

在实践中追求和发展真理 在实践中长才干心得体会(汇总6篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

在实践中追求和发展真理篇一

才干是一个人在特定领域中所拥有的能力和技能，是在实践中逐渐培养和提升的。在我多年的实践中，我深刻体会到了实践对于才干的培养的重要性。实践不仅可以让我们学到知识和技能，更能锻炼我们的意志和毅力。下面我将从实践的重要性、实践中获得才干的过程、实践带来的成就感、实践促使人不断进步四个方面，分享我在实践中长才干的心得体会。

首先，实践对于才干的培养具有至关重要的作用。在实践中我们可以通过实际操作，将书本上学到的知识落实到实际中去。实践可以使我们更深入地理解和掌握知识。比如在大学时期，我学习过编程课程，但只有在实际编写代码中，才能真正体会到编程知识的运用和实际效果。同时，实践也是检验才干的重要标准，只有在实践中展现出的才干才是真正有价值的。通过实际操作，不断感受和纠正错误，我们的才干才会得到提升。

其次，实践中长才干是一个持续的过程。实践不是一蹴而就的，需要通过反复的实践和积累才能取得进步。在初次实践中，我们可能会遇到各种问题和困难，但是通过不断的实践，我们可以不断改进和提高。比如我曾经参与过一项设计工程，在设计初期碰到了许多难题，但是通过不断实践和思考，我找到了解决问题的方法，并最终完成了工程。这个过程中培

养了我的解决问题的能力 and 才干。

实践所带来的成就感也是长才干的重要动力之一。在实践中，每一次成功都会带来满足感和成就感，而这种成就感会进一步激励我们不断提升自身才干。比如我曾经参与过一场模拟演讲比赛，经过多次实践和努力，最终我成功地发表了一篇优秀的演讲，这一时刻的成功充满了成就感，让我更有动力去继续努力提升我的演讲才干。

最后，实践是一种使人持续进步的动力。在实践中我们会遇到各种新的挑战 and 困难，这些挑战和困难是我们成长和提高的机会。通过实践，我们会不断面对自我超越的需求，从而迫使我们不断进步和学习。正如著名科学家爱因斯坦所说的：“实践是检验理论的唯一标准。”只有通过不断的实践和尝试，我们才能不断进步，提高自己的才干。

综上所述，实践对于才干的培养至关重要，它可以使我们更深入地理解知识，通过实际操作来提升才干；同时，实践也是一个持续不断的过程，需要不断的实践和积累才能取得进步；实践所带来的成就感和动力也是长才干的重要因素；而实践也可以促使我们不断进步和提高。在未来的学习和工作中，我将继续注重实践，通过实际操作来提升自己的才干，不断提高自己的综合素质，为实践中的成长贡献自己的力量。

在实践中追求和发展真理篇二

在实践中，培养和提升自己的才能是每个人不断追求的目标。通过实践，我们不仅能够检验和巩固自己已有的才干，更能够不断探索和发展新的能力。在这个过程中，我也深深体会到了一些关于长才干的心得和体会。下面我将从坚持实践、勇于尝试、学会总结、寻求改进、树立信心这五个方面，分享我在实践中长才干的心得体会。

首先，坚持实践是培养才干的关键。只有通过实践，才能真

正将理论知识转化为实际能力。无论是学习音乐、运动、写作还是其他技能，都需要实际动手去尝试和实践。在我自己学习乐器的过程中，我发现只有不断地琢磨、练习，才能够真正掌握技巧和套路。而且，实践过程中的失败和挫折也是必不可少的，只有在不断的失败中，我们才能够吸取经验，找到适合自己的方法。因此，坚持实践是培养才干的关键一步。

其次，勇于尝试是取得进步的重要因素。在实践过程中，经常会遇到一些未知的领域和困难，这就要求我们能够敢于尝试，敢于挑战自己的舒适区。正如爱因斯坦所说：“船要在岸上停，它就不安全了；人要在墙上停，他也不会再进步。”在实践中，每一次新的尝试都是一次学习和进步的机会。只有勇于尝试，我们才能够不断突破自己的局限，发现新的可能性。

第三，学会总结是提高才能的必要过程。在实践中，我们不能只顾着忙碌，还要善于总结经验和教训。通过总结，我们可以发现自己的不足和错误，并且找到解决问题的方法。同时，总结还能够帮助我们进一步加深对已有知识和技能的理解和运用。在我的学习和工作中，我喜欢记录学习笔记本和心得体会，这样可以使我更好地记忆和运用已有的知识，也有助于不断完善和提升自己的能力。

第四，寻求改进是不断进步的关键。没有完美的人，也没有完美的才能。在实践中，我们需要持续地寻求改进和提高。既然每次实践都能够带来经验和教训，那么我们就要勇于面对自己的不足，并积极采取措施进行改进。通过寻求改进，我们可以不断提高自己的熟练度和专业水平。在我自己的工作中，我会向他人请教和倾听他人的建议，也会观察和学习他人优秀的实践经验，从中寻找自己需要改进的地方，以期不断提高。

最后，树立信心是发展才能的关键。在实践中迎接挑战和面

对困难时，我们要时刻保持积极乐观的态度，树立信心。只有相信自己能够克服困难，才能够继续前进。实践中的困难和挫折是正常的，只要我们坚持下去，相信自己的能力，我们就能够取得成功。在我的学习和工作中，我会告诉自己要有耐心和坚持，相信自己的能力，相信只要付出努力和持续实践，就能够取得好的成果。

总之，通过实践来培养和提升自己的才能是非常重要的。在实践中，坚持实践、勇于尝试、学会总结、寻求改进、树立信心是取得才干进步的五个关键环节。通过这五个方面的努力，我们可以不断提高自己的才能，实现自己的梦想和目标。我相信，只要在实践中不断努力，我们都能够成为真正有才干的人。

在实践中追求和发展真理篇三

在实践中培养才干是一种重要的学习方式。通过亲身实践，我们能够更好地了解并掌握各种技能和知识。在实践中长才干需要付出努力和坚持，但收获也是巨大的。在我个人的经历中，我深有体会地发现通过实践可以不断提高自己的才干，以及在实践中取得成功的重要性。以下是我在实践中长才干的一些心得体会。

首先，实践是学习的最佳途径之一。通过实践，我们能够将书本知识应用到实际生活中去。以我个人举例，我曾经在学习乐器的过程中经常遇到困难。只是靠读书学习音乐知识是远远不够的，更需要亲手去实践。只有亲手操作乐器，才能够真正理解音乐的精髓，才能够感受到音乐所带来的快乐和成就感。通过实践，我不仅能够学会弹奏乐器，还能够更加深入地了解 and 掌握音乐的技巧和表现力。因此，实践是培养才干的重要途径之一。

其次，在实践中长才干需要付出努力和坚持。实践本身是一项辛苦的过程，需要我们付出大量的时间和精力。比如，在

学习一门外语的过程中，我们需要坚持每天进行口语练习，并且不断纠正自己的发音和表达方式。这需要我们花费很多时间和精力，但只有通过实践和坚持，我们才能够真正地掌握外语，并且用流利的口语来交流。在我的经验中，我曾经付出了很多努力去学习游泳。一开始我不会游泳，但通过每天坚持练习，我最终学会了游泳，并且还参加了游泳比赛，取得了不错的成绩。这一切都是因为我在实践中付出了努力和坚持。

再次，实践中的错误和失败是成长和进步的机会。在实践中，我们难免会遇到一些挫折和失败。例如，我曾经在一次摄影比赛中拍照技术不够好，没有得到奖项。但通过反思和总结，我发现了自己的不足之处，并且在下一次比赛中取得了更好的成绩。这次失败使我更加努力地学习摄影技巧，提升自己的照相水平。实践中的错误和失败是宝贵的经验，只有通过不断尝试和纠正错误，我们才能够不断地成长和进步。

另外，团队合作是实践中的重要因素。在实践过程中，我们常常需要和他人合作，共同完成任务。通过与他人的合作，我们可以学到很多知识和技能。比如，在学习项目管理的过程中，我曾经加入一个团队，共同负责一个项目的实施。通过与团队成员的合作，我们发现了项目中的一些问题，并且在集思广益的基础上找到了解决办法。通过这次实践，我不仅学到了项目管理的相关知识，还学到了如何与他人合作的技巧，以及如何协调团队中的不同成员。

综上所述，实践是培养才干的重要途径之一。通过实践，我们能够将书本知识转化为实际能力，并且在实践中不断提高自己。在实践中长才干需要付出努力和坚持，但通过付出，我们最终会取得成功。实践中的错误和失败是成长和进步的机会，而团队合作则是实践中的重要因素。通过实践的过程，我们不仅能够培养才干，还可以发现和发展自己的潜力。因此，我们应当积极投身于实践中，不断锻炼自己的能力，追求更好的成长和发展。

在实践中追求和发展真理篇四

7月，我抱着好奇的心态加入了“希沐”暑期社会实践团队，并和队友一起回到我的故乡郟县进行了以“聚焦郟县农民的民生梦”为主题的社会实践调查。在活动中，我不仅重新建立了对民生的理解，也对自己的家乡有了更进一步的了解。

炎炎夏日，我们团队八人一起赶赴柳陂镇。在这里我们进行了一系列的调查，走访政府，和农民伯伯在地里交流，与瓜农讨论收成等等。通过深入实地接触农民，我深深了解到农民伯伯生活的不易，由此我突然想到自己的父母，心里觉得对不起他们。

社会实践虽然只有短短的几天，但教会了我很多东西。首先，做任何事情都要全力以赴。在最开始阶段我仅仅是为了完成暑期实践，至于参加团队也是因为好奇心。但在活动开始后，我发现队友都非常用心，他们在这次社会实践上投入了许多的精力和时间。从一开始团队申报立项到最后撰写实践报告，我们团队中的每一个人都始终以极其饱满的热情，认真负责的态度配合其他成员完成自己所负责的相关工作；他们的投入深深感染了我，让我不好意思打酱油。在队友的感染下，我也尽自己最大的努力做好自己的事。

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。社会实践给了我认识自己不足的机会。在调查中，我发现了自己不懂交流技巧，不会随机应变等不足。在第一次与门卫交流中我被门卫拒绝在，还好队友机智应变让我们最终得到采访机会。此后，我尽量观察队友都如何与人交流，学着思考，提高自己的应变能力。活动后明显感觉自己交际能力有了提高。

社会实践不仅锻炼了我沟通能力，同时也磨练了我的意志。七月鄂西北素有火炉之称。我们团队又是到农村调查，大部分时间都是在烈日下活动，炎热的天气不仅炙烤着大地，也考验了我们的毅力。活动期间，我告诉自己要坚持，坚持就

是胜利，最终我向自己证明了我不是温室花朵。短短十几天，我黑了很多，但我的内心坚强了。不管以后遇到任何困难，我都有信心克服它，干掉它。

这次社会实践活动不仅让我认清了自己的不足，也弥补了我知识的缺陷。在活动开始阶段，我以为民生问题就只是人民生计。活动中我才发现自己的理解是多么浅显。民生问题不仅涉及住房、教育问题，还涉及医疗卫生社会保障、养老保险等。在与人交流中，我对自己家乡的基本情况有了了解，也对民生有了更深刻的理解。

社会实践虽然结束了，但民生问题还任重而道远。这里不仅需要政府的参与，更需要我们的努力。作为当代大学生，我们有责任扛起让祖国繁荣的重任。因此我们不仅要学好理论知识，更要多参加社会实践，让自己充分了解国情。为以后建设祖国打下良好基础。

在实践中追求和发展真理篇五

在实践中成长600字

作者/关智声

每走过一条路，就会多一份成熟。

——题记

人生就像是一次旅行，沿途中会遇见无数迷人的风景，经历无数坎坷的路，可每每走过一条路，人生就像是获得了一份宝藏，慢慢的走向成熟。

那一段时间，我好像就走了一段不同寻常的路，它让我懂了很多。

按照学校安排的任务，我的假期社会实践是在一个烧烤坊打工，去体验服务员们工作的辛苦。到了指定的工作地点，我找到了饭店经理并说明了我的身份，几番商量后，我便换好衣服，去了二楼的备餐间，开始了我的服务生涯。

我的工作时间为每日两小时，连续工作一周的时间。起初，我的工作是“捡菜”就是将带有二楼标签的菜盘子从运输带的索道上取下来然后又由相应的上菜服务员端上该菜品。开始的时候就是不断重回复这一简单的动作，略有一些枯燥，不过那个运输菜的索道又给了我一些新意。索道分为两组运动方向分别是自上而下和自下而上，如果捡菜员发现有本楼层的菜只需轻轻一挥手就可以让索道停下来。因为索道是智能感应的，在取菜位置有一条不可见的手感红外线，如果红外线被遮挡，索道便会停止，如果红外线附近什么也没有，那索道就会畅通的运行了。出于好奇我将头从取菜口探了出去，想看看其他楼层的情况，结果一下子就被一个大哥哥拽了回来。他告诉我这样非常的危险并给了我一本员工需知，我仔细地读了一遍，点了点头。

后来我的工作换成了上菜，认识菜桌之后，每次捡好菜后，垫一个盘子就可以上菜了。但看到热乎乎的烤串我不禁动心了，好想偷偷地吃一口，但我想了想自己的底线，我决定一定要坚持底线，不做出格的事。

就这样，不知不觉一周的时间就过去了。当我又一次注视着秒针停留在十二点的时候，我的心又一次恢复到平静。在这短短的一周时间里，看似平凡的一次经历却让我体会到成长的苦与甜。

在实践中成长。正如那句话：我成长，我快乐。

在实践中追求和发展真理篇六

前言：

为期三周的社会调查实习已经接近尾声，我只能说这是与众不同的实习经历，它教会了我们很多东西。在这三周中，我经历了过去二十多年所不曾经历的一切，学会了很多学校交不了我的知识和技能，看到并且尝到了世间百态，经历了调查过程中的酸甜苦辣……只能说，过去我只能算是法律上的成年，经过了这次实习，观察社会，才发现过去的自己是多么的简单。

在实习第一周刚开始的时候，我原本以为会比较轻松，至少不会是多么复杂的一件事，可是接下来的事情远远超出了我的想象。下面，我将用最通俗的语言讲述我的调查经历，描述我情商的成长历程。

一、问卷设计初试身手，审核修改屡遭挫折

实习的第一天，我们经过了分组和调查课题，我们组的课题是“养老”。说实话，我非常的高兴，也很重视，因为我对这个课题真的非常感兴趣，而且，由于我国老年人的人数不断增加，我国老龄化程度的不断加剧，并由此产生我国养老金缺口扩大化的现象。因此，我觉得我们的调查课题非常有意义，我也很想从这次的调查中真正可以学习到些知识，了解我国目前的养老政策，以便以后可以更好的学习养老保障这么课程。

第一天的实习分组后，我们安排了这周的活动日程安排。可是当我们真正去了解这个问题时，我们才发现我们自己对养老这个命题和概念的了解是非常不够的。当我们想做问卷基本内容时，我们却发现我们连养老最基本的内容、本次调查研究的对象和范围都不了解。当我们具体的讨论内容无法进行的时候，别组同学却已经和指导老师讨论完毕后进行设计问卷的环节，那时我心急如焚却还要保持平静的心，不能让自己自乱阵脚。经过第二天和老师的讨论，我真的平静了下来，因为，我们讨论后的问题经过老师的指导后变得豁然开朗，明确了我们调查的主体人群、调查的地点和调查的具体

内容。经过这次和老师的讨论，我们明白了自己接下来要做的事，我们也开始着手我们的问卷设计。可是接下来的工作让我们感到十分的沮丧和无奈。我们经过集体讨论后设计出了问卷的初稿，本来以为我们的问卷不会有太大的问题，可是没想到经过老师审核后被修改的面目全非，当时我的心情跌到了谷底。在看过老师修改的稿件后，我们的思路也变得更加清晰明确。我们按照老师修改后的版本又进行了反复的修改，并且在星期日的时候我们拿着自己印制的问卷去了和平市场、核工业二零八小区、火车站等地方进行了问卷的试发放。在那个阳光明媚的早上，我的心情一片阴霾。在被多个老人以各种不是理由的理由拒绝后，我对这次调查实习的问卷填制工作几乎丧失了信心。

以前，在学《社会调查原理与方法》的时候，我并没有觉得这是多么难的一门课程，哪怕是在老师布置了我们进行问卷设计作业的时候，我也不认为这是一件很困难的事，虽然考虑的事情比较多，但也算是基本上顺利完成了。可是经过这次的问卷设计工作，我才发现要真正做好一份问卷，并且这份问卷可以反映我们想要得到的问题以及结论是多么的不容易。哪怕这份问卷经过我们的共同努力，经过有经验的老师的指导，它也会在实际调查中遇到问题和质疑，现实的生活往往不是我们所能概况的。怎样可以做出一份真正可以反映社会问题、概括社会现状的问卷，是我们今后在学习、工作中要不断努力的方向。

二、外出调研填制问卷，能力提升重塑信心

经过我们全组成员的共同努力，我们经过两天艰苦的外出填制问卷，我们小组于实习的第二周的周三完成了问卷填制工作，共计完成191份问卷，涉及主要涉及昆区、青山的各个公园、小区，采访的人群主要是67岁——78岁的退休老年人。通过对他们的调查和访问，我的感触颇多。

我们常说百善孝为先，孝敬父母、老人是我们身为子女的责

任。每个老人都有一部“血泪史”，他们都是从艰苦的年代走过来的“中国近代史”。他们年轻的时候都是意气风发，都曾经为了自己，为了国家奋斗过。但是，现在他们的境遇、心态却不尽相同：有的精神矍铄，有的百病缠身；有的正安享晚年，有的却为了生计而继续奔波劳碌；有的因国家给予的保障而满足，有的却因待遇不好而盼望着国家进一步的帮助……在短短的两天外出调查时间里，我调查了50多位不同类型的老年人，领略了他们生活的酸甜苦辣。在这个过程中，我真正的贴近了社会，看到了人生百态，感到我真的是成熟了。在我们调查的过程中，我发现老人家们最需要的不仅仅是充裕的物质生活，他们往往更希望自己的子女可以在身边陪伴他们，听听他们的故事，陪他们聊聊天。老年人的物质生活充裕是他们得以安享晚年的基础保障，但是，他们真正需要什么，他们想要什么，这才是我们真正应该去关心的。

我们关心老年人的养老问题，不仅仅要关心他们的物质生活，更要关注他们的精神层面的状况。同时，我在这个过程中更加明白了家人的重要性。这期间，适逢重阳佳节，中央电视台的很多频道推出了重阳特别节目，其中一档叫做“我的父亲母亲”，在许多老年人的描述中，我们看到的更多的是老年人积极向上的晚年生活态度，同时还有他们对子女的各种期盼，其中，他们最希望的是子女常回家看看。“子欲养而亲不待”对于子女来说是最大的遗憾，因此，善待家人，尤其是家里的老人，多多倾听他们的心声，不要怕他们唠叨，不要表现出不耐烦，因为这是他们最想要的生活。

三、问卷分析再遇挫折，排练视频乐趣多多

经过我们组成员的共同努力，我们完成了社会调查的三部曲中的第二部——问卷调查工作。接下来的工作就是数据的整理、统计和分析，得出我们的调查结论，以便我们撰写调查报告和制作ppt，把我们的成果展示给老师和同学。在这个过程中，我们组的成员继续发挥着“thestrengthoftheteam”的精神与信条，通力合作在一个上午的时候就完成了数据的统

计工作，下午，我把大家统计出来的数据进行了系统的登记与汇总便于我们下一步的'数据分析，同时也为了方便撰写报告的同学和ppt制作的同学把我们分析的结论用到其中。可是在我下午统计的过程中发现了很多问题，例如：有些题目的选项与总共的有效问卷数不符；有的问题数据前后选项矛盾……在做这些数据的汇总时心情真的很低落，害怕我们这些花费一上午的时间做出来的数据是没法用的，是无效的。更让我感到沮丧和不安的是在数据的分析上，我们对于我们用excel表格分析出来的数据没有一点的想法，不知道从何处入手。这给我们的报告和ppt的撰写和制作带来了很大的困难，但是，我们没有人退缩和放弃。在和老师交流后，我们进行了开会和讨论，在集体智慧的集合下，我们还是完成了这项任务。由此也证明，我们组的成员都是非常有才华的。

任何时候的任何事都不是只有悲伤和困难，在我们这周的任务中，我们还有一项很有趣，很欢乐的任务，那就是我们的视频的拍摄和小品的排练。

这次的视频拍摄过程中，我们充满了欢笑。艺术来源于生活，却高于生活，在这次的拍摄过程中我们深刻的体会到了这一点。整个视频的灵感和细节都是我们问卷调查过程中的真实经历，现在我们可以以一种搞笑、轻松的方式去演绎这一段经历，但是当时我们调查过程中经历这些被拒绝、遭白眼的情况下，我们那种沮丧、无奈、悲伤的心情只有我们自己才能体会明白。这种情况在以后也许仍然会存在于我们的生活，但是，大家一起面对这种挫折的经历却未必会再有了，这也算是我们人生中的一种特殊的经历，共担风雨，同享荣誉。

此外，在这周的周四，我们小组进行了一次欢乐的、“特殊”的聚餐。而这次聚餐之所以“特殊”，就在于它是我们小组的成员一起采购、烹饪的。经过我们将近三个小时的准备时间，在晚上七点的时候我们终于尝到了自己的劳动果实。不得不说，自己动手，丰衣足食，而且味道真的是非常非常的不错。通过这次聚餐，我们小组的成员之间的感情又有了

不一样的递进。

总结：

社会调查实习结束了，我们从中也学到了很多很多，例如：人际交往与沟通的能力、团结协作共同努力的能力、为完成任务和工作协调各方和随即应变的能力……这些平时在学校的学习中体现的并不明显，可是，一旦真的走出校园，面对社会上形形色色的人，这些能力的重要性就体现出来了。而且，这种能力并不是说需要的时候就会自己出现、产生的，它们需要平时的锻炼和积累。平时的我没有对这些能力给予足够的认识，因此在外出调查的初期我吃了很多的“闭门羹”。幸运的是，我进行了及时调整、总结，总算是顺利的完成了调查的任务。

另外，因为我们虽然是同学，但平时上课的时候我们男生和女生之间不会有很多的交流，因此，在这次的调查中，我们小组的成员有了更进一步的了解和交流，我们的感情也通过这次实习得到了增进，这也是增强我们同学之间友谊的一个很好的途径和方式。

总体来说，通过这次社会实习，我们的知识面、各项动手能力和综合素质、人际交往与沟通和处理各项突发事件的能力都得到了很大的提升，而且，我们对于团队精神和团队合作的重要意义得到了更深刻的理解，这也为我们以后步入社会和工作岗位奠定了基础。虽然为期三周的实习已经接近尾声，但是，这只是我们步入社会、了解社会的第一步，我们通过这次实习所学到知识和技能会伴随我们以后的工作和生活，我们也会以此为基础，创造我们的精彩人生。