

# 自信自立自强心得体会 科技自立自强筑牢文化自信心得体会(优秀5篇)

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 自信自立自强心得体会篇一

科技自立自强是国家强盛之基、安全之要。我们必须完整、准确、全面贯彻新发展理念，深入实施创新驱动发展战略，把科技的命脉牢牢掌握在自己手中，在科技自立自强上取得更大进展，不断提升我国发展独立性、自主性、安全性，催生更多新技术新产业，开辟经济发展的新领域新赛道，形成国际竞争新优势。

为什么西方发达国家不喜欢强大的中国?很多人从文化、历史、意识形态等角度来解读。这些都没有抓住问题的实质，从经济角度分析，或许可以为我们提供一把解释这种心理和行为的钥匙。

马克思说：“人的一切行为，都是为了利益的获取。”西方发达国家依靠先发优势，“快人一步”掌握大量的先进科学技术，即便是欧洲很小的国家，也可以依靠一两种先进技术形成垄断，从而牟取暴利。

九十年代初，有些大学毕业生通过各种关系前往美国、英国等西方发达国家深造，在饭馆、超市等勤工俭学，每个月薪资1000多美元，堪比国内教授一年收入，使无数人投来了羡慕的眼光。其实，这就是掌握科技和产业链顶端的国家，最底层国民的生活水平比其他国家精英人才还要高。

比如，挖掘隧道的盾构机，售价10多亿，所有后续维保都必须由德国工程师操作，我国要报销差旅费和招待费等所有费用，工时费要按照德国标准计算，并且维修时中方人员不得在场。再比如O型密封环，这是一种用来防止核泄漏的材料，2015年之前美国对我国实行技术垄断，我国的核电站每年都要花高价进口，美国则可以任意上调价格。所以，西方发达国家是在利用先进科学技术收割全世界的财富。

2008年，我国第一台拥有自主知识产权的复合式土压平衡盾构机下线，到如今订单超1200台、出厂1000台，不仅占领了国内市场，还出口21个国家和地区。2015年，我国研制出第一个金属O型密封环，不仅可以防止核泄漏，还能及时察觉到高温高压所造成的缝隙并及时密封，美国为了市场不被占领，只能被迫降价。

我们与西方发达国家的竞争，是核心的根本利益之争，我国的强大会摧毁他们依靠掠夺取得的“财富”。但我们是不可能永远给西方发达国家做廉价劳动力的，双方的矛盾不可调和，必然会产生巨大的争执。西方发达国家为了遏制我国的发展无所不用其极，设计圈套、发动舆论战、打压中国企业……比如，西方发达国家将“碳排放”作为遏制发展中国家社会经济发展的手段之一，要求控制全球的碳排放总量。这是非常“妙”的一招，因为西方发达国家已经完成工业化，或者相关企业已经搬迁至其他发展中国家，所以限制碳排放对他们影响微乎其微。但是，对于发展中国家来说，限制碳排放会在一定程度上影响经济社会发展，如果不遵守碳排放的规定，就会在国际舆论上陷入被动，进而受到一系列制裁。

“碳达峰”“碳中和”让世界看到了中国的责任和担当，也让世界看到了中国发展的速度与质量，这就把压力给到了西方发达国家。最后，美国无奈强行退出了《京都协议书》。

现阶段，在一些关键核心技术方面，我国受制于人的情况仍然存在，“卡脖子”的问题亟待解决，关键核心技术是要不

来、买不来、讨不来的，需要我们去突破。

把科技的命脉牢牢掌握在自己手中，要充分发挥我国“集中力量办大事”的制度优势、树立崇尚科技人才的导向、激发各类人才创新活力，瞄准主攻方向，围绕关键领域、“卡脖子”的技术壁垒下足功夫，坚持需求、市场、问题、效果导向，加强基础研究，实现更多“从0到1”的突破，取得更多“c型密封环”“盾构机”式的成绩，实现从量到质、由点而面的飞跃。

## 自信自立自强心得体会篇二

自信，虽不是一支悦耳的歌，那般动听，令人陶醉，也不是一首飘逸的诗，令人回味无穷，可它却有着一股冲天的力量，如一团熊熊燃烧的烈火，犹如一盏绿灯，为我们前进的成功之路保障绿色通畅！

名人中有很多因自信而成功的事例。爱迪生为了寻找一种适合做灯丝的材料，曾历经千百次失败而被人讥笑，如果不是对自己充满了信心，就不可能坚持到最后；世界交响乐指挥家小泽征尔，在一次欧洲指挥大赛中，没有在遭到人士的否定时放弃自己的正确观点，是自信让他夺得了桂冠。

我也是个自信的孩子，在成长的海洋中，我承受过许多成功与失败痛苦，它们总是不时地敲着我的房门，在它们的伴随下便成就了一个自信的我。

我永远也忘不了那紧张的两小时，那场生平以来第一次让我心跳加速的数学考试。

我看了下题目的分值，天啊——二十分，不行，这二十分不能丢掉，否则怎么对得起我这数学课代表的头衔！拼了！理智让我决定拼一拼，我在心里默默说道：加油，我是个自信的人，我一定行！

离考试结束还有五分钟，终于解出了这道题目，我觉得自己真伟大，绕了个弯题目的答案就出来了，我悬着的心终于放下了。

试卷上交了，虽然最后一题写的有点潦草，思路也不太清晰，但我依然充满自信地相信着它。

第二个星期，分数出来了，113分，虽然最后一题扣了不少分，前面也没来得及检查，我依然兴高采烈，它证实了我的自信没有错。

世上没有不可能，不可能只是不敢做。相信自己，去做那些“不敢做”的事情，让自己的内心充满自信，那我们就一定会看到成功在向我们招手。

### 自信自立自强心得体会篇三

科技强国，科普惠民。7月20日，给“科学与中国”院士专家代表回信，对科技工作者支持和参与科普事业提出殷切期望。回信指出，科学普及是实现创新发展的重要基础性工作。广大科技工作者要积极投身科普事业，筑牢“文化自信”之基、“人文互融”之基、“成果转化”之基，为实现高水平科技自立自强、推进中国式现代化不断作出新贡献。

坚持“两个结合”，筑牢“文化自信”之基，促科技与文化深度融合。文化是一个国家、一个民族的灵魂。中国要发展成为科技强国，离不开马克思主义理论的指引，离不开中华优秀传统文化的滋养，更离不开现代科技文化的高质量发展。近年来，中国科协组织各科研机构、知名高校、优秀企业等，聚焦“科技文化融合”前沿及发展趋势，上演“头脑风暴”、开启“思想盛宴”，探讨新思路、新理念、新高度，有序推动科技与文化深度融合。科技与文化深度融合已成为时代发展趋势，成为推动科技进步和创新的重要“加速器”。广大科技工作者既要守正，传承传统文化中的科学理念，提取传

传统文化中的科学因子，拓展传统文化中的科学成果；也要创新，深入研究发展“科学普及”新方法，用科学思想提升人民“精神世界”，用“科学普及”加强科学自信和技术自信，从而实现“文化自信”。

坚持“社会协同”，筑牢“人文互融”之基，促大科普理念入脑入心。要“在全社会推动形成讲科学、爱科学、学科学、用科学的良好氛围，使蕴藏在亿万人民中间的创新智慧充分释放、创新力量充分涌流”。2002年底，中国科学院联合中宣部、中国科协、各高校以及各领域科技学会、科研机构等，共同发起“科学与中国”院士专家巡讲活动，至今已在全国开展科普活动2000余场次，推动全国各地各领域共同呈现“大科普”局面。只有在全社会树立“大科普理念”、构建“大科普格局”，才能有力推动全民科学素质不断提升。广大科技工作者要增强使命感，以周光召、路甬祥等科技工作者为楷模，积极弘扬科学家精神，为科普事业高质量发展而不懈奋斗；增强责任感，“以提高全民科学素质为己任”，充分发挥自身优势、积极参与科普事业、自觉承担科普责任；增强创新力，注重提升科普能力，运用公众易于理解、接受和参与的方式开展科普，让“科普之花”真正在全民心中尽情绽放。

坚持“同频共振”，筑牢“成果转化”之基，促科普与科创两翼齐飞。科普有活力，科创添动力。“科技创新、科学普及是实现创新发展的两翼，要把科学普及放在与科技创新同等重要的位置。”从《“十四五”国家科学技术普及发展规划》出台；到印发《关于新时代进一步加强科学技术普及工作的意见》，再到年年爆火、创新发展的“全国科普日”，科普逐渐被赋予更多关注和期待。在面向我国科技强国和现代化强国建设目标的背景下，科普事业承担着更加重要的使命，需要蓄势聚力，以更高能效服务于“高水平科技自立自强”。广大科技工作者不仅要强化科创对科普的“引领力”，加大科技资源、科技资金投入，用好用活科技基础设施和科技创新基地；还要强化科普对科创的“推动力”，聚焦重点领域，

搭建宣介平台，率先应用新技术，及时向公众普及科学新发现、科技新成果；更要把握科普与科创的“落脚点”，把惠民、利民、富民、改善民生作为重要方向，让科技成果惠及广大人民群众。

## 自信自立自强心得体会篇四

在中国，有一个女孩5岁时因患脊髓血管瘤，高位截瘫，但她以顽强的毅力与疾病做斗争，对人生充满了信心。她虽然没有机会走进校门，却发愤学习，读完了小学、中学全部课程，自学了大学英语、日语、德语和世界语，并攻读了大学和硕士研究生的课程。而且她没有惧怕艰苦的生活，而是以乐观向上的精神奉献自己的青春。她就是我国的作家——张海迪。在人生一次又一次的磨练中，她变得更加坚强、勇敢。终于在人生的道路上留下了辉煌的一页。

人生的道路上，有太多的不如意。也许我们会碰到满路的荆棘，也许我们会遇到许许多多的风雨，也许我们要面对许多困难的考验。但是，生活需要磨练。当我们经得起大风大浪的时候，生活也一样会眷顾我们的。

在我们遭遇困难的时候，我们应该怎样去迎接挑战呢？

首先，我们应该给自己树立一个信心。一个有自信的人，他就已经成功了一半。就好像我国的“两弹一星”元帅邓稼先，他在研究的时候就是因为他相信自己能够研究出“两弹”，能够为国做贡献，所以他毅然接受了使命。伟大的地理学家李四光因为自信，向其它国家证明了我国地大物博。自信是一个人成功的奠基。一个人有了自信，那么在困难面前才能不退缩，有了战胜困难的决心。

其次，我们应该有勇气和奋斗的精神。如果勇气是航船，那么奋斗就是船上的指南针。我们有了战胜困难的勇气，就会事半功倍。奋斗是力量的源泉，如果我们只会说空话、止步

不前，最终吃亏的还是我们自己。在我们思想的前提下，在付诸于行动，我们才能把握住困难的方向，把困难踩在地底下，在磨难之中绽放光彩。

另外一个最重要的因素就是自强。诸葛亮说“天行健，君子以自强不息”，自强于每个人来讲都是一笔巨大的财富。懂得自强，就会明白到为什么人总会在一次次磨练中成长起来，而且变得坚强。如果一个人没有自强的概念，又何须谈起战胜困难。在我们把握好自强时，就是离成功不远之日。在困难挫折中奋起，追求自己所想要的，经过一番磨练之后，成功的路我们也就把握了。经历了苦难、经历了磨练至少使人积累了经验，增强了毅力，从而使人更懂得珍惜自己的事业和生活，也更懂得如何做人与处世。

## 自信自立自强心得体会篇五

少年立则国立，少年强则国强。在21世纪的新中国，我们无时无刻不在感受着党和国家所带来的温暖，沐浴在阳光之下，我们应该立即行动起来，积极响应胡\_爷的号召，争当热爱祖国、理想远大的好少年，争当勤奋学习、追求上进的好少年，争当品德优良、团结友爱的好少年，争当体魄强健、活泼开朗的好少年！

作为一名合格的少年，我们应树立起远大的理想，为祖国奉献出自己的力量。我们有着稚气的脸庞，共同迎接明天的灿烂；我们有着强壮的臂膀，共同托起明天的太阳；我们有着息息相通的心跳，共同感受明天的辉煌。在这繁荣昌盛、科技发达的强国背后，是祖国妈妈不分昼夜地工作、不辞辛劳地付出，才创造出今日的美好。生长在蜜罐里的新时代少年，是时候为“中华之崛起”而奋斗了。

作为一名良好的少年，我们应保持一颗积极进取的心，努力学习，振兴中华。学习是快乐的，也是无止境的，要记住，无论你现在的成绩有多好，多么优秀，相较于广阔的知识海

洋来说，也仅仅只是触碰到冰山一角。大千世界是令人眼花缭乱的，在这时，我们一定要稳住思绪，不断进行自我超越与自我净化，只有拥有积极向上的心态，才能更好地实现自己的目标。

作为一名优秀的少年，我们应重视道德修养，与团结友爱同行。要想当一名优秀的少年，单靠个人的力量是无济于事的，只有将自己完全融入集体，才会限度地发挥自己的才能。敬老爱幼、文明礼貌，这是一堂人生必修课，只有品德高尚的人，才会获得大众的认可。让我们行动起来吧，对他人宽容一点，对自己严格一点，对他人赞赏一点，对自己谦虚一点。

作为一名自强的少年，我们应增加体育锻炼，在自立、自律中，不停寻找自己的缺点。健康的身体，使我们阳光开朗、精力充沛，使我们不再面对疾病的困扰。拥有强健的体魄，最关键的一点是加强体育锻炼，在运动中成长，在运动中自强。面对挫折或失败时，我们也大可不必灰心失望，要乐观自信，坚信阳光总在风雨后。

“长江后浪推前浪，一代更比一代强”，让我们积极响应胡\_爷的号召，争当一名品学兼优的“四好少年”，把祖国建设的更加富强！