是没有得改变的。所以也就顺其自然了。剩余的好似全都是回忆，刚结束，我就忍不住拼命的回忆，回忆征程上累得实在不行的眼睛，以及支撑着笔录的过程。

是啊，像其余成员所说的，我们收获了好多……而对我来说，我还写出了人生的第一篇通讯稿。看得多了，写得时候还是蛮难的，但在华老师的帮助下，还是写了出来。心里蛮喜欢的。

回来后，留校的同学经常见面就问“怎么这么快回来了啊？”我回答说，“我们已经丰收了一船的回忆。”

结束就结束了吧，结束意味着下次的即将来临。但是在还算比较久远的“下次”来临前，我还是忍不住死死对这次台山

之行回忆一次又一次。

我们在幕布后收拾着表演完后的狼藉，整理着节目过后的心情，一切看似轻松简单，而事实上内心却一波未平一波又起的激动荡漾。一次实践之行可能不算什么，但一次心灵的成长却是人生中重要的事情。

我感觉我又长了不少。谢谢，谢谢这么一次机会。我可爱的台山之行。

大家都是那么的可爱！

社区实践活动心得体会3

精神科社区实践活动心得体会篇四

随着新冠疫情的爆发，全球各地的人们都陷入了无比艰难的时刻。作为中国人民，我们为能够在疫情防控中取得显著成果感到自豪。在这个关键时刻，我积极参与社区实践活动，并从中获得了宝贵的经验和体会。在抗疫过程中，我们团结一心，共同战胜疫情；同时，也收获到了社区合作、个人责任和社会公德等方面的收获。

首先，社区实践活动让我深刻体会到团结的力量。在抗疫期间，我所在的社区组织了多项实践活动，如物资捐赠、志愿者服务等。大家积极参与，相互配合，展现出了极高的团结力和凝聚力。举个例子，我们志愿者团队对社区进行了排查，挨家挨户走访，了解居民的口罩使用情况和身体状况。在这个过程中，我们紧密合作，共同解决问题，为居民提供帮助和支持。通过社区合作，我们有效地遏制了疫情的传播，保障了居民的生命安全和身体健康。

其次，个人责任意识也在社区实践活动中得到了增强。在疫情期间，我心里充满了对家人、朋友和社区居民的担忧。因此，我主动参与志愿者服务，为社区提供帮助。通过参与社区实践活动，我体会到了每个人都应当承担起保护自己和他人责任。我清楚地认识到，防疫工作不仅仅是政府的责任，更是每个个体都应该积极参与的社会行为。无论是做好个人防护，还是提醒身边的人注意防护，每一个人的行动都能够起到重要的作用。只有每个人都能真正履行起个体责任，我们才能战胜疫情，共同创建一个安全和谐的社区。

最后，社会公德的重要性也在社区实践活动中得到了彰显。在抗疫过程中，我一直坚信社会公德是衡量一个人素质的重要标准。在社区实践活动中，我看到了许多学生、社区居民和志愿者们克己奉公、积极奉献的场景。他们无私地为疫情防控付出着努力，展现出了高尚的品质和崇高的社会责任感。这让我深刻认识到自己的不足，也激励着我更加努力地发扬社会公德，为社会做出更多的贡献。在疫情结束后，我将继续坚守社会公德，积极参与社区事务，为社会的发展贡献自己的一份力量。

综上所述，社区实践活动让我深刻地感受到了团结合作的力量、个人责任的重要性以及社会公德的弘扬。这次抗疫是中国人民共同战胜疫情的胜利，也是社区实践活动的成功范例。通过这次经历，我认识到了自己的责任和义务，而且更深刻地认识到社区合作、个人责任和社会公德在抗疫过程中的重要性。我相信，只要每个人都能牢记这些体会，我们就一定能够共同建设一个更加美好的社区和国家。让我们齐心协力，共同抗击疫情，实现中华民族的伟大复兴。

精神科社区实践活动心得体会篇五

近年来，社区实践活动在我国得到了广泛的开展，它不但丰富了社区居民的业余生活，增进了人与人之间的交流，还起到了社会教育和社会服务的作用。通过参与社区实践活动，

我深刻体会到了其中的益处和作用。以下是我个人对于社区实践活动的心得体会。

首先，社区实践活动丰富了我的业余生活。社区实践活动组织了各种各样的文体娱乐活动，如舞蹈比赛、书法展览、音乐会等等。这些活动不仅让我开阔了眼界，欣赏到了高质量的表演，还可以亲自参与其中，感受到艺术的魅力。同时，在实践活动中我结识了许多志同道合的朋友，与他们一起讨论学习、交流经验，使我的业余生活更加有意义、丰富多彩。

其次，社区实践活动增进了人与人之间的交流。社区实践活动是一个聚集了各个年龄段、不同职业背景的人们的平台。在社区实践活动中，我们可以与他人结为朋友，共同参与活动、共同讨论问题。这种交流不仅让我们了解到不同人的不同观点和看法，也让我们意识到自己的不足之处，从而进行自我反思和改正。通过与他人的交流，我在思维、观念上有了新的启发，同时也为他人所赞美和鼓励，增加了自己的自信心和满足感。

再次，社区实践活动有助于社会教育。社区实践活动作为社会教育的一种形式，使社区居民得以增长见识、提升素质。通过学习和参与各种活动，我们具备了更多的专业知识和技能，扩大了自己的知识面和视野。同时，社区实践活动还能够让我们参与社区管理和自治，培养我们对社会责任和义务的意识。社会教育不仅使我们在各个方面能力得到了发展，还让我们具备了更好的适应社会发展的能力。

最后，社区实践活动发挥了社会服务的作用。社区实践活动不仅为社区居民提供了丰富多彩的文化娱乐活动，还为他们提供了各种社会福利服务。无论是为老人提供医疗保健服务，为孩子提供教育辅导服务，还是为社区环境提供保护和改善服务，社区实践活动都起到了积极的作用。通过社区实践活动，我们可以服务于社区的发展，为社区居民带来更多的便利和收益。

总而言之，社区实践活动的益处和作用不容忽视。它丰富了我的业余生活，增进了人与人之间的交流，同时也具有了社会教育和社会服务的作用。通过参与社区实践活动，我不仅成长了自己，也为社区做出了贡献。我希望社区实践活动能够得到更多的关注和支持，让更多的人受益。

精神科社区实践活动心得体会篇六

第一段：引入社区实践活动的重要性（200字）

社区实践活动是一种为社区和社区居民提供帮助和服务的行为，通过参与社区实践活动，可以促进社区的发展和增进社区居民的幸福感和幸福感。在这次社区实践活动中，我参与了打扫社区公园的活动。通过这次活动，我深切体会到了社区实践活动的重要性，也收获了许多感悟和体会。

第二段：社区实践活动的意义与收获（250字）

首先，社区实践活动有助于增进社区居民之间的交流和凝聚力。在打扫公园的过程中，我与其他志愿者一起努力，共同解决问题，共同完成任务，这让我们建立了紧密的联系和深厚的友谊。其次，社区实践活动可以提高个人的自信心和责任心。在清扫公园的过程中，我不再是一个袖手旁观的旁观者，而是积极主动地参与其中，我感到自己的工作对于整个社区的环境和居民来说都是非常重要的。最后，社区实践活动可以培养个人的团队合作能力和组织能力。在整个活动中，我们需要相互合作，分工合作，高效地完成任务，这让我更加意识到了团队合作的重要性。

第三段：面临的挑战与应对方法（250字）

在参与社区实践活动的过程中，我也面临了一些挑战。首先，打扫公园的工作是一项需要体力和耐力的工作，由于我没有接触过这方面的工作，刚开始时感到有些吃力。然而，我通

过努力克服自己的不足，逐渐适应了工作的强度。其次，和其他志愿者的合作也是一个挑战。每个人都有自己的想法和做事方法，有时会产生分歧和矛盾。为了避免这种情况的发生，我学会了倾听和沟通，与其他志愿者进行有效的协商和合作。

第四段：对社区实践活动的思考与感悟（300字）

通过这次社区实践活动，我认识到了社区居民的需求和问题，也发现了社区实践活动的潜力和机会。我深刻认识到，参与社区实践活动不仅是为社区居民提供服务，更是一种自我培养和成长的机会。通过参与社区实践活动，我不仅能够提高自己的能力，还能够为社区居民带来更多的福祉和幸福感。因此，我决定将来继续参与社区实践活动，并积极推动社区发展。

第五段：总结社区实践活动带来的收获与展望未来（200字）

通过这次社区实践活动，我不仅提高了自己的能力和素质，也为社区的发展做出了一份贡献。我深刻体会到了社区实践活动的重要性和意义，也明白了自己的责任和义务。未来，我希望能够继续参与社区实践活动，为社区居民提供更多的帮助和服务，并积极促进社区的发展和进步。同时，我也希望能够通过自己的努力和行动，影响更多的人关注和参与社区实践活动，共同建设一个更加美好的社区。

精神科社区实践活动心得体会篇七

之所以我们大家都克服了假期睡懒觉的习惯，是因为我们今天要进行一个特别有意义的实践活动，来给我们这个无聊的假期带来一些新鲜感和体验。

没过多久，我们的人就集齐了，大多都是一些有志于社会实践的年轻人，也有一些从容的面孔，那多半是老员工。就这

样，我们这也么一群人在领了袖章和清扫工具后，浩浩荡荡的来到了一个街区，接下来我们有几个工作要去做，可不能有半点马虎。

首先我们分工了一下，一部分人去负责铲除掉墙上的牛皮癣广告，一部分人去清扫地面的垃圾，并且我们都要把自己遇见的有损失的公共设施和宣传板记录一下，方便社区后期进行下一步的工作。

而我则被分配到了去铲除墙上的广告纸，这可不是一个轻松的活计，虽然这片社区常有人清理，牛皮癣广告并没有很多，但是这些小广告之说以被称为牛皮癣就是因为它的不好清理，我们只好一点一点的拿水泼，拿小铲子铲，甚至于亲自伸出手用手去清理那些较为顽固的地方，着实将我们这组人累出了一身的汗。

但是当我们一条路走下来后，回头看着我们身后变得干净的社区墙面，心里的自豪感还是压过了疲惫，看哪！这就是我们的劳动成果！

在完成这些基础的清扫工作后，个人简历我们还有一件重要的事情要做，那就是给社区的居民们宣传垃圾分类和环保方面的知识。现在国家大力推动环保，身为祖国未来的我们自然要将自己大学生的响应工作做好，为垃圾分类和环保做宣传只是其中微不足道的一点点罢了。

我们三三两两的拿着宣传单在太阳底下分发着，没有人嫌累也没有人叫一声苦，大家都干劲满满的宣传着这些资料，当然作为宣传者，我们也都仔细的研读过宣传的内容，对于更深入一点的知识也有过一点涉猎。保证在有人好奇询问的时候能够用自信而流利的话解开大家的疑惑。

这次的社区社会实践就在这样热情洋溢的气氛下结束了，组长夸奖了我们每一个人的表现，这是对我们工作的肯定，也

是给我们这次社会实践划上了一个让人满意的句号。虽然时间不长，但是给我带来的新奇体验和宝贵经验却不少，如果日后还有类似的活动，我想我一定会做的比这次更加优秀，更加出彩！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)