

最新职场心得体会总结报告(通用10篇)

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。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，我们一起来看看吧。

职场心得体会总结报告篇一

沟通最基本的素质是尊重对方，注意礼貌，情绪平和。

职场沟通的第二重点是能够做到言简意赅，简明扼要。往往听一些朋友说，学历高的和学历低但经验丰富的两个人去做同一件事，往往是经验丰富的那个人能够得到更好的效果。因为一个人能力再强也做不成大事，整个过程中必定会需要各方的支援和协助，有些人是职责范围内所以来帮你，有些人是职责范围外因为互助关系来帮你。再有一些就是持反对意见，我们至少需要通过沟通让其不阻挠项目进展。目前本人能力比较有限，勉强可以达到职责范围外互助关系来帮你这个层次。

职场沟通按沟通双方关系分门别类，再可以按沟通内容分小类。目前本人遇到最多的是有如下几类。

- 1、下级向领导汇报工作。
- 2、同事与同事之间的沟通。
 - a□对方职责范围之内。
 - b□对方职责范围之外。
- 3、与客户、合作单位之间的沟通。

先从向上级汇报说起，领导通常都有自己的烦恼和压力，而且会很忙，所以他们没有太多的时间来听你讲一堆的细节，虽然也有人说过，要在领导面前显得很忙。自我感觉一个度吧。不能让领导觉得你很闲，也不要过多的打扰领导。

同事间的沟通，需要注意沟通的效率与质量。每次沟通前打腹稿，理清几个重点要素，背景、需求、时间、节点、目标。这样别人才能更快的接受你的信息并给予帮助。

同事之间职责范围外的沟通则需要互相尊重，在能力足够的情况下尽量多帮助别人，这样以后别人也愿意帮助你。

而与客户之间的沟通本人目前还有点想当然，以为客户是同龄人，说话随意一点，幽默一点，通过共同话题可以加深两者之间的关系。或者说因为自身是个很热心的人，很愿意去帮助别人，所以想当然的认为别人也和我一样。

沟通有时候也是一种习惯，从每天的日常生活中的习惯。譬如每天早上碰到熟或不熟的同事，问声早。出门碰到住对面的邻居问声好。在家里自己曾是个不太爱叫人的孩子，于是这点也延续到了职场，正如领导曾说过的，把公司当成自己家那么随意。

沟通还有个禁忌便是不能带情绪，带情绪的沟通效果是无法预期的。

- 1) 必须被接收（信息可能被延误，积压，错发，或者听者心不在焉）
- 2) 必须被了解（以为信息无误地传出就会被自动地了解，是个长盛不衰的误解）
- 3) 必须被记住（信息会被误置，遗忘而失效，一次的传达是不够的，最聪明的人也需提醒）

4) 必须被加以利用或者起作用（未见行动只被列入事程表或你被许诺，沟通不能算有效）

职场心得体会总结报告篇二

中国自古以来就是一个礼仪之邦，礼仪几千年来备受人们推崇。不可不说，当今现代社会生活也离不开“礼仪”二字。而进入职场中，则事事需要礼仪的帮衬。有时候一句话说得合乎礼仪，便起到了很大的作用。

良好的礼仪可以赢得陌生人的友善，赢得朋友的关心，赢得同事的尊重。礼仪是一个人综合素质的体现，是一个人内在素质与仪表特点的和谐之美。

职场交往是讲究规则的，即所谓的“无规矩不成方圆”。从小小的电话，短信用语，鞠躬礼，到文明用语。这些我们生活中都不是特别注意，有太多的忽略。比如在平时生活中接他人电话是否在铃响3声就接起，又是否做到了语调热情，大方自然，声量适中，表达清楚，文明礼貌呢？在上课时又有多少人会自觉地把手机调成振动模式，注意到开会时不能频发信息，转笔，交谈？答案是很少人做到了以上两点。我觉得培养良好的礼仪习惯是十分有必要的，而且我们已经没有时间再耽误了。不注重礼仪也就表现出你对他人的不尊重。

而在进入职场生活后，有很多需要注意的地方，如同事之间沟通，上下级之间的沟通，一定要会说话，说好话，用语言、文字、肢体、眼神、心灵上的沟通。态度要真诚，公私要分明，不要用手指人，不要背后议论别人，而且金钱上的往来要谨慎，私下里不要对公司的安排或者同事间的矛盾抱怨等等。可以这样说，利益是一张人际交往的名片。文明礼仪可以帮助我们学会待人接物，塑造良好形象，从而赢得他人的尊重。所以说知礼懂礼，注重文明礼仪，是立足于社会之根本，也是人们创造幸福生活的条件之一。

总而言之，我们目前需要学习改进的地方就还有很多，抓紧时间，在还未进职场之前，升华自己，改善自己。

用心服务，客户就会感觉到被尊重，会因此而对我们消除戒备心理，从而对我们产生一种安全感、信任感。有些时候，他(她)也许对你所提供的产品本身并不太满意，但是他们会为你的服务竖起大拇指！

用心服务，你就会抛开一切杂念，把客户的需求放在第一位，认认真真地去为他们提供任何力所能及的帮助。这样，自己就会有一种非常愉悦的工作感受，即使工作再苦再累也会是乐意干的。

用心服务，根据客户提出的意见或建议，看到自身的不足，并努力改进，可以提高我们的工作能力，以使在将来的工作中获得更多的机会。客户的意见就是我们前进的动力！

用心服务，为客户提供更优质的服务，可以使客户更愿意选择我们。这样，我们的利润来源就会慢慢扩大。在客户中有个好口碑，就等于是做了一个最好的活广告。企业利润增加，员工就有机会取得更丰富的收入，这样可以激发员工的积极性，群策群力，为了一个相同的目标而共同努力，从而使企业更具有竞争力。

关于“服务”，我一直简单地理解为“为客户提供的产品或劳务”。通过这次培训，我才知道自己的理解太片面了。

服务，是指提供给客户的任何帮助。服务可以通过为客户做事情完成，比如说为客户提供产品或劳务，但是服务的目的是满足人的感觉，而不仅仅是将事情做完。具体说来，服务包括两个层面。一方面是物的层面，比如产品、设备、程序、职员的配备以及优惠措施等；另一方面是人的层面，如服务意识、肢体语言、语言交流、对客户的尊重、处理问题的能力……以服务可以让相同的产品在客户中产生不同的心理感

觉，所以说，物的层面是基础，而人的层面才是关键。

在当今市场环境下，公司的技术、产品、营销策略很容易被人模仿，而服务是产生差异的主要手段；在一个行业当中，公司的产品优势在硬件方面只占5%，很容易被抄和超，其它的优势在软件，不容易被抄和超。同样地，在我们金融业中，服务也是决定成败的关键。所以，我们必须具备作为金融服务人员的专业素质，为客户提供更好的服务以扩大我们农信社的影响力、更快地跻身于金融业前列。

此外，还有很重要的一点，我意识到了自己的工作只是服务的一种形式，它需要我们负起应有的责任。但是我们不应该把它当作一项任务去完成，我们工作应该是真诚的、发自内心的。

礼仪，是个人素质和素养的外在体现，更是企业形象的具体化体现。礼仪已经倍受人们的重视，是人际交往的“润滑剂”，更是企业形象的“名片”。荀子说：“故人无礼则不生，是无礼则不成，过无礼则不守。”有“礼”走遍天下，无“礼”寸步难行。在经济社会高速发展的今天，作为职业人员，不知礼，则必失礼；不守礼，则必被视为无礼。职业人员若缺少相关的从业礼仪知识和能力，必定会经常感到尴尬、困惑、难堪与失落，进而无缘携手成功。

良好的礼仪行为能够改善和提升企业的形象，提升企业的生命力，有助于提高企业的经济效益，并可以通过表层形象展示企业的价值观、经营理念、目标追求等企业理念，企业的表现形式之一。对个人而言，遵守职业礼仪能有效提升个人素质，塑造良好的职业形象，有利于人际沟通与交流。职业礼仪能使工作成为艺术。

“礼”今天参加了公司组织的职场礼仪培训，让我学到了很多以前没有想过的礼仪知识。俗话说：“没有规矩，不成方圆”。所以做任何事情，都应有一定之规。礼仪就是一种

在人与人交往中的行为准则和规范，也是互相尊重的需要。平时在与人的交往中，特别是在与熟人的交往中，总以为不要讲究这一套，粗鲁一点没关系。但是通过学习职场礼仪，发现这长期以来心中的观念是不正确的。其实礼仪对每个人来说都是非常重要，无论是新朋好友还是工作上人与人直接的交往都离不开礼仪。礼仪体现着一个人道德修养。

一个人若无礼可行，那么他在工作与学习上也很难顺利进行，因为无礼寸步难行。礼仪说到底就是尊重，尊重别人，同时也能获得他人尊重。良好的礼仪会给别人留下很好的印象，进而促进相互间的沟通和交流。尊重与信任，无论在工作、学习和生活上，都尤为重要。没有什么比信任更为重要了。归根结底，还是有着良好的的礼仪才能引领我们走向更美好的生活。良好的礼仪能够让我们在工作上表现出良好的形象，在与客户洽谈的时候还能代表公司的良好形象。良好的礼仪也是人际关系的润滑剂，可以融洽人与人之间的关系，从而达成合作。

通过短暂的礼仪培训，让我从真正的意义上理解礼仪的含义。礼仪就是一种人际交往与社会交往中所必备的良好行为规范，是个人道德修养的充分体现。礼仪不仅仅表现在个人形象方面，还关系到企业形象方面。从个人而言；好的礼仪素质不仅可以提高人的个人修养，还能有利于自身的交往与沟通，从而使人获得良好的人际关系。从企业而言；可以树立企业形象，提高客户的满意度与美誉度，最终达到企业经济效益的目的。

总之，此次礼仪培训让我受益匪浅，中国自古就是礼仪之邦，礼仪就在你我身边。今后更将注重自身礼仪的培训，加强自身道德修养。

在大学期间除了我的专业课之外，我选择了职场礼仪这门课。当上第一节课之后，我深信自己的选课是非常有意义的课，我对这门课便有了深厚的兴趣。

中华民族有“礼仪之邦”的美誉，可谓历史悠久，我国历史上第一位礼仪专家孔子就认为礼仪是一个人“修身养心持家立业之本”的基础。

原来对礼仪的理解知识片面认为说个话，吃个饭，没有什么可以学习的，都是一些古代的礼数。但是经过礼仪老师的讲解和知道，让我知道了礼仪原来是如此的重要。

我们学习了有关衣着的礼仪，什么样的场合穿什么样的衣服，还有化妆方面的，讲话方面的，但是其中最让我受益匪浅的则是餐桌礼仪。因为以后工作了，难免会有吃饭的场合，而只方面知识又是我们暂时缺少的。我通过学习，知道了一下礼仪。首先说怎样入座，主人应该先请客人入座，客人入座时应该从椅子的旁边入座，正确入座后千万不要先动筷子，也不要弄出响声来，更不要站起来走走又坐下，这样会给别人不尊重的感觉。如果实在有什么急事需要离席的话一定要先和主人讲下，在征得同意之后离席。也许这些都是大众所知的，但是何为次座，何为主座也许有人就不清楚了。一般来说，座次是“尚左尊东”面朝“大门为尊”。若是圆桌，则正对大门的为住客，这可左右手便的位置，则是尊位。但是相同的距离，就要按照左侧尊于右侧的原则。

在做好各自的位置之后，服务员开始上菜了，中国人一般很讲究吃，当然也很看重吃相了。再进餐过程中，主人先请客人就菜。夹菜时经常夹，每次都以少量为宜。吃的时候要细嚼慢咽，这不仅有利于消化，也是餐桌上的礼仪要求。决不能大块往嘴里塞，狼吞虎咽，这样会给人留下贪婪的印象。不要挑食，不要只盯住自己喜欢的菜吃，或者急忙把喜欢的菜堆在自己的盘子里。用餐的动作要文雅，夹菜时不要碰到邻座。不要把盘里的菜拨到桌子上，也不要把汤泼翻。不要发出不必要的声音，如喝汤时的“咕噜咕噜”声。吃菜是嘴里的“叭叭”声。这些都是粗俗的表现，不要一边吃东西一边和别人聊天。进餐过程中不要玩弄碗筷，或用筷子指向别人。不要用手去嘴里乱扣。如果塞牙了，可以用牙签剔牙，

但是要用手或餐巾纸掩住嘴。不要发出任何声音。在吃饭的整个过程中，最好不让餐具发出任何声音。

在用餐中不免会有一些特殊的情况。例如酒水喝多了会有去厕所的事情发生。但是在餐桌上，我们不宜直接说明去意，那样只会打扰人们的用餐心情。比较通俗的说法有很多，比如“我有点事，出去一下。”或者“你们先慢用，我失陪一下。”。这些都可以让事情得到解决。还有就是用餐时如果来电电话了，可以用上面说的理由走开，然后走到一旁接电话。这些都是用餐过程中需要注意的礼仪。

再用餐结束后，可以用餐巾纸或服务人员送来的小毛巾擦擦嘴，但不宜擦头颈或胸脯。餐后不要不加控制的打饱嗝。最后离席时，在主人还没离开之前客人最好不要离开。

简单的吃饭就有如此多的礼节，可见礼仪是随处可见的。老师每堂课都会给我们教授这些。而老师给们教师的比这些要多的多。餐桌礼仪只是九牛一毛而已。

职场礼仪的最后一堂课结束了，我也明白了许多之前不懂的地方。原来自己在平时的学习生活中有许多地方做的不到位，有太多的忽略。我想也会有一些人和我一样，对职场礼仪不重视，认为表面的东西，都是做给别人看的。但是现在我明白了，真是这些东西，才真正体现了我们的素质和教养。所谓的内行看门道，外行看热闹，你受过哪些教育，上过哪些场合都是一眼能看出来的。在与人交往的过程中，能否给人留下良好的印象，树立自己良好的形象，更好的与人交往，都是离不开礼仪的，学习职场礼仪能从中得到一些交往的技术，能够更好的于别人沟通。所谓知己知彼，方可百战百胜。因此不光说到的餐桌礼仪，还有生活中的其他细节也都需要注意，更要设身处地的做事为他人着想。

生活中最重要的事以礼待人，有时候礼仪的作用不可估量，从某些方面讲，礼仪比智慧和学识都更重要。

我在此要感谢我们的礼仪老师，因为有了您我们才学会了这么多知识。我想这些礼仪再我今后的工作和学习生活中都会给我带来更多的收获。让我在今后的生活中更加有素质有修养，也更加有礼貌和内涵。

刚接到职场礼仪培训通知的时候，感觉多此一举，礼仪之邦，这还用培训么？但是通过学习，让我对职场礼仪有了正确地了解和认识，使我自身有了更进一步的提高，同时也找到了自身的不足，为以后的职场礼仪学习运用打下了坚实的基础。

在这次职场礼仪学习后，我恍然大悟，原来在平时的工作中我有很多地方都做得不到位，从与他人交谈到衣着服饰，似乎我都有太多的忽略，职场交往是讲究规则的，即所谓的没有规矩不成方圆。比如自己的衣着服饰，在工作时不是自己喜欢什么就穿什么，个人衣着服饰应符合自己的工作与职位，能够给人以美感。

学习职场礼仪我认为首先应当让每一个人了解学习职场礼仪的必要性，在现实工作当中，很多人对职场礼仪不重视，认为是一些表面的东西，是做给别人看的。但正是这些表面的东西才真正体现了我们的素质和教养，所谓的内行看门道，外行看热闹，你受过哪样的教育，上过哪些场合是一眼能够看出来的。在与人交往的过程中，能否给人留下良好的印象，树立自己良好的形象，更好地与人交往都是离不开礼仪的。学习职场礼仪能够从中得到一些交往艺术，能够更好地与人沟通，知己知彼，才能百战百胜。

因此，不光是这些礼仪，还有生活中的其他细节都应留意，也要学会设身处地地为他人想想。这就是这次礼仪培训我的所得，通过这次职场礼仪学习，我才明白在原来的平时工作中我们有很多地方都做得不是很好，从小小的电话，短信用语，鞠躬礼到文明用语，似乎我们都有太多的忽略，比如在平时工作中接电话是否在铃响了三遍时接听，是否先报自己的姓名部门以及工作单位，还有我们是否做到了语调热情，

大方自然，声量适中表达清楚，简明扼要，文明礼貌。鞠躬礼是否标准、文明用语声音大小是否适中、面部是否有表情等常见问题我们好像都没有多加注意。所以，我们应该加强礼仪方面的学习，还要做到学以致用。

提升个人的素养，不仅是员工素质的竞争，它还有助于维护企业的形象。在商务交往中个人代表整体，个人形象代表企业的形象，个人的所作所为决定了他人对本企业看法。所以说，它是企业形象的竞争，教养体现细节，细节展示素质。

本次礼仪学习开拓我的视野，让我受益匪浅。所以，我觉得我们在平时的工作中应真正的做到“注重细节，追求完美”。

职场心得体会总结报告篇三

梅花香自苦寒来，宝剑锋从磨砺出。带着猪年的喜气，为期一周的军训如火如荼的拉开了帷幕。这几天，我们感到又漫长，又短暂，充满了艰辛和快乐，我忽然发现，我感受更多的是留恋与不舍。

军训是很辛苦的，回想一下，苦在凛冽的寒风像刀在脸上割，苦在脚上磨出的泡，苦在为正步踢麻的腿，苦在站军姿时累酸的腰，军训如此的苦，我当然也有退缩的时候。但我坚持了下来，军训是一个过程，一个考验自我，磨练自我的过程，半途而废是耻辱。大家都咬紧牙关，不到万不得已绝不停止训练，要知道军训本来就是磨练我们的意志，锻炼我们的身体，那么，为什么要放弃呢？想到这，我都会咬咬牙，挺过去。也许坚毅在累酸的腰间堆集，最后将坚实、挺拔与不屈。或许这些不是苦，而是一种收获，一种让我受益终生的收获，我收获的是耐力是坚毅是勇敢，是不屈，更是团队精神。无论今后我做什么，想到今天的苦与收获，一切艰难险阻都变得无所谓了。我想这也就达到了军训的目的了吧。

军训又是很快乐的，从大家整齐划一脚步声里，我体会到

了团结的欢乐，从高昂铿锵的口号声中，我体会了奋进的快乐，当我们队列经过一整天的训练，最终受到领导的表扬时，我满足而自豪的笑了，当我得到队员之间的相互鼓励时，我们感受到集体的温暖...在这里，我们大声欢呼，在这里，我们大声的笑，在这里，我们留下了我们最美好的回忆！

教官的喉咙已沙哑，然而还是有力地喊着“稍息”、“立正”、“一二一”“齐步走”。训练时他们像所有教官一样严厉，注重纪律，精益求精；然而却又多了一份细心，对每个队员尽其关爱，对每个队员不失原则的要求都尽量满足。休息时他们的微笑，让大家觉得像朋友一般的轻松舒适。教官在给我们军训时，就强调了这次军训就是为了改善我们的精神风貌，训练出我们一种气势，一种正气凛然的形象，以确保我们在以后的工作中，做到文明执法，依法行政。我相信，我们会把“路政为公、执法为民”的理念贯穿于以后整个路政工作中，真正做到树文明执法形象，创人民满意路政。

这7天过得如此之快啊，感受最多的还是我们坚持不懈、永不放弃的精神。记得在《谁动了我的奶酪》中看过这样一句话：“如果我无所畏惧，我会怎么做？”现在我想，如果我是勇敢的，我就无所畏惧，那么我没有理由放弃努力。坚持下去，坚持到底。没有日晒雨淋，没有狂气暴雨，怎会有属于自己的风雨彩虹，怎会有属于自己的精彩天地！生命不息，奋斗不止，所以我坚持，我胜利！

也许军训的时光是短暂的，也许这样的时光一去不复返。但“稍息、立正、站好、向左看”刻苦训练，增强素质，规范执法，服务社会，这些口令将永远回荡在我的耳边。

职场心得体会总结报告篇四

这类事情，挺多的。

春雨医生创始人，天涯主编，都是因为过劳导致猝死，年龄

差不多也都是在35岁左右。上述华为工程师，年龄是36岁。

惋惜同情之外，应该要有更深层次的思考。

在职场上，35岁是个坎儿。如果不能像年轻时那么拼，很可能被淘汰。35岁职场危机就是这么来的。

还是华为，一年前，华为辞退35岁以上老员工的事情闹得满城风雨。一位年龄刚刚好35岁的员工被公司辞退了。

辞退的理由当然充满正当性：末位淘汰。

实际原因是：公司想外派他到非洲去当驻外工程师，工资是在国内的3倍，可是他不想去。他已经在国外呆过4年，他知道驻外有多辛苦。

外人根本没法想象到华为驻外工程师有多辛苦，风里来雨里去，遇到问题立刻要开车去解决，熬夜加班都不是个事儿。就是因为不想去驻外，所以回来。

可是国内没有需要他的岗位，于是，他被辞退了

职场心得体会总结报告篇五

为了做好职工职业技能和创业培训工作，切实提高职工对技能培训的认知度，团场采取了以下措施，一是制定培训计划。从今年起，集中对在职职工开展技能提升培训和转岗转业培训，帮助其实现稳定就业；对失业人员开展中短期技能培训，帮助其实现再就业；对新成长劳动力开展储备性技能培训，提高其就业能力。二是健全培训服务体系。在进行失业登记时，同时进行培训登记，并及时将培训登记信息提供给定点培训机构，形成培训登记、培训机构推荐、免费培训、技能鉴定、落实职业培训补贴的一条龙服务。三是优化教师资源配置。组织职业技能培训、创业培训师培训，提高师资水平，

重点加大创业培训师培训力度。四是总结推广培训成果。对团场培训工作进行总结，表彰在开展技能培训、创业培训中涌现的先进单位、先进个人、创业指导专家和培训学员中的创业带头人，利用各类媒体广泛宣传。

1、培训任务完成情况□20xx年我团按照师下达的培训任务，结合团实际情况，做好职工技能培训工作，今年团针对职工的需求，设制了农艺工高级培训班、绿化工初级培训班，并协调团林园科及相关部门，积极参与和组织干部职工参加培训，今年共组织1716人参加了职工技能培训。其中：农艺工高级培训班701人，绿化工初级培训班60人，农艺工技师20人，素质、转岗转业、社区就业岗位培训班935人，已经超额完成师下发职工技能鉴定培训的任务人数。

2、自主创业的效果。年初团场组织有关部门对各单位进行摸底调查，同时加大自主创业的宣传力度，并采取了以下扶持项目；一是给予政策上的扶持。二是给予资金上扶持(小额担保贷款)。三是享受其他的自主创业提供扶持力度，如：购买门面房。今年我团根据团实际情况，开展了专门针对大中专生和高中毕业生的自主创业培训班。其中自主创业的典型事例有：窦恋，女，中专学历，经过培训以后自主创业开办了商店，师给予其小额担保贷款50000元为创业资金，现在商店已经正常运行。农试站职工罗剑洪，利用存款进行自主创业，开了一家酒店，不但增加了自己的收入，也解决了团场待业青年。

强化职工的规范管理，团场仍处于起步阶段，今后一是加大管理和培训力度，提高职均收入。二是引导职工向二、三产业发展，依托218国道和团场城镇化建设，带动团场二、三产业发展，使部分职工经过行业的技能培训，从事到二、三产业中。三是进一步加强对职工的管理考核和培训工作，根据团实际情况加强对二、三产业的培训力度。四是大力扶持大中专生自主创业，提高扶持力度。

职场心得体会总结报告篇六

- 1、先选职业，职业选对了才能做成事业，一开始选得不对很正常，只要用心有想法，迟早会找到自己想要的方向。
- 2、有时候找方向往往最艰难，最心灰意冷。也正是这些时候，需要你牢牢记住，这样你会更加珍惜以后每一个来之不易的机会。
- 3、工作有两种做法，要么就是懒洋洋地活着，要么就是玩命儿，比你身边的人都努力。前一种方法让人生不亏欠自己，过得舒心；后面一种方法让自己不亏欠人生，过得踏实。你想起自己的每一分钟来，都有很多故事，未来的每一分钟也似乎充满了各种可能性。
- 4、工作比钱更重要，但是当专注于一项工作，不断精益求精，总有一天会发现钱来得比你想象的还要容易——要耐得住寂寞，坚持方向不动摇，成为专家。
- 5、工作容易成为例常公事，即便再复杂，做多了也迟早会成为一种程式。但是把感情放到工作里面去，也许会看到一些新东西。
- 6、如果参照上一条，工作依然让人乏味，那该换工作了。
- 7、对于男人来说，工作和爱情都很重要，如果要排个先后，若因为爱情而牺牲工作，那我会觉得放弃了前程既是对对方的不负责，也是对自己的不负责——她若真的爱你，怎能忍心看你在平凡中沉沦。
- 8、一个女人长得好看不好看并不重要，重要的是，职场如战场，所有的痛和磨难，她能不能理解和体谅。

9、工作应当有愿景，不仅是三五年的目标，而且应当是对自己有一个十年后的交代，那也就是交答卷的时候了。

10、足够努力，不放走每一个机会，在生活中对别人友善，工作中保持强硬作风，读足够多的书，交不同背景的朋友，寻找有共同事业理想的伙伴，坚持自己的思考，其他交给老天。

11、热爱你做的事情，它是你人生的一部分，是你的理想和骄傲。

最近公司组织了一次职业心态培训课。该课给了我很大的感触。受益良多。希望公司以后多点这样的活动，让我们能更好地吸收多点知识耶。

说真的，李老师讲课真幽默，容易让人听懂，尤其是在对心态的讲解，更是让我受益非浅。其实人最重要的是心态，一个人如果用积极的态度去做好每一件事，也许会有意想不到的收获喔，因为一个人的态度决定了其人生道路上成长的高度。只有摆正心态，才能把事情做得更好。

首先我个人认为一个企业要做大做强就要留得住人才，因为人才才是企业发展的基本。只有人才留住才能使企业做活做强做大。至于心态重要的是要有职业道德，如果一个人连最起码的道德底线都没有，又何谈以厂为家，以人为本和睦相处喔。其次是要有团队精神，如果公司没有团队精神，就好比一盆散沙，风过沙流散，随处飞扬。各顾各的利益。公司又谈何发展呢？只有上下团结一心，才能使一个企业做大做强。最后要有规范化的管理，我认为管理不是被管，而是制定一个合理的标准的自我约束的制度，让企业更人性化，才能使职员工更好的自主做出贡献，让企业更好的发展与壮大。

在学习的过程中，对我有深刻影响的还是最后的小游戏，在这个游戏中充分体现了人才的重要，和团队合作的重要性与

正确核心领导的必要性。以及心态的必选性。说真的，每个企业都有各自的矛盾，有些是不可避免的，也有些无法消除的，我个人认为应该求其精髓，去其糟糕。才能有利于公司的发展。只有先将次要的矛盾放一放，解决主要的矛盾，这样有利于提高效率，更好的达成目标。

通过学习，使我了解了心态的重要性，增强自身的学习力，改变了不良习惯，带来良好的用处。不过老师所说的价值观与烦恼论我并不认同。人非圣人，谁人无欲。也许只有圣人才能无欲无烦吧？我只知道是个人都会有欲望，有了欲望就会有烦恼。有了烦恼就会有压力。我们只有把压力变为动力才能有所成就。最后我要说的是快乐是自己的，没有谁抢得去，烦恼是自寻的。只有放开心怀，把不快乐的事情忘掉。每天多微笑点，烦恼自然少一点罗。

“三十而立，四十不惑”还以为自己很年轻的我，今年刚好到了不惑之年，回首近二十的工作经历，联系这次的职业心态塑造培训，领悟颇多。这么多年来，从来没想过什么职业心态，也没有对职业心态这个词，做过什么研究，一直以来就是用认真的态度来对待工作。这次的学习，才知道好的职业心态是营养品，会滋养我们的人生。积累小自信，成就大雄心，积累小成绩，成就大事业。

下面是我的一点心得，和大家分享：

一、从国企到私企，总结这些工作经验，我认为不应该以个人喜好或心情作为是否好好工作的标准。要想获得自己的成功就要以一种能够被职场环境所认可的、积极向上的心态来面对。我们改变不了大环境，就要改变自己去适应环境。

二、遇到没成绩的工作，遇到有难度的工作，遇到有挑战的工作，遇到要得罪人的工作我们是绕过去还是迎难而上，我认为这就是一种决定你是否会成功的心态，虽然我们不是老板，但是我们是为自己工作，每一项工作都是一次积累经验

的机会，人生的机遇都是给有准备的人，当你有了足够的经验积累，你才有可能接受更高的工作。

三、用积极和感恩的心去看待我们的工作，因为老板的`投资，才有了这个企业，因为这个企业才有了我们展示自己的舞台，没有企业给我们的这个舞台，没有领导安排的这些有压力的工作，我们永远不会知道自己还有多大的潜力，也永远体会不到成功的乐趣。我特别喜欢一句话“热爱是最好的老师”，你只有喜欢你的工作，你才愿意付出努力。

四、用双赢和反省的心看待我们的团队，“鑫华的团队是高效的，鑫华的团队是优秀的”只有树立这个意识，只有放低自己的姿态，以空杯的心态去学习去请教，我们才会取得企业的成功，才会取得个人的成功，我们要树立“企业和员工”福祸相依的意识，没有企业就没有了工作的机会，只有企业强大才会有个人的利益。

五、服从和行动的心态，应该是现阶段也是很多企业都面临的难题，服从不是被动的执行，而是在理解领导命令的基础上，去延伸去思考然后拿出最切实可行的行动，没有理论联系实际的工作，就没有落脚点，就没有办法执行，每项制度的推行都需要不断的改进、补充和完善。

六、很多领导现在都强调不看过程看结果，过程是曲折的，结果却只有一个，那就是达到了领导命令的效果。中层管理人员决定公司决策层意图的执行效果，好的公司必定有一个高效、团结、积极、自信的中层管理团队。

职场心得体会总结报告篇七

只要留心，你不难发现，在各行各业都有很多非常敬业的人。

比如，在演唱会上唱到失声的歌手刘德华。

已经57岁的刘德华，去年12月在香港红馆开演唱会。按照计划，他打算连续唱20场，但很遗憾的是，在刘德华唱到第14场的时候，因为喉咙发炎导致失声。

在舞台上活力四射的华仔，因为不能完整把那场演唱会唱完，他哭着跟大家说对不起，手足无措地低下头去鞠躬致歉，那种感觉就像一个犯了错的笨小孩。

作为一个高度热爱工作的人来说，我想，那一刻他真的很痛苦和无助，也很无奈。

台下的粉丝感动落泪，哭着跟他说：华仔，没关系，照顾好自己。

我想，现场肯定很多粉丝是第一次去看他的演唱会，虽然很遗憾不能看到一场完整的show，但粉丝们更希望他能身体健康。这是刘德华认真负责的态度，获得了大家的尊重和体谅。

他有很多经典的音乐和影视作品，陪伴了无数人的成长。

可见，一个人能力卓越固然是好事，但真正拉开人与人之间差距的，其实是你做事的态度。

梁启超先生在他的《敬业与乐业》里写道：我生平受用的有两句话：一是“责任心”，二是“趣味”。

他所说的“责任心”便是敬业，“趣味”就是乐业。

先生是想告诉我们，只有学会在工作中找到乐趣，并且用责无旁贷的态度去面对它，才是对待工作最好的方式。

把工作当成一种使命，敬重它，热爱它，你会发现，人生自有获益和回报。

愿我们，都不辜负所在的岗位，收获前程。

职场心得体会总结报告篇八

一个朋友向我倒苦水，在单位颇受冷遇，问我有无良策。我当时亦感迷茫，不知该怎样来劝慰他。后来觉得，可能不少人都会有相同的感受，特别是工作不久的大学生，总想急于成就一番事业，一方面引起领导重视，一方面体现自身价值。但现实与理想往往存在一段距离，这段距离的缩短或延长，全靠我们自身努力的结果。或许它一直都存在着，使我们永远无法跨越。但是，我觉得：杜绝浮躁，俯身做事、挺身做人是我们应坚持的品质。

俯身做事，是一种工作态度，就是干工作要恭敬，始终都要干好自己的工作。不少人认为工作是为别人做的，一有情绪就以懈怠工作进行发泄，这样的做法其实非常愚蠢，是自取失败之道。首先，我们干工作，不仅是为别人，更是为自己。我们通过工作服务集体、服务他人，一个集体下至工人上至领导通过我们的工作认识我们、评价我们、定义我们。因此，我们既是在工作中服务集体、服务他人，又是在工作中塑造自己。工作中的一件小事也许不重要，但通过工作中的一件小事给大家形成的印象却十分重要。领导同事不可能天天盯着你一个人看，也不可能只信你一个人的话，一个瞬间的不好印象也许就成了大家对一个人一生的定义，一个瞬间的好印象也可能影响一个人大半辈子。因此，不为情绪所扰，都始终坚持干好自己的工作，事无巨细，始终都让自己做到最好，才有更多机会脱颖而出，从而不受制于形势顺逆和个人亲疏。

同事来自五湖四海，学习和工作经历、人生境遇各不相同，对人处事的态度难免有差异，水平能力难免有高低。一个人工作几十年，总有几次要受些不公，也总有几次要占些便宜。坏事都想远离，好处都想占尽，这哪能成。面对工作上的委屈最能看出一个人的度量，面对生活上的安逸最能看出一个

人的志向。时势无常，易动人生。滴水见海，一事鉴人，我们做工作，更是在做人。事事尽善，就没有成功；人人高明，就无谓高人。宽怀大量、高瞻远瞩面对工作上的委屈、生活上的失意，是虚怀若谷的处世境界，是上善若水的智者姿态。

工作上，我们每一个人都处身一个形势，这个形势也许好也许坏，关键看你怎么对待。工作上，事无巨细，哪怕是管理厕所，只要你用心、努力比别人做得更清洁、更舒适、更有创意，你就走在了形势之上，你便有更多可能走出现状、赢得未来。做事是一时，做人是一辈子。人生一世，白驹过隙。不是每一个人都有机会做大事、一生大风大浪，我们更多的时候都做的是微不足道的小事，但这并不影响我们的立业成功，如果我们把平凡事当成一辈子的事情来做，更积极、更专注，做事也就做成了事业。

挺身做人，是一种立身风度。古往今来，兴衰更替，不息者唯有人事纷争。一个人立身处世，不怕被闲事所扰、被纷争所困，就怕自己不能坚定自己的方向和道路，旁逸斜出就达不了目标。受到委屈或处身逆境就喋喋不休，大闹情绪，如此而行，等于是形势未乱而自己先乱，他人未困而作茧自缚。其实，烦心的事情就象一锅沸腾的开水，你越急越是火上浇油，你越搅越容易烫伤自己。面对逆境，挺身做人，坚定方向，坚持走稳、走实自己该走的道路才是最终的出路。淡看纷争和冷暖，不为一时得失而斤斤计较，不为一事委屈而事事消沉，不为一人喜憎而迷乱步伐。

俯身做事，挺身做人，脚踏实地，积极向上，这是智者仁人的姿态。果能如此，便不会为得意而迷失、为失意而迷茫，人情冷暖、世事鞭撻只会把我们磨练得更加坚强和智慧。

职场心得体会总结报告篇九

离开了大学校门，我便很荣幸地成为天音的一员，怀着自己美好的希望和从零开始的心态，开始了自己人生的新征程。

为了让我们更快地了解公司、适应工作，公司特地对我们进行了新员工入职岗前培训。这次为期15天的培训的内容可以说是十分丰富，主要有公司历史、组织机构、企业文化介绍、职业角色转变、商业礼仪文化、人际关系交往、军事素质训练以及以团队建设主要目的的户外拓展训练。经过这十五天的培训，使我很快的了解到本公司的基本运作流程，以及公司的发展历程与企业文化、企业现状和一些以前从未接触过的专业知识。通过这次培训，使我受益非浅、深有体会。首先，了解公司历史、与公司机构、企业文化。

培训的开始就是介绍我们天音的发展历程，历史变革，老师介绍得很详细，非常的精彩，仿佛带领我们重走过黄总及其他前辈们这十多年的风雨历程，见证企业的进化，公司的愿景，公司的核心价值观，公司的战略人才培养理念，也了解到了其中的艰辛。这使我们更加珍惜现在来之不易的今天，激励我们更加努力去建设辉煌的明天。之后我们学习了公司现在的组织机构，使我们从宏观上了解公司的各大部门及其主要职能，为以后联系工作，提高工作效率做好铺垫。如今我在公司已经我在公司已经工作了三天了，我感觉公司的工作氛围、人际交往甚至是走在去公司的路上都是有激情而又放松的。有激情是因为在工作中能学习到很多的知识与技巧，放松则是心理上的，虽然有时候工作紧，稍微有些辛苦，但是心里感觉却很充实，我想这正是“痛并快乐着”的感觉，让我感到无比的满足。

第三，培训使我对公司主要业务有了基本的感知与认识。

军训是非常难忘的一段经历，感觉公司花了很大的力气来培养我们这些11届新入职的大学生，把我们安排在了北京某军区某装甲团，虽然时间很短，只有短短的4天，但是在这四天里，每个人的形象面貌都有了质的飞跃，不管是从平日的作风习惯，兴趣爱好，还是到以后的精神品质，毅力耐力等各方面都在这短短4天的时间里，有了很大的变化，培养军人的意志，严格要求的自己的品格，百折不挠的心态，以及适应

坚苦环境的本领。四天的培训我们硕果累累。

最后，就是户外拓展训练

最后几天我们公司精心给我们安排了一次非常有意义的课外活动，也是在这次培训的安排之中的，但是却非常出乎每个人的意料，我们10个人一个小组，被分为若干组，背着摄像机，在规定的时间内拍摄一部电影短片，看似简单的一个活动，但是真正操作起来，却困难重重，如何在一个团队里发挥作用，如何团结一个团队，齐心协力做好一件事情，如何在给定的时间内，完成一项艰巨的团队任务，如何克服种种困难迎接挑战，等等好多好多的实际问题，十几天培训的目的，都在这一次活动中不同程度的用到了，突然觉得，自己已经不再是一个刚毕业的大学生了，自己已经不再是一个什么也不懂的企业文盲，发自内心的对公司的这次培训表示赞扬，感觉非常有意义。到现在为止我已经在公司工作好几天了，这次的职前培训让我对公司有了更深的了解，增进了不少知识，更重要的是让我对自己有了新的认识与新的奋斗目标，“通路无限，梦想实现”，在今后的工作中、生活中我将加倍地学习，不断地提高自己的素质。我作为公司的一员，要为适应公司不断发展的需求不断完善自己，争取做到自己对公司利益的最大化。

相信自己能行，证明自己真行！以鹰为自己以后的文化品格，永葆青春，超越自我，登高望远，雷厉风行，我要不懈的努力与奋斗，让“成为流通领域的领导者”这一目标成为现实！

最后再借用一句公司的话激励下自己：通路无限，梦想实现！！

职场心得体会总结报告篇十

今年深圳在市区找了一家公司做兼职，主要是打印文件，准备材料。这个兼职虽没有挣到多少工资，但我学到了很多。这

将成为我走出校园后走向职场的宝贵财富。我个人比较喜欢做总结，就总结一下我的一些收获吧。

1、礼节

我们中华民族自古就是礼仪之邦，身为职场中人，应该熟知职场礼仪，也许有些人会觉得职场有太多的繁文缛节，婆婆妈妈。但是，我觉得我们还是必须去了解这些礼仪，这是我们能在职场混的必备条件之一。每个人都希望得到尊重，然而懂得尊敬他人是我们得到尊重的前提，因为没有谁会尊敬一个不尊重自己的人。谦逊，是最基础的，或许，自己很有才能，不要忘了“天外有天、人外有人”，学会收敛，虚怀若谷。

2、勤奋

对自己的职业要有一个较为详细的职业规划

勤奋是一个奋进的人必不可少的素质，对自己的事情责无旁贷。对他人的事情，不要只做旁观者。不仅要把自己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”——表面上看来是无关的，其实没有什么是与自己无关的，毕竟我们是一个集体，一个团队。当你习惯了这样并且一直坚持下去的话，你定能赢来很好的口碑，在你遇到事情时，他们也会主动帮你的。至少人们会觉得你和别人不同，你不是那种“够精”的人。

3、大度

关于职场心得体会 成绩，有一个可以展示自己的平台，进而步步高升，成就卓越。切忌，宽容不是退避三舍。

4、方圆之道

圆滑是一门艺术，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，很多问题不是靠一个人的力量就可以解决的，无论喜欢与否，接受与否，都得与人合作。我觉得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，概括一点说，应是解决问题的能力。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，我不赞同，我认为这是长久不了的。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。

5、实力

实力，就好比一个国家的国防力量，只有实力足够强大，我们才可以在职场长久地混下去。

只有实力才可让你能够胜任重要的工作，可以成为中流砥柱，人中龙凤。会做人是很重要，但那只是铺垫，关键还要回归到你是不是有能力来担当重任，值得委以重托。再有很重要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，但随着自主学习所积淀的量的大小，差距就在分秒时日间渐渐拉开了，许多问题不是说你会不会，而是你愿不愿意学，学了也就会了，但机会往往来的出其不意，领导需要的是能帮他即时解决问题的人，不是那些现在去学能把问题解决的人。所以，有实力就不怕没有未来。

这次工作，给我的还有很多，工作期间，对我颇有关照的前辈们给我的影响颇深，在他们身上体现的特质，那些成功必备的、被验证了有助于成功的特质，将使我终身受益。我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，感谢他们的责备与教训。