

最新双反教育心得体会 听双反心得体会(大全9篇)

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。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我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

双反教育心得体会篇一

听双反心得体会，是一种积极主动参与、深度思考和不断反思的过程。在这个过程中，我们不仅可以重新审视自己的过去，更能够意识到当前的不足和未来的方向。此外，双反主题更是教育我们要始终保持对生活的热情、对事业的追求以及对自己的发展的关注，这些在我们的任何阶段都是不可或缺的。

在听双反活动中，我深刻意识到自己在生活和工作中的一些问题，比如说缺乏耐心、注意力不集中、缺乏沟通能力等等。然而，在经过自我反思之后，我也开始积极寻找解决办法，比如说加强阅读、多与人沟通交流、多参加社交活动等，这些也使我在工作和生活中有了更好的表现。

和一些朋友谈起双反心得，发现他们几乎都有很多相似之处。比如，他们在经过多年的工作之后，总是会在某种程度上产生“麻木”和“沉闷”的感觉，这并不是因为他们已经达到了极限，而是因为他们忽略了自己的兴趣、爱好和乐趣，只关注工作本身。他们也认为，只有经常反思、开始尝试新的工作和生活方式，并寻找自己真正感兴趣的领域，才能够产生新的意义和价值。

四段：谈谈双反对生活的启示

双反主题教育让我看到了自己和别人在生活和工作中的一些问题，但更重要的是，开始认识到自己究竟想要什么，怎样做才是最符合自己心意的。在这一点上，我觉得有意识地探索自己的价值观、兴趣爱好、追求的梦想等都是很重要的。生活应该是有意义的，不应该只是单调、乏味、无聊而已。

五段：总结

在听双反心得体会的过程中，我学到了很多，也发现了很多，毫无疑问，在人生的道路上，我们需要不断修正自己的方向，主动学习、突破自我、不断探索和创新。只有这样，我们才能够享受到完整的生活，实现自己的人生价值，并为社会问题和人类进步做出贡献。让我们始终保持好奇心、勇气和冒险精神吧。

双反教育心得体会篇二

其实学好数学是十分简单的，只要你细心、认真，并掌握好数学四要素，那考上110分时没问题的。

首先是第一个要素：就是上课认真听讲，不分神、不走神。数学是考验思维能力与精力问题，所以，上课一旦分神，就会导致在数学老师讲题的过程中听不进去，听不进去就会变成一样类型的题不会，而上课的效率也是大损折扣。所以在课上最重要的一点，就是要保住精力，不能分神。

第二个要素：家庭作业认真做，这也是最为重要的一个因素。所谓家庭作业，就是对课上听讲的一个巩固。只有你认真做好家庭作业，才能及时对课上的知识再有一个了解。所以在做家庭作业的同时，就是相当于是在复习课上内容，同时也是在检测你上课的听讲效率。

第三个要素：就是错题本。对于这个本子可能大家并不陌生，因为老师从初一就开始让我们建错题本，可是有些同学却偷

懒不去做，其实错题本有两个好处，其一，省时间。打开本子，一目了然，用不了十分钟就复习完了。第二，复习效果也是极佳，所以，要想又省时又要复习的好，那么错题本就是必须要选择的了。

第四个要素也是我们最为熟悉的，那就是复习和预习了。所谓复习，就要看完错题本之后，再看一些例题就可以了。而预习，则要偏重于书上，而理解完书上后，大家应该尽所能在《配套练习册》或《同步训练》上找一些题做，这样就可以使你明天更加的得心应手。

相信只要大家学会学习，并掌握学习方法，注意这四个要点，数学成绩一定会上去。

双反教育心得体会篇三

在当今信息高度发达的社会，各种声音和观点纷至沓来。而双重反思，即双重否定，成为一种表达方式，也成为一种社会现象。然而，在参与反双反过程中，我深切地体会到了许多事情，这些体会促使我对于反双反有了更为深入的认知。反双反并不仅仅是站在反对者的立场上进行辩驳，更重要的是学会保持理性和客观的态度，以筛选并传递真实有效的信息。下面是我对于反双反的心得体会。

首先，反双反的目的是为了维护真实的价值。在社交媒体充斥着谣言、不实言论甚至恶意构陷的今天，反双反成为了追逐真相的必然选择。通过互联网和社交媒体的力量，人们可以宣传事件当事人的立场和真实情况，以及对于谣言和误导性信息的辟谣。反双反的核心是确保信息的真实性和可靠性，以推动社会公正和价值观的传播。当我们身处在一个信息的海洋中，我们要相信事实，去挑剔信息，为了寻找真实的价值而反对谎言。

其次，反双反需要保持理性和客观的态度。在辩论和反驳中，

双方常常会激烈地争论，情绪化的言辞往往无法让人真正认同。要成为一个有效的反双反者，我们需要保持冷静和理性的态度，在逻辑和事实的基础上进行思考和集中讨论。只有通过理性的辩论，我们才能真正地击中别人的弱点，唤起他们对于真相的认同。同时，要保持客观的眼光，不偏不倚地看待问题。只有兼听则明，才能真正理解问题的本质，才能避免盲目追随，才能成为真正的反双反者。

第三，反双反是为了维护公众的利益。对于一些谣言和不实传言，我们不能坐视不管。作为公众的一份子，我们应该积极参与到反双反的行动中来，去捍卫公众的利益和尊严。同时，我们也应该关注那些受到伤害和误导的个体，帮助他们解决问题，并为他们正名。只有通过反双反的力量，我们才能真正改善社会环境，保障每个人的权益。

第四，反双反需要思考道德和法律问题。在进行反双反过程中，我们必须遵守道德底线和法律规范。我们不能仅仅为了反驳对方而不择手段，不能通过侮辱和谩骂来伤害对方，也不能散布不实信息。我们要坚守正义和公平，通过合法的渠道进行反驳和争辩。只有以法律和道德为准则，我们才能真正发挥反双反的积极作用，给社会带来真正的价值。

最后，反双反是一个持久的过程。反双反不能只是停留在批评和辩论的表面，需要用时间和行动来证明自己的价值。反双反需要我们付出持续的努力和坚持，需要我们不断学习和提高。要成为一个优秀的反双反者，我们需要广泛了解社会现象和事件，需要不断提升自己的思维和分析能力，需要与不同的人交流和对话，以不同的视角看待问题。

总之，反双反是一种公民责任和义务，是为了维护真实和公正的社会价值而不可或缺的。通过参与反双反的行动，我深刻地认识到了反双反的重要性和价值。我将继续以积极的态度参与反双反的行动，为社会的真实和公正做出自己的贡献。希望通过我们的努力，能够让更多的人了解反双反的意义，

并加入到反双反的行动中来，为社会带来更多的积极影响。

双反教育心得体会篇四

在县统计局学习锻炼的这三个月使我受益匪浅，真正体会到了组织部门安排这次挂职学习活动的良苦用心，也深深感谢县统计局领导及同事们对我的关心、支持和帮助。我将带着在这里收获的一切，满怀信心地回到乡镇，用行动回报组织对我的信任和培养。下面我谈谈我三个月来的挂职锻炼体会。

1、强化大局意识，拓展工作思路。来到统计局我才了解到统计局工作具有承上启下、涵盖经济社会文化等方方面面工作的特点，指导全局作用极为明显，尤其是省市县目标责任考核工作开展以来，更体现了统计部门的重要作用，其突出位置也受到县委、县政府越来越多的关注。统计部门主要工作职能是按照国家规定的统计方法制度对国民经济运行现状进行统计调查、分析、预警，在做好数据统计的同时，做好省市县统计工作和部门、乡镇统计工作的衔接。通过在这里的锻炼学习，使我对统计工作的重要意义和作用有了重新的定义和全面深刻的了解。

2、强化了学习意识，以前在村委会工作，接触的日常工作种类繁多，业务技能掌握的很少。来到统计局以后，办公室主任为我找来了一系列的统计工作的专业基础知识书籍供我学习了解，我也利用整理局档案室的机会，翻阅了近年来的统计年鉴、人口普查数据、经济普查等相关资料信息，对各部门的业务工作有了相关的了解，为我迅速融入统计局工作起了促进作用。

3、增强了适应能力。对于来自乡镇的学习锻炼干部而言，的难度不是快节奏的工作，而是思维方式和生活习惯的不同。要想在学习锻炼期间有所收获，就必须尽快改变原有局部工作思维和无固定上下班时间的生活习惯，彻底摆脱自己以前那种小集团意识和晚睡晚起的作息习惯，树立全局观念，这

样才能从根本上实现角色的转变，尽快适应机关工作的规范化和全局性。通过多听、多看、多问、多思考、多学习，首先从自己的角度努力去理解、适应，在与大家的交流过程中主动介绍自己在乡镇工作的情况，让对方更多地了解我，以达到增进彼此的理解与适应。同时，我坚持“谦虚谨慎”的作风，认真做好办公室的细小事务，争取得到领导、同事的理解和认可。

4、参与第三次经济普查动员会的审核与数据汇总工作。与统计局经济普查办公室的同事一起审核各乡镇上报的相关数据资料，协助录入20xx年简明统计手册，并将数据整理成册。协助完成20xx年国民经济和社会发展统计公报，并配合局党组开展群众路线教育活动，完善各种活动计划、学习心得体会等。

5、积极参与局组织的各项活动。每周定时去我局包联路段进行卫生打扫工作，并与沿街商户宣传爱护环境，人人参与，营造良好人居环境的三创宣传工作；认真参加局党组学习群众路线教育、干部作风整顿教育等活动，通过参与这些活动，很好的提高了自己的思想觉悟、职业素养。

6、理论学习多，但实践经验相对却较少。由于统计局的各股室的分管专业的业务工作都不同，项目类别多，专业性强，我虽然掌握了一些理论知识，但在实际工作中还是很难发挥作用，不能很好的像别的同事那样通过某一季度的数据反馈情况撰写经济运行分析说明。

7、执行工作多，主动创新少。锻炼学习这一阶段，对于领导交办的工作基本都能圆满完成，但是工作中还是缺乏独立性、开拓性，等靠思想还是存在。需要更进一步发挥主观能动性，开拓创新工作思路和工作方法，争取进一步发展。

双反教育心得体会篇五

背景介绍：双反是指在文化大革命中，对于历史上的一些错误和个人的缺点的自我反省和批判的方式。然而，现在社会上存在一些“反双反”的现象，即对双反的否定和抵制。这些抵制主要体现在不愿意承认历史错误、不愿意对自己进行反思和改变的思想上的局限性。在这篇文章中，我将分享我对“反双反”的心得体会。

第一段：觉知历史的残酷与自我反省的重要性

历史是一个长河，承载着人类的灾难和进步。深入研究历史，可以帮助我们更好地认识自己，看清人类社会的发展脉络。然而，“反双反”现象的出现让我意识到，有些人遗忘了历史的残酷和我们所经历的痛苦。这种不愿意反思和改变的态度只会重蹈历史的覆辙。我认为，只有通过历史的反省，我们才能更好地理解我们所处的社会环境，找到人类发展的合适路径。

第二段：保持思考的独立和开放的态度

“反双反”现象的另一个重要特点是人们对于不同声音的抵制。有些人闭着眼睛拒绝多方面的信息，只愿意听从自己所谓的“正确”观点。这种思维的局限性会导致人们迷失在自己的小圈子里，难以发现和解决问题。在这个信息爆炸的时代，保持思考的独立和开放的态度是我们应该具备的基本素质。只有接纳不同的声音，才能真正了解事实真相，培养批判性思维。

第三段：与他人进行对话和辩论的重要性

随着社会的进步，互联网的普及，人们越来越少和他人面对面地进行对话和辩论。相反，他们选择在网络上控诉、怀疑和发泄。这种相互隔离和缺乏对话的环境使人们更加固执己

见。然而，我坚信，与他人进行对话和辩论是扩展自己视野和认知的重要途径。通过和不同意见的人交流，我们可以学习到更多的知识和见解，从而更好地认识世界和改变自己。

第四段：培养批判性思维和独立思考的能力

在面对“反双反”的困境时，我深刻认识到培养自己的批判性思维和独立思考的能力的重要性。批判性思维是一种能够分析和评价信息的能力，而独立思考是不受外界影响，独立地产生自己的判断和决策的能力。只有具备了这两种能力，我们才能独立地思考，不受偏见和错误信息的影响，形成自己的正确观点。

第五段：积极参与社会建设和推动社会进步

在与“反双反”现象的斗争中，我明白了—个重要的观念：人人都有责任参与社会建设和推动社会进步。我们不能一味地指责他人，缺乏行动。作为一个普通人，我们可以从身边的小事做起，比如倡导宽容与尊重，推动公平和正义。通过积极参与社会活动和行动，我们才能真正改变社会，消除“反双反”现象的消极影响。

总结：通过对“反双反”现象的思考和体悟，我明白了对历史的反省和自我改变的重要性，保持开放的思维，积极与他人对话和辩论的必要性，培养批判性思维和独立思考的能力，以及积极参与社会建设和推动社会进步的责任。我相信，只有我们每个人都能够意识到这些，才能真正解决“反双反”现象带来的问题，推动社会的良性发展。

双反教育心得体会篇六

教育的本质是培养人的社会属性，教育的价值在于促进人的发展和社会统一，这就是新的教育观。创新教师教育观的基本内涵包括：转变以教师为中心、以传授知识为主要目的的

传统教育观，形成以培养学生能力为主要教学目标的新教育观；改变严守纪律死气沉沉的课堂氛围，营造主动探索、生动活泼的课堂氛围；鼓励创新性学习，发挥学生的主体能动性；要敢于打破常规，激发学生创造性解决问题的欲望；尊重学生个性，善于发现和保护学生的创新意识，使每个学生都能发挥自身潜能；建立新型师生关系，尊重学生人格，以宽容、保护、积极的态度对待学生；注重实践，打破封闭式教学。传统教育中之所以出现高分低能的现象，就是教师思想上重知识轻实践造成的。一个大学物理教师不会修简单的收音机就是一例。要把教学活动延伸到相关联的现实生活中去，改变封闭的教学形式，让学生通过实践活动亲身感受具体而丰富的客观世界，从而激发其好奇心和求知欲，使其在实践过程中发现问题、解决问题。

要实施创新教育理念，创新型教师必须具备以下几种业务素质：(1)有丰富的知识结构，这是教师发挥创造性的基本保证。(2)有较高的管理艺术。管理包括两方面，一是班级的整体管理，二是针对每个学生的个别指导。(3)有丰富的感情。教师声情并茂的朗诵，热情洋溢的赞赏以及在与学生接触时的仪态、表情和举止所表现出的积极情感能随时地激发、调动学生的热情，激发学生的学习动机，学生因亲其师而信其教，变苦学为乐学，单纯的知识传授变成了双向的情感交流，使教者亦乐、学者亦乐。

能否成为一个好教师，首先在于有无敬业精神，是否嗜叹这项职业。要有捧着一颗心来，不代办根草去精神，陶行知先生献身教育无怨无悔，关键在于有一种精神。从一个人心理角度看这是一种自我超越的境界。我们每个人都有本我、自我和超我三个心理层次，培养教师的敬业精神，弘扬好的风气，鼓励教师为神圣的教育事业奉献自己，会使每个人通过自我的修养，约束本我的不正当欲念，达到超我的境界。倘若不抓住教师敬业精神的培养，素质教育就可能是空中楼阁，只有培养出良好的教师敬业精神才能把素质教育落到实处。因此，欲兴事，先兴人，铸造爱岗敬业的高尚形象，并努力

提供一切所必需的条件，使每个教师忠诚于党的教育事业。有了这个基础，教师的教育观、质量关、人生观等就比较容易调整到位，跟上时代的步伐，他们才会自觉地站到素质教育的前列，成为合格教师。

成功教育认为，教育面向的是人，培养的是社会需要的人。每一个学生都有成功的潜能，都有成功的愿望和需要。通过教育，每个学生都可以在原有的基础上获得成功，取得发展。成功教育强调，通过教育的改善，促使学生获得多方面的成功，激发其形成自我学习、自我教育的内部学习动力机制，自我开发潜能，成为学习的成功者，从而为其成为社会的成功者做好基础素质的准备。

社会在发展，科技在进步，也就要求教育的不断更新，走可持续性发展之路。我们乡镇中心幼儿园教师之路该如何走？作为教师又该如何做？面对这场深刻而全方位的教育改革，我们需要不断学习与创新，这是我们教师教育教学的生命力所在。面对21世纪飞速发展的教育，要使自己在专业道路上不断成长，就应努力走教学与科研相结合的学术道路。这一点对我的启发很深。的确，面对不断更新的教育观念，面对发展的时代，面对变化的孩子，教育需要不断更新，教育需要研究型的教师，只有不断地研究教育教学中的问题，才能提高工作效益，才能提升自身的教育教学素养。

双反教育心得体会篇七

在当今社会，人们常常面临着各种各样的压力与困惑，而“双反心得体会”的概念源自于对抵制消极情绪的思考与体验。通过反思与发掘内心的积极能量，我们可以增强自我心理素质，更好地面对生活的挑战。在接下来的文章中，我将分享我对双反心得的体会和心灵的成长。

“双反心得”即指一种心态的选择，它主张在遭遇困难与失败时，积极正面地反思问题，寻找解决办法。首先，我们需

要对自己的内心进行观察和分析，了解自己面临的情绪和困扰的原因。其次，我们需要反思问题的根源和可能的解决办法，以积极的心态面对挑战，寻求进步与改变。最后，我们需要拥有耐心和毅力，始终保持对事物的积极态度和对对自己的信任。

在我实践“双反心得”时，我发现这种心态可以帮助我更好地应对挫折与困难。例如，在一次重要的考试中，我因没有充分准备而失败了。一开始，我感到灰心丧气，觉得自己前进的道路上出现了障碍。然而，当我采用“双反心得”的观点来看待这次挫折时，我开始寻找自己学习不足的原因和解决办法。我萌生了重新制定学习计划和加强课后复习的想法，并且通过积极的行动逐渐弥补了不足。随着时间的流逝，我发现自己取得了长足的进步，并且对自己的能力和潜力有了更多的信心。

通过我的体验，我深信“双反心得”是一种积极的心态，可以帮助我们更好地应对困境，并实现个人的成长和进步。首先，积极反思是发掘问题本质和解决办法的前提。只有找到了问题的核心，才能寻找解决办法。其次，乐观的态度和对对自己的信任是战胜困难的动力。没有信心的人很容易在困境中迷失自我，而拥有信心的人则能积极行动，充满希望。最后，毅力与持之以恒同样重要。坚持不懈的努力能够让我们不断进步，实现自己的目标和理想。

第五段：对未来的展望

在未来的日子里，我将继续运用“双反心得”的理念，不论遭遇什么样的困境，都会以积极的心态来面对。我相信，通过持续努力和不断尝试，我将迈向更高的目标和更美好的未来。同时，我也希望能够传播并影响更多的人，让他们相信并实践“双反心得”，用积极的心态迎接生活的挑战。

总结：通过“双反心得”的体验与实践，我们能够更好地应

对生活中的困难与挫折。通过积极正面的心态和反思，我们可以不断寻找问题的解决办法，并在经历困境后实现个人的成长和进步。因此，让我们拥抱“双反心得”，勇敢地面对人生的起伏，迎接属于自己的辉煌与成功。

双反教育心得体会篇八

在学习中还是在工作上，我们总会遇到这样的一种情况：老师或者领导都会布置你这样一个任务：“明天交一份你这个这段时间学习活工作的心得体会上来”，这时的你是不是慌了，铺好了纸却无从下笔，不用着急，大学网心得体会频道一定让您“健笔如飞”！

爱是恒久忍耐，又有恩慈；爱是不嫉妒，爱是不自夸，不张狂，不做害羞的事，不求自己的益处，不轻易发怒，不计算人的恶，不喜欢不义，只喜欢真理；凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐；爱是永不止息，读书心得——读《淡定的人生不寂寞》有感。但是爱情是什么呢，有人问过我你认为爱情真的存在吗？我的回答是信则有不信则无，在生活中，经常能听到“神鬼妖魔”的传说，说到神会崇敬，说到鬼怪会惧怕，或许有人见到过，但我没有，也不是很希望见到。爱情不也是一样吗，说到爱情都会憧憬，或许有人拥有过，但我没有。看完这本书后才明白，成熟的感情都需要付出时间去等待它的果实，爱情也一样，但我们一直欠缺耐心。不要束缚，不要缠绕，不要占有，不要渴望从对方的身上挖掘到意义，那是注定要落空的东西。有谁会用十年的时间去等一个远行的人？有些爱情因为太急于要得到它的功利，无法被证明，于是显得单薄。爱，要经的起平淡的流年。但人的感情也是有底线的，与其苦苦等待不可能有的结果，还不如放弃。放弃也是一种爱！因为爱他，所以离开他。很感人的一句话。有些感情如此直接喝残酷，容不下任何迂回曲折的温暖。带着温暖的心情离开，要比苍白的真相要好。

古龙曾经说过：真正的寂寞是一种深入骨髓的空虚，一种令你发狂的空虚。纵然在欢呼声中，你也会感到内心的空虚、惆怅和沮丧。曾经有一段时间，手机只是当做钟表来用，走在大街上，会感觉过往的车辆人群都那么的让人烦躁，食堂的嘈杂更是难以忍受，音乐在耳边也显得刺耳，不想与任何人联系，常常会在噩梦中惊醒，动不了，黎明过后才慢慢睡去。这就是我感受到的寂寞。原来大可不必这样，如果在工作学习中不得志，不要悲观迷惘，静下心来好好审视和反思自己，积极乐观面对挑战；如果被爱情抛弃，不用悲伤更不要怨恨，守住一颗淡定而宁静的心，重新面对生活，珍惜身边的人，你会觉得生活依然还是那样美好。

如果你因为错过了太阳而哭泣，那么你也要错过群星了，人生就是一个学习的过程，只有在体会过失去的痛苦以后才知道珍惜，但以前的永不再来，这就是成长的代价。坚守自己心中的本真，不去过多地考量别人的错误，不要在乞求他人对自己的理解中消耗过多的时间和精力，要从被动地适应他人中解脱出来，否则你就是在用别人的错误来惩罚自己，最后被伤害的或者失去的是自己而不是别人。一根手指指向别人的同时，会有三根手指是指向自己的，这就提醒我们：要平静下来，多反省自己，观照内心，宁静以致远。

人的心理是非常复杂的，寂寞、悲伤、愤怒、失望、抑郁、痛苦等等心态时常会出现，我们可以尝试着慢慢地去接受它们，这些情感也都是自己的一部分，以旁观者的角度观察自己悲观时候的状态，平静淡然的去分析去反思。宠辱不惊，看庭前花开花落；去留无意，望天外云卷云疏。

[]

双反教育心得体会篇九

今天，50岁的景海鹏再度出征。作为神舟十一号飞行乘组指

令长，他将和“新人”陈冬一起执行此次载人航天任务。至此，他成为中国第一位三度飞天的航天员。他将打破中国载人航天的多项纪录，成为中国飞得次数最多、时间最久、高度最高的航天员。

年过半百，作为一个“二度飞天”的航空英雄，他本可以安心的享受家庭温暖和人民赞誉，但是为了那曾经的航天梦，他再一次披起了战袍，第三次踏入太空之旅。

同样是国家和人民的儿子，领导干部要学习景海鹏以国家利益为重的大局观，在国家有需要时，义不容辞的担当责任，去实现一个又一个的梦想。不逃避、不抗拒，争做人民心中的“英雄”，听从国家的召唤，为社会主义事业尽职尽责。

作为一个从小有“飞行梦想”的少年，景海鹏不只是空想，他通过自己的努力，一步步实现了这个伟大的梦想。领导干部要学习其“让梦想照进现实”的拼搏奋斗，不妄自菲薄，也不好高骛远，脚踏实地地建设社会主义事业，在提升自我修养、服务人民群众、建设城市乡村、改善精神文明等方面下功夫，以个人的“英雄梦”助力“中国梦”的实现。

三度飞天，这是许多人不敢想象的事。但是在景海鹏身上却成为了现实，这其中的艰辛难以想象，不仅要面对身体素质的挑战，来自各处的精神压力也是一大困扰。50岁，说老不老，说年轻也不年轻，但是50岁还能保持20岁一样的激情，这值得领导干部去学习反思，为什么在日常工作中就没有动力和激情，同样是国家任务，不管是“飞天”，还是“为人民服务”，都应该保持一颗积极进取得心，不因为枯燥就放松懈怠。

作为领导干部，应当如景海鹏一样有梦想、有使命感、有责任感，不怕困难、不怕挑战、不怕岁月侵蚀，保持一颗进取、拼搏、奋斗的心，去相应国家的每一次号召，去完成每一个看似不可能完成的任务，这就是“英雄之心”。