

最新暑假社会实践心得体会例文汇编 暑假社会实践心得体会例文(优秀5篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。那么你知道心得体会如何写吗？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。

暑假社会实践心得体会例文汇编篇一

七月的骄阳，沸腾了我们青春的热血；无悔的选择，辉煌了我们年轻的岁月。我们带着朝气蓬勃来到了人民最需要的地方，奉献我们的美丽青春，燃烧我们的热情岁月；我们微笑的脸庞和飒爽倩丽的英姿，伴随着这短暂而充实的七天社会实践，定格在时间的长廊中，亘古不变。

暑假社会实践，让我们去关注社会，了解形势与政策的动态，认识自身，认识社会，是一个提升自我，锻炼自我的宝贵平台。在这个过程中，我们离开了大学这个象牙塔，来到了现实的社会中体验社会，体验生活，体验人生；社会实践，让我们贴近社会，去感受最真实的社会生活，体味最真实的人生。

烈日炙烤的大地，滚烫、灼人，却有这样一群人，无论炎热，无视辛劳，坚持做战于一线，他们就是义修队的同学。他们用全面专业的知识与耐心细致的态度为人民解决困难，赢得了广大人民的好评。一丝不苟地工作态度，让他们可以将工作限度地做到，让人民限度地满意。还有义教组的同学，他们用爱与知识在孩子们的心里播撒希望和梦想的种子，他们用心捧起那些渴求知识的孩子们，让他们看到湛蓝的天空，看到梦想的高度。还有各种调研活动的成员，他们在与群众的接触中，了解到人民的需求，在文化、经济、教育、卫生等方面深入调查，通过以调查问卷的方式为媒介，互相交流

沟通为主体，得到人民最宝贵、最真实的回答与反馈，并总结出面、说服力的信息。

文娱汇演绚烂多姿，每个节目辉煌多彩，都深深吸引了当地人民，将我们大学生意气风发，朝气蓬勃的精神面貌完美呈现在他们面前，这一切的一切，都凝聚着文娱组每位成员的辛勤汗水，他们的辛勤付出为社会实践划上绚烂的一笔。还在一群这样的人，高调做人，低调做人，无论在什么场合，什么时候都能发现他们忙碌的身影，他们就是通讯摄影组和后勤组。

实践之旅，多姿多彩，通讯摄影组见证每个宝贵的画面，并把它定格下来，他们忙碌在活动的最前端。后勤组，无论在什么时候，他们都在默默的付出，为我们提供一个最坚强的后盾，他们隐藏在后端，却提供有力的保障和信念，他们是一群最可爱的人。

在整个实践过程中，我不仅仅得到提升与锻炼，更重要的是收获到了许许多多最真诚的友谊，无论在什么时候，我都能发现那一张张真诚的笑脸，给了我莫大的支持与信心，让我更坚定前进在社会实践的道路上。

社会实践：“传服务火炬，颂无悔青春”，我们挥洒青春，收获了精神上的升华和珍贵的友谊，它将永远珍藏在我们记忆中，成为人生宝贵的一笔财富。

暑假社会实践心得体会例文汇编篇二

万事开头难。“暑假工”简单的现代流行词。简单的词语做起来却显得那样蔽塞。准备好“生源地助学贷款”（事先就知道仅仅靠暑假工的钱是不足已交付学费）材料后就留在县城，左问右访没有找到一份合适的工作。我找过餐馆的服务员、快递公司的快递员、物流公司的搬运工、建筑工地的施

工员,,,一份份工作都因自身不足（在校专科生、身材矮小、身体单薄、一副厚片眼镜、男生,,,）而失之交臂。好在高中老师介绍一位保险外购员给我。在老师的帮助下，我接下了镇巴美亚财产保险公司的财产意外损失小额保险科目。接下来的12天中，我奔波于茫茫人海，穿行于条条街道，忙碌于层层楼宇。

在为镇巴美亚财产保险公司拉客户，跑保单的日子里见过形形色色的消费群众，接触过多种多样的人性心理，听过无奇不有的论说。怎样定位消费群众？怎样解释保险科目？怎样回答消费者那些刁钻古怪的问题？怎样让消费者接受我的服务,,,这些问题时时刻刻困扰着我的思绪。

在其中有位“可爱”的顾客□a.m.6□40的闹钟打断了我未做完的梦。起床为拜访生猪饲养大户——田某（村支书）做准备。9点左右来到生猪饲养大户的养猪基地。一番简单阐述道明我的来意后。田某知道我是来推销保险后态度大变。“保险是吧!我们把钱一交，还得签一份责任书，一纸责任书你们把责任推的干干净净，就像孩子在学校买的保险一样！你们就是骗钱的手法光鲜点吧！,,,”我自我安慰“这位客户仅仅是思想误区。”知道今天再讲无果，无功而归！回到旅店收集大把资料。第二天再战,,,终于在第三天拿下这个村生猪养殖户的所有保单，共计6880元的“大单子”。

跑单的业务刚刚上手已经是8月底了（要回校带军训了）。10多天的奔东跑西挣的钱还不到1000元，虽然与大笔学费相差甚大，心里还是充满说不出的愉悦！

“下连队、带军训”体验学习活动

辗转几个车站于8月25日回到我们科创学院。接下来的日晒雨淋的18天，我们和可爱的教官，亲爱的新生，敬业的老师一起重温军训生活。

有人晕倒，我们得照顾甚至送医院；有人想家、不理解，我们得安慰；有人想退学，我们得做思想工作；有人旷训，我们得四处找寻,,,他们的红歌、征文、演讲等各方面的比赛我们得筹划、组织,,,因为一起，所以风雨同舟。

我们在连队里面不仅仅要协助老师处理学生的常规工作，还得帮助特殊学生。三营一连四排的一名贵州新生因家里有急事需尽快回家。刚刚步入永川，还没来得及熟悉环境，车站、公交都还是那样陌生。我就带着新同学奔走25队和客运中心之间，一边进车站买票一边安慰她那担心的心灵。

看着他们整齐的步伐，听着他们嘹亮的歌声。18天的同甘共苦，我们开心回味那段美好时光！

实践感悟

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，进一步明白了我们青年学生的未来之路不会一帆风顺。社会也是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。我在实践中得到许多的感悟！

挣钱的幸苦

我在打暑假工的短短12天时间，让我尝到了那一块钱的来之不易，懂得父母的辛劳。

人际关系

在社会实践过程中，让我明白了人际关系的重要性。如果没有老师的帮助，我不会拿到保单，没有村支书田叔的帮助也拿不下6880元的大单子。

在“下连队、带军训”体验学习活动中，如果没有老师、同伴、学弟学妹们的相互配合、相互协作，军训及其相关工作不可能开展的那样顺利。

我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累，才能成长、进步。

知识的重要性

一个要求如此低的暑假工也让我吃了不少苦，受了不少“白眼”，听了不少“忠言”。没有完备的知识素质，过硬的技能想在当今社会立足——难。

认识来源于实践

“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”不再是现代大学生的学习心态。在与保险客户打交道的十多天让我思考了许许多多的问题。例如：定位消费群体、把握客户心里动向等等。在课堂中听老师讲，我们是不可能如此深刻的体会，细致的思考问题。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发 展，不断提出新的问题，促使我们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，我们的认识能力也就不断地改善和提高！

自立自强的生活能力

在家千日好，出门半“招”难！在家里的时候，有自己的父母照顾，关心，呵护！但是，只要你去到外面工作的时候，不管你遇到什么困难，挫折都是靠自己一个人去解决，这十多天，让我学会了自立自强！凡事都要靠自己！

今年，这个暑假过的五彩缤纷。有奔波的劳累，有琐碎的烦

恼，有收获的幸福；有心理的成长，有知识的整理，有能力的提高。这个夏天——我在收割！这次的实践的确给予我很多很多。今后，我将继续保持认真负责的工作态度，高尚的思想觉悟，一如既往的注重理论的学习和实际操作相结合，弥补缺陷，提升自我，为今后工作打下坚实的基础；做一名对社会有用的人。

暑假社会实践心得体会例文汇编篇三

在“下连队、带军训”体验学习多动中，如果没有老师、同伴、学弟学妹们的相互配合、相互协作，军训及其相关工作不可能开展的那样顺利。

我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累，才能成长、进步。

知识的重要性

一个要求如此低的暑假工也让我吃了不少苦，受了不少“白眼”，听了不少“忠言”。没有完备的知识素质，过硬的技能想在当今社会立足——难。

认识来源于实践

“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”不再是现代大学生的学习心态。在与保险客户打交道的十多天让我思考了许许多多的问题。例如：定位消费群体、把握客户心里动向等等。在课堂中听老师讲，我们是不可能如此深刻的体会，细致的思考问题。实践的发展不断促进人类认识能力的发展。实践的不断发 展，不断提出新的问题，促使我们去解决这些问题。而随着这些问题的不断解决，与此同步，我们的认识能

力也就不断地改善和提高!

自立自强的生活能力

在家千日好,出门半“招”难!在家里的时候,有自己的父母照顾,关心,呵护!但是,只要你去到外面工作的时候,不管你遇到什么困难,挫折都是靠自己一个人去解决,这十多天,让我学会了自立自强!凡事都要靠自己!

今年,这个暑假过的五彩缤纷。有奔波的劳累,有琐碎的烦恼,有收获的幸福;有心理的成长,有知识的整理,有能力的提高。这个夏天——我在收割!这次的实践的确给予我很多很多。今后,我将继续保持认真负责的工作态度,高尚的思想觉悟,一如既往的注重理论的学习和实际操作相结合,弥补缺陷,提升自我,为今后工作打下坚实的基础;做一名对社会有用的人。

暑假社会实践心得体会例文汇编篇四

短暂的暑假即将过去,快乐的时光弥足珍贵,但那短暂的经历总是耐人寻味的。这短短几天的社会实践有汗水,有欢笑,更有沉甸甸的收获。

暑假社会实践活动已经结束,蓦然回首,虽然没有很长时间的锻炼,但却给我带来的影响远没结束。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,让我们有机会到社会的大课堂去见识世面,增长才干,磨练意志,在实践中检验自己。

尽管我所干的工作只是一个小单位的办公室打扫,工作很简单,但在这一过程中,我却体味到了很多。它给我带来更多的是丝许的欣喜,是获得成果后的喜悦。

在这次短暂的实践活动中，我感受到了自己微薄的力量，以及献出自己的一点点力量所得到的贡献。虽然这工作很简单，看似只是一点点的体力活，不过，在这一过程中，我一方面锻炼了自己的能力，增强了自己的口头表述能力，学会了与人交流，真正走出了课堂，在实践中成长，在实践中学习，充实自我，让别人享受到自己的成果，使自己有了收获后的喜悦。

有时候感觉工作还是有点辛苦，比较乏味，但我更多的感觉到的是我在成长，有意义的成长。而且在另一方面，我也感受到了“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”意识到了自己的不足，因为自己没有什么实践经验，处理问题不够成熟，书本的知识又与实际结合不够紧密，没有与人交流的口才，而且有的东西以前没有尝试过，看起来很简单，做起来却并没有想象中的那么理所当然。但是在那一次又一次的实践中，我正渐渐把那些“错误”减少。

这次的实践活动还让我懂得了，我们现在还处于学习阶段，没能真正了解到工作的难处和辛苦，和自己踏入社会所要面临的种种问题。想想现在的我能在这么好的环境下读书，我们就更应该要学会珍惜，而不应该整天在家无所事事。现在的社会需要的不仅仅是拥有知识的人，更加需要的是拥有各方面的能力、综合素质较强的人才。如果我们光靠在学校汲取知识，那是远远不够的，从现在开始，更重要的是注重自己能力的培养。

暑假的社会实践活动已经结束了，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，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。

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。

机遇只偏爱有准备的头脑“，我们只有通过自身的不断努力，拿出百尺竿头的干劲，胸怀会当凌绝顶的壮志，不断提高自身的综合素质，在与社会的接触过程中，减少磨合期的碰撞，快融入社会的步伐，才能在人才高地上站稳脚跟，才能扬起理想的风帆，驶向成功的彼岸。

业余的宝贵有很多人理解为什么学生要进行假期社会实践活动。在这之前也是不怎么懂得的。但是，经过这次的暑假实践活动，我竟然领悟到了一些我以前所不明白的东西。

首先，假期里，我们的时间相对的充裕了许多。我们被允许做更多的事情。所以这种假期的实践活动就成了我们的选择。因为它既可以帮助我们看到更大的一个世界，又可以让我们度过一段美好的时光。

最重要的是，当我们投入地去做一件事的时候，我们会发现一种难以用语言表达的快乐。当我们用自己的能力去实践，去帮助别人时，这种快乐别人是没有办法体会的。

人生中，有许多事情需要我们去。但是我相信，这种实践是不可缺少的一环。我想起了一句话，人的成就是决定于他怎么利用课余时间。所以，一段有意义的人生。实践一定是最最值得我们体会的。

7月26日，我有幸作为一名学生志愿者，跟随学校附属医院相关科室的中青年专家，踏上了前往河北省为期四天三夜的暑

期社会实践之旅。

示范队首先来到中国五大革命圣地之一——西柏坡中共中央旧址，在参观老一辈革命家们生活工作环境的过程中，当年他们指点江山、挥斥方遒的英勇身姿仿佛历历在目。“两个务必”给我留下了深刻印象，戒骄戒躁，艰苦奋斗，我们要用西柏坡精神时刻自勉。

27日，我们来到城南庄乡为村民及老红军进行义诊，尽管天气炎热、汗滴如雨，但我们依然用尽全力布置会场、循环广播义诊时间和地点、协助专家老师做心电图、发放介绍健康知识的宣传单及“四个全面”宣传彩页。

转天，我们前往xx县八一希望小学，在专家们进行卫生健康知识讲座的同时，志愿者们将精心准备的牙刷牙膏套装和文具礼盒分发给孩子们作为礼物。整个讲座一直都在十分活跃甚至是火爆的氛围中进行，小学生们表现出的对知识的渴求也更强化了我对自己现在所拥有的学习机会的珍惜。

最后一天，十兄妹相互鼓励、彼此扶助，相携登顶因“”的事迹而闻名的狼牙山。总有一种精神，让我们泪流满面；总有一种力量，让我们铭刻心间；总有一种人格，驱使我们不断追求自我完善。革命先烈昨日的英勇气概，崇高的爱国主义情感和坚贞不屈的民族气节，将永远激励着我加倍学习专业知识，用知识编织梦想的风帆。

感谢此次难得的社会实践机会，让我无论是在最初的物资准备，还是在每日的志愿服务中，不仅积累了毕生受用的经验，还收获了情谊深厚的友情。今后我会坚持科学理想，不忘先辈精神，牢记名师教诲，用青春华年绘制人生的图稿，用天医精神串联起斑斓的记忆。刻苦钻研，孜孜不倦，精益求精，在无私奉献中传承志愿者精神，让医学之路随梦启航。

暑假社会实践心得体会例文汇编篇五

201x年7月1日，湖北汽车工业学院爱暖夕阳，我们在路上关爱老人公益服务团队，走访了十堰市老龄办，对我市老人人口数量、老人生活状况、老人幸福状况等多个方面进行调查。下午2:30，爱暖夕阳，我们在路上关爱老人公益服务团队一行7人从桃园广场出发，在欢声笑语中我们来到了十堰市老龄办，并得到了老龄办张主任的盛情接待。据张主任介绍，目前十堰市老人数量达51万人，占全市总人口14%左右，在全国老龄化趋势日益严重的今天，十堰市老龄化也不例外，目前正进入人口老龄加速阶段，预计到2030年达到顶峰。同时为解决十堰市老龄情况，老龄办在坚持党政指导的基础上，下设24个职能部门，解决老人的多方面的问题，同时提出老有所养、老有所医、老有所乐、老有所学、老有所教、老有所为观点，张主任同时强调，根据十堰市具体经济、社会情况，倡导90%居家养老，5%政府养老、5%社区社会养老，坚持国家养老与社会养老，共同解决社会养老问题。

关注我们的明天，让我们携起手来，微公益，微能量，传递我们的爱心，还老人一个心愿，圆明天一个梦想。爱暖夕阳，我们在路上！

白发苍苍，手持拐杖，走路蹒跚，这些已成为老人的象征；孤单、寂寞、无助也似乎是老人的代名词。老人，他们一路走来，经历了无数的风雪，需要的是关怀与爱。在他们安享晚年之时，哪怕是我们一个淡淡的微笑，一句亲切的问候，一段真诚的祝福足使他们感到无比的温暖和甜蜜。

正因为如此，这次社会实践我们来到了邛崃市敬老院，开展我们的“怀一份真情，送一份温暖”川农学子走进敬老院帮扶孤寡老人活动。希望通过我们的努力，给这些老人带来一份快乐。

早早的，我们就做好了全部准备，来到了敬老院。邛崃市敬老院坐落在一个环境优美的小镇上。刚到敬老院门口，我们就感受到了老人的热情，也许是他们太久的孤独终于迎来了“热闹”。我们带来了西瓜，药品送给老人，看着他们饱经沧桑的脸容，摸着婆婆干瘦且有点发抖的手，我感到一阵阵的心酸。

到敬老院的第一件事情就是帮爷爷奶奶们打扫他们的寝室卫生。带上口罩我们就热火朝天的干起来了，分工合作，擦窗户，扫地一样都不落下。看着我们努力的干着，虽然我们脸上留着汗水，但是我们心里却一点都不觉得累，很开心，终于能够用我们自己的力量为他们做一点事情，看着他们充满感谢的眼神，我们觉得再辛苦也值得。我们为他们做一点点事情，他们热情的感激很一阵，我突然觉得这种朴实的“给予与接受”的感觉很好很好。

第二件事情就是和爷爷奶奶们聊天，从他们口中我知道了他们的辛酸苦辣。其中有一位八十多岁的爷爷，他是一名红军，他说：“我们年轻时候的生活十分艰苦，能否解决温饱是的问题，有时候能吃上一顿番薯粥已经很好了，我们还吃过草根、树皮，甚至还要饿上好几顿……”。爷爷回忆着辛酸的经历，而我却只能倾听着、安慰着、鼓舞着。好想和他们一起感受当时的一幕幕。后来，爷爷还表示，目前稳定的社会环境，良好的社会保障，大家的常来探访让他十分满意现在的生活。说到这，爷爷的脸上也露出了幸福的笑。随后，婆婆还谈到我们这一代的学生，并对我们大加赞叹。交谈之余，我们还为他们献上歌曲。总之，当时的敬老院歌声、笑声久久的回荡着。

第三件事情就是给爷爷奶奶们派饭，帮他们把碗筷准备好，把饭菜送到他们手上，看着他们吃的津津有味的表情，连我们都感觉那饭菜很香。

后来我们还和他们一起在健身房切磋，教他们打太极拳，看

着他们想认真的学好，却又滑稽的动作，大家都笑的合不拢嘴了。

时间飞逝，活动很快就结束了，当我们挥手离开的那一刻，大家都有点不舍，但我相信我们一定会再来看看的。

通过这次亲身体会关爱孤寡老人的活动，与他们心与心的交流，听着他们那扣人心弦的人生故事，我感慨万千：我为老人们生活在那个困难时期的遭遇而深表同情，为我们生活在这个安定和谐的时代而感到十分的幸运。我们能够生活在这个年代已经是无限的幸福，我们应该珍惜现在的生活，珍惜眼前人，我们更要懂得尊敬长辈，体谅父母，多与他们沟通。另一方面，老人们虽然有着不同的人生背景，经历不一样的风雨，但他们有着相同的需要——我们的关爱。“老吾老，以及人之老”，关爱老人自古是中华民族的传统美德，而我们身为一名当代大学生，一名年轻人更应该弘扬美德，多与老人们沟通，在老人生命最后的日子，让他们享受到家庭般的温暖，亲人般的爱！

有人说：“进门一盏灯，出门一把锁。”这是许多空巢老人的写照。可我却想说：“只要有爱，即使巢空了，她们的心也不会空。”

20xx年3月14日，在xx街道化物所社区挂职锻炼了三周后，我去探望了社区里的空巢老人——奶奶。这位83岁的老奶奶，有着爱笑的好性格。刚一进门，她就热情地拉着我们到沙发上坐着。我们陪她聊天，听着她的笑，品着她的幸福。

吕奶奶有两儿一女，其中姑娘因为要陪读孙女去了万里之外美国，而她的大儿子虽然在国内工作，但因工作繁忙，老人长期以来一直独居。83年的时光，在她的脸上留下了痕迹，却永远带不走她的好心态。

不长不短的几个小时里，她和我们聊着她的生活。虽然一直

一个人居住，但是社区丰富的活动却让她并不寂寞。

每个晴朗的早上，她都坐着两站地的公交，去星海公园耍剑。大概锻炼两个小时左右，又乘车回到家里。除外，她还是社区太极扇舞蹈团的负责人，因为社区的大力支持，每周她都带领着一群姐妹在社区提供的舞蹈室打打太极扇，希望可以强身健体，也收获着迟暮之年的珍贵友情。她笑着对我们说：“人老了，一个人，多的是时间，可是我却不让自己闲下来想其他的事情，我的每一天都很充实。”我们惊叹于她身体的硬朗，更佩服她心态的年轻。

吕奶奶说，天气热的时候，她们几位空巢老人会在楼前支一桌麻将，好姐妹谈笑间打磨着一个人的时光。她又带着我们看了楼前的月季地，春天一到，她便开始耕地种花，用缤纷多彩的月季迎接岁岁年年的到来。

儿女不在身边，老伴也早自己而去。对于一位已经年过80的女人，只有自己才了解这其中的辛苦和寂寞。但是，或许是我们想象中空巢老人孤独的形象太根深蒂固，以至于当看到这个开朗的奶奶时，我们只能惊叹她的智慧。她不悲、不愁，快乐的生活，懂得感恩每个给她帮助的人。

她一直和我们说着社区对她的关怀，每逢过节，社区总会叫上她们这群空巢老人，组织节目共同庆祝。除外，社区还为她们开设老年大学，她们可以按照兴趣选择课程，以此打发无聊的时间。

吕奶奶还十分热爱读书，她利用社区提供的图书馆，总去借几本好书回家慢慢品读，能歌善舞，才识过人，真真是位让我们折服的才女！

当我们问到她的子女，老人家开明的说：“她理解儿女。两辈人的观念不同，住在一起会有摩擦。”我们也自然而然地被带动了，内心满是温暖。这是一位母亲的爱，即使一个人

的房间略显空大，但是她的心里一直装着儿女的牵挂。她一定有过夜深人静时寂寥的时候，有过思念儿女却不得见的苦楚。可是，这位母亲用良好的心态，用健康的身体，用感恩的眼光去享受生活，因为她知道，她能做的就是不让远在外面的儿女担心。这是一份更智慧的爱！

虽然说我们是来看望她，陪伴她的，殊不知吕奶奶其实更是我们的老师，是时间老人的化身。

还记得她孩子般的倔强，一定要给每个挂职同学都找到一把椅子坐下来；还记得她听不清什么尽量靠近我们而扭曲的腰板。她就像是这冬日的阳光，这般柔和与温暖。

就算是冬天又如何，空巢老人也照样有他们的自得与力量。而我们可以做的，或许更多应该是陪伴吧。陪伴他们聊天，读报，唱歌，看电视，甚至就是陪着他们晒太阳。就算是什么都不做，他们也是那般知足与乐意。

无奈，时间仓促，我们又要告别。临走前我们不断地和吕奶奶挥手，她一直和我们重复“下次再来哦”。

我不知道这短短的活动能够带给她什么，但是阳光下她依旧平和安详的脸却给了我安慰与感动。是的，时光依旧带给人的是沧桑与感染。但是因为生活中有爱，所以无情的时光背后更有温暖的人情味。

爱暖夕阳，青春在志愿中飞扬。为培养大学生参与社会调查的实践能力，践行“三下乡”的志愿精神，7月7日，师院物电学院成立多支调查小组，开展了以“关爱空巢老人，践行青年志愿精神”为主题的暑期“三下乡”社会实践调查活动。

首先，调查组在指导老师的带领下奔赴xx区xx村进行实地调查，搜集空巢老人相关资料并拜访空巢老人。该村村委会的工作人员向队员们介绍了政府对老年人的扶助政策以及该村

特有的空巢老人扶持政策，并将村里空巢老人的具体现状作了详细的介绍。

通过对村委会工作人员的访谈以及他们提供的相关资料，志愿者们获取了关于该村老年人的生活现状、福利状况以及地方有关部门制定的一些解决对策等方面的相关信息。村委会的工作人员对志愿者的实践活动给予充分的肯定，在赞扬该院大学生的实践服务精神之余，他还就此次调查活动提出了一些指导性建议。

随后，调查组成员分两组实地走拜访了该村空巢老人，对老人的家庭情况、收入情况、健康状况等问题进行了调查。志愿者们还和老人们话起了家常，75岁的王大爷听力有些障碍，志愿者们十分耐心地与王大爷进行了交谈。志愿者左炎春告诉记者：“随着社会老龄化程度的加深，空巢老人越来越多，已经成为一个不容忽视的社会问题。希望通过我们的调查分析，引起有关部门的重视。同时，也希望我们可以为老人们的生活带来些许快乐。”

在此次社会实践活动中，志愿者们严格遵守学校三下乡纪律，坚持社会工作的博爱、尊重、助人自助的精神价值理念，把所学的社会工作专业知识运用到调查实践中，展示了学子良好的精神风貌，受到了地方群众的热情接待和高度赞扬。据悉，在未来几天里，他们还将开展关爱老人的回访工作，再次返回xx村，将大众的心意转达给“空巢老人”。