

# 2023年上班体会心得(汇总8篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 上班体会心得篇一

工作是我们每个人必经的一段人生旅程，上班的经历会让我们不断成长和进步。在这个竞争激烈的社会环境中，每个人都在追求更好的职业生​​涯和更高的工作满足感。下面我将分享我自己的上班心得体会，希望能给大家一些启示和帮助。

### 第二段：积极的工作态度

上班的第一要务就是养成积极的工作态度。只有对工作充满热情和动力，才能做到尽职尽责。我在工作中始终保持微笑，乐观向上，并尽量通过主动承担责任和多提建议来提高自己的和团队的效率。同时，上班不仅仅是为了完成工作任务，还要与同事进行良好的沟通和合作，共同创造和谐的工作氛围。

### 第三段：不断学习与成长

工作不仅是一种经济来源，更是一种知识获取和技能提升的机会。因此，我一直坚持不断学习和提升自己的能力。每天在工作中都会遇到新的问题和挑战，我会主动寻找答案并向同事和领导请教。同时，我也会主动参加各种培训和学习机会，不断拓宽自己的知识和技能，以适应工作的发展和变化。

### 第四段：树立正确的职业观念

在职场中，我们需要以正确的职业观念来指导我们的工作和

行为。首先，要明确自己的职责和目标，明确自己的职业规划并努力实现。其次，要尊重他人的努力和成果，不嫉妒和诋毁他人，而是应该与他人进行共同进步和合作。最后，要保持良好的道德和职业操守，遵守职业道德和法律法规，以诚实守信的态度对待工作和同事。

## 第五段：工作与生活的平衡

工作虽然重要，但是我們也不能忽视生活的其他方面。我们需要学会平衡工作与生活的关系，以保持健康和积极的心态。我每天都会安排一些休闲和娱乐活动，如读书、运动和与家人朋友共度美好时光。同时，我也会积极参加企业组织的各种团队活动，与同事们在工作之外建立更亲密的关系。

## 结尾段：

通过工作的历程，我深刻体会到了工作的重要性和意义。工作不仅是为了赚钱和生存，更是实现自己的价值并为社会做出贡献的途径。我将继续保持积极的工作态度，不断学习和成长，树立正确的职业观念，并平衡好工作和生活的关系。希望我的上班心得体会对大家有所启示，共同进步！

## 上班体会心得篇二

三个月里，我在盐城市爱我家装饰设计工程有限公司办公室文员岗位实习。实习，顾名思义就是在实践中学习。它作为大学生涯的最后一课，重要且有其独特性，正是通过实习，让我逐渐掌握怎样把学校教给我的理论知识恰当地运用到实际工作中，让我慢慢褪变学生的浮躁与稚嫩，真正地接触这个社会，渐渐地融入这个社会，实现我迈向社会独立成长的第一步。

在这三个多月中，我通过各种方式，初步了解了公司办公室文员的具体业务知识，拓展了所学的专业知识。

下面总结一下我的所有具体工作内容：

- 1、接听客户电话，整理客户资料；
- 2、送文件至各级领导，签收文件，撰写公文；
- 4、复印、速印办公文件，发传真，领办公表格等；
- 5、协助办理新进人员入职手续，员工调职、离职手续；
- 6、计算管理人员月考勤，并将考勤明细送至各部门核对签字；
- 7、录入月罚款单与奖励单，录入员工养老保险资料；
- 8、协助组织、策划相关活动；
- 9、领导安排的其他工作。

现将三个月来的学习、工作情况总结如下：

一、在实践中学习，努力适应工作。虽然这不是我的第一份工作，但作为一个新人，刚加入公司时，我对公司的运作模式和 workflows 都很生疏，多亏了上级和同事的耐心指导和帮助，让我在较短的时间内熟悉了设计文员的工作内容还有公司各个部门的职能所在。

二、学习公司企业文化，提升自我。加入到爱我家装饰这个大集体，才真正体会了“勤奋，专业，自信，活力，创新”这十个字的内涵。我想也是激励爱我家装饰每个员工前进的动力，我从领导和同事的敬业中感受到了这种文化，在这样好的工作氛围中，我也以这十个字为准则来要求自己，以积极乐观的工作态度投入到工作中，踏踏实实地做好本职工作，及时发现工作中的不足，及时地和部门沟通，争取把工作做好，做一个合格，称职的员工。这也一直是今后工作努力的

目标和方向。

## 上班体会心得篇三

近年来，海尔作为国内家电行业的一股强势品牌，在市场上销售额逐年攀升。随着海尔产品的质量和服务的逐年提升，越来越多的人开始看好海尔的“品质+智能”的战略定位，也纷纷投身于海尔事业的发展之中。我作为一名在海尔工作的职员，也有了自己的一些体会和感受。

### 第一段：进入海尔的感受

在我正式进入海尔之前，我并不知道自己要面对什么样的工作环境。但进入公司后，我感到了一种前所未有的震撼和自豪。作为一家家电行业的领军企业，海尔有自己独特的企业文化，在组织架构，工作流程，公司制度等方面都有自己独到的管理方法和工作标准。这些特点让我深深地被吸引。同时，在我的同事们中间，我感受到了一种同心协力的氛围，大家都积极向上、团结互助。

### 第二段：工作中的成长

在海尔，我学习到了很多专业知识和技能。我了解了公司研发、制造、销售等方面的工作过程，也学到了如何管理和协调团队，如何与客户进行合作。在实践中，我认真总结自己的工作经验，不断提高自己的业务能力和技术水平。同时，海尔公司也注重为员工提供广阔的发展平台，通过内部培训及员工选拔等形式，帮助员工在职业生涯中不断成长。

### 第三段：加强团队合作

海尔注重内外部沟通和团队合作。作为一名职员，我有机会与来自不同部门的同事进行合作，结交了很多好朋友。通过共同努力，我们成功完成了很多项目，也充分体验到了团队

合作的价值。在这个团队中，每个人的贡献总会得到认可和肯定，这也让我更加爱岗敬业地工作。

#### 第四段：实践海尔的“网络化”战略

海尔一直在积极推行“网络化”战略，通过互联网将海尔的产品和服务推向更广阔的市场。作为公司的一份子，我时刻关注着新兴的互联网技术和信息，学习如何将其应用于业务上，为公司创造更好的业绩。在这个过程中，我也提高了自己的电脑水平，更加熟练地使用各种软件及业务系统。

#### 第五段：收获和感悟

在海尔工作的这些年，我不断成长，认识到职业生涯的重要性和人生的意义。我也时刻感受到海尔这个大家庭的关怀和支持，这支持帮助我前行。我深感自己所从事的工作有着广阔的空间和前途，也意识到了自己的责任和使命。我将一如既往地坚持对工作的热情，为海尔的发展尽自己的一份力量。

## 上班体会心得篇四

时间过得很快，已经在云升咖啡厅实习完了。很高兴能参加107届的广交会实习。在这个充满期许而又短暂的实习征途当中，虽然是简单的服务生的工作，但要成为高素质的服务生也不简单，因为是广交会，所以每天要面对来自世界各地的客人，我们必须处变不惊，从容地满足客人的要求，必须懂得一些礼仪和外语。

记得刚下第一张单的时候，心里紧张得无法形容，等顺利服务完客人的时候，我的心情真的非常复杂，只记得当时就径直走进厕所，还拼命确认自己是否出差错。有些客人很热情，还跟我们聊天，聊得高兴之极，便有了传说中的小费，第一次收到小费，还真不知道怎么回事，因为不在我的预期中，只记得当时腼腆的表情，后来通过跟别的同学交流才发现收

到小费的时候要很高兴大方地接受。更多实习报告尽在：最开心的时候就是客人要求跟我们拍照留念。当然也有的客人很刁难，点餐的时候诸多要求，但是我们也只有一一满足他们的要求。去茶水间休息的时候和吃饭的时候，跟主管们和同学们一起相处，有说有笑的，是一天中最开心的。

我的工作是服务员。很多人肯定瞧不起这个职务，认为这个行业没有什么技术活，端菜倒茶的个个都可以干好，其实不是。服务员干的事很琐碎，不仅要耐心，而且要细心，和顾客打交道一定要开心微笑。我们服务员什么都能干！摆台、折口布、上菜、撤台这些所谓的必须做的本职工作外还得知道每道菜的名字、特点，酒水的名字、度数，服务客人，还要管理好自己所分配的餐具，对自己所管辖的区域保持干净还要擦洗玻璃杯，早上还得打扫卫生等等。我们的工作量很大，不管受什么委屈在客人面前就是一张笑脸。做服务员我学到最重要的一点就是礼貌。我们刚去时不怎么和人打交道，经理就常常叫我们看见客人都得说：“您好！”，同事之间可以说：“您好！”、“你辛苦了！”之类的话。经理还经常特意从我们身旁走过，要是没有和他打招呼，就受批评。开始时我们觉得不好意思，那经理就叫我们要练习，说只要看到人就条件放射说出“你好！”这样的才可以。后来慢慢的习惯成自然了，以至于听见叫服务员的就说“你好！有什么需要帮忙的？”有时候在超市或别的商场听见别人叫服务员还以为叫自己呢。我们在在批评和鼓励中不断改善自己。

这段时间的实践，虽然不是选的我们的专业部门，但是从中我还是学到了不少对以后工作有用的东西，比如说心理素质的培养，耐力的考验，这都是我们以后的工作中要碰到的东西，我们的专业再好，没有一个好的心理素质和适应社会的能力。也是不好在这个复杂多变的社会中立足的。从中我也了解到了自己的不足之处，在以后的学习中我会努力抓住这个学习的好机会，多学点东西，以便以后在社会中争取自己的一席之地做充分的准备。我相信成功始终会眷顾有准备的人的。实习对我们来说是个新鲜的事情，行前，老师也特别

交待我们，因为我们是大学生，所以更要注意从基层做起时，不要眼高手低，不要在情绪上有抵触。

在这里每天的时间都是非常紧的，尤其是客人的高峰期，没有什么时间玩，天天都是做同一件事，你说不累，那是假的。在这里我懂得了许多，以前只是嘴上说说，现在真的感受到赚钱的不容易。想到父母为了养家，为了送我读书是多么伟大的一件事，他们真的不容易。还懂得了，要做好一件事情，必须要有一定的意志，还要善于学习、发现问题、多问几个为什么会是这样，你一定可以学到很多东西，养成多想多问的习惯，对以后的工作一定会有帮助的。感到了生活的充实和学习的快乐，以及获得知识的满足。真正的接触了社会，使我们消除了走向社会的恐惧心里，使我们对未来充满了信心，以良好的心态去面对社会。同时，也使我们体验到了工作的艰辛，了解了当前社会大学生面临的严峻问题，促使自己努力学习更多的知识，为自己今后的工作奠定良好的基础。

## 上班体会心得篇五

我是一名在中国人民保险公司上班的员工，已经有两年的时间了。这两年里，我在保险业的学习和工作中不断地感受到成长，也同时积累了一些心得体会。在这里，我想与大家分享一下我上班这段时间的感悟与收获。

### 第二段：工作内容

入职中国人民保险公司后，我被分配到了财务部门，主要负责公司内部的财务管理和审批流程。我的工作内容包括：审核报销、查账、理财、审批付款等等，要求我具备一定的会计和财务知识。虽然工作有时有些单调，但我意识到只有细致认真地完成每一项任务，才能够更好地保证公司的资金安全，也能够锻炼自己的工作能力和耐性。

### 第三段：团队合作

在这两年里，我收获最多的不仅是工作经验，也包括团队合作精神。中国人民保险公司有着团结、合作、共享的文化氛围，每个部门之间彼此支持和合作，也让我的工作变得更加轻松和愉快。团队合作让我更容易地获得同事的支持、互相学习和取得更好的效益。

#### 第四段：管理经验

在中国人民保险公司的工作中，我也学到了许多管理的经验。通过参加公司的职业培训和实践积累，我懂得了管理的目标、方法和手段，以及企业文化和战略目标的重要性。此外，我还了解了很多财务管理的管理要点和工作中的实践技巧，也让我更加敏锐地察觉到企业战略和绩效指标之间的联系。

#### 第五段：心得与收获

在中国人民保险公司的审批流程和财务管理中，我收获了很多重要的心得体会。工作中我意识到认真细致是最重要的一点，在查账、审批、报销和理财等方面都要十分认真，才能保证公司的资金安全和效益。同时，我还意识到练好基本功和良好的沟通能力也同样重要，要多了解同事的想法和期望，更好地推动公司发展。在这两年的工作中，公司给了我很多机会和信任，在不断学习中随时发掘自己的潜能和锤炼自己的能力。

#### 结尾：

在即将迈向职业生涯的下一个阶段，我会继续努力、继续学习，以及更好地发挥自己的能力。同时，我希望在中国人民保险公司这个大家庭里更好的发挥团队协同的优势，实现团队与个人共同成长、发展、创造更大的业绩！



## 上班体会心得篇六

学生问我，王老师您那一天做学生，我说周五，学生脸上一阵窃喜，我暗自想，我一定要当好学生，但说实在的怎样当好学生，我还没想好，不知从哪入手。先像一个学生吧。要求学生穿校服，我也应该穿校服，我提前让学生给我准备好校服，周五早早的来到教室，要求学生不迟到，自己要早到，桌子上的书不超过5本，我只带了3本，听课本、笔记本、蔡林森的先学后教(准备听不懂时看，但实际一眼未看，没有时间看，除了听课，就是观察学生)就这样把自己融入了学生当中，一天的学生体验就开始了。

### 一、一次老师们相互学习的机会。

虽然课上的内容不全懂、甚至听不懂，但仍然收获很大。仅举两例：

#### 1. 作业检查。

霍松立老师拿着点名册一个一个落实，抓住了三个落后分子，记录在案。联想自己的课后练习检查，虽然逐个落实但没有留下记录，一学期下来了，每个学生课后练习的完成情况，掌握的不精确。本站！

#### 2. 当堂检测。

“同学们准备一张纸”，学生们一阵紧张，题目已经出现在投影屏幕上，学生紧张地忙碌起来，教室里只听见笔写字的声音。“时间到，赶快收。”试卷收完，学生们松了一口气。这种当堂检测的形式给我留下了深刻的印象，在数学的课堂上，用这种方式落实重点题型，不失为一种好方法。

#### 3. 问题串的设置。

祥林嫂是被谁杀死的?how?why?when?where?who?这些问题吸引了学生，眼球和思想禁不住被这些问题抓住，身不由己，累并快乐着。收藏了。

由于时间关系从其他老师学习的，不能一一讲述，总之收获很大。

## 二、发现问题只需换一个角度。

问题一：得理也要饶人。

邢天宇、杨朔麟思维活跃，上课回答问题很积极，总是抢着回答问题，以往我总是表扬他们，但我听了几节课后，发现了问题，当我正在专心考虑老师提出的问题时，思路会被他们抢答的声音打断，不由心烦，我想这也是其他同学的感受。下课后，我把我的感受向他们做了交流，我这样要求他们，不能打断老师讲话，要经过思考再回答老师的问题，否则显得自己控制力不强，没有内涵，上课回答问题不比嗓门，得理也要饶人，我感觉有效果。

问题二：坐姿

课堂上发现几个同学坐姿不好，王硕、安文浩身子靠在椅背上，甚至可以说是躺，显得很懒撒，应予以纠正。邢天宇同学喜欢把凳子前面的两条腿翘起来，用后面两条腿着地，不安全也不好看，下课后把三人叫到面前，让他们把椅子送到办公室换成老师们听课的圆凳，王硕、邢天宇坐了两个周，安文浩做了三个周，我感觉有效果。

问题三：易被老师遗忘的角落

几节课听下来，我的两个同位，孙旭东、宋子威没有回答老师一个问题成了被老师遗忘的角落，长此下去，怎能有学习热情，我把我的感觉和他们做了交流，并且在班会课上号召

同学们参与课堂做课堂的主人。在数学课上我也有意的关注这些同学，多给他们回答问题和爬黑板的机会，使他们不要成为被老师遗忘的角落。

## 上班体会心得篇七

### 第一段：引言（150字）

在我职场生涯的旅程中，我经历了许多上班的日子，无论是新人还是职场老手，每一天都带给我许多新的思考和体会。上班不仅仅是为了赚钱养活自己，更是人生的一部分，一个展现自己能力和价值的平台。在这篇文章中，我将分享我在工作中的一些心得体会，希望能给正在为职业生涯奋斗的人们一些启示和鼓励。

### 第二段：工作态度与职业素养（250字）

作为一名上班族，工作态度和职业素养是我认为非常重要的方面。首先，积极主动和乐观的态度对于工作的顺利进行非常关键。面对挑战和困难时，勇敢地面对，保持积极的心态，不轻易放弃，寻求解决问题的方法，我相信这样的态度会让你能够应对工作中的各种考验。其次，职业素养是打造职场形象的重要组成部分。在工作中，我们要遵守职业道德，保持良好的工作习惯和仪表形象，与同事和睦相处，互相尊重和帮助。只有这样，我们才能赢得他人的尊重和信任，并在职场上获得更多的机会和发展。

### 第三段：沟通与合作（250字）

在工作中，良好的沟通和合作能力是十分重要的。良好的沟通技巧可以帮助我们更好地与同事和领导交流，理解彼此的需求和期望。有效的沟通不仅可以减少误解和冲突，还能提高工作效率和团队凝聚力。与此同时，合作精神也是成功的关键因素之一。在团队合作中，我们要学会倾听和尊重他人

的意见，共同完成任务和目标。通过合作，我们能够相互学习和成长，不断提升自己的能力和价值。

#### 第四段：自我管理 with 进修（300字）

在职场生涯中，自我管理和不断进修是必不可少的。首先，自我管理包括时间管理、压力管理和个人目标的设定等方面。合理安排工作和休息时间，掌握工作的优先级和重点，有效管理压力，都是十分重要的能力。其次，持续的进修和学习也是提升自己能力的关键。通过参加培训课程、阅读专业书籍和和学习有关行业的知识等方式，我们可以不断提升自己的专业能力和知识水平。只有不断提升自己，才能在职场竞争中保持优势。

#### 第五段：总结与展望（200字）

在我的上班心得体会中，我深刻意识到工作不仅仅是为了赚钱和维持生活，更是塑造和展示自己的机会。良好的工作态度和职业素养、高效的沟通与合作、自我管理和不断进修都是我们在工作中不可或缺的要害。我相信只有不断提升自己，勇敢面对困难和挑战，我们才能在职业生涯中取得更好的成果和发展。作为一名上班族，我会继续努力，以更加积极的态度和认真的工作态度，迎接未来的挑战。同时，我也希望能够通过我的努力，将我的职业生涯变得更加出色和有意义。

## 上班体会心得篇八

“为自己工作”一句多么简单动听的话，但是真正能够做到的有几人呢，什么才叫“为自己工作”。自昨天观看李强老师的为自己工作的演讲后，让我深刻的体会和了解到了其中的含义：那就是在我们的职业发展的过程中，无论什么时候我们的工作热情和努力程度不为工资待遇的不高、不为别人评价不公而减少。

公司兴旺，员工人人有则。所有的员工都都应与公司一起成长。与公司共命运，全心全意做好自己的工作。

一个人工作的过程同时也应是提升自我的过程。如果我们不能在工作中完善自我，则如同逆水行舟不进则退一样，我们就会掉队，跟不上时代的发展，更确切的说，我们就不能为公司创造价值。

如果我们能够认识到我们是在为自己做事，我们将会发现工作中有许多个人成长的机会。通过工作，我们能学到更多的知识，积累更多的经验，能够充分发挥自己的潜能，展现自己的才能，“心态决定一切”。为自己工作，我们就不会懒惰，不会抱怨，不会消极，不会怀疑，不会马马虎虎，不会投机取巧，更不会存在跳槽。

改变态度，忠于公司，用心工作，实现自我!态度将直接决定我们的工作进展。我们应始终抱着谦虚谨慎的学习态度去对待我们的工作，积极和周围的人沟通，努力把 work 做到最好。

对于一个身职场的员工来说，要想在自己所从事的工作上做出一番成绩，并能获得很好的发展机遇和空间，我们就要端正对待工作的态度，认识到自己现在所从事的工作的意义所在，并且带着一颗感恩的心。

作为公司的一员，我认为我现在必须要端正自己的工作态度，积极主动地作好自己的工作，把自己的本职工作做细、做实，多多注重细节，努力融入到我们齐全的大家庭中。