

八小时外心得体会教师(精选5篇)

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

八小时外心得体会教师篇一

强化思想教育是做好8小时以外管理的基本前提。首先,要从抓好思想教育入手,把严格科学的管理建立在说服教育、启发自觉的基础上。个别党员干部之所以存在8小时外生活圈不严肃、遵纪守法意识淡漠、自我控制力欠缺等问题,其根本原因就在于理想信念淡化、价值取向偏移、是非美丑不辨。为此,在党员干部中抓好“两学一做”学习教育,认真学习《中国共产党章程》、《中国共产党纪律处分条例》,重温入党誓词,牢记党的宗旨,切实解决好立身做人、行走正路的问题。要牢记“两个务必”,继承和发扬艰苦奋斗的优良传统,发扬先烈英模精神,保持健康的生活格调、高雅的生活情趣和文明的生活方式,树立高尚的道德情操。要不断增强自律意识和自制能力,自觉克服形式主义、官僚主义、享乐主义和奢靡之风的影响,做到慎独、慎始、慎微、慎终。要始终保持旺盛的革命斗志,真正把心思和精力集中到为党的事业勤奋工作上来,切实做到耐得住寂寞,守得住清贫,抗得住诱惑。通过教育,引导党员干部克服和纠正模糊认识,增强接受组织管理教育监督的自觉性。

创新监督渠道,是加强党员干部8小时外管理的重要途径。对党员干部8小时外的管理,单靠一方面的力量是远远不够的,必须严密组织、主动协调,重视发挥家庭、单位、社会等的作用,使之形成严密的组织监督网络,促进对党员干部8小时外的教育管理监督工作的落实。一是加强党员干部家庭互动。作为与党员干部关系最密切的亲属,对党员干部8小时工作的

影响着无法替代的作用。可通过经常走访党员干部家属，建立家属微信群等形式，主动介绍党员干部思想工作等情况，通过党员干部家属及时全面掌握党员干部动态、家庭状况、交友情况和8小时外活动情况，发挥家庭的监督约束作用，实现党组织与党员干部双向互动式教育管理。二是落实组织监督管理。鉴于党员干部8小时外活动的各种特点，做好重点帮助与重点关注党员干部的思想政治教育及帮教转化工作，是预防党员干部8小时以外违法违纪的重要措施。对需要重点关注党员干部要落实帮扶措施，明确专人负责，采取一帮一、结对子的办法，随时提醒和帮助，有针对性地做好教育防范工作。三是自觉接受社会监督。社会监督具有强大而广泛的制约力，在辖区聘请人大代表、政协委员以及社区群众代表担任廉政监督员，紧紧依托双微平台、监督电话、发放调查问卷、开展座谈会等途径拓宽监督渠道，共同做好对党员干部8小时以外的监督管理。

完善制度建设，是党员干部8小时以外的管理根本保障。一是强化领导落实“三责”。充分发挥领导干部模范表率作用，将党员干部8小时以外的管理工作作为落实领导干部“一岗双责”的重要内容，严格落实主体责任、监督责任和分管责任，对队伍中因管理责任落实不到位而出现的问题，严格追究相关领导责任。二是坚持党员干部思想分析的谈话制度。要定期分析党员干部的现状，了解党员干部的思想行为动态，准确把握党员干部的思想动态，查找队伍中的倾向性、苗头性问题。要主动与党员干部沟通交流，掌握党员干部思想动态，不断增进与党员干部的思想感情，及时帮助党员干部解决思想、工作和生活中遇到的困难和问题。三是建立健全8小时以外跟踪管理制度。四是强化请销假制度。严格执行党员干部请销假制度，是加强党员干部“8小时外”监督管理的有效途径。

丰富精神文化生活，是加强党员干部8小时外管理的有力抓手。充分发挥文化的内心积淀作用，以高尚的情操塑造人，以先进的文化引导人，逐步把党员干部的业余生活、8小时以外的

队伍管理引向良性发展轨道，通过形式多样、丰富多彩的文化、体育活动，使党员干部树立高尚的生活情操，激发其昂扬斗志，不断强化党员干部的文化意识，使广大党员干部在浓厚的文化氛围中，陶冶情操，磨练意志，提高整体素质，自觉远离不良文化环境，有效抵制不良文化影响。

八小时外心得体会教师篇二

下面是小编为大家整理的,供大家参考。

“以史为镜，可以知兴替；
以人为镜，可以知得失。”广大党员干部要切实以此为鉴，
念好“紧箍咒”、上紧“保险栓”。

要把“八小时之外”作为修身律己的重要时间段，通过加强学习，增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”，不断提高政策理论水平，坚定理想信念，不断完善和提高自己工作能力，充分发挥先锋模范作用，时刻以党章党规为准绳，检视自己的一言一行，做到知敬畏、明底线、守规矩，永远忠诚，严于律己，立行立改。

“八小时以内”是对党员干部责任心和事业心的考验，
而“八小时之外”是对党员干部品质和修养的考验。事实上，
这两者是有机统一的，共同构成了党员干部的形象、作风和口碑。

党员干部出现违法乱纪问题，既与工作时间内行使权力有关，
也与生活时间内种种诱因密不可分。无论在八小时内的工作

中，还是在八小时外的生活中，党员干部都要保持高尚的精神追求，养成良好的行为习惯，把严格自律贯穿到工作和生活的每一个环节，自觉净化自己的社交圈、生活圈、朋友圈，牢固树立正确的世界观、人生观、价值观。

观看警示教育片《八小时之外》心得体会范文【一】

三要切实提高思想认识，严格遵守工作纪律和规章制度，强化自身约束，真正把心思用在工作上，说实话、干实事、求实效、积极树立和维护河西镇干部队伍的良好的形象。

作为一名刚加入社保局大家庭的年轻干部，本次活动让我深切感受到了组织的爱护和鞭策。我将紧密联系自身岗位实际，认清肩负的职责使命，珍惜岗位，恪尽职守，在社保局的岗位上做一名自律的“螺丝钉”。

观看警示教育片《八小时之外》心得体会范文【二】

习惯，把严格自律贯穿到工作和生活的每一个环节，自觉净化自己的社交圈、生活圈、朋友圈，牢固树立正确的世界观、人生观、价值观。面对公与私的冲突、个人利益与群众利益的抉择，更要心系群众，全心全意为人民服务，始终把人民的利益放在第一位，用好手中的权利为群众谋利益，解决群众的实际困难，用责任担当诠释党员干部的初心和使命。

观看警示教育片《八小时之外》心得体会范文【三】

三要切实提高思想认识，严格遵守工作纪律和规章制度，强化自身约束，真正把心思用在工作上，说实话、干实事、求实效、积极树立和维护县城投公司干部队伍的良好的形象。

;

八小时外心得体会教师篇三

目前许多权力出轨、行为出格、道德失范的行为发生在“八小时以外”的社交圈、生活圈、朋友圈。所以作为党员干部，“八小时以外”虽是个人时间，但其活动内容和活动性质同样体现党员干部作风，同样涉及群众利益。

强化廉政教育，把住“思想关”。把党员干部“八小时以外”表现情况列为廉政教育常态化制度化重要内容，开展形式多样的警示教育，引导党员干部保持自重、自省、自警的生活态度和作风。同时，通过提醒谈话等方式，了解党员干部“八小时以外”活动情况，引导家属主动监督。

加强监督检查，打出“组合拳”。对党员干部“八小时以外”发生的一般性、苗头性问题，及时约谈提醒；以中央八项规定精神落实情况专项治理为切入点，集中力量解决公款吃喝、公车私用、滥发津补贴等问题，持续落实中央八项规定精神成果；将“八小时以外”活动情况纳入党员领导干部述责述廉、民主生活会对照检查和廉政档案等工作的重要内容，并将此作为干部选拔任用的重要依据。

做好引领示范，严防“灯下黑”。要求党员干部严守政治纪律和组织纪律，发挥表率作用，净化“八小时以外”社交圈。同时，建立学习阵地，利用业余时间开展读廉书活动，用积极健康的兴趣活动充实“八小时以外”的生活。

八小时外心得体会教师篇四

近年来，警察的工作压力越来越大，不仅需要在八小时工作时间内完成任务，还要经常加班执勤。这种不规律的工作时间，对警察的身体和心理都会产生一定影响。因此，警察们不仅要关注工作，在八小时之外还要注意自己的身体和心理状态，保证自身健康。以下是我个人在警察八小时之外的心得体会。

一、保持规律的作息时间。由于警察工作不固定，常常需要加班执勤，因此警察们更需要严格遵守规律的作息时间，保证充足的睡眠时间。只有在充分休息的前提下，才能精力充沛的投入到工作中。所以，在八小时之外，警察们应该合理安排时间，保证每天充足的睡眠时间。

二、合理安排饮食。在警察执勤中，工作节奏通常紧凑，需要经常外出巡查，饮食也很难顾及。但是，不良饮食习惯会让警察体力逐渐下滑。因此，在工作之余，警察们应该注意饮食的健康和规律，加强营养补充，保证身体健康。

三、潜心修炼消除压力。警察的职业特殊，常常需要面对生死压力与危险情况。这种高强度的应激状况会产生潜在的心理压力，影响警察的身心健康。因此，在八小时之外，警察们要学会利用自己的休闲时间，学习一些消除压力的方法，如冥想、瑜伽等，潜心修炼、锻炼身心，保持身心健康。

四、保持良好的心态。警察们要警惕自己在工作八小时之外的心态变化。一旦陷入消极情绪，会影响自己的工作效率，久而久之，也会对个人心理和身体健康产生不良影响。因此，在工作之外，警察们要积极调整自己的心态，扩大自己的交际圈，多与同事互动交流，通过感情的宣泄来化解负面情绪。

五、改善生活习惯。警察平日里的生活习惯，也会影响到身心健康。警察应该每天坚持适量的运动，避免吸烟和饮酒等不良习惯。另外，在警务之余，警察们也可以多参加一些文体活动，提升自己的生活品质。

总之，警察是社会维稳的重要力量，但是工作的压力和不规律的工作时间，可能会对警察的身体和心理健康造成影响。因此，警察们在八小时之外除了关注工作，还要注意自己的身体和心理状态，保证自身健康，为更好地为公众服务作出应有贡献。

八小时外心得体会教师篇五

要把思想教育贯穿于领导干部活动的全过程，使他们无论在“8小时”内，还是“8小时”外，都要牢记自己是一名共产党员。要不断加强对党员领导干部的马列主义、毛泽东思想和邓小平理论教育，全心全意为人民服务的宗旨教育，艰苦奋斗、勤俭节约的优良传统教育，马克思主义的世界观、人生观和价值观教育，不断增强“公仆”意识，保持高尚情操，自觉抵制各种诱惑和腐蚀。

个别领导工作之余经常光顾灯红酒绿的娱乐场所，吆五喝六、觥筹交错。一些干部“酒杯一端，政策放宽”，“筷子一横，啥都能行”。在宴饮嬉乐中一些不健康、不正当的欲望得到满足的同时，也一步步地走向不能自拔的犯罪深渊。公款吃喝严重毒害领导干部的灵魂，软化领导干部的意志，败坏社会风气，党和政府的形象也在“灯红酒绿”中被严重损害。狠刹这股歪风，除了加强预算外资金管理，坚决、彻底地清理“小金库”，截断公款吃喝玩乐者的财路等内部监督措施之外，还应组织纪检、监察、组织、宣传、公安等部门深入餐饮娱乐场所调查摸底、明察暗访。同时，要设立专线举报电话，发动群众进行举报，对利用公款吃喝玩乐者，公开曝光，严肃处理。

领导干部报告个人重大事项制度对于领导干部“8小时”之外重大事项的监督具有积极的作用，但长期以来，这一制度却流于形式或形同虚设。有些领导干部不向组织报告个人重大事情，或者报告了，也没有引起组织的重视。这样反过来也影响了报告者的主动性和积极性。因此，组织要派人参加领导干部重大事情的全过程，加强监督，对其中存在的违纪问题，要及时纠正，对未报告个人重大事项者，一经发现核实，要追究责任，严肃处理。

“群众最有发言权”，领导干部在8小时外，虽可以逃避党组织的管理和专门机构的监督，但其无法逃脱群众的监督。

要借鉴“行风评议”的一些好经验、好做法，在领导干部所在单位、住宅区、交际圈中开展调查问卷活动，并有针对性地召开座谈会，了解领导干部的生活态度、生活作风，并将其“形象”的好坏纳入领导干部个人廉洁自律的考核内容。

“种树须择地，恶土变木根；结交若失人，中道生谤言。”成克杰因有了李平、周坤而被杀头，胡长清因有了“最要好”的大款朋友周某而达到权钱、权色交易的目的，瑞安市原市委书记因有了一个地下“组织部长”做朋友而使得瑞安市的人事任免、政法等方面正常而严肃的工作程序受到严重影响。因此，择善而交，择廉而交，对领导干部来说，不是个人的私事，而是政治生活中的一个重要原则。党组织要通过走访领导干部所在单位班子及班子其他成员、机关干部，深入左邻右舍调查了解等形式，加强对领导干部社交圈的监督，掌握该领导干部经常都与哪些人来往，预防权钱、权色交易的发生。

的签订工作延伸到科级，防止一些别有用心的人利用“夫人路线”或“公子路线”，对领导干部的拉拢腐蚀。每年年终进行一次“廉内助”考核评比活动，对表现优秀者给予奖励，对在考核中发现或在查办案件中发现有利用丈夫的职权或协助丈夫索贿受贿、收受他人礼金或明知丈夫有违法违纪行为而不制止、不向组织汇报者，要立案查处。