

2023年自律自强班会心得 大学自律心得 体会(实用7篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。相信许多人会觉得范文很难写？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

自律自强班会心得篇一

在大学生活中，自律是最基本的素质之一。大学不仅是学习知识的地方，也是一个培养自律意识的场所。自律不仅关乎个人的成长与发展，还关乎整个社会的发展。通过自律，我们可以规范自己的行为，增强自己的意志力和责任感，以便更好地面对未来的挑战。在自律的漫漫路上，我有了一些心得和体会。

第二段：自律与自我管理

自律和自我管理密切相关。自我管理是指我们在大学生活中如何有效地利用时间和资源，管好自己的身体和心理等方面。实践中，我们可以把自己的行为划分为两个部分：一是自己需要完成的工作，如听课、做作业、考试等；二是自己的娱乐和消遣，如看电视、玩游戏等。自我管理就是要在这两个方面做好区分，做到高效地进行时间和精力分配。只有做到这些，才能更好地发挥自己的潜力，增强自己的自律能力。

第三段：自律和情绪管理

不同的情绪会影响我们的自律程度。如果身心疲惫或情绪低落，很难自律起来。因此，情绪管理在自律中也显得十分重要。对于大学生们来说，情绪管理常常是通过调整自己的状态达到自律的目的。必要的娱乐和休息对于调节情绪和增强

自律能力都十分必要。同时，我们也要学会积极思考，遇到困难时敢于直面问题，从而更好地掌握自己的情绪。

第四段：自律和自我约束

自律和自我约束是一体两面的关系。自律需要自我约束来维护。我们不能总是纵容自己的欲望，为了自己的长远利益，需要适度地抵制一些不良的行为。例如，戒烟、戒酒、抑制购物欲望等，这些都需要我们自我约束才能坚持自律的目标，同时也能够达到个人的成长和自我提升。

第五段：自律的重要性和经验

大学生活中自律的重要性不亚于保证学业的成绩和素质的提升。对于自律的具体实践，我们可以通过以下经验来概括：首先，制定明确的目标；其次，做到规律的作息和饮食；再次，保持积极向上的心态；最后，时刻关注自己的精神和情感状态，调整情绪，增强意志力。这些都是我在自律的路上摸索出的宝贵的经验。希望这些经验也能帮助更多的年轻人更好的实现自我的人生价值。

总而言之，大学生活中自律是我们奋斗与躁动，完成与探索之间的一条微妙的线。这条线的越是坚持和维护，我们在大学内的自我发展与自我提升也就越加顺利。自律并不是一种繁文缛节的束缚，而是一种关于生命的精神财富。坚持自律可以让我们成为更好的自己。

自律自强班会心得篇二

当前我矿组织学习、贯彻了《国有企业领导人员廉洁从业若干规定》及《中国共产党党员领导干部廉洁从政若干准则》的文件。我认为：坚持煤矿廉洁文化建设的全面发展，既要随着社会和企业的发展，在内容和形式上不断创新，使之保持旺盛的生命力，又要把它作为煤矿战略的重要组成部分，全面

规划，合理布局，同时，对煤矿廉洁文化建设的各个方面都要统筹兼顾，科学安排，全面推进，不能厚此薄彼，顾此失彼”。我总结了八点体会：

一是确立核心理念。加强xxx廉洁文化建设要树立大行业观念，要把“廉洁诚信、严于律己”确立为行业核心经营管理理念的第一要素，加强科学理论和法纪教育，加强职业道德教育，使xxx广大干部职工不断增强思想政治素质和廉政意识，老老实实做人，踏踏实实做事，清清白白做官。

二是制定行为准则。要明确制度设计理念，围绕教育、管理、监督的各个环节，把廉洁文化工作渗透到人、财、物、事各项具体工作中去，坚持重大决策集体讨论决策，完善议事规则，构建好科学合理的预防体系，从而在xxx企业内部形成一整套科学的行为准则。

三是培养敬业精神。建设起“刚柔相济，严爱相融”的管理制度。人性中的一些弱点决定了人必须有相应的制度来约束。制度的力量在于规范性、可预见性和强制性，引导、制约人们的行为，使其按照法律、制度事先设定的标准和要求行为或不行为。要切实加大执行监查体系建设□xxx内部各级党组织，要充分发挥纪检监察组织的组织协调作用，加强宏观指导，整合监督力量，形成监督合力，为培养xxx员工的敬业精神提供制度和监督的保证。

四是树立良好形象。一方面□xxx公司的各级领导干部特别是党政主要负责人要成为廉洁文化建设的倡导者、实践者和传播者，做到学与用、知与行的高度统一，以自身的人格魅力带动整个班子的党风建设，以班子的优良作风取信于职工群众。另一方面，要大力宣传廉洁从业的优秀领导干部的先进事迹，弘扬“廉洁为荣，诚信是美”的价值观念，引导领导干部争做廉洁从业的表率，形成“人人思廉，人人保廉，人人促廉”的风气。

五是从服务大局出发□xxx在精神文明、物质文明和政治文明“三个文明”建设中，要在着力抓好廉洁文化建设的同时，必须注重挖掘整合企业内的现有资源，一起进行宣传，力求收到较好的社会效果。对此，公司领导要高度重视，充分认识到廉洁文化建设能够为建设一个廉洁的煤炭企业提供强大的思想保证、精神动力和智力支持，并且提出明确要求，把廉洁文化建设纳入构建企业文化大格局的整体规划和惩防体系的重要工作中。

六是抓住“两点”。始终抓住“重点”、“难点”不放。加强煤矿廉洁文化建设，必须紧紧抓住“认识是前提，领导是关键”这个根本，作为煤矿的各级领导干部要率先垂范，不仅自身做到廉洁自律，而且要高度重视廉洁文化建设。既要把煤矿廉洁文化建设与企业的发展建设、生产经营和经济效益提高发展紧密结合起来，又要在公司廉洁文化建设中注意把历史传统和现实紧密地结合起来，并使之与新时代的廉政思想、理念、制度和先进事迹结合起来，形成文化的合力。

七是强化“两力”。把阵地建设作为煤矿廉洁文化建设的重要载体，积极用健康向上的廉政文化抢占各个领域的意识形态，推进廉洁文化“四进”活动的深入开展，即(进班子、进区队、进岗位、进家庭)，切实抓好廉洁文化建设的“固本强基”工程。在煤矿廉洁文化建设过程中，通过举办如反腐倡廉书画展、文艺演出、征集廉政勤政格言警句等活动，使xxx广大党员干部和职工在享受文化、参与文化的同时受到感染和教育。同时，注重把重点放在企业内部党员干部特别是领导干部身上，通过广泛开展“读廉政文章、讲廉洁知识，学廉洁事迹”等活动，不断提高党员干部和广大员工对廉洁文化的认识，营造浓厚的廉洁文化氛围。

八是时刻牢记慎独慎微的箴言，在自我约束上保持高度的自觉性。领导干部在生活作风上发生问题，往往是在“八小时以外”，在上级、同事、下级看不到的时候。因此，坚持“慎独慎微”对保持良好的生活作风尤为重要。领导干部

单独工作和处理问题的机会较多，做到慎独慎微，这既是领导干部的为政做官之要，也是立身做人之本。现在有些领导干部缺乏慎独慎微的精神，在脱离了同事的视线，没有了群众的监督之后，就放松了对自己的要求，就不检点自己的行为，忘记了一个共产党员和领导干部应有的操守。实践证明，只要干了坏事，迟早会暴露的。用老百姓的话讲，就是“躲得过初一躲不过十五”；骗得过少数人却骗不过群众；要想人不知，除非己莫为。

因此，我们各级领导干部要自觉做到“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”。尤其在独处时能够谨慎不苟，做到台上台下一个样，人前人后一个样，八小时以内与八小时以外一个样，有没有监督一个样，不断加强领导干部的党性修养。

廉洁自律教育心得体会

党员干部要廉洁自律，是我们党历来就坚守的铮铮誓言。早在党的七届二中全会上，毛泽东同志高瞻远瞩地提出了全党同志必须做好“两个务必”的著名论述：“务必使同志们保持谦虚、谨慎、不骄、不躁的作风，务必使同志们保持艰苦朴素的作风。”在深入贯彻十六大精神，全面建设小康社会的新形势下，胡*锦~涛总书记号召全党特别是领导干部要重温“两个务必”，牢记“两个务必”。十六大以来，以胡*锦~涛同志为总书记的党中央，对党风廉政建设和反腐败工作的阐述越来越深刻，要求也越来越明确。胡*锦~涛总书记在十六届一中全会上向全党发出“清正廉洁，一心为民”的号召。“两个务必”是我们党宝贵的精神财富，是党的立业之本，制胜之道，传家之宝。“两个务必”与反腐倡廉，有着内在紧密的联系，既是反腐倡廉的重要内容，也是反腐倡廉的必然要求。牢记“两个务必”，对于全面贯彻“三个代表”重要思想，加强党风廉政建设和促进党员干部廉洁自律，深入开展反腐败斗争具有十分重要的意义。

当前，党委正按照**的安排部署，集中时间，专题讨论，迅

速在**系统内掀起党风廉政建设和廉洁自律活动的高潮。通过学习，我深知，作为公司党委书记，在新的历史条件下，要深入学习马列主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想，学习党的路线、方针、政策，把学习和实际工作相结合，以学习推动工作，千方百计完成今年公司生产经营指标。同时带动广大党员干部特别是领导干部廉洁自律，增强政治意识、服务意识和改革意识，使党组织的领导核心作用、战斗堡垒作用和党员的先锋模范作用得到充分发挥，为各项工作的圆满完成提供坚实的思想基础和组织保证。

一加强党风廉政建设，促进党员干部廉洁自律，是实践“三个代表”的重要保证

加强党风廉政建设，是党的建设的重要内容。从严治党，反对腐败，是加强党的建设的重要手段。加强党风廉政建设，根本任务是要全面端正党风，把党建设成为全心全意为人民服务的党，从而使人民的利益实现好、维护好、发展好。随着改革开放的不断深入和社会主义市场经济体制的建立，一些腐败现象逐渐侵入我们党内，侵蚀着党的肌体，腐蚀着一些党员干部包括少数党员领导干部。能不能通过抓党风廉政建设，反对腐败，端正党风，解决党内的腐败现象，关系到党组织能不能得到纯洁，关系到党的生死存亡。无论什么形式的腐败现象，什么性质的腐败行为，其本质上者是侵害最广大人民的根本利益，都是阻碍、破坏生产力的发展，都是与先进文化的前进方向背道而驰，也都是违背了“三个代表”要求的。而腐败行为得不到惩处，腐败现象不能消除，践行“三个代表”重要思想就成了一句空话。因此，必须加强党风廉政建设，促进党员干部廉洁自律，纯洁我们党的队伍，使我们的党得到人民的拥护和支持。回顾历史，不难看到，只要党风正，党的组织纯洁，党员干部能廉洁奉公，廉洁为民，能真正践行“三个代表”，党就会前进，就会发展，人民群众就会拥护和支持，党领导的事业就会不断从一个胜利走向另一个胜利。反之，如果党风不正，党的组织、党员以权谋私，侵害人民利益，人民群众就会反对，党就会脱离

群众，失去群众，就会遭受挫折。所以，开展党风廉政建设，就是要严肃党的纪律，端正党风，使广大党员干部能立党为公，勤政为民，认真自觉践行“三个代表”。

在党风廉政建设工作中，党员干部特别是领导干部是决定的因素。作为领导干部，应该在四个方面做出表率。一是在学习理论、坚定共产主义理想信念上作表率。理想信念是灵魂，是动力、是方向。理想的动摇是最危险的动摇，信念的滑坡是最危险的滑坡。二是在增强贯彻执行党的基本路线、方针政策和自觉性上作表率。三是在加强学习，不断提高管理水平和业务水平上作表率。四是在坚持从严治党，增强拒腐防变的能力上作表率。作为领导干部，就要襟怀坦白，光明磊落，一身正气。就要严于律己，身体力行，率先垂范，起好模范带头作用。通过自己的模范行动，做到一级抓一级，一级带一级，处处有成效。要时刻把人民的利益放在心上，要时刻保持艰苦奋斗的作风，做到自重、自省、自警、自励，堂堂正正做人，勤勤恳恳工作，清清白白做官。任何时候、任何条件下，都能安得下心，守得住身，既管好自己，也管好家人和部属，做到慎独、慎欲、慎权、慎微，增强拒腐防变的能力，成为广大党员面前的一面旗帜。

以开展廉洁自律活动为契机，抓好公司党委自身建设。在思想建设上，牢记全心全意为人民服务的宗旨，树立马克思主义的世界观、人生观和价值观，发扬艰苦奋斗、爱岗敬业、踏实工作的精神。在作风建设上，求真务实，开拓进取，关心职工疾苦，积极为职工排忧解难。在组织建设上，积极做好党员的发展工作，围绕公司中心工作，调动广大职工的积极性和主动性，配合公司经营班子做好各项工作。同时结合工作实际，建立健全和完善廉洁自律的各项制度，用制度管人。按照中央、省市县委有关廉洁自律的规定，定期进行检查对照，进行批评和自我批评，开展积极健康的思想斗争，防微杜渐。为了提高党员干部队伍素质，在活动中还要进一步发扬理论联系实际的优良学风，用理论武装头脑，改造世界观，指导工作实践，不断提高理论水平和业务水平，培养

造就一大批爱岗敬业、熟悉业务、踏实勤奋的党员干部队伍。

以上这些，是我学习**精神，学习党风廉政建设会议精神的体会。**公司是一个拥有***多名职工的企业，而作为领导干部，我们的肩上担负着上级领导的重托和公司全体职工的期望，我们只有牢记“两个务必”，牢记党的宗旨，加强学习，团结干事，才能筑牢拒腐防变的思想防线，才能团结和带领广大职工共同谱写灿烂辉煌的篇章。

党员干部廉洁自律心得范文

廉洁自律既是一个永恒的话题，又是一个终身的课题，是党员干部的立身之本、处事之道和为政之要。从去年开始，长沙把每年的3月23日，即毛主席带领中国共产党人从西柏坡进京“赶考”的日子，作为全市党员领导干部廉洁从政警示日，就是要让每一位党员干部秉持“赶考”之心，视自己为“考生”，把岗位当“考场”，以人民为“考官”，永葆清正廉洁的政治本色，书写人民满意的合格答卷，努力做到廉洁自律、防患于未然，一辈子忠于党的事业、服务人民群众。

一、腐败从“小节”开始，廉洁应从“小节”做起

腐败案件最深刻的警示，就是党员干部要廉洁自律。近年来，我们党内所滋生的腐败现象让人深忧、所查处的腐败案件发人深省、所总结的腐败教训令人深思，让我们从中受到了极大的触动，得到了深刻的警醒。

一个干部腐化变质，几乎都是从小事不注意、小节不检点开始的，它和任何事物的发展一样，都经历一个从量变到质变的过程，都类似一场千里之堤、溃于蚁穴的悲剧。为什么守不住小节呢？一个最根本的原因就是不看重“小节”，对“小节”缺乏清醒的认识，往往认为喝点小酒、收点小礼、拿点小钱不是什么问题，但实际上，这就是一种腐蚀剂！轻者重之端，小者大之源。小节失守，大节难保；小洞不补，大洞难堵。

不虑于微，始贻大患；不防于小，终累大德。我们一些同志对此没有引起足够的重视，在小节上漫不经心、疏于防范，甚至认为只要不犯大错误，不搞大腐败，犯点小错误，得点小实惠，于自己无伤大雅，于法纪有隙可乘。凡此种种，由于心存侥幸而滋生的“小节无事论”、心存攀比而滋生的“小节无害论”、心存邪念而滋生的“小节无法论”，都是极其危险、极其有害、极其可怕的错误认识。不积小善，不能成大德；不积小恶，不足以亡身。如果在小事小节上“失守”，就很难在大事大节上守得住，这是被无数事实证明了一条规律。小节不小，小节可见精神，小节体现品性，小节关乎成败。党员干部搞一次特殊，就会丢掉一分威信；破一次规矩，就会留下一个污点；谋一次私利，就会失去一片民心。腐败是从“小节”开始，廉洁应从“小节”做起。我们决不能以小节问题“不止我一个”来原谅自己，决不能以小节失守“就只这一次”来开脱自己，决不能以小节毛病“多少有一点”来放纵自己，把小事放到大业、小节放到大局之中加以把握，真正做到不以恶小而为之、不以善小而不为，把好第一道关口，守住第一道防线。

二、廉洁自律不仅是思想境界，也是责任要求

党纪条规最基本的要求，就是党员干部要廉洁自律。廉洁自律不仅是一种思想境界，而且是一种责任要求，是党员干部通过自我反省、自我教育、自我修养、自我约束、自我改造，来切实履行立党为公、执政为民的责任。

从某种意义上讲，手中掌握一定权力的党员干部，无论职务高低、权力大小，都存在着腐败的风险。尤其是党员领导干部始终处于腐蚀与反腐蚀考验的前沿，职位越高风险越高，权力越大风险越大。中央颁发的《中国共产党党员领导干部廉洁从政若干准则》，将8个方面的禁止细化为52个不准，强调党员干部首先要廉洁自律。党员干部廉洁自律，《廉政准则》既是明晰的规定、检验的标尺，也是引导的手段、保证的条件。每一个党员干部都应当经常认真地看一看以启发自

觉，深入地想一想以反思自省，仔细地查一查以对照自纠，真正做到持之为明镜、内化为意识、升华为信条。明代的开国皇帝朱元璋有一天问群臣：“天下何人最快活？”有个大臣答道：“天下守法度者最快活！”朱元璋听后连说：“见解独到。”遵守纪律的人，一定是一个严谨的人、一个快活的人、一个值得党和人民信赖和重托的人！尤其是各级党员领导干部，同时还担负着党风廉政建设的领导责任，更应该深入地思考自己怎么来担当这份责任，如何来履行这份责任。“律己”如过不了关，“律人”就过不得硬。廉洁自律既是一种领导素质，也是一种领导能力，只有廉洁自律才能获得反腐败的发言权、主动权和领导权。党员领导干部不仅要守住小节，而且要管住小节，既不能迁就自己，更不能放纵他人。对于干部的一些小节问题，应当做到敢抓敢管、早抓早管、严抓严管，及时提醒、及时纠正，防止积小成大、因小失大，真正做到防患于未然，止之于未发。

三、廉洁之本在于自律，自律之道在于防患未然

反腐倡廉最关键的环节，就是党员干部要廉洁自律。为政之要在乎廉洁，廉洁之本在于自律，自律之道在于防患未然。滋生腐败最先突破的是廉洁自律这道防线，保持清廉必须固守的是廉洁自律这条底线。

要自觉筑牢思想防线。心不廉则无所不取，心无防则无所不为。廉洁自律是一项长期的思想作风建设，绝不能毕其功于一役，它的效力在于坚持不懈、持之以恒。党员干部要始终坚持把廉洁自律作为一种思想境界来提升，作为一种职业操守来要求，作为一种工作能力来培养，牢固树立正确的世界观、人生观、价值观、权利观、地位观和利益观。特别是在面对诱惑、陷阱时，保持清醒头脑，时刻警钟长鸣，在感情上把握住原则，在行动上把握住分寸，在生活上把握住小节，务必做到政治上清醒、经济上清楚、生活上清白，守好自己的精神家园。

自律自强班会心得篇三

20xx年通过党员自律的学习，在廉政建设和作风建设上带头做好表率，做人、做事、用权和交友要守住底线，坚决抵制歪风邪气，自觉与各种腐败现象作斗争，谈谈心得体会。下面是本站小编为大家收集整理20xx年党员自律心得体会，欢迎大家阅读。

廉洁从政，是每一位公职人员切实履行好自身职责的前提和最基本的要求。这是我参加这次区纪委组织的廉政教育培训班后最深切的体会和认识。多少身居高位的领导因为一己贪欲，从贪图小利到侵蚀巨额款项，最后不仅葬送了自己，也毁灭了家庭，更给国家和人民财产造成了巨大损失！这些惨痛的教训，值得每一位公职人员都引以为戒和深刻反省。从个人自身来说，要切实践行好廉洁从政的执政理念，需要从以下几个方面着手努力：

一、深刻认识和领会党员领导干部廉洁从政的重大意义，在思想上同党中央保持高度一致，筑牢思想关。

一切贪污腐败的案件，追根溯源，无不从贪污腐败者自身的思想发生蜕变而起。许多受党教育和培养的人员，在经历了几十年革命工作之后，却在最后关头，放松了自身思想上对无产阶级的世界观、人生观、世界观的改造，将毕生的清廉付之一炬，落得个晚节不保的可悲又可恨的境地。正如学习永无止境的道理一样，人的思想也应随着时代的发展和变化，不断更新和提高自己的思想和认识水平。只有自己在思想上把好关，强化个人的宗旨意识，才能有效地抵御金钱等的诱惑，确保廉洁奉公，勤政为民。

二、坚持以法律法规为准绳，认真学习规范党员领导干部从政行为的重要基础性法规。

《廉洁准则》是规范党员领导干部从政行为的重要基础性法规，对保证党员领导干部廉洁从政、加强领导干部廉洁自律工作和干部队伍建设、进一步提高管党治党水平和深入推进反腐倡廉建设具有十分重大的意义。为此，作为党员领导干部，应自觉对照《廉洁准则》的规范和要求，约束自己的言行，具体应主要从以下各方面从严要求自己：一不利用职权和职务上的影响谋取不当之处利益；二不私自从事营利性活动；三不违反公共财物管理和使用的规定，假公济私，化公为私；四不讲排场、比阔气、挥霍公款、铺张浪费；五不脱离实际，弄虚作假，损害群众利益和党群干群关系。

三、加强以为人民服务为核心的宗旨意识的教育和学习，保持自身同人民群众血肉联系的作风建设。

密切党群血肉联系，全心全意为人民服务，是中国共产党一贯坚持和高度重视的优良传统，也是我们党区别于其他任何一个政党的显著特点。因此，作为党员领导，就应该率先以保持同人民群众的血肉联系为重点加强自身的作风建设，切实做到真诚倾听群众呼声，真心反映群众愿望，真情关心群众疾苦，多为群众办好事，办实事，做到权为民所用，情为民所系，利为民所谋。

政之所兴，在顺民心；政之所废，在逆民心。我们党的根基在于人民，血脉在人民，力量在人民。毛泽东同志曾经说过：“群众才是真正的英雄，而我们自己则往往是幼稚而可笑的。”因此，保持同人民群众血肉联系为重点的党的作风建设是贯彻以人为本，注重民生的执政理念的必然要求。

四、以造福于民为本，采取不同途径和方法加强自身作风建设。

要保持同人民群众的血肉联系，造福于民，则必须坚持群众观念，把发展作为第一要务，在促民生的同时，加强各民族的团结和稳定；必须坚持清正廉洁，并以其实际效果取信于民，

争取群众的积极参与大力支持;必须坚持求真务实,以实际行动和工作加强同人民群众的血肉联系。

通过参加这次区纪委组织的廉政培训教育,使我对党的“执政为民,立党为公”的执政理念有了更深刻的认识,也使自己对腐败的危害性有了更清醒的认识,增强了自身抗腐防变能力,也对自己更好的开展工作和服务群众提供了坚实的基础和保障。

学习《党员领导干部廉洁自律规范》及《中国共产党纪律处分条例》心得体会根据上级党委的安排,近期我跟随党支部的领导和同志,认真阅读了《党员领导干部廉洁自律规范》、《中国共产党纪律处分条例》。通过学习,我有以下几点体会:

中国共产党是一个可以自我更新的党腐败,在历朝历代都不可避免。几乎可以说,每个朝代,每个王朝,几乎都断送在自身的腐败上。腐败,也是一种权力,是特权阶级固有权力。细查腐败,就会发现,只有特权阶级才有腐败的权力,大权力生成大腐败,小权力产生小腐败,相辅相成,相伴相生。腐败,更是阶级对立形成的必然条件。

在一个新兴政权的执政过程中,如果出现了腐败,就说明特权阶级已经形成,利益集团也已经形成,固有的权力会逐渐被放大使用。就如同一个逐渐腐败的苹果,首先先形成了特权阶级——真菌,然后出现腐败集团——腐败的果肉,腐败集团使得政权的某一部分变得软弱无力——腐烂的果肉,紧接着形成了新鲜与腐败的对立,但腐败的力量是长期的,强大的,几乎是必然的,所以如果不及时清除掉,必然会毁坏整个苹果。

惩治腐败,难在什么地方?难在自觉。只有自身觉悟了,知道腐败的存在了,才能下大决心去用“利刀挖却心头肉”,虽受一时之痛,却可以延百年之寿。从古至今,几乎没有一个

王朝，能从制度上，从结构上自觉。能够反省的，往往是社会上的能人志士和执政者当中寥寥少数明智之士。难以形成整体力量。所以他们的结果只有消亡。中国共产党不同。他出身于现代社会的脊梁——工人阶级。只要是领导者的结构不变，我们必然能自我发现腐败，自我清除腐败。

根据矿业公司党员干部廉洁自律条例学习要求，现就本人一年来在履行岗位职责及廉洁自律等方面的表现情况作自我剖析和述职，不妥之处请大家提出批评意见和建议。

一年来，在公司领导及同志们的关心理解和大力支持下，结合党员廉洁自律学习活动，通过自身的努力，本人在贯彻执行党的路线方针政策、党风廉政建设、执行民主集中制等方面的政策理论水平得到了进一步的提高，政治修养进一步增强，组织协调能力进一步改进，工作作风进一步严谨扎实，很好地完成了交办的各项工作和协管科室年度各项目标任务。

在履行岗位职能职责方面。积极主动协助主管和分管领导工作，工作中不越级越位，不抢功论好，不争名夺利，任劳任怨履职，尽心尽责担当，最大限度地做好副总工这个参谋助手，按时按量完成好交办的各项工作任务。按照公司年度工作重点目标，积极主动协助主管和分管领导的技术管理工作。

在政治理论学习方面。牢固树立科学发展观和正确的政绩、法纪、组织观念，在大是大非问题上旗帜鲜明地拥护党的决定，毫不动摇地同党中央保持高度一致，始终保持坚定的政治信念和清醒的政治头脑，做到政治鉴别力敏锐，政治立场坚定，组织纪律严谨，思想道德品行端正。同时，做到实事求是，理论联系实际，注重自身的政治理论学习、政策法规学习、本职业务学习，加强系列重要讲话及报告和xx届四中全会精神的理解与学习，加强对贯彻执行中国共产党廉洁自律准则等方面的学习，学以致用，学有所用，始终保持良好的精神状态和扎实的工作作风，做到不脱离群众，不脱离实际，工作思路敏捷，协调能力得当。

在廉洁自律方面。认真履行党章，力求做到清廉、清白、克勤克俭，严以律己。自觉遵守党的各项组织纪律，严格按照党员标准履行党员义务，规范自己的言行。严格遵守中国共产党廉洁自律准则，工作上坚持做到顾全大局，无私奉献，勇于担当，广泛团结同志，牢固树立大局意识、责任意识和集体观念，不利于团结的话不说，不利于集体的事不做，不信谣、不传谣，自觉遵守公司各项规章制度，维护公司整体利益，切实做到了重品行、讲纪律、讲原则、讲廉洁、做表率。一年来未发生任何违背组织原则、组织纪律的事情和违法违纪的现象。

存在的问题与不足和改进措施。全面客观总结本人一年来的工作，不论是自身的本职业务工作，还是协管科室的整体工作，实事求是地说，都取得了一些成绩，得到了公司领导的充分肯定。但是离领导的要求，同事们的期望，还有一定的差距和不足。主要表现为：对工作的创新意识和进取精神不强，分析产生这些缺点和问题的原因，其主要是自身在思想认识上还有不足，只求完成工作，不图积极上进的认识与观点。借此机会，恳请各位领导和同志们给我多提一些善意的批评意见和建议，使我在今后的工作中将更好的取长补短，改进缺点和不足。

一要加强学习，不断提高业务能力和理论水平。努力把学习的体会和成果转化为谋划工作的新思路，达到学以致用效果。

二要进一步务实创新，增强工作的实效。充分发挥好自身懂业务、熟路径的优势，努力实现工作方式、工作理念、工作手段和工作机制的创新，不断提高工作成效。

三要加强作风建设，增强为公司服务宗旨意识。正确的对待利益观、权力观，虚心接受意见建议，踏踏实实地做好每一项工作，做到工作事业不浮于面上、流于形式。

四要加强自律意识，增强拒腐防变能力。正确对待权力、金

钱、名利，做到干干净净办事，清清白白做人，勤勤恳恳干工作，自觉接受组织监督、群众监督，在思想上筑牢拒腐防变的能力与防线，经得起考验，耐得住寂寞，抗得起诱惑。在廉政建设和作风建设上带头做好表率，做人、做事、用权和交友要守住底线，坚决抵制歪风邪气，自觉与各种腐败现象作斗争。

在工作生活和政治生活上带头讲政治、讲大局、讲团结、讲奉献，做到政治理想信念不变、立场不变、方向不变，尽心尽力把技术管理工作做好。

自律自强班会心得篇四

近期，根据开展“正本清源、不忘初心”廉政教育活动，认识到党纪条规最基本的要求，就是党员干部要廉洁自律。通过学习要不断提高党性修养，提升政治站位，现将学习心得表述如下：

一、加强学习，坚定信念。在繁忙的工作之余，自己坚持经常性的深入学习和钻研党的政策理论，大力提高自身的政策水平和理论水平，不断坚定共产主义理想信念。在学习中，将理论与实际相结合，将反面案例与正面教育相结合，结合分管工作，大力提高自我约束能力和自我警省能力，促使自己时刻不忘世界观、人生观、价值观的改造，时刻牢记为人民服务的宗旨，自觉抵制市场经济条件下物欲横流的诱惑，坚决过好权利关、金钱关、人情关，不断增强新时期自身拒腐防变的能力。

最终变成人民的罪人。这些反面的案例也使自己清醒地认识到，作为一名领导干部，应该时刻牢记一个共产党员的标准，强化政治意识、大局意识、奉献意识、服务意识、勤政意识，忠实践行“三个代表”重要思想，廉洁自律、洁身自好，真正做到立党为公，执政为民。

三、接受监督，讲政治纪律。我深刻认识到拒腐防变的艰巨性和重要性，时刻警醒自己用法律约束自身，也用党章和党的纪律规范自己，勇于接受群众的监督，并时刻对照党组织和群众监督这面镜子，经常想一想，照一照，检查一下自己有什么不足和缺点，及时加以改进和纠正。坚持执行党的各项廉政建设规章制度，带头遵守党的政治纪律和组织纪律，坚决把风气搞正，把作风搞实，按规矩办事，做到耐得住艰苦，管得住小节，挡得住诱惑。

鉴于以上认识，在实际工作中，自己严格遵守中央、省、市委关于廉政建设等方面的规定，按照八条规定和“四不准”“六严禁”、“两个从严控制”的要求，正确对待手中的权力，以苦干为乐，以民生为本，处处从大局出发，按制度办事，按原则办事，做到权为民所用，利为民所谋。坚持树立正确的权力观和科学的发展观，严于律己，公正严明，按照制度和规定，严格对照检查自己的执政行为，真正在廉洁自律方面带好头。

党员廉洁自律心得体会3

自律自强班会心得篇五

自律是人生必备的素养，它是一个人在行为上的自制、自勉和自控能力。自律是一种内心的力量，帮助我们做到按照规则、计划和目标坚持行动。而要学会自律，需要不断思考、实践和总结。在我的成长过程中，我也逐渐体会到了学会自律的重要性和方法。以下是我对自律的一些心得和体会。

首先，自律的意义不仅仅在于规范行为，更在于培养良好的习惯。自律与良好的习惯相辅相成，良好的习惯可以使个体在生活和学习中高效、有条不紊地进行。而自律的主要目标就是通过坚持良好的习惯来塑造自己的人格和品质。比如，

我经常为自己制定每天早上起床后立即做一些运动，这样不仅能保持身体健康，还可以促使自己提前进入工作状态。通过养成良好的习惯，我慢慢地提高了自控力和自律心。

其次，学会自律需要明确自己的目标和规划。自律不是盲目地去按照规则做事，而是要有目标、有计划地进行。目标和规划可以使我们更有动力去坚持自律，因为我们知道自律是为了实现更大的目标。例如，我想要提升自己的英语能力，我制定了每天至少学习一小时的计划，并且要坚持背单词，这样的规划让我每天都有动力去学习英语，而不是浑浑噩噩度过时光。明确了目标和规划，我才能在不断实践中培养自律能力。

再次，要学会自律需要持之以恒，不折不扣地去执行。实践是学会自律的最佳途径。每天按照既定的计划去执行，无论面临什么困难和诱惑，都要坚持下去。通过实践，我体会到了持之以恒的重要性。有一次，我遇到了一些困难，想放弃自己的一项学习计划。但是，我想到了自己一直以来的目标，我告诉自己不能轻易放弃。最终，我坚持了下来，不仅实现了自己的目标，也培养了自律的意识和习惯。

此外，学会自律还需要树立正确的价值观和人生观。自律并不是要限制自己的自由，而是要帮助我们更好地发展自己。树立正确的价值观和人生观，可以让我们清楚地认识到自律对个人发展的重要性。很多时候，我们会面临各种选择和诱惑，这时就需要我们明确自己的价值观，坚定地抵制诱惑，选择有利于自己发展的行为。通过树立正确的价值观，我在生活和学习中都能够更加明确地认识到自律的重要性，积极地培养自己的自律心。

最后，学会自律是一个不断努力和修炼的过程。自律是一种习惯，需要我们在日常的生活中不断地去坚持和改进。只有坚持不懈地修炼，我们才能越来越好地掌握自律的能力。尽管有时候会遇到挫折和失误，但我们不能因此而放弃自律。

相反，我们应该从中吸取教训，调整自己的策略，再次开始坚持自律。通过不断的修炼和改进，我逐渐掌握了自律的能力，并且在生活和学习中受益匪浅。

综上所述，学会自律是每个人都需要努力去培养的一种素养。通过明确目标、持之以恒地执行、树立正确的价值观和不断努力修炼，我们可以逐渐学会自律。自律不仅能帮助我们养成良好的习惯和规划生活，还能培养我们的自控力和自律心。在今后的生活中，我将更加注重自律的培养，坚持自律的原则，为自己的成长和发展创造更好的条件。

自律自强班会心得篇六

小班自律是幼儿园教育中的重要环节，对幼儿的品德养成和日后的学习生活都有着深远的影响。在实践过程中，我发现小班自律的实现需要充分考虑幼儿的心理特点，采取差异化的教育方法，让幼儿感受到自己的力量，从而引导幼儿自主掌控自己的行为。

第二段：营造积极的学习环境

小班自律的首要任务是营造积极的学习环境，为幼儿提供一个安全、舒适、富有挑战性的学习氛围，让幼儿感受到学习的乐趣和成就感。我们可以通过合理布置教室环境，设置游戏角落、阅读角、听音乐角等，让幼儿有充足时间进行自由游戏、教师引导游戏等，从而激发幼儿的兴趣和创造力，促进幼儿自发地进行探究和学习。

第三段：积极引导幼儿的行为规范

幼儿习惯养成是小班自律的核心任务之一，通过引导幼儿自主学习、掌握守纪律、爱整洁等行为规范，让幼儿自觉地做好自己的事情，形成良好的习惯和自我管理能力。我们会在日常生活中引导幼儿养成自己的规矩，例如自助餐、自理卫

生、规范语言等，同时也会针对个别幼儿的需要进行个性化的引导，通过差异化的教育方法，帮助幼儿掌握行为规范，形成自律意识。

第四段：注重家园共育

小班幼儿还处于家庭教育和学校教育相结合的阶段，家庭是幼儿自律的重要来源，因此，我们非常注重家园共育，建立和家长的密切联系和沟通，传达学校对于幼儿自律的理念和要求。同时，我们也借助家长的力量，帮助幼儿在家庭中掌握规范习惯，提高自我管理能力和形成学校和家庭的一致性教育，培养幼儿的自律意识。

第五段：总结

小班自律的实现需要教师的耐心和细心，需要家长和教师的共同努力，更需要幼儿自身的意识和努力。通过营造积极的学习环境，积极引导幼儿的行为规范，注重家园共育，我们可以让小班幼儿在充满童趣的学习环境中，健康快乐地成长，养成良好的品德和自律意识，为未来的学习和生活打下坚实的基础。

自律自强班会心得篇七

自律是一种非常重要的品质，尤其对于学习来说更是如此。很多人认为学习需要的是天赋和灵感，但实际上，自律才是学习成功的关键。通过自律，人们可以控制自己的想法和行为，达到更高的效率和成功率。在本文中，我将分享我自己的学习自律心得和体会。

第二段：自律需要设置明确的目标

在我的学习经历中，我发现自律需要有明确的目标，这可以帮助我们集中注意力、保持动力，同时也可以帮助我们更高

效地使用时间。这个目标可以是一个短期的目标，也可以是一个长期的目标，但无论选择哪种，都需要确保是合理的和可行的。同时，一旦设定了目标，我们就需要制定具体的计划，把它变为现实。

第三段：自律需要有坚定的决心和毅力

实现自律需要有很强的毅力和决心，因为在学习的过程中，我们不可避免地会遇到挑战和困难。在这个时候，我们需要对自己的决心和信念进行检验。这时候，最好的方法就是保持耐心和坚定，相信自己的能力和价值，知道自己的目标 and 愿望是值得为之奋斗的。

第四段：自律需要适当的奖励和惩罚

自律需要适当的奖励和惩罚。对于自己的良好表现和取得的成果，我们可以给自己某些小的奖励，比如看电影、逛街等。而对于没有完成预定计划的时候，我们也需要适当地责备和惩罚自己，例如少玩游戏、戒口等。通过奖励和惩罚，我们可以更好地控制自己的驱动力和积极性，让自己变得更加自律。

第五段：自律要与其他品质相互协调

自律是一个非常重要的品质，但也需要与其他品质相互协调，才能达到最佳效果。例如，我们需要有耐心、恒心、坚韧和自信的品质，才能更好地实现自律。与此同时，我们也需要保持开放、创新和灵活，这样才能紧跟时代的变化，并不断提高自己的学习能力和技能。

结论

在我的学习经历中，自律是我实现成功的关键，但要做到自律，需要设定明确的目标、保持坚定决心、进行适当的奖励

和惩罚，并与其他品质相互协调。希望我的个人发现和体会能对读者有所启发，帮助大家在学习道路上更好地实现自律。