# 2024年监狱的心得体会 监狱心得体会(优秀12篇)

作者：未来的方向 更新时间：2024-03-27

*学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。监狱的心得体会篇一近日*

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**监狱的心得体会篇一**

近日，在公司统一组织下我有幸参观了襄南监狱，接受警示教育活动。

在监狱工作人员的引导下，我们寄存好手机、相机、包，通过a、b门进入到监管区。映入眼帘的是整齐划一的建筑布局和绿化，没有想象中的阴森恐怖，有些不敢相信这就是令犯罪分子闻名丧胆的监狱。紧接着，我们一一参观了服刑人员的宿舍、活动区域和探监区等，看到宿舍每个床上的编号、晾衣间的囚衣, 2000多个监控探头，我真切体会到法律的威严，同时也感受到党的劳教政策的伟大。

参观完监管区，监狱安排了2名服刑人员作现身说法。他们曾是国家机关干部，有着令人羡慕的工作、幸福美满的家庭，深受领导和同事的信任而被委以重任，却一直抱着侥幸的心态，在金钱利益的诱惑下迈出了罪恶的一步，将自己送进监狱。往日的西装革履、众星捧月，如今的粗布囚衣、妻离子散，如此大的反差生活，天堂和地狱的两个世界。从他的讲述中，句句透露出对自己贪欲的懊悔、对家人的思念和对自由的渴望。他以自己的亲身经历，剖析了自己犯罪的思想根源，对自己犯罪行为的深刻忏悔，给我们实实在在地敲响了警钟。

走出令人压抑的监狱，呼吸着\"外面\"的空气，有一种前所未有的舒畅。在监狱里高高围墙的面前，自由是多么的可贵。其实，监狱之门离我们每个人说近也近，说远也远，关键在于自己怎样把握。

通过这次反腐倡廉警示教育活动我有几点体会。

一、要警钟长鸣，筑牢防线。任何腐败行为都是从思想的蜕化开始的，都有一个思想演变的过程。因此，把牢思想这一关是最有效的预防，我们要在平时工作中注重学习，在思想上高度重视起来，\"勿以善小而不为，勿以恶小而为之\",我们不能放松世界观、人生观、价值观的改造，在思想上筑牢防线，把腐化的思想扼杀在萌芽中。

二、严以律己，以身作则，做廉洁从业的模范，岗位意味着责任。我们每一个党员干部，每一名职工都必须严格自律，经受住市场经济条件下各种诱惑的考验。我们必须时刻保持清醒头脑，严格自律。要耐得住清贫，顶得住歪风，抗得住诱惑，管得住小节。廉洁自律是一个党员、一个正直的人应该具备的思想品德修养，也是基本的行为要求。注重小节，公私分明，细微之处见精神，小节之处看品格，切不可有\"收点拿点不算啥\"、\"吃喝玩乐无大碍\"的思想，特别是在无人监督、无人知晓的情况下更要谨慎独处，用法律和纪律约束自己的行为，不到等到东窗事发，后悔莫及。

**监狱的心得体会篇二**

监狱是一个充满矛盾和挑战的地方，作为一名普通人进入监狱，亲身体验了监狱的环境和制度，我对于监狱有了更深入的认识和理解。在这个特殊的地方，我亲眼目睹了罪犯们的内心挣扎和改变，也看到了监狱制度对于罪犯们的教育与改造的力量。在这篇文章中，我将分享我在监狱中的所见所闻，以及对于监狱的心得体会。

第二段：挣扎与改变

进入监狱后，我发现罪犯们的内心挣扎是非常真实而复杂的。在监狱中，他们与外界失去了联系，被剥夺了自由，生活在严密的管控之下。一方面，他们对于自身犯下的罪行感到懊悔和内疚，希望能够找到改变的机会；另一方面，他们也面临各种心理压力和困境，面对监狱中的残酷现实往往会导致他们产生恶劣的行为。然而，正是在这种复杂的矛盾中，罪犯们开始反思自己的过去，以及为改变未来而努力的意愿。

第三段：监狱制度的教育与改造

监狱制度是罪犯改造的重要保障。我发现监狱内建立了各种各样的教育和改造项目，旨在帮助罪犯们重新认识和面对自己。例如，心理辅导课程帮助他们解决内心的困惑和挣扎，教导他们有效地控制情绪和情感；职业技能培训项目帮助他们学习具有市场需求的技能，为他们融入社会提供了机会。监狱制度不仅提供了教育和培训，还强调纪律的执行和犯罪后果的认识，通过严格的惩罚和奖励机制引导和激励罪犯们积极参与改造。

第四段：监狱中的希望与困境

在监狱中，我看到了许多罪犯们的积极变化和努力奋斗，这也是监狱给予了他们改变的希望。然而，监狱改造的道路并不平坦。有些罪犯对于改变心存侥幸和抵触情绪，不愿意接受和参与改造项目；有些罪犯因为对外界失望，再次陷入了犯罪的循环。监狱制度虽然起到了一定的约束作用，但在罪犯改造过程中，仍然需要更多的关爱和帮助，以鼓励他们坚持改变和重返社会。

第五段：人性的光辉和社会责任

在与罪犯们的交流中，我看到了他们内心深处的憔悴和痛苦，也看到了他们渴望改变和向善的渴望。这让我深思，我们作为社会的一员，应该如何面对罪犯和监狱制度？监狱的存在既是对犯罪行为的惩罚，也是为了社会的安全和稳定。然而，我们不能把罪犯们简单地看作是社会的败类，而应该给予他们改过自新的机会和支持。监狱改造的任务不仅是政府和法律的责任，更是我们每个人的责任，我们每个人都应该以宽容的心态看待罪犯，并为他们提供改变和重返社会的机会。

结尾段：总结与展望

通过亲身体会监狱，我深刻认识到了监狱中罪犯们的挣扎和改变，也看到了监狱制度对于罪犯教育与改造的力量。虽然监狱改造的道路充满困难和挑战，但我们有责任为罪犯们提供改变和重返社会的机会，同时，也需要大家的理解和关爱。只有这样，我们才能共同创造一个更加美好、公正和包容的社会。

**监狱的心得体会篇三**

—————学习实践活动心得体会

党的十七大报告系统阐述了科学发展观，开辟了马克思主义中国化的新境界。贯彻落实党的十七大精神，最重要的就是要深刻理解、全面把握科学发展观，用科学发展观武装头脑、指导实践、推动工作。作为国家刑罚执行机关的监狱，笔者认为，履行好监狱职能是学习实践科学发展观的必然要求。

科学发展观的核心是以人为本，“以人为本”的理念是我国传统文化的传承和发展，是孔子“爱人”、孟子“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼” 思想和主张的延续，是中华智慧的结晶。党的17大报告提出要建设社会主义和谐社会，深入开展学习实践科学发展观活动，这就要求监狱在实践科学发展观的过程中，把握处理好两个关系。一是要把以人为本的理念贯穿于监狱工作的始终。“以人为本”就是要尊重人、依靠人、提高人，就罪犯而言，我国《监狱法》对罪犯权利作出了具体而明确的规定，作为特殊的公民群体，国家尊重和保障罪犯人权，凸现了我国对实现罪犯人权保障的价值追求，是“以人为本”核心思想在监狱工作中的法律体现。这就要求监狱机关在行刑工作中要坚持以人为本，依法治监的理念和行刑观。要尊重罪犯的人格，维护罪犯的合法权利，不断探索和研究新的历史时期罪犯思想、行为和心理规律，不断创新改造矫治手段和方法，建立和完善符合中国国情的罪犯改造质量评估体系，切实提高罪犯的“改好率”，最大限度地降低重新犯罪率，将和谐社会的消极因素转化为积极因素。二是打造平安监狱，服务和谐社会。科学发展的前提和保障是社会稳定，政治稳定。没有稳定就没有和谐，更没有发展。监狱的首要职责就是维护稳定，历史表明，“法治行则国治国兴，法令弛则国乱国衰”。保持稳定，维护国家长治久安，最根本、最有效的办法是实行法治。监狱机关能不能依法办事，关系到国家司法公正，关系到有效地惩罚和改造罪犯，也关系到我国监狱在国际人权斗争中的形象，监狱工作的全部环节都要做到“有法可依、有法必依、执法必严、违法必究”。所以说，依法治监是监狱机关践行科学发展观的最基本要求。只有用依法治监理念规范监狱工作，始终坚持以公平、公正为基础的刑罚执行思想和宽严相济的刑事司法政策，在监狱体制改革中，坚持用科学发展观正确把握当代监狱的现状与特点，作出科学判断与决策，实事求是地分析和解决监狱体制改革过程中遇到的问题和矛盾，才能真正实现监狱职能，维护监狱稳定，使监狱工作全面、协调、可持续发展，为建设法治江苏、平安江苏和和谐江苏提供有力保障。

马建军

**监狱的心得体会篇四**

第一段：引言（150字）

监狱是一个充满着封闭与束缚的地方，也是一个充满着痛苦与悲哀的地方。然而，在我度过的这段时间里，我发现监狱也有着它特殊的一面，它教会了我许多宝贵的人生真谛。在这篇文章中，我将分享我在监狱中的心得体会。

第二段：珍惜自由（250字）

监狱的高墙将我们与外面的世界隔绝，让我们感受到自由的珍贵。在监狱中，我深切地明白到自由是一种无价之宝。曾经自由地行走在繁忙的街道上，享受着阳光和微风的拥抱，这已成为我心中永远的回忆。现在，我每一次自由的体验都变得更加珍贵，我更加深刻地感悟到只有在自由中，我们才能真正去追寻自己的梦想和追求幸福的路。

第三段：反思自己（300字）

监狱的生活往往令人终日沉浸在思考中，反思过去的种种错误和犯罪行为。在这段时间里，我努力地反思自己的过错，并且以积极的态度寻找犯罪背后的原因。我发现，只有通过反思自己的错误，承认自己的过错，并且从中吸取经验教训，我们才能更好地成长和改变。监狱教会了我学会反思和坦诚，这是我人生中最宝贵的财富之一。

第四段：珍惜人际关系（300字）

在监狱中，与外界的交流受到严重限制，而与狱友们的接触则是我们生活中唯一的交往方式。这让我深刻地体会到人际关系的重要性。在这个封闭的空间里，我发现与狱友们的交流是我与外界连结的纽带，他们让我不再感到孤独和无助。我开始学会与他人相互支持、理解和尊重，建立了一种珍贵的情谊。在我的监狱经历中，我意识到了与他人的相处之道，这在未来的生活中将对我产生积极而深远的影响。

第五段：寻找内心的力量（200字）

在监狱的日子里，我曾经失去了希望和勇气。然而，正是迎接生活的挑战让我重新点燃内心的希望，并且发现了内心的力量。在孤独和困境中，我学会了对抗消极情绪，坚持自己的信念，并且持久地追求目标。这段时间为我提供了宝贵的机会，让我了解到自己的潜能是无限的。监狱的经历充实了我的内心，让我成为一个更加坚强、勇敢和有自信的人。

结论（200字）

尽管监狱是一个充满痛苦和压抑的地方，但在我度过的这段时间里，监狱也成为了我人生中的一堂宝贵课堂。我学会了珍惜自由，反思自己，与他人建立珍贵的人际关系，并且发现了内心的力量。作为一个刑满释放的人，我将继续保持对这些宝贵教训的记忆，并将其应用于我的未来生活中。我坚信，经历监狱不仅是一次痛苦的考验，更是一次宝贵的历练。

**监狱的心得体会篇五**

我作为基层分社主任，按照州联社工作的安排，参加了监狱现场警示教育活动。在监狱工作人员的带领下，我分别参观了服刑监区，随后听取了服刑人员的现身说法，听取了监狱狱警的重要讲话，使我受益非浅，感慨良多。在以后的工作中，坚决做到以下几点：

一、坚持原则，奉公守法；

二、廉洁自律，照章办事；

三、顾全大局，团结进取；

四、爱岗敬业，无私奉献；

五、勤奋学习，严于律己；

六、诚实守信，竭诚服务。

一、从案例中吸取教育，引以为戒

有些党员干部在个人欲望的驱使下逐步淡漠了法制观念，在权力关、金钱关、美色关、子女关面前丧失原则，置党多年的培养教育于不顾，利用职务之便做出有悖于共产党员、人民公仆的原则和宗旨的事情，迈出了罪恶的步子，把自己送入了地狱之门，最终身败名裂，甚至是以生命为代价。活生生的事实表明：他们刚参加工作时，与我们大部分人一样，都有美好的愿望，都憧憬着美好的未来，都为这些最初的梦想付出过自己不懈的努力。可随着时间的推进，职位的变化，他们的人生观、价值观偏离了正确航道。他们曾身处要职，只因没有把握好人生的坐标，被金钱私欲冲昏了头脑，一时间沦为阶下囚。往日西装革履，今日粗布囚衣；昔日众星捧月、风光无限，而今家破人亡、被锁高墙，失去自由，生活宛若从天堂掉进了地狱。

二、党员始终保持艰苦奋斗优良传统

有一部分党员干部，淡忘了艰苦奋斗作风，贪图享受，热衷于追求个人和小家庭的安乐，抛弃党纪法规，贪污腐化，走上犯罪的道路。我们一定要引以为戒，要继续发扬艰苦奋斗的作风，恪守党的宗旨，提倡勤俭节约，反对铺张浪费，始终不渝地保持和发扬艰苦奋斗的优良传统。

三、坦然做人，扎实做事，警钟长鸣，拒腐防变 警示教育带给我们的思考是沉重的，留给我们的教训也是极其深刻的。在新的历史条件下，领导干部面临的诱惑和考验还很多，我们一定要经常打扫头脑中的灰尘，就像我们每天都要洗脸和照镜子一样。

对于那些虚无缥缈的东西，应避之不及，望之生畏；而对于自己拥有的工作、健康的身体、和睦的家庭，应好好珍惜，爱如至宝！

四、以典型的腐败案例警示自己

教训是深刻的、令人痛心的，前车之鉴，后车之师。在人生漫长的工作生活道路上，无论遭遇到什么样的处境，都应该牢记清清白白做人、踏踏实实做事、平平淡淡是真的道理。做到在逆境失意中不灰心消沉，在顺境得志时不居功自傲。分别参观了服刑监区、生活区、住宿区、生产车间，随后听取服刑人员的现身说法，真切体会到了监狱高墙与现实的反差。在本次参加监狱现场警示教育活动后深受教育。

**监狱的心得体会篇六**

监狱，是一个让人不舒服的地方。它是一个被误解和被遗忘的地方。但是，有时我们需要走进这个蒙昧的世界，以获得一些对生活和人类的新的体会。下面，我将分享一些我在监狱期间的心得体会。

第一段：望闻问切，发现囚犯的普遍问题

我的第一次到监狱，是作为一名心理医生。我被安排在一个暴力犯罪重犯的独立监房里。他已经被关押了几年，但还没有受过任何心理治疗。我开始跟他谈话，并询问了一些关于他的生活和心理健康的问题。通过交流，我发现囚犯们普遍存在心理问题，并且他们经常会找出路逃避痛苦。

第二段：自我反省，发现人性的复杂与微妙

在我陪伴囚犯度过的日子里，我反思了我的人生和社会体验。我开始理解人性的复杂和微妙之处：我们不是非黑即白的角色，而是受情感，历史和环境的影响而形成的。很多囚犯都是因为前任社会影响走上犯罪道路的，有的囚犯由于贫穷和文化差异没有过好生活而犯罪，还有一些找不到方向，缺乏正能量而误入歧途。

第三段：意识到社会的漏洞和问题

我在监狱期间体会到，很多囚犯都是因为社会的漏洞和问题才会走上犯罪道路。政府和社区应该为更多的人提供工作机会、教育、心理健康服务和其他社会福利。如果大多数人都能拥有一个美好的未来，那么其中许多问题就可以得到解决。

第四段：学到无私的爱与慈悲

在监狱，我见证过很多动人的故事。许多囚犯为他人而奉献自己，展现出一生中最为美好和无私的一面。一个重要的故事在我脑海中始终长存。一位囚犯，名叫凯文，因抢劫罪入狱。他在狱中接受了专业教育训练，开始为囚犯和雇佣他们的卫兵提供教育服务。他扫除监狱、修复照明设备、防范火灾和抗议囚犯。他帮助那些在监狱里生活和死亡的人们。他说，这是他为日子所做的唯一正确之事。凯文的精神力量深深地打动了我，并使我反思了自己的价值和生活方式。

第五段：感悟到正义与和平的重要性

最后，我的主要体验是，如果我们不从根本上解决社会问题而是抓捕和关押犯罪分子，犯罪率也不会有太大的下降。正义和和平是我们的共同目标，是我们武装自己并为我们的社会做出贡献的关键。每个人都应该负责任地思考和采取行动，以改善我们的社会、构建和谐的世界。当我们学会尊重和关爱他人的时候，我们才能帮助那些在监狱里的人重燃生命之火。

总之，我的监狱经历让我意识到怎样的环境和教育缺失可能导致人们最终选择犯罪，以及如何从而帮助那些在监狱里的人重新走向更美好的未来。它为我提供了机会，让我更深入地了解人性和社会，提高了我对正义、和平和社区的重要性和价值的认识。

**监狱的心得体会篇七**

要确保监管安全，必须树立如下几种意识：

一是身份意识。作为一名监狱人民警察，头顶着国徽，肩负着教育改造好罪犯，为社会消除不和谐因素的重任。我们在执法过程中，如果执法不公、不严，甚至枉法徇私，将一失足成千古恨。牢固树立警察身份意识，是要明确与罪犯的界线，提高警惕，增强防御能力。

二是大局意识。去年是我局实现监管安全十年无事故的目标，成绩里面凝聚着全局上下每名干警的心血，包涵了崇高的职业荣誉和自豪感，更是我们实现中心目标的安全屏障。我们没有理由不各司其职、尽职尽责，继续强化监管安全意识，为首都监狱工作发展进步提供安全保障。

三是忧患意识。忧患意识就是居安思危或安不忘危的意识，虽然我们已经连续十年无重大事故发生，但是前2·18警钟依然绕耳，当前的押犯形势依然严峻，面对现实我们更要保持清醒的头脑，防微杜渐，防患于未然。

四是责任意识。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，尤其是工作在监管一线的干警，肩负的责任更重。虽然我们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。

**监狱的心得体会篇八**

监狱，是一个让很多人闻之色变的地方，这是一个暴力和犯罪行为的极端集中地，充满着矛盾和冲突。我曾经有过进入监狱的经历，那是我整个人生中最黑暗的时刻。在那里，我得到了不少的心得体会，让我领悟到生活的真谛，更加珍惜人生。

第二段：监狱中的“劝导”

在监狱中，还有一个特点，就是经常有人会“劝导”你改善自己的行为，为人生奋斗。当初我很不自觉，觉得自己已经做过了很多努力，但是监狱里的这些人却不断地用实际行动告诉我，我还要更加努力，才能进一步挽救自己的人生。这也让我逐渐理解了什么是自我要求，更明确地找到了自己未来的几何。

第三段：监狱的“隐瞒”

监狱中还常常有一些不可告人的事情发生。如寻死之举、虚伪之言等等。这些事件在监狱内常常令人心情沉重，让人觉得自己处在一个既险恶又无助的环境中。在这里，隐瞒自己面对的苦涩和困难，暂时寄托于祖族的情感支持，成为我在监狱中最为珍视的一种东西。

第四段：监狱的“突破”

在这些难关中，我想起了许多转机，更多的是不忘初心、自我突破的时候。我很感激那些为了自己和其他的人付出自己生命和共同汗水的人们。我也意识到，当我们遇到困境的时候，千万不能轻言放弃。我的经验告诉我，我们只有不断地充实自己，不断地寻找自己的真正价值，才有可能摆脱监狱的黑暗，最终走上一条正确的人生之路。

第五段：结论

总的来说，监狱经历是我人生中磨练和历练的一段，也是我寻求生存和梦想的重要一步。在笼罩在监狱中的黑暗里，每一个人都需要有信念去寻找翻身和救赎的路。相信自己并不坚强，但相信心中的一份信念，则可以让我在最痛苦的时候，挺立在最暗的角落里，努力向前，等待阳光的到来。

**监狱的心得体会篇九**

监狱是一个神秘的地方，普通人没有机会亲身体验。然而，我有幸在一次社区志愿活动中参观了一次监狱，窥探了这个隐藏在社会之中的另一个世界。在这次经历中，我领悟到了人与人之间的差别，意识到了自己对于生命和自由所拥有的珍贵。本文将分享我的监狱参观心得体会。

第二段：第一印象

我进入监狱大门的那一刻，心里充满了不安和恐惧。高高的围墙，铁门和铁窗让我感受到了监狱的严峻气氛。但我也注意到了监狱内更加人性化的一面。宽敞的庭院，干净的走道和图书室都让我感到意外。更重要的是，监狱内的囚犯们不再是想象中骇人听闻的杀人犯等极端罪犯，而是来自各种各样的人群，其中有些人犯事也仅仅是因为对于生活的无助和无奈。

第三段：教育和复原

在监狱内，教育和复原是最重要的任务之一。看到囚犯们正在认真地学习课程和技能，我觉得他们仍然有机会改变命运。部分囚犯也参与到日常的工作中来，例如清洁、园艺和餐饮等，让他们有机会学习和运用新的技能。

另外，监狱内还有一些心理治疗和娱乐设施，例如游戏房和健身房等等。这些设施类似于平衡心理和身体健康等方面的治疗，因此囚犯们在监狱中得到了更好的服务，这将为未来的复原和再次融入社会奠定基础。

第四段：制度问题

虽然监狱内的生活看起来还不错，但依然有很多制度问题。首先，囚犯们的改善、学习和工作机会有限。其次，有多种多样的惩罚制度，例如遏制、禁闭室和限制通信等，这种惩罚措施只会刺激更多冲动的情感反应，而不是教育和怜悯。此外，不少囚犯还遭遇着人身侵犯、歧视和暴力等问题，这进一步加重了其刑罚期间的痛苦程度。

第五段：感悟与反思

这次参观监狱，在我看来是一次富有意义、教育性，及启发性的经历。我们的社会无疑需要推行更倾向于教育和自我发展的改进措施，而不仅仅依靠种种惩罚手段，才能显著地帮助特定类别的人重新融入社会。同时，我们可以尝试帮助和照顾他人，从而发现自己很幸福，这一点也是本次参观探陆让我领悟到的。这次参观监狱，虽然是一个非常让人内心矛盾和悲痛的经历，但这个生动和严肃的场景也让我深思自己的行为和生活方式，更加感恩拥有的自由及幸福。

**监狱的心得体会篇十**

xx医院：

贵院是全知名的三级甲等综合性医院，在质量管理、服务体系、运营机制及信息化建设等方面有很多值得我院学习和借鉴的先进管理经验。我院拟于月日-月日前往贵院参观学习。具体事宜安排如下：

一、时间：月日(周)上午点左右到达。

二、学习内容：全面学习贵院管理先进经验，特别是在医院质量管理、

信息化建设、内涵建设及服务体系建设等方面

三、参加人员：

四、我院联系方式：;传真：

联系人：

恳请接洽为谢(烦请贵院帮助联系住宿，费用由我院支付)。

医院

20xx年8月日

**监狱的心得体会篇十一**

监狱对于我们中大多数人来说是陌生的世界，但是对于那些被判刑的人来说，这个世界却是他们不得不面对的现实。在监狱里度过的经历不仅会改变他们的一生，也会给我们带来一些思考。

第二段：惊恐与失落

被送进监狱的第一天，是很多人人生中最难熬的一天。虽然被判刑也有一段时间准备的过程，但在实际面对监狱的时候，内心的失落感是无法避免的。监狱的严格规定、条条框框和密不透风的生活都会给人带来种种不适应，甚至一些人的心理状态会出现明显的问题。

第三段：渐渐适应与思考

然而，经过一段时间的磨砺和适应，很多人会渐渐变得坦然。在这个封闭的环境里，他们不得不思考人生和未来。也是因为这种思考，很多人意识到自己为什么会被判入狱，开始思考人生中的问题，在悔过与反思中改变自己的思想，为将来做好更多的准备。

第四段：对法治的规范认识

在监狱里待的日子越长，很多人也会更深刻的体会到法治的重要性。因为他们不得不遵守监狱里面确定的法规和纪律，监狱里面的法律也严格按照国家法规来进行管理。这些条例的制定让犯人们深入了解了法律的规范性和必要性，认识到只有依法办事，才能在社会中行得更稳步、更长远。

第五段：对自由的珍惜与社会责任的认识

在监狱里度过的时间，让人们更加珍惜自由和健康的日子，因为这两个东西曾经在他们的生活中不乏优越的品质。此外，在监狱中也会加深人们对自己的社会责任，更加清楚地认识到自己应该为社会做出的责任以及自己应该承担的责任。这样的意识的形成将会影响犯人在出狱后的行为和想法，从而让我们看到，监狱经历也会成为人们成长与思考的一个重要备。

结论

总的来说，在监狱里待的时光不是愉快的，但是对于一个人的成长来说却是极为有益的。从惊恐与失落到渐渐适应和思考，再到对法治的规范认识和社会责任的认识，监狱的经历给我们的启示是多方面的。我们应该进一步思考如何将这些启示带入到我们的生活中，为未来做更好的准备。

**监狱的心得体会篇十二**

中的权利是人民赋予的，在市场经济大潮中，在金钱的诱惑下，步入了罪恶的深渊，以致身陷囹圄。从中我也清醒的认识到，只有不断地进行世界观、人生观和价值观的改造，才能坚定自己的信念，牢记为人民服务的宗旨，才能提高自我约束能力，坚决抵制市场经济条件下物欲横流的各种诱惑，才能面对市场经济大潮保持警省、保持冷静、保持操守，立于不败之地。 作为一名党员干部，我将牢固树立全心全意为人民服务的思想观念，不断反省自己，慎独、慎微、慎权、慎欲，做到自警、自省、自重、自律，居安思危，兢兢业业，恪尽职守，堂堂正正做人，老老实实工作，提高拒腐防变能力。通过警示教育，在今后工作中我要做到：

一、要加强学习，提高拒腐防变能力

关，要时时注重学习，处处加强世界观、人生观和价值观的改造，加强党性修养，不断增强廉洁自律意识和拒腐防变能力，从思想深处筑起党纪国法和道德意识防线。

二、要坚定信念始终坚定共产主义和有中国特色的社会主义的理想和信念，是共产党员的立身之本。党员领导干部丧失了理想信念，就会失去精神支柱，失去灵魂。腐败之所以走上犯罪的道路，究其原因，就是在市场经济大潮中，少数领导干部在金钱、官位、名利的诱惑下，放弃了对世界观的改造，放松了对自身的要求，出现了“只讲实惠，不讲理想：只讲索取，不讲奉献：只讲钱财，不讲原则”等现象。在市场经济的形势下，只有自觉地进行世界观、人生观和价值观的改造，坚定自己的信念，牢记为人民服务的宗旨，坚持立党为公、执政为民，提高自我约束能力，提高自我警省能力，坚决抵制市场经济条件下物欲横流的诱惑，过好权利关、金钱关、人情关，才能经受住各种考验，抵御住各种诱惑，立于不败之地。

滴滴处严格要求自己。

通过这次参观活动，我的心灵受到了深深的震撼，作为公司一名中层管理人员我们一定不要放松对自己思想的修正，不断反省自己，我们更应该珍惜今天的美好时光，做每件事都要做到问心无愧。做到无愧党，无愧人民。

提升自我，警钟长鸣

——平安看守所参观心得体会 近日，在公司的组织带领下，我们对平安看守所进行了参观。在高大的围墙,紧闭的铁门和森严的戒备下，我看到了失去自由的看押人员，通过了解他们的成长轨迹和犯罪历程，我发现一些服刑人员以前都是国家机关干部，工作能力强，文化水平高，都曾经有良好的工作环境、较高的收入、幸福的家庭和大好的前程，在基层岗位上做出过过突出贡献，深受领导和同志们的信任，一步一步成长为国家机关重要岗位的干部人员，却在金钱利益的诱惑下迈出了罪恶的一步，贪污、挪用公款、利用职务之便为他人谋取利益，造成了国家财产的损失和对家人的伤害，也使自己身陷囹圄，失去自由，自毁前程。 通过深刻地学习和自我警醒，没有正确的人生观价值观、没有遵守基本的行为准则是他们走向犯罪道路的主要原因。前车之覆，后车之鉴，每一个鲜活的例子使人触目惊心，在思想上引起极大震撼，真切体会到了监狱高墙与现实的反差。这也警醒着我们每一名党员干部，一定要引以为戒、警钟长鸣，从中吸取深刻教训。作为公司党员干部，我们必须做好以下几个方面，廉洁自律，洁身自好，在自我的岗位上做出最大的贡献：

一、树立正确的人生观和价值观

理论学习，不遵守党的纪律，不坚持正确的人生观和价值观，就难以经受住糖衣炮弹考验。只有时刻注重学习，将理论与实际相结合，将反面案例与正面教育相结合，注重学习效果；净化个人思想，提高自身的思想觉悟和道德水准，使自身免受不良习气的侵蚀，严格要求自己，防微杜渐，坚持各项规章制度和法律法规，牢固树立正确的人生观和价值观，从而做一名政风清廉的好干部。

二、准确定位，正确行使手中权利

能否正确行使手中所掌握的权力，是衡量一个干部品德高低、作风好坏、工作能力的重要依据。在公司领导干部的岗位上，我们要树立正确的权力观，认清自己，熟知我们手中权力的性质，正确看待和行使自己手中的权力，在权力范围内，做好自己的本职工作，不利用权力之便，为自己谋取利益，为他人开方便之门。始终坚持执行党的各项廉政建设规章制度，始终牢记法律面前人人平等，不违法乱纪，以身试法，正确行使各项权利，保证公司的正常运营，提高自我的道德修养。

三、严格自律，树立正确的金钱观

作为公司机关干部，在各种利益诱惑面前，我们必须严格自律，时刻保持清醒的头脑，自觉抵制形形色色的诱惑，要时时牢记膨胀的贪欲是走向腐化堕落一条不归路，以各类反面案例时时警醒自我，不重蹈覆辙，引以为鉴，警钟长鸣。千里之堤溃于蚁穴，只有自觉树立正确的金钱观，防微杜渐，加强自我的修养和社会责任意识，才能在的岗位上有所建树，越走越远。

四、舍弃侥幸，增强自我法律意识

纵观所有的案例，大部分机关干部都是由于心存侥幸，自认为手段高明，做事严密，所做的贪污和受贿等事情，不会有东窗事发的一天。在看到他人因贪污受贿落马时，不是进行自身的反省和停止罪恶的继续，而是依旧用侥幸心理，一次一次地挑战疏而不漏的法网，最终导致沦为阶下囚。在侥幸心理的背后，是淡薄的法律意识，不少人在犯了罪的情况下，却没有认识到自己行为的法律性质和后果，这是法律知识贫乏的集中体现。我们要深刻地认识到学习法律知识，提高法律意识，崇尚法治精神，是保证领导干部不犯或少犯错误的重要屏障。只有将法律意识与道德意识牢固一起，才能在贪污的道路上亮起红灯，行走上一条正确的道路。

作为领导干部，我们更容易由于一时的贪念和各类诱惑，做出错误的`决定，通过对看所守的参观，我切身感受到贪污的严重性。所以，这次参观不仅使我提高了拒腐防变的警觉性，也让我更加清醒的认识到，廉洁守法既是对国家的忠诚，对公司的负责，也是对自己和家人的最大关爱。要时刻提醒并把握好自我，不断调整心态，淡泊名利，严于律己，把反面案例做警示，提高自身的思想觉悟和道德水准，踏踏实实做事，实实在在做人，培养健康、积极、向上的心态，保持平衡的心态，面对个人利益、得失，做到知足常乐。

5月23日，我参加了公司组织的参观北京市监狱廉洁警示教育活动。在活动中，讲解员为我们讲述了十几名服刑人员的犯罪过程、原因及教训，为我们展现了他们在监狱的生活环境和劳动场景，最后，观看了2名犯罪人员讲述的亲身惨痛经历的录像。

。

正如一位贪官在狱中痛哭流涕时发出的忏悔：“只要放我出去，与家人团聚，就是讨饭也心甘情愿。”遗憾的是，看似平常的自由一旦失去，谁也无法将其赎回。作为一名共产党员，要经得起金钱的诱惑，守得住清贫，把握好自己的每一天、每一刻、每一分钟，做到份外之物不收，不义之财不取，违法之事不干，必须把自己的欲望控制在法律和党纪允许的范围之内，如果超出了这个范畴，无论是谁都将以自由为代价，成为党和人民的罪人。

二、拒绝贪念，保持良好心态

人一旦贪欲膨胀、利欲熏心，就会丧失理想信念，在金钱面前打败仗；一旦追逐名利、捞取功名，就会导致急功近利，贻误事业的发展；一旦恃权轻法、心存侥幸，就会触犯法律受到制裁，最终变成人民的罪人。我们要时刻保持良好的心态，知足者常乐。时刻牢记清清白白做人、踏踏实实做事、平平淡淡才是真的道理。贪欲膨胀的腐败走向腐化堕落的轨迹是一条不归路，要切实引以为鉴，警钟长呜，千万不要重蹈覆辙。想想监狱里那些落寞的眼神，想想他们悔不当初的忏悔录，想想他们对自由的向往，想想铁窗外亲人们的期盼，我们都要止步于贪婪之门，欲望的闸门一旦打开，疯狂的贪欲就会一泄千里。

三、加强政治学习，树立正确“三观”

当前有人把一些违法犯罪，道德沦丧的现象错误地归结为社会环境，而不是从主观上查找原因和吸取教训，事实上，“冰冻三尺非一日之寒”，一切犯罪都是从道德沦丧开始的。因此，我们平时要注重加强政治理论学习，学习邓小平理论、“三个代表”重要思想和科学发展观，深入学习和理解精神的理论精髓，并学会运用马列主义的立场、观点和方法去观察、分析问题，不断提高自己的观察能力、分析能力和判断能力，保持清醒的政治头脑，在实际工作中，树立正确的人生观，价值观和权力观，用思想武装头脑、指导言行。政治上的坚定来源于理论上的清醒，如果不重视理论的学习，不注意改造世界观，不努力加强党性修养，就会迷失政治方向，就会失去人生的前进坐标，这是十分危险的。

-->

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com