

没有任何借口读后感心得体会 没有任何借口读后感(通用7篇)

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。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，我们一起来看看。

没有任何借口读后感心得体会篇一

《没有任何借口》是美国西点军校200年来奉行的最重要的行为准则，它强化的是每一位学员想尽办法去完成任何一项任务，而不是为没有完成任务去寻找借口，哪怕是看上去合理的借口。它体现的是一种完美的执行能力，一种服从诚实的态度，一种负责敬业的精神。其核心就是敬业、责任、服从、诚实。

《没有任何借口》里讲了作者费拉尔·凯普在美国西点军校军训时的事情。教官只允许学员说四句话：“报告教官，是！”、“报告教官，不是！”、“报告教官，我不知道！”、“报告教官，没有任何借口！”——如此之严。想想我们也刚刚军训结束，在训练中，总有人偷懒，“累死了！”、“渴了！”、“走不动了！”成为了我们不认真训练的借口，也直接导致了我们班没有在阅兵中获奖。我认为，我们应该放弃借口，把事情做到极致，我们无法改变或支配他人，但一定能改变自己的影响力，坚定完成任务的信心和决心。越是环境艰难，越要敢于承担责任，锲而不舍，坚忍不拔，就一定能够消除借口这条寄生虫的侵扰。

我想到了我自己。我也是一个喜欢找借口的人。因为班主任老师要求我们早晨起来读英语，我把闹钟定在了六点，可当闹钟响的时候，我按停闹铃，心想：“再睡五分钟！就五分

钟！昨晚睡太晚了！”最后拖到了六点三刻才起床，已经没有时间读英语了。妈妈批评了我，我决定按时起床。

找借口等于说谎。说谎话的人是不诚实的人，不诚实的人是很危险的。因为不诚实，所以不能够与人相处长久，不具有团队和合作精神，更不能实现自己幸福和成功的愿望。因为“不找任何借口”，便不会编织借口而说谎而欺骗，诚实会让人变得强大和高贵。

我决心不再找借口！就从现在开始，在学习中，在生活中，杜绝任何一次寻找借口的行为吧！

没有任何借口读后感心得体会篇二

《工作没有任何借口》乍看这本书名让我感觉有些不通人情，人无完人，怎么能做到事事完美？可是细细读完整本书，结合自己的工作实际让我感觉到，在工作中，“没有任何借口”是一种优秀的职业素养，更是一种良好的人生态度。

书中说“人可以飞到天边去，却飞不出那层薄薄的皮肤，我们只有诚实面对自己，不躲避、不抱怨，并尽力做好眼前的工作，才能进一步实现最有价值的人生。”任何人都希望自己拥有一个广阔的世界。那么，广阔的世界从哪里来呢？书中给了我答案。工作境界决定人生的世界，一个人有多高的工作境界，就能创造多大的人生世界。不找借口，是从根本上对自己的命运负责。没有借口不只是做好本职工作的前提，更是每个人自身发展的需要。

在工作中必然遇到各种各样的问题，我们应尽量找方法解决而不是找借口避开。回想刚来到清河监控调度中心办公室工作时，由于自己业务也不熟练，又赶上外审，虽然加班加点的工作，但是工作效率并不高，后来我发现自己在做任何事情的时候都怀有一种人手少、新的岗位业务不熟练，即使做得不好领导也不会责怪的心态，总是在无形中为自己找这样

或那样的借口，一个人要想找借口，就有找不完的借口，可是结果呢？我仍是在加班，工作还是没做好，自己则在抱怨和痛苦中停止不前。于是我开始不找任何借口，想尽办法把工作做好，结果我们顺利的通过了外审工作，自己的业务水平也得到了加强，而且在工作中找到了乐趣。

在工作中“没有任何借口”不仅是一个人成功的理念，也是一个团队成功的理念。格兰特是美国西点军校的毕业生之一，南北战争期间，他担任统帅时捷报连连，最后取得了战争的胜利。在谈到胜利的原因时格兰特说：“在整个战争中使我明白一个道理：面对害怕，恰恰是我们放弃解决问题的借口。而没有任何借口，能让我们所向无敌！”清河监控调度中心是一个集体，在工作中遇到难以解决的事情时，让我们尽量寻找解决的办法，少为自己找一些借口，当我们出现矛盾时，让我们多为对方着想，少为自己找一些借口，我想我们这个团队也能所向无敌，成为最好的团队。

无论身在什么样的岗位，我们都要为自己的工作负责，没有任何借口地去执行，出色完成工作，让我们一起努力。

没有任何借口读后感心得体会篇三

西点军校的行为准则，使自己从中认识到个人素质，整体素质，对一个人和一个企业的重要性。它会促使我们在工作中做的更好，是我们做好事情的必要前提。注重行为细节，在工作中做到细致细微，才能更好的完成任务。

去做一件事情需要脚踏实地，拥有务实的心态，一步一个脚印，注重过程的同时，同样注重结果。切实把每一件事情办好，执行到位。服从是军人的天职，在工作中服从领导交予的任务是我们的责任。必须做到服从安排，才能朝一个正确的方向前进。

西点让每一个学员明白，在团队中每一个人必须对自己的一

切行为负责，每一个学员必须恪尽职守。这样的团队才有生命力，才会无往而不利。而且整体形象也会呈现出强健的外在表现和饱满的内在精神。

完成一件事情，当各种条件不具备时，也不能轻言放弃，任何事情的完成都不是一帆风顺的，要坚持方向，奋力前行，因为工作的使命要求我们不能放弃。坚持就是胜利，要创造条件，想办法。越是困难，越是应该把工作做好，这样才能收获更多成果，取得更大成功。

明确职责分工，明确任务，绝不推卸责任，自己的事情自己尽最大努力解决，我们的责任是做好每一件工作，肩负使命，完成盈利。当我们得到面包的同时，我们同样也得到了赋予的责任。所以只有完成工作任务，才能使自身素质得到提高，才能使企业向前发展。

服从是西点军人职业的第一要义，我们作为企业团队中的一员，必须服从上级的命令，乐于并且应该全力支持上级的计划，把为自己思想为转移的不切的想法抛向一边，做到绝对的听从安排，听从指挥，这样才能在一个整体中保持一致，才能在每一次的任务中积极正确的面对问题。服从也是个人自制的一种形式，表现出严格的纪律性。自始至终遵照指示做事，遵循企业价值观念，才能胜算在握。反之，学不会服从，不养成服从的观念，就不能在工作中达成共识，不能迈出行动的每一步。

现实生活中很多例子证明，谎言能毁掉一个人，无缘无故的撒谎，是品质败坏，道德沦丧的表现。在平时社交或者工作中，人与人相处，谁又能受得了欺骗呢？不说谎话，正是要求我们做一个诚实可信的人，取信于人，方能成事于人。诚可融万物，信可达天下，诚实是一个人良好的素质。

一个富有战斗力，进取心和协作的团队，必定是一个有纪律的团队。同样，一个忠诚敬业的员工，必定也是一个严格遵

守纪律的员工。遵守纪律，才能使工作有条不紊，条理清楚。遵守纪律，表现出一个人强烈的责任感和爱岗敬业的精神。所以，任何一个团队和企业都需要纪律来约束，拥有纪律性，才能焕发出更强大的前进动力。反之，则会杂乱无章，混乱无序。

我们应该与企业，与领导维系深刻的情感，集体成员本身工作在同一环境下，要切实履行责任，要热爱企业文化。时刻提醒自己：我们是在自己的公司里为自己做事，我们的产品就是我们自己。寄情于所处的关系，所做的事，才能真正与事业融为一体。只有热爱它，才能驾驭它，才能把事情做好。时刻保持理智的情感，不管对人，还是对事，都应做到理智处理，清晰分析，明确判断，从而保持良性的发展，使自己与企业良性共赢。

忠诚是一丝不苟的责任，更多的体现在工作的兢兢业业，自觉心系公司利益，恪尽职守，崇尚道德。在危难之际，忠诚的员工往往可以迸发出惊人的价值。无论危机到来，还是命悬一线，都能不离不弃，始终保持一致，同舟共济，共度难关，可想这是多么难得的品质，对于一个人，还是企业这都是无价之宝。大道思想：精忠报国！可见忠诚的力量，无畏的英雄主义情怀。做一个忠诚的职业者，就是做到了英雄主义。

个人归属于团体，是一个人赖以生存的基本条件，是一个人的基本义务，也是忠诚的道德表现。一个脱离了团体的人是非常脆弱的，人的一生会归属各种团体：家庭，学校，企业，国家以及各种组织，在这种有组织，有规律，有期盼的家庭概念中，个人才能得到保护，并充分发挥个人才能。从辛辛纳图斯拯救罗马，乔治*华盛顿放弃私权建立共和政体国家，都表现出一个人永远忠诚于国家和人民的伟大情怀和无私奉献的精神，他们是一座座忠诚的人格丰碑。

没有任何借口读后感心得体会篇四

在现实生活中，每个人都习惯于寻找借口从而躲避许多事情，为自己没有尽力完成的事情寻找一种退路。《没有任何借口》这本书中的美国西点军校200年来重要的行为准则和精神力量，它体现了一种用脑、用心、用力干事的极端负责态度，体现了一种锲而不舍、追求成功的执着敬业精神，其价值内核即是“有效执行”，使每一名学生都具备强烈的责任心、荣誉感和纪律意识，都能够不讲任何条件，排除一切困难，以完美的执行能力达成目标。

该书就“学会对自己负责，目标的力量，保持正直，掌握成功法宝，自我尊重，提升态度和热情，保持自制，保持诚实，更新知识结构，理解他人，让‘没有任何借口’融入生活，坚定决心，走向成功”等内容进行了详细的阐述。全书用简单普通的话语来描述，细读起来，却包含了一个个很深的哲理，无论对工作还是生活都有着很深的启迪作用。

《没有任何借口》，体现的是一种坚强的毅力，完美的执行力，一种坚持、谦逊、诚实、无私、自信、尽职的态度，想尽一切办法、不找任何借口去完成任务的作风。没有任何借口是一种素质，是一种态度，更是一种责任。

借口是消极习惯的一种生存方式和独特的存在状态，寻找借口就是对所做事情的拖延和放弃。

借口就是一面敷衍别人、原谅自己的挡箭牌，是一副掩饰弱点、推卸责任的“万能器”，“借口”让我们屈服于眼前的困难，使完全可能做成的事浅尝辄止，功亏一篑；“借口”让我们放纵了对自我的磨砺与陶冶，使我们的意志品质变得彷徨脆弱，“借口”让我们满足于仅有的成绩而不思进取，甚至得过且过任由岁月蹉跎。

在困难面前，所有的“借口”都不过是懦夫与弱者的假面具，

是向困难屈服的投降书，无论在什么样的环境，遇到什么样的情况，我们都必须学会对自己的一切行为负责，这也是做人的一项基本要求。

工作中，我们对一些出现的问题没有正视，不能积极主动的加以解决，而是千方百计的寻找借口，致使工作无绩效。无形中，这样那样没完没了的种种看似合情合理的“借口”，大大压缩了我们的生存空间，减少了我们的发展平台，磋磨了我们的奋斗锐气，降低了我们的生命成色。一旦遇到问题，总是习惯于找一些冠冕堂皇的理由，继而换取他人的理解、原谅。人就会疏于努力，把本该放在工作上的精力和时间花在寻找逃避的借口上。基于这样的认识，我深深地体会到在我们日常的工作和生活中，不能找任何借口。若工作没完成或者没做好，试问一下自己是否尽到全力，是否有更好的方式方法加以完善，通常情况下，答案都是肯定的。

一个人要做好自己的本职工作，就应该时刻保持高度的责任意识和敬业精神，不论做什么事，都竭尽全力。只有工作是主动的、积极的、认真的、发自内心的，“有效执行”才会体现得淋漓尽致，正如书中所说：“学会负起全部责任，全力以赴的努力，整个世界都会为你让路”。

通过阅读这本书，让我深刻地了解到，“借口”无论在我们的工作或是生活中都是有百害而无一利的，让我们养成不给自己找任何借口的好习惯，增强我们面对困难时的勇气和信心，培养积极、进取的工作态度，也激励我们切实提升执行力，为公司的发展做出更大的贡献。

没有任何借口读后感心得体会篇五

近段时间，我通过阅读《没有任何借口》这本书，使我从中受益匪浅，对我在工作和生活方面产生很大帮助。读后，使我从中悟出一个道理，那就是“一个人若要想成功，就不要在工作、生活、学习方面为自己寻找任何借口”。

工作中很多时候我们常常抱怨外在的一些条件，找出一些这样或那样的借口，为自己开脱，以求得所谓心理上的平衡，而没有从自己身上真正去查找原因。

我通过阅读《没有任何借口》这本书，以后为自己开脱的想法和做法不能再出现，不能为自己寻找一些所谓的任何借口。

我应该怀抱一颗感恩的心，带着热情去工作。有时候，不应该把坏情绪带到工作中来，不能因为自身的原因，影响到部门的绩效。

让阅读成为一种习惯，通过阅读不断丰富提高自身的修养。对于领导安排的工作，我要及时地付诸行动，并且要尽心尽责地去干好，对待工作要认真负责，不能马马虎虎。在工作过程中，我要及时地向主管领导请示、汇报工作进度。

每当我回忆起“早些年，我在外地工作漂泊不定时，后来，我把想回家工作的想法告诉了我的父母。我的父亲十分重视这件事情，及时地把我想到水泥厂上班的想法告诉了当时的党委书记，党委书记爽快答应，并且很高兴同意我到公司中来。当我接到父亲打来电话那一刻，说我“可以到水泥厂上班了”，我当时心潮澎湃、感慨万千，我在外漂泊了很久的“心”终于可以回家了；我终于可以和我的父老乡亲、兄弟姐妹、长辈们在一起工作了”。所以，无论到什么时候，我都不能为自己寻找任何借口；无论到什么时候，我都不会忘记是公司领导给予了我一次难能可贵的工作机会。

“羊羔有跪乳之恩，乌鸦有反哺之义。”那么，我将如何报答我们的公司呢？

我只有以更加饱满的热情和昂扬的斗志投入到工作中去，怀抱一颗感恩的心回报公司、回报社会，为推进建设高质量企业贡献自己的一份力量！

没有任何借口读后感心得体会篇六

偶拾《没有任何借口》一书，顿时爱不释手。乍看书名，有一种强硬冷漠、不近人情的感觉，仔细品味后才觉得资料丰富、寓意深刻，给人以积极向上的勇气和动力。

美国作家费拉尔·凯普所著的《没有任何借口》体现出一种敬业负责的精神，一种诚实服从的态度，一种完美的执行本事。在美国西点军校有个悠久传统，即是遇到军官问话时，只能有四种回答“报告长官，是”；“报告长官，不是”；“报告长官，不明白”；“报告长官，没有任何借口”；除此之外，不能多说一个字。“没有任何借口”是美国西点军校200年来奉行的最重要的行为准则，是西点军校传授给每位新生的第一理念，它强化的是每位学员想尽办法去完成任何一项任务，而不是为没有完成任务去寻找借口，哪怕是看似合理的借口。其核心是敬业、职责、诚实、服从。正是秉承着这一重要的行为准则，西点学子在任何一个团体里都表现出了良好的团队合作本事，他们具有强烈的职责心、荣誉感和纪律意识，自信、诚实、主动、敬业，从而成为能够信赖和承担重任的人。

然而，在现实生活中，我们常为自我寻找各种借口：上班迟到了，会有“路上塞车”、“闹钟不响”；工作没做好，会有“同事不配合”，甚至“领导没交待清楚”的借口……只要刻意去找，借口总是有的。在每个借口的背后，都隐藏着丰富的潜台词，只是我们不好意思说出来，甚至我们根本就不愿说出来，借口让我们暂时逃避了困难和职责，获得了心理的慰藉。久而久之，我们习惯用借口来掩饰过失，推卸本应承担的职责，借口成为一面堂而皇之的挡箭牌，它纵容了我们惰性，让我们对现存状态无动于衷，并且构成了一种心理暗示：我克服不了客观条件造成的困难。在这种心理暗示的引导下，你不用去思考克服困难、完成任务的方法，哪怕是只需改变一下角度就可轻易实现的目标。寻找借口还意味着我们对所做事情的拖延和放弃，它会让你失去别人的信任，

包括你的上司、同事、朋友，甚至包括你的孩子。

强专业知识的学习，提高自我的素质技能。注重向其他同志学习，取人之长，补己之短，以提升自身的综合素质，增强解决问题的本领和本事，遇到难题，不需要任何借口，总有办法去攻克它。

“坚持一颗进取、绝不轻易放弃的心，尽量发掘你周边人或事物最完美的一面，从中寻找正面的看法，能让自我有向前走的本事，而不让借口成为我们成功路上的绊脚石。”以此自勉。

通读《没有任何借口》全文，学习到了一个从业理念.那就是:做一个诚实，有职责心的人，以敬业，服从的态度，想尽办法去完成每一项任务，开展每一项工作.作为新成立的专业化公司在运作中，在社会个体单位化向社会化转变过程中，确需提倡这种从业理念，这样的理念不需要我们从头开始，从零开始，我们只需要从此刻开始，从细节做起，发扬邮差弗雷德精神，把本职工作变成一种艺术.不再花心思寻找这样的，那样的，主管的，客观的认为堂而皇之的借口来开脱自我，将精力全力以赴地投入到工作当中，提倡和发扬团队的职责感和使命感，为本职工作贡献自我的力量.

没有任何借口读后感心得体会篇七

“没有任何借口”实质上是由负责而敬业的精神，是一种由服从而诚实的态度，是一种近乎完美的执行能力。它是要求我们尽自己所能去认真做好每一项工作，而不是为没有完成任务去寻找借口，这就要求我们每完成一项工作前，就必须做好充分的准备，考虑到工作完成过程中所有的主客观因素，制定详细计划和方案，工作中保持充分的自制和主动，才能为工作的成功打下完美的基础。永远不要为自己的失败寻找借口，而是应该寻找解决的办法，没有任何借口从另外一个角度来说就是永不言弃。很多时候我们常常抱怨客观的困难，

其实在抱怨的时候，就是在为自己的失败找借口，而找借口实质就是推卸责任，除了安慰自己，对现实情况无任何改变。因为借口不去思考完成任务的方法，就会客观造成对工作的拖延和放弃，人生变得消极，长此以往，就会失去上级、同事、朋友、亲人的信任。

书中写到：“‘没有任何借口’看起来似乎很绝对、很不公平，但是人生并不是永远公平的。西点就是要让学员明白：无论遭遇什么样的环境，都必须学会对自己的一切行为负责！”在铁血军校是这样，在普通的生活和工作中，又何尝不是如此呢？社会充斥着客观存在的、主观想象的不公平、不公正，以及由于缺乏有效沟通而造成的误解等很多不如人意之处。如果我们总是以这些为借口，来为自己未完成承诺或者工作任务开脱，并养成怨天尤人、不思进取、得过且过的习惯，那我们的人生也就等于提前划上了句号。

随着社会日新月异的变化，在工作和生活中总觉得自己知识不够用，需要学习的东西很多。虽然能够认识到学习的重要性，但是在实际学习过程中，经常因为工作的繁忙，有时会放弃当天的学习计划。使得学习停滞不前，甚至前功尽弃，一个个借口阻碍了我们的成长。借口纵容了我们惰性，使我们变得不思进取。

一个人经常找借口，办事拖延，影响的绝不仅仅是其个人的形象、信誉、成功；在工作中，即使是一名普通员工，也往往代表或体现着一个班组、一个部门乃至一个公司的形象。人们看这个人是否办事高效、勇担责任的同时，也就对其所在部门、所在公司下了定语。

所以，我们都要真正明白，对待人生、对待工作，“失败了也罢，做错了也罢，再妙的借口对于事情本身也没有丝毫的用处。”

相信很多人都有这样一种感觉：“拖延是一种相当累人的折

磨，随着完成期限的迫近，工作的压力反而与日俱增，这会让人觉得更加疲倦不堪。”所以越是会找借口，越无法将工作做好。既如此，我们更应摆脱找借口的习惯，让借口离我们越来越远，让成功离我们越来越近。“从现在开始，在工作中，在生活中，杜绝任何一次寻找借口的行为吧！”

阅读和学习《没有任何借口》让我觉得应该这样做：

一、是增强责任意识，培养爱岗敬业精神。作为基层乡镇的工作人员，对于自己的本职工作和上级布置的任务，我们唯有尽职尽责，工作中充分准备，发挥自身的主动性、积极性和创造性，没有任何借口的去完成每一项工作，才能更好的体现个人的价值，更好的贡献社会，更好地为人民服务。

二、加强自己的工作实践，实践出真知。只有多做事，多做事，才能积累丰富的工作经验和教训，为以后完善工作、做好每一件事打好基础。工作中遇到困难，就把困难当做对自己的挑战、对自己能力的考验，经过岁月洗礼的人，才会自发形成对事情处理的应变能力，而随着应变能力的加强，相信不是自己被困难压倒，而是困难被自己打到。只有不停的工作实践，才能取得不断的进步。

三、是要加强政策知识和业务学习，提高自身素质和个人修养，切实掌握解决问题的方法和能力，才能更好的地完成各项任务。不找借口，你就不会逃避困难和艰险；不找借口，你就会在失败中得到教训和经验；不找借口，你就不会因为失败而一蹶不振；不找借口，你就会在完成任前做好充分的准备；不找借口，你就会在完成任中想方设法；不找借口，你就会锐意进取、永不言弃。