

最新六个坚持心得体会 坚持心得体会 会(优秀7篇)

心得体会是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。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

六个坚持心得体会篇一

7月25日，局长带领学习了《教你如何做“领导身边的人”牢记五个坚持》一文，同志这篇文章既结合自身经历体会，对办公室工作的不易充满了深深理解，对秘书人员加强学习修养循循善诱，既是以身说法的经验之谈，又非常符合当前办公室工作实际，对办公室更好地发挥职能作用、全面提升工作质量水平具有很强的思想性、理论性、指导性和针对性，对做好新时期的办公室工作具有重要的现实意义。各级办公室结合正在开展的教育实践活动和自身工作实际，对照检查自身存在的问题和不足，迅速掀起了学习贯彻的热潮，作为一名普通的办公室工作人员，我深有，总结下来有以下体会：

一、“忠诚”是党员干部必须具备的政治品格。领导干部的忠诚是忠于党、忠于国家、忠于人民、忠于事业，既是一种境界、一种信仰，也是一种个人品格的修养。而作为房管局政工科的一名普通工作人员，谈忠诚那就是要忠诚于单位、忠诚于领导。我们要对得起所得佣金，不忠诚工作，谁都没有义务发给你薪水，这就要求我们从点滴做起，用实干践行忠诚，认真履行自己的职责，自觉而坚定地把忠诚融入到工作中去。

二、“顾大局”，党员干部必须把顾大局作为一种思想观念来强化，作为一种政治要求来把握，作为一种素质能力来历练。坚持大局意识，做好领导的“千里眼、顺风耳”，对领

导正确决策、提高办事效率、推动单位事业发展，具有十分重要的意义。

三、“工作作风”，党员干部要注重保持良好的工作作风，好的工作作风是对工作极端负责的表现，责任贯穿细节，细节决定成败。人事科工作多而杂，任何思想上的懈怠，行为上的偏差哪怕一句话解释不好都有可能导致及其严重的后果，甚至影响全局工作的开展。因此，作为人事科工作人员要保持极端负责的工作作风，兢兢业业、脚踏实地、真抓实干，把人事科工作做细、做实、做好、真正做到让领导放心、满意。

四、“奉献精神”是一种爱，是一种任劳任怨的爱，对个人而言，就是要在这份爱的召唤下，把本职工作当成一项事业来热爱和完成，从点点滴滴中寻找乐趣，努力做好每一件事，认真善待每一个人。

五、“廉洁自律”党员干部要做到洁身自好，严格执行好“八项规定”。我们党员干部要提高思想认识，防微杜渐，警钟长鸣，全面查找工作中存在的风险点，有针对性的提出预防措施。

五个坚持是习对中办同志的要求，也是对各级党员干部提出的期望，这就要求我们不断学习，不断补“钙”，不断充实完善自己，提高自身政治理论素养，提升业务工作水平，努力做好本职工作。

六个坚持心得体会篇二

第一段：引言（120字）

刷牙是我们日常生活中非常重要的卫生习惯。然而，有些人可能并不重视刷牙的重要性，觉得刷牙只是为了保持口气清新，或是临时解决牙齿上的残渣。然而，实际上，坚持刷牙

不仅仅是为了口气好，更是为了保持身体健康。从我自己的刷牙经历中，我真切体会到了坚持刷牙的好处。

第二段：提出问题（240字）

当我刚开始养成每天刷牙的习惯时，很多时候我很难坚持下来。早上起床时，我总是觉得懒得去刷牙，或者认为自己的口气并不是很重要。而晚上，当我感到疲倦时，也很容易把刷牙这个步骤给省略掉。但是，慢慢地我意识到，口腔卫生与身体健康紧密相连。如果我不坚持刷牙，牙齿上的细菌就会在口腔中积聚，导致龋齿和牙周疾病的发生。而且，牙齿疾病与心脏疾病、糖尿病等多种疾病之间也有密切的关系。所以，我不再把刷牙当作一项简单的任务，而是将其视作是保持身体健康的一个重要环节。

第三段：体会心得（360字）

从我坚持刷牙的经验来看，我发现了刷牙对于身体健康的益处。首先，坚持刷牙可以预防口腔疾病的发生。通过定期刷牙，去除牙齿上的食物残渣和细菌，可以有效预防龋齿和牙周炎等口腔疾病的发生。其次，刷牙还可以保护牙齿和牙龈的健康。坚持刷牙可以帮助保持牙齿的洁净，并防止牙龈出血和发炎。最后，刷牙对于整体健康也是有益的。牙齿疾病与许多慢性疾病有关联，如心脏疾病、糖尿病等。通过刷牙保持口腔健康，我可以降低患这些疾病的风险。

第四段：坚持刷牙的方法（240字）

尽管我现在已经明白了刷牙的重要性，但实际上每天坚持刷牙并不容易。为了养成坚持刷牙的习惯，我采取了一些方法来帮助自己。首先，我选择了适合自己的牙刷和牙膏，以增加刷牙的舒适感。其次，我设定了一个固定的刷牙时间，并且将其列入到我的日常日程中。这样，我就不容易忘记刷牙了。另外，我还和家人、朋友一起刷牙，互相监督。通过这

些方法，我成功地养成了坚持刷牙的好习惯。

第五段：总结（240字）

通过坚持刷牙的经验，我深刻体会到了刷牙对于身体健康的重要性。刷牙不仅仅是为了保持口气清新，更是为了预防牙齿和牙齿相关疾病的发生，甚至对于维护整体健康也有积极的影响。虽然每天坚持刷牙并不容易，但是通过恒心和一些方法，我们可以养成这个良好的习惯。让我们一起珍惜自己的口腔健康，从坚持刷牙开始。

六个坚持心得体会篇三

近日，我和市水务局全体干部职工一起认真学习了局领导提出的“五个坚持”，觉得学得非常及时，非常必要。20xx年，作为“”规划的开局之年，我市迎来水务系统跨越发展的大好机遇，作为我所在的过船闸管理所，是泰兴市水上通道的西大门，更是任务艰巨，目标明确，使命光荣，责任重大，我们只有在平凡的工作岗位上，继续发扬“厚德开泰，奋发图兴”的泰兴精神，努力“学赶苏南，跨越发展”，按照党和政府的要求，继往开来，与时俱进，改革创新，真抓实干，朝着“两个率先”的目标阔步前进，努力把泰兴建设得更加美好，让人民生活得更加幸福，无怨无悔，做好一个“闸上人”。

一、必须增强修养，提高自身的综合素质

我认为，我们所做的每项工作都有可能不断完善和提高。所以，在工作中，我始终注意加强理论学习，努力提高自身的理论水平、工作能力和各项综合素质。我作为一名普通党员，始终用党员的标准严格要求自己，自觉较为系统地学习了

《党的xx大》、《党章》、水务系统的文件精神等，还要学习市场经济知识，认真体会和把握党和国家的方针政策，水务系统的发展方向，进一步统一思想，明确工作思路和工作

方针;二是重点学习工作技能。我始终死守“想要做什么,先要会什么”的工作理念,为更好的把握和做好自身工作,使自己真正能够适应本职工作的需求。进一步开阔视野,更新观念,同时在工作过程中,注重理论联系现实,做到学以致用,将学到的理论常识和营业常识充实到工作中;三是低调做人,埋头做事。在工作和生活中,扎实干事,处处留心,毫不放过任何学习的机会,向领导学、向同志学、向书本学、向实践学,不断增强自身的理论水平和工作能力。

二、必须努力工作,不断提高自身的工作效率

“今天不努力工作,明天全力找工作。”这句话深深的刻印在我的心里,我们都知道要找到一份称心如意的工作十分不易,而要把一份工作做好更是难上加难。所以,为了进一步做好工作,提高工作效率,我不嫌麻烦、不怕受累,虚心地向领导求教、向同事学习、自己试摸索工作要点,明白了相关工作的方法,提高了工作能力。热爱自己的本职工作,认真地看待每一项工作,遵守工作纪律,提前上班,有用操作工作时刻,死守岗位,需要加班完成工作时按时加班加点,保证工作能按时完成。

三、必需找准不足,提高自己为人民服务的水平和能力

工作实践使我的工作水平不断获得提高、工作能力不断得到增强。严重的工作节奏,让我的工作能力和思维熟悉都有了新的打破。率领和同事们对于工作的执着和热爱深深的传染着我,百忙中他们抽暇耐心辅导和教育我,让我在目前的工作岗位上,使我解决问题、剖析问题的能力和各类综合能力都获得了很好的磨练和提高。

在工作中,依然存在着诸多不足之处,正所谓是“金无足赤,人无完人”。在此后的工作中,我必然要找准存在的不足,按照共产党员争先创优的要求,进一步增强修养,战胜不足。针对自己存在的不足,一是我将坚定不移地学习各类理论知

识，并用于指导实践，以更好的顺应工作岗位的需要；二是要磨炼自己，提高自己解决现实问题的能力，积极、热情地做好每一件工作；三是虚心地向领导和同事学习请教，虚心接受领导和同事的意见，视船民如亲人，始终把做好工作作为自己的人生目标。

总之，我决心认真学习“五个坚持”，即：一是坚持以学为先，用心谋事；二是坚持以干为要，奋力干事；三是坚持以和为贵，和谐共事；四是坚持以民为村本，多办实事；五是坚持以廉为荣，干净做事。积极对照“五个坚持”，对照自己的本职工作，上班时认真制作船舶过闸卡，确保准确无误，认真学习电脑知识，提高自己的维护电脑水平，作为班长，带领一班人，明确责任，明确标准，明确时限，做好整个机房工作和人员考勤汇总工作，按时将统计好的每天船舶过闸情况，刻录成光盘及数据统计好上报市局，把繁琐的工作做细做好，战胜不足，变压力为动力，促进工作高质量、高效率，干净做人，务实工作，唯实干事，做一名优秀的“闸上人”，抢抓“”发展的大好机遇，努力再创过船闸发展新辉煌，为我市水利事业的繁荣和发展作出自己应有贡献！

六个坚持心得体会篇四

在我们的成长过程中，良知是我们内心最深处的一个声音。它是一种内在的仁慈和正义的感觉，指引着我们做出正确的选择。坚持良知是我们保持人性的关键，它让我们遵循道德和伦理规范，并在困难和诱惑面前保持原则。通过坚持良知，我深刻认识到正确的行为是一种内心的力量，这是我人生中最重要的心得之一。

首先，坚持良知是一种自律的表现。在生活中，我们经常面临各种诱惑和困难，如欺骗、贪婪和懒惰等。然而，良知会提醒我们要做正确的事情，即使没有人监督我们。这种自律是我们迈向成功的关键因素之一。我记得在考试之前，一位同学向我提供了答案的抄袭机会。虽然答案对我来说是一个

诱惑，但我的良知促使我坚决拒绝了这个机会。我知道，即使抄袭能够让我得到好成绩，但我会感到内疚和不自在。通过坚持良知，我不仅感到骄傲和满足，还培养了自律和自制的能力。

其次，坚持良知是建立良好人际关系的关键。人际关系是我们生活中极为重要的一部分，而良知则是维系人际关系的一根信任之线。通过遵循良知的指引，我们能够与他人建立诚实和真实的关系。我有个朋友叫李明，在一次商业谈判中，他遇到了一个机会可以通过欺骗对方来获得更多的利益。然而，他坚持了自己的良知，选择了诚实和正直，即使这意味着损失了一部分利益。虽然他在当时可能感到遗憾，但他的坚持赢得了对方的尊重和友好合作的机会。通过这个例子，我深刻认识到坚持良知对于建立并维护良好人际关系的重要性。

此外，坚持良知使我们具备了更广阔的视野和更深刻的理解力。良知不仅指导我们做出正确选择，还促使我们思考人生的意义和价值。坚持良知需要我们站在道义和伦理的高度去审视问题。例如，当我面临着无法解决的困境时，我的良知告诉我不要轻易放弃，而是要想出更多的解决办法。通过这种思考，我发现坚持良知是一种质疑常规和思考创新的方式。通过坚持良知，我拓宽了我的视野，并培养了抽象思维的能力。

最后，坚持良知让我们建立了一个强大的价值观基础。良知是我们内心最纯正的声音，它指引着我们的行为和决策。通过坚持良知，我们能够建立起一个坚不可摧的价值观，使我们的人生更加有方向和意义。我曾经有过一段时间迷失了自己，我不知道自己应该追求什么样的目标和价值。然而，坚持良知使我重新找到了人生的目标和意义。通过坚持良知，我明白了仁爱和奉献的重要性，我开始主动参与慈善活动，并努力为社会做出贡献。通过这个过程，我清楚地认识到坚持良知是建立强大价值观基础的关键。

总之，坚持良知是我们成长和发展的核心。它不仅是自律、良好人际关系、广阔视野和强大价值观基础的体现，也是我们人性的关键。通过坚持良知，我们能够保持内心的正直和正义，做出符合伦理和道德规范的选择。在面对困难和诱惑时，坚持良知给予我们力量和勇气。因此，我深信只有通过坚持良知，我们才能真正成为一个有品德和信仰的人。

六个坚持心得体会篇五

坚持是一种态度，也是一种力量。在我们的人生道路上，六个坚持似乎成为了我们奋斗的方向，也是我们成长的源泉。这六个坚持分别是：坚持梦想，坚持努力，坚持学习，坚持正直，坚持健康，以及坚持信念。在我逐渐成长的过程中，这六个坚持给予了我重要的启示和帮助。下文将就此展开，分享我的体会和感悟。

坚持梦想，是我们焕发青春活力的源泉。梦想是我们生命的灵魂，它激发了我们遥远大海的勇气和决心。正如马云曾经说过：“梦想是一个人灵魂的指南。”我记得小时候，我立志成为一名医生，为社会做出贡献。虽然坎坷和困难接踵而至，但是梦想使我坚守初心，始终保持着对医学的热爱和追求。经过多年的努力，我如愿以偿地考上了医学院，迈向了实现梦想的第一步。坚持梦想让我时刻保持着对未来的信心和动力。

坚持努力，让我们在平凡中闪耀光芒。努力是一种习惯，也是一种态度。努力并不代表着轻易能够取得成功，但是它能给我们带来一种踏实和成就感。当我们坚持努力时，会发现许多看似不可能的事情也变得可能。在我学习医学的过程中，难度可以说是如山如海，但是通过不停学习和刻苦努力，我慢慢地攀登到了成功的巅峰。努力让我明白了，只有拼出一片天才能在竞争激烈的社会中立于不败之地。

坚持学习，是我们持续进步的推动力。学无止境，永远都应

该保持一种饥渴的心态去学习新的知识。在学习的过程中，我们会不断发现自己的不足和局限，但是正是这种不足和局限激励着我们不断提高和进步。我的专业是医学，这是一门涉及到人类生命健康的神圣事业。因此，我必须不断学习新的医疗知识和技术，随时跟上时代的步伐。通过不断学习，我能够不断充实自己的智慧，提高我的专业素养，为患者提供更好的医疗服务。

坚持正直，是我们个人品质的特质。正直是一种价值观念，它反映了一个人的品质和素养。人无完人，每个人都有自己的弱点和缺陷，但是做一个正直的人，我们就能遵守道德底线，树立良好的榜样。我所追求的医生信誉，正是建立在正直和诚信的基础上。在我与患者的交往中，我时刻谨记身为医者的责任和使命，坚守医者的誓言，不断提升自己的专业技能，为患者提供高质量的医疗服务。

坚持健康，是我们幸福生活的保障。健康是我们快乐人生的基石，只有拥有了健康，我们才能够享受生活的乐趣。保持健康需要坚持锻炼身体，适当休息，良好的饮食习惯等等。我经常参加体育锻炼活动，比如慢跑、瑜伽等，通过锻炼来增加体能和抵抗力，保持身心健康。同时，我还注重饮食健康，每天均衡摄入各种营养，定期体检，保持身体的健康状态。

坚持信念，是我们不断战胜困难的动力源泉。信念是我心中的一盏明灯，它照亮了前进的道路。人生的旅程中充满了挫折和困难，但是只要我们坚持信念，相信自己的能力，就能够战胜一切困难。在我医学学习的过程中，我多次面临挑战和困难，梦想曾一度破灭过。但是我始终相信自己的能力和潜力，持续努力，终于克服了重重困难，实现了自己的目标。坚持信念，是我走过每个人生阶段所具有的品质。

六个坚持给了我重要的启示和帮助。它们让我明白了，只要坚持自己的梦想，不断努力和學習，树立正确的价值观念，

关注自己的健康状况，相信自己的能力和潜力，就能够在人生的道路上赢得属于自己的辉煌。人生是一场马拉松，而不是百米冲刺，只有坚持不懈地努力，才能够在未来的日子中迎来更多的挑战和机遇。让我们一起坚守梦想，坚持努力，坚持学习，坚持正直，坚持健康，坚持信念，共同展现人生的精彩与荣耀。

六个坚持心得体会篇六

六坚持是指保持党员的思想纯洁、党性修养、工作作风、政治立场、道德品行和队伍关系干净。作为一名党员，我始终牢记党的根本宗旨，努力遵守六坚持，深感其对个人和党组织的重要意义。通过一段时间的实践体会，我积累了一些心得体会。

第二段：坚持思想纯洁

思想纯洁是保持党员先进性的基础。我认识到思想纯洁不仅是对党的忠诚，更是对人民的忠诚。我注重通过不断学习提高自己的政治觉悟和理论素养，始终坚持正确的世界观、人生观和价值观。在工作和生活中，我积极主动地处理好个人利益与集体利益之间的关系，坚决防止一切牟取个人利益的行为。只有保持思想的纯洁，才能真正成为为党、为人民服务的合格党员。

第三段：坚持党性修养

党性修养是党员干部中最基本的素质。我始终坚持以党的宗旨为指导，自觉落实中央党校的各项规定和党纪，不断提高自己的党风廉政建设。在工作中，我时刻保持一颗谦虚、务实、进取的心态，虚心向他人学习，狠抓工作中的不足，并不断改正自身的弱点。同时，我也着力加强党性锻炼，通过组织的培训和学习，提高自己的政治敏感度和应对复杂情况的能力。只有不断加强党性修养，才能做到无论遇到什么样

的困难和诱惑，都坚守自己的原则和底线。

第四段：坚持工作作风

工作作风是工作中最为显著的特点之一。我深知工作作风直接影响着党员干部形象和工作效果。因此，在工作中，我不断调整自己的态度和方法，追求更高的工作效率和质量。我注重认真负责、精益求精，坚持工作上的“从容不迫”和对待客户的“热忱亲切”，以赢得同事和群众的认可和支持。在工作中，我始终遵循“实事求是”的原则，不拖延、不推诿，尽职尽责地完成党组织交给的各项任务。只有坚持良好的工作作风，才能更好地发挥党员的先锋模范作用。

第五段：坚持政治立场、道德品行、队伍关系干净

政治立场、道德品行、队伍关系的干净，是党员参政议政工作中非常重要的一环。我始终坚持党的政治立场，对党和人民的事业充满热情和责任心，积极参与各项政治活动，用实际行动践行着党的价值理念。在日常生活中，我注重以身作则，恪守道德底线，严于律己，守住自己的底线。同时，我努力维护良好的队伍关系，坚决执行党组织的决定和安排，不参与任何破坏党组织秩序和团结的行为。只有政治立场正确、道德品行端正、队伍关系良好，才能更好地发挥党员的先锋模范作用。

结尾：

总之，作为一名党员，我深知六坚持对于党员的重要性。通过不断的努力，我不断提高自己的思想境界、学习水平和工作效率，努力践行党的宗旨，为党和人民的事业奉献自己的力量。今后，我将更加坚定自己对党的信仰，不断提高自身素质，以更加优秀的党员形象，投身党的事业，努力为建设社会主义现代化国家贡献自己的力量。

六个坚持心得体会篇七

20xx年5月8日，视察中办并同中办各单位班子成员和干部职工代表座谈，提出了“五个坚持”的要求。作为一名xx办公室的干部，我认为，做好新时期的xx办公室工作，必须以讲话精神为指导，贯彻落实好“五个坚持”；必须坚持做到“五勤”、增强“五性”，切实改进工作作风。

一、锻造忠诚的政治品格

中国自古以来就讲“忠”，多少仁人志士在“忠诚”两个字上抒写了可歌可泣的壮丽诗篇。正是因为有无数的共产党员对党的绝对忠诚，凝聚起一大批有着远大理想，勇于吃苦、特别能战斗、富有牺牲精神的共产党员，我们党才能够领导全国各族人民赶走日本帝国主义，打败国民党，推翻压在中国人民头上的三座大山，建立新中国。也正是因为共产党员对党的绝对忠诚，党才能领导全国各族人民实现改革开放，经济社会取得巨大成就，人民生活不断迈向富裕，中华民族正以雄壮的英姿屹立于世界民族之林，向着实现中华民族伟大复兴的中国梦阔步前进。

我认为，作为xx办公室的工作人员，首先必须要具备以下两方面的基本素质：一是要坚定理想信念。理想信念是共产党人的精神之钙，共产主义远大理想、“两个一百年”宏伟目标的实现，是要靠真正有信仰的人来实现的，所以我们要坚定理想信念，要从点滴做起，用实干践行忠诚，认真履行自己的职责，在扎实的工作中，从一点一滴做起，自觉而坚定地把忠诚融入到思想深处，融入到工作和生活全过程。二是保持理论清醒、增强政治定力。目前我国处于社会转型期、矛盾凸显期，国内外各种思潮泥沙俱下，其中夹杂了不少错误思想以及敌对势力的恶毒言论，因此一定要加强对于马克思主义这一看家本领的学习，确保思想之基牢固，使对党忠诚在思想上政治上行动上坚如磐石、不可动摇。

二、树立良好大局意识

在习关于“坚持高度自觉的大局意识”的深刻论述中，我最受感动和鼓舞的，是那句“要围绕大局出谋划策、贡献智慧，身在兵位，胸为帅谋，主动对党和国家全局工作、对党中央抓的重点工作进行深入研究，多出大主意、好主意”，这句话与习《秘书工作的风范——与地县办公室干部谈心》中“不自卑、要自信”的精神一脉相承，体现了对于办公室基层干部、年轻同志的关怀与鼓舞。我们一定要谨记教导，把顾大局作为一种思想观念来强化，作为一种政治要求来把握，作为一种素质能力来历练，理思路、抓落实。不断提高本领，增强自信，不能以“人微”而不言，以“位卑”而附和。这就需要在领导决策前加强调研，未雨绸缪，为领导提供真实、准确、详细、全面的情况，提供切实可行的参考意见和预案，做到“雨前送伞”；对领导正在考虑的事情，积极梳理成型，逐步系统化，做到“雪中送炭”；对领导考虑成熟的事情，要抓紧落实，执行到位，对出现的问题及时反馈，及时处理，做到“锦上添花”。同时要注意做到到位而不越位，参谋不掺和，帮忙而不添乱，真正成为领导的左膀右臂。

三、力臻无私的崇高境界

责任重于泰山。办公室的工作纷繁复杂，而又极其重要。在繁忙的工作中，我们要注重保持良好的工作作风，工作态度“轴”一点，工作措施“实”一点，工作方法“活”一点。要围绕重大决策和发展思路为工作重点，认真谋划，开展好决策督查，推动决策部署的贯彻落实。同时，在组织开展督查工作时，应坚持制定工作方案、落实工作步骤、细化人员分工、建立保障机制等标准化流程，用一流的工作标准和过硬的工作作风，狠抓落实。并不断创新工作方法，切实增强督查实效。一是整合督查资源，采取联合督查方式，构建xx大督查的工作格局；二是建立督查与现场沟通协调相结合的机制；三是将明查与暗访相结合、电话督查与书面督查相结合，提高督查效率；四是加强通报力度，增强督查工作的权威。

此外，要有无怨无悔的奉献精神。办公室工作“重、苦、杂、难”的特点十分突出，天天不断线，常年如一日。没有甘于吃苦、不惜牺牲的境界，就难以安心安身安业。因此，要把“奉献精神”当做一种对自己事业的不求回报的爱和全身心的付出。对个人而言，就是要在这份爱的召唤之下，把本职工作当成一项事业来热爱和完成，从点点滴滴中寻找乐趣；努力做好每一件事、认真善待每一个人，全心全意为事业服务，履行党和人民赋予的光荣职责。努力地用这份爱去感染身边的每一个人，用大家的无私奉献编织出事业的美丽蓝图。

总之，对于办公室人员而言，要想有所作为，必须勤修内功，深耕厚植，提升境界，以“踏石留印、抓铁有痕”的精神，积极践行“五个坚持”要求，努力成为一个合格的好参谋、好助手。