

最新寻求帮助心得体会(精选8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。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

寻求帮助心得体会篇一

在人生的旅途中，我们难免会遇到各种困难和挑战，有时候我们可能会感到力不从心，无法单凭自己的力量解决问题。然而，我们并不孤单，可以向他人寻求帮助。在我多年的求助经历中，我认识到寻求帮助无需羞愧，它能够帮助我们更好地成长和解决问题。通过经历困难时期，我领悟到了四个重要的心得体会：积极寻求支持、摆正心态、全面分析问题、感恩回报。

在面临困难时，我们首先要学会积极寻求支持。外界的力量和帮助我们能够更好地理解和解决问题。在我自己的求助经历中，我曾遇到自己无法解决的某个难题，我最初的反应是沮丧和自我怀疑，感觉自己一无是处。然而，当我向信任的朋友、家人或老师寻求帮助时，他们不仅提供了宝贵的建议和指导，还给予了我情感上的支持和鼓励。在得到他们的帮助后，我重新找到了自己的动力和信心，也成功解决了问题。因此，积极寻求支持是我认为非常重要的心得体会之一。

另外，摆正心态也是求助过程中的重要因素。在困境中，我们往往容易陷入消极的情绪中，失去对问题的正确判断和解决能力。然而，通过寻求帮助，我们可以从他人那里获得正向的影响和鼓励，帮助我们改变消极的思维方式。在我曾经的一次求助经历中，我感到彻底失落，对未来感到迷茫。然

而，当我与一位经历类似状况的朋友交流后，他分享了自己的心路历程和应对策略，让我感受到了希望和勇气。我开始重新思考问题，积极寻找解决方案，并最终度过了难关。因此，摆正心态是我认为不可忽视的心得体会之二。

除了积极寻求支持和摆正心态，全面分析问题也是求助过程中不可或缺的一步。有时候，我们为了解决困境可能只看到一面而忽视了其他的可能性，而他人的观点和建议可以帮助我们打开眼界，以全新的视角审视问题。在曾经一次的求助经历中，我对于自己的学业困扰已经很久，探索了许多方法，却都没有效果。然而，当我向老师寻求帮助时，他向我提出了一个我从未想过的解决方案，从而使我看到了问题的另一面。通过全面分析问题，我成功找到了解决方法，解决了我的困局。因此，全面分析问题是我认为非常重要的心得体会之三。

最后，感恩回报也是寻求帮助过程中一个重要的价值观。“行善积德”，在他人帮助我们解决问题、度过困境后，我们应该对他们所给予的帮助心怀感激，并尽力回报这份恩情。回报不仅可以是物质上的报答，也可以是以我们的行动来帮助和鼓励他人。在我的身边，我经历了许多不同形式的帮助，而我始终记得这些恩情，在有需要的时候尽己所能去帮助别人。对于我而言，感恩回报是寻求帮助过程中的一种精神状态，也是我认为不可缺少的心得体会之四。

在生活中，我们难免会遇到各种问题与难题，而寻求帮助是解决问题的一种重要途径。通过积极寻求支持、摆正心态、全面分析问题以及感恩回报，我们可以更好地面对和解决困境，不断成长。寻求帮助不代表我们的无能，相反，它是智慧和成长的象征。因此，当我们遇到问题时，不妨学会勇敢地向他人求助，相信我们一定能够得到帮助并找到解决的办法。

寻求帮助心得体会篇二

积极参加了社会实践活动，认真学习了解了国家大学生要求加强爱国主义精神，投身社会实践的各项指令，深入学习结合自身专业进行了详细而又深刻的实践经历，在实践中收益良多，体会深刻。

这个假期里，我参加了社区组织的去孤儿院当义工的活动，在这次活动中，我收获许多。回家后因为离孤儿院比较近，加上社区干部的大力宣传，我和许多志同道合的同学一起参加了此次公益活动。

孤儿院的孩子们从四岁到十五岁不等，父母大多双亡，只能被孤儿院收留。我所在的孤儿院是7月初才成立的一所孤儿院，也是本县历史上的第一所孤儿院，收官孤残儿童共50余人。

由于孤儿院是7月初才成立，我很有幸参与了孤儿院的筹备和入院工作。在工作中虚心向工作人员学习，使自己的能力提升到了很大的提升。在迎接来自全县各地孤儿入院的过程中，通过与孤儿及其监护人的交谈中获益匪浅，也使自己更加懂得做人的道理。

孤儿院将孩子分成两个区，一区是六到十岁，二区是十一岁到十五岁。我带的是二区。有时候看着她们的快乐和满足让我久久不能忘记，这些寻常人家无比简单的满足在这些缺少爱和关怀的孩子们身上却有着非同寻常的意义。

护工们平时除了陪伴孩子们玩耍大多数时间是要照顾全部这些孩子们的起居和安全，所以分给每个孩子的关怀就少的又少，如何能满足每一个孩子的成长所需要的关心和爱的滋润，她们无疑是可怜的，没有父母的爱在孤儿院里生活成长。

虽然衣食无忧，但是却失去了他们最重要的感情依靠，我无

言以对，只希望那些草率把孩子生下来的父母不要这么不负责任，让一个无辜的孩子白白承受着不公平的对待。

孩子们午休时间总是不安宁喜欢哭闹，好不容易安抚了这个，另一个个又开始折腾，最后弄得我手足无措，通过向护工虚心的学习，自己慢慢地也能熟练而紧凑的完成安抚他们睡觉的任务，这些孩子们是她们见过的最可爱的孩子，可是却有着这样的遭遇和命运。

这些孩子在没有父母之爱渐渐长大的时候都会有一个时期特别的古怪，他们怀疑自己不好，十分的敏感多疑，看着直叫人心疼。

好在这些孩子在党和政府的关怀下衣食无忧的生长，给孩子们提供的条件都是最好的，让他们在没有爱的基础上得到一些补偿，能顺利安全健康平安的长大。

孤儿们是可怜的，这个年纪的孩子本应娇生惯养受尽疼宠，可是他们却没有这个福气享受这些本该属于他们的感情，我们平常不光只顾能让他们吃饱穿暖健康长大，而是要从学习、生活、为人处事，修养等多方面进行教育。

两个月的实践生涯过得飞快，我和这里的孩子相处得非常愉快，比如带着她们出去野炊，一起玩游戏，一起上课。看着每一个孩子开心快乐着，我作为一名大学生义工感到无比的满足和开心。

能感受到被需要，能帮到这些孩子，我觉得自己的生命变得开始有了特殊的价值，和孩子们的感情也是真实而美丽的。这些孤儿无疑是我生命中最美好的一抹色彩，和他们一起度过的这五十多天，充实而充满了意义，让我学会了如何爱和关怀别人，如何让身边的人因为你而感到快乐幸福，那些最真诚最可爱的笑容就是最好的回报。

真心希望那些父母们在决定生下孩子的时候一定要慎重再慎重，毕竟这是一条生命，她来到这个世界上是无辜的，她并没有任何错误。

既然决定带她来到这个世界上就一定要对她好，不要因为残障而狠心抛弃自己的子女，这是非常不负责任的一种行为，因为，这意味着这世界上又多了一个缺爱的可怜人，她的人生将永远不会圆满。所以我呼吁年轻的父母们，一定要慎重，负责。不要让他们因为你而接受不公平的一生，这是一个孩子的一生啊，多么重要啊！

同时孕妇一定要慎重服药不要让孩子在发育的时候因为你的一时疏忽大意而产生先天性发育残障，我希望父母们在对待孩子的时候多一些疼爱，多一些不舍，少一些狠心和无情。

既然是父母，就要负起责任，你选择把他们生下来，就要对孩子一辈子负责，狠心抛弃他们是多么残忍的一个决定，他们多可爱，不该受到这样的伤害。我们要用最真的爱关怀这些可爱的孤儿们。

在这五十多天的义工生涯里，我觉得学会的远不止这些，我们这些九零后生长在无忧无虑的和平年代。对父母爷爷奶奶姥姥姥爷的疼爱总觉得理所当然，对别人的付出当做是应该的，从来就只知道索取很少付出和为别人着想，心里大多也都只有自己一个人，天生的自私无情。

但是，我们似乎忘记了，别人对你好疼你爱你并不是应该的，这是付出，这是爱，是人间难得的. 真情，我们要好好珍惜这些看似来的容易其实来之不易的感情，感激社会政府感激党给我们带来的和平年代，一切都是那么的美好。

这一切，都是幸运的恩赐，我们要学会感恩，学会感激报答每一个对你好的人，感恩父母亲人，多关心体贴他们，有的时候你不经意的关心会让他们像个孩子似的欢心一整天。感

恩社会，多做一些有益于社会的事情，让这个社会因为你为更美好，实现你的价值。

感恩每一个人，播撒你的爱心和关怀，让他们因为你的存在而快乐开心，让身边的每一个人因为你的付出而感到幸福，把自己有限的爱播撒到无限的世间中去。实现人生的价值并不在多，在于参与。

我相信，只要我们当代大学生们共同行动起来，带头分享温暖，传递爱心，社会会因我们而改变，人世间一定会越来越来美好、越来越和谐。

寻求帮助心得体会篇三

现代社会中，人们常常面临各种各样的问题和困难。有时候，我们会发现自己无法单凭个人的力量解决问题，这就是我们需要寻求帮助的时候。寻求帮助是一种智慧的选择，它不仅可以帮助我们解决问题，还可以拓宽我们的思维和视野，为我们的人生带来积极的影响。在过去的几年里，我积极地寻求帮助，从中学到了许多宝贵的经验，下面我将与大家分享我对于寻求帮助的心得体会。

二、明确问题并积极主动

要想得到帮助，首先需要明确自己面临的问题。有时候，我们对于问题的描述模糊不清，这会给我们的寻求帮助造成困难。因此，在寻求帮助之前，我们需要冷静下来，仔细思考自己的问题是什么，它的根源在哪里，以及自己希望从帮助中得到什么样的结果。明确了问题后，我们就能更加有针对性地寻求帮助。此外，我们不应该等待别人来主动帮助我们，而是应该积极主动地向他人寻求帮助。只有积极主动地去迎接帮助，才能获得更多的机会得到真正的帮助。

三、选择适合的帮助方式和人员

在寻求帮助时，我们需要根据自己的问题和需求选择适合的帮助方式和帮助对象。如果我们的问题是关于学业方面的，可以选择向老师或者同学寻求帮助。而当我们遇到生活中的问题时，可以向家人、朋友或者专业领域的专家咨询，他们会给我们提供相关的建议和指导。此外，我们也可以选择寻求心理健康专家的帮助，他们擅长处理情绪问题和心理压力，能够为我们提供积极的心理支持和建议。所以，选择适合的帮助方式和人员对于我们的问题解决至关重要。

四、倾听和接受帮助

当我们寻求帮助时，我们需要学会倾听和接受他人的帮助。有时候，我们可能会因为自尊心强或者固执而拒绝他人的帮助，这样只会限制我们的成长和发展。相反，如果我们能够虚心地倾听他人的建议和意见，并接受别人的帮助，我们就能够更加全面地理解问题的本质，并且更好地解决问题。倾听和接受帮助是一种聪明的行为，它不仅可以帮助我们摆脱困境，还能够提升我们的个人能力和智慧。

五、表达感激和总结经验

当我们得到他人的帮助后，我们需要学会表达感激之情，并总结我们从中学到的经验。感谢是一种礼貌和美德，它不仅可以让我们的关系更加融洽，还可以鼓励他人继续帮助我们。同时，总结经验也是寻求帮助的重要环节，通过总结我们可以回顾自己的问题解决过程，找到其中的不足和不足之处，并在以后的生活和工作中改进和提升。总之，寻求帮助是一个循环的过程，通过一次又一次的寻求帮助和总结经验，我们可以不断提升自己，更好地面对各种问题。

综上所述，寻求帮助是我们解决问题、提升自己的智慧和能力的有效途径。在过去的几年里，我通过积极主动地寻求帮助，明确问题并选择适合的帮助方式和人员，不断倾听和接受他人的帮助，并且总结经验并表达感激之情。这些经验不

仅让我解决了许多问题，还让我更加成熟和自信。希望我的经验能够对你有所启发，让你在寻求帮助的道路上走得更加顺利。

寻求帮助心得体会篇四

爱，在人间，爱就在你的身边，身边的好人数不胜数。有人说，友爱如春雨，滋润着大地；有人说，友爱如阳光，温暖着人心。左邻右里的一声问候、一杯热茶、一句关心问候足以让人感到温暖心窝。为了让更多人感受到这份爱，我们应更加那里去关心身边的人，也更应该推荐，评论身边的好人，让这样的好人成为大家效仿的模范。因此我们推荐助人为乐的好人xxx□同事朋友都亲切的称呼她为安大姐，年轻的都亲切称她为安阿姨。

xxx□女、44岁、汉族、中专学历□19xx年参加工作，现xxx医院检验科工作□xxx同志是一位具有亲和力特点的好大姐，好阿姨，她热心公益，助人为乐，深得同事朋友们的喜爱和单位领导及群众的好评！

她把助人为乐当作自己人生重要的一部分，尽可能的去服务社会和帮助别人不断充实自己的人生。她常说：“我现在在做好本职工作的情况下，最想做些有意义的事情，对社会尽一份自己的责任”。她是这么说，也是这么做的。于是，他做好本职工作之余，一头扎进社会公益活动中。一直以来，敬老爱亲是中华民族的美德，倡导敬老爱亲，她先于别人，积极行动干出了样子。她在单位也好，居住的新泰花园也好，还是人民群众长期聚集活动的名藩广场上，均积极组织和参与“助人为乐、敬老爱亲”、“文明从我做起”等活动。通过她的努力，她所在的科室，小区大家的思想政治水平和遵纪守法意识得到了进一步提高，使单位、科室及新泰花园小区处处呈现出了人人讲助人为乐、敬老爱亲，人人做助人为乐，敬老爱亲工作，人人争当助人为乐，敬老爱亲模范的浓厚氛

围。多年来，她秉承单位内单位外，家里家外，始终如一，用实际行动传播爱的文明，无论在单位医务工作中还是日常生活中，她在自己能力范围内，助人之所困，帮人之所需，并恪守文明守则，时刻提醒自己作为一名新泰花园的一员，不仅要做好份内工作，而且也更要保持良好道德修养，做助人为乐的倡导者和践行者。近年来，在汶川大地震、四川雅安地震、甘南舟曲泥石流和2013年甘肃定西岷县地震后，她都积极响应号召，每次都积极主动捐款捐物，体现出了一方有难，八方支援，邻里相帮，患难相恤，助人为乐的中华民族传统美德。她始终从身边的小事做起，做自己力所能及的事情，去帮助更多的人，让自己的生活更充实，也充分体现了其对生命价值、社会、人类和人生观的一种积极态度。“助人”是一种无声的诺言，只要轻轻一点火花，就能让世界充满温暖；“助人”是一种无偿的交换，只要小小一缕奉献，就能让彼此真诚相待。只要人人都献出一点爱，世界将变成美好的明天。真是有了像xxx同志这样的助人为乐者，弘扬着助人为乐精神，通过这些助人为乐的努力和行动，促进了人与人之间的互助关爱，人与社会的相互融和，政府与社会的和谐发展。

安芳萍同志热心助人，乐于助人获得同事和朋友们的喜爱，也得到广大患者及家属们的认可。她平时对同事、对乡邻、对患者，对朋友都能以诚相待，友好相处，不论是谁，遇到什么困难，只有她碰到或是只要找到她，她都会尽自己的最大能力去帮助和安慰。她也常说：“同事邻里相聚一起工作，一起居住生活都是一种缘分，多做一些好事情，善事情，大家的关系就肯定会和谐，邻里关系肯定会和睦，不仅工作起来有劲，而且自己心里也很舒坦”□20xx年，医院检验科开展微生物检验新业务，由于这项业务工作脏、累，同时缺乏经验和技能，工作人员都不愿意干这项工作。安芳萍同志主动请缨，通过到上级医院强化培训，成为检验科第一个“吃螃蟹”的人。培训后到单位，她不但自己认真钻研微生物检验技术，还主动召集科室人员学习培训，使全科室每一位人员都熟练掌握了这项检验技术，为医院质量控制工作打下了坚

实的基础。安芳萍同志还是无偿献血者的倡导者，先后献全血3次，累计献血1200毫升。她主动做群众思想工作，小区和单位许多人被她的真情感染，主动义务宣传无偿献血知识，主动参与到献血中，真正体现了“血液不分你我他，患难共处是一家”。

多年来，安芳萍同志始终认为助人是快乐之本，是一种美德，人生要有善心，多点爱心，能为他人多办点好事，多帮一份忙，就多一份快乐，社会就多一份和谐。她有一个温馨和睦的家庭，多年来，她助人为乐之举一直得到丈夫和儿子的理解和支持，所以我们极力推荐她为“助人为乐”的楷模。

寻求帮助心得体会篇五

随着社会的发展，人们的生活变得越来越复杂，遇到问题时需要他人的帮助成为常态。寻求帮助不仅是一种智慧，更是一种勇气。本文将通过五个方面来讨论寻求帮助的重要性和心得体会。

寻求帮助的重要性在于它能够帮助我们解决问题。在生活中，我们难免会遇到一些无法解决的困难，而这时候往往需要他人的帮助。例如，当我们在学习上遇到困难时，向老师请教或和同学讨论问题，能够帮助我们找到解决问题的方法。此外，在工作场合上，主动向经验丰富的同事请教，能够帮助我们快速适应新环境并提高工作效率。因此，寻求帮助不仅可以解决困难，更能够帮助我们取得更好的成果。

寻求帮助的重要性还在于它能够提升我们的学习能力和技能。当我们遇到问题时，有时可能会陷入困境，无法找到解决的方法。而向他人请教，不仅可以帮助我们解决问题，还能够帮助我们获取新的知识和技能。例如，在学习一门新的技术时，我们可以向专业人士请教，从他们那里学习到更多的实践经验和技巧。这样，我们就能够不断拓展自己的学习能力和技能，为将来的发展打下坚实的基础。

然而，虽然寻求帮助的重要性是显而易见的，但很多人却因为各种原因而不愿意主动寻求帮助。有些人认为向他人寻求帮助会显得自己无能或依赖，因此不愿意主动寻求帮助。还有些人可能担心自己的请求会给他人带来麻烦或不好的印象，因此选择默默承受困难。然而，这种想法往往是不正确的。在现代社会中，寻求帮助已经成为一种智慧和勇气的象征，能够凝聚人们的力量，解决各种问题。而且，大多数人乐于助人，愿意提供帮助。因此，我们应该克服自己的顾虑和恐惧，主动寻求帮助。

在寻求帮助的过程中，我们需要注意一些原则，以确保我们能够得到有效的帮助。首先，我们应该选择信赖的人寻求帮助。选择那些有经验、知识丰富并愿意帮助我们的人，能够为我们提供更好的支持和建议。其次，我们需要明确自己的问题并将其表达清楚。有时候，我们自己都没有弄清楚问题的本质，这时候就很难得到有效的帮助。因此，我们需要提前思考并准备好自己的问题，并清晰地表达出来。最后，我们需要感谢他人的帮助并表示我们的愿意回报。帮助是一种互助关系，我们需要懂得感恩和回报，这样才能够在未来得到更多的帮助。

总之，寻求帮助是解决问题、提升能力和拓展人际关系的重要途径。在我们面对困难时，我们应该勇于去请求帮助，不仅能够解决问题，还能够给自己带来更多机遇和成长。因此，让我们敞开心扉，勇敢地寻求他人的帮助，一同成长和前进。

寻求帮助心得体会篇六

黑龙江省绥化市北林区西长发镇有各类大户二百多户，这些大户致富不忘乡亲，为帮助贫困户脱贫奔康办了许多实事好事，展示了他们的扶贫优势，证明了他们是扶贫开发的一支重要力量。下面是本站带来的帮助贫困户心得体会，欢迎查看。

在学习实践科学发展观活动中，抚顺检验检疫局在市委统一部署下认真开展了“党员干部走进千家万户”实践活动，全局17名党员干部分别与17个贫困家庭一一对接。4月份以来，以党小组为单位入户走访，认真了解情况，有针对性地制定帮扶方案，落实帮扶措施。到目前已走访两次：第一次去主要是把困难找准，能解决的马上解决，一时解决不了的带回来；第二次去是根据统一研究确定的方案，协调解决具体问题，看看群众对解决的问题满意不满意。通过两次走访，把党员的爱心和党组织的温暖送到群众生活中。

一、送关爱，聚民心。作为国家机关、职能部门，我们要以“科学发展观”统领各项工作，就要着力解决困难群众面临的生产、生活问题，要通过走访慰问去发现问题，制定措施。走访慰问活动不仅要送温暖，更要送精神、送思路，为困难群众解决眼前困难，最终过上好日子。很多困难户虽然生活很艰苦，但是他们并不懒惰，有的因为残疾多病，有的因为年老体弱，对这些困难家庭，我们要把“践行科学发展观”的行动落实到实践中去，为他们的生计出谋划策，想百姓所想，急百姓所急，为他们排忧解难。

二、不仅送温暖，更要送政策。“共产党员只有怀着对群众的深厚感情，把群众的疾苦放在心上，才能得到群众的信任。”因此，我们要毫不动摇地以共产主义理想为信念，实实在在落实科学发展观，干实事，求实效，将党的各项政策落到实处，让老百姓实实在在享受到社会经济发展所带来的成果。我们可以立足自身实际，呼吁、协助政府积极为残疾人及劳动能力低下人群提供力所能及的工作，保证他们最基本的生活。我们的慰问金不能根本上解决问题，只有让他们靠自己的工作来养活自己，这才是他们和我们共同的出路。

三、立足岗位，做好工作。我们要毫不动摇地实践立党为公、执政为民的宗旨，努力践行科学发展观。扶贫工作任重道远，作为一名国家公务员，我们除了要求自己更加努力地工作，更应该时刻把群众的冷暖放在心上，做到权为民所用、情为

民所系、利为民所谋，在自己的工作岗位上尽心尽责来实践为人民服务这一宗旨。

前段日子，沈阳下了场雨夹雪。在下雪前，我们又去一趟扶贫户。

临去的头一天，我们给村子里打了电话，要这户家里留人(上一次去就没有见到本人)，但没想到还是吃了一个闭门羹。好在他的哥哥在家(住在隔壁)，说是去打疫苗了(在奶场工作，要求接种乙肝疫苗)，给他手机打了电话，说是马上回来，我们就站在风里足足等了40分钟。

上一次去没看到帮扶户户主，看到那破烂的房子，真是有帮他一把的决心。等待的时候，我们仔细了解了家庭状况：40岁，离异，9岁的孩子跟他，房子已不能住，只好与父母同住一炕。他的哥哥说：几年前翻新的房子，再没有修缮过，所以成了现在的模样。

终于看到那位久等的人，骑着摩拖车回来了。敞着怀，戴着薄手套，我就要求看看他的手，事前了解患有类风湿性关节炎，有此病怎能如此不怕冷(类风湿性关节炎多侵犯小关节，如手、足及腕关节等，常为对称性)。他摘下手套，看到他的手并没有明显的变型。他指着手腕上的一个包对我说：一干活就起包。我看了一眼就可以断定那个包是腱鞘囊肿(腕背或足背部缓慢发展的囊性肿物，呈圆球状，表面光滑，边界清楚，质软，有波动感，无明显自觉症状或有轻微酸痛；囊液充满时，囊壁变为坚硬，局部压痛。)我们问他在奶场的工资有多少，他说才上十多天班。我们立即反驳了他，上个月我们走访他家时就已经到奶场上班20多天了。我具体问他你开多少工资，他吞吞吐吐地说够生活费，我直接问他有500-600元/月，他只好回答说有。在农村吃、喝、行几乎没有太多花费，一个月要是挣下几百元，两年就能攒出一间房子来。

我们开始从车上卸带去东西，一床被、一袋米、一桶油，还

有给孩子的学习用具，我女儿的书及家里闲致的毛衣、毛裤等等，我们大包小裹地和屋里走，他却在一边站着，根本没有帮一把的意思。

临我们走的时候，他的母亲说下回来多带着钱就行……

实习期间，我经常随派出所民警下乡走访辖区贫困家庭和空巢老人，照看留守儿童，由此得到的感触颇多，获益匪浅。

实习第15天，我和民警 盛冠宇干事下乡为群众送“我与奥运共精彩”宣传画，顺便为辖区残困家庭单士厂大爷家送点派出所大棚种植的蔬菜。

推开用一块短短的木板做的院门，映入眼帘的是破烂不堪的景象，小小的院子里跑着三只鸡，晾衣架上晾晒着几件破旧衣服，几扇已经没有玻璃的窗户，搭眼望去，屋里什么家具也没有，纸箱子，饮料瓶，木柴片子堆满地。

“有人在家吗”，随着我们的喊声，一位老大爷拄着双拐艰难地朝我们走来。

老大爷的第一句话就是“感谢党，感谢政府，没有党的关心，没有派出所同志的热心照顾，我走不到今天啊”。

我和盛哥扶着老大爷走下来，老大爷紧紧地抓着盛哥的手说道：小盛同志，又让你操心了，你看我这家这样，多亏了你们的照顾啊。

大约几分钟后，老大爷家人听说我们来走访，都从外面回来，这又是一副难以形容的场面。

大娘皮肤病多年，是这个家庭唯一的支柱，田地里的活都是她一个人干，她说着说着眼泪就情不自禁的往下流。

大儿子也是拄着双拐进入我们眼帘的，他中专毕业，先天性小儿麻痹，去年不小心摔倒，左脚骨粉碎，为了省900块钱的麻醉钱，硬是咬着牙做的手术。

大儿媳妇是聋哑人，不好找工作，只能在家帮婆婆和家里的两个男人干点零碎活。

现在年仅6岁的小孙女成了家庭唯一的希望，大娘说：这孩子可聪明了，我们再怎么穷，也要把孩子教育好。

听到这些，看到这些，我们心里无比的难受。

盛哥说前些天，在派出所的努力下，帮助大爷一家争取到政府的低保待遇，每逢过节派出所都会派出官兵来为老人家送米、打扫卫生、劈柴、翻地，做些力所能及的事情。虽然派出所民警对老人家庭的照顾很好，可是现在物价上涨、随着孩子的长大，家庭开支不断增多，老人一家5口人仅靠一个月不足500元的低保费度日，还是很艰难。到目前为止，老人家还没有自己的房屋，一直都是租房住。这些年来每年都要搬好两三次家。大娘说：“家里确实没钱呐，交不起房租，搬几次家了，每次都是边防派出所的孩子们来帮忙，上次搬的时候有一个孩子还不小心被钉子扎破了脚，可把我心疼的，你说让孩子家长知道了，该多难过啊。”听到这些，我心里更是难过，一个月仅50块钱的房租大娘家却拿不出。

大娘说，明天他们要搬到另一家去，那家的主人，去了韩国，短时间内回不来，当给人家看家，所以能多住几年。

回到所里，我们把老人家的情况向所长汇报了，所长说明天搬家，他亲自去。触及灵魂的东西，其实就是这样！

第二天一大早，我们派出所4名官兵在所长的带领下，就来到了单大爷家帮忙。搬家的这天来了好多人，派出所的官兵、社区以及残联的（图为：民警为老人家送来大米）

工作人员、还有村里的街坊邻居，大家一起动手为老人搬家，让老人一家感觉到了温暖与幸福。最后我们总共凑了500多元钱递到老人家手中，所长说：“大爷，我们就是你的孩子，以后再有什么困难就直接找我们”。听完这话，老人家的眼泪瞬间就流下来了，紧紧地握着所长的手不放开。我实在忍受不住这感人的场面，转过头默默地擦拭眼中的泪水。

如今每每想到老人家，我都会不停地提醒和勉励自己：“作为一名民警，你不仅需要掌握精湛的专业知识，更需要的是对社会要拥有一份的爱心和责任感”。

寻求帮助心得体会篇七

前段日子，沈阳下了场雨夹雪。在下雪前，我们又去一趟扶贫困户。

临去的头一天，我们给村子里打了电话，要这户家里留人(上一次去就没有见到本人)，但没想到还是吃了一个闭门羹。好在他的哥哥在家(住在隔壁)，说是去打疫苗了(在奶场工作，要求接种乙肝疫苗)，给他手机打了电话，说是马上回来，我们就站在风里足足等了40分钟。

上一次去没看到帮扶户户主，看到那破烂的房子，真是有帮他一把的决心。等待的时候，我们仔细了解了家庭状况：40岁，离异，9岁的孩子跟他，房子已不能住，只好与父母同住一炕。他的哥哥说：几年前翻新的房子，再没有修缮过，所以成了现在的模样。

终于看到那位久等的人，骑着摩拖车回来了。敞着怀，戴着薄手套，我就要求看看他的手，事前了解患有类风湿性关节炎，有此病怎能如此不怕冷(类风湿性关节炎多侵犯小关节，如手、足及腕关节等，常为对称性)。他摘下手套，看到他的手并没有明显的变形。他指着手腕上的一个包对我说：一干

活就起包。我看了一眼就可以断定那个包是腱鞘囊肿(腕背或足背部缓慢发展的囊性肿物，呈圆球状，表面光滑，边界清楚，质软，有波动感，无明显自觉症状或有轻微酸痛;囊液充满时，囊壁变为坚硬，局部压痛。)我们问他在奶场的工资有多少，他说才上十多天班。我们立即反驳了他，上个月我们走访他家时就已经到奶场上班20多天了。我具体问他你开多少工资，他吞吞吐吐地说够生活费，我直接问他有500-600元/月，他只好回答说有。在农村吃、喝、行几乎没有太多花费，一个月要是挣下几百元，两年就能攒出一间房子来。

我们开始从车上卸带去东西，一床被、一袋米、一桶油，还有给孩子的学习用具，我女儿的书及家里闲致的毛衣、毛裤等等，我们大包小裹地和屋里走，他却在一边站着，根本没有帮一把的意思。

临我们走的时候，他的母亲说下回来多带着钱就行……

寻求帮助心得体会篇八

他叫朱永记，男，汉族，生于1955年12月，原阳县xxxx村人，是一个地地道道的农民。而正是一个这样一个普普通通的农民，却凭着自己的热心、爱心和树立正气的责任心，默默无闻的帮助着别人。

19xx年，朱永记在村里任小队长，因为工作负责任□19xx年，村里又将治安主任、民兵连长的担子压给了他。当时年轻的他并没有多高尚的想法，只是想：既然上级组织信任我，自己就要好好干，不能辜负了上级和人民的期望。在任治安主任、民兵连长的时候，他还不是xxx员，但是，他却时时处处用一个xxx员的标准来严格要求自己，当时的农村治安比较乱，他就组织村里的群众天天打更，夜夜巡逻，每天晚上他都是第一个上岗，最后一个睡觉，在任时村里没有发生一起盗抢案件，没有发生一起意外事故，村里的群众都笑称他为张双井村的“看家人”。

19xx年8月，黄河发生汛情，洪水从韩董庄乡吴厂村决口了，如猛兽般向护村堤以北扑来，朱永记当时正巧正在河边干农活，见此情况，他马上召集了村里的民兵、群众上坝堵口，又借了当时村里唯一的农用三轮车，拉柳料、送木材、运石头等防汛物资。他从护村堤到村里来来回回跑了多少趟，也没有回家里看一下。凌晨2点多，当他忙完回到家中，家中的20000多斤稻已经浸泡在了水里，他老伴拉着孩子站家门口边哭边说：“家里的粮食都淹里了，你咋才回来啊！”朱永记知道，如果他提早回来，家里的粮食不会淹在水里，但他没有说话，又和其他村干部一起去组织群众迁安转移。

工作上的他，尽心尽职，生活中的他，乐于助人。20xx年10月，村里的村民常喜林出了车祸，常喜林的家人找到朱永记，想让他开车和儿子去看病。他二话没说，开车就去了。陪常喜林去郑州看病，来村里帮忙借钱，到交警队解决事故。他一趟趟的跑，一次次的去，却没有过一丁点的抱怨。以至于最后在常喜林因为伤情较重，医生准备下病危通知书的时候，也是把朱永记当成了病人家属，只给朱永记打了电话。

李玉修是村里的上门女婿。20xx年检查出了肝癌，其妻子李桂英是典型的农村妇女，没有挣钱门路，朱永记闻讯后，把2000元现金送到了他的家中。又开来了自己的汽车和李玉修去县医院、新乡市传染病医院等多家医院看病，前前后后跑了六七趟，村里的其他群众不理解的问他图的是什麼，他笑着说：乡里乡亲的，既然叫我过来，是看的起咱，就算帮不上什麼忙，我来了，他们心里都有底了。

20xx年，村里老支部书记郝桂珍的儿子检查出患有脊索瘤，省肿瘤医院的医生打电话告诉郝桂珍必须要住院输血，还要准备6000毫升o型血，但是医院血库o型血只有几百毫升了。郝桂珍接了电话后顿时觉得无望了，爬在电话上好久没有抬起头。朱永记恰巧当时在郝桂珍家中串门，看见郝桂珍这样，就问咋了，郝桂珍告诉他说，医院要儿子住院、输血，可她

家里实在是拿不出更多的钱了。朱永记听后，说：嫂子，我是o型血，我去献血，其他的你别管了，我想办法。随后，他到村里挨家挨户的做工作，组织人筹钱、献血。第二天早上天刚亮，郝桂珍的家门口已经聚集了20多个要去献血村民，村里组织了三辆昌河车才将人拉到医院。到医院后，缴费、抽血、化验、拿结果，朱永记来来回回的跑着，但是老天似乎也在作弄人，检查结果只有6个人合格，只抽了2000cc血，这离医院所说的数字差的还很远，朱永记晚上从医院回来后，也顾不上了身体的疲惫，又一次到村里发动村民人去献血。第二天一早，二十多村民又一起来到了医院献血，其中还有几个在外地打工的，他们也是听说后主动回来献血的。最后，共筹集到合格的o型血5800毫升，已经满足了手术的要求。

血虽然是够了，但是动手术要钱，郝桂珍的家中已经因为给儿子看病花光了积蓄，实在拿不出钱来了。朱永记一切都记在心里，又主动拿出了3000元给郝桂珍送了过去，郝桂珍说什么都不要，说：刘记(朱永记的小名)，你已经够帮忙了，咋能还要你的钱!朱永记却劝道：钱不重要，花了再挣，孩子的命要紧啊”。在朱永记的感染下，村里的群众也纷纷送来了爱心的捐款，就这样，你5000元，我2000元，他500元，光张双井村的群众就凑来了20000余元，解决了郝桂珍家的燃眉之急。

朱永记在村里威信高，人缘好，大大小小的事村里的人都会来找他帮忙出主意，也是这样，也引起了家人的一点小误会。村里常建福的孙媳妇和孙子闹矛盾，要离婚。家人叫了几次都不回来，尚建福给朱永记打电话，想让他帮忙，朱永记当时因为孙子生病住院了，在郑州儿子家中陪护，当朱永记提出要回去时，儿媳妇不满意的说：你就恁忙，来这才两天就走，恁孙子有病你也不管，孙子你不要了吧!朱永记却说：村里有事，人家说出口了，我不能不管吧。第二天，朱永记就回到了村里，因为这件事，儿媳妇好长一段时间没和他说话，但是后来，也就慢慢理解了，支持了。

朱永记做的好事还有很多，汶川地震、村里修路、盖学校等等，他每次都积极参与，慷慨解囊，出钱出力，毫无怨言。