

职场精神卫生工作总结报告(通用9篇)

“报告”使用范围很广，按照上级部署或工作计划，每完成一项任务，一般都要向上级写报告，反映工作中的基本情况、工作中取得的经验教训、存在的问题以及今后工作设想等，以取得上级领导部门的指导。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？下面是小编帮大家整理的最新报告范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

职场精神卫生工作总结报告篇一

一、工作情况：

- 1、能遵守公司规章，认真工作的同时及时完成上级领导交办的各项任务。
- 2、能充分发挥个人的专业特长，做一名合格的员工。充分发挥自己所学、所想，踏踏实实工作。
- 3、能认真对待工作，工作作风比较严谨，团结同事，互帮互学。
- 4、能不断拓展自己的知识面，在实践中不断积累更多的经验，立足全面发展。
- 5、能保持良好的心态，做到泰然自若地处理问题。冷静分析问题原因，从而对症下药，客观地找到解决问题的方法。
- 6、工作作风踏实，有时经常加班完成公司安排的工作。

二、工作问题

gis系统其实需要细心细心更细心，耐心耐心更耐心，其实，我是属于不太细心的人，但是我会用我的耐心去做好它，尽

量避免一些粗心所犯的一些手误或一些小错，但做好gis系统资料的同时也需要下面工程队和项目组的配合，同时也需要下面工程队和项目组更准备的提供草图纸和资料，能却保准确率，以避免文本做了又做，错了又错，改了又改的情况，把第一手资料做到准确化，明确化，清晰化，不至于为了一张草图出现n个不明确问题，图纸要准确，资料也要准确，以避免资料室为了一张草图一个不明白花去一天或甚至几天的时间，资料室本来人手就少，在这样浪费时间，那么，一个文本需要几天呢？因为草图不够准确和清晰化，cad很难做到一笔到位，于此同时工作量和材料也是算了又算，到了gis系统更是漏洞百出，什么版面和系统对不起来，什么杆路与系统不符，什么和什么又是错误百出，这样一来，gis系统无法正确录入，时间浪费，资料严重出现偏差这样的问题不是一次二次而是经常，所以，这样更需要下面工程队和项目的准确配合，以达到精确，安时的完成各项任务，在此也需要各领导的支持和配合为下半年打下更好的基础而努力！

三、不断改进

在这半年的时间里对gis系统也有了一定的了解和掌握，但同时，却出现了一系列弱智的错误，如在求速的同时却把仔细认真放在了背后，以至于出些了一些不该出现的小问题甚至小错误，在此甚感内疚，所以，我想下半年，在做好本职工作的同时，更要细心仔细的去完成，各项任务，以达到求速的同时保质保量的完成。同时也要在时间允许的情况下对工作量及一些预算的学习。

人并不是完全十全十美的，我在工作中也存在工作纪律要求不是太严格，例如偶尔会在枯燥的工作来点music。

以上为个人2008上半年度工作总结，对公司的合理化建议本人暂时还没有。

职场精神卫生工作总结报告篇二

(一)社会救助工作规范有序。困难群众基本生活得到有效保障。1—5月累计救助23.71万人次，支出救助金1.76亿元。圆满完成元旦春节帮困送温暖活动，覆盖对象约14.96万人次，支出资金约7255.36万元。全面实施医疗救助“一站式”服务，为1.56万人次在定点医疗机构实时结算237.85万元。社会救助规范化程度不断提高。根据市民政局统一部署，开展低保专项治理和“提升社会救助管理服务质量年”行动，对街镇低保工作进行大调研、大检查，杜绝错保、漏保、人情保、维稳保等现象。继续开展社会救助申请家庭收入核对工作，实现收入核对可视化审批全覆盖。开展《社会救助暂行办法》实施四周年及救助管理进社区宣传活动。社区防灾减灾工作积极推进。开展“行动起来，减轻身边的灾害风险”2018年防灾减灾日系列活动，提升社区居民的防灾减灾意识和能力。慈善福利事业持续发展。完成2名回归社会成年孤儿的安置工作。对全区10名社会散居孤儿及特别援助儿童发放基本生活费37.8万元。根据《上海市民政局、上海市财政局关于本市困境儿童基本生活费发放工作的通知》，将729名困境儿童信息录入民政部信息系统，做好动态管理和日常生活救助、医疗救助工作，并排摸辖区内符合困境儿童基本生活费发放标准的人群，帮助他们申请基本生活费。开展第24届“蓝天下的至爱”系列慈善活动暨长白街道“慈善在线”公益直播启动仪式。开展市民综合帮扶(个案帮扶)245例，支出帮扶金94.88万元。1—5月共销售福利彩票7258.62万元，筹集公益金437.43万元。

(二)为老服务工作持续发展。一是全面推进市、区实事项目及为老服务设施建设。辽源西路养老院项目已基本完成装修建设，可新增床位150张；翔殷路养老院项目全面推进装修施工，同步办理民非核名事宜；平凉路综合养老项目完成装修工程报建，协调土壤修复事宜，落实施工招标准备工作；152街坊配套养老院新建工程项目抓紧推进扩初意见征询；原区委党校养老院项目完成产证办理，继续推进设计方案深化，做好

项目建议书申报准备。依托区社会福利院推进失智老人照护床位改建方案设计。完成平凉、控江、殷行街道等3家老年人日间服务中心建设，协助长白街道明确社区综合为老服务中心及日间服务中心建设项目选址。完成控江、延吉、五角场街道等3家老年人助餐点建设，推进江浦街道老年人助餐点施工收尾。二是继续开展长期护理保险试点工作。组织开展街镇一线工作人员政策业务培训和养老机构与社区养老服务机构护理员培训，做好居家养老服务补贴政策调整与长期护理保险的衔接工作，配合区医保部门做好存量老人数据平移及待遇享受工作，重点关注养老服务市场规范化建设，确保长期护理保险工作顺利推进。三是加强养老机构服务监管。启动2018年养老机构服务质量专项行动，加强养老机构服务监管，完善养老机构服务与管理标准体系。启动社区综合为老服务中心评估指标体系建设。组织养老机构院长、护理员、安全管理人员等参加各类培训。四是深化老年宜居社区建设。配合区人社局完成助老服务社和相关养老服务员转制工作。开展老年人助餐服务工作调研，探索优化老年人助餐服务模式。按照上海市养老服务补贴新标准，实施居家养老服务补贴调标工作，出台《杨浦区居家养老服务规范》(试行)。举行“爱我中华杯”杨浦区第11届中老年兵乓球、象棋比赛。

(三)社区治理和服务水平明显提高。全面启动居委会换届选举工作。对全区各街镇居委会换届选举工作进行调研，并对拟暂缓选举、拟代表选举居委会的数量和具体原因进行分析汇总，要求各街镇做好应急方案。成立区居民区党组织和居委会换届选举工作领导小组，召开杨浦区居委会换届选举工作动员大会，对居委会换届选举进行动员部署。巩固居委会“全岗通”工作模式。委托第三方对“全岗通”实施情况开展评估，目前现场评估已经结束，正在整理评估报告，完成后将下发评估结果和诊断报告书，以评促建，进一步巩固“全岗通”工作机制。社区事务受理中心实现“全市通办”。全区各街镇的社区事务受理服务中心均已实现161项事务“全市通办”，打破了户籍及居住地的限制，让居民群众在任何一个受理中心都能申请办理事项，真正实现“就近办”

事”。开展社区人才队伍培训。面向社区事务受理服务中心的社区工作者开展培训，提升其在礼仪修养、沟通技巧、应急处置以及心理调适等方面的综合素质。继续委托上海开放大学开展居委会成员学历提升计划，鼓励其利用业余时间提升自身学历水平。结合“全市通办”工作的推行，开展区级业务综合培训，促使各社区事务受理服务中心形成互帮互学、以点带面的学习培训机制。

(四) 社会组织发展健康高效。培育管理工作有力推进。今年以来，新成立社会组织57家，全区社会组织总数达781家，其中社会团体140家、民办非企业单位641家。党建引领作用不断加强。各街镇均已成立社区社会组织联合会，作为党建引领的平台，凝聚团结辖区内的社会组织。督促社会组织在章程中增加党的建设和社会主义核心价值观有关内容，确保社会组织管理的正确方向和鲜明的价值导向。推动群众活动团队配备党建联络员，增强党建对基层治理的引导力。社会组织参与基层治理的活力进一步激发。出台《杨浦区政府购买社会组织服务实施细则》，优化政府购买社会组织服务信息平台，规范政府购买社会组织服务项目的立项审核、购买流程、资金拨付、绩效评估等机制，为社会组织承接政府购买服务项目营造有利环境。推动由社区社会组织联合会、街镇社会组织服务中心、社区公益基金会共同构成的、支持社会组织参与社区治理的“三驾马车”，目前已实现街镇全覆盖。尝试开展社会组织睦邻公益路演活动，积极展示社会组织风采，提高社会组织的社会知晓率和影响力。动员社会组织申报“公益之申”评选，以评促建，让更多的优秀社会组织脱颖而出。事中事后监管力度持续加大。开展社会组织年检，对部分社会组织进行实地抽查和财务抽审。推动行业协会商会自查自纠社会团体的各类收费行为。开展非法社会组织打击整治工作。继续对名存实亡社会组织进行执法清理，已受理立案14件。职业社会工作继续深化。开展2018年社工资质考前培训班，共210余名学员参加培训。举办“牢记社工心，建功新时代”3·20国际社工日宣传活动。启动2018年社工督导培养计划和优秀社工、案例、项目评选，开展专业社工机构

核心竞争力评价。启动2018年社区公益项目招投标工作。

(五)双拥优抚安置保障有力。服务国家强军战略和军队改革。发挥好区双拥办“参谋、组织、协调、指导、监督、服务”职能，加强军地共建，持续开展多元化双拥宣传，指导各双拥成员单位和街镇开展拥军优属活动。组织开展区四套班子领导春节走访慰问驻区部队活动。推进文化、知识、科技、实事拥军工作，做好管乐节等重大活动的联络工作，举办海军军乐团慰问驻区部队专场音乐会。召开军人子女招生通报会，完善军人子女就学等协调机制。继续推进“关爱功臣”活动。认真落实优抚政策，及时调整抚恤补助标准，张贴“光荣人家”万余户，推进评残换证、抚恤补助发放等优抚审批工作。开展龙华烈士陵园清明祭扫活动。继续会同复馨社工师事务所开展优抚社工项目，深入推进优抚对象精神关爱，努力提升优抚对象幸福感和满意度。推进街镇“双拥(优抚)之家”建设，拓展“关爱功臣”和双拥共建平台。扎实开展双退安置工作。做好退役士兵档案接收、审核工作，为退役士兵办理接收手续，发放退役士兵一次性经济补助。做好军休服务管理工作，落实军休干部政治、生活待遇。

同时，全面做好各项社会行政事务管理工作。举办“以爱围家”系列活动之5·20特别策划——第三届“家庭开放日”暨“婚姻物语”主题式结婚登记集体颁证仪式，传递和谐婚姻价值观，弘扬新时代好家风。1—5月共办理结婚登记3290对、离婚登记1562对，补发结婚证1099份、离婚证208份，出具无婚姻登记记录证明12份，办理收养登记3例，解除收养关系2例。圆满完成严寒季节救助管理工作，没有发生流浪乞讨露宿街头人员伤害事件。

二、下半年工作安排

(一)社会救助工作。会同相关部门开展街镇救助工作专项检查。开展“9+1”社会救助制度宣传及培训，举办救助干部团队建设培训班。宣传《中华人民共和国慈善法》，组织开

展“中华慈善日”活动。加强经常性社会捐助接收站点和慈善超市建设。做好2019年元旦春节帮困送温暖及第二十五届“蓝天下的至爱”系列慈善活动的筹备工作。有序开展防灾减灾工作，指导街镇申报“全国综合减灾示范社区”，开展全区灾害信息员培训。加强与安徽对口县(市)的沟通联系，做好安徽下放居民维稳工作。做好流浪乞讨人员救助工作，开展困境儿童走访慰问。

(二)为老服务工作。持续加大为老实项目和重点工程建设力度。完成翔殷路养老院项目施工建设，推进平凉路综合养老项目装修进度过半，完成年内新增500张养老床位的指标任务；推进152街坊配套养老院新建工程建设施工，原区委党校养老院项目进入具体施工阶段。完成60张失智老人照护床位改建工作。完成4家老年人日间服务中心及4家老年人助餐点建设。制定出台“社区综合为老服务中心评估指标体系”及配套实施意见。推进薄弱机构安全改造工作顺利落地。继续推进长期护理保险试点，做好养老服务补贴政策调整过渡期的衔接工作。完善“彩虹桥”——杨浦区综合为老服务信息平台的功能模块。开展养老机构服务质量年达标工作。会同区发改委，出台保基本养老机构政府定价或政府指导价。加强老龄工作研究，完成杨浦区社区综合为老服务模式专题调研。委托第三方对社区助餐点、日间照料中心、居家养老智能化服务开展年终评估考核。深化老年宜居社区建设，选择1—2个社区启动持续照料社区试点。组织开展敬老节系列活动暨第三届银龄文化艺术节。

(三)社区治理和服务。切实承担起全区居委会换届选举工作领导小组办公室的职责，制定好换届选举工作实施意见，做好街镇选举工作人员的业务培训，全程把握换届选举工作程序的规范落实，指导、协助街镇妥善处理好选举过程中出现的新情况、新问题，确保选举工作依法、依规顺利进行。依据各街镇的修改建议，加快对“e睦邻”系统的改造升级，于三季度正式上线2.0版本。增加社区居民的线上入口，实现居委会日常办理事项的在线咨询、预约和办理。于居委会换届

选举工作完成后，适时开展新任居委会主任及居委会成员的培训工作，帮助其尽快适应新角色、上手新工作。指导各街镇开展“全岗通”业务培训，确保换届后“全岗通”工作模式的延续和提升。持续开展居委会成员实训基地建设，为培养居委会后备人才发挥积极作用。围绕“睦邻家园”建设主题，探索居民区分类治理，结合“社区发展三年行动计划”后半阶段工作的推进，广泛发动社区居民和各类组织共同参与社区治理，鼓励创新发展特色项目，有效提升社区治理水平。结合市民政局“一网通办”、“全市通办”等工作的推进，提升社区事务受理服务中心的服务质量。

(四) 社会组织培育管理。继续培育扶持社区社会组织，推动更多社会组织参与基层治理。调研出台《杨浦区社会组织参与社区治理引导目录》，为社会组织参与杨浦基层治理明确导向和切入点。完善政府购买社会组织服务工作，规范立项评审、信息发布等环节。出台2017年度公益服务类社会组织“优选名册”，为政府购买社会组织服务提供推荐名单。围绕群众新需求，扶持2018年度公益创投项目。推动“三驾马车”积极发挥作用，为辖区社会组织参与社区治理提供资源、资金以及日常运作服务等多元化支持。建立社会组织轮值峰会制度，在各街镇举办巡回专场活动，搭建社会组织之间沟通交流、风采展示的平台。探索形成社会组织人才评价机制，对接区内相应的人才扶持政策。扩建区级社会组织孵化园，提升区社会组织孵化园的孵化功能。梳理2017年度社会组织年检中存在的问题，发送整改通知书。做好非法社会组织打击整治工作。召开区社会组织建设与管理联席会议，加强登记管理机关、业务主管单位(行业主管部门)、相关职能部门的监管合力。举办上海市杨浦区第7届社工节活动。开展2018年上半年社工薪酬补贴申报、审核、发放工作。启动社区社会工作培训班、助理社工师培训班、社工师研习班。完成2018年度公益项目招投标工作，开展2019年公益项目立项申报工作。

(五) 双拥优抚安置。以庆祝建军91周年为契机，走访慰问部

队，开展共建活动，掀起拥军优属、拥政爱民热潮。通过“杨浦双拥”微信公众号，开展“八一”建军节、烈士纪念日、空军建军节等主题双拥宣传。大力开展拥军活动，进一步巩固发展我区军政军民团结，服务国防和军队改革。在落实优抚政策的同时，深入推进“关爱功臣”项目，开展优抚慰问、帮扶、联谊、体检等活动。推进“双拥(优抚)之家”建设，提升优抚对象获得感。做好转业士官的接收安置工作，启动新一轮退役士兵接收工作。推进江湾军休、无军籍职工接收安置。做好军休服务管理工作。

职场精神卫生工作总结报告篇三

工作总结是最好的一种文书，只是用通俗的文字，把自己所想的所有感悟记录下来，不会不要紧，下面由本站小编给大家带来的刚入职场的工作总结，希望各位客官喜欢！

一、论成长

作为一个刚刚从校园迈入职场的毕业生来说，能赶上规划修编的项目，我想我是幸运的，而能有国地这样一个平台，让我施展自己的所学，更是幸上加幸。不足一年的工作中，让我真的了解到父母挣钱养家的不易，也更让我了解了作为一个职场新人在工作中积极进取的冲劲和勇于承担的责任感。

不足一年的工作当中，我的主要精力都放在了新一轮土地利用总体规划编制的工作当中，土地规划是一项知识面广、涉及范围大，把很多知识融合在一起的复杂的工作，这项工作需要细致妥善的安排和冷静的思考分析。当然，我很荣幸，作为公司规划修编项目的总负责人，还算圆满了完成了领导交给的各项工作，在完成项目的过程中更强化了最重要的团

队意识，在信任自己和他人的基础上，思行统一，大家互相提醒，互为补充，及时的处理信息，理清思路，大大提高了工作效率。

20xx年年底的时候我参与了大庆油田电子报盘的工作，这项工作让我对工作认真和仔细的态度有了更为深刻的改观。只有注意细节，面面俱到，才能取得最终的结果。很庆幸，在刚上路的时候能有各位同事在身边，在你们身上我学到了很多工作的态度和方法。我相信，我们一定会凝聚成为一支优秀的团队，而这样的团队会攻无不克，战无不胜。

还记得20xx年7月14日和15日，这是巴彦规划上报市局和省厅评审的日子，这两天也是我生命中始终被铭刻的日子。对于一个六月末才走出校园的应届生而言，能够有机会坐在市局和省厅的报告席，向各位规划学科的领头人汇报我们的工作，这该是怎样的一种荣誉呢？我想，它值得我一生骄傲！当然，成绩只能代表过去，在这样的社会氛围中，原地踏步即是退步，我们应该把已经取得的成绩放在心里，时刻作为对自己的鼓励，更转化为今后工作的动力。

二、论教训

没有一个人的成长过程中可以不犯错误，我认为犯错改错，甚至是挫折、逆境，对我的成长过程更为重要。时至今日我都还记得20xx年元月初的巴彦违规操作事件，我不是个逃避责任的人，作为规划修编的总负责人和巴彦小组的负责人，我都责无旁贷的对这件事负责，也为这件事带给领导的麻烦深感抱歉！但也正是这样的经验教训，让我深刻的理解每个人都是公司的一环，无论哪一环节出现了问题，都可能会给公司造成巨大的损失，这就要求我们在工作之前做好充足的准备，了解工作的流程，更了解公司的规章制度，遇到风险能够及时规避，即使出了问题也要勇于担当，及时提出解决方案，弥补过错。

在实际的工作中，更让我发现自己离一个职场人的差距，这主要体现在专业技能、工作习惯和思维方式等几方面，这也是今后工作中要不断磨练和提高的主要方面。在今后的工作中，要注意适时总结，在每天、每周、每月的工作中及时反思自己工作上的是与非、得与失，及时修正自己不足的地方，养成良好的工作习惯，成长为一名更专业、更优秀的职场人。

三、论感谢

首先，当然要感谢给我提供了展示平台的国地公司，近一年的工作中我真的学到了很多，这都得益于有这样一个成长平台，让我在工作中不断的学习，不断的进步，慢慢的提升自己的专业素养和领导才能。国地，无疑是我人生成长过程中最浓墨重彩的一笔，它也许不是不是我事业上的顶峰，却是我事业起步的助推，在我整个人生过程中始终闪耀！

其次，是国地的各位领导。可以说，没有国地各位领导的指引，不会有我这样快速的成长！很感谢于总的提携，有了您的委以重任，才有我成长的今天！也感谢沈航的信任，有你的支持和鼓励，我才真的敢放手去做！当然，少不了谦和的林总，我总想，您为人处世的谦和和礼貌，值得我学习一生！在此，我也借这个机会，向公司尊敬的领导们表示衷心的感谢，有你们的引导和协助才能使我在工作中得心应手，才能使我们的规划工作井井有条的进行，取得今天的成绩！

最后，最应该感谢的是我的搭档胡伟和公司的各位同事。作为四年的同窗，让我和胡伟之间有更多的了解，也更多了份默契。和他搭档工作的过程中有专业知识的沟通、有彼此意见的碰撞，更有朋友之间的关怀。在此也向他以及各位亲爱的同事们表示衷心的感谢，有你们的帮助、支持和理解，我们的规划工作才会圆满的完成。

四、论提升

为人做事都要有计划，才能让下一阶段的工作有条不紊的进行。对于20xx年，我有更多的期待，当然也有更多的计划来提升自己各方面的能力。

首先，要树立全局意识，做好本职工作。无论从事什么工作，全局意识都是重中之重。无论是在公司做项目，还算下到各土地局实际沟通，心中都应有一种信念，那就是“我即国地”，作为直接为委托方提供技术服务的我们，要最大限度的满足委托方的要求，尽最大可能的维护公司形象。

其次，加强沟通、协调能力。作为一名全面发展的职场人，与人沟通，协调人际关系是最基本的要求，而作为时时与政府部门打交道的我们，更应该学会怎样在满足委托方要求的同时，规范操作，规避风险，提升公司的专业形象。

最后，强化专业技术，提高专业素养。作为专业的技术服务人员，技术实乃安身立命之本，在专业方面，要不断提高自己，学好arcgis□cad等专业软件，不以掌握这些为荣，反而应以理解不够透彻为耻。当然，在学好自己看家本事的同时，还要拓宽自己的知识面，多学多得，厚积薄发。

我是xx人，南师大毕业，转眼间离开学校已经有三四年了，喜欢南京这个城市，因为它最熟悉，是个随和乐观的人。

不知不觉的到公司已经有一个月了，经过一段时间对公司的了解，已经基本上熟悉了公司的同事、工作方式、各种规章制度。

借此机会说一下这段时间来对公司的一点个人感受：

初到一个新的环境，经过对公司规章制度的学习和各位同事的帮助，已经慢慢的融入了这个大家庭。学习的过程中碰过钉子，也遇到过让人无法理解的事情，经过心态的转变，熟悉公司的工作流程之后，对大部分事情都知道怎么去做了，

也没有了放不开手脚的感觉。

公司的工作节奏很快，各种要求也很严格，这是我这段时间以来对公司的初步印象。虽然这样的环境可能会使一些员工感觉到压力大，但是对待所有的项目，所有的细节，只有一丝不苟、“咬文嚼字”，才能将工作做好，才能使公司更好的发展下去。公司领导平时都能利用一些时间和员工交流，参加一些活动，这个我感觉很好，一方面能够增加领导和员工的相互了解，另一方面也能放松一下心情，舒缓一下长时间工作带来的疲劳。

其次，对我一个月来的工作状况做一个小结：

一、要加强对工作细节的把握。工作中的每一个细节都极其重要，甚至影响到一个项目能否顺利的完成。通过这段时间，各位同事对我画的图纸校审出了很多小的错误，这些错误有一些对项目可能没有什么大的影响，但是都是不应该出现的，也影响客户对公司产生不好的印象，更重要的是能助长自己马虎不认真的态度，所以以后的时间里要尽可能的全部避免出现这样的错误。

二、多加强同各位同事的交流。一个好的工作环境，取决与环境中人与人之间的关系。关系融洽的工作环境是非常必要的。一个人的力量毕竟有限，要把工作做好，需要同事的帮助，需要团队的力量。

三、加强专业知识的学习。作为一个新员工，每一个同事都是我的老师，每一个同事都有我需要学习的地方，在工作中，认真的去领会，严格要求自己才能更好的学习工作技能知识。

最后，对在这个月里给与我帮助的领导、师傅和同事表示衷心的感谢。正是有了你们的关心和教导，才能使我站的更高、看的更远。

天底下自认为自己聪明的人很多，事实上呢？我也不好衡量，毕竟没有哪家权威机构客观统计过，也就无可求证。所以这个问题不值得深究。但是，我还是爱谈谈关于做人的心得，一来自己有待回味总结，二来大家也可以互相交流，以求共勉。

勤奋

勤奋在我看来是必不可少的素质，作为刚参加工作不久的新人来说，谦虚就不再赘述了，那是最最基础的，除了谦虚，更重要的是勤奋，不光要把分内的事情做好做漂亮，更要在别人有需要时甚至不需要的时候都应该主动去做些“与己无关之事”——表面看来的，事实上没有什么是与己无关的，毕竟大家是一个集体，一个团队。当你习惯了或者是这样一直坚持下去以后，你定能赢来很好的口碑，至少人人都会觉得你和别人不同，你不是那种“够精”的人。

大度

大度能容容天下难容之事，尚在基层，阅历也较浅，这就意味着我们是新人，或者叫做后生，无论在领导面前，同事面前，或者客户面前，我们自然都显得有些稚嫩。有些时候不能不吃些亏，受些气，但我想更多的时候我们应该想想亏由何来，气从何出，多半时候问题仍是停留在对事不对人上，所以事情做得不好，受些批评是可以接受的，也是应该接受的。很早就有智者道出了吃亏是福的妙语佳话。只有心胸坦荡，大度能容，才能海纳百川，胸怀天下。也只有这样，我们才能在事业的旅途中，步步高升，成就卓越。

圆滑

有人说，圆滑是一门艺术，我很认同。为人处世，方式方法不得当，就很可能事事不顺，处处受阻。人与人的相处，也就是事情解决的过程，我们很多时候都不是靠一个人的力量

就可以解决所有问题的，无论你喜不喜欢，接不接受，你都得与人合作。人的能力也不是说靠学历或者技能或者其他某些特质就能涵盖的，如果简单一点说，我认为是解决问题的本事。总有些人带着些鄙夷的眼光看待某些溜须拍马，“礼尚往来”等歪风邪气，我不完全赞同，有些时候，一句妙语，一番恭维也许就能把问题在轻松的氛围中解决，省心省力，既节省时间，又节约成本。当然，违背社会公德伦理之事人人可以嗤之以鼻，得而诛之，在当今这个复杂的社会，着实步履维艰，想做点事，混点仕途，不得不多费点心思。

实力

人做的再好，最多说明你不令人讨厌，再好一点是你受大多数人欢迎，但这并不是就代表你可以胜任重要的工作，可以成为中流砥柱，人中龙凤。会做人是很重要，但那只是个铺垫，关键的问题还要回归到你是不是值得信任，值得委以重托。在这里我还想提一点的是自主学习的能力，刚开始时，大家都站在同一起跑线上，所谓的疏同差距，不甚很大，而久而久之随着自主学习所积淀的不同，差距就在分秒时日间渐渐拉开了，很多问题不是说你会不会，而是你愿不愿意学，学了也就会了，但机会不会给你时间，领导要的是现在就能帮他把问题解决的人，不是那些现在去学能把问题解决的人。有实力就不怕没有未来。

自己踏入职场也快要半年光景了，我喜欢客观地看待自己的得失，客观地评价自己的优缺。我想，暂时来说，自己做的还算差强人意，尽管有不如意，有做的不够周到之处，但在人事，在业务方面，基本功修炼的还算有些火候，广泛的人缘，领导的赏识，偶尔的委以重任。这些都是我人生旅途中一笔宝贵的财富，特别是工作生活当中遇到的那些对自己影响颇深的人，在他们身上看到的特质，那些成功必备的和被验证了有助于成功的特质，将使自己终身受益。我很感谢生命中的每一个人，感谢他们的嘉言懿行，感谢他们的深情厚谊，甚至感谢他们的责备与教训。

生活中，我们总在跟形形色色的人打交道，有爱勾心斗角的小人，懒散堕落的庸人，趋炎附势的烂人，尽管内心万般排斥，但气定神闲，宽而纳之，只会比独善其身，避而远之更有利于一切。有些时候我自觉自己城府颇深，但周围的人的反应总是说“小程”太过老实，我有些不得解了，是自己修为尚浅还是本人真的过于单纯。

职场精神卫生工作总结报告篇四

时光似箭，岁月如梭，转眼进入公司已经有将近半年的时间，在公司领导的强有力的领导以及关心支持下，个人在xx年度取得了不小的进步。

1、熟悉了解公司各项规章制度。

我于20xx年8月进入公司，为了更快更好地融入公司这个团队，为以后的工作打好铺垫，我加紧对公司的各项规章制度进行了解，熟悉公司的企业文化。通过了解和熟悉，我为能进入公司这个团队感到自豪，同时也感到自身的压力。在以后的工作中，我将以公司的各项规章制度为准则，严格要求自己，更快更好地完成工作任务。

2、熟悉了解工作流程

作为设计师助理，我的职责是帮助设计师完成谈单过程中的各种图纸及文档，为设计师签单做好充分准备。经过一段时期的磨合，我逐渐知道自己该如何去做并做好手头工作，在设计师的指导带领下，不仅懂得了许多专业方面的知识，也懂得了许多做人处事的道理。

1、缺乏沟通，不能充分利用资源

在工作的过程中，由于专业知识不够扎实，又存在一定惰性，

遇事考虑不够周全、不够细致，不积极向其他同事求教，造成工作效率降低甚至出现错误，不能达到优势资源充分利用。俗话说的好“三人行必有我师”，在以后的工作中，我要主动加强和其他部门同事的沟通，通过公司这个平台达到资源共享，从而提高自己的工作效能。

2、 缺乏计划性

在工作过程中，由于缺乏计划性，工作目的不够明确，主次矛盾不清，常常达到事倍功半的效果，领导不满意不说，自己还一肚子委屈。在以后的工作过程中，我要认真制订工作计划，做事加强目的认识，分清主次矛盾，争取能达到事半功倍的效果。

3、 专业面狭窄

作为一个现代化人才，他应该是一专多能的，这样的人才才符合时代以及公司的需求。自己的专业面狭窄，对其它专业的基本认识都没有，这都限制了自身的发展。在以后的工作过程中，我将加强其他专业的学习，充分利用公司资源，提高主观能动性，争取能成为一名专多能的复合型人才。

1、加强自身学习，结合实际，多从细节考虑，认真做好本职工作，积极配合同事工作项目。继续加强对公司各种制度和业务的学习，做到全面深入的了解公司的各种制度和业务。用公司的各项制度作为自己考勤工作的理论依据，结合实际更好的开展考勤工作。

2、积极向同事学习，虚心请教，并以实践带动学习，全方位提高自己的工作能力。

3、克服自己本身存在的诸多缺点，加强学习，为公司的发展壮大贡献自己的绵薄之力。

末，要感谢所有的同事，谢谢你们半年来的相伴，让独闯异乡的我倍感温暖和亲切。要感谢公司，感谢公司能给刚毕业且什么也不懂的我一个这么好的教学平台，让我在这些日子里学到了太多不曾有过的东西。

真诚的感谢。也真挚的希望我们在20xx年越走越好。

职场精神卫生工作总结报告篇五

时间过得很快，参加工作已经一个半月了，现郑重向你汇报这一个半月来的生活、工作以及思想情况，希望你在审阅以后作出相应的批示。

我本不是四川人，却独爱这素有天府之国称号的地方。这里文化底蕴深厚、物质丰厚，人才辈出。可谓人杰地灵、物华天宝。初来乍到，便感觉到这里的人文气息很厚重。虽然是在乡镇，可都能感觉到这里的人对知识的尊重、对人才的尊重。尽管我从不以人才自居，只是多读了几年书、取得了一个本科文凭。

在大学期间我学的专业是日语，刚开始比较新鲜，可新鲜并不能让我坚持把它学好。参加工作，都是和日语不沾边的工作，不过即便是与日语沾边我也不见得能做得比现在好。一切都得从头学习。为了不辜负这里的领导和兄弟对我的期望与帮助，我认真学习财会知识，虽然没看过一本有关财会方面的书，但我还是通过实际操作掌握一些工作方式方法。到现在基本可以独立做些相应的工作，也完全可以配合领导把工作做好。但我还有许多地方要不断学习、不断熟悉工作流程，掌握工作技巧，把工作做细、做好。

在人际关系的处理上，我一向都虚心、礼貌。初出茅庐，很青涩，什么我都是抱着学习的心态向长辈学习，尊重长辈。对待群众工作我基本还是做到热心、认真，和年轻人一起不以大学生自居，和他们打成一片。来到四川开始最难的是语

言交流问题，我通过主动、积极地学习，现在基本能说一口不太纯正的四川话了。

对待以后的升调问题，我现在还不会用心去想。不过我清楚自己作为外乡人在这里的优势与劣势。在仕途上走多远，一取决于自己的勤奋与努力，二来也取决于机遇。这些事情莫可强求。我现在最大的优势是我有独到、客观的审视这个区域的眼光，因为我是一个相对意义上的外乡人，不受其他情感因素的干扰；二来，我独身到这里闯天下，拳脚不受束缚；第三，我的专业不对口，但骨子里有一种不服输，什么都要做好的完美主义，因此我就有强大的动力鞭策我努力工作；第四，还是因为专业不对口，可以说我的起点是一片空白，当然可发掘的空间是巨大的，做出一点成绩也是显而易见的。

当然，上面列举的优势只是一种相对优势，而非绝对优势，我还必须时刻保持清醒的头脑，戒骄戒躁、加强学习，不断开拓。

这一个半月的基本情况就汇报到此，期盼你的批复，我定当认真遵照，努力工作，早日完成既定的一五计划。