

最新长期艰苦奋斗的心得体会(实用8篇)

心得体会是指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。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

长期艰苦奋斗的心得体会篇一

作为一种文化思想的传承与发展，精神如同一股磅礴的洪流，弘扬者如同一叶扬帆。右玉精神作为中国传统文化的重要组成部分，无论是对内涵的深入理解，还是对外延的广泛传播，都承载着人们对于传统文化传承与现代发展的期望。在弘扬右玉精神的过程中，我深感其博大精深，包含着丰富的道德智慧和人文关怀。下面我将从理论、实践、教育、社会和个人层面，谈谈对右玉精神的心得体会。

首先，弘扬右玉精神需要系统的理论体系支撑。右玉精神以其独具的思想观念和价值理念而闻名于世。作为传统文化的重要组成部分，对于右玉精神的理解与传承必须要站在历史和理论的角度进行深入的研究。只有通过系统的理论体系，我们才能明确概念的内涵与外延，理解其学问规范的要求，得以发展和传承。这也是我对右玉精神的认识的第一步。在理论层面，我体会到右玉精神的博大精深和奥义所在，也更加真切地感受到这一精神对于人们的引领作用。

其次，弘扬右玉精神需要付诸于实践的具体行动。只有在实践中，右玉精神的价值才能得以体现和传承。作为一个个体，每个人都要努力将自己的行为与右玉精神相一致，以实际行动践行这种精神。无论是在工作、学习还是生活中，我们都应该积极践行仁爱、致良知、修身齐家治国平天下的思想观念和为人处事的方法。在我的个人实践中，我深感到右玉精

神的支持和帮助，让我在困境中寻找答案，在成功中保持谦逊与勤奋，在失败中坚持追求与创新。

此外，教育是弘扬右玉精神的重要途径。教育是人才培养和思想传承的重要环节，也是传统文化薪火相传的主要渠道之一。在构建具有国际竞争力的社会主义现代化国家的过程中，我们需要通过教育来培养一代又一代有文化修养和道德伦理的优秀人才。弘扬右玉精神的思想观念和价值观念应该贯穿于教育的方方面面。只有让学生在学校教育中接受正统的思想教育，才能够真正明白右玉精神的内涵与价值所在，从而使整个社会形成正确的价值导向。

另外，社会层面的共同努力也是弘扬右玉精神的重要保障。作为一个具有多元文化的社会，弘扬传统文化尤其是右玉精神需要社会各界的共同努力。政府应加大对传统文化的扶持力度，制定相关政策，使之得到更好的传承和发展。媒体也要充分发挥舆论引导的作用，推动传统文化的普及，营造弘扬右玉精神的社会氛围。同时，家庭和社区也要注重对传统文化的传承和弘扬，让下一代了解和接受右玉精神的熏陶。

最后，弘扬右玉精神是每个个体的责任，是每一个人对于传统文化的继承与发展的责任。作为年轻一代的我们，应该积极参与到右玉精神的弘扬中去，用自己的力量推动传统文化的传承与发展。我们要提高自身文化素养，了解和学习右玉精神的思想观念，融入右玉精神的价值体系。通过实际行动，将右玉精神传递给每一个与我们接触的人，弘扬这种精神的力量。

总之，弘扬右玉精神需要在理论、实践、教育、社会和个人层面进行全方位的努力。只有通过这样的努力与奋斗，我们才能实现传统文化与现代社会的有机结合，让新时代的青年一代更好地理解、弘扬并传承右玉精神。为了推动右玉精神在当代社会的发展和传承，我们需要发挥自己的作用，共同追寻传统文化的价值，让右玉精神在我们的心中永葆光芒。

长期艰苦奋斗的心得体会篇二

辽宁一直以来都是一个富有活力和发展潜力的地方。辽宁精神作为辽宁人民的精神支柱和价值观念的集中体现，对于推动辽宁的发展和进步起到了重要的作用。弘扬辽宁精神是每个辽宁人的责任，也是我们共同的使命。在长期生活和工作的经历中，我深刻体会到了辽宁精神，以下是我对于“弘扬辽宁精神”的心得体会。

首先，辽宁精神体现了辽宁人民不屈不挠的精神品质。辽宁作为东北地区的一部分，经历过艰难困苦的岁月。在经济发展滞后的时期，辽宁人民没有放弃希望，没有自怨自艾，而是坚守每一寸土地，努力创造出了辉煌的历史。正是辽宁人民的勇敢和不屈不挠的精神，才有了今天辽宁的繁荣和进步。在我个人的生活中，也时常面临着各种困难和挑战，但面对困难，我学会了不气馁，不放弃，坚持努力，这是辽宁精神给予我的力量和鼓舞。

其次，辽宁精神弘扬了辽宁人民的团结协作精神。辽宁人民深知“一个篱笆三个桩，一个好汉三个帮”，团结协作是我们的优良传统。只有团结协作，才能够同舟共济，共同完成各项任务，同时也能够在个人成就和社会发展中共同进步。我在辽宁的生活中，亲身体会到了大家庭的温暖和亲情的重要性。每当遇到困难和挑战，亲朋好友总是伸出友爱的手，给予我帮助和支持。这种团结协作的精神不仅存在于家庭，也贯穿于社会各个领域，为辽宁的发展打下了坚实的基础。

再次，辽宁精神彰显了辽宁人民的勤劳勇敢。勤劳勇敢是辽宁人民的传统美德，也是脱贫致富的重要保证。辽宁人民勤劳耕耘，不畏艰辛，用勤劳和智慧创造了属于自己的财富和幸福。在我个人的成长中，也深深了解到了勤劳勇敢的重要性。只有勤劳努力，才能够有所收获，才能够实现自己的梦想。辽宁精神告诉我，勤劳是人生的基石，只有通过自己的努力，才能够创造出美好的未来。

最后，辽宁精神传递了辽宁人民的对美好生活的追求。辽宁人民深知幸福生活的珍贵，对美好生活有着迫切的追求。辽宁精神告诉我们，追求美好生活不仅仅是追求物质财富，更是追求精神世界的富足和幸福。在我个人的成长中，我也深感对美好生活的渴望和追求。通过努力学习和拼搏奋斗，我希望能够为自己创造出丰富多彩的人生，同时也为社会做出贡献，让更多的人享受到美好生活的机会。

总之，弘扬辽宁精神是我们每个辽宁人的责任和使命。辽宁精神体现了辽宁人民的不屈不挠、团结协作、勤劳勇敢以及对美好生活的追求。在我个人的生活中，我深刻感受到了辽宁精神的影响和鼓舞，它使我坚定了自己的梦想并勇敢追求，让我不会轻易放弃。我相信，只要每个辽宁人都能够弘扬这种精神，把它融入到个人的行动中，辽宁必将迎来更加辉煌的未来。

长期艰苦奋斗的心得体会篇三

“我们之所以赞颂勇气，是因为人类总是在明知有风险的时候，仍然选择做我们该做的事。”

20__年，新年伊始，新型冠状病毒引发的肺炎疫情，短短的时间波及全国，空了街道、堵了医院。医者忙碌的背影如洁白的帕绢，抹去了病患亲人焦急的泪水；钟南山院士铿锵有力的指令，安了我们担忧的心，也深深地感动了我。

哪有什么白衣天使，不过是一群孩子换了一身衣服，从死神手里抢人罢了。护目镜和口罩在他们脸上留下“最美的伤痕”；密不透风的白色防护服上，写下激励的话语。疫情无情，“逆行者”是最温暖的风景。

谢谢你们，上演最美逆行。谢谢你们，让更多的人看到这一幕幕，从此身边有情，心中有光。

岂曰无衣，与子同裳。举国上下一盘棋，军民联动共驰援，一场疫情防控的人民战争，在全国打响。淄博也不例外，百姓们安守在家，无数的党员们坚守在各个小区防疫劝退点的岗位上，走在控疫防疫的第一线。

一根扁担，十里寒风。隔离病毒，不隔大爱。2月12日上午7点半左右，一位大叔用扁担挑着两箱物品，来到淄博淄川疫情检查点，放下物品后，转身就走，坚决不留姓名。事后，记者辗转找到了这位大叔，他叫殷长秀，今年53岁，2月12日早5点40他就从家里出发，用扁担挑着自家舍不得用的微波炉和一箱寓意平安的苹果，走了两个多小时，步行了10多里路，只为了让防疫人员吃上热乎饭。

万物皆有裂痕，那是光进来的地方。菜农们起早贪黑，拔出一筐筐新鲜的蔬菜，是给武汉战役中的人民最恳诚的祝福。数不尽陌生的好心人，把他人想在前面，为站岗的人们，送去消毒水，送去口罩。是啊，疫情下的中国，是有抬价牟利的商人，是有造假售假的败类，但是更多的，是让我们看到中国人的温暖，在灰暗的大气中熠熠闪光。

“我们自古以来，就有埋头苦干的人，有拼命硬干的人，有为民请命的人，有舍身求法的人，这就是中国的脊梁。”这场战“疫”，携子之手，一道并行，光明在路上，更在不远的前方。

长期艰苦奋斗的心得体会篇四

团结是人类取得胜利的重要因素，只有团结才能凝聚力量，只有团结才能创造奇迹。作为一种人人都应具备的优秀品质，团结精神在社会生活中起着重要作用。近年来，团结精神在各个领域愈发凸显，我从团队合作、社会互助和国家建设等多个方面深刻体会到了团结的伟大力量。

首先，团队合作是弘扬团结精神的重要表现。在团队合作中，

每个成员都起到了关键作用。无论是团队项目还是竞赛活动，只有大家通力合作、密切配合，才能够取得最终的胜利。我曾参与的一项学校足球比赛就是一个很好的例子。在比赛中，每个队员都有自己的职责和位置，但我们能够相互支持、互相鼓励，没有人自私地追求个人荣誉。正是因为我们的团队合作精神，我们才取得了比赛的胜利。这让我深刻认识到，只有团队中的每一个人都团结一致，才能够共同战胜困难，实现更大的目标。

其次，社会互助也是弘扬团结精神的重要方式。在社会中，人们之间相互帮助、相互理解，能够使社会更加和谐稳定。曾经，我在学校里遇到了很大的困难，学习成绩下降了很多，导致我产生了很大的压力和自卑感。但幸运的是，当我向学长寻求帮助时，他们不仅愿意分享他们的学习经验，还耐心地帮助我解决问题。正是他们的帮助和支持，使我重新找到了学习的信心，也明白了团结互助的重要性。在社会中，只有人与人之间互相帮助，才能够共同进步，共同发展。

再次，国家建设中团结精神的重要性不容忽视。一个团结的国家，人民团结一心，就能充满活力和希望。我国的发展就是团结的力量的最好诠释。无论是抗击自然灾害还是抗击疫情，每一个中国人都团结一心，在危难时刻风雨同舟、守望相助。在国家建设中，团结精神是推动国家发展的重要动力。只有团结一心、共同努力，我们才能够实现中华民族的伟大复兴。

最后，弘扬团结精神需要从自己做起。团结精神不仅仅是口号，更是需要我们用实际行动去践行。我认为，首先要培养自己的积极心态和合作意识。团结不仅是和他人相处的态度，更是内心的一种品质。只有拥有积极向上的心态，才能够与他人和睦相处，才能够克服困难，实现个人的发展。其次，要善于倾听和理解他人。团结需要我们与他人建立良好的沟通与交流，只有倾听他人的声音，理解他人的需求，才能够做到真正的团结一致。此外，要注重培养团队合作精神。团

队合作是团结精神的重要体现，只有在团队中积极配合、相互支持，才能够实现更大的目标。

总之，团结精神是人类共同进步的力量源泉。无论是在团队合作、社会互助还是国家建设中，团结精神都发挥着重要作用。我们每个人都应该从自身做起，培养团结精神，用实际行动弘扬团结精神。只有这样，我们才能够创造出更美好、更和谐的社会。

长期艰苦奋斗的心得体会篇五

弘扬右玉精神是对中国传统文化的传承和发扬，是对乡村文化的尊重和关注。作为一种独特的精神文化，右玉精神是中国传统家训的重要组成部分，以其务实、正直、勤劳、创新的特点，深受广大农民群众的喜爱和追捧。弘扬右玉精神具有重要的价值意义，可以提升人们的智慧和品德，推动乡村振兴，促进社会和谐。

2. 学习和践行弘扬右玉精神的方法与体会

学习弘扬右玉精神是一项长期而细致的工作。我们可以通过阅读相关文献和书籍，了解右玉精神的由来和内涵；可以通过参观右玉村，亲身感受右玉精神的实践成果；可以通过与当地农民的交流 and 互动，了解他们对右玉精神的理解和运用。在学习的过程中，我们要不断思考，不断总结，以自己的方式去践行和传递右玉精神。

践行弘扬右玉精神不仅仅是口头上的支持和宣传，更要践行于行动中。我有幸参观了右玉村，亲身感受到了村民们的努力和奋斗。在村里，每个人都以勤劳努力为荣，他们坚守着自己的土地，保护着他们的家园。他们注重品质和信誉，以正直和诚信来对待他人。他们勇于创新，不断探索农业科技，提高农民的素质和产业发展水平。我深深被这种精神所感动，也被他们的付出所激励。

3. 弘扬右玉精神对个人的影响和启示

弘扬右玉精神对个人有着深刻的影响。首先，右玉精神强调了人的正直和诚信，对自己和他人都要保持高度的责任感。这使我在日常生活中更加注重自己的言行举止，不仅要有自己的底线，还要以正直诚信的态度对待他人，与人为善。其次，右玉精神教导人们要善于创新和进取，勇于开拓新事物和新领域。这使我更加积极主动，不断学习和进步，在工作和学习中勇于挑战自己，探索未知的领域。最后，右玉精神教导人们要勤劳持家，注重实际和务实。这使我更加珍惜时间，精力充沛地投入到自己的工作和学习中，不拖延，不虚度光阴，努力做到事事有准备，事事精益求精。

4. 弘扬右玉精神对社会的影响和作用

弘扬右玉精神对社会有着积极的影响和作用。右玉精神注重家庭和社区的和谐发展，通过传递正能量和正确的价值观念，将积极的风尚和精神力量传递给更多的人。其次，右玉村通过创新和科技的运用，提高了农民的收入和生活质量，为乡村振兴做出了积极的贡献。这种积极的影响不仅仅是在农村，也在城市中得到了广泛的认可和传播。右玉精神的传承和发扬，有助于构建和谐社会，促进社会的进步和繁荣。

5. 总结与展望

弘扬右玉精神是一项重要的使命和责任。在弘扬右玉精神的过程中，我们不仅仅要关注个人的成长和进步，更要关注社会的发展和进步。希望通过我们的共同努力和不懈奋斗，可以将右玉精神发扬光大，让更多的人了解和认同这种精神，让这种精神在我们的家庭、社区和社会中发挥出更大的作用。期待未来，我们相信右玉精神能够继续传承和发展，为我们的社会带来更多的希望和机遇。

长期艰苦奋斗的心得体会篇六

爱国主义的教育是人生的必修课，我们爱我们的民族，这是自信心的源泉，爱国这个话题永不过时！10月26日由刘老师主讲的“弘扬爱国主义建功立业新时代”的主题讲座，旨在增强同学们的爱国主义意识、忠诚意识和责任意识。

老师围绕“爱国”为中心进行解读，对同学们讲到：“在大学的生涯里，要建立起自己的人格高度；培育爱国主义精神，主动承担责任和使命；要将爱国主义融于内心，提高个人道德素养。”

爱国，是在利益面前的舍身取义。高墙铁壁内，一位头发凌乱，面带忧虑的人在仰天长叹；面对落入敌手的大宋江山，面对支离破碎的河山草木，面对颠沛流离的大宋百姓，他无可奈何；面对元军的多次劝降，面对元世祖的亲自许诺，他斩钉截铁，这是他能做的，纵然是高官厚禄，纵然是锦衣玉食，他仍然会选择与国家共存亡，留下“人生自古谁无死，留取丹心照汗青”的浩然正气。

爱国的本质有很多，就我们青少年来说，好好学习，争做社会的贡献者，要热爱祖国的历史和文化，为创造更加辉煌的民族文化而尽心尽力；我们要适应时代发展的要求，要认识祖国的历史和现实，增强爱国意识和振兴祖国的责任意识，树立民族自尊与自信。

通过本次活动，刘老师的讲座使我们对自己的大学生活有了奋斗的目标，懂得如何成为一名合格的警校生，一朝从警心不改。

长期艰苦奋斗的心得体会篇七

进入大学，就意味着必须接受军训考验。对我们这些一直生

活在父母羽翼下的人来说，无疑是一种挑战——一种自我挑战。在这短短的军训期间，我们要与原本不认识的同学相互认识，并且要做到互帮互助，团结一致，我们要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。

给我们训练的教官是一个二十多岁的年轻人，他身材不高，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得更小了。但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们；只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。这可是我第一次与军人接触。

军训一开始，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇。可是到了第二天、第三天、第四天，问题来了。有的同学开始发牢骚，抱怨声便连声四起，一些同学向教官提出意见、有的甚至想逃避训练。这些都体现了我们平时的生活太顺畅，几乎是衣来伸手，饭来张口，缺少了那份同龄人应有的能力。这正是我们必须提高的自身素质。

军人也许真的是那么一丝不苟。抱着在军训中混的我，六天后，才认识到严谨的时间意识和坚忍不拔的意志。哪怕是一个最简单的动作，在训练场上，我们无数次地重复着，用自己的心去真真切切的体会军人的英伟。军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，使我们真正体会到军人的一丝不苟。

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的呀！当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁是最终的胜利者；谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。

古人云：天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。我作为新生中的一员，同样也讨厌这炎炎烈日，

但我们却必须坚持，因为这不仅是为了锻炼我们的体魄，更是锻炼自己的意志，才能为以后走向成功打下基础。

如果说人生是一本书，那么，军训的生活便是这本书的最美丽的章节；如果说人生是一出戏，那么，军训的生活便是这出戏中最精彩的一幕。军训不仅使得同学们得到更好的交流机会，同时也让同学们在互帮互助中加深友谊。透过被晒得黝黑的皮肤，我们可以深深感受到血液的沸腾。军训，如梦一样，匆匆的向我们走来，他将让我们少份依赖，多份坚强，少份怨天尤人，多份勇往直前。

军训，将成为我们大学生生活最美丽的篇章！

大学的军训应该是人生中最后一次军训了吧，因此它显得那么弥足珍贵。

严厉的教官：这是他留给我的第一印象，因为他不怎么笑。特别在第一天的训练中，他的严格被落实到了最实处。由于部分同学做动作不是非常标准，有的同手同脚、有的东倒西歪，惹得很多同学放声笑了出来。这一笑招来的是教官的处罚：有两位同学因此而被罚俯卧撑，有一位同学因此而被罚半蹲。有了这些“先例”之后，同学们一下子“安份”了许多，没有人敢笑出声来了，在这样严肃的气氛下大家的注意力高度集中，训练的效果还是不错的。和高中时候的军训相比，我们的训练少了很多“趣味”，但是我感觉这样子的训练更加符合我心目中的军训。接下来的日子里，教官再也没有罚过任何人，大家普遍都能够很自觉地遵守训练场的纪律。气氛渐渐变得轻松了，但是这并不影响我们排的训练质量。于是渐渐的我发现教官的可爱之处。

可爱的教官：我知道自己在很多方面属于“后知后觉”型，这回也不例外。在军训开始后很多天我才发现在教官严格要求的背后还透着一股“可爱”的味道。或许是和我们渐渐熟悉的缘故，每当我们表现出色时，教官总会想方设法给我们

找点“乐子”。他应该很喜欢散打，因为他常常在我们面前讲起2001年全国散打大赛的盛况，特别是决赛的那一场，教官很忘我的讲了两遍，最后还忍不住示范了一下后鞭腿360公斤的威力。教官讲得“出神入化”，我们听得“不亦乐乎”，大家都有点“意犹未尽”。有时候教官也会让我们做一些脑筋急转弯，虽然题目有点老，但并不影响我们开怀大笑一番。这样的“娱乐”活动让我们的训练变得不再枯燥，我们在真正训练的时候也更加卖力了，好多次感觉到这样子的训练效果甚至要比在相对严肃的情况下的训练效果要好一些。

好学的教官：教官的这个特点是我在他来我们寝室检查内务的时候发现的。在检查完毕后，教官向我们“请教”计算机方面的问题。或许是因为教官在现实生活中的特殊身份，使他对计算机不是非常了解。面对教官提出的疑问，室友们尽自己所能进行解答。教官能够这样子放下教官的架子同我们进行计算机方面的交流是非常难能可贵的，这绝对不是单一的“好奇心”的表现，我觉得这更像一种学习。与之相对应的，在我们的生活中，不懂装懂的人太多了，特别是在网络变得铺天盖地的现在，一句话似乎能够描述如今人们对知识的态度：“知之为知之，不知为不之”。那些热切渴望知识、主动追求知识的人们实在太少了。虽然教官的学历没有我们高，但是从他的身上表现出来的这种品质正是我们当中的多数大学生所急需的。

大学的军训是非常难忘的，我很享受这个过程。我庆幸自己能够有这样的教官，我们学到的不仅仅是如何走齐步、踢正步，从教官的身上我看到了一种极其朴素的精神——这是一种随着我们社会前进的脚步渐渐被人遗忘的精神。

1959年9月26日，在十年国庆前夕，以松辽盆地第三口基准井——“松基3井”喜获工业油流为标志，宣告了大庆油田的诞生。1960年，面对国家建设急需石油的燃眉之急，全国各地的几万名职工和3万名转业官兵，来到了大庆，开展了一场声势浩大、艰苦卓绝的石油大会战。会战之初，几万人马一

下子涌到萨尔图草原，生活和生产都遇到了极大的困难。正是在这样的非常条件下，刚到大庆的王进喜就喊出了为革命“有条件要上，没有条件创造条件也要上”的口号。他带领1205钻井队的几十名硬汉，人拉肩扛卸运钻机，盆端桶提运水抢开钻，只用5天零4小时就打完了大庆会战的第一口油井，创造了当时的最高纪录。在打第二口井时，发生了井喷。为了制服井喷，王进喜顾不上腿伤，跳进齐腰深的泥浆池用身体搅拌泥浆。井喷制服了，可他的伤腿已血肉模糊，泥浆把他的手脚烧起了大泡。王进喜和1205队工人人们的英雄行为深深地感动了附近的乡亲们。房东赵大娘看到王队长累不垮、压不倒，没白天没黑夜地干，就对住在他家的工人说：“大娘活了大半辈子，没见过这么拼命的人，你们王队长可真是铁人啊！”从此，“王铁人”的名号就叫开了。当时的会战工委敏锐地抓住这个典型，决定树立王进喜为大庆会战的第一个标兵，发出了“学习铁人王进喜，人人做铁人，为大会战立功”的号召，一时间，一个学铁人做铁人的热潮在油田蓬蓬勃勃地开展起来。

在油田开发建设过程中，铁人精神一直是鼓舞石油职工战胜困难，勇往直前，不断取得新胜利的巨大精神力量。20世纪60年代正值三年自然灾害时期，面对“头上青天一顶，脚下荒原一片”的恶劣环境，在生产生活条件异常艰难的情况下，大庆人正是依靠铁人精神，取得了会战的伟大胜利，当年6月份就实现首车原油外运，到年底生产原油97万吨，有力地支援了国家的经济建设。经过3年半时间，高速度高水平拿下了大油田，从根本上改变了我国贫油的面貌。多年来，油田各级党组织始终坚持对职工进行经常性的大庆精神、铁人精神教育，并根据不同时期的形势特点和职工队伍的思想状况，采取多种多样、灵活有效的方式、方法，把教育形象化、具体化、规范化、系统化，努力建设铁人式的职工队伍。特别是在20世纪的八、九十年代，以“新时期铁人”王启民为代表的一大批科技工作者，为保持5000万吨的原油产量，在油井含水上升较快，油田地下情况严重恶化的形势下，迎难而上，刻苦攻关，取得了重大科技突破，不仅5000万吨的原

油稳产10年作出了突出贡献，而且为铁人精神注入了新的内涵。历史雄辩地证明：铁人精神是大庆油田的传家宝。每一次学铁人、做铁人，就意味着大庆油田的大发展，油田建设的新突破。

铁人精神是“爱国、创业、求实、奉献”的大庆精神的典型化、人格化。其主要方面包括：“为祖国分忧、为民族争气”的爱国主义精神；为“早日把中国石油落后的帽子甩到太平洋里去”，“宁肯少活二十年，拼命也要拿下大油田”的忘我拼搏精神；干事业“有条件要上，没有条件创造条件也要上”的艰苦奋斗精神；“要为油田负责一辈子”，“干工作要经得起子孙万代检查”，对工作精益求精，为革命“练一身硬功夫、真本事”的科学求实精神；不计名利，不计报酬，埋头苦干的“老黄牛”精神，等等。40多年来，铁人精神早已家喻户晓，深入人心，成为大庆人的共同理想信念和行为准则。

铁人精神是对王进喜崇高思想、优秀品德的高度概括，体现了我国工人阶级精神风貌和中华民族传统美德的完美结合。

铁人精神 - “爱国创业我最认真，求实奉献我最根本！”是铁人精神的核心价值。大庆精神概括为爱国，创业，求实，奉献。大庆精神诞生于1959年9月26日松基三井喷油大庆油田发现纪念日。而铁人王进喜是大庆精神的实践者，铁人王进喜1960年响应当时石油部的号召，从甘肃玉门带领1205钻井队来到大庆油田参加石油开发大会战，铁人王进喜是大庆精神的发扬者。是大庆油田工人阶级的杰出代表。“爱国创业我最认真，求实奉献我最根本！”是铁人王进喜精神面貌的真实写照，是铁人精神的核心价值。

铁人王进喜，是中国工人阶级的光辉形象，是中国共产党的优秀党员，是顶天立地的民族英雄。今天，我们向铁人王进喜学习，对于我们更好地继承和弘扬大庆精神铁人精神，积极地推进社会主义核心价值体系建设具有十分重要的意义，

始终如一，真诚坚定的马克思主义的精神信仰。信仰是指人们对某种思想、理论、学说、主义的信服和尊崇，并以此作为自己的精神寄托和行动指南，它是一个人做什么不做什么的根本准则和态度。马克思主义的精神信仰是铁人精神思想内涵的核心部分，它是铁人王进喜的“灵魂”和“根脉”，它决定了铁人的襟怀、视野、气概和眼界。大庆诗人庞壮国在《铁人与中国》这首诗中形象而生动地阐述了铁人精神和中华民族精神的血肉关系。他写道：“铁人即铁的中国/用血肉之躯撞裂冰层”，“那个汉子摔开拐杖/其实是古长城摔开漫长的蹒跚与疼痛/”，“他脱掉羊皮厚袄/其实是黄河脱掉冬天的浑浊和沉重”。因为有了马克思列宁主义，中国人民才在精神上获得了解放，所以“铁的中国”是指有了“铁的信仰”的中国。同样，有了“铁的信仰”的人，才会成为“铁人”，才会有“铁的精神”。

1. 矢志不渝，壮怀激烈的爱国主义情怀。铁人精神为什么永远给我们无尽的力量，其中一个重要的原因就是它总是用火热的爱国主义精神激励着我们。对于铁人王进喜的爱国主义精神的丰富内容，韩福魁同志曾做过细致的研究。他说王铁人的爱国，既是轰轰烈烈的，更是扎扎实实的；既是刻骨铭心的，更是披肝沥胆的。他在《学习铁人的爱国主义精神》一文中十分清楚地从三个方面说明了铁人王进喜爱国主义精神的主要内容：一是王铁人的爱国是倾心爱国，倾其全部身心热爱自己的伟大祖国。在大庆会战初期，面对生活、生产中那么多难以想象的艰难困苦，铁人说“这困难，那困难，国家缺油是最大的困难”。二是王铁人的爱国是敬业爱国，通过自己的事业的大成表达对祖国的大爱。铁人爱国非常讲究实际，反对空谈，他斥之为“不干，半点马列也没有！”三是王铁人的爱国，是求全爱国。他不但自己全身心爱国，而且苛求家眷、亲人全方位爱国，明确要求“公家的钱一分不能占”。

2. 积极向上，乐观负责的人生态度。这种良好的人生态度源于铁人豁达乐观的人格。大庆会战初期，晴天一顶星星亮，

荒原一片篝火红。条件十分艰苦，生活十分艰苦，而铁人却充满了乐观主义的精神，他在石油会战中创作了许多充满乐观主义精神的诗句，“石油工人一声吼/地球也要抖三抖/石油工人干劲大/天大困难也不怕”。艰苦而有价值的劳动，是铁人的最大的享受和快乐。

3. 坚忍不拔，无难不克的意志品格。坚忍不拔，无难不克是铁人王进喜的鲜明品格。这种良好的意志品格在玉门油田“争上白杨河”这件事中就充分地表现出来。1958年初，玉门矿务局为贯彻“努力发挥老油田潜力，积极勘探开发新油田，发挥基地作用”的战略部署，组织一批先进队“大战白杨河”。当时几个著名的标杆队参加了这场钻井“大战”。力图在解决“钻井速度低”这个老问题上有个大突破。而像王进喜的贝乌五队这样“一般的”先进队则被安排在“大战”之外。过了“七一”，在一次调度会上王进喜提出要搬家上白杨河大干一场。他找大队长和局长都没有同意，最后，在市委书记刘长亮的支持下才闯进了白杨河。正是在白杨河的“大战”中开始磨炼出一支“铁”的队伍。

4. 积极刻苦，不怕牺牲的工作精神。最能表现铁人王进喜积极刻苦的工作精神的是铁人留给我们的三个经典故事：“人拉肩扛”、“端水打井”、“带伤跳泥浆池压井喷”。这三个经典故事是我们整个民族积极刻苦，不怕牺牲的工作精神最光彩的缩影，是永远不朽的样板。只有崇尚劳动、崇尚生产型人格的民族才可能成为一个永远进取、永远朝气蓬勃的民族。铁人王进喜良好的工作精神是我们永远前进的旗帜。

5. 严细认真，一丝不苟的工作作风。铁人王进喜是一个最讲认真工作的人，是一个极端负责任的人。他说“对油田要负责一辈子”，“干工作要经得起子孙万代的检查”。他在工作中“猛如老虎，细如绣花”。他不管做什么事情总是事先认真谋划，注意听取各方面的意见。在钻井中，他曾多次根据井下声音判断钻头使用情况，杜绝事故发生。工人们都说他是“钻机的医生”、“井下的压力表”、“泥浆的体温

计”。

6. 解放思想，实事求是的思想方法。铁人王进喜从小家里穷，没有读过书，但他却是一个认真学习，不断从实践中培养自己实事求是思想方法的人。铁人带领他的战友们为什么能够用上世纪四五十年代的落后的设备在60年代打出那样多、那样高水平的钻井，双倍地实现了他的“月上千，年上万，祁连山上立标杆”的宏伟目标，就是在实际工作中坚持实事求是。他用大量的点滴时间和精力，及时地、充分地收集、比较和研究了众多钻井队生产实践的丰富材料，总结出经验和规律，创造性地用于自己钻井队的生产实践。特别是以后到大庆参加石油会战，又非常注意学习了毛主席的《实践论》和《矛盾论》，进一步提升哲学思想素养。他把自己实事求是的思想作了最朴实的表述：“白馍馍是蒸出来的”，“天上掉馅饼也要用手去接”。

7. 奉献人民，自强不息的价值追求。在铁人的一生中，总是把能为人民做事，看作人生的快乐和幸福。对于这一点，诗人赵守亚站在时代的高度，在《铁人二十年》这首诗中作了热情的赞美：“二十年啊，你走了/却又日日夜夜/把大家的冷暖记在心窝/二十年啊，不老的是你的精神/那只铝盔/还在井架上闪闪发光/那盏马灯/还在夜空中光芒四射/那只刹把/还在荒原上扶风劈雨/那件老羊皮袄/还在风雪里温暖着北国/二十年啊，这宝贵的二十年/是缺油、缺血的中国/让你把人生慷慨地压缩/二十年啊，生命无法再生的二十年/是需要摆脱贫穷落后的华夏神州/教你把血肉与力量提前支付给祖国”。

8. 感恩社会，挚爱大众的道德人格。热爱人民是铁人最真挚的道德情感。他出身于一个贫苦的劳动人民家庭，和劳动人民有着天然的联系。他从6岁跟着父亲要饭开始就饱尝人世间的冷暖。当他用一只6岁幼童的手，把一个干裂的讨饭要来的馒头，在家乡的河里泡软后，送给父亲吃的时候，他就开始朦胧地思索着贫穷是多么可怕。“恨不得一拳头砸出一口油井来”，“我就不相信石油都埋在洋人脚下”。他把热爱人

民和热爱国家的情感，化作不竭的力量，不断去为人民创造辉煌的业绩。

9. 艰苦奋斗，不知疲倦的生命活力。铁人王进喜是最富有生命活力的人。正如王献力创作的《铁人赋》描写得那样：“巨塑如磐兮/兀立高天厚土/云镂风雕兮/嗟乎神工鬼斧/衔石精卫兮/碧海填/炼石女娲兮/苍天补/英雄铁人兮/神采威武/创业千秋兮/浩歌万古……”最让我们感动的是铁人要离开我们的时候还在渴望自己“等把病养好了，要为祖国的石油事业继续再好好干20年”。从少活20年到再干20年，铁人精神饱含着不知疲倦的生命活力。

长期艰苦奋斗的心得体会篇八

很多人都想得很简单：工作就是为了养家活口，图生存。当然这是基础的，但如果一味变成为“为了赚钱而工作”就无法体会工作的乐趣和成功喜悦，无法获得更多的提升，成为一个“上班奴”。俗话说的好：立志要如山、行道要如水，让赚钱的目标与自己的长远目标结合起来，有梦想才会有动力，也不至于虚度光阴。在工作过程中还要解决好“心”的问题。高尔基曾说，“工作是快乐时，人生便是幸福；工作是义务时，人生便是苦役”。在工作中我们会碰到形形色色的人和事情，有时候我们会受到挫折，让我们体会“进退”的深意，有时候有贵人相助，助我们锦上添花，这些都是我们人生的必修课，要从容去面对。

工匠之道就是把理想变成价值的思维法则，成败在一念之间，从改变念头开始。五大正念中首要为先做人，后做事，用小约翰拼图的故事，一语双关：“人对了，世界就对了”。岁月悠悠，人要实实在在地做成几件事情并不容易，堂堂正正做好一个人更不容易，做事先做人，做人先立德，要善于把“会做人”和“能做事”有机的统一起来。

时下，社会上一些人对工匠嗤之以鼻，认为工匠是傻子。他

们觉得把工作做完就行了，精益求精做什么？干嘛非要在牛皮纸一样薄的钢板上焊接而不出现一丝漏点？干嘛非要把密封精度控制在头发丝的五十分之一？也有一些人虽然敬佩工匠，但理念信念淡化，不愿付出劳动；但更有一部分人，凭着内心的信仰与追求，身体力行学习大国工匠，为社会作出更大贡献、创造更大价值。就像央视新闻推出的《大国工匠》系列，讲述不同岗位劳动者用灵巧双手匠心筑梦的故事，这群不平凡劳动者的成功之路，不是进大学、拿耀眼文凭，而是默默坚守，孜孜以求，在平凡岗位上追求职业技能的完美和极致，这是一种值得社会尊重的职业精神，也是当今社会最稀缺的品质。

通用10篇当我们受到启发，对生活有了新的感悟时，往往会写一篇心得体会，这样可以帮助我们分析问题出现的原因，从而找出解决问题的办法。那么你知道心得体会如.....