# 202\_年酒驾的个人心得体会 酒驾个人心得体会(实用12篇)

来源：网络 作者：落花人独立 更新时间：2025-03-15

*体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大...*

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**酒驾的个人心得体会篇一**

“”事故通报和交通事故案例让我吸取教训深刻反思。结合学习新修订《道路交通安全法》和真实的交通事故案例后使我深深的感觉到道路交通安全不仅关系着过往车辆行人的有序行车同时也关系到每个道路交通构成者的生命安全。

通过对道路交通安全知识的学习充分认识到了遵守道路交通法则重要性体会到了“珍爱生命杜绝酒驾”的真正意义。在日常生活中道路交通安全时刻围绕着我们只要我出门上路便同道路交通安全打上了交道。在道路上的一次走神过马路时的一次侥幸开车时的一次违章仅仅是一次小小的疏忽这一切都会使一个生命转瞬即逝—飞旋的车轮会无情地吞噬掉行人的生命。道路交通安全知识不仅是对城市交通的进一步规范更重要的是教我们学会保护他人保护自己。通过对道路交通安全知识得学习我了解到文明开车文明走路的重要性。现代交通的发达虽然给人们带来了无尽的便利但同时也增加了许多安全隐患。时刻可能发生的交通事故像一个隐形杀手一样潜伏在马路上等待道路违章违规的人出现。所以不论我们是在开车还是在走路一定不能掉以轻心忽视了这个虎视眈眈的隐形杀手。常常看到或者听到路上的交通事故造成了多深重的悲剧“人的生命只此一次”众多血的教训告诉我们道路交通安全不容忽视一定要严格遵守交通法规真正做到“珍爱生命杜绝酒驾”。

遵守道路交通安全法规做到安全出行营造一个良好的交通运行环境无疑是为创建一个和谐的社会而添砖加瓦而和谐的社会又为道路交通安全的建设撑起了一片蓝天。作为一名普通市民和司机我愿严格遵守道路交通安全法规自觉维护道路交通秩序做到“珍爱生命安全出行”这也是我们应该做到的通过此次对道路交通安全知识的学习我认识到保证道路交通安全的重要性在未来的日子里不论我是开车穿梭在车流中还是行走在人流中我一定坚持按照道路交通安全法规来严格要求自己以身作则在血的教训的照映下生命如此脆弱如此地不堪一击。多一份小心多一份关心就会少一份灾难少一份失望。珍爱生命从我做起为不再让亲友生离死别的场面一次出现不让交通事故无情地吞噬我们无辜的生命。我一定要严格遵守道路交通安全法规法律时刻以清醒的头脑掌握好手中方向盘控制好脚下飞旋的车轮守好道路交通安全的第一道防线不开霸王车不违规超车会车不无证驾驶不疲劳驾驶不酒后驾驶不超载行车途中不接听电话“系好安全带不开超速车”。避免心存给自己和他人留下终生的痛苦和遗憾。

**酒驾的个人心得体会篇二**

酒驾，作为一种严重违法行为，给我们的社会和个人带来了巨大的伤害。在此之前，我对酒驾的危害并不是很清楚，常常认为自己驾驶技术良好，一杯酒并不会对我造成什么影响。直到我亲眼目睹了一次酒驾事故，才真正意识到了酒驾的危害。在那次事故中，酒驾司机不仅丧失了自己的生命，还造成了无辜者的伤亡。看到伤者痛不欲生的样子，我感到内心深处一阵刺痛。这让我明白了，酒驾不仅是违法行为，也是对人们安全和生命的一种危害。

段落二：经历一次个人酒驾后的反思。

虽然我通过事故认识到酒驾的危害，但自己却并未完全领悟其中的道理。有一次，我自己亲身经历了一次酒驾。那天晚上，我在朋友聚会后决定开车回家。虽然已经喝了几杯酒，但我当时并未感到自己已经醉酒。当我上路后，不久便发现自己的视线模糊，没有了正常的判断力。我明白我犯了一个严重的错误，即使只是短暂的迷失，也足以造成不可挽回的后果。这次经历让我认识到，酒驾不仅仅是一种违法行为，更是一种对自己和他人的不负责任。

段落三：忏悔与决心。

在经历了酒驾后，我陷入了深深的忏悔和自责之中。我思考着自己的行为所造成的后果，无时无刻不提醒着自己不能再犯同样的错误。我向自己保证，无论何时何地，无论有多少人劝我，我都绝不再酒后开车。我承诺要展示一个负责任的行为榜样，遵守交通法规，保护自己和他人的生命安全。

段落四：与亲友的正面呼吁。

我深知，一个人的决心改变不了事实，需要得到身边的人的支持和帮助。于是，我向亲友坦陈了自己的酒驾经历，并代表自己保证以后决不再犯同样的错误。我的父母和亲友们都非常震惊，但他们也感到我对自己的行为有足够的认识，并且意识到酒驾的严重性。他们给予了我无尽的支持和激励，帮助我坚定了决心。我会时刻牢记自己的承诺，不辜负他们对我的信任和期望。

段落五：酒驾触动心灵，引发行动。

通过酒驾的经历和反思，我认识到一个人的错误不仅仅影响自己，也会给他人带来巨大的伤害。我意识到，作为一个成年人，我有责任保护自己和他人的生命安全。为此，我积极参与酒驾防范宣传活动，通过社交媒体、朋友圈等途径，分享自己的经历和体会，呼吁大家不要酒后驾车，共同参与构建一个安全和谐的社会。

总结：

通过这次酒驾的经历，我认识到酒驾的危害，深刻反思了自己的错误，并决心摒弃酒后开车的不负责任行为。我将不遗余力地加入到酒驾的防范宣传中，希望通过自己的努力，唤起更多人对酒驾危害的认识，并共同营造一个安全和谐的交通环境。

**酒驾的个人心得体会篇三**

近期全军部队学习了禁止酒驾的相关材料，通过学习，使我认识到醉驾入刑所带来的严重后果。

首先从违法成本来说，根据《刑法修正案》(八)的最新修改，醉酒驾驶机动车，不管是否造成后果，都将按照“危险驾驶”定罪，处以1至6个月拘役，并处罚金。这就意味着醉酒驾驶将不再是违法，而是一种犯罪行为，最长可处6个月的拘役，醉驾被查者的身份也由普通违法者变成犯罪嫌疑人。同时，根据修正案草案，醉驾者将被吊销驾驶证，且5年内不得重新取得驾驶证;对醉酒后驾驶营运机动车的，将吊销驾驶证，20\_年内不得重新取得驾驶证。重新取得驾驶证后，不得驾驶营运机动车。

从共同的违法成本看，醉驾当事人不光失去自由，还将损失金钱，更留有犯罪记录。对于一名军人来说，根据部队的有关规定，其性质和后果之严重不言而喻。其次，为了维护解放军在广大人民群众中的威信，树立军人在人民群众中的良好形象，部队对驾驶员的严格要求，并作出相应的处分、处罚规定。自部队的相关规定颁布实施以来，部队的驾驶员认真组织学习和讨论，认真贯彻执行，得到明显转变，军人的良好形象在广大人民群众中重新树立。

从醉驾入刑的意义方面看，体现了对生命价值的尊重。成都孙伟铭醉酒无证驾驶造成4死1伤交通事故案、南京张明宝酒后驾车冲入人群连撞9人造成5死4伤，死亡者当中还包括1名孕妇交通事故案、郑州市城管科长傅口醉酒无证驾驶连撞11人造成3死8伤交通事故案等等。还有酒后驾驶发生交通事故后，为逃避处罚，往往采取逃逸，延误对事故受害者的抢救治疗，使事故受害者生命健康受到进一。

步伤害，并因此导致死亡、伤残等严重后果发生。醉驾入罪，其真正意义不在于实现法律处罚从轻到重的规律性，实现刑法理论的对接，而在于醉驾行为可能随时引发严重的交通事故，给车辆周围的人群造成极大的安全威胁，其背后所隐含的是对社会公众生命、财产安全尊重和保护。

**酒驾的个人心得体会篇四**

不久前，在社交媒体上看到一则新闻，一位年轻的家长因酒后驾车撞上了路边的护栏，最终导致了自己和孩子的双双去世。这种悲剧性事件时常发生，酒后驾车不仅会威胁到自身的安全，更会对他人的生命产生不可逆的影响。本文将就酒驾之痛个人心得体会进行探讨和分享。

第二段：对酒驾的心路历程和感悟。

酒驾对人们的安全非常危险，也是一种非常不负责的行为。那么，为什么会有人飙车、喝酒后开车呢？从我个人的经历来看，酒后驾车往往与青春的冲动有很大关系，年轻人往往会放纵自己，不想负责任。直到有一次，我在朋友家喝饮料时，看到了朋友的哥哥因为喝醉酒而不能回家。他哭喊着至少还有一辆车能送我回去，可是他已经无法开车了。当时我被他的表现震撼到，认识到自己需要对自己和他人负责，不得不承认，在很多酒驾案例中，每场悲剧都是无一个责任的人造成的。

第三段：酒驾的根源及危害。

酒驾的罪恶性早已不是秘密。数据显示，每年有大量的人因酒后驾车致死或导致严重事故。酒驾是一种违法行为，我们必须清楚地认识到酒驾对我们所有人的影响。对于酒驾者来说，他们会承受很多的痛苦，从经济性、行政性惩罚到法律问题和社会不屑。对于被酒驾危害的人来说，他们的伤害是无法挽回的，家庭因此被毁、失去亲人、财产损失等影响是无法想象的。经济成本、社会成本和人力成本都是惊人的，因此，酒驾危害比我们看到的更加严重。

第四段：如何抵制酒驾。

针对酒驾行为，我们应该采取多项措施来防止这种事情发生。政府可以从加强法律制裁、提高酒驾罚款、加强巡逻执法等方面来协助，推动社会对酒驾的关注，提高社会风气。个人方面，我们更应该自觉地遵守相关法律法规，降低酒量或不喝酒、找人代驾等。这是我们对自己以及其他人负责任的表现。

第五段：结尾。

总之，酒驾是一种不被社会所容忍的行为。我们都应该认真对待酒驾问题，并做出自己的努力，也希望社会各界能共同努力，携手共进，创造一个更加文明、更加安全的生活环境。因为只有每个人对酒驾危害的认识，才是促进社会进步的关键。

**酒驾的个人心得体会篇五**

市局组织各单位学习了禁止酒驾的相关材料，经过学习，我深知作为一名执法者，同时又是一名守法者。更知道遵守交通法规的重要性。禁止酒驾不仅是保护自己，也是是爱护家人，爱护他人的体现，更是展现职能机关执法，遵法的窗口。

首先从违法成原来说，根据《刑法修正案》（八）的最新修改，醉酒驾驶机动车，不管是否造成后果，都将依照“危险驾驶定罪，处以1至6个月拘役，并且处罚金。这就意味着醉酒驾驶将不再是违法，而是一种犯罪行为，最长可处6个月的拘役，醉驾被查者的身份也由普通违法者变成犯罪嫌疑人。同时，根据修正案草案，醉驾者将被吊销驾驶证，且5年内不得重新取得驾驶证；关于醉酒后驾驶营运机动车的，将吊销驾驶证，内不得重新取得驾驶证。重新取得驾驶证后，不得驾驶营运机动车。

从共通的违法成本看，醉驾当事人不光失去自由，还将损失金钱，更留有犯罪记录。关于于一名公安来说，根据单位的有关规则，其性质和后果之严重不言而喻。

其次，为了公安干警在广大人民群众中的威信，确立民警在人民群众中的良好形象，市局和总队关于驾驶员的`严格要求，在驾驶公车时，必需带齐双证，签好派车单，坚决杜绝酒驾，加强民警小时工作外的.思想和生活管控，从政治，思想，行动展开爱警活动。

自从公安部提出五条禁令后，北京公安局就加大了关于酒驾的严管程度，经过组织民警观看警示教育片的形式，让大家在思想上绷劲酒驾这根弦，加强思想意识。还利用基层党支部的作用，逐一关于单位爱喝酒，能喝酒的民警谈话，劝其少喝酒、不喝酒，从根源上杜绝酒驾。

**酒驾的个人心得体会篇六**

9月8日，备受社会关注的“成都孙伟铭醉酒驾车死刑案由省高级人民法院作出终审判决，对被告人孙伟铭以“以危险方法危害公共安全罪”，判处无期徒刑，剥夺政治权利终身,判决书一出，顿时在群众中引起了轩然大波.

孙伟铭长期无证驾驶，多次违反交通法规，在醉酒驾车与其他车辆追尾后，为逃逸继续驾车超限速行驶，先后与4辆正常行驶的轿车相撞，造成4人死亡、1人重伤。

对此，各大媒体和网络对有关法律专家进行了走访，最后归结为一条，那就是：以危险方法危害公共安全罪的，按照刑法规定，应处10年以上有期徒刑、无期徒刑或者死刑。具体决定对被告人的量刑时，要综合考虑犯罪情节、伤亡后果和被告人的主观恶性及人身危险性。犯罪嫌疑人归案后，认罪、悔罪态度较好，积极赔偿被害方的经济损失，一定程度上获得被害方的谅解，依法可从轻处罚，所以判处其无期徒刑，剥夺政治权利终身。有了这一解释，部份人对此表示理解，但仍有绝大部分人难以接受。

我对这个事件的看法是：法律是用来维护社会公平公正，保障公民合法权益不受侵犯的，惩治—固然是法律的一个功用，但法律设立的初衷更侧重通过这种惩治，给犯罪分子本身一个告诫，也给社会中的他人一个警示。所以，量刑的轻重相比较而言，已经不显得特别重要了。

事件的背后究竟给予我们何种启示?

酒，自古以来在我们的生活中扮演了极其重要的角色，浓郁的酒文化也是中国悠久历史文化的一个重要组成部分。古代人喜欢嗜酒，现代人更崇尚喝酒。有事没事，朋友聚会，唠唠家常，沟通感情，饭桌边，酒席上少不了酒瓶的身影，感情因为酒的存在而拉近，气氛更因酒的存在而调和。我们说，适量饮酒对人的身体健康有着积极的意义，但凡事总讲求一个“度”，超过一定限度，好事也总能办坏，“过犹不及”说的就是这个道理。

从饮酒这个问题上就能显现出中国人安全意识的不强，国民素质的不高。在西方，人们饮酒之后会自觉地选择打的或乘公车回家，绝对不会选择自行驾车，这不仅是对自己生命的负责，更是对别人生命的尊重。而我们国人，往往对自己的能力过于自信，“没什么大不了的，看我的”种种逞能表现的背后就往往会酿成大祸甚至悲剧!!

**酒驾的个人心得体会篇七**

饮酒过量后开车，不仅是一种危险行为，同时也是违法行为。许多人因为酒驾，引发了不可挽回的后果，无论是对自己还是对他人，都带来难以承受的痛苦。作为一个曾经犯过酒驾的人，我深深意识到这种行为的危险性和痛苦，下面就让我分享一下我的体会。

第一段：初犯酒驾带来的痛苦。

当时，我并没有想清楚开车饮酒的后果，也没想过会被抓。我抱有侥幸心态，结果血液酒精浓度超出了规定标准。晚上喝了几杯酒，可能只是为了庆祝一下，但是这一“庆祝”却让我发生了酒驾。当我意识到自己犯了错的时候，已经晚了。我的驾驶证被吊销，车被拖走，不仅浪费了时间和金钱，更严重的是暴露出我不负责任的态度和行为，这让我倍感痛苦。

第二段：酒驾引发的后果与痛苦。

酒驾引发的后果是不可挽回的，它会给自己和身边的人带来痛苦。酒驾引发事故时，可能造成人员伤亡和巨大财产损失，不仅要承担刑事和民事责任，也会让自己和家人陷入迷茫和无法承受的经济压力。酒驾也可能导致自己和他人死亡，这是一件非常悲惨的事情。这些后果虽然不是每个人都会遇到，但是每个人都有可能遇到，所以要认识到酒驾的危险性，不轻易尝试。

第三段：酒驾后反思自己的行为。

发生酒驾事件后，我意识到自己的行为已经成为了惨痛教训。我认真反思了自己的行为，也学会了对自己的行为负责。我感慨万分，为自己的过错付出了惨痛的代价。我正在努力改变自己的行为，展开自己的新生活，这是必须付出的代价。

第四段：预防酒驾的方法。

为了预防酒驾，有一些好的方法和建议：

1.在喝酒之前，制定一份有目的的计划，列出比如何时停酒等项目，做到心中有数。

2.将酒精含量逐渐减少，控制自己饮酒的量。

3.不开车喝酒，或找亲朋好友代驾，搭车回家。

4.使用酒精测试仪测量自己的酒精含量。

5.在Party或其他集会中，积极的参与，发挥自己的优势，避免心理疏离。

第五段：结论。

酒驾在我们的生活中格外危险，尤其是在我们的公路上。它不仅危及自己的安全，也危及别人的安全。我们需要认识到这一点，避免酒驾并积极传播安全驾驶的知识，使我们的社会安全和和谐。作为一个曾经犯过酒驾的人，我会努力遵守安全驾驶法规，让自己和周围的人获得生命的尊重。

**酒驾的个人心得体会篇八**

“开车不喝酒，喝酒不开车”这一句话我相信每个人一定都知道，但每个人并非一定做得到。随着人们生活水平的提高，买车的.人也越来越多，由此引发车祸也接生不断，但造成车祸的主要原因还是醉驾。虽然现在人们越来越重视这个问题，但是有些人还是依然抱着侥幸的心思，就是因为有这种心理，才会让更多“家破人亡”的戏码上演。

能够证实醉驾危害的例子实在太多了，比如最近，著名音乐人高晓松被判了刑，拘留半年再加上罚款，这就是因为他不重视这个问题，认为稍微喝一点应该没什么，但当你喝了酒在决定要开车时，你已经犯下了大错。每当我在电视荧幕前看到因为一些人醉驾而导致他们的.亲人痛不欲生时，只能默默地叹息，并不断祈祷不要有下一次，但这种事还是接二连三的发生，使他们的家人不得不绝望。

人的生命只有一次，一定要好好珍惜，上帝给予我们生命，是希望我们能做有意义的事，而不是让我们白白浪费了的。我有时看到一些人因为醉驾而在法庭上忏悔，就会觉得那些很恶心，难到就因一句忏悔的话，就能换回那些无辜的生命吗？难到就因一句“对不起”就能弥补自己曾犯下的滔天大罪吗？难到就因一些赔偿就能抚平那些失去亲人的人的伤痛吗？我想这是不能的。

在这时，我想对所有抱有侥幸心理的人说：“一个人的生命比酒杯更结实吗？如果一个人的生命就在你们不理智的选择下悲惨的死去了，而那个人，就是你们的家人的话，你们还会那么做吗？还会忍不住喝一口小酒吗？还会酒后驾车吗？所以请你们不要抱着侥幸的心理去面对这一严重的问题，不然就会成为你们的不幸。

最后再叮嘱大家：开车不喝酒，喝酒不开车。

文档为doc格式。

。

**酒驾的个人心得体会篇九**

近年来，酒驾已经成为了社会不可忽视的问题。不仅仅对驾驶者自身有巨大的危害，也会对行人和其他车辆造成威胁。几乎每天都能看到新闻报道，提醒我们不要酒后驾车。但是，在自己亲身经历酒驾之痛后，我深刻认识到了酒驾对自己和他人所造成的严重后果，希望以此为提醒，劝从我做起。

第一段：我曾经醉驾的经历。

我在上大学四年级时有一个不可饶恕的错误，那就是醉酒后驾车。那晚，我和我的同学们在一家酒吧聚会，我误以为只喝了几杯酒，不会对自己驾车造成影响。然而，当我驾车前往家中时，发现自己无法控制车速和方向。我被警察拦下，发现自己的酒精度数远远超标。我被送进了拘留所，并付出了昂贵的罚款和吊销驾驶证的代价。

第二段：从酒驾中得到的教训。

除了承担经济损失以外，我的醉驾造成了很多其他的后果。我失去了驾驶自由，因为无法拥有驾照，这阻碍了我的就业和生活质量。我的亲朋好友都对我的失误感到遗憾和失望，我也深感自己深深地辜负了他们的信任。我明白了一个苦涩的教训：酒后驾车不仅危及自己生命安全，也会对亲友和陌生人生命造成危害，这底线不能跨越。

第三段：酒驾可能带来的危险后果。

我的个人经历和其他事故造成的影响证明了酒驾的严重性。有许多酒后驾车者导致了交通事故，甚至危及了行人和其他车辆的生命，造成无法挽回的悲剧。酒后驾车不仅可能导致意外事故，还会影响人类社会和法律纪律。当有人酒后驾车，不仅会受到罚款和吊销驾驶证的惩罚，更重要的是，负责任的法律人员和朋友也会失去对这个人的尊重和信任。

第四段：如何防止酒驾事故发生。

为了改变这个严峻的现状，我们必须采取一些措施。首先，要严禁饮酒后驾车，无论是从个人和道德的角度上来看都是错误的选择。其次，如果要喝酒，最好将汽车交给一个没有饮酒的司机开车。最后，政府和媒体需要大力宣传酒驾和其危害性。

第五段：结论。

最后我想说的是，个人错误是一个人的事情，但酒驾危害的不仅仅是自己，更危害了周围的人。酒驾已经成为了严重的社会问题，应该想办法找到解决这个问题的方法。除非我们能够狠心地制止酒后驾车，否则，这个问题将永远存在，带来更多的毁坏和悲剧。让我们从个人着手，不饮酒后上路，从身边的朋友带起，向后辈们传递这种正确而危险的行为利益。

**酒驾的个人心得体会篇十**

第一段：介绍零酒驾的重要性和意义（200字）。

零酒驾是一种道德和法律的自觉行为，它的重要性不言而喻。酒后驾驶不仅对自己的生命和健康造成威胁，还可能导致无辜者的伤亡，给家庭带来莫大的痛苦。做到零酒驾，除了履行公民应有的法律义务外，更是对自己和他人负责、关爱生命的表现。

第二段：对酒精对驾驶的影响的认识（200字）。

酒精会抑制中枢神经系统，影响判断力和反应能力，导致驾驶者无法及时做出正确的决策。喝酒后，驾驶者的视觉、听觉、协调能力和注意力都会受到不同程度的损害。这对于驾驶时需要全神贯注和反应迅速的高速公路上尤其危险。知晓这些后，我下定决心要坚决拒绝酒后驾驶，不仅为了自己的安全，更为了保护他人的生命。

第三段：采取的行动和措施（200字）。

除了信念的坚定，我还结合了一些具体的行动和措施来帮助自己做到零酒驾。首先，我时刻提醒自己要按时就餐，保证饮食均衡。饮食不当可能会导致胃里没东西能吸收酒精，酒精就会直接进入血液中，对驾驶能力产生更大的影响。其次，如果有社交场合需要进酒，我会尽量不饮酒或选择酒精度低的饮品，以减少酒精摄入。最后，我与朋友签订“零酒驾承诺书”，相互监督、共同遵守。通过这些行动和措施，我更有信心、更有力度去做好零酒驾。

第四段：实践的心得和体会（300字）。

在过去的一段时间里，我始终遵守着零酒驾的原则，并取得了一些实践的心得和体会。首先，坚决拒绝饮酒是最重要的。即使是一两杯看似无害的酒，也可能对驾驶造成影响。其次，做好心理建设是关键。不论生日、节日还是朋友的团聚，有时候人们会为了面子不得不参加酒宴。但我们要坚定自己的信念，做到拒绝酒精诱惑。最后，对于已经喝了酒的朋友，我们应该积极疏导，提供帮助，保证他们的安全。这些实践的心得和体会，让我更加看清了零酒驾的重要性，并鼓舞着我更加坚定地贯彻下去。

第五段：对零酒驾的展望（300字）。

零酒驾是一项重要的社会公德和责任，是保护自己和他人生命安全的关键。我相信，随着社会法律意识的增强，人们对于酒驾的认识会越来越深刻，零酒驾会成为大众共同的行动。作为个人，我坚信自己将以身作则，行为示范周围的人，努力影响更多人抛弃酒后驾驶的行为，共同营造一个安全、文明的驾驶环境。

总结：零酒驾不仅体现了一个人的素质和道德底线，更体现了他对他人和自己生命的尊重。通过坚持零酒驾原则，并结合具体的行动和措施，我们可以为自己和他人的安全奉献一份力量，共同建设一个和谐的社会。零酒驾是每个人都应该意识到的责任，让我们合力推动，让零酒驾成为一种普遍的行为准则。

**酒驾的个人心得体会篇十一**

。

以上使我深刻认识到了自己的错误，酒后驾驶的危险。酒驾，不止损害了他人的利益，也损害了自己的利益。新的酒后驾驶处罚规定：酒驾罚款1000元以上202\_元以下，暂扣驾驶证6个月;再次酒驾拘留10日和罚202\_元，吊销驾驶证。这不止是金钱的损失，更留下了不好的记录，六个月的扣留驾驶证，使得以后的出行不方便，一旦发生事故，后果不堪设想，所以可以说酒驾是害人又害己。

酒后驾驶危害很多：会使人触觉能力降低;判断能力和操作能力降低;视觉障碍，饮酒后可使视力暂时受损，视像不稳，辨色能力下降，同时饮酒后视野大大减小，视像模糊，眼睛只盯着前方目标，对处于视野边缘的危险隐患难以发现，易发生事故;心理变态，在酒精的刺激下，人有时会过高地估计自己，对周围人的劝告常不予理睬，往往干出一些力不从心的事;饮酒后易困倦。

知道这些危害后，又通过这次的学习，使我想到了\"珍爱生命，拒绝酒驾\"这八个字，同时，我要做到喝酒不开车，开车不喝酒。喝酒绝不开车，这是对自己，对家人，同时也是对社会负责。

**酒驾的个人心得体会篇十二**

在交通运输局的组织下，我们于3月22日参观了x市警示教育基地。警示教育活动是我们党推进反腐倡廉、加强党风廉政建设的重大举措，是加快建设的重要保证。反腐倡廉关系执政党的命运，是永葆执政党青春常在、充满活力和长治久安的重要基础。在，在市场经济浪潮的荡涤下，一些党员领导干部理想、信念扭曲，放松主观世界观的改造，追求安逸生活，私心膨胀，最后走上犯罪的道路。综观案件，留给我们两点警示：

1、党员领导干部一旦背离党的宗旨，必将导致世界观、人生观和价值观的扭曲。面对滚滚而来的市场经济浪潮，失去了本该保持的警惕、冷静、操守，忘记自己本身来自于劳动人民、忘记了党多年的培养教育、更忘记了人民提供衣食住；贪图享受，不甘清贫，崇尚拜金，私欲膨胀，给党和国家利益造成了很大损失，最终走上犯罪的道路，留下深深的忏悔。

2、党员领导干部把人民赋予的权力当作自己谋取私利的工具，必将在错误道路上越走越远。正确的行使权力，能为人民办实事、谋利益，反之，就会适得其反。那些居功自大、专横跋扈，把权力当作自己谋取私利的资本，趁机捞财，损害党和人民利益，损害党在人民群众中的形象，到头来自己也必将遭到“身囚”之苦，悔恨终生。从领导干部到囚犯往往是一步之差、一步之遥，然后就是这一念之差，一步之错，让人悔恨终身。我们千万不能用自己的政治生命、青春年华、人生自由和美满的家庭去以身试法，换取身外之物，最后导致身败名裂，害己、害人、害家庭，发这样的教训太深刻了。

这次警示教育活动，充分体现我们党坚定不移抓反腐倡廉、抓党风廉政建设工作的决心，使我们每个党员在参加学习活动中，灵魂受到洗涤，思想受到了震撼。作为交通运输局规划基建科科长，更要时刻警钟长鸣，引以为鉴。

联系工作实际，我认为要从以下几方面做好工作：

一要自觉改造自己，树立正确的世界观、人生观、价值观。在世界观方面，要有坚定的共产主义理想信念；在人生观方面，要有坚定的人生目标和追求，正确对待“钱、权”，不要自毁人生；在价值观方面，要正确体现人生的社会价值，不要私心、贪心膨胀。二要自觉提醒自己，在权、钱、色方面不伸手，不纵欲，不侥幸，时时把自己置身于监督之中，想到“手莫伸，伸手必被捉”。三要自觉充实自己，有正确的追求、健康的心态和实实在在的寄托。善于学习，不让头脑空虚；时时保持平衡的心态，在名誉、职位、报酬、个人利益等方面知足常乐。

党员干部要树立正确的世界观、人生观、价值观，主要靠学习。学习是领导干部的一种追求、一种责任、一种能力，是把握方向、驾驭全局、履职尽职的资本。学习革命理论是提高领导干部思想素养和培训领导素质的灵魂和基础。“有关国家书常读，无益身心事莫为”。只有努力学习政治理论知识，思想觉悟、境界提高了，眼界开阔了，学以致用，才能够正确判断政治是非、理论是非，辨别假丑恶、真善美；才能搞清楚人怎么活着才有价值、有意义。在实际工作中，遇到问题往往就事论事，分析和解决实际问题，从而增强自己的识别能力，提高拒腐防变能力。

通过警示教育活动，大家对反腐倡廉斗争长期性、艰巨性、复杂性有了新的认识。以前曾有不少同志认为自己职低位轻，不掌握权、钱，认为反腐倡廉与本人关系不大。通过学习，大家对反腐倡廉的现实意义有了新的认识。此次开展的警示教育活动，是市委“未雨绸缪，防患于未然”的重大举措，体现了党中央领导对党员领导干部的关心和爱护。人非草木，岂能无情、无欲。谁不想生活得更好、更滋润、更潇洒，但前提必须是合法、合理、正当的收入。只有通过合法、正规的劳动所得，才是最干净的。

“以史为鉴，可以知兴衰；以人为镜，可以知得失”。这次警示教育活动，就是要让广大党员干部从警示教育活动中得到既沉重又非常深刻的启示，从而真正从思想上、行动上严于律己，做遵纪守法的带头人。为此，大家决心要把这次警示教育活动作为永久的警钟，长鸣在我们的思想中，才能不断巩固警示教育活动的成果，真正做好一名交通行业的好战士。

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！