

# 暑假社会实践报告总结 社会实践学习总结 (大全5篇)

报告是一种常见的书面形式，用于传达信息、分析问题和提出建议。它在各个领域都有广泛的应用，包括学术研究、商业管理、政府机构等。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？下面我给大家整理了一些优秀的报告范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 暑假社会实践报告总结篇一

“理论是灰色的，生活之树常青”，只有将理论付诸于实践才能实现理论自身的价值，也只有将理论付诸于实践才能使理论得以检验。同样，一个人的价值也是通过实践活动来实现的，也只有通过实践才能锻炼人的品质，彰显人的意志。法院工作是专业性极强的工作，司法的实质是将法律理论运用于具体的社会实践，因而扎实的法学理论知识是成为一名合格的司法工作人员的重要前提。只有在工作中不断地加强法学理论的学习，才能为自己做好本职工作奠定坚实的基础。

这次实习的总要求是接触社会，了解国情民意，培养为人民服务的思想和艰苦奋斗的精神。正确认识自我价值，巩固所学法学理论知识，培养锻炼实际工作能力和专业技能。我的实习起止时间定为20\_\_年5月20日至6月10日，实习场所是在河北省成安县法院。

在法院和指导教师的安排下，我们的实习任务主要包括：参观法院，了解法院的信息化建设情况，旁听庭审，参加座谈会，与法院领导进行关于法律问题的讨论等。

内涵。这次实习是我大学生生活中不可缺少的'重要经历，其收获和意义可见一斑。

通过这个实习，我获得了许多难得的法学相关工作的工作经验，对于案件的管辖、受理、适用法律、起诉上诉等有了进一步的了解，更加深刻的体会到中国法治社会的现状，中国国民法律素质的高低。

这其中有一天的实习经历给我留下了深刻的印象。这是我们第一次真正的做到审判庭旁听席的位置上来听取民事案件的审理。那天开庭审理的是一个比较简单的担保合同纠纷案。原告一方是一个合作信用社，被告则是两家公司(信发集团、浩申公司)，及邯郸市国资委，还有6个自然人(未到庭)。在审判正式开始前，首先核对当事人身份，及代理人代理权限，之后宣布开庭。根据《民事诉讼法》规定的案件审理流程，确认是否回避，随即开展法庭调查。在原告递交起诉状，被告递交答辩状之后，法官总结了案件争议焦点：1、原告诉讼是否存在错误；2、信发集团是否应承担担保责任？3、邯郸市国资委是否将浩申公司资产转移至自己名下？是否承担连带责任？4、本案是否应当中止审理？在提出这四个争议问题之后，原告进行举证，被告质证。最后，由当事人做最后陈述，法官宣布休庭。

我被庭审这个环节深深地震撼了。它不仅有严肃的法庭气氛，更重要的是法律程序和法庭辩论。合理的法律程序可以产生、维持、甚至强化优良的法律的公信力，使其在提供“合理”的辩论中的说服力得到增强。也让我了解到法律程序的内在价值，公平、秩序、理性和效率。法庭辩论让我感受到的也不只是法官缜密的思维，律师、公诉人的语言逻辑能力和口才，还有证据的重要性。没有合法的真实的准确的证据，法律是不予认证的。即使犯罪嫌疑人互相指证，但没有确凿的证据加以证明，还是不能得到法律上的判证。虽然我们并没有听到最后宣判的结果，但是整个民事诉讼过程已经印证了我们在课本上学到的东西，是一次很好的将知识应用于实践的过程。

那天下午我们还与立案庭李庭长进行了一场关于审判工作全

貌的座谈会，分别介绍了审判权在法院的运行情况、对审判权的监督并从实践角度提出了一些学习的建议。我们把看到的和自己学到的知识理论联系起来，进行总结和对比，看看自己在什么地方有误区，看看自己的理解和实际的意义差多少差在什么地方。

本次实习开阔了我的视野，使我对法律在现实中的运作有所了解，也对国际法有了进一步的掌握；此外，我还结交了许多法官和律师老师，他们对于我的实习提供了良好的环境和悉心的指导，在指导我理论学习的同时，也教了我很多做人的道理。

到实际，才发现自己知道的东西老化并且模式化，这时才真正领悟到“学无止境”的含义。通过实习，我在我的专业领域获得了实际的工作经验，反思检验巩固了自己学习的知识，同时也为自己步入社会参加社会实践活动积累了经验，打开了一扇门。

这一个月实习，有困惑，有感动，有迷茫也有反思。对一些现实中的案件与所学东西有较大的出入时，会困惑；面对平易近人的司法局的同事，面对每一个质朴渴望得到帮助的群众，会感动；遇到社会上的一些不好的风气，实实在在的去面对一些暴力案件，离婚案件时，心里有一种说不出的难受和迷茫；而对于在实习期间关于纯粹的法学理论及法律事务方面的问题，我又会积极的反思和总结。短短的一个月，所见到听到学到的东西并不是一篇文章所能概括完，有一些东西还需要更深入更长久的思考和回味。我想这种总结反思回味会对我以后的做人，法学学习，职业生涯产生很多正面的影响。

时光飞逝，短短的一个多月的实习就结束了。感谢成安县人民法院给我提供的实习场所和在实习过程中给我的帮助，使我学到了很多书本上学不到的知识。感谢我的学校邯郸电大为我提供的这个难得的实习机会，感谢你们为我的顺利实习所提供的帮助和努力。通过实习，我在法学领域获得了非常

珍贵的实际的工作经验，检验并巩固了自己本科学习的知识水平。

## 暑假社会实践报告总结篇二

一首《春天里》唱出多少人的心声，面对老我们无法逃避，所以我们必须正视。老有所依，老有所养不仅是每一个人的心愿，更是构建和谐社会的目标。老子的《道德经》有云：“为民上者，躬行节俭，力尽孝慈，为天下先。”信奉中庸之道的中国，将弘扬中华民族尊老、敬老的传统美德，努力营造社会和谐的良好氛围贯穿于我们的成长。在我们源远流长、博大精深的传统文化中，重视人伦道德，讲究家庭和睦是我们文化传统的精华，也是中华民族强大凝聚力和亲和力的具体体现。今年暑假的社会实践活动，我们一行八人来到了位于福建路的“银杏树老年服务中心”，开始了为期七天的义工生活，看望并照顾那里的老人们。在七天的实践活动开展中，我们主要进行了三方面的活动：

第一天，我们利用半天上午熟悉了敬老院托养中心的基本环境，敬老院分为三层，第一第二层大多为生活半自理的老人，第三层分为客房及一些生活不能自理的老人。我们小队根据敬老院的格局，迅速分为三个小队，每两人一组，负责一层楼的工作。

保持敬老院的卫生是护工阿姨每天必做的事情，因此我们最先开始做的工作就是将敬老院的卫生打扫干净，不放过任何一个死角，组员们互相帮助，认真仔细地将院内垃圾清扫干净，然后擦拭窗台扶手，以及桌子板凳。老人们看着我们这些小丫头细心地做着活，都投来赞许的目光，而我们也从老人们的微笑中体会到了这次打扫的意义。

有的老人生活不能自理，多年瘫痪在床，我们所做的内容之一就是给这些老人喂饭，他们的饭都是特制的流食，这就考验了我们的耐心，对于我们这些习惯了和年轻人在一起玩耍

的小青年来说，耐心是最大的挑战。而在喂饭的过程中，我们的组员都表现出了对老人们极大的关爱和耐心，没有人半途而废，也没有人中途退缩，更没有人表露出不满的情绪，大家喂饭时还能很细心的给老人擦嘴，这让很多老人都很感动。就连平时护工阿姨说的吃饭最慢的那位奶奶在那几天里，吃饭的速度也不亚于别人，这让我们的内心充满自豪感。

从第四天起，我们就开始着手对敬老院的老人们组织一些问卷调查。老人们看见我们拿着白色问卷，显得很拘谨，生怕说错什么话，有的老人甚至不愿意配合我们的工作。随后我们改变了策略，以聊天的轻松方式，将问卷中的问题带入了轻松的氛围中，这样问卷才得以顺利地进行。

我们的问卷主要从老人自身情况，敬老院条件，以及老人们对敬老院相关问题的看法等方面进行。老人们都如实相告，基本反映了老人内心真实想法。面对这一群年过古稀的老人，我们很难想象出他们也曾和我们一样充满活力，甚至还有有的老人曾经是教授，工程师。他们在过去的青春岁月里都曾为社会做出过大大小小的贡献。现在他们年迈体衰，已经无力发挥余热，最是需要社会关怀的时刻。过程中，我们了解到大部分老人都是因为由于长年生病，生活不能完全自理，子女们住得也比较远，很难照顾所以才来到这里的。但是他们的子女也会经常来看他们。其实我们都知道，这些老人缺的不是物质上的资源，而是内心精神上的陪伴。他们要求的并不多，只是希望我们这些子女能够经常去看他们，和他们聊天让他们不再感到孤单。总的来说，老人们对这里的生活很满意。

我们此次取材主要以照片为主，而此次活动最有趣的地方莫过于那两天给老人们拍照了，有的老人忸怩着不愿意拍照，总是摆摆手“老了老了，照了不好看。”而这时，我们所有人又会齐齐上阵哄着他们，给他们信心。虽然有的老人觉得自己老了丑了，可又会情不自禁换上自己觉得最漂亮的衣服走到我们的镜头前。拍完后还会反复询问我们会不会把照片

洗出来，得到确认后还会不放心。等到我们把洗好的照片送到每个人手上时，他们脸上露出的喜悦的表情就告诉了我们他们内心里有多开心。所有的照片中给我们印象最深的便是一位老爷爷笑得合不拢嘴，双手还孩子似的举出v字型，从他的笑容里我们更多地体会到了在晚年里得到的关注与爱护对一个老人来说是多么重要。

实践虽然只有短短的一周，但此次社会实践，我们都感到收获很大，也为我们日后的踏上工作岗位积累了经验，奠定了基础。

在此次社会实践过程中，我们经常要做一些繁琐的事情，这就需要我们的耐心与细心。比如说给老人们喂饭，我们需要端着碗，每次用勺子舀少许的流食，悉心吹凉后再喂给老人，并要注意时不时用纸巾给老人擦拭嘴巴，保持清爽。再比如，我们跟老人谈话时，必须要有十足的耐心，因为他们的听力并不十分好，有时候简单的一句问候，我们甚至需要重复好几遍。但我们的队员们都在这个过程中学会了调整自己的心态，让自己时刻拥有一如既往的面对工作的热情。因为只有这样，我们才能在日复一日的工作中找到不同的乐趣，让自己过得充实、有意义。

有句名言说得好：“成功在于合作”。身处当今竞争如此激烈的社会之中，我们要拥有足够的团队意识，与同事团结合作，齐头并进，这样才能更加高效的完成任务，节省人力物力。在敬老院的这一周里，我们几个队员们都是两两一组，分工合作，拿最简单的清理打扫工作来说，一位同学用泡沫清洁冰箱的部件，那么另一位同学就会紧接着清水过滤，再一位同学负责用干毛巾擦拭等等。这些过程紧密相连，环环相扣，如果不是我们分工明确，那么我们将至少多花费几十分钟的时间完成这些工作，而不像我们原来那样省时省力。当然，这是我们相处久了而自然产生的默契，一开始，我们的合作也是晦涩的，渐渐地才拥有了默契。俗话说“兄弟一心，齐力断金。”一个人的力量太小，只有拥有合作，才能拥抱成

功。一人之力是站在海岸遥望海中已经看得见桅杆尖头了的一只航船，需要风浪的推动；一人之力是立于高山之巅远看东方已经光芒四射喷薄欲出的一轮朝日，需要朝霞的映衬；一人之力是躁动于母腹中的快要成熟了的婴儿，需要母体的滋养。我们需要不断的合作，才能更好地完成工作。

学会与他人沟通并能很好的沟通是我们每一个人都应该具备的素质。石油大王洛克菲勒说过“假如人际沟通能力也是同糖或咖啡一样的商品的话，我愿意付出比太阳底下任何东西都珍贵的价格购买这种能力。”由此可见沟通的重要性。然而，我们此次敬老院社会实践中在沟通方面的能力还有待加强，队员们因为都是女孩子从而都有些内向害羞，在问卷调查时的最开始，大家都有些“放不开”，十分依赖队里善于沟通的队长。但是在现代社会，不善于沟通将失去许多机会，同时也将导致自己无法与别人的协作。我们都不是生活在孤岛上，只有与他人保持良好的协作，才能获取自己所需要的资源，才能获得成功。要知道，现实中所有的成功者都是擅长人际沟通、珍视人际沟通的人。所以，我们在沟通方面还有待磨练。

总之，这次的社会实践是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我们逐步走向社会，慢慢走向成熟。作为一名在校学生，能在大一期间参加社会实践，是一次难得的机遇。它为我们这些娇惯、依赖的大学生提供了接触社会的机会，使我们对当今社会有了更深的了解。。更为可贵的是，无论是思想还是心理上，我们都在实习中成长的更加成熟。这样的经历将成为我们所永远拥有的“无形资产。”社会是一个大舞台，复杂而多变，但相信终有一天，我们会在这个舞台上谱出优美的旋律，跳出美丽的舞蹈！

### **暑假社会实践报告总结篇三**

学习嵌入式是我的梦想，我很羡慕能够在嵌入式方面独档一面的高手，希望有一天我也能像他们那样自信自如的在嵌入

式这片热土上挥洒着自己的青春和浪漫。带着无比豪迈的心情和缤纷的梦想来到易嵌学习嵌入式，在新的老师、新的同学和新的环境中，我开始了我的嵌入式学习，开始了新一轮的拼搏。

在易嵌短暂的两个月，我们从linux基础入手，强化了c语言编程，学习了linux系统编程和网络编程。时间虽短，但成长很快，无论是理论知识还是实践能力都得到了大幅度的提高。在这里将理论和实践相结合，相互促进，相互补充，使得学习更加透彻。通过用不同方法实现同一个项目，不断深入，层层推进，学以致用！

在易嵌的这个暑假，我过得充实而快乐。在这里有着同学间的探讨、师生间的互动和魔鬼般的训练！在我丰富多彩的人生路上留下了永远亮丽与难忘记忆！

### 易嵌嵌入式linuxc语言难忘记忆

看着四年的大学生活就快要结束了，心中隐隐有一种伤感与失落，我陷入了沉思：该挺直腰杆走自己的路了！学习嵌入式是我的梦想，我很羡慕能够在嵌入式方面独档一面的高手，希望有一天我也能像他们那样自信自如的在嵌入式这片热土上挥洒着自己的青春和浪漫。

当我决定好好利用这个暑假，学习我一直都想去学的嵌入式的时候，就注定要在我丰富多彩的人生路上留下永远亮丽与难忘记忆！算算毕业的时间，我已经闻到了离别的气息，在这即将远离大学时代的时刻，才真正懂得回眸的意义。想想走过的路，想想现在的路，想想来时的路，不知道未来能否成功，既然选择了远方，就注定要风雨兼程！带着无比豪迈的心情和缤纷的梦想来到易嵌学习嵌入式，希望在这崭新的一页留下人生的美好！在新的老师、新的同学和新的环境中，我开始了我的嵌入式学习，开始了新一轮的拼搏。



无论现在多么努力都无法追回失去的金色年华，所以在开班典礼的时候，我便为自己制定了目标!我将好好利用最后一个暑假，多学些知识锻炼自己，为自己储备一些精神食粮并不断开拓视野和提升自己的能力，让自己能够在毕业的时候成为学校的骄傲!

在易嵌短暂的两个月，我们从linux基础入手，强化了c语言编程，学习了linux系统编程和网络编程。时间虽短，但成长很快，无论是理论知识还是实践能力都得到了大幅度的提高。

通过对linux操作系统的学习，我初步掌握了linux基础。刚开始我对linux只是有一点点了解，但并没有真正的去接触。在这段时间里，从linux系统安装开始着手，了解linux的发展，相比其他系统，它有很多优点。在安装好系统后，学习了linux的分区命名、linux的常用命令、文本编辑器vi、shell的使用、源代码的编译和调试、多模块的编译和链接以及管理工具。通过这些学习，我基本能够在linux系统下通过vi编辑器编写c语言程序，通过一些常用命令来调试、查看程序。

能够在这么短的时间内初步掌握linux与在学校学习一门课程意义完全不同，通过老师的讲解，自己的练习，同学之间的交流，能够加深印象，熟练操作。

学习linux基础只是我嵌入式学习历程的一个开始，虽然有好多个命令还不太熟悉，有好多个命令都还没有去尝试过，但我相信随着后期的学习，我将逐渐熟练掌握。

文档为doc格式

## 暑假社会实践报告总结篇四

作为一名大一学生的我，抱着贴近社会，锻炼自己的愿望，参加了大学生社会实践。希望在踏入社会之前，积累多点社

会经验，学习如何与人沟通，如何与人交流，团结合作精神。

## 一、活动概况

为了提高活动的效率，也能更好、更顺利地完成这次社会实践活动，在出发前，队长召集我们讨论了活动的安排情况，同时结合我们自身的特点，分配了各自的任务。

伴随着灿烂的朝阳，我出发到了社会实践的目的地——上虞。首先我们参加了此次社会实践的启动仪式，紧接着我们接受了平安自护的课程培训，经过一天的培训，加深了我们平安自护的知识，使我们受益匪浅。经过一个晚上的休整，我们踏上了平安自护活动的首站——东关。在这里我们给小朋友们讲了平安自护的知识，课堂气氛也相当活跃，在欢声笑语中也加强了他们的平安自护知识。平安自护的次站——小越。在小越村委会的会议室中我们开始了我们平安自护的课程，经过前一天讲课的经验，这堂课上得也更加生动。上课前，我们和小朋友做了小游戏，小朋友教我们的游戏“海带”我们印象深刻，也拉近和小朋友的距离，使得我们的平安自护的课程能够更顺利的完成。

结束了平安自护活动，我们开始了企业调研活动。我们走访和参观了新天龙、上光照明、华通控股、万杰制冷、新天袜业五家企业。在走访学习过程中，五家企业的都热情的接待了我们，给我们讲了企业的概况和一些发展的过程。让我们了解到了企业家创业的不易，同时也很敬佩这些事业有成的企业家。我们还对企业的员工进行了“关于大学生就业问题的问卷调查”，以便了解大学生的就业状况。

## 二、心得体会

通过为期五天的社会实践，我们黑了也瘦了，但是付出总是有回报的，通过这次社会实践锻炼了我们吃苦耐劳的精神和艰苦奋斗。服务社会，锻炼自己，自己的思想境界有了提高。

通过此次活动，回报他人的公益精神，纯洁乐观的青春热情，在我的心中深深扎根。

良好的团队以及团队精神，是完成一项工作必不可少的前提条件。在社会实践期间，每当我们面对困难的时候，每当我们力不从心的时候，我们并没有退却，而是发挥团队合作，互相学习，互相帮助的精神，各司其职，各尽其能，全身心的投入到自己的工作中，在这种积极向上的氛围中我们顺利完成了各项工作。从这次活动中，我们深深体会到团队精神的重要性。

在企业调研过程中，我们参观了几个大公司的生产车间，企业的负责人也向我们讲述了他们的企业文化和企业的发展历程。我印象最深收获最大的是对万杰制冷的企业参观，公司创建者樊德洪先生自20\_\_年创建“万杰”以来，带领“万杰人”把一个只有6个工人的小作坊打造成全球干燥过滤器行业的领军企业，更以超前的理念、超人的胆识、超凡的魅力，不断超越自我。他的创业眼光和创业激情让人钦佩，他坚忍不拔精神、永不止步的追求也非常值得我们学习。另外，樊总骨子里的那种不服输的精神也深深感染了我，那种专注，那份担当在企业调研的过程中我们也积极向企业负责人提出了自己的疑问，我们了解到工作并不难找，难的是从基层做起，难的是坚持下去，这也让我们认清了自己的位置，摆正了心态。“艰辛知人生，实践长才干”。通过开展丰富多彩的社会实践活动，使我逐步了解了社会，开阔了视野，增长了才干，并在社会实践活动中认清了自己的位置，发现了自己的不足，对自身价值能够进行客观评价。这在无形中使我对自己有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。我是一名大学生，即将走上社会，更应该提早走进社会、认识社会、适应社会。

### 三、存在不足

总结本次的实践活动，我们做的也非常不错，但是难免也有

不足。在平安自护活动时是我们经验有所不足，上课也存在一些小问题。还有就是出行礼貌方面也有需要改进的地方。

实践活动结束了，每个人都在总结这次的实践活动，发现我们身上少了那些青春的张狂，多了些青春的踏实，少了那些青春的迷茫，多了些青春的奋斗。

## 暑假社会实践报告总结篇五

通过对敬老院的访问，了解目前中国老年人疗养情况，以及老年人社会工作的发展状况。实践单位为乐颐敬老院，选择的原因：该敬老院的规模和服务质量属于中等水平，能较好的反映当代社会敬老院的发展状况。

1. 实践方案：本次实践以小组为单位，四到五个人为一个小组，负责两个老人。主要以谈话和表演节目、做游戏的方式进行，另外一些小组还主动帮助老人料理一些生活，比如洗头、喂饭等。通过与老人建立良好、和谐的关系，了解他们日常生活以及内心的想法。另外，还通过实地观察，以及与该单位工作人员的交流，调查敬老院实际工作状况、工作中的困难和老年人社会工作整体发展。

活条件都不能替代的。实践中我们发现很多这里的工作人员都不是很尽心地在照顾老人，老人的穿着都不是很好，住宿条件都很差，生活用品都很久，而一些工作人员还在一边很悠闲地看电视，也不经常和老人进行交流，所以很多老人都感觉很孤独、寂寞，都不喜欢这里，更别说把这里当成是家了。他们感觉自己被抛弃、遗忘，只有等待死亡，这些都令我们同学感到很难过，却又无能为力。

结束了当天的实践后，我感到很不轻松，从这些老人的眼中，我读到一种深深的绝望，孤独，我想这除了是因为他们的儿女不孝顺造成的外，还有一部分原因在于社会。这里的老人大多身体不是很好，甚至有些都不能自理，他们觉得自己不

再被儿女需要，不再被社会需要，只是一个累赘，等待死亡，所以他们不把敬老院看作是自己的一个家，这对他们来说只是一个收容所，一个社会唯一能容纳他们的地方而已。这令我反思，究竟怎样为老人提供良好的养老环境？仅仅只是提高老人的生活条件吗？我并不这样认为。人活着的意义不仅在于吃饱穿暖，还要有精神上的满足，就像马斯洛需求层次理论中介绍的一样，人首先需要生理上的保障，这是人类维持自身生存的最基本要求。然后是安全上的需要，包括：人身安全、健康保障、资源所有性、财产所有性、道德保障、工作职位保障、家庭安全。其次是情感和归属的需要，这就包括了亲情。接着是尊重的需要，包括：自我尊重、信心、成就、对他人尊重、被他人尊重。最后是自我实现的需要，这是最高层次的需要，它是指实现个人理想、抱负，发挥个人的能力到最大程度，达到自我实现境界的人，接受自己也接受他人，解决问题能力增强，自觉性提高，善于独立处事，要求不受打扰地独处，完成与自己的能力相称的一切事情的需要。

只有在低层次的需求满足后，才回有高层次的需求。我们国内的很多养老机构大多只重视老人的最基本的需求，及生理需求，而忽略了其他的需求，或者根本就认为老人没有更高层次的需求，这些都是我们老年人社会工作中的思想误区。在这点上，国外的养老机构的做法很值得借鉴。有报道新闻说国外有家养老院，为老人们制定了一整套“延缓衰老”、“保持年轻”的课程，每天都给老人们布置作业，鼓励他们开动脑筋。这就是为了满足老人自我实现的需要。反观我们的养老院，最常见的情景是老人们在一块儿闲聊，除了偶尔打牌下棋，就是毫无兴致地翻翻报纸杂志，或独自散步，或呆坐着晒太阳。院方开展的集体活动很少。不动脑筋，精神空虚，会加速人的衰老，可我们的很多养老院显然没意识到这一点，把对老人的关心、体贴单一地表现在物质条件改善、生活待遇提高上，精神方面却很少顾及，老人在养老院只能消磨时光，闲度余生。有些老年人刚进养老院时还挺有精神，几个月呆下来，便苍老了许多，衰老的速度很让家人担心。只有当一些学校组织的志愿者来到养老院时，和老

人们做游戏、聊聊天，他们才会很开心地笑。其实国外养老院的“不老经”早已告诉我们，让老人们快乐、充实一点，有时并不需要多大的成本。

由于我国老年人口基数过大，同时由于计划生育政策的执行，养老问题更加突出。目前我国的养老模式仍以传统的家庭养老为主，但在社会服务系统完善以前，这种养老方式已越来越难以适应未来社会发展的需要。而“社会养老”又存在明显的不足，同时很难设想政府能够拿出一笔巨大的资金建立众多的养老机构。因此我们的当务之急，一是要发挥社会各界力量，调动社会各界的积极性，通过各种方式建立完善的服务系统，通过良好的社会服务帮助老年人在原有住所内安度晚年；二是要建设适合老年人居住的住宅，或对现有住宅进行改造，以适应老年人需要，使家庭养老成为可能。老年人退休后仍住在原有社区，保持原有社会关系的连续性；同时鼓励活跃期和自理期的身体健康的老年人发挥原有专长，投入到社区建设中来，做一些力所能及的工作，如负责社区安全巡视与监管，参与幼儿园和托儿所的工作。这样，老年人参与社区服务机构的工作，不仅能为社区建设贡献余热，而且能通过劳动充分肯定自身的社会价值，树立健康向上的人生观，延缓衰老过程。既有利于老年人身心健康又可减轻政府负担。

采用社区服务与家庭养老结合的养老模式，应注重创造适合老年人的居住环境，并注意解决好以下几个问题。

1. 住宅建设上应考虑老年人的生活需要。日本建设省在1995年推出了“长寿社会对应住宅设计指针”，规定今后所有住宅建设都应考虑老年人生活需求，“尽可能在同一楼层配置门厅、厕所、浴室、老年卧室”，“在楼梯、厕所、走廊等空间设置扶手”，“厕所、浴室尽可能确保可供护理的空间”，为老年人创造独立生活的居住环境，为家庭养老创造条件。结合我国具体情况，在住宅建设中至少应在多层住宅的底层按照老年住宅的要求进行设计，或为改造成为老年住

宅创造条件，如减少室内外高差、将踏步改为坡道、将浴缸与洗脸盆分开以做到干湿分离等等。

2. 建立完善的社区服务体系和社区文化设施。目前在大多数居住区中服务设施十分欠缺，社会服务基本上是一片空白，老年人仅有的娱乐场所就是条件简陋的麻将室。这种状况亟待改变，建议在居住区规划中配套建设老年人活动设施，如修建老年人活动中心，为老年人提供休闲、娱乐和交往场所；修建老年人日托中心，白天可为老年人提供餐饮等服务，晚上老年人可回到家中与儿女团聚，共享天伦之乐；建立社区医疗服务机构，为老年人提供健康咨询、卫生保健等服务，同时可吸收身体健康的老年人参与到社区服务中来。

3. 在居住区中大力推广“两代居”房型。鼓励儿女成家后与父母就近居住，既可在生活上相互照应，又能保持相对的独立性，使各自的生活方式不受影响。在这一点上国外也为我们提供了很好的经验，如日本在70年代推出的“高龄者同居户入居优待办法”对两代近居予以奖励，因为这种做法既有利于老年人养老、又减轻了政府的负担，具有很好的社会意义。这一做法十分值得我们借鉴。

4. 居住区规划和住宅设计中应注重老年人户外活动空间的设计。根据老年人的行为特点，设置晨练场、门球场，各种形式的休息空间、交往空间等，尤其应鼓励老年人与青年人、儿童等不同年龄群体的相互交往，使老年人融入社会大环境之中。户外空间宜相对开放，使老年人与社区有更多的视觉和心理上的互动，避免过于封闭造成心理上的社会隔离感。住宅设计利用架空层及楼梯休息平台等，稍加改造即可作为交往空间。

综上所述，解决老年人的养老问题，必须从老年人自身特点出发，结合我国现有社会、经济、文化、环境等特殊情况，建设适合老年人生活的居住环境，为老年人创造出一个安度晚年的幸福乐园。

经过这次实践我有很深的体会，首先我们在思想上存在着不重视老人的观念。尊老一直是中华民族的传统美德，而在当今社会，这种美好的品质似乎在逐渐被人遗忘。也许是生活所迫，但我们始终都不应该忽略生育我们的父母，他们把年轻给了我们，现在我们成年了，而他们老去，这是我们的责任也是义务去关心他，照顾他们，给他们提供一个安详的晚年。从政府的叫的来说，随着中国人口老龄化的不断加剧，养老成为一个不可回避的问题。仅仅依靠法律和道德要求公民尽赡养的义务是不够的，政府需要建立一套符合中国国情的，有效的，完善的养老体系，要有适宜老人居住的环境，要培养专门照顾老人的工作人员,,,这些都是当务之急。

从整个社会来说，我们要大力支持养老工作的发展。值得欣慰的是，现在有一些民办的养老院已经陆续在一些发达的城市出现，这是养老工作的一个希望，但这还是不够的，这需要社会各界以及国家的的支持。一位民办养老院负责人说道：“在发展养老机构增量的时候，国家应当实行民办公助的政策，鼓励民办养老院发展，并给予适当补贴，当然对于偏僻贫困地区的养老院，如果没有民间力量愿意进入，还是应当由当地兴办；而在盘活存量的时候，应当实行公办民营的政策，如果有民间力量有进入的意愿，就应该通过改制改造将给民间力量兴办。”她预测，“一旦国家放手并资助民间力量，民办养老院将步入发展的快车道。