# 202\_年残疾心得体会(实用10篇)

来源：网络 作者：夜色温柔 更新时间：2024-07-28

*心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。残疾心得体会篇一残疾，是包括身体、精神或智力上的缺陷而使人的生...*

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**残疾心得体会篇一**

残疾，是包括身体、精神或智力上的缺陷而使人的生活功能受到限制的状态。作为一个残疾人，我深知困难和挑战是与生活密不可分的。然而，残疾并不意味着无能，经历多年的斗争和思考，我认识到残疾给我带来的是一种与众不同的视角和激励力。以下是我对残疾的感悟和体会。

第一段：接受残疾，重新定义自我。

意识到自己的残疾是一个漫长而痛苦的过程。一开始，我对自己的残疾感到沮丧和失落，觉得自己与正常人有着天壤之别。然而，我逐渐明白了接受残疾的重要性。我开始重新审视自己，并开始理解我的价值不仅与身体状况有关。我发现我可以通过我的智慧、激情和善良，以及我对他人的关心和帮助，来为这个世界做出贡献。接受残疾，意味着重新定义自己，找到自己在这个世界上的独特价值。

第二段：超越困难，坚强面对。

残疾带来了许多困难和挑战。我常常需要依赖他人的帮助才能完成一些基本的任务，而且很多活动和机会也因为残疾而对我不再开放。然而，我学会了超越这些困难，坚持面对一切。我明白，抱怨和自怨自艾只会使情况变得更糟。相反，我选择积极面对，为自己设定目标并努力实现它们。通过努力和坚持，我克服了许多看似不可能的困难，并且不断证明自己不容小觑。

第三段：倾听内心，感受生命的美好。

在面对困难和挑战的过程中，我渐渐学会了倾听自己的内心。我发现沉默和宁静的时刻对于平衡身心非常重要。通过冥想和深呼吸，我能够沉淀内心，洞察问题的本质，并为未来制定计划。在这个过程中，我感受到了生命的美好和无限可能性。每一个人都有自己的弱点和不足，但正是这些不完美使我们成为独一无二的个体。

第四段：培养自信，张扬个性。

我深知在一个充满偏见和歧视的社会中，残疾人常常被忽视和排除在外。但是，我坚信自己的存在是有意义的，并且我有权利展示自己独特的个性和才华。为了培养自己的自信心，我努力提升自己的技能和知识，并积极参与社会活动。我通过写作和演讲来传递自己的思想和感受，希望能够改变人们对残疾人的认知和态度。只有充满自信，我们才能够真正地影响他人，并与社会融洽地交流。

第五段：以积极的态度迎接未来。

尽管残疾给我带来了很多困难和挑战，但我相信只要保持积极的态度，我们依然能够创造出美好的未来。我不再将自己局限在狭小的残疾标签下，而是选择用广阔的心胸来拥抱世界。我相信每个人都有无限潜力可以发掘，只要我们持之以恒地努力，就能够创造出属于自己的奇迹。

在这个过程中，我也结识了很多志同道合的人，我们相互激励和支持，一起追求梦想。我深感荣幸能够成为残疾人群体的一员，并且与其他人共同改变世界的看法。通过自己的努力，我希望成为一个行走的例子，让更多的人了解残疾人的潜力和价值。

每个人都有不同的生活经历和困境，而我所描述的仅仅是我个人对于残疾心得的体会。通过接受残疾，超越困难，倾听内心，培养自信和积极迎接未来，我相信每个残疾人都可以找到自己的美好。同时，我也希望社会能够给予残疾人更多的支持和机会，让他们能够充分发挥自己的潜力，为社会的进步和发展做出贡献。

**残疾心得体会篇二**

对于不屈不挠的人来说，没有失败这回事——单斯麦。

真理终归是真理啊，我算是明白了。

怎莫回事呢？我想你一定会问。事要从五年级说起„„。

小时候的童年是美好的。可我在。美好的时光里意外的把右手给弄骨折了。哎~惨啊。失去手的滋味可不好受啊！爸爸在家给我订了“三不”不能和同龄人玩、不能出去玩、不能玩电脑，妈呀！还让不让人活啊。

改变我一生的趣闻就从这开始了。

**残疾心得体会篇三**

残疾是一个与常人不同的群体，他们面临着生活的诸多挑战。然而，在与他们交往和相处的过程中，我受益良多，也对他们有了更深刻的理解。以下几段将分享我在与残疾人接触的体验和心得。

首先，残疾人给我留下了深刻的印象。在我初次与残疾人接触的时候，我发现他们具备令人钦佩的乐观和坚强。我记得有一次，我遇到了一位视障人士，他告诉我尽管视力有障碍，但他从不悲观自怜。他经历了许多困难，但他选择了积极向上地面对它们。他的坚持和努力不仅感动了我，也给我带来了深思。

其次，与残疾人的交往让我认识到他们也是有着普通人一样的需求和梦想。他们希望被接纳、被尊重、被关爱。我曾经参与了一次与坐轮椅的朋友们一起度过的活动，他们的热情和活力让我感到惊喜。通过这次活动，我看到了他们的能力和潜力，他们希望用自己的努力改变生活。这个经历让我更加珍惜生活，也明白到残疾人和我们并没有太大的区别，他们也可以参与社会的各个方面，并贡献自己的力量。

再次，与残疾人的互动促使我反思自己平常的行为和态度。在与他们交谈时，我意识到我原来对他们抱有一些偏见和误解。通过与他们的交流，我发现他们能够以自己的方式理解世界，并表达自己的感受。我开始关注他们的需求，并尽量提供帮助。从每一个小细节，我都体会到尊重和关怀的重要性。我努力学会不以残疾来评判一个人，而是通过他们的内心和行为来判断他们的价值。

最后，与残疾人的接触让我意识到，他们在生活中所需的支持和关爱对于他们的成长至关重要。我曾经参与过一次为残疾儿童举办的义演活动，我看到了他们得到的温暖与关怀。这让我思考，我们社会是否足够关注残疾人群体的需求。他们需要的不仅仅是物质上的帮助，更重要的是情感上的支持与陪伴。我认为应该加强残疾人权益的保护，关心他们的成长和发展，并提醒社会各界对他们给予更多的关注和帮助。

通过与残疾人的接触和交流，我深刻感受到了他们的坚韧和乐观，也见证了他们与普通人一样的需求和梦想。他们的力量、坚持和努力给我带来了很大的触动与启发。同时，我的观念也在与他们的交往中得到了重新调整和修正。我希望通过我的努力，能够为残疾人群体争取更多的权益，让他们在社会中得到应有的尊重和关爱。

**残疾心得体会篇四**

感谢你们费劲千辛万苦，想尽千方百计，说尽千言万语为我们争取和创办了这期优秀残疾人培训班。

在出发前一天，朋友们还在闲谈，认为残联送我们千里迢迢来北京培训是费力却不一定有效，甚至还质疑教授们即使有渊博学识，但我们却是学历低，文化少，结局也只能是曲高寡和。

然而，从第一节课的拭目以待，到最后一节课的刮目相看，明白了教授传播给我们的是理念、观点，是怎样做人、创业的道理。每一位学员都全神贯注的做笔记，拍内容。故宫、颐和园的名胜古迹也诱惑不了我们学习的激情。71岁的清华大学韩庆祥教授风趣、幽默和浅显易懂的讲授，让我明白了”知识不重要，体能不重要，智慧才是最重要“的道理，击碎了我长期以”文凭低，学历浅“为借口不愿上进的外衣，告诉了我身体残疾也不代表前途黑暗，也明白了毛泽东终身都不会用枪，依然能成为伟大军事家的道理。

北京市全国就业创业优秀个人、“小博士”服饰公司丁宝明董事长，用自身做典范，掷地有声的告诉我们：一想二干三成功，一等二看三落空。也证实了不止天使有翅膀，残疾人也一样能活出价值，活出精彩！

中国人民大学张利庠教授更是让我铭记在心，自身患口吃病，说话就结巴，一开口就让我锁紧了眉头：这堂课怎么听都不会轻松。但是，张教授扬长补短，而不是扬长避短，展示给我们的.是“能量超乎想象”，更以刘备团队和唐僧团队为例，把彼此的外在假象和内在潜力剖析得淋漓尽致，折服了所有学员。

中国第一位持证演说家、语言教学专家李真顺教授用利剑般的口才，教导我们怎样用三寸巧舌，走向成功。“心态好事业成不成也成，心态坏事业败不败也败”的对联从此成为我创业的座右铭；还有孙彤总裁，就中国农业现代化路径及发展方式的解说和展望；杨金波总监的商务礼仪的启发和点拨，让我谨记了“世界上最便宜、收益最大的就是礼仪”；北京市残联周鸿飞副主任解读了北京市残联的先进理念和经验，将会鞭策我们努力前行；李中华教授的课更是紧扣心环，将政策与成功案例对比进行，让我写干了钢笔的墨汁，占尽了手机内存。

十天的学习时间，胜过我多年的苦读，渴望这样的机会每年能有两次以上该多好！更希望残联领导多为我们争取国家扶持政策，能把这批学员召集在一起，成立一个合作社，众人划桨开大船，把他作为一支得力和开拓的团队，在自身发展壮大的同时，带动和吸收更多的残疾人自食其力！

**残疾心得体会篇五**

一、活动背景：

在我们的生活中有这样一群朋友，由于各种原因，他们看不见鲜花美景、听不到歌声欢笑、享受不了奔跑的喜悦……他们喜欢舞蹈却少有展示舞姿的机会；他们希望自由行走，但这也成了奢望，这就是残疾人！尽管他们的生活多灾多难，但他们仍然对生活充满热爱；对命运不公的安排，他们都坦然面对，甚至比我们更能体会到生命的可贵、生活的美好，他们需要我们用实际的行动去尊重他们、关爱他们。

二、活动目的和意义：

2、和残疾人近距离的接触，有助于大学生增强助残意识，提高大学生思想素质，领悟美好生活的真谛。

三、

活动主题：

延伸爱心舞台，携手温情世界。

四、活动时间：

202\_年10月30日、11月20日、12月11日。

五、活动地点：德化城关。

六、活动内容：

1、由秘书处组织人员提前到选定的残疾人家勘察情形和环境，以。

进一步了解帮助对象，作出详细、周全的安排；

2、安排成员，交代活动细节；

3、宣传部对助残活动进行一系列宣传，呼吁助残意识；

4、指定具体时间、集合、活动成员；

5、志愿者可自带小礼物送给残疾人；

6、活动结束，文事部收集资料，及时上交活动报告和新闻稿。

七、活动注意事项：

1、志愿者不得随意对残疾人作出任何承诺；

2、对活动有想法或建议需提前向负责人提出，以便提前作出安排；

3、活动过程中要注意个人言行和举止，发扬志愿者精神；

4、残疾人行动不方便，帮助他时要细心周到。

5、活动期间，大家注意安全。

德化陶瓷职业技术学院院团委。

院青年志愿者协会。

202\_年10月20日。

**残疾心得体会篇六**

20xx年上半年，为了能让更多的残疾人自主创业，带动更多的残疾人就业，了解如何创业。市残联、市就业局培训中心3月10日联合举办了“一传十带百”即“创办你的企业”培训班。我社区的徐文君、张海波、孙少军、张慧娟参加了培训。通过两天的培训使他们学到了很多知识，了解了如何去创业，创业会遇到那些问题，如何解决问题，为他们今后自主创业打下了坚实的基础。为了提高自身素质09上半年参加了“全市残疾人工作者培训”等多个培训班，提高了自身的工作能力。

以上是我社区20xx年上半年的工作总结，半年的\'工作已经过去，我社区将继续努力把下半年的工作做好、做实。

**残疾心得体会篇七**

作为一个残疾人，我深刻地理解到了生活的不易。尽管我无法完全像正常人一样生活，但是我并不感到绝望，因为我拥有写作的技能，能够通过文字表达自己的思想和情感。在这篇文章里，我将分享我在写作方面的体验和体会。

一、写作为我带来的心理慰藉。

身处社会上，许多残疾人往往面临歧视和排挤，他们的自尊心受到了伤害，情感也处于低谷。但是，我通过写作，找到了一种发泄自己情感的方式。当我遇到难以处理的抑郁情绪时，我会在笔记本上写下我的感受，它带给我不少的慰藉。同时，写作也成为我的一个倾听者，它陪伴我走过一段艰难的时光。

二、写作让我发掘内在的潜力。

残疾人与其他人相比,在身体上存在很多障碍。比如,我写作时只能用一只手,十分麻烦。一开始，我感到很难在键盘上输入字母。但是，通过坚持不懈地练习，我学会了用一只手打字。现在，打字甚至已经成为我的一项技能。写作也让我发现了自己的创造力。我从生活中的点滴中发现了灵感，不断地创造出新的作品，深受亲友们的喜爱。

三、写作让我突破身体的限制。

当我写作时，身体有时会出现疼痛和不适，甚至会难以集中注意力。但我依然坚持下去。我发现，当我钻入文字之中时，身体的不适感逐渐减退，我的思维更加清晰。通过写作，我更加明白到，精神上的力量是可以战胜身体的局限的。我甚至开始与社会更好地融合，参加一些文学活动，我的作品甚至受到了出版社的青睐，成为了几本诗集的一员。

四、写作让我更自信。

人的成长是一个漫长的过程，在这个过程中，不可避免地会遇到挫折和困难。作为残疾人，在社会上被人歧视是一种常态。但是，我通过写作，寻找到了自信。我的写作越来越受欢迎，越来越有人欣赏，这种感受让我感到自己并没有被社会所拒绝，这让我感到十分温馨，同时也更加自信。

五、写作帮我树立了目标。

每个人都需要有自己追求的目标，对于我来说，写作成了我的一个追求。我一直梦想着有一天成为一名成功的作家，出版一本自己的作品集。写作不仅是一个爱好，更是我追求自己的一个目标。我相信，随着自己技术的不断提高，锻炼，我一定能够实现这个目标。

总的来说，写作不仅是一种表达自己心情的方式，更是一种探索身体和内心潜力的方式。在写作的过程中，我逐渐学会了自我约束、自我调节和自我激励，这些能力不仅帮助我成为一个更好的作家，也能帮助我成为一个更好的人。生活中的困难和障碍并不能阻挡我向前的脚步，感悟生命的价值，通过自己打造一个自己的天地，并用文字与世人分享我的精神。我坚信，不论遭遇怎样的困难，只要心中有梦想，只要不断努力，便能赢得自己想要的结果。

**残疾心得体会篇八**

20xx年上半年我社区协助残联及各专门协会，组织开展了各个节日期间的活动，带领我社区残疾人参加了如“元旦联欢”、“庆三八联欢”等活动，使他们感受到了残联和协会大家庭的温暖。“爱耳日”、“助残日”期间，我社区出设咨询台，走上街头发放宣传单、康复手册等，宣传残疾人保障法和残疾康复及残疾预防知识，使广大社区居民及全社会更进一步了解残疾人和残疾人事业，起到了很好的宣传效果，节日期间还走访了残疾人张帅、耿福贵、葛眩东、侯晓龙、张延旭等。

**残疾心得体会篇九**

xx年xx月刚一上岗，我就在社区低保专干王可彬的带领下，对社区所有的残疾人朋友进行了一次全面的走访。通过这次走访，我完善了前任残疾人专职委员留下来的残疾人个人资料和家庭情况，了解了我社区困难残疾人的各项诉求，同时也为我今后工作的开展打下了良好的基础。当然，我很清楚，残疾人朋友的困难不是通过一两次走访就能彻底解决的，于是，我主动担任了低保专干的助手，在低保户每月签到时主动和他们拉家常，了解他们最近的生活状况。在低保入户调查时也主动和低保专干一起下户调查困难残疾人低保户的家庭状况。通过几个月的努力，我和社区残疾人之间建立了充分的信任。

残疾人朋友都属于弱势群体，在为他们进行服务时，他们会不自觉的把在社会上受到的冷遇，嘲讽等委屈反过来向你发泄出来。如09年9月残疾人换二代证进行目测，我社区有两位盲人朋友错过了我街道规定的目测时间。在我的.联系下，最后定下来在坡子街和他们一起进行目测。目测当天，我带着两位盲人朋友来到坡子街。但经过负责目测的医生查看，由于她们两位虽然是双目失明，但眼珠却显得十分清澈，无法用目测进行判断，必须要到医院进行鉴定。听到这个结论，两位盲人朋友情绪都很激动。她们表示自己明明完全看不见，是货真价实的盲人，为什么要她们再去鉴定，这是歧视残疾人。

再说，她们双目失明，去医院会相当的不便。我首先向她们解释了残疾人目测鉴定的相关规定，表示区残联也是严格按照规定来执行，她们不可能通融，不然对其他有相似情况的残疾人朋友不公平。然后表示，我一定会抽时间陪同她们一起上医院进行鉴定，请她们放心。在我的耐心劝说下，两位残疾人朋友的情绪也从愤怒转为了感激。后来我陪同了其中的一位区医院做了鉴定(另一位由家属陪同去了医院)。

现在，每隔一段时间她们就会给我打来电话，询问社区开展残疾人活动的情况，残疾人优惠政策的情况，我们成为了很好的朋友。通过这件事我感到只有怀着一颗仁爱的心，在做残疾人工作时才深刻的体会到残疾人朋友的切实困难，才能更好的解决他们遇到的问题。

在社区担任残疾人专职委员以来，我经常参加街道、区、市残联组织的各项业务培训。20xx年5月，在区残联组织的残疾人专职委员考试中取得了第1名的好成绩。5月，在市残联举办的残疾人职业技能竞赛中，取得了中英文文本处理第3名的成绩。20xx年6月，在全国社会工作师的考试中，取得了助理社会工作师的职称。通过培训，我进一步掌握了基层残疾人工作者的各项技能，从而更好的为社区残疾人朋友服务。

虽然我的工作有一点成绩，但离领导要求的还很远，我要在以后的具体工作中百尺竿头，争先进位，担当实干，创新突破，在县、街道残联的正确领导下，继续保持以往工作中的那么一股热情，积极做好每一项应做的工作，为残疾人服好务而努力。

**残疾心得体会篇十**

残疾学，是研究和促进残疾人权利的学科。残疾学的本质在于探讨残疾人所面临的不平等待遇和歧视，为残疾人争取平等的社会地位和权利，使残疾人能够尊严地生活和工作。残疾学对于促进社会的平等和反歧视有着特别的意义。近年来，残疾学逐渐得到了大众的关注和重视，成为了国际和国内的学界热门话题。

第二段：残疾学对于残疾人的作用。

残疾学对残疾人有着重要的作用。首先，残疾学可以帮助残疾人争取平等的就业机会。目前，由于种种社会、经济和文化原因，残疾人找工作比一般人更加困难，因此，在保障残疾人就业权利方面，残疾学的作用不可忽视。其次，残疾学可以促进残疾人的心理健康。在社会中，残疾人常常面临歧视和较差的待遇，这会对他们的心理健康产生不良的影响，残疾学则可以通过揭示歧视现象及其产生的社会原因来缓解残疾人的心理压力。此外，残疾学还可以解决残疾人在生活中的实际问题，如交通、卫生、学习等方面的问题，帮助残疾人更好地融入社会。

第三段：自身体验与感受。

作为一位正处于残疾人群体中的人，我深刻地体会到残疾学的价值和意义。残疾人在家庭、学校、工作和社会中经常遭受到歧视和排斥，这些问题在现代化的社会中仍然存在，甚至比以往更为明显。而残疾学则可以帮助我们更好地了解我们自己，了解社会对我们的不公，找到促进社会发展和残疾人权利的方法。

残疾学不仅对于残疾人有帮助，对于整个社会来说也有着实际意义。随着社会的发展，残疾人群体的数量越来越大，残疾问题已经成为许多国家需要面对的重大问题之一。残疾学的出现，则为解决残疾问题提供了一种有效的思路和方法，尤其是让社会更好地了解残疾人的需要和权利，使得残疾人在社会中获得公正和合理的待遇。残疾学在推动和促进社会公平正义方面，也起到了重要的作用。

第五段：结尾总结。

总之，残疾学是一门非常重要的学科，它能直接指导残疾人的发展和进步，以及整个社会对残疾人的平等和尊重。我们应该在学习中不断拓展残疾知识，传播残疾理念，在社会中积极提出残疾人群体的需求和权利，为促进社会的平等和进步做出我们的贡献。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！