

# 感动心得体会(大全5篇)

心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

## 感动心得体会篇一

生活中一些小事也会令人们感动！

我家楼下住着一位聋哑人。一个周六的傍晚吃过饭，爸妈出去了，我做完作业在沙发上看电视。突然听到“咚咚咚”的敲门声，我原以为是爸妈回来了，朝防盗门的猫眼看去，“咦！这是谁啊？”我自言自语地说。过了一会儿，我才想起来，这不是楼下的聋哑叔叔吗？我立即把门打开。聋哑叔叔先用手比划，再时不时嘴里发出“啊啊”的声音。我听了半天也不知道他要说什么？他好像看出我没明白他的意思，很着急。他挠了挠头皮，接着从裤包里拿出一串钥匙递给我。我先不以为然地想：我的钥匙在这儿，爸妈的钥匙在他们身上，反正这不可能是我家的，何况这大晚上我一个小孩子在家挺害怕的。然后，我向他挥挥手，他转身刚离开我马上把门给关上。隔着门，我又听见他在敲邻居家的门。

大概过了一个小时左右，爸妈回来了。一家人坐在沙发看电视，爸爸随手摸了摸身上“啊”地叫了声，妈妈说：“一惊一咋地干嘛？”爸爸大声地说道：“我的钥匙不见了。”这时我才恍然大悟，原来那真是我家的钥匙，他还在一家一家地寻找钥匙的主人哪。爸爸听我说完，马上拉起我的手跑到聋哑叔叔家去，刚到他家，就看到他无精打采地坐在门口等钥匙的主人前来认领。爸爸走过去，很有礼貌地对他打手姿势说道：“大哥，不好意思，能让我看下那串钥匙吗？”他随即掏出钥匙递给我爸爸看，爸爸一拿过钥匙高兴地边比划

边说：“大哥，真是谢谢你，这正是我掉的钥匙。”聋哑叔叔似乎听明白了爸爸的话，精神也很好了。爸爸对聋哑叔叔说：“其实你明天交给物管，让人来认领，何必这么辛苦挨家挨户地问呢？”他从包里拿出一个小本子和笔写道：我怕钥匙的主人急啊！

这时我的眼眶湿润了，想到一个聋哑人不会说话，也听不见别人说话，但也可以做出这么让人感动的事。

其实生活中还有很多发生在我们身边的感人小故事！

## 感动心得体会篇二

希望永待萌芽。就在这一刻，关系着民族兴衰的关键时刻，有一群战士，似天使，从天堂赶到，纯白的战衣，虽厚重却无法阻挡拯救生命的决心。一层层防护服后面来回奔走的身影，浓缩着对生命的挽留，对病患的担忧，唯独没有恐惧，这是对爱的的诠释。

人又怎会不害怕，可他们却说着“我不能哭，护目镜会花，就干不了事情了。”说着，“我很渺小，却绝不会逃跑。”所谓白衣天使，也不过是一群刚刚工作的青年人啊！他们依然有着稚嫩的面容，却学着大人的样子，奋不顾身地从死神手中争分夺秒地抢人。天使们啊！真的抱歉，你们从天堂降临，却吃了比别人多数倍的苦。我们都期待着，花开之际，疫情不再。告别口罩的桎梏，可以自由地呼吸。那时的你们，的你们，可以被全世界温柔以待。

一张张写给上级的请战书，一封封寄给亲人的抚慰信，见证了危难关头你们心中的人间大义。冒着感染的风险，却一同担起“救人”“不停救人”的生命信念。守在一线，无法吃饭，无法方便，不敢松懈。心中有大爱，这些艰难便因对生命的执着而消失殆尽了。及腰的长发不再，可容颜愈发美

丽，只因心中明亮。手掌被消毒水浸泡，失了往日的细嫩，隐隐作痛，可是没有人道一声辛苦！

若你问我何为中国速度？历时10天便建成的火神山医院就是的答案。他们没有软肋，只因他们心中承载着对人民的热爱！全中国凝聚在一起，八方捐赠医疗物资，生活物资。十几亿人民在党中央的领导下共同携手，创造出一个个不朽的奇迹，我们独有的中国奇迹，这就是中国力量。

街上的人渐渐多了起来，可是依然井然有序，温暖的笑脸幻成春天的花朵。春天的暖阳终将带走漆黑冰冷的冬夜。天幕即将破晓，所有的苦难、挫折都会过去。

我们将那束光称之为爱，那是一种什么样的爱？是困难来临之际华夏儿女的团结一心；是白衣天使不顾自己舍身救人；是可包容万物，驱散黑暗的勇气与力量；更是所有人对生命之可贵，大爱之无私的理解。我们坚信有爱就会赢。你们有多美？你说，视自身安危于不顾只愿造福他人的人有多美！你们生而平凡，却又伟大得似是朝阳照亮人心。大爱无疆，有爱便势不可挡！

### 感动心得体会篇三

场地内晶莹闪烁，由残疾人和健全人组成的志愿者代表走上舞台，现场用经久不息的掌声，表达着对9000余名冬残奥会志愿者的由衷谢意。

14年前，北京奥运会开创了“向志愿者致敬”环节，从此成为奥运闭幕式上的传统。这一传统，为北京2022年冬残奥会闭幕式的“向志愿者致谢”环节赋予了更浓郁的情怀。这份感动，穿越时光而历久弥新，跨越五洲而愈显珍贵。

“黑夜有你星光闪闪，世界有你就有温暖。最美的青春是奉献，送人玫瑰香飘人间。”歌声中，致敬冬残奥会志愿者的短片令人动容。一身“天霁蓝”，一颗“火热心”。志愿者

们奔忙在三大赛区，用细致周到的服务诠释出“奉献、友爱、互助、进步”的志愿服务精神，温暖着赛场内外每个角落。

在手语老师引导下，近200位听力残疾表演者翩翩起舞，以手语形式配合优雅的手臂舞蹈，诉说着自己心中对美好世界的希冀。

伴随着表演者的手语讲述，阵阵声波在“留声机”上流淌开来，构成日常生活中的温暖场景和感人画面。当手语表演者高举手掌，手心中北京冬残奥会会徽图案发出光芒，映照在“留声机”上，定格下“love”（爱）的字样。

萤火之光在夜晚虽不耀眼，但在爱的感召下，人们心手相连，星火成炬，汇聚成点亮世界的力量。

## 感动心得体会篇四

华坪女高118名毕业生一本上线率达到40.67%，本科上线率82.37%，排名丽江市第一。建校至今，已经有1645名大山里的女孩走进大学。

华坪女高佳绩频出之时，张桂梅的身体却每况愈下，她患上了肺气肿、肺纤维化、小脑萎缩等10余种疾病。6年前，因为胳膊疼得抬不起来，张桂梅停止了授课，转而当起学校的后勤。她是校长，也是保安，每天检查水电安全，熄灯与否，拿着小喇叭催促学生上课，顺道赶走路上的蛇。张桂梅没有自己的家，她就住在一间学生宿舍里，日夜守护着校园。

“再坚持一下，”张桂梅说，“我也自己想办法找一些止疼药，先止疼，后面再说。现在也不想去检查身体了，越检查毛病越多。”尽管疾病缠身，张桂梅还是尽量让自己显得精神一点，她坚持对每个学生进行家访，把文化摆脱贫困的理念带进大山。

张桂梅的心思很细腻。前段时间因为疫情，学校只能网络授课。她担心老师一个人在教室讲课会孤独，便坐在教室门口陪着她们。长时间久坐使她疼痛难耐，张桂梅干脆在门外支了张床。教学楼晚上熄灯，只有讲课的这一层才通电，张桂梅躺在光影之外，静静地陪着正在讲课的老师。

十二年里，张桂梅先后被授予“全国先进工作者”“全国五一劳动奖章”“全国十佳最美乡村教师”等荣誉称号，她把全部奖金、捐款和大部分工资共计一百多万元一同捐献给了教育事业。

张桂梅说，当她走进华坪、走进民族中学、走进孤儿院这群孩子当中，本以为一两年之后就会离开，没想到一陷进去就没拔出来。

## 感动心得体会篇五

12年前，在“谈艾色变”的年代，面对高风险的艾滋病监区，他胆壮心雄、直面恐惧，主动请缨，担起艾滋病在押人员的管教工作，给予在押人员教化改造的希望。

他就是毛卓云，宁波市看守所管教四大队民警、三级高级警长。至今，他累计管教艾滋病在押人员511名，工作零失误，归纳总结出艾滋病犯管教工作“五心法”，为全省特殊监管对象的管理工作和经验探索提供有力助益。

昨天下午，毛卓云先进事迹报告会在宁波凤凰剧院举行，全市700多名民警和辅警代表现场聆听了毛卓云的故事。

记者王颖第一个上台，从媒体从业者的角度，和大家分享多次采访毛卓云的感受，介绍记者眼中的老毛：高墙里的一股暖流。

随后，毛卓云在市看守所的领导和同事，以及在市公安局大

榭开发区分局当民警的儿子，分别从不同角度讲述了毛卓云的先进事迹，充分展现了一名共产党员对党忠诚、敢于担当的优秀品格，生动诠释了一名人民警察不忘初心、忠诚使命的价值追求。

毛卓云在接受主持人访谈时，也讲述了几个小故事，言语之间表达了他的初心之诺、感恩之情，以及对公安监管事业孜孜不倦的执着追求，现场观众无不为之动容。

“毛卓云同志是我市公安战线涌现出来的又一先进典型。”市委常委、市公安局局长黎伟挺说，毛卓云是宁波公安的杰出代表，他的事迹真实质朴、震撼人心、直指灵魂、可敬可学，是我们开展“不忘初心、牢记使命”主题教育的生动教材。

黎伟挺号召全市公安机关向毛卓云学习，学习他对党忠诚、信念坚定的政治本色，学习他迎难而上、无私无畏的责任担当，学习他刻苦钻研、善学善行的工匠精神，学习他甘于奉献、淡泊名利的高尚情操。

a

董靖莉(宁波市看守所):

他是我们身边的英雄

20\_\_年7月，我从市公安局刑侦支队调到市看守所工作。记得报到那天，走到九监区，刚好一个监室的门开着。与其他监室不同，这个监室里还有一道门窗，是用防弹玻璃隔开的，整个监室散发出浓浓的消毒水味道，这就是艾滋病犯专押监室。

防弹玻璃门里边，一位民警正手把手地教在押人员写字……听到脚步声，民警转过身，40多岁，个子不高，却身板挺拔，

上身的警服已被汗水浸透。见了我，“啪”的一下，来了个标准的军礼。他就是被所里民警亲切称呼为“老毛”的毛卓云。

说实在，在“谈艾色变”的那时，我是第一次和艾滋病犯近距离接触，也是第一次知道有个民警每天和艾滋病犯打交道，直面病犯的危险，关心他们的生活，鼓励他们重生。

在分管艾滋病犯监管工作期间，我看到了多起艾滋病犯或因情绪波动、或因身体不适、或因涉案负罪等，产生和引发各种各样的极端表现。有一次，一名艾滋病犯情绪激动，用头撞墙，被带到医务室缝针，毛卓云在没有任何防护措施的情况下，两只手始终紧握病犯的手，安抚他，最终使他平静。

想想当初，我还有点怕老毛呢。觉得老毛天天与这些病犯在一起，而且都是近距离，会不会也“近墨者黑”呢？直到老毛以他广泛扎实的知识汲取、胆大心细的工作作风以及完备科学的规范防护，证明了我害怕的多余。后来一段时间，我一直对老毛心存愧疚，但更多的是感激，是老毛给了我艾滋病犯监管职责的力量和正确的认知。

20\_\_年10月，经过几个单位的交流，我又调回市看守所工作，又和老毛成了同事和战友，似乎一切如往。但我发现，老毛其实还是有了很大的变化，他分管的监室变多了，从一间到现在三间；他的工作笔记本变多了，记录的文字达到了十几万字；他把艾滋病犯从特殊监室搬到了普通监室，把谈话室从工作区搬进了监区，使他们之间再无隔阂；他独创艾滋病管教工作“五心法”，悉心帮教艾滋病犯认罪悔过、重拾信心、重归正途。

令人感慨的是，已到退休倒计时年龄的老毛，那健旺的精神头没变，身份和岗位没变，不计个人安危、名利得失的干劲没变，一身正气又待人宽和的个性没变，他是我们警队的榜样，他是我们身边的英雄。

b

谢锋(宁波市看守所民警):

他是了不起的榜样

我和老毛是同事，是警队里的室友。在我眼中，老毛就像电视剧《士兵突击》中的许三多，不抛弃，不放弃，尽己之力，用了整整12年，修筑起一条科学而有温度的涉艾病犯监管、维稳一方的平安路。

老毛拥有的不仅仅是勇气，也拥有工作的智慧。患有艾滋病的罗某是涉嫌故意杀人的在押人员，从小习武，生性好斗，20\_\_年入监所时27岁，力壮身强，是个不服管的刺头，自然对老毛多有抵触。老毛想到个办法，先削掉这个刺头身上的尖刺，决定同他比赛体能。习武出身的罗某1分钟做了60个俯卧撑，而当时年近50岁的老毛却做了80个。经过这一回合，刺头彻底被征服。

老毛还充满了对在押人员合情合理有分寸的人性关怀。一次，因为轮派任务的安排，我也亲历了老毛的工作。那是一次牢狱任务。犯人孙某身患艾滋病和肺结核重症，肺结核还在开放期，具有较强的传染性。4个小时的车程后，到达了监狱，监狱却因担心孙某肺结核传染威胁而拒收。老毛再三协调，辗转联系上杭州一家医院，才算是解了困局。此时已是晌午，老毛领大家出了监狱，在山路岔口的一家牛肉面店歇下脚，老板吆喝：“上五碗面。”老毛立马严肃地提高嗓门：“不是六碗！”老板看了看戴着手铐的孙某和五个民警，恍然大悟：“对对，六碗！”面端上来了，老毛分一碗给孙某，又给他松了松手铐，沉声道：“抓紧吃！”此时的孙某，埋着头吃面，眼眶却是红的。

当然，工作中的老毛不仅仅只是付出和辛苦，也有他的成就感和开心之事。一次，老毛把手机落在宿舍，突然频繁响起

急促的微信提示音。事后，老毛告诉我，提示音来自一个他组建的微信群，取名叫“关爱会”，是为出了看守所、回归社会的艾滋病人组建的。手机频繁作响，是一名艾滋病人在长沙找到了工作，欣喜而迫切地想要第一个告知老毛。

我看着老毛，常常会有些恍惚。这是一个平凡的同事，这又是一个了不起的榜样。他是千万监管人的典型代表，是艾滋病犯管教岗位上当之无愧的“拆弹专家”，更是初心永志、牢记使命、忠于职守的时代楷模。

C

毛智睿(市公安局大榭开发区分局民警):

理解一种父爱

和所有的小男孩一样，小时候我眼中的父亲就是无所不能的超人。虽然由于军人的身份，他在家时间不多，但每次回家都会带给我小礼物，带我出门玩耍。儿时，用子弹壳做成的挂坠或是飞机，是我在小伙伴中炫耀的最大资本，而那一抹军绿也在我心中埋下了种子。

随着年龄的增长，我发现父亲也只是一个普通人，他会因为我的调皮捣蛋而发脾气，会有诸多无法排遣的烦心事，也会遇到生活和工作上的困难和困惑。

我读大学那会儿，父亲差不多一学期会给我写一到两封信。我不解的是，通讯便捷的时代，父亲为何要采用几近原始的写信方式呢？对我的疑问，父亲并没直接回答，而是给我讲了一个“传家”的故事：父亲是参军入伍后在部队考取的军校，在军校就读时，我的爷爷也是这样给他写信的。这是一种传承。

父亲在业余生活中，更像是一个文化人。他爱好书法，爱好

阅读，喜欢和文化人交朋友，得着空闲就会挥毫泼墨写上几幅。练字，能使人专注和静心，能感受中国文化的魅力。而且，从事公安这份职业，面对和接触的，更多是社会和人性的阴暗面，如何在充满负能量的工作环境中保持内心的一份静气和正气，保持对美好生活的追求和向往，不改初心，有一份文化艺术的寄托，实在是很受用很有效的，这也是父亲教给我的。

当年，父亲决定接手艾滋病犯监管工作时，我与母亲并不知情。直到一天吃晚饭时，母亲拿着一份报纸质问父亲，问那个照片上的背影、那个报道里的毛警官是不是他的时候，父亲沉默了，过了一会儿，才像做错事的孩子一样，慢慢道出原委、说出实情……母亲慢慢地接受了父亲选择的工作，只是不时地叮嘱他在与艾滋病看管对象接触时，一定要注意安全。

那几天晚上，我总想起一个以身饲虎的佛教故事，父亲的选择虽然没有故事中的王子这么壮烈，但我觉得，他有着明知山有虎偏向虎山行的巨大勇气和善意。这令我有一种源于亲情的骄傲感。

父亲为了更好地做好监管工作，在与在押人员接触时，不戴口罩和手套，不穿防护服，监室里发生的种种危险情况，他从不告诉我和母亲，这无非是不想让我们担心。他的云淡风轻，是把对家人的爱深埋心底，是另一种爱的方式。现在，作为儿子，也作为警察，我想我可以而且开始深深地理解他了。

记者手记

老毛是高墙里的一股暖流

记录这样的人民警察是我的责任和使命

我采访过不少先进事迹报告会，这次，第一次从台下采访改成了台前宣讲，向大家介绍我认识多时的采访对象毛卓云。

老毛的战场没有刀光剑影，却也凶险无比，他的课堂没有讲台话筒，却也教化心魂。高墙铁门，是要锁住邪恶与流毒，却并不遮挡他将正心正行的光亮照进人性的黑暗。即使这样的过程，如行走于坚冰，他也要破冰而行。

自从宁波市看守所设立专门的艾滋病犯监区以来，我就想去采访，想揭开它“神秘的面纱”。直到20\_\_年，才得到许可，走进禁区，也认识了老毛。老毛质朴、健谈，平实的语言里透着邻家大哥的亲合力，给人很强的信任感。在这坚壁高墙中，他像一股暖流，他那并不伟岸的身躯，总是散发着强大的磁场，有一种无形力量。

我们媒体的报道采写一开始定位在设立艾滋病犯监管的角度。但几次接触，我发现这个被大家亲切地唤作“老毛”的质朴警官，才更应成为焦点。

老毛是一位警营里的学者。在12年的工作中，他几乎每天都要和艾滋病在押人员谈心，每次谈话和心理疏导后，他都会将对方的心理反应、情绪变化等记录在册，因此也积累了大量的心得体会和研究素材，摸索总结出一套独特而可操作的“五心法”。他五大本十几万字的工作笔记，无论从所耗费心血来看，还是作为可资研究的一手资料而言，都弥足珍贵。

老毛也像一位医者。他用学到的知识首先克服了自己的心理障碍，做通了身边相关人士的思想工作。他更在工作中，为每一名监管对象寻找和研制独门“药方”。

老毛还是一位师者，对在押人员，既授业又解惑。比如有一批艾滋病犯是文盲和半文盲，老毛就给他们准备了纸笔和课本，还手把手教他们写字认字，给他们讲道理说文化，监室

成了文化补习班。

老毛更是一位善者。病犯对老毛如父如兄如师如友的信赖，称老毛为“毛校长”“毛老师”“毛爸爸”，无疑是因为老毛的善心和善行。无论是拥抱狂躁，安抚哭泣的病犯，还是陪着病犯尽孝，善心和善行总是相辅相成。而每一次接近病犯，都如同接近黑色的魔障啊。

当然，老毛用时间和实践证明了自己是一位值得尊敬的忍者。12年来，监区里的在押人员一茬茬地换，不换的，是老毛。他很喜欢一句话，“简单的事情重复做，你就是专家；重复的事情用心做，你就是赢家”，这几乎是他的座右铭，也是他践行初志的最佳总结。

老毛无私无畏、坦诚质朴、真心善行，他也正是千千万万普通警察砥砺前行的代表。记录这样的人民警察是一个记者的责任与使命。我很庆幸，能认识他，用我的笔记录讲述他的故事。