# 没有任何借口的心得体会 工作没有任何借口心得体会(优质8篇)

来源：网络 作者：水墨画意 更新时间：2024-11-05

*当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。那么你知道心得体会如何写吗？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。没有任何借口的心得体会篇一工作是我们生活中必不可少的一部...*

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。那么你知道心得体会如何写吗？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。

**没有任何借口的心得体会篇一**

工作是我们生活中必不可少的一部分，对于每个人来说，工作都是一种责任和义务。然而，许多人总是找各种借口来逃避工作，这样做不仅对自己的职业生涯不利，也会影响个人的形象与成长。在我的工作经历中，我深刻体会到，没有任何借口可言，我应该全身心地投入到我的工作中，努力取得成绩和进步。

首先，没有任何借口意味着积极主动。在工作中，我们总会遇到各种困难和挫折，但这并不能成为我们推卸责任的理由。相反，我们应该积极主动地面对并解决这些问题。对于遇到困难我们要勇于承担责任，寻找解决问题的方法和策略。只有积极主动地解决问题，我们才能取得良好的工作效果，获得更多的认可和机会。

其次，没有任何借口需要坚韧不拔。工作中的艰辛和压力常常让我们感到疲惫和挫败，但我们不能因此而退缩。没有任何借口需要我们坚持不懈地追求目标，保持积极乐观的态度。在面对困难时，我们要时刻铭记着困难是短暂的，只有我们持之以恒，才能最终克服困难，取得成功。坚韧不拔是实现个人发展和职业成功的关键因素之一。

此外，没有任何借口也意味着专注和努力。工作中的分心和懒散往往是我们效率低下、质量不高的主要原因之一。要想取得好的工作成果，我们需要时刻保持专注，全身心地投入到工作中。只有专注并付出努力，我们才能充分发挥自己的潜力，提高工作质量和效率。专注和努力是成功的基石。

再次，没有任何借口也要求我们反思和成长。在工作中，我们难免会犯错，但关键是我们能否从中汲取经验教训并取得进步。没有任何借口需要我们勇于接受自己的错误，并主动改正。通过不断反思和成长，我们能够提高自己的专业素养和技能水平，实现个人的职业发展。

最后，没有任何借口需要我们充满责任心和使命感。工作不仅是为了谋生，更是为了追求人生的价值和意义。没有任何借口需要我们对自己的工作有强烈的责任心和使命感。只有充满责任心，我们才能真正关心公司和客户的利益，为工作的完成负责任。只有充满使命感，我们才能在工作中有远大的目标和动力，不断超越自我。

总之，工作没有任何借口，我们应该全身心地投入到工作中，积极主动地解决问题，坚韧不拔，保持专注和努力，反思和成长，充满责任心和使命感。只有这样，我们才能取得职业生涯的成功和成就，在工作中获得满足感和幸福感。不要为自己的工作找任何借口，让我们真正做个对工作负责的人。

**没有任何借口的心得体会篇二**

拿到《没有任何借口》这本书，翻开前言，我第一眼看到的是加重的黑字“一定要聪明地分配你的时间”！我就是时间不够用，就是这一句鼓励我贪婪地阅读下去了，感受颇深，受益匪浅。“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，哪怕是看似合理的借口，他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，其核心是敬业、责任、服从、诚实。

在工作中，我们经常能够听到的是各式各样的借口：“我没有那么多精力”、“我没办法”。其实，在每一个借口的背后，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意说出来。借口让我们暂时逃避了困难和责任，获得了些心理的慰籍。但是，借口的代价却无比高昂，它给我们带来的危害也不比其他任何恶习少。

借口是拖延的温床，借口的实质是推卸责任。一个人对待生活、工作的态度决定其能否做好事情、干好工作。当出现一件事情的时候，是勇于承担责任还是寻找借口，反应了一个人的态度。勇于承担责任的人起码诚实，能够认识到自身问题的存在，对将来问题的改正提供了机会。寻找借口的人对自身的失误遮遮掩掩，对自身的问题羞于见人，这样不利于自问题的改正，失误的弥补，不利于工作的更好开展，不能担当大任，长此以往，必将对我们的事业造成巨大影响。一个人无论从事何种职业，都应该尽心尽力，尽自己最大的努力，求得不断的进步。这不仅是工作的原则，也是人生的原则。

服从并不是唯唯诺诺，没有自己的思想，每个人对待问题都应该有自己的意见和想法。如果有想法，可以提出自己的建议，但一旦领导者决定了，就要坚决服从，没有任何借口地去执行，因为一个团队如果没有共识，在达成共同目标时肯定会受到障碍，反之，则能发挥超强的执行能力，使团队胜人一筹。事实证明，所谓的创造性、主观能动性等都是在服从的基础上而成立，否则，人的惰性就会极大地影响你的潜能，影响创造性的发挥。

《没有任何借口》一书，其核心是一种负责、敬业的精神，一种服从、诚实的态度，一种完美的执行能力。书使我明白了很多，也使我认识到很多。一个成功的人是不需要任何借口的，而失败的人总是会去找很多借口来为自己开脱，他们总喜欢把时间花在找个什么样的借口才能为自己免责，而成功的人却总是把时间花在工作中学习上，把时间花在有意义的事情上，努力让自己的生活更精彩。

**没有任何借口的心得体会篇三**

《没有任何借口》一书，以精湛客观的理论为中心，以真实易懂的事例为论据，精辟地论述了一名有责任感、诚实敬业的员工所必须具备的行为准则和理念，“没有任何借口”从思想上、行为上阐述了负责敬业的精神、服从诚实的态度和完美的执行能力。“没有任何借口”督导我们在日常工作中要想尽办法去完成任务，而不是去寻找任何借口，哪怕看似合理的借口。只有没有任何借口的去出色的完成工作任务才能体现员工的诚实、敬业、负责、服从。

正如《没有任何借口》中所述，“没有任何借口”是美国西点军校奉行的最重要的行为准则，是西点军校传授给每一位新生的第一个理念。正因为如此大批西点军校的毕业生在各自的领域中都获得了非凡的成就。

《没有任何借口》一书，其核心是一种负责、敬业的精神，一种服从、诚实的态度，一种完美的执行能力。西点军校之所以能够培养出那么多优秀的人才，就在于它将“没有任何借口”作为学生的行为准则，使西点军校的学生在任何一个团体都表现出了良好的团体精神和合作能力。由于它们具有强烈的责任心、荣誉感和纪律意识，自信、诚实、主动、敬业，从而成为可信赖和承担责任的人。让我们改变对借口的态度，把寻找借口的时间和精力用到努力工作中来。因为工作中没有借口，人生中没有借口，失败没有借口，成功也不属于那些寻找借口的人!”借口的危害是无比巨大的，它会在不经意间慢慢的蚕食掉我们的诚实和自信、我们的热情和积极性、我们的责任感和危机意识，从内部击溃整个集体的凝聚力和战斗力。所以对待“借口”我们的态度应当是坚决的摒弃。“有效执行”是一种包含有丰富内涵的文化，是用于指导我们能够实现各项工作战略和目标的行为规范和价值观念，而要确立“有效执行”，必须用这种文化作为一种引导，并把这种理念深深植根于集体中的每一名成员心中，通过长期的努力去实现。

通过学习《没有任何借口》，让我对“没有任何借口”这一理念有了更深刻、更全面的把握。教会了我无论接到什么样的工作任务，遇到怎样的困难，都要想尽办法去完成，而不是遇到难题就退缩和推委，不但要迎难而上，而且为了完成任务还要具有开拓创新的精神，坚强的毅力和必胜的信念。它使我学会了如何适应压力，并把压力变成动力，而不是去为完不成任务而寻找借口。它让我在一次次想办法完成工作任务的过程中积累了丰富的经验，并一次次的体会到了圆满完成工作任务后的成就感。这些工作的经历和过程，使我变得更加自信和乐观，不但激发了自己的内在价值和潜能，而且还使得这种价值和潜能在不断的得到锻炼和提升。

只有诚实敬业，以企业的振兴为己业，才有创新发展的企业未来。作为一名企业员工只有爱岗敬业，勤奋工作，无怨无悔，精益求精的要求自己，用生命、用信心、用理念去做好工作，把工作作为自己的信念，视工作为快乐，并要全身心的投入，要始终保持对工作的激情，才能成为出色的员工。任何借口都是怠工的表现，玩忽职守的表现，是推卸责任的表现。爱岗敬业，实事求是，求真务实，诚实守信是一种宝贵的品德和为人做事的准则。不找任何借口，就是对说谎和欺骗的否定和排斥。说谎的人是不诚实的人，不诚实的人是很危险的。任何借口都是说谎的表现。

切实服从工作安排，树立工作责任感、荣誉感。令行禁止，不折不扣，政令畅通是一个普普通通的员工所必备的素质，只有做到一切行动听指挥，上下同欲，从大局出发，全局一盘棋来做事业。首先服从是贯彻实施的前提，只有服从才能使政令贯彻到底。否则，各行其是，就会形成一盘散沙的局面。任何借口都是在拖延、在违抗指令。树立责任意识，就是要勇于承担责任，恪尽职守，尽职尽责。无论做什么事情，都要把握自己的言行，无论在什么样的工作岗位，都要对自己的言行工作负责。做任何事情都要想到企业的荣誉，时刻想着为企业争取荣誉的信念工作，以敬业、服责任、为企业取得荣誉而努力工作，无论是在本职岗位还是参加其他的一些活动，作为企业的一名员工要时刻记住自己的言行代表一个企业，企业的荣誉就是你的荣誉，你要为企业的荣誉保持自己的良好品德，不找任何借口地去推卸责任，去做有损企业形象的事情，而是用我们的责任感、敬业精神、为企业争得荣誉得团队精神去创造，用自信、毅力去体现我们企业的文化和勃勃生机。

诚实敬业、全力以赴、尽职尽责的做好自己的工作，在自己平凡的工作中体现自己的价值，那就是要用尽所有的办法把自己的工作做的更好、更具体、更完美。我们要记住本书作者费拉尔·凯普的一句话：“保持一颗积极、绝不轻易放弃的心，尽量发掘你周遭人或事物最美好的一面，从中寻找正面的看法，让自己能有向前走的力量。即使终究还是失败了，也能汲取教训，把这次的失败视为朝向目标前进的踏脚石，而不要让借口成为你成功路上的绊脚石!”

正如书中所述：“优秀的员工从不在工作中寻找任何借口，他们总是把每一项工作尽力做到超出客户的预期，最大限度地满足客户提出的要求，而不是寻找各种借口推诿;他们总是出色地完成上级安排的任务，替上级解决问题;他们总是尽全力配合同事的工作，对同事提出的帮助要求，从不找任何借口推诿或延迟。”我们要明确自己肩负的责任和使命，要怀着一颗感恩的心，一种积极进取的工作态度，一种顽强拼博的毅力，发扬邮差弗雷德精神，在工作中不找任何借口，从思想中形成动力，把工作变成一种艺术，为公司的发展贡献自己的力量。

读了《没有任何借口》这本书给了我深深的启迪和触动，《没有任何借口》教会了我无论接到什么样的工作任务，遇到怎样的困难，都要想尽办法去完成，而不是遇到难题就退缩和推委，不但要迎难而上，而且为了完成任务还要具有开拓创新的精神，坚强的毅力和必胜的信念。它使我学会了如何适应压力，并把压力变成动力，而不是去为完不成任务而寻找借口。它能让我在想办法完成工作任务的过程中积累丰富的经验，并能体会到圆满完成工作任务后的成就感。它能激发了自己的内在价值和潜能，而且还使得这种价值和潜能在不断的得到锻炼和提升，从而能更出色完成下一次的工作任务。这使我更加的坚信自己的工作信念，用生命去做事，用积极向上的态度去工作，用忠诚和责任心去服从，做一个忠于企业，忠于工作，忠于自己的合格的员工，把自己真正的融入企业中，满怀激情、有质有量的做好本职工作，以自己的工作为荣，以企业为荣，真正成为一名合格的员工。在今后的工作中，我将进一步的提高自己的思想认识，改变以前工作中的诸多不良习惯，扎扎实实，脚踏实地做好工作。路遥曾说过：只能永远把艰辛的劳动看作是生命的必要;不管发生什么情况都应心平静气地继续耕种。 在今后的工作、学习和生活中，我将把“没有任何借口”作为自己的座右铭，时刻勉励自己、要求自己，使自己在执行能力方面紧跟全局工作的需要，以无愧于领导的信任、同事的支持，无愧于自己的工作岗位。

**没有任何借口的心得体会篇四**

认真拜读《没有任何借口》一书后，我得到了太多的体会和理解。“没有任何借口”是美国西点军校220xx年来奉行的最重要的行为准则，是西点军校传授给每一位新生的第一个理念，它强化的是每一个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。

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。而在西点学子的身上，体现的是一种服从、诚实的态度，一种负责、敬业的精神，一种完美的执行潜力。他们正是秉持着负责、敬业的精神，才能在任何一个团体都表现出了良好的团队精神和合作潜力。

基于这样的认识，我深深地体会到在我们的日常生活中，不能有任何借口。若工作没做好，不要寻找客观原因的存在，而需在自身寻找问题，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。

在读完这本书后，我深深地感到：习惯一旦养成，就会让自己的思想变得慵懒而不思进取。但每丢掉一个借口，包袱就会轻一些，每扼杀一个借口，成功就会靠近一步。让我们努力工作，别再找任何借口！

**没有任何借口的心得体会篇五**

近日，在认真阅读了施伟德所著的《没有任何借口》一书后，对我的心灵产生极大的共鸣和震动。《没有任何借口》一书，其核心是一种负责、敬业的精神，一种服从、诚实的态度，一种完美的执行能力。西点军校之所以能够培养出那么多优秀的人才，就在于它将“没有任何借口”作为学生的行为准则，培养他们强烈的责任心、荣誉感和纪律意识，自信、诚实、主动、敬业，从而成为可信赖和承担责任的人。美国成功学家格兰特纳说过这样一段话：“如果你有自己系鞋带的能力，你就有上天摘星的机会”。让我们改变对借口的态度，把寻找借口的时间和精力用到努力工作中来。因为工作中没有借口，人生中没有借口，失败没有借口，成功也不属于那些寻找借口的人”。借口的危害是无比巨大的，它会在不经意间慢慢的蚕食掉我们的诚实和自信、热情和积极性，削弱我们的凝聚力和战斗力。通过学习，我有以下几点体会：

第一，要牢记职责，拒绝借口。作为一名电力职工，对组织分配的工作，就应该不折不扣、没有借口地去完成，因为这是职责，更是一种责任，没有拖延和商量的余地。

第二，要做到超越平庸，选择完美。一个人之所以平庸，并不是能力的不足和信心的缺失，而是在于平时养成了轻视工作、马虎拖延的习惯，以及对工作敷衍了事的态度。要想超越平庸，必须要改变工作态度，以服从、诚实的态度，负责、敬业的精神，积极、扎实的执行能力去工作，才能完成自我的超越。而“借口”铺平的就是平庸的道路，想超越平庸就要从消灭“借口”开始。党群部工作上承下联，地位非常重要，这里不需要平庸，当然，更不需要任何借口。要想选择完美，就要把热情和责任完美的结合，就要把责任和执行完美的结合，并且应把这点作为我们的工作最终的目标。因为完美意味着一种全方面的`奋斗，一种无怨无悔的选择。

第三，要做到端正态度，直面责任。工作中“不以物喜，不以己悲”，不以缺点、挫折而自弃，不以成绩、成功而自豪，以扎实的作风，平和的心态尽职尽责地对待工作中的每一件事情。选择了党群工作，就是选择了一种责任，必须以一种锲而不舍的精神、一种坚持到底的信念、一种自动自发的责任心严谨对待。工作意味着责任，而责任会使工作更出色。

第四，要做到勤奋忠诚，自发主动。忠诚和勤奋是人最重要的美德之一。忠诚于工作才能勤于工作，忠诚于企业才能更好的服务于企业，尽心尽力做好的每一件事情上，才能体现出忠诚和勤奋的最大价值。这就要求我们始终把自己的利益和企业的利益结合在一起，把自己的荣辱和企业的荣辱结合在一起。要有高度的荣誉感和勤奋的精神，我们的工作才会有生命力和创造力。

第五，要做到没有任何借口，立即行动。我们工作的最终目的就是在最短的时间里，实现效益最大化。任何的借口和拖延都将成为工作的敌人，只有行动才会让目标变成现实。从这个意义上可以说：“没有任何借口”是我们一切工作的出发点和立足点。

生命的意义在于奋斗，奋斗的价值在于付出，不是为自己，也不是为别人，而是为了理想，为了实现人生价值。路遥曾说过：只能永远把艰辛的劳动看作是生命的必要，不管发生什么情况都应心平静气地继续耕种。这就是我们必须具备的一种品质。

**没有任何借口的心得体会篇六**

不要让任何的借口成为羁袢你的理由，因此在做事的.时候我们自己首先不找任何借口，自己做好表率，那么员工也会将这种做法作为规则来潜移默化的遵守。

我们正是年富力强的时候，也是怎么更好的学会做人和做事的时候，不管将来身在何处，前程是否似锦，现在积累的每笔人生经验财富都会对我们的人生和事业产生久远的影响，好的做事方法，积极地人生态度都是我们必备的人生法宝，要想让自己今后的人生之路走得更精彩，更辉煌，那就莫让借口成为你的羁袢。

**没有任何借口的心得体会篇七**

茶余之时，抽空看了《没有任何借口》，倍感受益匪浅，并深切体会到公司领导的良苦用心。结合自己长期的工作经历以及我在水电十四局走过的二十多年的历程，现就对《没有任何借口》这本书上的经典内容，从自己的思想上进行一次深刻的洗礼。

《没有任何借口》一书，以精湛客观的理论为中心，以真实易懂的事例为论据，精辟地论述了一名有责任感、诚实敬业的员工所必须具备的行为准则和理念，“没有任何借口”从思想上、行为上阐述了负责敬业的精神、服从诚实的态度和完美的执行能力。“没有任何借口”督导我们在日常工作中要想尽办法去完成任务，而不是去寻找任何借口，哪怕看似合理的借口。

《没有任何借口》一书，其核心是一种负责、敬业的精神，一种服从、诚实的态度，一种完美的执行能力。西点军校之所以能够培养出那么多优秀的人才，就在于它将“没有任何借口”作为学生的行为准则，使西点军校的学生在任何一个团体都表现出了良好的团体精神和合作能力。他们自信、主动、敬业，具有强烈的责任心、纪律意识和荣誉感，以及有效的执行能力，从而成为值得信赖和承担责任的人。美国的成功学家格兰特纳说过：“如果你有自己系有鞋带的能力，你就有上天摘星的机会！”一个人对待生活、工作的态度是决定他能否做好事情的关键。我们需要改变对借口的态度，把寻找借口所用的时间和精力用在努力工作上来，因为工作中是没有任何借口的，人生也是没有任何借口的，失败是没有任何借口的，成功也不属于那些寻找借口的人！借口的危害是巨大的，借口就是拖延、推卸责任，能在不经意之间吞食我们的诚实和信心、工作的激情和积极性，从内部击溃整个集体的凝聚力和战斗力。所以，我们必须彻底地摈弃一切“借口”！

通过学习《没有任何借口》，让我对“没有任何借口”这一理念有了更深刻、更全面的把握。教会了我无论接到什么样的工作任务，遇到怎样的困难，都要想尽办法去完成，而不是遇到难题就退缩和推委，不但要迎难而上，而且为了完成任务还要具有开拓创新的精神，坚强的毅力和必胜的信念。它使我学会了如何适应压力，并把压力变成动力，而不是去为完不成任务而寻找借口。

只有诚实敬业，以企业的振兴为己业，才有创新发展的企业未来。作为一名

企业员工只有爱岗敬业，勤奋工作，无怨无悔，精益求精的要求自己，用生命、用信心、用理念去做好工作，要始终保持对工作的激情，才能成为出色的员工。任何借口都是怠工的表现，玩忽职守的表现，是推卸责任的表现。爱岗敬业，实事求是，求真务实，诚实守信是一种宝贵的品德和为人做事的准则，也正是我们企业发展所需要的优秀品质和工作精神。

切实服从工作安排，树立工作责任感、荣誉感。服从是贯彻实施的前提，只有服从才能使政令贯彻到底。否则，各行其是，就会形成一盘散沙的局面。任何借口都是在拖延、在违抗指令。树立责任意识，就是要勇于承担责任，恪尽职守，尽职尽责。无论做什么事情，都要把握自己的言行，无论在什么样的工作岗位，都要对自己的言行工作负责。此外，树立强烈的荣誉感，做任何事情都要想到企业的荣誉，时刻想着为企业争取荣誉的信念工作。作为企业员工，时刻谨记自己的言行就代表着企业，要为企业的荣誉保持自己的良好品德，不找任何借口推卸责任，去做有损企业形象的事，而要用责任感、敬业精神，为企业争得荣誉，用自信、毅力去体现我们企业的文化和勃勃生机。

诚实敬业、全力以赴、尽职尽责的做好自己的工作，在自己平凡的工作中体现自己的价值，那就是要用尽所有的办法把自己的工作做的更好、更具体、更完美。我们要记住本书作者费拉尔·凯普的一句话：“保持一颗积极、绝不轻易放弃的心，尽量发掘你周遭人或事物最美好的一面，从中寻找正面的看法，让自己能有向前走的力量。即使终究还是失败了，也能汲取教训，把这次的失败视为朝向目标前进的踏脚石，而不要让借口成为你成功路上的绊脚石!”

在公司从事项目管理多年，见惯了很多同事、下属在工作的时候往往会寻找各种借口搪塞和推诿。很多人往往就只抱着应付的态度，把领导和上级交代必须做的事情做完即可，而更有甚者，往往不能按时按质按量完成工作任务。很多的时候，他们还常常抱怨各种客观原因、外在的环境，其实就是在给自己找一个合理的借口而已，而这样唯一的好处便是安慰自己，对实际工作没有丝毫的帮助。借口，是消极习惯的一种生存方式和工作态度，但是这种态度强大的生命力，使得很多有能力变得优秀的员工也只能走向平庸。

极力地推广这一行为准则，让项目部每位员工都应有这种意识，不要再重复以往没有效率的工作态度，因为那样对自己的成长不利外，对项目部的建设更是没有裨益。

《没有任何借口》告诉我们，不论接手怎样的工作，遇到怎样的困难，都要竭尽全力想办法去完成它，而不是想方设法地寻找借口为自己开脱，不单单要迎难而上，更还应具备开拓创新的精神，坚强的毅力和必胜的信念。我们要学会适应压力，并把压力变成动力。这样，能让我们在想办法完成工作任务的过程中积累丰富的经验，并能体会到圆满完成工作任务后的成就感；能激发我们自己内在的潜能和价值，并创造做令我们意想不到的成绩。我们要坚信自己的工作信念，用生命去做事，用积极的态度去工作，用忠诚和责任心去服从，做一个忠诚于企业、忠诚于工作、忠诚于自己的合格优秀的员工，把自己真正地融入到企业、项目建设中，满怀激情、有质有量地做好本职工作，全力推进项目部的工程建设！

洒满腔热血，让生命无悔

——读

书是我们最好的伙伴，在浩瀚无际的书海里，让我们充实，让我们睿智，让我们谦和，让我们思接千里、视通万里。打开书便打开了一扇面向世界的窗口，打开书便打开了一面审视生命的镜子，那扑面而来的真善美，发人深省，令人陶醉。

今年以来，公司组织开展“书香飘有色，悦读增魅力”为主题的“荐书、读书、品书、讲书”活动，动员广大女职工广泛关注和参与读书活动，让阅读成为一种生活习惯和新的风尚。旨在引导广大女职工充分认识读书学习对提升自身素质、促进企业发展的重要意义，争做学习型、知识型、创新型的时代新女性，以知识和才智在推进企业和谐持续健康发展中筑梦、圆梦，实现个人的人生价值。

这次活动中，我读了好多职业精神读本，感受很深，受益非浅。特别是读了《没有任何借口》一书，体会更深，在此与朋友们共享心得，同闻书香。

“没有任何借口”是美国西点军校奉行的最重要的行为准则，是传授给每一位新生的第一个理念，使他们具有强烈的责任心、荣誉感和纪律意识，成为可信赖和勇于承担责任的人。正因为如此，大批西点军校的毕业生都表现出了良好的团体精神和合作能力，在各自的领域中获得了非凡的成就。

《没有任何借口》一书，其核心是一种负责、敬业的精神，一种服从、诚实的态度，一种完美的执行能力。 “借口”会在不经意间慢慢地蚕食掉一个人的诚实和自信、热情和积极性、责任感和危机意识，从内部击溃整个集体的凝聚力和战斗力。所以对待“借口”的态度应当是坚决摒弃。“有效执行”是一种包含有丰富内涵的文化，是用于指导我们能够实现各项工作战略和目标的行为规范和价值观念，并把这种理念深深植根于集体中的每一位成员心中，通过长期的努力去实现。 “优秀的员工从不在工作中寻找任何借口，他们总是把每一项工作尽力做到超出的预期，而不是寻找各种借口推诿；他们总是出色地完成上级安排的任务，替上级解决问题；他们总是尽全力配合同事的工作，对同事提出的帮助要求，从不找任何借口推诿或延迟。”这段话对我的思想产生了很大的触动，不禁扪心自问：在自己所处的环境和团队中，我是如何去对待我的工作？是不是能圆满完成了各项任务？在对我的上司问话时，找借口是不是已经成为了习惯？在许多工作上，由于缺少勇于负责的态度、追求完美的决心，遇到问题没有从自身寻找根源，寻找症结，而是搬出一些这样或那样的借口，搪塞上级，开脱自己，以求得所谓心理上平衡。安全生产管理工作点多面广、事务繁杂，有大量说不上口的“琐碎小事”，平心而论，在这些事情上，自己并没有达到尽善尽美的要求。因此，在今后的工作、学习和生活中，我将把“没有任何借口”作为自己的座右铭，时刻勉励自己、要求自己，使自己在执行能力方面紧跟大局工作的需要，以无愧于领导的信任、同事的支持，无愧于自己的工作岗位为已任。

通过学习《没有任何借口》，让我对“没有任何借口”这一理念有了更深刻、更全面的把握。教会了我牢记职责，拒绝借口。每个人都有一种身份，一个角色。既然担当了这一角色，就要义无返顾地承担起这个角色所需要的一切责任。无论接到什么样的工作任务，遇到怎样的困难，都要想尽办法去完成，而且为了完成任务还要具有开拓创新的精神，坚强的毅力和必胜的信念。尤其对组织分配的工作，应该不折不扣、完全彻底地去落实，因为这是自己的职责，是自己理应干好的事，没有拖延和商量的余地。

通过学习《没有任何借口》，教会我勤奋敬业，永不言败。学会如何适应压力，并化压力为动力。让我在一次次想办法完成工作任务的过程中积累丰富的经验，并一次次地体会圆满完成工作任务后的成就感。勤奋扎实做好每一件小事，想方设法完成每一件难事。勤奋敬业，做好助手，在不断的努力和创新中走好自己的每一步。

通过学习《没有任何借口》，让我明白怀抱忠诚，用心工作。 “忠诚”是比“能力”更为可贵的品质。今天的社会，劳动或工作对于每一个人，不仅是谋生的手段，更是实现自身理想与抱负、体现自我价值的载体。怀抱忠诚，不仅是对国家、对组织的忠诚，更是对自我的一份忠诚。把工作作为生命的重要组成，用心去感悟、去呵护，与之同喜同悲、形影不离，并通过完成一件件工作任务，去享受独有的乐趣。

教诲之恩、栽培之恩、知遇之恩等等无不伴随左右，这些“恩惠”让我们体验到了人间的真情，增强了我们战胜困难的信心。对于工作同样如此，我们应时时感谢组织给予的工作机会，珍惜自己拥有的和平安逸的生活，并努力用自己的实际行动，自动自发真心回报。古人讲：滴水之恩，当涌泉相报。这是我应该时时铭记的\'事情。

通过学习《没有任何借口》，通过工作的经历和过程，使我变得更加自信和乐观，不但激发了自己的内在价值和潜能，而且还使得这种价值和潜能在不断的得到锻炼和提升。也正是读过了这本书，才让我能够静下来正视和思考，自己平时的行为准则和理念是什么？从思维方式、工作方法到具体的工作内容。我想这对我们每一个人来说既是一次经验的总结，同时也是一个难得的纠正错误的机会。

作为陕西有色的一员，我要明确自己的职责和信念，要怀着一颗感恩的心，一种积极进取的工作态度，一种顽强拼博的毅力，发扬精诚协作精神，在工作中不找任何借口，从思想上形成动力，把工作变成一种艺术，为企业的发展贡献自己的力量。

读《没有任何借口》心得体会

最近，我读了《没有任何借口》一书，感受很多。“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。它强化的是每一个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。它体现的是一种负责、敬业的精神，一种服从、诚实的态度，一种完美的执行能力。而这些优秀品质，正是我们所缺少的东西。认认真真地秉承这一理念，践行这一理念，不仅对于自己的工作，甚至对于自己的整个人生，都是最宝贵的诤言。

通过学习，加深了我对执行力的理解。学习之前，对执行力的理解比较片面和肤浅，通过这次学习，对执行力的丰富内涵和提高执行力的重要性和必要性有了比较充分的理解。

一、 工作中应具备良好的心态和正确的态度，应具有执着向上的追

求和愿望，通过扎实、有序的工作，积累管理方法和手段，通过综合分析和完善，形成一整套行之有效的管理理念和做法。

二、 对上级所安排的工作要无条件执行，没有任何借口。在接到任

务后首先想到的应该是如何去完成，而不是去找寻任何借口，同时要根据任务的要求创造性地开展工作，力求完美。

三、 勇于担当、敢于承担。在责任和借口之间，选择责任还是选择

借口，体现了一个人的工作态度。爱岗敬业、锐意进取、永不放弃的工作信念有助于我们踏踏实实地做好本职工作，履行好自己的职责，更好地适应工作的需要。

四、 应有良好的精神状态。精神决定风貌，健康的精神充满斗志，

能让人勇气倍增。作为学校行政机构最基层的执行人，其工作作风既应该是扎扎实实、脚踏实地，又应该积极进取、富有激情，同时应该精益求精、完善细节，把工作干的又快又好。

五、 加强团队意识，强化团体精神。这需要我们平时应注意多交流、

多沟通。通过与上级沟通，了解工作思路、工作重点及实施步骤，可以有的放矢的进行工作，少走弯路，少做无用功；与其他部门沟通，互通有无，交换工作经验及对每一项任务的看法和做法，可以增进对工作的全面了解，避免因工作中考虑不周而引起的误会；与中心内部成员沟通，了解其工作、生活、家庭方面的困难、需求以及对中心的建设性意见，有利于增进员工对工作的主人翁意识和使命感。通过3种有效的沟通，再结合工作实际和工作经验，找出中心管理工作的最佳切入点和结合点。

六、 应注意对每一项工作的过程控制，对过程中的每一个环节要做

到有效控制。中国伟大的思想家老子曾说：“天下难事，必作于易；天下大事，比作于细。”每个环节到位，执行力就不成问题。因此，工作中应该勤思勤问，勤走勤看，督查每位员工每个环节完成情况，做到了然在胸，保证工作的质量。

断提高自己的工作水平。业务上要高标准，严要求，精益求精，认真细致的做好做实各项工作，以较高的水平投入到学校后勤服务工作中去。

**没有任何借口的心得体会篇八**

对于如何正确看待自己的责任，文中给了我们这样的解答。“责任面前，没有任何借口。是主动承担责任还是选择推卸责任，就是你职业素养和人生态度的体现。”

文中的故事令我感触颇深，对待古董打碎这一责任不同的面对态度，不但决定了前途的去留，更衡量了一个人的品质与人格。就像书中说的“无论是在工作还是在生活中，人们都难免会犯一些错误，错误出现时，我们如何对待它，不同的态度会导致了完全不同的命运。丹尼尔耍小聪明，推卸责任，自食其果，被老板解雇了；而约翰诚实做人，主动承担责任，被老板留用了。这件事启示我们，责任面前，没有任何借口。是主动承担责任还是选择推卸责任，就是你职业素养和人生态度的体现。”

对于监狱监管工作，确保监管安全是监狱工作永恒的话题，也是我们一直追求的目标，因为只有保证了监管安全，我们才能有更多的精力去抓好教育，搞好生产，才能进一步提高罪犯的改造质量。作为一名监狱人民警察，一定要树立牢固的行业责任意识，因为思想是行为的先导，只有思想上认识到了监管安全的重要性，明确了我们在安全监管工作面前的责任，我们在工作 中，才不会手足无措，才能明责慎行，更好的做好监狱监管工作。

说起责任，读过《责任面前没有任何借口》一文，我体会到责任从本质上来说是人与生俱来的一种使命，它伴随着每一个生命的始终。我觉得，一个人只有有了责任心，他才会喜欢自己的岗位，才会努力工作，才会把工作做得更好！

责任不仅仅是简单的一句空话，而是发自内心的一种使命感。首先，喜欢自己的`岗位不是一句空话，是需要每个人用实际行动去践行的职业操守，更是一种人生态度，它决定了你是不是一个值得信赖可以勇于承担责任的人。这需要我们要热爱本职工作，监狱监管工作无小事，要干一行爱一行。如果一个人没有责任心，对工作就不会有激情和动力，那么他在工作中获得的不是快乐，而是痛苦。我们大多数人所做的工作都是枯燥的。更何况在监狱监管工作中所要面对的问题更多、更复杂。但我相信，只要有责任心，不给自己的不足与过失找任何借口，就能不断改正自己，不断进步。

实践证明，有责任心是履行好岗位职责必须具备的工作态度，同时也是履行好岗位职责必须具备的能力要求。那么，什么是责任意识？我们担负着刑罚执行的重任，把罪犯教育改造好，责任重于泰山，虽然每天都做的是一样枯燥乏味的工作，但是正是这日复一日，年复一年的认真负责的工作，才奠基了监管安全的根基。干警的责任心如何直接关系到工作开展得好坏，对别人负责就是对自己负责，提高责任意识才会凝聚起我们战胜强大困难的勇气和力量。提高了责任意识，才能使我们更好的公正文明执法。

一个有责任心的人，一定会认真地思考，勤奋地工作，细致踏实，实事求是；一个有责任心的人，做每一件事都会坚持到底，按时、按质、按量完成任务；一个有责任心的人，一定能主动处理好份内与份外的相关工作，有人监督与无人监督都能主动承担责任而不推卸责任。有强烈的责任心就会不讲价钱履行职责，就有完成工作任务的信心，无论工作中遇到多少困难，他都会不急不躁迎接每一个挑战，主动去思考做好工作的最佳办法。

总结起来，就是简单也不简单的一句话：“工作就是责任”在我们的工作面前，在我们的责任面前永远没有任何借口。因为我们坚信：“实干就是能力、落实就是水平”。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！