

最新寒假心得体会(优秀9篇)

心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面是小编为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。

寒假心得体会篇一

此次参加青鸟计划寒假实践活动，我的工作单位是沾化区xx局，我的具体工作内容是为人民群众进行登记。通过第一周的工作实践，我有了很多感想，也收获了很多经验和知识技能。每天接触不同的来xx的群众，我都有不同的感受和心态，我体会到了为人民服务的快乐。经过一周的学习锻炼，我已经能够独立完成xx登记的任务，每次完成一次登记，我都很有成就感。

因为我是学行政管理的，而这次通过青鸟计划参加的寒假实践活动的工作单位和我的专业还是很对口的，对于专业知识的应用和我工作能力的提高会有很大的帮助。我是一名即将毕业的大学生，即将步入社会，这次实践活动使我发现自身的不足，为今后走出校门，踏进社会创造良好的条件；使我学有所用，在实践中成才，在服务中成长，并有效的为社会服务，体现大学生的自身价值。社会实践活动给生活在都市象牙塔中的我提供了广泛接触基层、了解基层的机会。深入基层，同基层领导谈心交流，思想碰撞出了新的火花。从中学到了很多书本上学不到的东西，汲取了丰富的营养，理解了“从群众中来，到群众中去”的真正涵义，认识到只有到实践中去、到基层中去，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。

寒假心得体会篇二

7月9日，一场大雨袭击了新乡，整个市区成为一片xx[]在连续几天阴天过后，14日一场大雨又出现在新乡的上空，“爱水与共”实践队新乡行的活动由于天气原因被迫中止了一天。15日早晨太阳终于从乌云身后探出了头，实践队的活动终于如期举行。

15日上午，队长召开队员集体会议，对实践队今天的任务做了详细介绍。实践队今天的活动地点是新乡市牧野湖，牧野湖是新乡市的“五湖”之一，是新乡市政府投资建造的集“自然、生态、健康、休闲”与一体的人工湖。虽然新乡市区内有卫河和人民胜利渠从市中川流而过，人民公园内也有一泓清水，但仍旧无法改变新乡缺水的状况。牧野湖的修建无疑为新乡增加了不少的灵气，让这座城市更加亲近自然。

实践队原本的计划是走访牧野湖对新乡市民的生活的改变，然而，近几日的大雨使得牧野湖的水位不断上升，沿湖的小道已被淹没，而一些地方水位退去之后留下了大量的污泥和垃圾，糟糕的环境让很多市民无心再在湖边休闲。实践队临时调整方案，决定为在牧野湖边辛勤清扫的环卫工人们送去一瓶水，送去一份温情，为他们的辛勤工作送去我们最诚挚的问候，送水所使用的资金一部分是队员们自发捐出的，一部分是我们在学校做志愿活动所得。

下午1:30实践队一行人收拾完备从住所出发。来到牧野湖边，被眼前的景象所震惊，湖边本来供有人漫步的小道已经被淹没的看不出路面，而较高的地方也都是河水退去后形成的泥泞。湖边的草丛上，还残留着不知从何处漂来的塑料袋、易拉罐。湖边很多正在清理垃圾的环卫工，桑拿天气下，他们身着厚厚的工作服，拿着清洁工具挥汗如雨。实践队员将买好的一瓶瓶水上前递到他们手中，并接过他们手中的清洁工具，让他们能够稍稍休息会。当实践队员们提出帮他们打扫一会的想法时，被他们立刻拒绝了。

他们说，清理牧野湖周边的环境，是他们的'工作，不让我们这些娃娃们受苦受累。他们还说，希望我们能够好好宣传，让在牧野湖周边的游客们注意保护环境、保护牧野湖的河水，不要破坏了这里美丽的景色。实践队员们原本还想与这些环卫工们进一步交流，可是考虑到他们巨大的工作量，我们只好不再打扰，而是尽自己所能帮忙捡垃圾。

一杯水虽解不了多少渴，但是却表达了实践队队员们的一份真情。“爱水与共”实践队的主题是节水护水，不仅是向大家宣传节水护水，也向这些在生活中一直保护水的环卫工们送去我们诚挚的感谢！谢谢他们，有了他们的守护，河水才能清澈依旧，为美丽河南带去灵气！

寒假心得体会篇三

“为尽可能多的人谋幸福，其自身就愈幸福。这种幸福是不朽。幸福来自努力的爱。”这是我最喜欢的一句名言，它是佛罗伦斯·南丁格尔为了人类健康和追求护理事业最真实的写照！

《护理札记》是南丁格尔对护理工作影响力的一本书，描述的非常精确、细致，所谓面面俱到。譬如：病房空气新鲜，环境舒适，整洁安静，做好生活护理，饮食护理，增加营养等等。并对病人的. 饮食营养问题，阳光、病房空气、环境的绝对安静等都提出了具体要求和标准，她把所有对病人身心不利的因素都想到了，从而提出了明确的护理措施，真正做到了以人为本。

读过此书，受益匪浅，感悟自己在为病人服务的过程中欠缺的东西太多，为病人考虑的太少。虽然已做了多年的护士，但从书本学到的护理心理学及医院要求的护理理念来评价自己肯定是不合格的。因为我很少想到为了病房空气新鲜而为病人开一扇窗，在暴风雨来临时也很少想到要为病人关一扇窗，在夜深时也忘了为病人关一盏灯；总是忽略病人的卧位、

床单位是否舒适；在每次例行晨间护理时也只是走于形式，从未为病人想过做晨间护理的合适时间，或许有些病人还在睡梦中，或许有些病人还在吃早餐；对于饮食的指导也太肤浅，没有了解病人的胃口，听听病人爱吃什么，只是一味地要求病人按我们所提供的食物吃，有时我们提供的病人也许不爱吃呢？等等。很多方面有待改进。

文中讲述了“在我离开病人，在我不在的时候也不会有不好的事情发生”给了我深深的感触。想着我科一位关节僵硬、右腿烫伤、蜷缩在床的病人，心中难免有几分自责。我想如果我们不厌其烦的对家属进行疾病健康知识宣教、观察仔细，或许病人可以避免烫伤；如果我们早期对患者进行肢体功能锻炼，或许患者关节不至于那么僵硬。总而言之：当在我们离开病人时，希望我们能放心的离开！

《护理札记》对从事护理工作终身受益，经过反复认真阅读，使我对南丁格尔在创建护理学的一生中的心路历程有了切身的理解，她崇高的道德品质也深深的感动着我的心，指引着我前进的方向！“以人为本，以病人为中心”做自己能做到的事、想自己想不到事，运用前瞻性的思维为病人提供优质的服务！

什么是幸福？什么是爱？我们的前辈，护理学的创始人佛罗伦斯·南丁格尔用她传奇的一生做了的诠释！是她让护士变成了天使，让我们用一颗象南丁格尔的心去为病人解除痛苦；让我们沿着南丁格尔的路走下去，生生不息。

寒假心得体会篇四

清风明月之夜，一卷在手，纸页沙沙，书香缕缕，兴起而读，兴尽而止。读书于我而言已不仅是开拓视野，增长才识，而是一种心灵的慰藉，是一种享受。读一本好书就像看到一幅名画、听到一首名曲一样使我幸福而颤栗。记得读霍达的《穆斯林的葬礼》，我一连几天都悲兮兮的。我的心境随着

小说里的一个个人物而跌宕起伏，读道情深处我禁不住潸然泪下。我已分不清哪个是小说里的世界，哪个是现实世界。我觉得自己好像是死了好几回，又生了好几回。痛苦而厚实。这种感觉在我后来读陈忠实的中篇小说《蓝袍先生》时再次得到了验证。当时我是坐在宿舍的床上。当我读到后来“蓝袍先生”他们那个班的同学举办联谊会时，一群耄耋之人，回首人生、感叹命运时我忍不住失声痛哭。吓的全宿舍的人都往出跑。

读书其实是在读人生。许许多多的人生。书中总是汇集了一些独特的魂灵。善于读书，其实是借助读书深深地翻阅自己。前些日子买了一本季羨林的散文集《世态炎凉》，读罢醍醐灌顶。季老是学贯中西的大儒，一生历尽坎坷。读他的文章如泉水叮咚、娓娓动听，深刻的如同一位祖父，而没有丝毫的傲慢、虚荣与做作。对于像季老这样的老学人我是充满敬畏。大作品使我们变矮，小作品使我们升高。不同的阅读带来不同的水准。

萧伯纳说：“好书读的越多越让人感到无知。”对于这话我深有体会。先前我曾一度仗着自己读了几本书，发了几篇文，而大言不惭地扬言要当作家。似乎作家的桂冠容易的只要一伸手就可以摘到似的。然而随着阅读境界和思想认识的变化我越来越感到自己的无知与浅薄。且不说作家必备什么想象虚构能力、悲天悯人的体验能力、细致入微的观察能力等，单就那一套庞大的文艺理论就够人受。我开始为自己的狂妄而脸红。我再也不敢对人说我要当作家。至少是现在不敢。

读书是为灵魂寻找镜子。我们应该用心去领会书的思想内涵和精神实质，并用以洞照灵魂与心智。读书应该汲取与思索并重。阅读的根本使命就是教会使人思考。要善于从中提炼出对现实有意义的东西来。

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());

寒假心得体会篇五

在这一段时间的练习中，我和我的团队成员去营业厅了解了各公司手机的现状，并和同学一起做了一个调查，在学校是没有感觉到的。而且时不时要做一些工作以外的事情，有时候也会和其他组的同学合作。在学校，有的老师可能会布置今天做什么，明天做什么，但是在这里，可能有人不会告诉你这些。你必须有意识地去做，尽力而为。在学校，只有学习的氛围。

毕竟学校是学习的地方，每个学生都在努力争取更高的成绩。而且这里是工作的地方，大家都会努力工作，获得更多的回报。无论是学习还是工作，都有竞争。在比赛中，一定要不断学习别人的先进之处，也要学习别人如何做人，从而提高自己的能力！记得老师曾经说过，大学是一个小社会，但我总觉得，在校园里，纯真和真诚缺一不可。即使是大学，学生还是保持着自己的身份。同时进入企业，接触各种客户、同事、上级等。关系复杂。

但是我要面对我以前从未面对过的一切。记得我们学校举办的招聘会反映出的一个问题就是学生的实际操作能力和在校的理论学习有一定的差距。在这个实践中，我对此感触很深。在学校，理论研究很多，多方面的，几乎是全面的；但是在实际工作中，你可能会遇到书本上学不到的情况，或者根本用不到书本上的知识。也许只是工作中可以用到的简单问题，一个任务只要设置一个公式就可以完成。有时候会抱怨实际操作那么简单，但是为什么书上的知识让人学的那么辛苦？这是社会和学校的出轨吗？也许老师是对的。虽然大学生的生活不像步入社会，但他们最终是社会的一部分，这是不可否认的事实。但是有时候不得不感谢老师不知疲倦的教学。有些问题已经在课堂上认真消化了，并辅以平时的作业。我比别人起点高，处理各种工作问题的知识也多。

作为一个新世纪的大学生，他应该知道如何与各行各业的人交流，如何处理社会上发生的一切事情，这意味着大学生应该重视社会实践，这是至关重要的。毕竟三年过去了，我已经不是一个大学生，而是社会的一员，我要与社会沟通，为社会做贡献。光知道纸上谈兵是远远不够的，人生的旅途是漫长的。为了培养自己成为一个合格的、对社会有用的人，我选择了法学作为自己的专业，在这个实践中自然更加注重这个环节。虽然在实践中只负责相对简单的部分，但是我很兴奋能真正把在学校学到的东西用到实处！在学校，老师在教，学生在听，理论部分是主体部分。我可以掌握自己的专业知识。我以为我应该能应付企业的做法，但在企业里并没有我想象的那么容易。平时在学校改作业可以交错作业，但是在公司，报告一定不能出问题，因为质量是企业的第一生命，质量不好，企业的生产跟不上，效率也会下降，企业在竞争的浪潮中会失败。所谓“逆水行舟，不进则退”，企业要想在市场上立于不败之地，就必须时刻保持这种竞争状态，只是因为企业会对工厂的每一个员工都有严格的要求，每一个环节都不能出错。这个要求在学校课堂上是学不到的。在学校，你可能会解决一个问题，制定一个方案，但这里更需要的是结合实际。

只有理论，没有实际操作。在这个社会立足是不可能的。所以一定要非常小心，一旦犯了错误，不像在学校，老师要打个红十字然后改。如果一个公司出了差错，你要承担责任，这关系到公司利益的损失。

寒假放假前，辅导员在节前大会上感召在座的我们为父母家人做一点事，当时心里便暗下决心，做家务、煮饭、为父母打一盆洗脚水等事项纷纷纳入了假期任务清单之中。然而总是思想上的巨人，行动上的矮子。回家不多久，没有了在学校时来自各方面的种种压力，便开始整日沉溺于追剧玩手机看小说的朝九晚五的生活之中，之前的种种承诺保证也全都抛诸脑后。

这样安逸的日子久了，便觉身心开始堕落。也许是为了摆脱这种无所适从，我和姐姐便去了亲戚的公司上班。公司上班打卡的日子远没有自己期待的那么有趣。实习13天，忍受了13天早起挤地铁的生活，受够了公司楼下食堂里的地沟油味，换来了1200元的人生第一桶金。若说我在这段经历中的最大收获，那便是深深地体会到父母挣钱养家之不易。与之前在家安逸日子的对比之下，方知父母给予的一羹一食的甘甜，以及他们这二十年来用心营造努力经营的温馨小窝的舒适。

因着这样的一份体验，回到家后，我开始务实之前的计划。从细微之处去帮父母及家人做一些力所能及之事。也许是在包饺子时学会怎样择洗那一把翠绿的韭菜；也许是在帮妈妈切莲菜时知道九孔的莲菜口感爽脆因而更适合做凉拌菜；也许是在爸妈劳累一天回到家之后为他们打上一盆洗脚水，端上一杯热茶；也许是在快过年时用上一天的时间扫除家里的灰尘。对于我而言，这些已不仅仅是感恩父母的一种方式，而更像是一种修行，它让我知道，原来做好一个家庭主妇也需要学者般的智慧与经验，原来成长于我们而言已不再是单纯的学历的升高和知识量的增加，他更应该是学会感恩和如何勇敢而恰当地表达爱。在家的剩余二十多天里，我曾和姐姐一起掌勺为年夜饭添一两道刚学会的炒菜；在新年伊始拜访姑姑婶婶家时陪他们聊聊天，做做家务；给手术后卧床休息的姨妈送去一份份午餐；为姥爷姥姥家换上一只新的灯泡，教二位老人如何发短信；以及在中秋节时给爷爷奶奶送去一份可口的汤圆。至于我用13天的辛苦换来的的那点微薄的“工资”，我选择了用它给家人买了保温杯，虽然是再也普通不过的礼物，但我却希望他们能够在劳累之余喝上一口暖胃的茶，以及寓意我对他们一辈子的情谊。回想自己这过去的20年，享受着来自父辈和祖父辈两代人的万千宠爱，却似乎除了在中学时代的作文之外从未思考过要如何去报答亲人们的养育之恩。我想我应该感谢这段短短半个月的实习经历，他让我在初次体验社会之余开始懂得亲情的宝贵，并开始用自己的方式去用心呵护它。时光短暂，岁月早已在父母

的额头眉间留下了痕迹，希望从今天开始孝顺父母，报答亲人为时不晚。

怀着对家人的这份爱和将它付诸行动的心念，这个假期不寂寞。

寒假心得体会篇六

寒假，为期一个多月的时间，我在合肥超市从事面点的销售工作。

首先，通过同学的先容我进进到这家超市，经过人事部分经理的口试后，录用我为。社会实践进程，采取倒班制，天天工作八到十个小时，早晚班轮换制。由于我是新人，刚来超市的三天，我碰到了很多的困难，比如我不会用电子秤，不知道产品的价格，不清楚该如何向顾客倾销先容产品，一切对我而言都是陌生的，还好在同事们热忱的帮助下我很快克服了这些困难，起初，我还不好意思主动向顾客倾销，一次一次的尝试，不顾及太多所谓的面子，像对待朋友一样真诚的对待每位顾客，就会自然很多，固然业绩也一步步爬升，同事的三天陪伴使我很快适应了工作。以后的工作也都还是比较顺利的。碰到有特殊要求的顾客，我也能尽量满足他们的要求，时刻想着顾客就是上帝的宗旨。

其次，我发现与同事的相处和与周边柜台促销员的相处也是我们工作的重要组成部份之一，人与人的相互适应、相互包容、相互理解促进我们良好的人际关系，使我们处在一个工作环境当中，工作质量自然就稳步上升。如此，不但利于自己的工作利于他人的工作，更重要的是也有益于店长和顾客，营业额升高，顾客满意度上升。工作环境要靠我们自己往营建，现在到处布满着竞争，仿佛身边少了很多人情味，功利之心人人皆有，但我觉得两者其实不完全矛盾，我们应当权衡利弊适度改变一下心态，从而从容的面对现今的就业、从业情势。

另外，我还是觉得这次社会实践的时间有限，对工作还存在很多疑问，例如：顾客的消费心理。我觉得这是很深奥的东西，不是简单的课本知识可以解释的。顾客总是喜欢物美价廉的东西，晚间的促销有时可以到达一天营业额的三分之一，如何逢迎顾客的消费心理，这必须是我们不断社会实践不断摸索的，通过丰富的经验，不断总结的。也应给算是一种学问了。更多的东西我还不能体味到，明年寒假我还会继续我的社会实践旅程。从这次社会实践结束我就要开始计划以后的生活乃至今后的就业规划，进而更好的丰富自我。进步本身素质，做社会需要的有用之人！

寒假心得体会篇七

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。

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最好的选择。因为它既可以帮助我们看到更大的一个世界，又可以让我们的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来体会的。

寒假心得体会篇八

一开始读《麦田里的守望者》时，因为没有相当的背景知识，所以读起来的时候十分迷惘，没有共鸣，觉得就这样描写主人公的一些愤青的表现，有什么吸引的呢？但是读下去的时候，偶然得到了一些那个年代相关的背景知识，因此，读起来津津有味，明白作者的用意何在，明白为何主人公甘愿当一名守望者而不努力学习，在那个混乱的年代是需要多么大的勇气啊！

守望是一种难得的情怀，一种勇气，一种姿势，又饱含着一份期待。我想这也是霍尔顿可爱的地方，尽自己的努力去守护一种美好这才是真正的大善良，这种大善良让霍尔顿在颓废中也显得那样的可爱，就像在一片沼泽地中让我们看到了闪光的美好的东西。

美国的五十年代是一个相当混乱的时期，二战的阴云尚未散去，冷战硝烟又起。一方面科技发展迅速，而另一方面，人们缺乏理想，意志消沉，在自己无力改变的社会大背景下，过着混混噩噩的生活。于是，“垮掉的一代”出现了，霍尔顿就是其中的一员，他抽烟酗酒，不求上进，但是，他还不至于沦落到吸毒，群居的地步，因为在他心底，一直还存有美丽而遥远的理想——做一个“麦田里的守望者”。

生活精神生活荒芜的社会风气，道出了资本主义的实质。

主人公霍儿顿是我读过的文学作品中为数不多的反面形象之一。他的性格深受资本主义社会的耳濡目染，既有丑恶的一面，也有反抗现实，追求自己的理想的纯洁的一面。”有那么一群小孩子在一大块麦田里做游戏。几千几万个小孩子，附近没有一个人——没有一个大人，我是说，除了我。我呢，就站在那混帐的悬崖边。我的职务是在那守望，要是有哪个孩子望悬崖边奔来，我就把他捉住——我是说孩子们都在狂奔，也不知道自己是在往哪儿跑，我得从什么地方出来，把他们捉住。我整天就干这样的事。我只想当个麦田里的守望者。”

书中，霍尔顿是一个不肯用功读书，整天鬼混的沉沦少年，他为什么不肯用功读书难道是资本主义社会物质极大丰富，不需要读书吗？看一看霍尔顿所处的环境，便不难明了。学校里的老师和他的家长强迫他读书，只是为了让他“出人头地，以便将来可以买辆混帐凯迪拉克”，学校里的老师大部分是势利的伪君子，连他起初所敬佩的一位老师后来发现也可能是个搞同性恋的，而这位老师对他说：“一个不成熟男子的标志是他愿意为某种事业英勇的死去，一个成熟男子的标志是他原为某种事业卑贱的活着。”老师的谆谆教导却是一条渗透着浓厚利己主义和功利主色彩的资本主义信条，生活在这样的环境里霍尔顿又怎能找到可贵的精神寄托或崇高理想呢他不愿意与他们同流合污，自然也就无法好好读书，他的不用功表面是颓废，沉沦，实质上是对资本主义的价值观的最无情的揭露。作者把霍尔顿身边的人，全都描绘成“假模假式”的人，他看不惯周围的一切，想逃离这个噩梦般的现实世界，到偏远的小山村去遁世，但要真正这样做是不可能的。他最讨厌看电影，但百无聊赖中又不得不在电_中消磨时间；他讨厌爱慕虚荣而又毫无主见的女友去又迷恋她的美色，他看不惯这个世道，却无法改变；他甚至痛恨自己，却没有参照的标准来改正自身缺点(亦或是说没有毅力)，这样的世界观和人生观注定了他只能生活在矛盾中，霍尔顿只能用幻想解脱自己，自欺欺人，最后仍妥协于他所深恶痛绝的社会，继续陷入矛盾的漩涡，无法自拔。

寒假心得体会篇九

在今年寒假里，我利用假期参加有意义的社会实践活动，接触社会，了解社会，从社会实践中检验自我。这次的社会实践收获不少。

一、在社会上要善于与别人沟通。经过一段时间的寻找工作让我认识更多的人。如何与别人沟通好，这门技术是需要长期的练习。以前工作的机会不多，使我与别人对话时不会应变，会使谈话时有冷场，这是很尴尬的。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，更事半功倍。别人给你的意见，你要听取、耐心、虚心地接受。

二、在社会中要有自信。自信不是麻木的自夸，而是对自己的能力做出肯定。在多次的面试中，明白了自信的重要性。你没有社会工作经验没有关系。重要的是你的能力不比别人差。社会工作经验也是积累出来的，没有第一次又何来第二、第三次呢？有自信使你更有活力更有精神。

三、在社会中要克服自己胆怯的心态。开始放假的时候，知道要打寒假工时，自己就害怕了。自己觉得困难挺多的，自己的社会经验缺乏，学历不足等种种原因使自己觉得很渺小，自己懦弱就这样表露出来。几次的尝试就是为克服自己内心的恐惧。如工作的领班所说的“在社会中你要学会厚脸皮，不怕别人的态度如何的恶劣，也要轻松应付，大胆与人对话，工作时间长了你自然就不怕了。”其实有谁一生下来就什么都会的，小时候天不怕地不怕，尝试过吃了亏就害怕，当你克服心理的障碍，那一切都变得容易解决了。战胜自我，只有征服自己才能征服世界。有勇气面对是关键，如某位名人所说：“勇气通往天堂，怯懦通往地狱。”

四、工作中不断地丰富知识。知识犹如人体血液。人缺少了血液，身体就会衰弱，人缺少了知识，头脑就要枯竭。

以上是我自己觉得在这次寒假社会实践学到了自己觉得在社会立足必不可少的项目。