

自律体会心得勤问(优秀10篇)

写培训心得能够帮助培训学员更好地吸收和应用所学知识，提高学习效果。这是一些经典读书心得的汇总，希望能够给大家的读书之旅带来一些启迪和收获。

自律体会心得勤问篇一

自律是一种自我管理行为，指的是能够约束自己的行为 and 情绪，以达到自己的目标。自律不仅是个人品质的体现，也是成功的关键。对于我来说，自律是一种成长的过程，需要不断的反思和调整。以下是我在自律方面的心得与体会。

首先，我认识到自律是成功的基石。在实现个人目标的过程中，我不可避免地面临到各种干扰和诱惑。只有坚定的自律才能帮助我克服这些困难。我曾经设立过一个目标，每天早起锻炼身体，但往往在闹钟响起的那一刻就会被舒适的床铺所诱惑，懒散地继续睡觉。然而，通过不断强化自己的自律意识，我逐渐养成早起的习惯。这个经历告诉我，自律是一种习惯，只有坚持不懈地锻炼，才能让它成为我人生中必不可少的一部分。

其次，自律帮助我规划和管理时间。时间是最宝贵的资源，合理利用时间是高效工作和生活的前提。在过去，我常常为了琐事而分散精力，导致工作效率低下。为了解决这个问题，我开始运用时间管理的技巧，如制定每天的计划表、设定优先级、减少无效的社交媒体使用等。通过自律地遵循这些规划和方法，我不仅提高了工作效率，还腾出更多时间用于充实自己，例如学习新知识或参加课外活动。自律让我拥有更好的时间掌控能力，掌握自己的人生节奏。

第三，自律给我带来了身心的健康。毫无疑问，身体健康是成功的基础。与此同时，内心的平静和稳定也是成功的重要

因素。过去，我经常沉迷于短暂的快感，例如暴饮暴食、电子游戏等。然而，这种行为既影响了身体健康，也带来了内心的空虚感。通过自律，我摆脱了这些不健康的习惯。定期锻炼身体、健康饮食、保持良好的作息习惯，帮助我保持了身体的健康。同时，我也培养了内心的平静和稳定，更好地面对各种挑战。

第四，自律帮助我成为一个更有纪律的人。自律不仅是一种行为习惯，也是一种心态。定期锻炼身体、坚持学习、保持高效的工作状态，这些都需要纪律和毅力。通过自律，我学会了对自己负责，有条不紊地完成任务，并且养成了对困难和挫折的勇敢面对和克服的品质。自律不仅帮助我更好地管理自己，也让我更加受人尊敬和信赖。

最后，自律助我建立信心和追求更高的目标。通过自律，我不断达成小目标，积累经验和信心。这些小成功鼓舞了我追求更高的目标的勇气。我开始学习另一门外语、参加更高难度的工作项目，甚至考取了某项专业资格证书。这些成就让我相信，只要我保持自律，努力不懈，任何目标都能够实现。自律给了我追求大志的勇气和力量。

综上所述，自律是一种培养和坚持的品质，是成功的关键。通过自律，我学会了从容面对各种困难和诱惑，合理利用时间，身心健康，成为一个更有纪律和自信的人。虽然自律需要不断地调整和练习，但它让我的人生变得更加有秩序、富有成效。因此，我将继续努力坚持自律，为自己的成长和成功不断努力。

自律体会心得勤问篇二

为了进一步提高干部队伍的整体素质，切实解决干部作风中存在的突出问题，提高机关行政效能，按照上级机关的有关会议精神和部署，在3月5号召开了转变机关工作作风动员大会，在活动开展以来，通过一段时间的学习，具体有以下几

个方面心得与体会：

首先，要充分认识转变干部作风加强机关行政效能建设的重要性。党的作风体现着党的宗旨，关系党的形象，关系人心向背，关系党和国家的生死存亡。加强干部作风建设是全面贯彻落实科学发展观的必然要求，是构建社会主义和谐社会的必然要求。

干部作风好，才能推动经济社会又好又快发展，才能营造和谐的党群干群关系，才能自觉抵御消极腐败现象的侵蚀。做为一个干部职工要根据新形势新任务的要求，全面加强思想作风、生活作风建设，工作作风建设，勤奋好学、学以致用，心系群众、服务人民，真抓实干、务求实效，艰苦奋斗、勤俭节约，顾全大局、令行禁止，发扬民主、团结共事，秉公用权、廉洁从政，生活正派等八个方面的良好作风。才能进一步树立干部职工的良好形象，有力促进全面建设小康社会、加快构建社会主义和谐社会，加快科学发展、构建和谐马吉。

其次，要正视和克服自身存在的差距和不足，坚持不懈地学习邓小平理论和“三个代表”重要思想及科学发展观，以基本理论作为我们行动的指南。要自觉地加强思想改造，努力改造自己的主观世界，真正理解我们党全心全意为人民服务的宗旨，扎扎实实地树立为人民服务的思想。

科学发展观要靠科学求实的态度和真抓实干的作风来贯彻落实，优良作风是推进事业发展的重要保障。应该始终保持振奋的精神和良好的作风。要把思想和行动统一到乡党委、政府的要求上来，认真做好转变干部作风加强，机关行政效能建设活动。

第三，要脚踏实地地做好本职工作，模范地履行一个干部职工的职责。无论自己从事什么工作，都要树立高度的责任心和敬业精神，尽心尽力把工作做好。一切都要以党和人民利益为出发点，不能急功近利，更不能计较个人得失；要克服华

而不实，飘浮虚荣的工作作风，要做老实人，办老实事，对工作勤勤恳恳，求真务实；要倾听群众呼声，关心群众疾苦，为群众办实事，办好事”。建设有中国特色的社会主义的出发点和落脚点，就是全心全意为人民谋利益。全心全意为人民服务是我们党的宗旨，全心全意为人民服务是我们的天职。

第四，要善于学习，掌握工作的本领。在社会主义市场经济条件下，我们从事的工作，面临许多新问题，新矛盾，新内容，没有雄厚的文化知识，现代科技知识，有再好的愿望，也只能是事倍功半。因此在任何时候都必须不断地更新知识，丰富自己的工作技能和实践本领，善于在工作中开拓创新，提出新的思路和见解，这样才能把良好的愿望和实际工作效果结合起来，实现动机与效果的统一。

总之，从现在做起、从我做起、从小事做起，对自己的思想作风、工作作风进行认真的对照检查，坚定为民、开拓、务实、清廉的科学发展观；立党为公、执政为民的宗旨；求真务实的工作态度；廉洁自律的人生习惯，以良好的精神状态和工作作风，做好本职工作。

自律体会心得勤问篇三

自律是一种对自己的管理和激励能力，是一个人能够自我约束、自觉控制，做到自我管理和自我激励的能力。对于每个人来说，自律都是一个重要的品质，它不仅能够帮助我们掌控自己的生活和实现目标，还能够让我们拥有更加高效、积极的生活态度。在我的成长过程中，我积累了一些关于自律的心得体会，下面我将从目标设定、时间管理、坚持和克服困难等四个方面进行阐述。

首先，设定明确的目标是自律的第一步。没有明确的目标，就很难对自己进行管理和激励。因此，我在为自己设立目标时，会尽量明确和具体，考虑到实际的可行性。而且，设定目标的同时，我还会制定相应的计划和时间表，以帮助我更

好地实现目标。通过设立明确的目标，我能够更加有方向地前进，并且能够更好地控制自己的行为 and 选择，从而更加有效地利用时间和资源。

其次，良好的时间管理是自律的重要组成部分。时间是有限的资源，如何合理利用时间是每个人都必须面对的问题。在我的日常生活中，我会制定一个详细的计划表，将每天的任务和计划细化成一项一项的具体事务，并按照优先级进行安排。在进行时间规划时，我会尽量避免拖延和分散注意力，充分利用碎片时间，以提高效率。通过良好的时间管理，我能够更好地掌握自己的时间，避免时间的浪费，并且能够更好地完成任务和提高工作效率。

第三，坚持是自律过程中最关键的一环。自律需要长时间的坚持和努力，而并非一蹴而就。我意识到，坚持需要毅力和耐心，也需要不断鼓励和激励自己。在面对困难和挫折时，我会给自己一些小的奖励和目标，来保持动力和继续前进。同时，我也会寻求他人的支持和帮助，与志同道合的人分享自己的困扰和进步，以获得更多的鼓励和反馈。通过坚持不懈，我取得了一些成果，并且对自己的能力和潜力有了更深的认识。

最后，克服困难是自律过程中不可避免的一部分。在实现自己的目标和梦想的道路，总会有一些困难和障碍等着我们。然而，我学会了面对困难，学会了从困难中寻找机会和进步。当遇到阻碍时，我会分析问题，寻求解决方案，并且持续进步。同时，我也明白克服困难需要毅力和勇气，要不断挑战自己的舒适区，与困难正面抗争。通过克服一个个困难，我变得更加坚强，也更加自信和自律。

总结起来，自律是一种重要的品质，能够帮助我们掌控自己的生活、实现目标和拥有积极的生活态度。通过设定明确的目标、良好的时间管理、坚持不懈和克服困难等行为，我们可以不断提升自己的自律能力，并且在自律中享受到成长和

收获的喜悦。在我个人的成长过程中，自律帮助我更好地管理自己的生活和实现目标，同时也给予了我力量和动力去追求更好的自己。我相信，只要每个人在日常生活中注重自律，严格要求自己，我们都能够成为更加优秀和成功的人。

自律体会心得勤问篇四

教师是人类灵魂的工程师。作为一名人民教师，我为此而骄傲，但同时更感到压力的巨大，我们不能愧对这一崇高而神圣的称号，我们的肩上担负着教育下一代的重任。近年来，由于社会中不可避免地有腐败现象和拜金主义思想的存在，教育行业这块净土也随之受到了影响，出现了一些为师不廉的现象。因此，作为教师，无论面对怎样迷离的尘世，我们都应始终坚持廉洁从教。下面是本人的一些个人看法：

廉洁从教要从我做起，作为一名人民教师，无论在什么场合，是否有学生在场，是否与学生交谈，都要时刻不忘自己的教师身份，言谈举止要文明得体，切实做到严以律己，以身作则。凡是要求学生做到的，自己一定要先做到，要用自己的实际行动去感动学生、带动学生，共创良好学习氛围。不仅如此，作为教师还要时时刻刻注重加强自身的职业道德修养，不断学习，不断进步，表里如一，言行一致，坚守高尚的道德情操，真正体现出真善美的形象，用一个高尚美好的人民教师形象去影响学生，熏陶学生。

首先，我要努力培养自律的自觉性。教师廉洁从教，除了法规约束和社会舆论的监督引导外，主要靠教师用廉洁的标准来进行自我约束，自觉保持清廉纯洁的作风，这是廉洁从教的最深厚的思想基础。但在市场经济的大潮下，我们教师队伍当中，有少数人也被一些诱惑所迷惑，自觉不自觉接受了学生和家类似恭敬地给的一些钱物，或进行有偿家教，或直接、间接地向学生出售学习用书等违背了教师应有的职业道德，损害了教师的形象，降低了教师的人格，造成了不良的社会影响。教师自身就要抵制不良风气和腐朽思想的侵蚀，

加强自律，摒弃非正当利益的诱惑。我们每一位教师，都要廉洁从教，为人师表，以自己高尚品行和聪明智慧，教书育人，提高学生全面素质，将自己的美好形象永远留在学生的心坎里；使学生从小就懂得什么是真善美，什么是假恶丑，从而逐步懂得做什么样的人，怎样做人。

其次，从最细小的事做起，不取一点一滴的不义之财，不索一针一线的非法之财。

再次，要公正从教，要一视同仁地对待每一个学生，不能因学生的性别、民族、智能差异，家庭状况、学生及家长对自己的感情差别等而采取不同的态度和情感方式。除了自觉遵守国家的各项法律制度，还要严守教师职业道德，用廉洁的标准来进行自我约束，自觉保持清廉纯洁的作风。

通过学习，我对教师这个职业的内涵有了更深一层的了解。首先，教师要像春蚕一样无私奉献，无私地将知识传授给学生，并关爱他们，以自己高尚的品行为学生树立起榜样。面对后进生，不能体罚，而是应该用加倍的爱帮助他们进步，这不仅是从职业角度，更是从法律角度对教师的义务作出了规定。教育不仅是教，更是教与学互动的一个过程。一味地向学生灌输书本知识只是一个教书匠的水平。只有通过在教育中不断学习，在学生实际情况的基础上对教学有所创新，才能逐渐进步教学水平。如何能做到洁身自好，不追随物欲，敬业爱岗，做好教育工作，作为教师，榜样的力量是无穷的，其身教必然重于言教。我们献身教育，就要在自己的职业道德方面追求卓越，追求高标准，拥有爱心的廉洁从教的好老师，用博爱为学生撑起广阔的蓝天。

廉洁自律心得体会3

自律体会心得勤问篇五

古人说，“廉者，政之本也。”清正廉洁是从政者应有的品格。古往今来，清正廉洁、两袖清风、一身正气、名垂青史的“清官”不乏其人。他们以公正廉明、刚正不阿、尽职尽责、鞠躬尽瘁的敬业精神，用以俭为荣、洁身自好、奉献为德的人格魅力，为我们树起了座座丰碑，赢得了人们的爱戴。古有狄仁杰、“包青天”，今有焦裕禄、牛玉儒、郑培民，他们都是严于律己廉洁从政的好榜样。

近年来，在区党委的正确领导下，各级党委、政府和纪检监察机关坚持教育、制度、监督、改革、惩治多管齐下，加大从源头上防治腐败的力度，领导干部廉洁自律、纠正损害群众利益的不正之风等各项工作取得了明显成效。但也必须看到，在我们的队伍里也有个别领导干部在市场经济大潮中，经不住各种诱惑和考验，把公权私化，贪污腐败，有的领导干部不顾国情民意，热衷于吃喝玩乐，花公款讲排场、比阔气、追豪华，贪图享乐，有的以权谋私，把手中的权力作为捞钱、猎色的工具而违法违纪等，出现了一些“害群之马”。很多的事实证明，腐败破坏生产力、瓦解凝聚力，不仅仅造成党和国家财产的损失，并且有损党员干部在群众中的形象。

所以，必须切实加强党员干部的廉洁自律意识。说到廉洁自律，既是做人之本，更是为政为官之本。党员领导干部坚持廉洁自律，既是基本的工作要求和纪律要求，更是一种基本的道德要求和修养要求。廉洁自律，贵在廉洁，难在自律。要做到廉洁自律，就要从灵魂深处自重、自省、自警、自制、自励；就要慎微、慎独、慎权；就要受得住委屈。从细微之处做起，多思“一丝一粒，我之名节；一厘一毫，民之脂膏”，勿以恶小而为之，自觉抵御金钱和美色的诱惑，筑牢反腐堤坝。要始终坚持自律意识，常修为政之德，常思贪欲之害，常怀律己之心，时常对照党章，在日常工作和生活中严格要求自我，不断提升自我的道德水准和精神品质，不断提高拒腐防变的本领，做廉洁自律的表率。

加强从政道德建设的必要性，从政道德，是从政者在施政过程中的道德，它是从政个人的道德信念、道德情感和道德水准在行使权力过程中的反映，作用于从政者的行为取向和行为过程。由于领导干部从政的身份和工作性质的特殊性，所以其从政道德建设在整个社会道德风尚中具有十分重要的意义。具体地说：

1、加强从政道德建设，是实践党的宗旨的需要。

.....的性质、宗旨和指导思想，要求领导干部把为人民谋利益作为自我全部活动的出发点和归宿。在改革开放，异常是发展社会主义市场经济的新时期，领导干部能否始终如一，言行一致地做到全心全意为人民服务，这是一个十分重要的考验。在领导干部道德建设中，具有紧紧抓住党的宗旨和世界观、人生观、价值观教育这一核心，才能不断强化领导干部全心全意为人民服务的宗旨意识，使广大领导干部想群众之所想，急群众之所急，倾听群众呼声，关心群众疾苦，解决群众困难，构成人心齐、民意顺的良好局面。

2、加强领导干部道德建设，是促进领导干部健康成长的需要。

改革开放以来，一大批年轻的干部走上了领导岗位，他们年富力强，具有专业知识和开拓精神，对我国改革开放和现代化事业起着重要的作用。可是由于他们没有经过革命战争年代生与死的考验，守得住清贫，经得住诱惑，熬得住艰苦，顶得住歪风，管得住小节，部分同志缺乏实际工作的锻炼和道德修养，遇有困难，政治上就不坚定；有的马列主义基本理论功底不深，走上领导岗位后，养尊处优，逐渐脱离群众。所以，加强领导干部道德建设，促进领导干部健康成长已是刻不容缓的事宜。

3、加强领导干部道德建设，是发展市场经济的需要。

发展社会主义市场经济要求领导干部解放思想，更新观念，

冲破保守;构成自强不息、奋发向上、自由民主、平等竞争等新的道德观念。由于法制不健全,道德规范约束力弱化等原因,容易诱发金钱至上,唯利是图等消极道德观念,容易导致领导干部在公务活动中,放弃党性原则,冲破道德堤坝,产生政治关系金钱化、人际交往唯利化、公务活动实用化、权钱关系市场化等行为。这就要求我们在发展社会主义市场经济的过程中,必须加强领导干部的道德建设。

4、加强领导干部道德建设,是转变社会道德风尚的需要。

领导干部在社会中处于特殊的位置上,掌握着党和国家的权力。人民群众和国家的利益要靠他们来体现和落实;党和国家的方针、政策要靠他们来执行,如果领导干部本身道德风貌不好,甚至搞不正之风,就会对其他人以至整个社会产生很坏的影响。所以要树立良好的社会道德风尚,首先要抓好领导干部的道德建设。

自律体会心得勤问篇六

通过观看有关反腐倡廉电教片和参加多种形式的党风廉政建设学习活动,我进一步认识到只有通过全面的经常的教育,真正打牢思想政治基础,筑严思想政治防线,才能牢固树立马克思列宁主义的世界观、人生观和价值观,牢固树立正确的权力观、地位观和利益观。一个人世界观、人生观和价值观的形成与自己对客观事物的思维趋向和对客观事物的反应密切相关。因此,作为一名共产党员要树立正确的世界观、人生观和价值观,必须坚定共产主义信念,始终坚持全心全意为人民服务的根本宗旨。而作为一名在农业战线上工作的干部,我们工作的目的是建设社会主义新农村,更要在各个方面做好表率。

一、按照党员干部廉政建设的要求,争做勤政廉政表率

在工作中增强政治责任意识,在其位、谋其政、负其责、尽

其力。时刻记住党和人民赋予的重托，真心实意为加快我市畜牧业发展服务。

二、强化廉洁从政意识，做严格自律，廉洁从政的表率

在实际工作生活中，一要能顶得住歪理。在市场经济条件下，由于利益主义、拜金主义、享乐主义等腐朽思想的侵袭，一些歪理邪说在社会上流行，在正确行使权力时，就必须提高觉悟，坚定信念，锤炼意志，增强免疫力，真正做到理想信念不动摇，大是大非不糊涂，党性原则不丧失，不被歪理邪说所俘虏。二要耐得住清贫。树立正确的利益观。并且特别注意处理好“先富”与共同富裕的关系。因为社会发展总有个过程，总要经过从少数人富裕到共同富裕的阶段，但这个阶段我们党员干部绝不能利用职权谋取私利而先富起来，这是我们党的宗旨和执政地位所决定的。要抗得住诱惑，坚持自重、自省、自警、自励。要坚持原则、秉公办事、公私分明；特别要慎重交友、慎重用权；尊重自己的人格，珍惜自己的声誉。

三、增强宗旨意识，做想农民所想、急农民所急的表率

1、在树立良好形象上率先垂范，以自己的人格力量赢得大家的尊重和信赖。切实规范自己的言行，不该去的地方不去，不该沾的东西不沾，不该做的事情不做，以良好的形象取信于人；2、在工作创新上率先垂范。切实认真转变思维方式，积极探索畜禽规模养殖新模式和新方法，大胆创新，为加快我市畜牧业的发展多做事情。

四、加强学习和修养，做不断提高自身素质和工作水平的表率

首先，坚持从大局出发，坚持人民群众利益至高无尚的大局意识，是做好一切工作的动力基础，也是我今后加强学习和修养的追求方向。在强化这一观念时，联系自身的思想实际，

想一想自己如何为农业发展、农村致富和农民增收发挥更大作用，真正做到重事业、淡名利、争贡献。其次，还要坚持解放思想，实事求是。把通过对党内监督条例，纪律处分条例和实际工作结合起来，在与时俱进的年代里，开拓创新，进一步高度深化认识、理解和加强政治建设的重要性和必要性，以与时俱进的思想和开拓进取的精神风貌，凝心聚力开展各项工作。要坚持深入实际调查研究。勤于学习、勤于思考、勤于调研。到农村中去了解实情、了解真情、掌握第一手资料，使思想认识更贴近实际、贴近农村、贴近农民，使自己的工作方式方法更加符合加快发展的要，更加符合畜牧事业的需要。要长期保持奋发进取、心平气和的精神状态。在开明开放、舒畅和谐的政治环境和社会氛围中，团结协作、严守纪律、坚强意志、奋发向上。更加努力地在加快发展中严于律己、宽以待人，以诚为本，以实为本，扎实有效地促进党风廉政建设和反腐败斗争，为社会主义新农村建设作出自己应有的贡献。

廉洁自律心得体会4

自律体会心得勤问篇七

自律是一种积极的生活态度，是一个人培养和提高自身能力的重要指标。强自律是追求个人成长和成功的关键因素之一，它可以帮助我们克服拖延症、保持工作和学习的稳定性，并在困难面前保持坚持不懈的毅力。经过长期的自律实践，我深刻体会到强自律带来的益处和奥秘，下面将从目标设定、时间管理、自我激励、坚持信念和适度放松几个方面，分享我对强自律的体会与心得。

首先，设定明确的目标是实现强自律的第一步。在我过去的经验中，设定目标是成功的先决条件。一个明确的目标可以给人以明确的方向，避免无休止地浪费时间和精力。当你有

一个明确的目标时，你会更容易找到正确的方法和策略去实现它。设定目标可分为短期目标和长期目标，在日常生活中我喜欢将长期目标分解为更小的短期目标，以便更容易实现。当我每天早上醒来时，我会告诉自己我想完成的三件最重要的事情。这种设定目标的方法有助于我集中注意力，提高工作效率。

其次，好的时间管理是自律的关键。对于一个自律的人来说，时间是最宝贵的资源之一。我通过规划、计划和组织每天的工作来有效地利用时间。每天早晨，我会制定一个详细的工作计划，将任务按优先级排序，并给每个任务设定合理的时间限制。这样，我能更好地控制时间，避免浪费和拖延。此外，我还通过减少社交媒体的使用时间、避免无意义的重复性工作，来释放更多时间进行对自己有意义的事情，如学习新知识或培养兴趣爱好。

第三，自我激励在自律中起着至关重要的作用。自我激励可以激发内在动力，帮助我克服困难，坚持下去。为了保持自我激励，我会设置一些奖励机制。例如，我在完成一项任务或达到一个重要的里程碑时，会给自己一些小奖励，如看一集喜欢的电视剧、购买一个心仪已久的物品等。这样做不仅让我有了获得成就感的愉悦，还能激励我更积极地去追求自己的目标。

第四，坚持信念是强自律的重要组成部分。在实践自律过程中，难免会遇到各种挫折和困难。此时，坚持信念是非常重要的。我相信每个人都会经历不顺利的时期，关键是我们如何看待并应对这些困难。当我面临困难时，我会告诉自己这只是暂时的，必须坚持下去。我会找到一些鼓励自己的话语，并提醒自己过去成功的经历和努力的成果。这份坚持信念的力量让我能够克服困难，继续前进。

最后，适度放松是坚持强大自律的秘诀之一。劳逸结合是保持精力充沛和激情澎湃的关键。我会合理规划自己的时间表，

确保每天有充足的休息时间。我会利用休息时间进行一些健身锻炼、呼吸放松法或阅读等活动，来放松自己的身心。适度放松可以帮助我恢复精力，保持注意力集中，为更好地投入工作和学习做好准备。

强自律是一种习惯，不是一蹴而就的。通过制定明确的目标、合理的时间管理、自我激励、坚持信念和适度放松，我们可以逐渐养成自律的习惯，并从中获得巨大的收益。自律不仅是一种个人品质，也是一种成功的秘诀。让我们用自律塑造美好的未来！

自律体会心得勤问篇八

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。既要把握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和促进党员干部廉洁自律，是实践“三个代表”的重要保证

加强党风廉政建设和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。加强党风廉政建设和，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的一条规律。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。

自律体会心得勤问篇九

自律是一种重要的品质，可以帮助我们更好地管理时间、提高效率，从而实现个人目标。对于我来说，强自律是一种艺术，需要不断地实践和探索。多年来，我积累了一些经验和体会，帮助我不断提升自己的自律能力。在这篇文章中，我将分享我对于强自律的心得体会。

首先，明确目标与时间管理。强自律需要清晰的目标和合理的时间安排。只有当我们明确自己想要达到的目标时，才能为之付诸行动，并制定合适的计划。每天早上，我都会列出当天的任务清单，并按优先级进行排序。定期回顾目标，及时调整自己的计划，可以避免浪费时间和资源。对于每项任务，我设定了一个限时，用来帮助我保持专注并高效地完成工作。

其次，培养良好的习惯和规律的生活方式。自律不仅仅是为了完成一项具体的任务，更是为了培养良好的习惯。我每天早上都会早起，做一些锻炼身体的活动，以增加我的身体素质和精神状态。我还养成了每天读书的习惯，用来提高自己的知识和见识。规律的生活方式也对我有很大的帮助。每天按时吃饭、睡觉，保持良好的生活习惯，可以让我更好地掌控自己的时间和精力。

此外，保持积极的态度和坚韧的毅力是强自律的重要因素。在实践中，我们难免会遇到各种困难和挑战。只有坚持下去，才能战胜自己的惰性和怠惰。我常常告诫自己要保持积极的心态，克服困难时不轻易放弃。我坚信只要付出努力，就一定会有所回报。每一次的成功和进步，都可以激励我更加坚定地走下去。

最后，与他人进行交流和分享也是强自律的秘诀。我参加了一些自律训练营和团队项目，和其他有着相同目标的人们一起学习和成长。我们互相鼓励、相互激励，分享自己的心得和体会。在交流和分享中，我不断地接受反馈、吸收经验，不断完善自己的方法和技巧。同时，我也会找一些榜样和成功人士进行交流和學習，从他们身上汲取经验和智慧。

总之，强自律需要不断的努力和实践。通过明确目标与时间管理，培养良好的习惯和规律的生活方式，保持积极的态度和坚韧的毅力，以及与他人进行交流和分享，我逐渐提升了自己的自律能力。自律让我有更好的时间管理和事物安排，让我更加高效地完成工作和任务。自律也让我更加有信心和毅力去面对挑战和困难，坚持追求自己的目标。希望我的心得体会能对读者在强自律的道路上提供一些启示和帮助。

自律体会心得勤问篇十

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。

要积极加强制度防范。

要进一步完善党内民主集中制、行政效能监察制、重大事项报告制，继续巩固和深化制度建设成果，加强党风廉政建设制度的督查落实。抓住规范权力运行这个重点，编好“安全

网”，织密“防护网”，冲破“关系网”。现在有个别所谓“精明”的商人，既是市场竞争的“里手”，也是拉人下水的“高手”。我们的领导干部应善于自己给自己立规矩、自己给自己定框框、自己给自己不方便，秉持公心，主持公道，坚持公开，通过自我控制、自我约束、自我规范，不让自己有半点搞交易的邪念，不给别人有半点拉拢你的机会。

要主动接受监督防护。监督既是约束，更是爱护。不讲监督的信任就是轻信，放弃监督的信任就是放纵。对党员干部严格要求、严格管理、严格监督，既是对党的事业的高度负责，也是对党员干部的关心爱护。党员干部只有时时处处将自己置于监督之下，把党和人民的监督看作是对自己最大的爱护、最好的保护和最真诚的呵护，培养起闻监督喜、视监督乐的心境，在思想上正确认识监督，在感情上真诚欢迎监督，在行动上主动接受监督，在来自各方面的监督下增强廉洁自律意识、提高廉洁自律能力，以廉洁的作风、廉洁的形象和廉洁的品质来赢得组织的信赖和群众的拥护。

廉洁自律学习心得体会(五)