

社会实践心得体会 暑假社会实践活动的心得体会范例(大全5篇)

心得体会是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。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

社会实践心得体会篇一

在大学的第一个暑假，我们来到了美丽的唐山市滦南县的小村庄里。初入此村，映入眼帘的便是大片翠绿的水稻田，心情瞬间变得舒爽无比，对于接下来一周的生活，充满了期待。

到了村子，一切其实进行的并不是十分如意，首先面对的问题便是我们进行实践活动的场地问题。通过与小学校长的交涉，我们充分发现了现在的学校领导对于学生教育与安全问题的重视。校长开始并不愿意让我们单独带领孩子进行活动，我们并不埋怨，因为他们那种以孩子为先的精神深深的打动了我们；同时，我也对现在的孩子油然而生出一种羡慕之情，因有那么负责的校领导守护着，他们的生活是如此幸福。

等一切问题商定完毕后，我内心是那么的激动，为自己第二天将与孩子们见面的事感到无比紧张与期待。但是当我看到那一群天真活泼、可爱无比的孩子时，心里的紧张瞬间烟消云散，剩下的只有那万分的安慰与兴奋。安慰的是，现在得孩子并没有什么娇生惯养的毛病，他们纯真、有礼、善良·、快乐· 瞬间我的内心只觉得，江山一代更比一代强的振奋以及对中华民族美好明天的期待！

在几天的生活中，白天我们时刻与孩子们呆在一起，陪他们学习电脑知识、辅助他们学习、向他们展示城市中的生活照

片、带领孩子们玩游戏、叫他们打篮球、领她们跳健美操· · · · · 这一切我们从来没觉得累，只感到了开心与自豪，我们仿佛又回到了孩提时代，又回顾了一遍我们的童年。看到孩子们健康快乐，积极向上的精神状态，我就觉得中华民族的血液变得更加滚烫，我们的未来更加红火。因为，少年强则国强！

傍晚我们趁大家在家休息的时间在村委会的广播室为大家播报现在的医保政策、保险优惠、农作物病害医治知识、夏季防暑小知识等等一系列惠民知识。每当播报完毕，淳朴的农民叔叔阿姨总会表扬我们，我们心里因为给大家带来便利而感到万分开心。现在的农村再也不是闭塞的小村子，大家越来越趋向“知识型农民”。

此村小学先进的教学设备、优美的学习环境、负责的领导老师，该村完整的村委会体系都让我们看到了中国的快速发展，同时，一周的共同生活不仅让我们有了快乐，更让我们离开时带着满怀的希望，因为通过对这个村子的了解，我们相信中国未来的发展会更加美好。内心的激情不息，我一定还会参与到这类活动中，我要看到中华民族一步步的完美发展！

社会实践心得体会篇二

xx云“读万卷书，行万里路”，然而，在今天，这句话似乎成了天方夜谭。从小学到高中，我们都是啃着书本，在题海里“游”过来的，素质教育似乎离我们很远。到了大学这个微型社会，我们才发现，原来，实践能力是这么的重要，“实践出真知”，相信这是我们每个人都不敢否认的。

为了培养谦虚谨慎，不骄不躁的作风，树立“实践第一”的观点，抛弃象牙塔的光环，虚心向社会学习，向群众学习，向实践学习；为了增强探索创新的精神，增强为人民服务的能力，保持真诚奉献社会的情怀，在实践中增长才干；为了甩脱

书呆子气，确保理论联系实际，加强对自身的锻炼，磨砺塌实肯干、艰苦奋斗的品质，我校开展了社会实践活动。

作为一名临床专业的医学生，这是我的第一次社会实践。在经过深思熟虑之后，我决定去医院里面提前感受见习的氛围，真正到医学领域去实践，找出自己的不足，为以后的学习增添动力!于是我选择了xx中医院，在征得院方的同意后，进行了为期两周的见习实践工作。由于仅仅是大一学生，没有过硬的专业知识，我主要是在一旁观看学习，但短短十四天对我来说，仍然受益匪浅。

下面我将从制度、技术、思想和个人方面阐述我的心得体会。

制度严格。医院所有的医护人员都要严格遵守各项规章制度。按时交接班，并在10点正式上班前提前15分钟上岗。交班完毕，各负责人员即随主任或上级医师查房，了解病人情况，聆听病人主诉，对病人进行必要检查。在言语方面，必须亲和友善，不能命令不能冷淡，要与病人及其家属如亲人一般耐心询问。查房完毕，各个医师根据自己病人的当天情况写病历和医治方案。

技术方面。在几天的观察中，对于医护方面的常识我了解了不少。掌握了测量血压的要领;输液换液的基本要领;抽血的要领;病历的写法等。下面简述血压测量方法：患者坐位或者卧位，血压计零点、肱动脉与心脏同一水平。气囊绑在患者上臂中部，松紧以塞进一指为宜，听诊器应放在肱动脉处，缓慢充气。放气后出现第一音时为收缩压(高压)，继续放气至声音消失(或变调)时为舒张压(低压)。

医德方面。医务工作者承担着的“救死扶伤、解除病痛、防病治病、康复保健”的使命。唐代“医圣”孙思邈在所著《千金方》论大医精诚有这样的论述：“凡大医治病，必当安神定志，无欲无求，先发大慈恻隐之心，誓愿普救寒灵之苦。”因此，医生必然要掌握先进医疗技术，同时更要具有

爱岗敬业、廉洁奉献、全心全意为人民服务的品格。从这几天的实践观察中，每位医护人员的真诚笑容，对病人和家属的亲切问候，都深深地打动着。医生治病救人的初衷一直都存在。要做一个好的医生，首先要有好的品德。我一定会牢记于心的。

个人方面。虽然我不是真正意义上的见习生，但是我有着真心求学的态度。在七天与医院的亲密接触中，我明白了，知识是永远学不完的，实践才是检验真理的标准。而作为见习或实习生，要做到：

- 1、待人真诚，学会微笑；
- 2、对工作对学习有热情有信心；
- 3、善于沟通，对病人要细致耐心，对老师要勤学好问；
- 4、主动出击，不要等问题出现才想解决方案；
- 5、踏踏实实，不要骄傲自负，真正在在实践中锻炼能力。这次的经历也为我以后的学习奠定了基石。

一个人初次出身社会，我们要主动适应环境，熟悉周围的人和物，而不是环境来适应我们。人生在世，不如意事十有八九，在社会这样复杂的环境里，不比我们在家里，在学校，没有什么烦恼挫折，有时年少轻狂，有时肆意妄为，一切都是那么顺利，脱离了学校和家，在社会就不是那么好了，我们应该放下学校里的那种轻狂，家里的那种娇宠，不要期望太高，要一步一步地去完成，我们要有一颗平常心，乐观地去面对社会里遇到的不如意和挫折，正确的估计自己，给自己一个正确的定位。

社会实践心得体会篇三

我是医学院在校的学生，众所周知，专业知识积累到一定程度与厚度才能更好的在实践中巩固，尤其是医学专业知识。

这个暑假，我试着找一个与所学专业挂钩的临时工作，于是我去一家诊所帮些小忙。由于大二刚结束，好多专业的知识还没涉及到，我们主要是见习，看看一旁的医生是如何做的，医生也很关心我们，在适当的机会给我们练习，我们从中积累了很多经验，这是课堂中所学不来的。

只有当自己亲身体会，印象才会更深，我们把它当作是一种财富!实习进行了一个星期，我们的经验也是越来越丰富。由于我们的出色表现，医生给了我们很好的评价。

在实践中我协助护士接诊病员，做好四测(测血压、测体温、测脉搏、测体重)，熟练地掌握了血压及体温的测量方法，接触配液环节，在严格坚持三查七对(三查：操作前查、操作中查、操作后查;七对：对床号、对姓名、对药名、对浓度、对剂量、对方法、对时间)的原则下，并为病员配液。

在实践中了解到测血压前被测者应充分休息，勿吸烟喝酒喝咖啡，不可憋尿。被测者应采取坐位或卧位，气囊应缚在上臂中1/3，不可过松，也勿过紧，否则血压值会降低。

听诊器应放在肘动脉处，再放气后出现第一音时为收缩压(高压)，继续放气至声音消失(或变调)时为舒张压(低压)。

经过7天的实习，我对临床工作有了初步的了解，并且学到了好多新的知识。

首先，医德医风教育让我切实感觉到了作为一名医生的神圣和务实性，我们必须树立好自己的形象，做事坚持原则，才能更好地维护白衣天使的神圣职权，才能得到病人及同事的

尊重。

其次，关于临床上具体工作，如书写医疗文书，护理知识和院内感染的讲座，让原本只具备理论知识的我们认识到了临床工作要干好是多么的不易，只靠掌握理论知识是不行的。同时，对正确的处理医护关系的问题上我们有了感性的认识，医生和护士同等重要，不分谁大谁小，我们的最终目的都是为了治好病人。

我认为护理人员的工作更重大，工作更烦琐，值得我们每一位医务人员尊敬。

还有，通过观看关于医疗纠纷的录像，我充分认识到医疗工作的高风险性，认识到社会各界对我们医务人员的高标准要求，我们必须在掌握熟练的专业知识的同时，学会更好的处理医患关系，病人来找我们看病，他们是我们的上帝，我们必须树立起自我保护意识，增加法律知识，更好的在工作中行使我们的职责和权利。

社会实践心得体会篇四

社会实践”这个词我早有耳闻，无疑就是学生体验生活的一种方式，可是当我真正经历过一次时，我才发现之前那种想法很幼稚、可笑，因为它并不像我们想像的那么容易。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，并在社会实践中认清自己的位置，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我有一个正确的定位，增强了我努力学习的信心和毅力。

社会实践活动给生活在象牙塔的学生们提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，深入农村，能从中学到了很多书本上学不到的东西。也真实的理解了“从群众中来，从群众

中去”的真正涵义。的确，感性认识到只身到实践中去，到基层中去检验才知道其正确与否，同样，只有在实践中把个人的命运同社会、同国家的命运联系起来，才是青年成长成才的正确之路。这次短暂而充实的实践将对我走向社会起到了一个桥梁作用、过渡作用，将是我人生的一段重要的经历，一个重要步骤，对将来走上工作岗位也有着很大帮助。

社会实践告诉我，在新经济时代学生应当具备创新观念和掌握成熟技术的能力，善于经营和开拓市场，富有团队精神等素质。要有严密的思辨能力和理性的思考能力，致力于探索理性、情操、才智、体质之完美，只有做到全面发展才能适应社会的需求，并立于不败之地。我们要时刻与外界社会保持同步发展做到与时俱进，不与社会脱节，我们应该珍惜现在的学习机会，珍惜生命的分分秒秒，学习好知识，运用知识，时刻牢记，虚度年华就是作践自己。与此同时，多多与社会接触是很必要的。如果我们想接受时代的挑战受到社会的欢迎，就抓紧时间好好地充实自我。不仅要学好各门学科，还要广泛地吸收各领域的知识，努力提高综合素质。

一路的艰辛与微笑，虽有所收获，然所学是开始，新的考验和抉择要奋斗不息，请不要让我们年轻的时光留下太多遗憾！在这短短的暑假实践我碰过壁，受过累，流过汗，但是我却成长了，这次亲身体验让我有了深刻感触，这不仅是一次实践，还是一次人生经历，是一生宝贵的财富。

此次社会实践告诉我：“成功的花，人们只惊羡它现时的明艳，而当初的芽，却浸透了奋斗的泪泉，洒满了牺牲的血雨。”我们每个人都渴望成功，那么我们就应该在刚刚起步的时候，用我们充分的准备，去面对不知的过程，迎接满意的结果。

二“千里之行，始于足下”，这短暂而又充实的活动，我认为对我走向社会起到了一个桥梁的作用，过渡的作用，是人生的一段重要的经历，也是一个重要步骤，对将来走上工作

岗位也有着很大帮助，可以避免我毕业后的眼高手低现象。向他人虚心求教，遵守组织纪律和单位规章制度，与人文明交往等一些做人处世的基本原则都要在实际生活中认真的贯彻，好的习惯也要在实际生活中不断培养。这一段时间所学到的经验和知识大多来自领导和同事们的教导，这是我一生中一笔宝贵财富。这次实习也让我深刻了解到，在工作中和同事保持良好的关系是很重要的。做事首先要学做人，要明白做人的道理，如何与人相处是现代社会的做人的一个最基本的问题。对于自己这样一个即将步入大学面临走向社会的人来说，需要学习的东西很多，他们就是我的老师，正所谓“三人行，必有我师”，我可以向他们学习很多知识、道理。

实习是每个中学生必须拥有的一段经历，他是我在实践中了解社会，让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识，也打开了视野，长了见识，为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。我想，作为一名中学生来说，建立自身的十年发展已迫在眉睫。

寒假里我和几个朋友一起去了敬老院参加社会实践活动，刚刚走进敬老院，我们什么都不知道。这时，我们便找到了一位清洁工人，说明我们的来意后，他便笑了起来，连连夸我们有爱心，然后就匆匆的领着我们来到了老人们生活的地方，而且还将我们领进了一位他最熟悉的老奶奶的房间中。

刚进房间，我们就闻到了一股淡淡的清香味，那是一股花香，一股桂花的清香。随后，清洁工人又告诉我们，这位奶奶姓张，今年已经76岁高龄了。然后，他又向老人说明了来意，说完便走了。

看到老人后，我们便亲热地叫了她一声“张奶奶！”她也开心地应了一声。

张奶奶要我们坐下，还准备给我们倒茶，我们却异口同声

说“不用了!”是啊!我们是来帮老人解忧的,而不是来为她添负担的。

然后,我们就和她聊天、谈心,只到我们要走的时候,他还依依不舍的抓住了我们的手说:“你们以后一定还要再来哟!”嗯嗯嗯,我们想也没想就答应了!

可能这句话并不是只正对她自己一个人,而是针对敬老院里的老人吧!

我觉得这些最平凡的人才是世界上最需要人们关注和关爱的人,往往这些人的生活总是空虚的,那是因为很少会有人去看他们,她们很寂寞!

这短短的暑假实践我碰过壁,受过累,流过汗,但是我却成长了。实践中了解社会,让我学到了很多在课堂上根本就学不道的知识,也打开了视野,长了见识,为我以后进一步走向社会打下坚实的基础。我想,作为一名中学生来说,建立自身的十年发展计划已迫在眉睫。这次亲身体验让我有了深刻感触,这不仅是一次实践,还是一次人生经历,是一生宝贵的财富。

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。

社会实践心得体会篇五

短短半月的医院实践学习生活就要结束了，回顾这段时间的

点点滴滴，虽然谈不上激情澎湃，但是毕竟自己为此付出了诸多的心血，心里难免有着激动。第一次作为实习医生的经历会让我们铭记一生。实习，意味着我不再是学校里的那个摇篮中的宝宝，而是即将步入社会的那个学步的幼儿。虽然我们还没有毕业，还要在学校中继续学习，但是这短暂的实践学习生活使我对以后的医学影像专业学习树立了信心，更激发我今后的学习热情与主动性！

怀着激动又憧憬的心情，我回到了家乡，见到了很久未见的父母。和父母讲了我将要准备到医学去锻炼自己，父母积极为我寻找实习单位，最后我在……进行为期半月的实践学习生活。

在实践学习过程中正好有……大学的医学生在这里实习，我便与他们开始了实践学习生活。接下来的一个星期，是医务处的助理老师按照我们的需要和上岗要求安排院领导及科室主任对我们进行培训，其间科室的代教老师还穿插地组织我们到各病房看病历、观看关于医疗纠纷的专家讲座及急救处理方面的录像，让我们对实际的临床工作有了初步了解，为正式工作打下了基础。

经过几天的培训，我对医院的情况有了初步的了解，并且学到了好多新的知识。首先，医务处的于助理给我们讲了医院的发展历史及规模，让我了解到我们医院是有着悠久历史和光荣背景，以及发展潜力。同时，各科室代教老师在教学管理方面对我们也作了严格的管理规定，让我们一开始就树立严谨的作风和认真的工作态度，形成我们固定的思维方式，为将来参加工作打好基础。

医德医风教育让我切实感觉到了作为一名医生的神圣和务实性，我们必须树立好自己的形象，做事坚持原则，才能更好地维护“白衣天使”的神圣职权，才能得到病人及同事的尊重。其次，关于临床上具体工作，如书写医疗文书，医疗知识和临床操作的讲座，让原本只具备理论知识的我们认识到

了临床工作要干好是多么的不易，只靠掌握理论知识是不行的。同时，对正确的处理医患关系的问题上我们有了感性的认识。

即来之，则安之。在医院这个团结向上的大家庭中我一定好好实习，充实自己的知识，为自己将来的工作打好基础，也为医院奉献出我的一切。

在骨科，我跟带教老师学习疾病的诊断与治疗，各种手术的操作外，有时带教老师会让我给病人的创口换药。其中给我以震撼的一次是：有一天，我帮一个断指再植的病人换药过后，病人的家属指着病人腰麻后腰椎部位粘的无菌纱布问我，什么时候可以拿掉它。我揭开纱布看了看，没有在出血的迹象。我便对他说，可以拿掉了，随后我感觉不妥当，有让病人家属去医生办公室问下医生。我回办公室后，病人家属便去了。他们问了我的带教老师，我的带教老师看了后也说是可以拿掉了。但病人并没有当即拿掉，而是转过身又问了我一遍：“医生，是不是可以拿掉了。”我当时有点哭笑不得。只能对他们说：“那位比我权威多了。”我的带教老师听了急了起来。我不禁想起了刚来医院时医务科的那位助理对我说的那句话：“每科中的患者更多的是把你当一名医生来看待。你的一言一行，不仅仅要对自己负责任，还要对病人负责。”这件事情让我深切地感到自己肩上的重担，也对我在骨科继续的日子里留下了不可磨灭的影响。在骨科的日子里，我见到了大量手外伤和足外伤疾病。并且能基本了解它们的诊断与治疗。可谓是不枉此行。

肿瘤科是研究内科系统病的一门学科。它的主要研究对象是内科系统疾病。它包括食管、胃、肠、肝、胆、胰等脏器的疾病，其中需要借助大量的医学影像设备。不仅包括的器官最多，而且是临床疾病发生率较高的系统。对于我们来说，是实践学习医学影像设备功能的重点科室之一。在该科，我认真了解了这个科的基本医学影像设备情况，肿瘤科的放射治疗的基本操作，以及肿瘤科中的医学影像常见故障的诊断

及维修。

在这个科室中，给我留下深刻印象的是跟科主任的一次会诊。当时的老师在给一位患者作诊断时，看着电脑上的影像图象，老师脸上有一丝忧郁，当时老师说：“图片质量不对，可能是射线管有问题啊！”我当时很诧异，老师怎么会这么说阿，射线管有问题怎么会出射线，就不可能会有图像在电脑上。当我们停下为机器进行检查使发现线管内确实有问题，这让我很倾佩老师。

作为一名老专家能这样认真地对待机器设备，了解机器的本身特性，并不断在实际中对机器进行维修。我在肝胆外科实习的日子里，我们的主任不仅在临床理论和实践上是我的良师，他在如何做人上更是我的好老师。

在肿瘤科的日子里，我基本了解了胃镜，血脉瘤，食道癌，肝癌等一些疾病的常识和它们的初步治疗影像设备的诊断方法随后的十几天，我一直留在设备科与mir□ct□x线、肿瘤放射科等一些科室进行实践学习。并且熟练地掌握了这些科中的一些常见病的诊断和治疗。

随着我对医学知识的认识逐步深入。我的实习生涯也即将结束。在我的实习生涯中，我深切地感到了做一名医生的不容易，想做一名好医生更是一件非常不容易的事情。实践出真知，实践长才干！在第一次临床实践中体会到理论与实践相结合的重要性，领悟到良好医患关系的重要性。没有实践的考验，再多的理论也只是纸上谈兵。

最后，感谢……医院给我实习的机会，也感谢各位代教老师在工作忙碌之时，还要带领实习生，教导我们正确的方向；更感谢学校给了我们这次锻炼自己，提高自己的机会让我们学到课本之外的许多知识。

虽然实践时间短暂，但这段时间却给了我无比大的收获，除

实务工作上的学习外，人际关系的拓展、职场文化的百态、还有一些活动的参与都让我获益良多，这样充实的生活，我想会是我人生中一段难忘的时光。

来源：网络整理免责声明：本文仅限学习分享，如产生版权问题，请联系我们及时删除。

content_2());