

大学生寒假活动策划案(大全6篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

大学生寒假活动策划案篇一

非常高兴自己能在这次社会实践的机会，通过这样的实践，我真正学习到了社会经验，它为我积累了一笔宝贵的人生财富，它为我今后步入社会打下了坚实的根基。大学是一个教育我、培养我、磨练我的圣地，我为我能在此生活而倍感荣幸。社会是一个非常好的锻炼基地，能将学校学的知识联系于社会。实践是学生接触社会，了解社会，服务社会，运用所学知识实践自我的最好途径。

在我的打工生活中，我也明白了许多：在日常的工作中上级欺压、责备下级是不可避免的。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，一定要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是非常难受的，而且要明确表示你是真心在接受他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所应该做的。

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是非常执着的。可是如果你只问耕耘不问收获，那么你一定不会交到非常多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你平等的真情，要知道给予比获得更令人开心。不论做什么事情，都必须有主动性和积极性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。

打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不知道多少打工的人有过这种感觉，但总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。现在想来，二十四天的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在学校里无法体会的，这也算是我的一分财富吧。

现今，在人才市场上大学生已不是什么“抢手货”，而在每个用人单位的招聘条件中，几乎都要求有工作经验。所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。事情非常简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。

就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，面对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选择了寒期打工。寒假虽然只有短短的一个月，但是在这段时间里，我们却可以体会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。

大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题能力。通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为知识要转化成真正的能力要靠实践的经验和锻炼。面对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生应该转变观念，不要简单地把暑期打工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。

现在的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手能力以及与他人的交际能力。作为一名大学生，只要是自己所能承受的，就应该把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后可以尽快走上轨道。

除了工作中我学到非常多非常多在学习中无法学到的知识和经验外，在我看来，我收获最大的是，我变得非常开朗非常

自信。以前在人群里，我胆小得几乎宁愿缩在角落里，希望没人能注意到我。而这一次，在我们的小组会议里，我变得非常自信，我勇于在大家面前表达我的看法，勇于向组长提出建议。更有甚者，在每一次活动中，我都踊跃参加，表现相当积极。组员居然不相信我之前会是一个相当内向的人。

我觉得，这次社会服务活动给我最多的是，让我自己有了非常大的改变，而且这个改变，是我之前都一直想要的。在这次寒期的工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有非常大幅度上的启发。这次的打工是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

这次的实践的确给予了我非常多。今后，我将继续保持认真负责的工作态度，高尚的思想觉悟，进一步完善和充实自己，争取在以后的学习中更好的完善自己，在以后的实践中更好的运用去自己的’只是，做一个合格的大学生，将来做一名对社会有用的人。

大学生寒假活动策划案篇二

大学生寒假社会实践活动报告 年 级：

姓 名： 专 业： 学 号：

作为一名专升本的大三学生，其实这已经不是我第一次踏上工作岗位。大家常说：“在大学里学的不是知识，而是一种自学能力”。当工作后才体会到这句话的意义。我的专业机械设计制造及其自动化，而我假期工作的这个公司虽与专业无关，但是我需要在不同环境下拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，培养个人在社会竞争中的经验，提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走入社会。

假期工作时间虽然不长，但是我依然从中学到了很多知识，

有做人，做事。我的工作很简单，就是每天对着电脑，接电话，复印资料，整理文件，开发票等，显得枯燥乏味。记得第一次工作时，面对枯燥乏味单调的日子，彷徨，迷茫，无法马上适应新的环境。面对失败时，会有来自各方面的压力。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而工作了，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自己的能力！

记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。在每次假期打工时，我感受很深的一点是，在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到；而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况，或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。，作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。

在社会实践活动中，我学到了很多，从我接触的每个人身上学到了很多社会经验，自己的能力也得到了提高，而这些在学校里是学不到的。尤其在这个信息爆炸的时代，知识更新很快，靠原有的一点知识肯定不能胜任当前的工作任务。我必须在工作中勤于动手善于思考慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己要先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。所以我必须克制自己，不能随心所欲地放任自己。在这种工作环境下必须严于律己，形成良好的作息规律，才能做好公司安排的各项工作。每天在规定的时间内上下班，上班期间要认真准时地完成自己的工作任务，坚决不能敷衍了

事。

在工作上要学会善于与同事们沟通。因为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，事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。自信是工作中所不能少的。一些大学生往往因为社会经验缺乏，学历不足等种种原因自己缺乏自信。其实谁也不是一生下来就什么都会，只要自己有信心，就能克服心理障碍，那么一切就变得容易解决了。

这个假期中经历的每一天，都在我心中留下了永久的印记，因为这些印记见证了我的成长。期间，拓宽了视野，增长了见识，体验到社会竞争的残酷，而更多的是希望自己在工作中积累各方面的经验，为将来自己走的路做准备。在这期间我除了做好本职工作，还学习了更多的书本上没有的知识。

作为一名新世纪的大学生，思想决不能原地踏步，自己必须要有短期和长期的目标，然后向着自己的理想迈进，也许很多理想不能实现，但我应该坚持下去。如果我停滞不前，将很快就会被单位淘汰，甚至被社会淘汰。面对以后的机遇，我要努力学习更多的东西。在今后我还会参加更多的社会实践，在磨练自己的同时让自己认识的更多，使自己未踏入社会就已体会社会更多方面。

大学生寒假活动策划案篇三

劳动是中华民族的传统美德，我们作为21世纪的大学生，应该有着较高的文化素质，应该秉承传统，以劳动为荣，以奉献为荣。在此次的社区服务中，我感觉自己做的还不错，虽然会时常犯一些小小的错误，但经人指点后总能及时的改正过来，所以这次的活动很大程度上锻炼提升了我的各种基本的素质，应该多参加一些类似这样的服务活动。

张瑞敏曾经说过：“把一件简单的事做好就是不简单，把一

件平凡的事做好就是不平凡。”现在的我们应以辛勤劳动为荣，以服务人民为荣，积极的参加各种劳动，多做一些对他人对社会有意义的事。通过这次的社区服务，我明白了许多道理，慢慢地我长大了，改变了，更知道了自己的许多不足之处。

平时在家的時候我都特別的懶，基本上所有的家務都是爸媽在做，而通過這次的社區服務，讓我真正的意識到勞動的重要性。在服務社區期間，我會在無事可做時打掃打掃衛生，掃地拖地等。或者整理一些優秀的文章和需要的文件。在春節前夕，我還和小伙伴們一起為社區出了一期主題板報，雖然看起來不是特別的好，但還算是差強人意。也只有經歷過實踐過後才知道自己的不足之處。歡度春節的時候我們都會有燃放煙花、爆竹的習俗，而燃放過後留下的碎屑卻無人問津，所以我們又有了可以勞動的機會。當時面對滿街的碎屑，有些無奈，實在是太多了，經過幾個小時的奮鬥之後，我們終於把那些碎屑打掃完畢，而自己却也累得全身疼痛。在這段時間里雖然會有些累，但是真的很高興很有成就感。我感觸頗深的是所有的事做來都是不容易的，只有自己不斷地嘗試不斷地克服困難，才會成功，做事一定要認真踏實。

所謂一分耕耘一分收穫應該就是這樣的吧，自己付出了多少就會得到多少回報。通過自己的努力付出，不管最後的結果如何，那個過程肯定會使自己受益。這次的勞動服務並不是很難，相比父母的辛苦工作掙錢來說，我感覺自己是那麼的幸福，而我更沒有理由不認真學習。從這次的服務社區勞動中，我還明白了我們應該尊重和珍惜他人的勞動成果，做一個有良好素質的人。這樣的勞動對我的身心都起到了積極地作用，我想不管以後我從事什麼樣的工作，我都會認真負責，以主人翁的態度來對待。這樣所得到的和所收穫的經驗和價值是值得學習和珍藏一辈子的。

最後，我非常的感謝在這次的服務中關心幫助過我的所有人，有了他們的幫助，我才能順利的完成這次的社區服務之旅。

办公室文员

利用这个寒假，我有幸参加了社会实践活动，前往了汕头市真木公司食品分公司，体验了一回上班一族的生活，颇有收获和体会。

我这次的实践主要是当了回行政打字员，主要负责行政及公司事务。当行政打字员当然先要了解事务程序、造表格式等事务，为此，我向一起工作的叔叔阿姨们请教，使我能更好的完成这次的实践活动。

这是我第一次参加社会实践，有幸能进入公司办公室做个小文员，令我兴奋不已。

一起工作的叔叔阿姨们对我都很照顾，总是在旁边指点我，教我各种工作的方法，让我很快进入了工作的状态。第一天上班，上级领导就派给我一项任务：制作工资报表。虽然我的电脑技术还不错，对excel的功能也比较熟悉，但是制作报表的难点就在于格式与数据处理方法。我一下蒙了，坐在电脑前发呆，无从下手！这时，一位阿姨从百忙之中抽空走过来，微笑着问我：“小妹妹，哪里不懂，问阿姨，阿姨帮你忙！”于是，我就把这项任务告诉了她，她立刻拿起了纸和笔，把表格格式大致地画了一遍，然后让我照着式样先输入excel中；待输入完成后，她又一步步地引导我设计正确的计算公式，中间环节利用函数的部分最令我费解，我脑筋也总转不过弯，老出差错。阿姨不但没有生气，还耐心提示我找出正确方法，这样，既丰富了我的excel造表知识，又让我在造表中养成多思考，多动手的能力。真是太感谢这位阿姨了！

通过这次的调查和实践，使我对公司行政工作有了比较全面的认识和了解，也锻炼了我自己的社会工作能力，意义颇大。今后若有机会再次涉足此项工作，我定会更加积极地投入到这个工作平台中去继续磨练自己，锻炼自己！

大学生寒假活动策划案篇四

在现今社会，就业问题就似乎总是围绕在我们的身边，成了说不完的话题。招聘会上的大字报都总写着“有经验者优先”，可还在校园里面的我们这班学子社会经验又会拥有多少呢？为了拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和工作中很好地处理各方面的问题，开始了我这个假期的社会实践。实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。

一开始，对自己手工艺期望很高，经过多次面试的失败，我总结了自己失败的原因。主要有两个方面。一方面是自己眼高手低，自己根本自身素质没有达到一定的水平，另一方面是自己没有给自己一个很好的定位，没有找准自己的位置。

总结了以前失败的教训，摆正好自己的位置，社会实践不只要是有工作、能供饭吃，我们的目的是在于锻炼自己。于是我找到了一家餐饮酒楼。老板看我结结实实的，并且身强体壮，就让我来做传菜员。每天9点钟一下午2点再从下午的4点一晚上8：30分上班，虽然时间长了点，但热情而年轻的我并没有丝毫的感到过累，我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，接触了社会，了解了未来。在餐厅里虽然我是以传菜为主，但我不时还要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去去做，而且要尽自己的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。在学校，只有学习的氛

围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。

而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自己的能力！做了几天之后，刚开始的时候心理极不平衡。心想来从小到大读了这么多的书，家里花了那么多的钱把我培养长大成人，可现在只能端盘子，多少也有点社会能力，当传菜员学徒有点失落再加上传菜部领班是个小学文化的，还对我指手画脚，确实心理上很不舒服。但是，人总是要适应自己自下而上的环境，我不想一开始就干不下去了，不行，我告诉我自己一定要坚持下去。要在自己的工作的环境中让自己的工作做起来很轻松。

在长达一个月的实习中，我总结出了以下几点个人工作的理念来规范自己在工作中的言行举止：

1. 首先行把自己同领导和同事之间的关系搞好。使尽快地熟悉自己所在的工作环境，笑对每一位顾客。
2. 我们的一切出发点是为了顾客，处处要为了顾客着想。顾客就是我们要服务的上帝。
3. 注意我的形象，服装、言行，举止大方、文明得体，要做到一个服务者应该做到的本质。
4. 在上班之前制定好今日的工作计划，并熟练酒楼里的各项规章制度和章程，保证上班的工作效率。
5. 按时上下班、坚决做到不迟到、不早退。
6. 上班时间内不能接打电话，做私人事，聊天等。

7. 处理突发事件言遇事冷静、理智以酒楼与顾客的利益出发，不鲁莽行事，及时汇报。

8. 保证上班时间，服从领导安排，处处以大局为重，维护大局形象。

经过我的一番努力我的假期打工悄然落幕了，经过这次实践，我能真正体会到这一点。在工作中，在真正的社会交际中，顾客永远是对的，你不能掺杂自己的个性。

第一：乐观，不管遇上什么样的困难，都要用乐观的态度去面对，相信会有所转机。

第二：自信，首先自己要有自信，自信不是自夸，而是对自己的能力作出的肯定，这样别人才能更加相信信任你。你要对自己说“我一定能行”那你就一定能行。

第三：肯努力，我一直非常信奉一句话，“努力就有希望”不要觉得成功遥不可及，其实只要你在不停的努力你就靠成功越近，“踮起脚尖就更靠近阳光”在努力的过程中千万不要放弃，说不定你距离成功就差一步，而你却放弃了！要勇于面对各种挫折，挫折并不能阻挡有勇气的人走向成功。

第四：谦虚做人，特别对于刚走出校门的毕业生至关重要，我们本来对于社会上的知识知之甚少，我们千万不能骄傲自大，自以为是，那是肤浅的表现，我们要谦虚做人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，我们要听取、耐心、虚心地接受。

经过这一次的寒假打工，社会实践，我真的是长了不少的见识，增长和很多社会经验，在实践中我也找到了自身的价值。我早晚都要走出校园，走进社会大染缸去。

我积极的倡议当代大学生走出校门积极参加社会实践活动，在社会锻炼中寻找自我价值，我们来到大学的目的是学到先进的科学文化知识更好的服务社会，所以我们更应该尽早地了解社会的需求来提升自我各方面的文化知识和素质，当我们走向社会时更准确地找到自己的位置为社会服务。

我们只要了解了社会的需求和自己所长，就会很快找到自己社会中的位现代大学生缺少社会知识和信息，在学校时从不关注社会中的情况，甚至连新闻都懒得看，更不用说社会锻炼，所以当他们迈出校门的那一刻就迷失了方向，拿着自己的简历不知何去何从，只知道自己学的是什么专业，却不知道自己能干什么，以至于很多大学生毕业后都找不到工作；因为大学生缺少社会锻炼，空一肚子墨水却不知如何用，很多用人单位不愿招聘应届毕业生，都愿吸取有工作经验者，因此大学生的就业率也越来越低！

有的学生辛辛苦苦学了数十年的专业当走进社会时却找不到任何与所学专业有关的工作，这是多么可悲的事情，这就是不了解社会的需求所造成的。所以我们要发起倡议，为了我们今后更好更快地投入到社会当中去，为了我们早日实现我们的人生价值，为了能够更顺利的工作用自己的所长服务于社会，让我们积极投入到社会实践中去吧！

大学生寒假活动策划案篇五

在一个多月寒假生活中，为了更好了解社会，响应“大学生生涯教育”号召；也为了给个人今后发展奠定坚实基础。我利用三十天时刻组织了一项名为“爱心辅导”社会实践活动。此刻活动已经圆满结束，我把此次进行了整理总结，作为大学一年级寒假社会实践报告论文：

活动动机

在权衡了各项大学生可能参与社会实践活动之后，我认为：

家教是一份切实、有价值方案。作为一名师范学院学生，尽管我本身属于非师范类专业，但“为人师表”这个千年古训却永远牢记在我心中。我觉得，做一个好老师是十分具有挑战性；同时，如何出色胜任老师工作，对我也是一个很大磨练。因此本着这样一个向往，我选取了组织家教这项社会实践活动。

活动准备

为了能够增加此项活动“含金量”。我为活动订立了“自己组织，自己分配，自己招生，自己工作”基本宗旨。其中那里“自己”实际上指是一个群体：即所有参与到我组织这项活动中来和我具有同等学历朋友们。他们分别是：万健（南京邮电大学信息工程与自动化管理系）、施政（南通大学数学系）、蒋舒（南京工程学院光电工程系）、贾楠（盐城工学院经济管理学院）等。在组织好人员之后，我于17号晚迅速草拟了两份材料。即：“爱心辅导说”广告和“爱心辅导活动会员条例”。

活动实施

在1月19号散发了“爱心辅导说”广告之后，我们很快接到了许多家长询问，并陆续登记好姓名和联系方式。1月21号上午结束招生后我组织分配了各个参与同学任务，其中我具体负责了一名四年级学生语文及英语辅导工作。会议结束前我们再次学习了“爱心辅导活动会员条例”。下午同学们开始各自与负责孩子家长联系，商定具体实施细节。

22号活动正式开始，在辅导孩子过程中，我始终遵守条例中规定，牢记认真负责态度，以学生为本，礼貌、耐心、亲切完成辅导任务。同时，我尊敬学生家长，礼貌用词，耐心听从家长推荐。在具体学科指导中，我发现：这个孩子存在着偷懒和粗心坏习惯。我针对这一点提出了狠抓辅导效率，减少学习持续时刻但增大学习频率方法，为这个孩子提高作出

了必须贡献。活动结束后，在我和孩子家长共同组织测验中，他取得了全优好成绩。

在完成自己任务同时我还统筹着全局，每一天与其他四位同学持续密切联系，时刻提醒他们牢记活动条例并注意自己安全，保证活动正常进行。

活动总结

经过全体同学发奋，我们于2月22号下午圆满结束了为期一个月家教活动。活动结束后我组织召开总结会议，同学们交流了各自感想。其中万健同学感想值得大家学习，他认为：“透过这项活动，我意识到了钱财来之不易，那么这个意识将给我今后构成正确理财观打下一个深厚基础。同时在辅导过程中，我逐渐构成了一个耐心、机智处事习惯，敢于提出自己意见并结合他人推荐把工作做得更好，这一点是我走向社会前所理解最有效磨练……”

首先，这个活动是十分具有好处和价值。当今大学生虚度光阴现象十分严重，我们组织并参与这样活动是对自己一个锻炼，正如条例中所说“生活在严格教育体系下我们，对于社会、职责、实践，甚至对于报酬是怎样得来，还一无所知……发起这项活动。既贡献了自己身上一份余热，也提高了自己人生阅历。”

其次，透过活动我们也很好实践了“大学生职业生涯规划教育”中提倡激发大学生自我实现需要，培养用心上进人生观；促进大学生树立明确职业目标和职业理想以及增强大学生在就业中核心竞争力号召。为我们今后发展带给了很大帮忙。

在活动中我再次认可了老师教育，即人职业发展是一个持续发展过程，大学生就业准备绝不仅仅仅是最后半年或一年才需应对和投入任务，而就应是贯穿在我们生活过程中一件大事。透过组织和参与“爱心辅导”活动，我个人对于社会明

白以及就业估计有了更多认识，而在组织管理潜质上更是得到了很大进步。尽管不是真正就业，但是体验到了一种在校园里和课堂上无法体验到带有必须压力就业氛围，给自己为人生发展而做出准备带给了帮忙。

寒假即将结束，组织并参与“爱心辅导”活动使我寒假生活变得充实而有好处。尽管在这次“爱心辅导”活动中我们取得经济报酬是微薄，但是我们收获精神食粮却十分丰富。正因它让我初步领悟到一个人不管学历有多高，潜质有多强，在体现自我价值社会活动中都离不开“扎实、勤奋、虚心”这样立身之本。

大学生寒假活动策划案篇六

活动:寒假期间

地点:浙江省兰溪市

活动:帮助空巢老人生活，调查空巢老人的社会生活，呼吁更多人帮助弱者。

调查方法:询问、实地调查、道听途说等。

原因:日常生活中有很多人需要社会帮助，比如孤儿、贫困生、贫困家庭等。，但是有一种人更需要社会帮助，那就是空巢老人。

空巢老人辛辛苦苦把自己的孩子带大，用尽一生的力气照顾妻子，直到他离开。但面对妻子的离去，孩子忙着给家人打工，无暇顾及自己。即使对于生活在农村的空巢老人来说，他们的孩子也有一部分在身边或者离自己很近，但是老人仍然得不到他们的照顾，甚至他们的孩子也希望他(她)早日死去。空巢老人承受着巨大的心理压力。而有些人也相信丈

夫(妻子)的灵魂会杀死他(她)。当然，这只是迷信。世界上根本没有鬼，但它仍然存在于老一辈的记忆中。他们总是遭受着别人和自己意识的折磨。因此，我们应该更加关注一些空巢老人的生活，以减轻他们的心理和精神压力，给他们一些心理和精神上的安慰。

作为当代青年，我们有为人民服务的理想，所以要多帮助这些老人。我们很多大学生一到大学就加入了青年志愿者协会，但是每次活动的时间和数量都是有限的，我们很难有机会去体验。为什么我们不睁开眼睛，等着看身边需要帮助的人？其实做好事到处都可以，何必等上面吩咐的任务呢？只要符合为人民服务的理想，我们就有很多机会去体验，就像说空巢老人，如果能得到你的帮助，他们会有多感动。

放假回家后，去老家了解了一些空巢老人的生活状况。当时是中午。一个小时照顾我的老人说她在家吃饭。我发现她家很冷清，床单和一些衣服都泡在盆子里。她告诉我中间洗不了，我只好让步。她老公去世后，我的孩子分开了，一开始对她好，后来慢慢改变。

在这次访问中，我遇到了一位名叫王成的老人，他已经65岁后，新中国成立后当兵。当他老的时候，他没有时间照顾他的孩子，因为他们在家很忙。他告诉我，他小时候生活挺穷的，家里孩子多。他的父母根本无法照顾他。他自学了很多东西，从小就学到很多东西。后来父母不在了，他一路慢慢走。直到现在，他一直过得很好。他很失望，没有人照顾他，孩子也不关心。老人的话让我珍惜现在的生活。

村里还有很多孩子忙得没时间照顾的老人，也有没有亲人的，还有一些退伍军人。老人在这里生活很辛苦，每天没有太多闲暇时间。他们自己睡，或者找些人聊天打麻将。刚要走的时候，看到两个老人在田埂上干活，身边围着三四个孩子帮我。整个场景让我很难过。我走的时候，老人来给我送行，说下次一定要再来看他们。我点点头。然后和老人打了招呼，

就告别了我出生长大的地方。

其他情况我也了解过。我觉得空巢老人真的需要孩子的关心和照顾。我写这份报告是希望人们能够关心他们的父母和他们周围的老人。老年人受到重视时，不会承受很大的心理和精神压力。社会上很多老人承受着不同的压力、痛苦和各种困难，这些都值得我们帮助。据我所知，只有福利院的空巢老人才真正得到志愿者协会的帮助，这说明了青年志愿者协会的一大弊端。

因此，我希望我们作为新的青年，要把握好自已的学习时间和命运，不仅为自己过上幸福的生活，也为父母和孩子创造优越的生活条件。所以，我们要尽最大努力去争取，避免以后怪罪别人。

如今，随着我国经济水平的不断提高，我们各方面的生活条件也得到改善。所以要珍惜当下，让我们的生命发挥应有的价值。我们上学，学习先进的科学知识，是为了将来进入社会，给自己的力量。我们今天应该努力掌握专业知识，明天更好地为社会服务。总之，空巢老人的生活状况不仅需要社会的帮助，更需要儿孙们的帮助。那我们一起努力，创造良好的生活条件。让勤劳的老一辈人更好地享受晚年。