

# 抽烟心得体会5000字(实用6篇)

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

## 抽烟心得体会5000字篇一

本月二十日，根据县教委的安排，我报名参加了为期两天的“公需科目”培训，听取了进修学校石邦君老师主讲的《公共突发事件应急处理》一课，石老师的授课，深入浅出，通俗易懂，旁征博引，富有哲理。深感收获匪浅，使我深深体会到处置好工作中的突发事件任务之艰巨、责任之重大，以及不断提高自身依法管理水平和应对突发事件能力的必要性和紧迫性。

从近年的突发事件的发生看，无论是何种公共事件，大多是因为个别领导干部官僚主义严重、漠视群众利益、工作方法简单粗暴、违法行政（群众利益得不到保障、生活无着落、政策不配套、标准不统一、情报滞后信息不灵）、干部执政为民思想缺失、宗旨意识淡漠、基层组织软弱涣散、难以化解不稳定因素、对农村黑恶势力未能及时打击处理而致使事件升级。尤其是在当前改革攻坚阶段，各种矛盾增多，各类群众利益诉求增多，行政侵权、司法侵权个案的发生，很容易升级为涉政公共事件。所以要求我们每个干部：

一、要在处理突发事件时必须依法行政，公正文明执法，坚决防止侵害公民基本权利的行为发生。

二、要从提高党的执政能力的高度，切实增强预防处置突发

事件的政治责任感和自觉性。

三、要把维护好群众的利益作为改革发展的出发点，从源头上预防和减少公共事件的发生。

四、要正确把握处置突发事件的原则，完善处置机制，真正建立和完善矛盾纠纷排查调处机制、预警机制、应急处理机制和责任追究机制，进一步提高预防和处置能力，坚持正确的处理原则和方法，一旦发生突发事件：

5、要加强各部门协作配合、加强情报信息，严密防范、严厉打击敌对势力插手利用。

五、要切实加强基层三级管理网络建设，把人员、责任真正落到实处，筑牢维护社会和谐稳定的第一道防线。

必须下大力气抓好三级管理网络建设，牢固树立强基固本的思想，把加强基层基础建设作为促进经济建设发展和社会稳定工作的重中之重，努力把各种不稳定因素解决在基层和萌芽状态。要以村、社区为重点，切实加强信息员教育，充分发挥其信息作用。

六、要努力掌握网络媒体舆论的主导权，消除媒体可能传播放大矛盾的负面效应。

要始终坚持团结稳定、正面宣传的方针，加强正面宣传引导，充分发挥舆论宣传在理顺群众情绪、化解社会矛盾、协调利益关系方面的重要作用，形成积极向上、团结和谐的主流舆论，营造政府与人民同舟共济、共闯改革难关的舆论氛围。对形成热点的事件，应冷静的分析和处置，和媒体建立和谐共鸣的良性互动，审时度势，力求主动，最大限度的满足公众的知情权、参与权、表达权和监督权的要求。要善于组织力量通过媒体传达政府声音、主动介入、主动化解事件的矛盾，不给舆论炒作的机会和时间。各级干部要努力适应网络

化、信息化时代的挑战，正确对待媒体监督和网上舆论，对正常报道要自觉接受监督和批评，迅速纠正，对与事实有出入的应及时沟通，谈明情况，取得理解。对恶意炒作的，要开通正面渠道，引导舆论。真正达到媒体与政府异口同声，不让别有用心的人有缝隙可钻。

## 抽烟心得体会5000字篇二

安全是企业兴亡的基石，是企业的生命线，效益的前提，安全生产事关职工生命和企业财产安全，事关社会稳定，因此作为一名内蒙古鑫旺再生资源公司的一名员工，更应该加强安全技术培训学习，增强自身的安全意识。

通过这次公司安全培训的学习，使我意识到在工作中要强化“超前意识”，“预防为主”的理念。通过安全培训里的几个案例我知道，生产安全事故一旦发生，将会带来一系列的社会问题和不可挽回的经济损失，即使多加几个“不放过”也时为晚矣。在贯彻“安全第一”工作中必须遵循“预防为主”的原则，通过对设备的状态，检修管理，有效防止设备维修过或又维修，从而保证设备的正常运行，提高设备利用率。再者，要加强个人安全技术培训，提高自身安全防范意识。提高自身素质不仅仅是安全生产管理的要求，也是企业发展的需要，在班组绩效考核中要把自身的安全知识，安全技术水平，业务能力相结合，使自己具有较高的技能，较强的分析判断和紧急情况处理能力，实现安全工作“要我安全-我要安全-我懂安全-我会安全”的转变。

安全生产是企业的头等大事，在今后的的工作中，我会认真贯彻落实公司的安全生产方针，认真执行公司安全生产管理理念，并将安全生产工作放在自己的职业价值中去。

## 抽烟心得体会5000字篇三

开展以罗发玉违法违纪案件为反面典型的警示教育活动，增

强拒腐防变能力的要求，进一步加强对广大党员干部的党性、党风、党纪教育，努力提高各级党员干部抵御风险和拒腐防变的能力。罗发玉违法违纪案件为各级领导干部提供了很好的明断得失的镜子，作为我个人，也从中受到了深刻的教育和警示。

思考这个典型案例，我主要从以下几个方面谈谈认识。

一、领导干部必须树立正确的世界观和坚定正确的理想信念。

毛泽东同志指出：事物发展的根本原因，不是在事物的外部而是在事物的内部。唯物辩证法认为外因。养和领导能力都提出了新的更高的要求。面对社会的深刻变化，我们要抓住机遇，乘势而上，切实把学习作为自己终身的任务，不断提高自己的知识积累，不断优化自己的知识结构。同时，坚定理想信念和信念，不断改造自己的主观世界，树立正确的价值观、地位观和权力观，忠实地践行“三个代表”，筑牢思想上的防线，才能立于不败之地。

二、领导干部必须认识到“手中的权力是人民赋予的”，要正确运用手中的权力，要自觉接受党和人民群众的监督。罗发玉从一个贫苦农民的子弟成长为一名党的高级干部，也曾为人民做过一些有益的工作。但随着权力和地位越来越高，周围的赞扬和吹捧越来越多，他逐渐地不清醒了，把廉洁自律的要求和接受监督的要求置于脑后，逐渐开始用手中的权力谋取私利，最终从一个党的高级干部蜕化变质为人民的罪人。罗发玉的落马，可以清楚地看到，他思想上的蜕变始于思想防线的崩溃，由生活作风的失检，到想方设法以权谋私，逐步发展到经济上贪得无厌，政治上与党离心离德，最后一步一步走向毁灭之路。古人言：“勿以恶小而为之，勿以善小而不为”。一个人面对各种诱惑，最大的敌人是自己，要经得住考验，迈得过关口，罗发玉走向自我毁灭，再次印证了这样一条真理：权力失去监督必然导致腐败。领导干部作为组织的一员，既有监督的权利，也有接受监督的义务，既

是监督者，又是被监督对象。身为领导干部，应该明白这样一个道理：自己不论在工作上取得多大的成绩，都应首先归功于党，归功于组织，任何人离开了党的组织，离开了领导集体，离开了人民群众的支持，终将一事无成。我们的权力是党和人民赋予的，权力的大小与为人民服务的责任是密切相联的。无论在什么岗位上掌权、用权，都要想人民群众所想，急人民群众所急，办人民群众所需，真正做到全心全意为人民谋利益，坚定不移地维护人民群众的合法权益，无私无畏地同一切损害群众权益的现象作斗争，保持人民公仆的本色。

三、领导干部必须带头加强廉政建设和反腐败斗争。我们党的全部工作，就是为人民谋利益，能不能正确对待名、权、位，是对领导干部十分现实的考验。领导干部只有严于律己，在勤政廉政上作表率，才能把一个单位的风气树起来。如果凌驾于组织和群众之上，搞以权谋私、权钱交易，贪图美色，最终会在权力、金钱和美色考验面前跌跤翻船。篇二：领导干部违纪违法典型案例警示录学习体会《领导干部违纪违法典型案例警示录》学习体会按照集团党委的要求，认真学习了“三严三实”专题教育《领导干部违纪违法典型案例警示录》。书中精选了党的十八大以来查处的9起领导干部违纪违法典型案例，深刻剖析其原因和教训，以警示和教育各级领导干部自觉践行“三严三实”的要求，增强纪律观念和规矩意识，改进工作作风，守住做人、处事、用权、交友的底线。对我起到了深刻的教育和警示作用，通过深入思考，总结以下三点。

一、树立正确人生观、杜绝腐朽思想入侵唯物辩证法认为外因是变化的条件，内因是变化的根据，外因通过内因而起作用。他们走上自我毁灭之路是各种因素作用的结果，从一个党的高级干部堕落为人民的罪人，最根本的原因就是他背弃了正确的理想信念，放松了学习，背离了党的宗旨。他们作为一名受党教育多年的领导干部，放松了思想改造，丧失了理想信念，失去了精神支柱，失去了灵魂。他们的毁灭警示

我们，理论上的糊涂就会导致政治上的动摇，政治上的动摇必然失去正确的航标，失去健康向上的工作作风和生活态度，必然栽跟头。中华民族需要伟大精神力量，每个人需要有崇高的理想和人生追求，反之就难免会被各种“糖衣炮弹”打倒，人的思想观念也会发生变化。党员干部只有树立正确的世界观、人生观、价值观，正确对待名利、地位、权力，才能对一些重大问题保持清醒的认识和理性的态度，才能战胜形形色色的错误理论和思潮，才能让正念占据心灵高地。有什么样的世界观就会有什么样的人生追求，要切实解决好世界观、人生观、价值观这个“总开关”的问题，不投机取巧、不心存侥幸、不徇私情，完善自我，反对小我，争做大我。

二、完善制度建设，健全监管机制，让权力行使在阳光下这些案例都存在制度建设不完善，监督机制不健全、体制漏洞没人管等问题。这些教训都教育我们，要惩治和预防腐败必须要完善现代企业制度，健全企业监督机制，加强企业监督管理，确保权力在阳光下运行。在完善制度，落实监督时要对上能约束企业领导，对下能管住基层干部和广大党员，只有这样我们的企业才可能有可持续发展，只有这样才能真正预防和保护我们企业的领导干部与广大党员及群众的根本利益。让制度约束领导干部正确行使权力，有益于社会进步、企业发展和个人成长。要心存敬畏。要敬畏纪律、敬畏法律、敬畏制度、敬畏群众、敬畏社会，自觉接受各方面的监督，时刻把纪律挺在前面，按照党章和《中国共产党党员领导干部廉洁从政若干准则》的要求办事。

以案为鉴筑牢拒腐防变思想防线规范行为永葆公仆本色深入开展反腐倡廉警示教育活动对于广大党员干部特别是领导干部廉洁从政，严守党纪国法，推动党风廉政建设和反腐败斗争，都具有重要的意义。2015年5月28日，州人大机关组织干部到州博物馆参加州纪委举办的腐败典型案例展警示教育活动，展馆展示了吴运豪、王祖鹏、钱镇、刘成春等一批腐败典型案例图片。2012年至2014年，全州纪检监察机关共立案741件793人，给予党政纪处分759人，移送司法机关44人，

挽回经济损失3694.94万元，充分体现了州委、政府坚决惩处腐败分子的信心和决心。通过警示教育活动，看见几个人，过去曾是同事，由于他们放松了对世界观、人生观的改造，抵御不住诱惑，走向了犯罪的深渊，以致身陷囹圄，结果令人痛心，我对此感受颇深，启发很大。

一旦追逐名利、捞取功名，就会导致急功近利，贻误事业的发展；一旦恃权轻法、心存侥幸，就会触犯法律受到制裁，最终变成人民的罪人。从中也使自己清醒的认识到：作为一名领导干部，应该时刻提醒自己，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“三严三实”和“忠诚干净担当”。如果为人民谋利益之外的胆子大了，会出大事，轻则政治上的死亡、精神上的死亡，重则生命上的死亡。如果是这样，怎么能对得起党组织的精心培养教育，对得起上级领导和人民群众的信任和重托，对得起给予自己无限关爱的家人。通过学习对照，既提高了自己的认识水平，又从反面教材中汲取了教训，从点点滴滴处严格要求自己。

二、以身作则，作好表率，永葆公仆本色一是带头廉洁自律。廉洁自律是反对腐败、加强党风廉政建设的关键。领导干部能否以身作则，对加强党风廉政建设，推动反腐败斗争的深入开展至关重要。以身作则，首先要做到廉洁自律，这是每一名领导干部必须具备的品格。

## 抽烟心得体会5000字篇四

尊敬的班主任老师：

我怀着深深懊悔的心情向您递交这份检讨，以深刻反省在校抽烟的严重错误。对于我在学校寝室吸烟的事情，相信您已经调查得很清楚了。面对错误，我感到很懊悔很羞愧，我觉得自己是一名不合格的中学生。

回顾我的错误，我感到内心十分纠结。20--年--月--日下午，我伙同几名同学去实验楼男厕所抽烟，路上被您找到我们抽烟。

经过您的'严肃批评，面对错误，我感到十分痛心。我的错误充分暴露出我不思进取、行为散漫、品行不端等问题。身为一名高中学生，自己尚未成年就公然在学校抽烟，给周围同学树立了不良范例，给班主任的学生管理工作业绩蒙上阴影。我已经深刻地意识到了吸烟的危害性，首先香烟的组成成分之一是尼古丁、焦油，都是一种致癌物质，因此香烟极度危害人体健康。其次我还是一个未满18周岁的高中生，从法律意义上讲就没应该吸烟，这也是违反了法律法规的。

错误发生之后，我回家反思，面壁思过了三天，终于幡然醒悟。我决心浪子回头，彻底改正错误：

首先，我必须就抽烟这样严重的错误向全班同学道歉，并且彻底摒弃抽烟恶习，与之彻底告别。

其次，我必须重塑自我内心，纯洁心灵重新认真学习当中，与同学们共同学习，一同努力。

再次，我必须从此次错误当中充分吸取教训，以自己经历告诫身边失足的同学，避免他们重蹈我的覆辙。

最后，我十分恳求地希望班主任老师原谅我的过错，给我一次重新改正的机会，我将尽我所能弥补错误带来的负面影响，努力认真学习以优异成绩回报师恩。

此致！

检讨人□--x

20--年x月--日

## 抽烟心得体会5000字篇五

20xx年1月，一场以向张桂梅学习为主题的“感恩行动”在丽江市迅速掀起，成为推动和谐社会建设的强大动力。张桂梅为何与“感恩”产生联系，她的感恩情怀源自何处？记者从她的人生轨迹中找到了答案。

出生于1957年的张桂梅，年轻时不仅长得非常漂亮，而且性格开朗，能歌善舞，对生活充满憧憬。她原本有一个幸福美好的家庭，夫妻双双在大理市的一所中学教书。但正当夫妻俩沉浸在甜蜜、美好的生活中时，不幸却突然降临到他们的头上，她的丈夫得了不治之症。为了给丈夫治病，她东奔西走到处借钱，能够借到钱的地方都借了，该花的钱都花了，但丈夫的病还是不见好转。1995年，身患癌症的丈夫离她而去，张桂梅陷入极度的悲痛之中。后来，在同事的帮助下，她决心重新振作起来，为了摆脱令她触景生情、伤感悲痛的环境，1996年8月，张桂梅从大理调到华坪，在这片完全陌生的土地上开始了新的工作和生活。

张桂梅经历了太多的磨难，但这些磨难更加激励起她对生活的爱和希望。想想那些学生期盼的目光，她咬紧牙关，回到学校把检查结果锁进抽屉。这一切，她没有告诉任何人，一直坚持到把学生送进考场才住进了医院。1997年7月，张桂梅做了肿瘤切除手术。手术后，医生要求她必须注意休息，最少要调养半年。可是为了学生，她在手术后的第24天，又走上了讲台。

张桂梅的事迹迅速传遍华坪大地。县政协委员来学校视察，校长在汇报时，介绍了她的情况。听了介绍以后，所有委员马上起立向她三鞠躬，并当场为她捐款6230元。县里召开第八次妇代会，全体代表和县领导都为她捐款。希望她好好治病。对此，张桂梅眼泪夺眶而出：“病无情，人有情，这是一些多好的人啊！”

发生在丈夫和她自己身上的两次磨难，使她想到，人与人之间是多么需要理解、帮助和支持呀！如果没有华坪人民，她的生命将无法延续。她说，她的生命属于华坪，把全部精力奉献给华坪人民。正是由于这种感恩的心态和情怀，张桂梅把人间最伟大的母爱献给了他的学生和那些失去父母而需要帮助的孩子。

## 抽烟心得体会5000字篇六

自国务院办公厅于20\_\_年10月25日颁发{国办发〔20\_\_〕101号《突发事件应急预案管理办法》}以来，编写、演练、完善应急处置预案已成为电厂生产人员每年的必修课。每年，各单位都会组织各生产部门及生产班组人员进行不同形式、不同内容的演练，也确实提升了人员的意识，取得了一定的效果。但是，通过这几天连续的学习-崔艳老师的《领导者公共表达与形象建构》，闪淳昌老师的《以人为本安全发展》和《公共安全与突发事件应对》以及钟开斌老师的《突发事件应急处置》、《突发事件舆论引导》，认识到我们以前的眼界还不够宽阔，知识存在片面性，应急演练存在有明显的不足和漏洞，缺少了对外信息和引导舆论的意识和对外人员的技能练习，对外联系汇报不充分、不全面，需要进行针对性的练习和指导。

孟津电厂的集控室内放了91个专项应急预案和1个综合应急预案，平时都是束之高阁，没有几个人会去关注和了解，每年也只有有在演练的时候才会拿出来，而且也只有那么几个预案能被真正的练习和修编，其他的则没有几个人去关注、去演练、去修编，情况实在不容乐观。“安全生产、预防为主”，应急处置预案的修编、完善与演练是我们能处理好事故的基础，每一个应急预案我们都应该进行全面的风险分析和精心的演练，认真总结发现的问题，提出改进措施，并及时的对预案进行修订和完善。在发生较大的安全生产事件时，要立足自身岗位，履行岗位职责，本着“早发现、早报告、早研判、早处理、早解决”的要求，以“时间第一、现场第一、

效果第一”原则，认真执行应急处置预案，对外要主动通报，说事实、讲道理，不欺瞒、不掩盖，能正确的引导舆论，占领住“三个地带”。

“天下之患，最不可为者，名为治平无事，而其实有不测之忧。”日常中，对于安全生产我们应该坚守红线，健全安全生产管理体系，明确岗位职责，落实安全生产责任制，做好日常的应急预案的修编与演练，夯实日常安全管理的基础，以如履薄冰、如临深渊的态度做好安全生产工作。