

2023年被别人帮助的心得体会(优秀8篇)

心得体会是指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。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

被别人帮助的心得体会篇一

获得帮助是我们生活中必须面对的一个问题，无论是在学习、工作还是生活中，我们都会遇到种种困难和挑战，需要他人的帮助才能克服这些问题。获得帮助是一个相互的过程，需要我们主动出击，积极表达需求，同时也需要在获得帮助的过程中提高自己的思考能力和解决问题的能力。本文将分享我在获得帮助过程中的心得体会。

第二段：提高表达能力和沟通能力

在获得帮助的过程中，我们需要做的第一件事就是提高自己的表达能力和沟通能力。只有清晰地表达自己的问题和需求，才能帮助他人更好地帮助自己。此外，在获得帮助的过程中，我们还要学会倾听，理解和尊重他人的想法，维持良好的沟通关系，从而获得更多的帮助和支持。

第三段：积极主动地寻求帮助

获得帮助需要我们主动出击，积极地去寻求帮助。如果我们对某个问题感到困惑或无从下手，就可以向身边的人发起求助，或者向专业的人士寻求帮助。此外，我们还可以寻找各种学习资源和帮助工具，提高自己的解决问题的能力和效率。

第四段：思考问题和解决问题的能力

在获得帮助的过程中，我们也需要提高自己的思考问题和解决问题的能力。我们不仅要知道如何寻求帮助，更要能够准确地识别问题的本质，分析问题的原因，并尝试解决问题。在解决问题的过程中，我们需要学会创新思考的技巧，尝试不同的解决方案，提高自己的逻辑思维和判断能力，最终找到合适的解决方案。

第五段：感恩并回报

获得帮助不是一种单向的过程，我们也需要回报和感恩那些帮助过我们的人。我们可以向他们表示诚挚的感谢和敬意，分享自己的成果和收获，以表达自己的感恩之情。同时，我们也可以传递自己的知识和技能，为他人提供帮助，形成良好的互助共赢的社会氛围。

结语

获得帮助是一个相互的过程，需要我们主动行动，并提高自己的表达能力、沟通能力、思考问题和解决问题的能力。在获得帮助的同时，我们也要不断地感恩和回报，使社会充满爱和温暖。

被别人帮助的心得体会篇二

亲戚是我们生命中最亲密的人之一，也是最容易联系和得到帮助的人。无论是在生活上还是在工作上，亲戚的帮助总能让我们更加顺利。在接受亲戚的帮助的过程中，我有了一些心得和体会，分享给大家。

第一段：亲戚帮助应该心存感激

让亲戚帮忙，并不是我们的权利，而是我们的幸运。在得到亲戚的积极帮助和支持时，首先要做的是心存感激。无论是你的亲戚花费了多少时间和精力，我们都应该感激他们的帮

助和付出。

第二段：要对亲戚的帮助抱有诚实的态度

与亲戚的交往是建立在互信互信基础上的，所以对亲戚的帮助应该抱有诚实的态度。不要担心表达自己的需求和话题，对于当前的困难和压力，我们必须诚实地表达。只有这样，亲戚才能更好地理解问题的来源和解决方案。

第三段：要尽全力去协助亲戚

亲戚间的关系是相互的，所以当亲戚需要帮助时，我们也应该以同样的方式去协助他们。我们的协助可能只是一些细节，但也足以让亲戚看到我们的诚意和支持。良好的亲戚关系应该是一种相互扶持的关系。这样的互助关系可以在日后的沟通中不断强化。

第四段：要针对不同情况采取不同方式求助

有时，亲戚需要我们的帮助，但我们并不一定知道应该如何帮助他们。这就需要我们认真分析问题，采取适合的方法，针对不同的情况采取不同的方式求助。尽可能地去了解亲戚的需求，然后针对不同的问题给予不同的帮助。

第五段：要有持续的关心和支持

亲戚间的支持不应该只是短暂的，而是应该有一种持续的关心和支持。我们应该常常关心和询问亲戚的情况，尽可能地帮助他们灵活应对生活中的挑战。持续的关心和支持不仅可以促进亲戚间的感情交流和信任，更能够让亲戚在生活 and 事业的道路上更加顺利。

结论：

亲戚之间的丝丝血脉连接，虽然每个亲戚家庭的情况不一，但亲戚间的感情和帮助始终是我们需要的。亲戚帮助心得体会主要是在感恩、诚实、相互协助、自我发现、拥有关心和支持这些方面。当我们需要帮助时，我们不仅要向亲戚伸出援手，还要为亲戚提供坦诚的意见和帮助。当我们依赖亲戚与他们建立牢固的关系，我们能够获得无尽的帮助和慈爱。

被别人帮助的心得体会篇三

xx女，1990年出生，本科学历20xx年参加工作，现从事新安路街道办事处朝阳街社区民政工作，为朝阳街社区残疾人协会主席。

以“多读、多看、多问、多沟通”的工作方法做好辖区残疾人工作。“多读”为多读与残疾人相关的政策文件，做到心中有数，从残疾类别等级到各种与残疾人有关的政策，从残疾人精准康复到残疾人家庭无障碍改造，从残疾人就业培训到残疾人社会保险优惠等等，全都做到有问必答，胸有成竹，这是做好一切工作的前提。“多看”是残疾人的申请材料以及每月的报表一定要多看几遍，做到分毫不差，这牵扯到每一位残疾人的切身利益，如果有任何的差错，将会影响到整个社区以及残联的形象。我接手残疾人工作以来，没有出现过错，以后也将更加仔细谨慎，继续保持无差错。“多问”是不懂的多问社区前辈或者办事处、残联工作人员，我的性格比较内向，有些时候不好意思多问打扰别人，但为了能更好地完成工作，为残疾人服务，我克服了这一障碍，放下顾虑，不耻下问，大家都会热情地为我解答，这既增进了人与人之间的感情，又完成了工作，我感到非常高兴。现在有别的社区的同事问我一些问题，我也会热情地解答，这让我感到非常欣慰。“多沟通”就是一定要与残疾人沟通，让他们感受到社区就像家一样温暖，我们就像他们的家人一样关心他们。让他们这一特殊群体时刻感受到党和政府对他们的关爱，这是我们一线工作人员义不容辞的责任。有时残疾人出门不方便，我也会开着自己的车为残疾人服务，他们

也都真心地把我当成亲人、朋友，这让我也非常开心。

这次残疾人入户调查工作得到了领导的表扬，更得到了社区所有残疾人的肯定。在以后的工作中，我将会继续保持饱满的热情，努力圆满完成各项任务，为社区残疾人工作作出新的更大的贡献。

被别人帮助的心得体会篇四

残疾人所需要的并不多，只需要每个人的一小份关爱。星星之火，足够照亮他们的整个世界。帮助残疾人是我们每个人的责任，下面是本站带来的帮助残疾人的心得体会，欢迎查看。

今天是10月17日，天气阴沉沉，深秋的李口大地有了初冬的感觉。下午两点半我骑车来到我们葛庄居委会田头组，开始了下午的进户走访。

葛庄居委会田头组与李口镇区相邻，在我的印象中经济条件相对较好。在走访前我一直思考，街道村的村民应该都有很好的致富理念吧，于是我决定一探究竟。然后随着我走访的深入，进入相对偏僻的巷道，我发现田头组原来还有很多人住的是很破旧的砖瓦平房，当时我才明白，原来我被临近街道村的表面现象所迷惑了。

今天走访的第一户就是一位残疾人家庭，在进入她家门的一瞬间，她手中的双拐就吸引了我的眼球，她步履蹒跚的来到我的面前对我说：小伙子，你有事吗？在一番简单的寒暄之后，我和她便拉起了家常。这位残疾人叫陈前芳，自小因小儿麻痹症导致双腿不能独立行走，属于肢体二级残疾，他的丈夫长期在外做瓦工，她的儿子在李口中学读初一，家庭年收入不足8000元，由于孩子读书，家庭压力较大。为了增加家庭收入，她选择在家中织渔网，每天可以织3只网，而每只网只能赚4元钱，她边说边织，不停的用锡扣在网上打结，真的即

费时又费力。我问她家里有轮椅吗?她微微的摇了摇头对我说:只能靠双拐了。看着她无奈却又充满坚毅的面孔,我心中萌发了一个念想:明天我就去县残联一趟,为陈前芳申请一张轮椅,为她解决最基本的生活难题。下一步,我想利用这个星期天来她的家中,与他的儿子杨虎见一面,以便进一步了解他儿子的生活学习情况。

近期,重庆理工大学材料青协与巴南残联将联合开展一系列的“关爱残疾人”的主题活动。材料青协的志愿者们将首先参与以及组织大家参加到关爱残疾人的活动中,在平等的社会中播撒爱的温暖。

我们9点到余叔叔家,余叔叔挺热情的,行走不便还给我们送凳子,婆婆也给我们拿来拖鞋。还有个细节挺感人,我是男脚一般大点,婆婆就又换了双大的。屋里爷爷在看电视,喝着牛奶,中途有牛奶滴在衣服上,还是婆婆给擦去的,自己觉得手忙脚乱。其实也不能光坐着,之后婆婆安排了擦窗的工作,我们还擦了柜子,搭档拖了地。忙的时候总不觉得时间过的快,临近中午,婆婆热情地邀请我们吃午饭。

余叔叔在辅导学生学英语,人家挺能干,英语很不错,三十年如一日,每天读2个多小时英语,这已经形成习惯了!难以想象30多年来的努力是多么艰辛,我很惭愧,当时我坚持了3天。但一个残疾人却坚持了那么久!他们渴望平等的目光,此时我给的是尊敬,发自内心的尊敬。他说:“我们这样的残疾人行动困难是有,但精神上还是很开的。”这叫身残志不残吧。余叔叔看起来挺和蔼的,但做事非常执着,对未来的事是抱着一定的口吻。比如我说我会尽量把英语学好,而余叔叔是用一定要学好!

有时候给自己留有余地就是一种懦弱,每次都会有借口去逃避。既然选择了,就应该一往直前,因为心酸后的喜悦才是最甜蜜的,古人囊萤映雪,古人凿壁偷光,古人卧薪尝胆,这便是我的体会。

自问我并非一个怨天尤人的人，但也曾抱怨上天造人不公。太多人比我优秀，凡事总不遂人愿，相比那些出色得遥不可及的“别人家的孩子”，自己便总显得如此平庸。

世间事大抵如此，人世如潮，不见眼前灯火，只见彼岸光华。

当我们看到那些残疾人在轮椅上缓缓前行，才知道我们健全的身体已经是上天的恩赐。

他们从网上相识，来自五湖四海，只为证明残疾人一样可以走遍祖国的大好河山。初见他们是在宾馆。聚集在大厅欢声笑语的他们比我想象中的更为坚强，他们多为腿上残疾，大概是时光日久，身上的残疾带来的不便与哀怨在他们的心中早已释然了吧。

志愿者与残疾人数量相当，主要是一对一服务。志愿者的主要任务是推着残疾人的轮椅四处游览，包括“大帅府”、“中街”、“918纪念馆”、“怪坡”、“北陵”等地点。我就先简述一下我所服务的几个残疾人吧。

第一个服务对象是个女士，残疾人大多中老年，于是我便自以为是地对她叫了一声“阿姨”，她只迟疑一下就笑笑答应了。之后我才觉得我仿佛“说错了什么”，仔细看看，她短发墨镜，干净利落的打扮，生活的不便在她脸上留下些许风霜的印记，但是并没有许多岁月的刻痕。

果然后来她问起我的年龄之后仿佛无意间提及“我比你大三岁”。当时我窘迫地把话题岔开，想着之后多叫几声“姐”作为补偿，谁知道游览完“大帅府”之后志愿者进行轮转，我的服务对象换成了别人，还没来得及叫出口的一声“姐”，算是一个遗憾吧。

姐是河南郑州人，我七月末刚从郑州回来，由此闲聊几句。有路人问她从那么远怎么过来的，不会不方便吗？姐便笑

答：“是因为有你们我才来的呀，没有你们我就来不了了。你扶一下，他推一把，我就来了啊。”当时心中就挺有触动的。残疾人所需要的并不多，只需要每个人的一小份关爱。星星之火，足够照亮他们的整个世界。

大帅府里多为传统的中国古典建筑，屋子里大量的高门槛想来丝毫没有为残疾人着想。轮椅停在门口，姐说，你在门口等一会儿，我进去玩啦。说完下了轮椅。她双腿细得吓人，根本无法受力。她蹲在地上，用双手抓住双脚，搬动着一步步迈进屋子。场面颇为滑稽但没有人发笑，更多的则是敬意——上天多去一个人的双腿并不意味着他没有了行走的权利。只有坚强的人才有勇气和命运相抗争。

从大帅府出来我的服务对象换成了一个大爷。我们要去兴隆大家庭的地下一层，必经之路是一段楼梯。我正不知道怎么下去，大爷说没关系，倒着可以把轮椅从楼梯上拉下去的。我不知道能不能承受人和轮椅的重量，还是尝试了一下，刚走下第一级楼梯，便有路人上前帮忙，先是一个，然后第二个、第三个，转眼之间就来了六个人，齐心协力把轮椅抬了下去。没等道谢，众人已经离开了。当时特别感动，原来一直有一种温暖，留存在这座城市，留存在人与人之间。

我推着大爷在中街逛着，大爷目不转睛地看着四周的繁华，指点着：“这座楼盖得漂亮！”直到时间临近集合，我说，咱们回去吧。大爷说，好，到了这条马路的头咱就回去。到了马路尽头，我们停了下来，大爷缓缓环顾四周，好一会儿也不走，眼神之中仿佛有一丝留恋。我来过许多次中街，只是觉得这是一条街道而已，大爷所看到的却好像是人生中再也见不到的光景。有些东西，等你快要失去了，才懂得珍惜。

在北陵的湖面上，我们帮着一对夫妻踩脚踏船。那是一对来自铁岭的夫妻，妻子腿脚不好，丈夫不是残疾人，是作为家属陪着妻子旅行的。我们两个志愿者有一搭没一搭地聊着天，夫妻二人却没有说什么话，丈夫有时抢着和我踩脚踏子，要不

就望着妻子，妻子一直沉默，浅浅笑着，间或回望丈夫。举止之间，有一种好多年才会形成的默契。残疾人生活不便，我想妻子应该是这个家庭不小的负担吧，但是大概那位丈夫并没有这样的想法。甚至这种想法是对他们的亵渎。我想，这样的淡淡的幸福，一生一世的相守，应该远胜小说电影里那些山无棱天地合，轰轰烈烈的爱情吧。

做了两天志愿者，除了假期的早起是一种痛苦之外，推着轮椅到处跑也远非一件轻松的事情。但是我们确乎是累并快乐着的，因为帮助别人，真的是一件让人高兴的事情。雷锋的故事说了太多，但是真正让爱传递的并非是学习谁就可以达到的，它更多靠的是一种本能。爱是一种很玄的东西，予人玫瑰，手留余香。它能让你在爱人的时候，感受到一种被爱着的幸福。

做志愿者是为了传递爱，做普通人又何尝不是？一个残疾人坐着轮椅从千万里之外来到沈阳，本就是一个奇迹，这是一个人类的奇迹，是一路上每一个不起眼的路人甲所缔造的奇迹。歌里唱得耳熟能详的“只要人人都献出一点爱”，那么我相信，世界终将是一个美好的人间。

还有一点是意料之外的，作为志愿者，我在残疾人身上看到了他们对生命的感悟。我想因为他们不像我们这样忙碌着去活着，而是有更多时间来思考。做志愿者前一天我听到人人网上分享的叮当的歌，《我是一只小小鸟》：

叮当厚实而沧桑的声音，仿佛有一种特别动人的魔力。当时觉得这首歌特别符合残疾人的想法吧。想不到的是，我碰见的每一个残疾人都是快乐的。他们在怪坡张开双臂自由飞翔，他们拍照时翘起轮椅摆出俏皮的姿势，他们在轮椅上用肉挑逗着笼中的老虎。他们并不急躁，他们安静而恬淡。最后照集体照的时候，他们每个人都笑得灿烂，那是纯粹的满足。

有个大叔平静地和我提起“我和你经历不一样，我没有上过

大学，我高中只上了一周。”大概少了学业和工作的压力，他们可以更好地享受自己的人生。

看到网上有个段子：上天对每一个人都是公平的，因为每一个人都觉得上天对自己是不公平的。事实上，他们是最有理由觉得上天对自己不公平的，但是他们却没有抱怨过，也许抱怨过，又释怀了，于是他们说：“这样也很好啊，我们有更多的时间。”他们战胜了身体的缺陷，有的甚至考到了驾照，没有抱怨，也没有妥协，他们就这样淡然地与命运抗争着。

而身体健全的我们却不断抱怨着，学业的负担，生活的压力。前几天又有人从高楼坠下，结束了自己短暂的人生。人生中不如意的十之八九，有时候只有学会满足和适应，坚持而不妥协，才能感悟到人生的真谛。

另外，作为一名医学生，我们应该有更多的感悟。

有个残疾人大叔，仿佛一个沉默寡言的人，熟悉了之后话就多了起来。得知我们是学医的之后，他多次和我说起，他以后就指望着我们了，研究研究怎么治疗脊髓损伤。我不知道该怎么告诉他这种脊髓损伤是不能完全治愈的，只能点头。想起老师上课时说的让我们震撼的话：“其实没有几个病是我们真正能治好的。”生命科学和工科不同，在生命面前，我们永远是渺小的，太多的难题我们无法攻克，太多的疑问我们无法解答。救死扶伤是我们的职责，但是我们真的承担得起这份责任吗？顿觉惶恐，作为一个承担别人生命的人，我们有什么理由不去努力呢？医学的发展和繁荣，需要我们一代人共同的奉献。

志愿者活动结束了，但是人生仍在继续。作为一个医学生，更作为一个人，我们有责任让爱传递下去，有责任不抱怨地坚持自己的学业，从而担负起他人的生命。

当微风拂过大地，当阳光洒满天空，再浓密的乌云终将散去。暴风雨掀起的巨浪改变不了海底的宁静。当春天又一次驱走寒冷，那些残缺的树木，那些贫瘠的土地，总会抽出新绿——希望总是有的吧。

被别人帮助的心得体会篇五

自问我并非一个怨天尤人的人，但也曾抱怨上天造人不公。太多人比我优秀，凡事总不遂人愿，相比那些出色得遥不可及的“别人家的孩子”，自己便总显得如此平庸。

世间事大抵如此，人世如潮，不见眼前灯火，只见彼岸光华。

当我们看到那些残疾人在轮椅上缓缓前行，才知道我们健全的身体已经是上天的恩赐。

他们从网上相识，来自五湖四海，只为证明残疾人一样可以走遍祖国的大好河山。初见他们是在宾馆。聚集在大厅欢声笑语的他们比我想象中的更为坚强，他们多为腿上残疾，大概是时光日久，身上的残疾带来的不便与哀怨在他们的心中早已释然了吧。

志愿者与残疾人数量相当，主要是一对一服务。志愿者的主要任务是推着残疾人的轮椅四处游览，包括“大帅府”、“中街”、“918纪念馆”、“怪坡”、“北陵”等地。我就先简述一下我所服务的几个残疾人吧。

第一个服务对象是个女士，残疾人大多中老年，于是我便自以为是地对她叫了一声“阿姨”，她只迟疑一下就笑笑答应了。之后我才觉得我仿佛“说错了什么”，仔细看看，她短发墨镜，干净利落的打扮，生活的不便在她脸上留下些许风霜的印记，但是并没有许多岁月的刻痕。

果然后来她问起我的年龄之后仿佛无意间提及“我比你大三岁”。当时我窘迫地把话题岔开，想着之后多叫几声“姐”作为补偿，谁知道游览完“大帅府”之后志愿者进行轮转，我的服务对象换成了别人，还没来得及叫出口的一声“姐”，算是一个遗憾吧。

姐是河南郑州人，我七月末刚从郑州回来，由此闲聊几句。有路人问她从那么远怎么过来的，不会不方便吗？姐便笑答：“是因为有你们我才来的呀，没有你们我就来不了了。你扶一下，他推一把，我就来了啊。”当时心中就挺有触动的。残疾人所需要的并不多，只需要每个人的一小份关爱。星星之火，足够照亮他们的整个世界。

大帅府里多为传统的中国古典建筑，屋子里大量的高门槛想来丝毫没有为残疾人着想。轮椅停在门口，姐说，你在门口等一会儿，我进去玩啦。说完下了轮椅。她双腿细得吓人，根本无法受力。她蹲在地上，用双手抓住双脚，搬动着一步步迈进屋子。场面颇为滑稽但没有人发笑，更多的则是敬意——上天多去一个人的双腿并不意味着他没有了行走的权利。只有坚强的人才有勇气和命运相抗争。

从大帅府出来我的服务对象换成了一个大爷。我们要去兴隆大家庭的地下一层，必经之路是一段楼梯。我正不知道怎么下去，大爷说没关系，倒着可以把轮椅从楼梯上拉下去的。我不知道能不能承受人和轮椅的重量，还是尝试了一下，刚走下第一级楼梯，便有路人上前帮忙，先是一个，然后第二个、第三个，转眼之间就来了六个人，齐心协力把轮椅抬了下去。没等道谢，众人已经离开了。当时特别感动，原来一直有一种温暖，留存在这座城市，留存在人与人之间。

我推着大爷在中街逛着，大爷目不转睛地看着四周的繁华，指点着：“这座楼盖得漂亮！”直到时间临近集合，我说，咱们回去吧。大爷说，好，到了这条马路的头咱就回去。到了马路尽头，我们停了下来，大爷缓缓环顾四周，好一会儿也

不走，眼神之中仿佛有一丝留恋。我来过许多次中街，只是觉得这是一条街道而已，大爷所看到的却好像是人生中再也见不到的光景。有些东西，等你快要失去了，才懂得珍惜。

在北陵的湖面上，我们帮着一对夫妻踩脚踏船。那是一对来自铁岭的夫妻，妻子腿脚不好，丈夫不是残疾人，是作为家属陪着妻子旅行的。我们两个志愿者有一搭没一搭地聊着天，夫妻二人却没有说什么话，丈夫有时抢着和我踩脚踏子，要不就望着妻子，妻子一直沉默，浅浅笑着，间或回望丈夫。举止之间，有一种好多年才会形成的默契。残疾人生活不便，我想妻子应该是这个家庭不小的负担吧，但是大概那位丈夫并没有这样的想法。甚至这种想法是对他们的亵渎。我想，这样的淡淡的幸福，一生一世的相守，应该远胜小说电影里那些山无棱天地合，轰轰烈烈的爱情吧。

做了两天志愿者，除了假期的早起是一种痛苦之外，推着轮椅到处跑也远非一件轻松的事情。但是我们确乎是累并快乐着的，因为帮助别人，真的是一件让人高兴的事情。雷锋的故事说了太多，但是真正让爱传递的并非是学习谁就可以达到的，它更多靠的是一种本能。爱是一种很玄的东西，予人玫瑰，手留余香。它能让你在爱人的时候，感受到一种被爱着的幸福。

做志愿者是为了传递爱，做普通人又何尝不是？一个残疾人坐着轮椅从千万里之外来到沈阳，本就是一个奇迹，这是一个人类的奇迹，是一路上每一个不起眼的路人甲所缔造的奇迹。歌里唱得耳熟能详的“只要人人都献出一点爱”，那么我相信，世界终将是一个美好的人间。

还有一点是意料之外的，作为志愿者，我在残疾人身上看到了他们对生命的感悟。我想因为他们不像我们这样忙碌着去活着，而是有更多时间来思考。做志愿者前一天我听到人人网上分享的叮当的歌，《我是一只小小鸟》：

叮当厚实而沧桑的声音，仿佛有一种特别动人的魔力。当时觉得这首歌特别符合残疾人的想法吧。想不到的是，我碰见的每一个残疾人都是快乐的。他们在怪坡张开双臂自由飞翔，他们拍照时翘起轮椅摆出俏皮的姿势，他们在轮椅上用肉挑逗着笼中的老虎。他们并不急躁，他们安静而恬淡。最后照集体照的时候，他们每个人都笑得灿烂，那是纯粹的满足。

有个大叔平静地和我提起“我和你经历不一样，我没有上过大学，我高中只上了一周。”大概少了学业和工作的压力，他们可以更好地享受自己的人生。

看到网上有个段子：上天对每一个人都是公平的，因为每一个人都觉得上天对自己是不公平的。事实上，他们是最有理由觉得上天对自己不公平的，但是他们却没有抱怨过，也许抱怨过，又释怀了，于是他们说：“这样也很好啊，我们有更多的时间。”他们战胜了身体的缺陷，有的甚至考到了驾照，没有抱怨，也没有妥协，他们就这样淡然地与命运抗争着。

而身体健全的我们却不断抱怨着，学业的负担，生活的压力。前几天又有人从高楼坠下，结束了自己短暂的人生。人生中不如意的十之八九，有时候只有学会满足和适应，坚持而不妥协，才能感悟到人生的真谛。

另外，作为一名医学生，我们应该有更多的感悟。

有个残疾人大叔，仿佛一个沉默寡言的人，熟悉了之后话就多了起来。得知我们是学医的之后，他多次和我说起，他以后就指望着我们了，研究研究怎么治疗脊髓损伤。我不知道该怎么告诉他这种脊髓损伤是不能完全治愈的，只能点头。想起老师上课时说的让我们震撼的话：“其实没有几个病是我们真正能治好的。”生命科学和工科不同，在生命面前，我们永远是渺小的，太多的难题我们无法攻克，太多的疑问我们无法解答。救死扶伤是我们的职责，但是我们真的承担

得起这份责任吗?顿觉惶恐，作为一个承担别人生命的人，我们有什么理由不去努力呢?医学的发展和繁荣，需要我们一代人共同的奉献。

志愿者活动结束了，但是人生仍在继续。作为一个医学生，更作为一个人，我们有责任让爱传递下去，有责任不抱怨地坚持自己的学业，从而担负起他人的生命。

当微风拂过大地，当阳光洒满天空，再浓密的乌云终将散去。暴风雨掀起的巨浪改变不了海底的宁静。当春天又一次驱走寒冷，那些残缺的树木，那些贫瘠的土地，总会抽出新绿——希望总是有的吧。

被别人帮助的心得体会篇六

儿童是社会的未来，他们的成长与发展关系着整个社会的发展。在儿童成长过程中，帮助他们成长成为独立、自信、有能力的个体是我们每个人的责任。然而，在实际帮助儿童的过程中，我们常常会感到无助和无法，前段时间我曾有机会参与一个儿童帮助的志愿活动，从中学到了很多有关儿童帮助的心得和体会。

第二段：了解儿童需求

在帮助儿童之前，我们需要了解儿童的需求。儿童的需求包括安全、稳定、身心健康等方面。而儿童的行为表现可能与这些需求有关，我们必须在给予支持的同时，了解他们的表现背后所隐藏的需求。这需要通过观察、倾听、和儿童进行沟通来了解他们的世界和想法。

第三段：培养信任

儿童需要一个安全、可信的环境来成长和发展。在帮助儿童时，培养信任是非常重要的一个方面。通过肯定他们的感受

和情感，给予他们尊重和关注，我们可以建立起儿童与我们之间的信任关系，从而促进沟通和互动。同时，我们作为成年人，更需要注意自己的言行举止，不让儿童产生错误信号或者误解，避免对其信任关系的伤害。

第四段：支持与启发

儿童帮助的一个重要目标是支持其发展和启迪其潜能，这也是我们成人的责任。我们可以通过鼓励和赞扬来支持儿童实现自我价值。在帮助儿童解决问题时，我们也需要尊重他们的想法和解决方案，鼓励他们学习自我解决问题的能力。在这个过程中，我们也应该提供积极反馈，帮助他们建立自信和成长。

第五段：结尾

儿童帮助的过程需要我们坚持长期投入和耐心，每一次帮助都需要我们付出心力和时间，这样才能让我们获得最好的效果。而在这个过程中，我们也应该不断反思和总结，探究哪些方法和方式最为有效，以提高我们的帮助效率和质量，这同时也是我们成年人发展的一个机会。我们需要做的是不放弃帮助儿童的责任，以行动证明我们的爱和支持。

被别人帮助的心得体会篇七

一、承上起下，不断探索自己的班级工作路子。

在班级工作中，每学期初，我都要对自己的班主任要求重新定位，重新反思，总结过去班级工作的经验与不足。工作中我坚持写班主任周记，这个习惯让我积累了宝贵的第一手资料，记录了无数个典型的事例。它也告诉我班级工作中哪些成功了，哪些失败了，从而不断完善自己，避免了少走弯路，班级工作很快规范化。

二、可亲可敬，做学生的良师益友。

1、发挥自身表率作用。班主任是学生心中的偶像，班主任的一言一行直接影响到他们的健康发展，因此，我在工作中爱岗敬业，严守职业道德，以爱润其心，以言导其行，用爱心去滋润学生，用语言去感化学生，教学生做人的道理，增强学生前进的动力。遵循“其身正，不令而行。其身不正，虽令不从”。

2、做学生的知心朋友。工作中我时刻以一颗慈母般的心关爱着每一个学生；始终以期待的目光关注着每一个学生。从不因学生学习成绩差而歧视学生。既为取得好成绩的学生感到高兴，也能谅解学生学习中的失误，让学生时时刻刻感到我既是他们学习上的好帮手，又是生活中的知心朋友。工作中认真遵循教育教学规律，认真钻研业务，愿意回答学生提出的各种问题，成了学生们真正的知心朋友。

3、处理好“突发事件”。我在班级管理中，既注重了尖子生的培养，又抓好后进生的转化工作，使学生始终在日新月异中成长，朝着积极健康的方面发展。

三、无怨无悔，满腔热血育新人。

工作中我勤勤恳恳，不计较个人得失，踏踏实实的为教育事业尽职尽责，做出我应有的贡献。

1、任劳任怨抓好自己的教学工作。班主任工作不仅要求教师有德，还要有才，在德才兼备中感化引领学生。对于教学工作，自己始终做得尽善尽美。

2、不辞劳苦做好学生的家长工作。学生的健康成长，只靠教师的工作是不够的，还应该得到家长的协助与配合。这样教师和家长密切联系，共同教育管理学生，有效地促进了学生的全面发展。

3、尽职尽责转化好每一个后进生。前苏联教育学家马柯连卡曾说过：“爱是无声的语言，也是最有效的催化剂”。教师对学生的爱，胜过千次万次的说教。班级工作中，我总是尽自己的最大力量为学生分忧，让每个学生从内心深处体会到老师对他们博大的爱，这是促进学生进步的动力。

做班主任工作来，我虽然没有做过惊天动地的伟业，但我走过的每一段路，留下的每一个足迹，都能折射出我生命的价值。我是失去了很多，但我无怨无悔，因为我深深地爱着我从事的事业。“既然选择了远方，便只顾风雨兼程”。痴心一片终不悔心血浇开希望花！我要在三尺讲台——这方寸之地，尽我最大努力，为祖国教育事业贡献毕生的精力。

被别人帮助的心得体会篇八

在我的打工生活中，我也明白了许多：在日常的工作中上级欺压、责备下级是不可避免的。虽然事实如此，但这也给我上了宝贵的一课。它让我明白到别人批评你或是你听取他人的意见时，必须要心平气和，只有这样才能表示你在诚心听他说话。虽然被批评是很难受的，而且要明确表示你是真心在理解他们的批评。因为这样才能在失败中吸取教训，为以后的成功铺路。我们要学会从那里跌倒就从哪里爬起来，这才是我所就应做的。

我也从工作中学习到了人际交往和待人处事的技巧。在人与人的交往中，我能看到自身的价值。人往往是很执着的。但是如果你只问耕耘不问收获，那么你必须会交得到很多朋友。对待朋友，切不可斤斤计较，不可强求对方付出与你对等的真情，要明白给予比获得更令人开心。不论做什么事情，都务必有主动性和用心性，对成功要有信心，要学会和周围的人沟通思想、关心别人、支持别人。

打工的日子，有喜有忧，有欢乐，也有苦累，也许这就是打工生活的全部吧。我不明白多少打工的人有过这种感觉，但

总的来说，这次的打工生活是我人生中迈向社会的重要一步，是值得回忆的。此刻想来，二十四天的打工生活，我收获还是蛮大的。我所学到的生活的道理是我在校园里无法体会的，这也算是我的一分财富吧。

现今，在人才市场上大学生已不是什么“抢手货”，而在每个用人单位的招聘条件中，几乎都要求有工作经验。所以，大学生不仅仅要有理论知识，工作经验的积累对将来找工作也同样重要。事情很简单，同等学历去应聘一份工作，公司当然更看重个人的相关工作经验。

就业环境的不容乐观，竞争形式的日趋激烈，应对忧虑和压力，于是就有了像我一样的在校大学生选取了寒期打工。寒假虽然只有短短的一个月，但是在这段时间里，我们却能够体会一下工作的辛苦，锻炼一下意志品质，同时积累一些社会经验和工作经验。这些经验是一个大学生所拥有的“无形资产”，真正到了关键时刻，它们的作用就会显现出来。

大学生除了学习书本知识，还需要参加社会实践。因为很多的大学生都清醒得明白“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”的人不是现代社会需要的人才。大学生要在社会实践中培养独立思考、独立工作和独立解决问题潜力。透过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。因为知识要转化成真正的潜力要依靠实践的经验 and 锻炼。应对日益严峻的就业形势和日新月异的社会，我觉得大学生就应转变观念，不要简单地把暑期打工作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践潜力。

此刻的招聘单位越来越看重大学生的实践和动手潜力以及与他人的交际潜力。作为一名大学生，只要是自己所能承受的，就就应把握所有的机会，正确衡量自己，充分发挥所长，以便进入社会后能够尽快走上轨道。

除了工作中我学到很多很多在学习中无法学到的知识和经验外，在我看来，我收获最大的是，我变得很开朗很自信。以前在人群里，我胆小得几乎宁愿缩在角落里，期望没人能注意到我。而这一次，在我们的小组会议里，我变得很自信，我勇于在大家面前表达我的看法，勇于向组长提出推荐。更有甚者，在每一次活动中，我都踊跃参加，表现相当用心。组员居然不相信我之前会是一个相当内向的人。我觉得，这次社会服务活动给我最多的是，让我自己有了很大的改变，而且这个改变，是我之前都一向想要的。

在这次寒期的工作中，我懂得了理论与实践相结合的重要性，获益良多，这对我今后的生活和学习都有很大程度上的启发。这次的打工是一个开始，也是一个起点，我相信这个起点将会促使我逐步走向社会，慢慢走向成熟。

这次的实践的确给予了我很多。今后，我将继续持续认真负责的工作态度，高尚的思想觉悟，进一步完善和充实自己，争取在以后的学习中更好的完善自己，在以后的实践中更好的运用去自己的只是，做一个合格的大学生，将来做一名对社会有用的人。