

2023年立正训练的心得体会(优质10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。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。

立正训练的心得体会篇一

依正见建立正信，这是我们在修行中常常要重视的一点。正信是指我们对于佛法的信仰，建立在想法正确、合理、可信、真实的基础上。而依正见，则是我们对佛法的深入理解和正确的认识。

在我的修行中，我深深体会到了依正见建立正信的重要性。下面我将分享我对于这个主题的心得体会。

第二段：对于正见的理解与认识

依正见建立正信，首先要对正见进行深入的理解与认识。正见是指真正把握了佛法的本质，能够正确识别佛法的真假，并在日常生活中贯彻佛法的真谛。

正真正常，是正见的核心之一。正真正常就是要本着真实、正常的态度去认识佛法。只有这样，我们才能真正明白佛法的真相，并通过佛法来净化我们的心灵。

依正见建立正信的具体实践非常多样化。在我个人的修行中，我主要通过以下几种方式来实践依正见建立正信的原则。

第一，学习并理解佛经。佛经是佛法的根本，对佛经有深入的理解，可以帮助我们建立正信。我们可以通过阅读经典、听讲座、跟随名师学习等方式来深入理解佛经。

第二，实践禅修。禅修可以帮助我们提高专注力和自我反省的能力，进而帮助我们建立更深刻的正见。禅修的实践可以通过参加禅修营、每天安排一定的禅修时间等方式来进行。

第三，与佛友互动交流。与佛友的互动、交流和分享，可以帮助我们更深刻地理解佛法，并帮助我们建立更坚固的正信。

依正见建立正信有很多好处。比如说，建立了正信之后，我们可以更好地抵御不确定因素的影响，更轻松地面生活的困难，逐渐变得趋向稳定、平和和寂静。

此外，建立了正信之后，我们的共业会因此而得到减轻，由此也会相应地获得更多的福德和正义。

第五段：总结

依正见建立正信是我们在修行中应该非常重视的一点。我们需要努力深入理解和认识正见，并通过实践，逐渐建立起更坚实的正信。正信的好处也是非常显著的，它可以帮助我们走得更加稳健和深入，真正的接近我们的内心和本源。

立正训练的心得体会篇二

2、价值观利益上的互动和协调是人际关系的核心

3、价值观信息上的沟通是健康人际关系形成的关键

4、价值观实践上的一致是人际关系的保证

人生价值是一种特殊的价值，是人的生活实践对于社会和个人所具有的作用和意义。选择什么样的人生目的，走什么样的人生道路，如何处理生命历程中个人与社会、现实与理想、付出与收获、身与心、生与死等一系列矛盾，人们总是有所取舍、有所好恶，对于赞成什么反对什么、认同什么抵制什

么，总会有一定的标准。人生价值就是人们从价值角度考虑人生问题的根据。

在关于人生的思考中，回答“为什么”的问题，即人生目的问题，要以人生的价值特性和对于人生的价值评价为根据。一个人自觉地追求着自己认定的人生目的，是因为他对自己选择的生活作了肯定的价值判断，认为这样的生活具有价值或者能够创造价值。回答“怎么样”的问题，即人生态度问题，同样要以对人生的价值判断为根据。

职业价值观指人生目标和人生态度在职业选择方面的具体表现，也就是一个人对职业的认识和态度以及他对职业目标的追求和向往。价值观测评会有助于职业决策和提高工作满意度。

理想、信念、世界观对于职业的影响，集中体现在职业价值观上。

俗话说：“人各有志。”这个“志”表现在职业选择上就是职业价值观，它是一种具有明确的目的性、自觉性和坚定性的职业选择的态度和行为，对一个人职业目标和择业动机起着决定性的作用。

由于每个人的身心条件、年龄阅历、教育状况、家庭影响、兴趣爱好等方面的不同，人们对各种职业有着不同的主观评价。从社会来讲，由于社会分工的发展和生产力水平的相对落后，各种职业在劳动性质的内容上，在劳动难度和强度上，在劳动条件和待遇上，在所有制形式和稳定性等诸多问题上，都存在着差别。再加上传统的思想观念等的影响，各类职业在人们心目中的声望地位便也有好坏高低之见，这些评价都形成了人的职业价值观，并影响着人们对就业方向 and 具体职业岗位的选择。

每种职业都有各自的特性，不同的人对职业意义的认识，对

职业好坏有不同的评价和取向，这就是职业价值观。职业价值观决定了人们的职业期望，影响着人们对职业方向和职业目标的选择，决定着人们就业后的工作态度和劳动绩效水平，从而决定了人们的职业发展情况。哪个职业好？哪个岗位适合自己？从事某一项具体工作的目的是什么？这些问题都是职业价值观的具体表现。

立正训练的心得体会篇三

生命是一种非常珍贵的礼物，每个人都应该珍视自己的生命。然而，人们对生命的理解往往存在着一些误区，树立正确的生命观是我们应该努力追求的目标。我从自己的成长经历中，从亲人和朋友的身上也汲取了一些经验和体会，认为树立正确的生命观是非常重要的，要具有正确的价值观念，正确认识自己的生命，珍惜生命，以及像植物一样保持健康成长。

在现代社会，人们有时会因为一时的利益而忽略那些更重要的事情。我们要有正确的价值观念，把生命看做宝贵的礼物，我们要珍惜它，因为它不是永恒的。因此，我们应该把自己的时间和精力都投入到健康、积极的生活和有意义的事情中，学习新的知识、热爱工作，让自己变得更加优秀。此外，我们还可以通过社会公益活动来回馈社会，帮助需要帮助的人，让自己的生命变得更加有价值。

第三段：正确认识自己的生命

了解自己的生命是非常重要的，因为这可以让我们更好地认识自己，在生活中更加明确自己的目标和意义。正确认识自己的生命，首先要认识自己，了解自己的能力和弱点，清楚地了解自己的兴趣爱好和未来的职业发展方向。其次，了解生命的意义和目的，这将帮助我们更加明确自己的生活方式和人生方向，避免在迷惑中浪费时间。

第四段：珍惜生命

珍惜生命是极其重要的，每一次机会都值得我们好好把握。我们要感恩生命，珍惜每一个当下的瞬间，不要用过去困扰自己，不要过度关心未来，而是让自己活在当下的精神中。我们可以将社会公益活动和人际交往看作是珍惜生命的表现，这将让我们更好地珍视自己的生命，同时将自己的生命变得更加有价值。

第五段：保持健康成长

保持健康成长是很重要的，因为这不仅关乎到自己的身体健康，还关乎到心灵健康。我们应该通过适量的锻炼和良好的生活习惯来保持身体健康，同时也要保持心灵的平衡和健康，也可以透过娱乐活动来释放心灵的压力。当我们身体和心灵都处于良好状态时，我们才能更好地面对和处理生活中的各种挑战和困难。

总结：

树立正确的生命观是非常重要的，它将成为我们生命旅程中的一种指引，让我们更加清晰地认识到自己的价值和意义，领悟到生命的真正意义，并以正确的态度去面对和处理生活中的各种情况，让我们更加快乐和健康的生活。

立正训练的心得体会篇四

价值观具有相对的稳定性和持久性。在特定的时间、地点、条件下，人们的价值观总是相对稳定和持久的。比如，对某种人或事物的好坏总有一个看法和评价，在条件不变的情况下这种看法不会改变。

历史性与选择性

在不同时代、不同社会生活环境中形成的价值观是不同的。一个人的价值观是从出生开始，在家庭和社会的影响下，逐

步形成的。一个人所处的社会生产方式及其所处的经济地位，对其价值观的形成有决定性的影响。当然，报刊、电视和广播等宣传的观点以及父母、老师、朋友和公众名人的观点与行为，对一个人的价值观也有不可忽视的影响。

主观性

指用以区分好与坏的标准，是根据个人内心的尺度进行衡量和评价的，这些标准都可以称为价值观。

立正训练的心得体会篇五

在当今这个以快节奏、高压力为主流的社会中，人们的情感观受到了严重的扭曲，不少人追求短暂的快乐，追逐虚幻的幸福，迷失了对真正情感的认识和把握。然而，随着生活水平的提高和人们对内心的呼唤，越来越多的人开始意识到，树立正确情感观非常重要。在我的成长过程中，我也体会了许多关于树立正确情感观的心得体会。

首先，我认识到要正确对待和表达情感的重要性。在人际交往中，情感的表达起着至关重要的作用。一个人在面对困难或者遇到好事时，若能及时向身边的人分享自己的快乐或者请求帮助、倾诉痛苦，不仅能够得到及时的支持和解决问题的方法，还能够增强人际关系，减轻心理负担。然而，有一些人由于不懂得正确地表达情感，他们要么内向而不愿向别人倾诉，要么过于激动而言辞激烈，都会无法与他人保持良好的沟通和友好的关系。因此，我深知了正确对待和表达情感的重要性。

其次，我深刻体会到要学会控制自己的情感。每个人的情感都是如潮的大海，不可遏制，然而，在情感的掌控上却是人们缺乏的技巧。在生活中，我们往往会受到各种各样的情感的干扰和影响，这些情感有时会让我们的行为失去理性，影响我们的判断和决策。因此，学会控制自己的情感，把握自

己的情绪，对于我们在生活中取得成功和良好关系是至关重要的。在我个人的实践中，我始终坚持通过自我调节和自我控制的方式来管理自己的情感，维持自己的心理平衡。

再次，我认识到要善于换位思考，理解他人的情感。在人与人的相处过程中，无论是亲情、友情还是爱情，都离不开情感的交流和碰撞。在处理他人情感时，我们往往不能只考虑自己的感受，要从对方的角度出发，站在他人的立场上来理解他们的情感 and 需求。只有真正理解了他人的情感，才能够更好地与他们沟通和交流，建立更加深厚的感情。在我过去的交往中，我深刻意识到换位思考的重要性，并且逐渐养成了换位思考的习惯。

最后，我体会到培养积极健康的情感是树立正确情感观的重要途径。积极健康的情感能够帮助我们更好地理解 and 接纳自己，增强自信心，提高自我价值的认同感。在这个过程中，我们要学会引导 and 调控情感，积极寻找并创造各种积极向上的情感体验。例如，我喜欢听音乐、读书、与好友交流，这些活动都能够让我感受到内心的平静和愉悦，提升自己的情感和心理能力。

总之，树立正确情感观是我们生活的必备品，它关系到我们的情感和心理健康，人际关系以及生活质量。在树立正确情感观的过程中，我们要学会正确对待 and 表达情感，掌握控制自己情感的技巧，善于换位思考，培养积极健康的情感。只有通过不断的实践和努力，我们才能够真正拥有正确的情感观，过上充实、满足且幸福的生活。

立正训练的心得体会篇六

暑假读了《鲁滨孙漂流记》这本小说后，一个高大的形象时时浮现在我的眼前，他就是勇敢的探险家、航海家——鲁滨孙。他凭着顽强的毅力，永不放弃的精神，实现了在孤单一人在孤岛上生存下来，并成为航海家的愿望。

鲁滨逊放弃了富裕而又舒适的生活，厌恶那庸庸碌碌的人生，从而开始了一次与死神决斗的生存大挑战。种种的不幸与困难并没有压倒鲁滨孙，反而使他更加坚强。上苍给予鲁滨孙的困难，对于他也更具有挑战性！

在风暴海啸中，全船除鲁滨孙无一幸免，但真正的生存挑战才刚刚开始！

流落孤岛，他为了找到合适的住所，在岸上跑了一整天，在一个山岩下找到了一个栖身之所。鲁滨孙在小山下搭了一个帐篷，而且尽量大些，里面再打上几根木桩来挂吊床。第二天，他把所有的箱子以及木板、做木排的材料，堆成一个临时性围墙，作防御工事。但只过了十几天，突然发生塌方。鲁滨孙不但把落下来的松土运出去，还装了天花板，下面用柱子支撑起来，免得再次出现塌方的灾难。永不放弃，鲁滨孙奠定了生活的基础。

一次，鲁滨孙无意中掉在墙角的谷壳，竟然长出绿色的茎干，不久，长出了几十个穗头，这真是老天的恩惠。从此，鲁滨孙一到雨季就撒下半数种子来试验，以得到更多的粮食。最糟糕的一次试验，大麦与稻穗的收成仅获了半斗而已。但是，经过这次试验，使鲁滨孙成为了种田高手。知道什么时候下种，现在他知道一年四季播种两次，收获两次。永不放弃，鲁滨孙有了生活的口粮。

造船回乡，鲁滨孙又花费了数年的时间，无数的心血。光砍树就是数月。但由于事先没有考虑周全，船离海边太远，他怎么也无法让船下水。这下，数年的心血白花了，一切希望都破灭了。直到星期五的出现，这个希望才重新油然升起！

鲁滨孙是个伟大的人，坚毅的人，孤身一人在这个荒无人烟的孤岛上生活了27年。他敢于同恶劣的环境作斗争，勤奋劳动，把小岛经营得有条不紊。他在逆境中锻炼了自己，成就了一番不平凡的事业。

这本书教会我们只有坚持才能胜利，只有实干才能让我们摆脱困境，实干比信念更重要。在人生的航海中，勇敢前进，永不放弃！

立正训练的心得体会篇七

树立正确的执纪导向，不仅是我们每一位纪检监察干部的基本职责，也是我们在工作中最关键的思想支撑和工作动力。近年来，随着执纪执法力度加大，我们不仅需要加强对查办违法违纪案件的能力，更要注意自身的心理疏导，以缓解工作压力，保持对工作的热情和动力。

第二段： 按规矩办事-净化工作环境

树立正确的执纪导向，就是要化解风险，保障权益，提升公信力。这需要我们在工作中始终坚持“按规矩办事”，加强制度建设、切实履行职责，以此来净化工作环境，打造出透明公正、阳光卓越的纪检监察执法文化。只有这样，我们才能更好地赢得公众对纪检监察工作的信任和支持。

第三段： 谨慎施策-增强调查技巧

纪检监察工作会遇到很多复杂、棘手的案件。如何才能顺利地调查和办理这些案件？关键在于我们要谨慎施策，充分掌握调查技巧。尤其在面对涉及敏感人员的案件时，我们更要保持冷静，以客观公正的态度进行调查，做到证据确凿、审慎判断，以此树立正确的执纪导向。

第四段： 加强理论学习-提高专业能力

要成为一名合格的纪检监察干部，除了需要在工作中不断锤炼自己的能力和思维，更重要的是要加强理论学习，提高专业素质。只有不断调整自己的思维方向，融汇贯通各类知识和技能，才能更好地践行正确的执纪导向，提高自我的执行

力和表现能力。

第五段： 自我反思-建立作风机制

最后，我们也要认识到，树立正确的执纪导向，是一项长期稳健的工作。在实际工作中，我们要对自己的行为和言论进行不断地反思和审视，及时发现和改正问题，建立完善的监督和考核制度，以此推动全面强化纪检监察工作的执行力和效果。

总之，树立正确的执纪导向，近年来不仅是纪检监察工作的基本要求，也是当前我国各项改革进程中的重要支撑。只有始终坚持“守纪律、讲规矩、严要求、实作为”的工作原则，加强专业知识学习，并将其转化为实际工作中的行动和成果，才能更好地将纪检监察工作提升到一个更高的水平。

立正训练的心得体会篇八

读书是每个人每天必读的心得，古人曾说过“一日无书，百事荒芜”。对于现在的我们更应该多读书，读书越多课外知识就越广泛，知识面的大大增加对我们以后的读书层打下了良好的基础。

读书势在必得，多读一点书的好处：1. 考试时经常会考到课外阅读，课外阅读面广的同学会在这儿一处占便宜，比别人得考分的这道题多得好几分，可不要小看这几分，如果你其它题全对，就只有这道题，那就太吃亏了。2. 现在找工作都要知识面广的，并且工作效率又快又好的。

这次胥老师发给我们了一本《小学生必做的50件事》（分男生版和女生版），这上面讲的是小学生的个人安全问题和行为习惯、应该改掉的缺点和应该怎样做一个好学生、好同学、好孩子。我在这里面特别看重关于健忘、写日记.....等问题，我个人就有健忘症，做的一些事情都需要同学、老师和家人

的提醒才记起来或等一两个月才想得起来，我想了一个办法——把每一天发生的事情当日记写下来，每一天都看一两遍日记，这样就一箭双雕了！

看书的好处实在太多，说也说不完。“一日无书，百事荒芜”，同学们好好读书吧，多多读书，加油！

立正训练的心得体会篇九

随着社会的快速发展，人们对工作的需求不仅仅是物质层面的满足，更多的是追求自我实现和职业成就感。而树立正确的工作观，对于每一个人来说，都有着至关重要的意义。下面我将从工作动机、职业定位、职业发展、职业原则和职业价值观等方面，谈谈自己的心得体会，分享给大家。

一、正确的工作动机

工作动机是推动人们投入工作的因素，它来源于自身对事物的认知、理解和期望。如果工作动机不正确，很容易使人感到迷茫和挫败，甚至产生焦虑和抵触情绪。因此，正确的工作动机应该是真诚的、积极的和持久的，能够适应不同的工作环境和任务，使我们在工作中充满热情、兴趣和动力。

二、明确的职业定位

职业定位是指根据个人的职业素质、兴趣爱好、专业知识和社会需求，确定适合自己从事的职业领域和职位。一个明确的职业定位可以使人们更好地明确自己的职业方向，在职场中更容易把握机会，取得优异的工作表现。

三、健康的职业发展

职业发展是职业生涯中不可或缺的一部分，它是不断提高个人技能、扩展知识面和培养职业素养的过程。在职业发展的

过程中，我们要拥有积极的心态，不断探索和尝试新的领域，抓住机遇实现自身的职业追求。

四、坚守的职业原则

职业原则是职场中必不可少的一个方面，它是我们在工作中应该遵循的基本规范和要求。坚守职业原则意味着我们要遵守职业行为准则，具备合法的职业素质和职业道德，尊重他人的权利和利益，秉持诚信和诚意，维护职业形象和职业信誉。

五、高尚的职业价值观

职业价值观是指个人对于职业所认同的各种价值和理念，例如职业操守、职业声誉、职业目标等。弘扬高尚的职业价值观可以引导我们在工作中做到“非常勤苦不可至，非天道之难，非地道之远”，努力发挥职业能力，提升职业素养，为社会进步和发展做出积极贡献。

总之，树立正确的工作观，对于我们的职业生涯和人生规划都有着至关重要的作用。只有不断地完善自己，不断提高自己，才能够在职场上立足稳健，追求事业发展。希望大家能够在职场中树立高尚的职业价值观，成就更加辉煌的职业生涯。

立正训练的心得体会篇十

分数很低，当我看到我自己的分数之后心中那种难受不是因为分数，而是愧对自己父母的那种深深的自责。我敢于面对这糟糕的分数，就像男子汉那般敢做敢当的去面对它，接受它。我可以抛去一切痛苦，积极的向前看，不再像以前那样自暴自弃，但是我却不敢面对父母那种失望的神情。父母的爱是无私的，即使你一事无成，给他们制造了很多的麻烦，没有做过任何一件令他们骄傲的事情，即使你让他们在别人

面前抬不起头，他们还是一如既往的付出，为你奔波。他们不会说累，不会像我们一样抱怨，他们永远把最深沉的幸福留给自己的孩子。而我却浪费了这一报答他们的黄金时机。我想让他们微笑，想让他们能够在别人面前骄傲地炫耀自己孩子的成绩，想让他们在工作遇到不顺时想到我能够有一丝欣慰。终究我还是没成功，当我看着父亲头上与之年龄不相匹配的白发时，我的心很痛。我的父亲永远没有对我失望过，可是这一次，我对我自己失望了。

高考之后带给我最大的感悟不是我的分数，不是人生与前途，而是我伟大的父母。

狂欢过，兴奋过，失落过，消沉过。高考不仅是我們开始迈向社会的信号，也是我们已经长大了的标志。有一句话我始终带在身边，并且也无比坚信它会引导我在人生的道路上勇敢的前进：想要战胜别人，首先你要战胜自己。虽然我的分数不尽人意，但是消极，沉沦，自暴自弃，颓废不能改变什么，只能使事情越来越糟。自责与反思的心情你要有，同时你要告诉自己的是这并不是世界末日。人生并不是一张白纸就能决定的，这不是我逃避自己分数的借口，这是我发自内心的勇气。至少我在考场上尽力了，我在高考这场重要的战役中战败，我输了分但没有输掉我自己。我举枪奋勇杀敌，我用我尽有的力量坚持到了最后。是的，我后悔了，如果当初我更努力一点，也许结果会不同。

祝福考得好的高中同窗，用积极向上的心态去对待以后人生中会面对的种种，高考给了我绞心般的痛，也教会了我做人的态度。欢笑，泪水，这些色彩在经过高考的洗礼之后显得更加绚丽；困难，挫折，这些不堪的回忆在经过高考的打造后成为令我骄傲的勋章；困惑，迷茫，这些淡淡的薄雾在经过高考的照明后变成最明亮的阳光。小学，初中，高中，一幕幕回忆像是陈旧的电影胶片一般，当你在某时某刻轻轻的将它播放时，会是什么样一种心情。高考，真的带给我们许多，也带走我们许多。我想我会爱它，我会因为它证明了我

终于不再是脸上带着棱角分明的稚气的孩子而感谢它，我想我又会恨它，毕竟它又严肃地将我从美好纯真的青春年代悄悄带走。我想对所有辛勤哺育我的老师说声谢谢，你们教会我的知识让我有了价值；我想对所有关爱我的亲戚家人说声我爱你，你们无私的爱才让我健康阳光的成长到了今天；我想对所有和我一起同窗奋斗的同学们说声加油，你们真诚的鼓励让我体会到了学习的快乐。

高考，你就这样匆匆走了，我不想和你道别，我在你身上留下了我的足迹，浅浅的，微小的。或许有一天一阵轻轻的风拂过，我的足迹就这样被尘土掩盖，甚至你不会注意我曾经来过，但是那时，我已走远。