

# 2023年检修工作总结及心得 工作经验分享发言稿(通用5篇)

工作学习中一定要善始善终，只有总结才标志工作阶段性完成或者彻底的终止。通过总结对工作学习进行回顾和分析，从中找出经验和教训，引出规律性认识，以指导今后工作和实践活动。那关于总结格式是怎样的呢？而个人总结又该怎么写呢？以下我给大家整理了一些优质的总结范文，希望对大家能够有所帮助。

## 检修工作总结及心得篇一

大学毕业就来泰盈工作，如今已有两年多了！现在恰逢行业低谷，很多人选择跳槽甚至转行。这使我想起了入行之初的情景，记得参加公司面试的前一天，意大利ac米兰俱乐部传奇球星马尔蒂尼退役了，马尔蒂尼之所以伟大，不仅仅是因为他的足球天赋，还在于他的忠诚和坚持。在转会如家常便饭的足球圈，在ac米兰一家俱乐部一踢就是20xx年，着实让人敬佩！而同样拥有极高天赋的伊布却被球迷戴上“三姓家奴”的帽子。销售工作流动性大，门槛很低，但是想做好并不容易。泰盈被称作“家庭、学校、军队”刚一进入公司就被她的企业文化深深吸引，那时候就决定要好好坚持下去。虽然大学学的是市场营销，但是真正进入销售实战中才发现要学习的东西还很多。进入房地产行业之后，在工作的过程当中，我发现地产行业所涉及的面是非常的广，很有挑战性。一个积极的心态，是对自我的一个期望和承诺，决定你的人生方向，确定自己的工作目标，正确看待和评价你所拥有的能力。你认为自己是一个什么样的人很重要。

一个有着积极态度的销售人员，相信他每天早晨起床都是面带微笑地对自己说。“今天我心情很好，我很高兴，今天会跟很多客户联系，我相信能给他们解决一些问题或解除他们的疑虑，我会成交的”；“只要我努力，相信今天我一定能成交，

我的销售业绩是最棒的”；这就是他对自己的一种肯定。

每个人都有各自的销售特点和销售技巧，关键是要找出最适合自身的一套方式和方法。在当前的市场状况下，我总结了以下几点销售心得，希望对大家有所帮助：

这里的意思是说，找一个新客户所花的成本相当于让老客户给你介绍七个客户的成本。如果平均在一个新客户上花的时间、精力、电话、广告宣传的费用是100元，那老客户介绍一个新客户来或者是回头客的成本是5元，也就是说在老客户身上花费很少的成本，就能有新的客户来，在老客户上花的钱一般是，逢年过节的卡片和小礼物，请吃饭，平时打电话关心，生日礼物，孩子的礼物等。好的置业顾问往往是成为了客户的朋友（对顾客的家庭，工作，子女，现在面临问题的了解是最好的方法。）

人际关系网络是最好的广告之一。一定要扩大我们的交际圈子，我们可以从朋友、家人、邻居、同事、朋友的朋友、老客户的朋友等等开始，你多认识一个人意味着你就多播下了一次种子，说不定那一天就会发芽，开花结果。

人分三六九等，好人很多，坏人也不少，如果你的客户很挑剔，不愿意配合，你会很难做，很痛苦，甚至影响你的情绪，对你积极的心态造成伤害。（心得体会）如果我们就这样被打倒，那岂不是很不划算。微笑，我们要时刻保持微笑，其实越能搞定挑剔不配合的客户越能让我们有成就感，挑剔客户是让我们先苦后甜，不断强壮的蜜瓜！

我认为一个好的销售人员应该是个好听众，通过聆听来了解客户的各方面信息，不能以貌取人，不应当轻易以自己的经验来判断客户。“一看客户，感觉这客户不会买房”、“这客户太刁，没诚意”，这样导致一些客户流失，应该通过客户的言行举止来判断他们潜在的想法，从而掌握客户真实信息，把握客户的真实心理，在适当时机一针见血，点中要害，直至

成交。

## 检修工作总结及心得篇二

自从拿到发言任务以后，我一直在反思自己，到底有哪些能拿得出手的经验、技术，有没有什么工作中的独特发现，创新举措？我不是一个闷声发大财的人，我喜欢分享，但是，我想了几天，几次更改讲稿，最后都半途而废，写不下去。因为，我发现我这里没有什么新鲜的玩意儿，能够想到的一些理论知识都被人说完了，都没有超出我们上学时所学的理论知识。所以，这次经验交流，我只能讲一些工作中遇到的琐事，谈一些肤浅的感性认识。

我们面对的学生，问题繁多又顽固。根本也没有什么能包打天下的妙招击败这些孩子。只能是见招拆招。比如我们班的孙梦威，到现在为止已经收了他两部手机，因为在厕所拍照、抽烟被通报批评，记过处分。在没收第二部手机的时候，他态度非常强硬，坚决不交，并且表示，辍学不上了，宁愿不上学，也不交手机。当时在操场上，我要揍他，他更嚣张，说：“你弄死我！”把我气得直跳脚，连拉再扯，弄到教务处，关上门，和他理论一番。我说，你不是要走吗？让你爸爸妈妈来，写个申请主动辍学，也是我们家校之间办个交接手续，你就可以走了。他顿时没有了劲头，说话语气软了很多。说，不想麻烦家里人。这时候，明白了：在没收第一部手机的时候，我请他的妈妈来陪读三天，他怪难受，所以不想让他妈妈知道这个事。这就好办了，我有了交换的筹码就好谈了。我给他指出来两条路，要么交手机，要么叫家长，办交接，辍学！最后他选择了交手机。我想我错不比他大几十岁，要不然，就要败在他的手下了，我哪精得过他呢。

从这件事中，我明白一个道理，跟学生谈话，做工作，一定要不断试探对方的软肋，只有拿住了对方的七寸，才能牢牢站稳在不败之地。

再举个例子，在办公室里遇到一个学生，在宿舍犯了点错，叫家长来以后，学生死咬住个别字眼，跟老师较劲，手里边指指戳戳，那个态度，都没有点能看的模样了。家长也不懂道理，似乎也想说说委屈，一点不夸张的说，脚后跟都要离地了——马上要跳起来了。这个时候我们就说一点，孩子在宿舍犯了错误，就不要在宿舍住宿了，家长以后多辛苦一下，早晨六点送过来，晚上八点半过来接。我们说的很客气，这娘俩当时就哑火了，妈妈也不瞪眼了，开始说好话。

在与学生或者家长交往的过程中，老师是应该学习一些权谋之术，这也是大材小用了。一个长期在班主任的岗位上摸爬滚打的老油子，像我，假如，把这些斗争中学来的手段，用到国与国的谈判中，大约也不会落到下风去。当然，我们的目的不是为了吵架，也不是为了取胜，而是为了更好的教育学生，更好的开展我们的工作。

另外一个在我的脑子中盘桓很久的念头，就是在工作中要不断的想办法把尽可能多的孩子，尽可能多的家长，尽可能多的有利因素拉到我们的身边来。用最通俗的大道理来说，就是，团结一切可以团结的力量，来完成我们的工作。

在与学生的斗争中，战胜学生不是什么多大的本事，能把对方拉过来才是真本事。其实班主任工作的对手不是学生，而是将你的学生引向远方的那些坏习惯，那些不良团伙。你真正需要斗争的对象是那些坏习惯，那些坏团伙。

因此，在工作中，班主任要主动站在学生一边，主动站在家长一边，每一次和学生或者家长交流，都要检视一下自己的态度，最端正的态度应该是，我说话做事，不是对付你，而是为了你。同样是批评教育，态度不同，立场不同，说话的方式方法就不同。

为了对付学生，战胜学生，话语中肯定会有很多指责、埋怨，得到的可能是抵触；为了学生，就变成了和学生一起分析问

题，帮学生想办法解决问题，换来的是信任和感激。你以为他们想犯错误吗，你以为他们不知道犯错误会有怎样的后果？我们目前所有的惩罚措施，他们都已经无数次的经历过了。他们无时无刻不在想着怎样逃避惩罚。所以他们也是深陷在自身的问题中，痛苦不堪。

比如，我们班的张晓雨，开学不久我就发现，她喜欢和男生一起打打闹闹。后来，我问她怎么回事，她能举出来一堆的理由，谁谁谁好揪她头发，谁谁谁好拥她。她也很痛苦，不想理会他们，可是怎么也摆脱不了他们的骚扰。我就帮她分析，你有没有让别人容易产生误会的地方？比如，你穿衣服不拉拉链，喜欢笑咪咪的用眼角看人，遇到一点剐蹭，喜欢夸张的尖声嚎叫，这些习惯是不是会让那些小男生产生轻浮的想法？觉得你太好撩？通过分析，她逐渐认识到自身问题。

我们和家长接触，更应该主动和家长站在一条线上。因为，我们的目的都是一样的，都是为了孩子好。比如，在家访中，我们都能听到一个现象，孩子在家不学习，玩手机，家长忙于生活，疏于管理，或者管不住。因此，每到一家庭，我们都帮他们分析，想办法：一是告诉他们陪伴孩子的时间已经不多了，孩子在渐行渐远，小学一天见一次，初中一周见一次，高中一月见一次，大学一年见两三次；所以，要抓住这有限的年吧时间，多陪伴孩子学习，别留一生的遗憾。二是告诉学生，你用五天的学习时间，肯定干不过别人七天的时间。要想进步，要想超越，必须用好周六周日。因为，我们都是设身处地的为孩子着想，所以家长都是感激的不得了。

总之，在工作中，要多做有利于师生、有利于老师与家长关系的加分题；少做一些破裂感情的减分题。在与同事相处的过程中，也是要多做加分题，少做减分题。这样咱们的工作才能更顺手，日子过得才能更舒心。只要心不累，多上点课，多跑点路，那不是真的累；只要心不累，那都不是事儿！

## 检修工作总结及心得篇三

担任班主任工作，已经一年了，对我来说，这份工作就像“螺蛳粉”。最初不适应这个味道时，直觉“臭气熏天，难以下咽”，待到渐渐品尝后，便发现劲道爽滑的米粉在唇齿间纠缠，再配上辣油炒过的木耳丝以及脆爽的花生米，而最后臭酸的豆角和笋丝简直就把味道推向了极致。这真是一个让人欲罢不能的东西。

无论是于洁，魏书生，还是王开东或者窦桂梅老师，从他们身上我们都能感受一种对教育工作的情怀。什么是情怀呢？其实我认为这两个字应该反过来念——“怀情”，即怀着对教育，对学生的浓厚感情。既然是情，那么“一见钟情”肯定是极少的，更多的是“日久生情”。因此，作为班主任，首先便是在日常的生活中真的发自内心给他们关心和鼓励，培养师生之情，这样才能促使他们上进。

记得刚接班时，教官就提醒我，班里这名黑黑胖胖的男生要多加留意。他叫王艺豪，果然，正式上课后没多久，就从各科老师那里听到了他的大名，不是上课乱说话，就是作业问题，迟到的名单上也总是有他。在我的多次批评和谈话后，情况没有什么太大好转。后来，我不在正面跟他说这些问题，课间的时候跟他问问班里的趣事，放学打扫卫生的时候听他说说当天生活的感受，顺便聊聊初中与小学学习要求的不同等，送路队的时候问问他放学后的安排等等。渐渐地，我们越来越熟悉，在这个过程中我发现他的情况其实慢慢有了改善，有天课间我说“王艺豪，老师和班委们在我这已经多次投诉你上课乱说话，我都快扛不住了，怎么啊？”就在我以为他会想往常一样，狡辩说是别人找的他，没想到他低下头，过了一会儿说：“我把桌子搬到最后一排，自己一个人坐吧，这样肯定不会在发生这样的情况了。”“上课小组讨论时，怎么办呢？”“我会去找他们的”。我同意了他的办法，而且自从他到最后一排后，我那凌乱的桌子居然也整齐了起来，还真是一枚小暖男呢！现在他的成绩也由刚开始的班级后五

名进步到了班级前18名。

我们不能简单的认为仅仅关注学生的学习状况，考试分数就是关爱学生，或者“不讽刺不挖苦不歧视不体罚”就是关爱学生。他们都是有血有肉有感情的人，我们要真的去走近他们，感受他们的喜怒哀乐，正是在这样的点滴相处中，师生之间的感情便会越来越浓，这也就形成了班级管理的基础。

当然，情怀必须落地。班主任工作及其繁复的，纪律你要管，卫生你要管，仪容仪表，学习等等你都要管，若是长期陷于这样的生活中，恐怕再深的感情也要消耗殆尽。因此，我们要充分发挥学生的主动性，让他们学会自我管理。

我们班实行小组积分与个人积分相结合，大家集体商定班规，约束本班的纪律卫生学习等情况，根据规定小组和个人进行加分扣分，每周五汇总，得分低的小组要负责下一周教室的卫生，并且周末回家要抄写班规，小组积分排名前的有优先挑选座位权利，学校的各项荣誉与参照个人积分。

班里每位学生都有相应的管理任务，每个小组六名同学，一位纪律卫生组长，剩下五位是语文，道法，历史，地理，生物组长。实行学生自我管理的关键是要提供机会让他们去管，去体验这一切。我要求课代表们每天都布置相应的背诵或者提问任务，放学后各自向课代表汇总当天任务完成情况，最后汇总到班长，进行加减扣分。当然，必须经常跟课代表开会，指出出现的问题以及共同商定解决措施，再让他们找各自的组长开会，如怎样更快完成汇报任务，组里哪些同学要特别关注和提醒等，周末的周记，我要求每位同学都要对本周自己的学习以及工作管理进行反思，并提出改进办法，每次大型考试后我们会表扬进步学科的课代表和组长，让他们分享经验，对退步学科的组长和课代表提出批评，并给大家作出反思。

今年期末复习时，早上和中午同学们背诵完课本上的知识后，

课代表们会主动留几分钟时间进行全班提问，对于不合格的同学，课代表要求亲自找他背诵，对于我提出占中午时间多背诵英语的建议也课代表和组长们否决了。

这项措施最让我欣喜不是解决了学生的自我管理，而是很多学生在公开场合说话不在像最初的那么唯唯诺诺，现在可以自信大方的站在讲台上表达自己。

班级里一名叫张可的小姑娘性格很内向，如无必要，她几乎不与其他人说话，而且厚厚的刘海更是盖住了她大半张脸，给人的感觉就如同一个缩在套子里的人。从入班开始，已经找她聊了很多次，收效甚微，最后，只得对她说期待可以早一点看见她漏出漂亮的额头，可以常常看见与班级的同学开心的说笑。原以为，我要等很久，没想到这学期到校后不久，她就梳起了刘海，与班级同学的互动也增加了，脸上的笑容明显比上学期多了，本次期末考试成绩更是进步了几十名。

班主任是所有任课老师中对学生影响最大的人，是天下最小的主任，但却拥有最广大的世界，即学生的心灵与头脑。莫利说“读书的真正目的在于诱导学生的头脑去思考”，因此，我想要在他们这三年的人生旅程中，可以去慢慢学会独立思考，有自己独特的见解，而不是人云亦云。

每天午餐时间，都会看新闻，我们便抽取餐后十分钟写新闻评论和感悟，然后课代表组织同学们分享。这个活动我们从开始一直坚持到期末考试前一天，将近两学期的积累，大部分同学由刚开始的一两行十几二十个字到现在的半页几百字，而且时不时可以听到他们能联系其他新闻发表自己独特的看法。

回顾这一年的历程，我认为其实每一位班主任都是“爱学生”的，怎么去“爱”，有“爱”的能力才是关键，否则激情也会渐渐消耗，最终产生职业倦怠。我想之所以“于洁们”对班主任工作坚守的背后没有疲惫，泪水后面少有委屈



和抱怨，在繁复的工作中，依旧初心不改的关键点是不断提升自己的教育教学能力，最终才能让自己与学生都在校园中找到了彼此的幸福。因此，这里特别感谢学校提供机会，让我加入郑东新区白沙中学班主任工作室，丽红姐的带领下，跟着有经验的班主任们学到了很多，在这里和雍老师，娟儿，国立老师，梦娟，百胜老师，瑞静等一起讨论班级管理中常见问题的一些管理预案，一起用研究的态度来面对班级管理中的问题，一起用专业的眼光来审视自己的班级管理工作。正是由于他们的帮助，我才进步更快，同时也会收获了更多的成就感和幸福感。

虽然目前16班还有不少问题，但是欢笑多过泪水，成长多过失败，最重要的，我们都在不断突破自我。愿接下来的假期，我们依旧共同进步，加油！

## 检修工作总结及心得篇四

1. 通过三个月的工作经历，自身的工作协调能力得到了锻炼，沟通能力和技术水平得到了提高。与同事很好的沟通和交流掌握各项工作的要领，只有掌握了技术方面的要领和重点才能更好的进行下一步的工作。尽量把工作的阻力降到最低，同时，与组长同事保持良好的沟通，可以得到更多的帮助和指导，无形中学到了很多东西，可以帮助提高工作效率。

2. 在公司中的中各项工作流程很清楚，每一项工作，每一个流程，都是我学习的机会。都有我要学习的地方。当然，制度完善了，工作流程清楚了，是不是就要这样保持下去。不去创新呢？我个人认为工作很简单，但是要把简单的工作做好，做到让大家都满意就不是那么容易了。要做到大家都满意就要在工作方法和创新上多努力，创新并不是要把以前的经验丢掉，在原有的基础上创新。只有不断的创新公司才能成长。

3. 安全工作要做好，安全工作做不好，其他方面的突出，其

结果还等于零。如果在工作中有什么意外的话，不仅对自身不利，还会牵连到别人，因此无论在接手什么工作时，都要以安全为前题。自觉坚持“预防为主”的方针，防患于未然。

4. 在工作中寻求差异，寻找突破，增强工作的主动性和创造性。加强自己的技术能力，认真负责的完成各项工作。别人不能做的事情，我们要能做，别人能做到的事情，我们要做到更好，追求细节完美。具体在工作中要做到安全、质量、节约成本、进度同时进行，尽量降低消耗，避免浪费。

5. 工作中感谢公司和领导给我历练的机会。选对公司，跟对领导，做对的事，工作起来自然顺心。来公司工作后我庆幸自己遇到了这位组长，他毫无保留的教方法和经验。没有组长的信任，没有这么多的历练机会，就没有我成长进步的空间。因此，我非常感激组长的栽培。认真、专注、负责任的去工作。

企业是一艘大船，承载着所有员工。只有企业发展壮大了，员工才有所依靠。企业是个大家庭，我们作为家庭中的一员，要不断的完善自我加强自身的素质，严格遵守制定的劳动制度，充分发挥其工作积极性和自己的聪明才智，展现自身的特点，才能创造出更多的有用价值。在工作中要起到先锋模范带头作用，团结协作，充分发扬个人精神，自觉的将思想和行动与公司保持一致。发扬不畏艰辛、克服困难的拼搏精神，为公司的发展做出更大的贡献！

## 检修工作总结及心得篇五

在任何环境中，牛人都可以用平静的心来面对随时出现的波澜，通过“见招拆招”来化解问题和矛盾，扎实推进工作，从容达到预期的目标。怎么才能成为牛人呢，站位高看得远？有思路有方法？提前做出预案？不对！这只是牛人的重要表现之一，有个大前提如果不具备，能力就无法发挥，也成不了牛人。这个大前提是拥有良好的工作状态。

状态这个词很虚无，它存在于每个人的内心且不断发生变化，只有自己最清楚自己的状态。因此，工作状态其实也就是心理状态。我所理解的心理状态是：现实或想法（例如愿望、诉求）给心理带来反应，进而影响自己看待事物的角度。心理状态可以分为三种，一种是平静状态，另一种是积极状态，第三种是消极状态。

在通常情况下，心态很容易受到内心和外界的影响，自己把握不好就会成为心态的奴隶，被牵着鼻子走。在这种情况下，他即便在工作中具备很强的能力，也不能说明他就是个有能力的人，因为心态决定他的能力很难平稳发挥，仍可能被定性为没能力。

以下几个方面会与心理状态有关系。

心态与情绪有关。工作压力大、受了委屈、没有成就感等等，都会形成负面情绪，从而影响心态走向消极。

心态与性格有关。从一个人看问题的方式和角度可以判断他的性格特点，积极的人眼中总是充满阳光，即便心被淋湿了也没关系，会经常拿出来晒一晒。消极的人正相反。要相信，心态与性格可以互相影响，也可以同步改变。

心态与身边的氛围有关。自己的沟通和协调能力不强、周围关系复杂紧张等等同样可以形成心理压力，对心态造成负面影响。

心态与自身的调整能力有关。例如克制情绪的能力，转换情绪的能力等。有人说，人生就像一杯白开水，放点盐，他就是咸的；放点糖，它就是甜的。你放什么，它就有什么样的味道，我们的人生完全靠自己去调剂。应该有意识的去认识自己，了解自己，做正版的自己，不做盗版的别人。做自己的主人，多往生活中加点糖，让工作和生活充满甜蜜。

有这样几个途径可以调整心理状态。

采取“无所谓”的态度。多反思我们斤斤计较的事情是否值得这样去纠结，得到了会怎样，大不了又会怎样？不要夸大小事的重要性。跳出自我或者换个角度重新来审视，很可能让自己放下包袱，轻装前进。

拥有一颗平常心。宁静致远，是指拥有平稳静谧的心态，不为杂念所左右，静思反省，才能实现更高远的目标。烦恼是自己给的，别人永远无法给你烦恼。心态如果受到杂事左右，心神就会被扰乱，无法静思反省，这时，你就不是自己的主人。我听到过一句很有价值的话：在你生气的时候不要做决定。当情绪占上风时，很多决定都不是理性的，会离正确很遥远。平常心是做到宁静致远的前提，是上面提到的第一种心理状态，即平静状态，也是最高状态。

培养对工作的兴趣。如果将工作看成一项任务，心里就会抵触，因为是被动的去接受；换个角度，如果能培养起对工作的兴趣，我们就能主动投入，带着“玩”的心态来做事，自然可以焕发出激情和动力，做自己喜欢的事情不累，尤其是心不累。不管你有没有兴趣，工作都要照常去做，不多也不少，这就值得我们换个角度去培养兴趣。

拥有发展的眼光。当你快乐时，你要想，这快乐不是永恒的；当你痛苦时你要想这痛苦也不是永恒的。任何事物都处于发展变化中，只要我们还拥有健康和生命，就不要把阶段当成终点。不要被眼前的困难击倒，相信一定能度过难关，而且只要拥有积极的心态，方法总比问题多。

分析心理状态是为了拥有良好的生活状态和工作状态。很多时候，事情本身无所谓难和易，拥有良好的工作状态，就能唤醒内心的潜能，自然可以斗志昂扬、披荆斩棘。