

# 抽烟处分心得体会(通用9篇)

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

## 抽烟处分心得体会篇一

您好！

公司严格意义上来讲，是一个公共场所，大家都是在一个地方上班，如果破坏了这个环境的和谐，那么所有人都会收到影响的，前几天我就做了这样不道德的事情，我在上班的时候抽烟，吞云吐雾，沉浸在自己的享受中，却严重影响了同事们的正常工作，也污染了工作环境，我这样做实在是太可恶了，我应该检讨自己。

在抽烟之前，我其实都有着这样一个错误的观念：大家都是成年人，或多或少都会抽烟，因此我不必顾忌他们的感受，只需要注意领导您的动向，只要您有事外出不在公司，那么我就可以抽烟。这样的逻辑很明显是错误的，且不提公司本来就规定了上班的时候不能抽烟，我是知道这一条规定的，况且难道我的自制力就这么差吗？难道我就不能够忍到下班的时候抽烟吗？也正因为我这样的肆无忌惮，才导致影响到了大家的正常工作。试想一下，本来在专心致志的工作，突然出现了一阵呛鼻的烟雾，不管是谁都会因此而咳嗽吧。

我们员工应该要维护公司的利益，像抽烟这种行为是坚决不行的，不但严重污染了工作的环境，而且还损害了公司的形象，一个优秀的公司，自然旗下的员工都是有着很高的修养

的，可我为什么要做出这样损人不利己的事情呢，再怎么抽抽烟对身体是没有好处的。想来想去，可能是我的自制力太差，平时我的表现就不好，整天想着早点下班，现在又做出了这样的事情，我可真算得上是公司坏的典型和榜样了，为什么我就不能够下班再抽烟呢？我在检讨自己的时候一直在反思，毕竟在上班的时候抽烟的确是太过分了。

在这件事情中，我应该向同事们道歉，我没想到有的人是不能够抽烟的，而且不管是谁都会对这样的事情反感吧，大家都在努力工作，就我一个人在上班的时候抽烟，也不知道是哪里来的自信和胆量，这让大家会怎样看我，可能此时此刻大家都还有些愤愤不平吧，毕竟上班抽烟是不被允许的，也破坏了我们美好的工作环境，想到这里，我感到非常后悔，我不该做出这样的事情。

这件事情或许会成为我心中永远的一个痛吧，事情已经发生好几天了，可我总是忘不了这件事，仿佛已经将我刻在柱子上一般，洗刷不掉了，我以后再也不会再在上班的时候抽烟了。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年x月x日

## 抽烟处分心得体会篇二

您好！

前段时间我在车间抽烟的事情真不知道该如何面对领导，毕竟针对这种领导强调多遍却没能遵守的事情的确不该发生在自己的身上，明明已经作为车间员工却总在脑海中出现一些

不太成熟的错误想法，无论是惨烈的结果还是错误的初衷都显得当前阶段的自己过于无奈，所以我经过这次检讨后希望领导能够原谅自己前段时间上班抽烟的行为。

通过这次抽烟的做法可以较为明显地暴露出自己作为车间员工却存在思想不成熟的弊端，毕竟无论哪次车间会议都能够听到领导强调抽烟这种行为决不能出现在上班期间，然而这次仅仅因为抑制不住烟瘾便触犯众怒实在是让人感到有些不划算，毕竟我也应该考虑到车间有些不抽烟的员工对于这种烟雾是极其反感的，抽烟的时候不顾他人感受甚至破坏车间原有的工作氛围的确有些过于自私，更何况本应遵守车间秩序的我为何要在上班期间做出抽烟这种错误的行为，更何况带着侥幸的想法偷偷抽烟很容易让自己的思想变得堕落不堪。

实际上作为车间员工的我本应向往身心健康的生活才有利于职场人生的长期发展，若是在漫长的征途中连烟瘾都经受不住的话又如何在今后的工作中抵挡那些外来的诱惑，若是因为难以承受住磨难导致为车间发展带来损失的话可就有些后悔莫及了，更何况自己敢于上班抽烟便意味着没有将领导的嘱咐与肩上的职责放在心上，这种短视的做法若不能够尽快纠正过来的话很有可能会在以后的车间工作中因此而吃亏。

既然想要再次获得领导与车间同事的认可就应该戒除烟瘾并保证不再发生上班抽烟的事情，毕竟作为其中一份子的自己本应在平时的工作中维护车间的良好环境，这对于工作效率的提升以及良好习惯的养成自然存在着很大的益处，若是被个人欲望支配以至于成为车间的害群之马则很有可能会让今后失败的自己感到后悔，既然明白了这样的道理为什么不在抽烟之前好好思考这种做法是否值当呢？因此在烟瘾犯了的时候多分析抽烟可能产生的结果才能够确保不会轻易犯错。

也许对于自己而言存在着烟瘾的毛病并非是件令人感到可耻的事情，然而即便自己想要抽烟也要分清时间与场合以免在工作期间给他人带来困扰，毕竟作为车间一员的自己本不该

做出抽烟这种破坏集体利益的错误行为。

检讨人□xx

20xx年xx月xx日

## 抽烟处分心得体会篇三

针对此次在上班时间在仓库吸烟，经过领导的反复教育，我认识到了吸烟的危害，也意识到了在仓库吸烟是多么严重的安全隐患。特此呈上这份“上班时间在仓库吸烟的保证书”希望引此为戒！

回想事情经过，本人由于长期吸烟，昨天上午烟瘾来了，当时没考虑工作环境不允许吸烟，就随手拿出一根烟吸了。事后我非常之懊悔，不该在公共场所抽烟。幸亏被你及时擒拿住，罚款10元是小事，感谢你没开除我。我也幡然醒悟，没有在错误的道路上越走越远。我感恩戴德你八辈子。

公司规章制度，实属不应该。最严重的是我在仓库吸烟，仓库是公司的根本，所有成品未成品都在仓库，且仓库常年堆货，空气干燥，稍微不慎，引起火灾将会是对公司前所未有的打击。虽然吸烟是小事，但是我犯下的却是原则性的错误，不可原谅的。我很感谢领导的教育，让我认识到错误，也让全公司的人有了忧患意识。

事后，我冷静的想了很久，我渐渐的认识到自己将要为自己的冲动付出代价了。领导反复教导言犹在耳，严肃认真的表情犹在眼前，我深为震撼，也已经深刻的认识到事已至此的重要性。如今，大错既成，我深深懊悔不已。深刻检讨，认为在本人的思想中已深藏了致命的错误：思想觉悟不高，本人对公司的责任感不够。平时工作作风懒散，如果不是因为过于懒散也不至于如此。为了更好的认识错误，也是为了让公司领导能够相信我。我保证认真改正自己的错误，保证不

再重犯！

特在此保证：以后坚决不在公司吸烟，同时也要努力劝导其他同事不要在公司吸烟，并且会慢慢的戒掉吸烟的坏习惯。还有会努力认真的工作，把公司的利益始终放在第一位。争取早日在公司出人头地，干出一番好成绩！

此致

敬礼！

检讨人□xx

20xx年xx月xx日

## 抽烟处分心得体会篇四

亚里士多得说：“我们没一个人都是由自己一再重复的行为所铸造的，因而优秀不是一种行为，而是一种习惯。”这种习惯就是优良习惯，它的对立面就是陋习，正所谓人无完人，世界上哪个人没犯过错呢？哪个人曾经没有过陋习呢？最重要的就是能够知错而改，才能善莫大焉。

“饭后一只烟，赛过活神仙。”抽烟的人几乎把这句话当成了吸烟的理由，我之所以会抽烟，就是因为养成了习惯，无论是陋习还是良习。对人都有着顽强的附着力，所以俗话说：“积习难改。”抽烟也是一种习惯，所以我今天才会抽烟的。

刚抽烟的时候记得是xxx（自己填），是几个在外混的人教我抽的，当时年少无知，又由于好奇，我便也跟着他们抽，之后几年来都是断断续续的抽，起初几乎没抽什么，但到了后来，我又开始抽烟了，而且更是肆无忌惮，一天下来，没有10多根，也有7.8根，而现在，其实我已经很少抽烟了。

厂里严禁我抽烟之事，实乃关心我之健康，我的幸福啊！虽然别人说，我被管得太严，但我不这样想，我想老师这样做是为了我的健康，我的未来，实在是我的幸福啊！人生在世，知己难逢，但一好的老师更加难求。

厂里要我戒烟之事，我今后一定谨记于心，一定要这句话看得比吾之座右铭还重要！就算这个陋习再难改，我也要改掉，记得李嘉诚说过这样一段话：“栽种思想，成就行为，栽种习惯，成就性格，栽种性格，成就命运。”为了吾的未来，不！我们的未来，吾一定要改掉陋习，努力学习！

在这个无月的晚上，天地为证，日月为鉴，我今后一定改掉这个坏毛病，坚决戒烟努力戒烟，最后再不抽烟！！为了我之美好的未来，我会用阿波罗的阳光照亮我之理想，用雅典娜之智慧来改装我之头脑，用我的来打造我的良习，断送我之陋习！请领导和同事监督！

## 抽烟处分心得体会篇五

针对此次在上班时间在仓库吸烟，经过领导的反复教育，我认识到了吸烟的危害，也意识到了在仓库吸烟是多么严重的安全隐患。特此呈上这份“上班时间在仓库吸烟的保证书”希望引此为戒！

回想事情经过，本人由于长期吸烟，昨天上午烟瘾来了，当时没考虑工作环境不允许吸烟，就随手拿出一根烟吸了。事后我非常之懊悔，不该在公共场所抽烟。幸亏被你及时擒拿住，罚款10元是小事，感谢你没开除我。我也幡然醒悟，没有在错误的道路上越走越远。我感恩戴德你八辈子。

首先吸烟本身就是无益身心的，吸烟有害人人都知。其次在上班时间在仓库吸烟明显的违反了公司规章制度，实属不应该。最严重的是我在仓库吸烟，仓库是公司的根本，所有成品未成品都在仓库，且仓库常年堆货，空气干燥，稍微不慎，引起

火灾将会是对公司前所未有的打击。虽然吸烟是小事，但是我犯下的却是原则性的错误，不可原谅的。我很感谢领导的教育，让我认识到错误，也让全公司的人有了忧患意识。

事后，我冷静的想了很久，我渐渐的认识到了自己将要为自己的冲动付出代价了。领导反复教导言犹在耳，严肃认真的表情犹在眼前，我深为震撼，也已经深刻的认识到事已至此的重要性。如今，大错既成，我深深懊悔不已。深刻检讨，认为在本人的思想中已深藏了致命的错误：思想觉悟不高，本人对公司的责任感不够。平时工作作风懒散，如果不是因为过于懒散也不至于如此。为了更好的认识错误，也是为了让公司领导能够相信我。我保证认真改正自己的错误，保证不再重犯！

特在此保证：以后坚决不在公司吸烟，同时也要努力劝导其他同事不要在公司吸烟，并且会慢慢的戒掉吸烟的坏习惯。还有会努力认真的工作，把公司的利益始终放在第一位。争取早日在公司出人头地，干出一番好成绩！

## 抽烟处分心得体会篇六

您好！

作为车间员工的自己本应明白上班时间抽烟是错误的做法，毕竟无论是公司的规定还是以往领导的教导都提到过不许上班抽烟，仅仅因为克制不住自己的私欲便做出这等措施实在是对不起领导在工作中的信任，针对目前的现状自己的确应该好好检讨自己在上班时间抽烟的行为。

虽然自己在抽烟的时候能够舒缓压力却难免会影响到其他的同事，尤其是在车间的封闭环境之中抽烟很容易对当前的工作带来极坏的影响，无论是缭绕的烟雾还是还是令人咳嗽的气体显然都是不令人感到愉快的，而且处于这种环境之中安心进行工作也是让人感到极为困难的事情，虽然事后自己对

这种做法进行了反思却难以弥补同事们受到创伤的心灵，纵然当时没有直接进行指责却难以在心中产生愉快的心情，对我来说给他人造成困扰却不自知的确有损职业道德，明明可以熬到下班以后再去抽烟却非得在那个时间段做，除了违反了车间相关规定以外还导致自己的人际关系变差了很多。

脑海中的回忆让我明白抽烟的做法是不利益职场发展的，尤其是自己沉浸于抽烟带来的快感很容易导致当前的工作效率受到恶劣的影响，事实上自己那天抽烟的确导致车间工作的质量不如以往。我也明白若非领导宽宏大量的话很有可能自己抽烟被抓以后已经被开除了，虽然最终还是有了改错的机会却在内心感到一阵后怕，在我看来造成当前局面也是由于自己对待车间工作没有以往那般重视的缘故，所以我写下了这篇检讨来警醒自己不要在上班时间内做出抽烟的行为。

这种思想上的不重视还是需要学习车间的先进事迹才行，用心去体会那种认真对待工作的状态才能在为车间的发展贡献自己的力量，至少身为基层员工的自己仍需要在车间不断努力才能获得更多上升的空间，因此我也希望自己能够在上班时间抽烟的事情过后痛改前非，否则的话在后续的工作中无动于衷又怎能弥补抽烟带来的遗憾，归根结底还是因为自己没有重视车间工作才会在上班时间内做出这种胆大妄为的事情。

面对将来车间工作中的挑战唯有不断前行才不会出现掉队的窘迫，但我也要不断加强对自身的要求从而避免上班时间抽烟的行为再次发生，对于这种自律性的天敌需要做到坚决抵制才能让领导看到自己不再抽烟的决心。

检讨人□xxx

xxxx年xx月xx日



## 抽烟处分心得体会篇七

在上班期间，我烟瘾上来实在憋得难受，就拿出香烟抽了起来，不料被巡视的领导看到了。对此我做出深刻的检讨，希望引此为戒！

当这篇检查递交到您手上的时候，我已经认识到自己的错误了。今天我怀着愧疚和懊悔给您写下这份检讨书早在我站在这个岗位上，您就三令五申，一再强调，要遵纪守法，恪守岗位。但是工作一放松下来，烟瘾就上来了，于是耐不住心里痒痒就抽了一根。当被领导发现的时候，我心理一阵羞愧。第一感觉是，我真不应该，居然给领导脸上抹黑了。所以当这件事到您跟前的时候，我心理是很愧疚的。

回想事情经过，本人由于长期吸烟，昨天上午烟瘾来了，当时没考虑工作环境不允许吸烟，就随手拿出一根烟吸了。事后我非常之懊悔，不该在公共场所抽烟。幸亏被你及时擒拿住，罚款10元是小事，感谢你没开除我。我也幡然醒悟，没有在错误的道路上越走越远。我感恩戴德你八辈子。

一个人犯错误，有可能造成团队的纪律问题。每一个团队都希望自己的队员能够兢兢业业，全面发展，树立一个良好的形象。每一个队员也都希望自己能给团队做出贡献，能够得到团队的认可。但是，一个好的团队工作氛围是靠大家共同维护建立起来的，而我这次却犯了错误，破坏了团队的良好环境，是很不应该的，每一个队员都这样犯错，那么是不会有良好的工作氛围形成，对于违反纪律的队员给予惩罚也是应该的。

我不想像许多人那样写虚伪的检讨，检讨只是一份死物，改正错误不是靠写检讨，而是靠实际行动！只有真真切切认识到自己的错误，才能改正错误。任何事情都有一个过程，改正错误也有一个过程，而这份检讨将是我的一个监督，一个警钟，监督我一步一步踏踏实实地改正所犯的错误！同时也感谢

领导给我机会，我一定用自己的行动来证明自己的决心。

本人保证从今日起即戒烟，不仅本人不吸还力劝周围仍在吸烟的同事也戒烟。实际行动胜过千言万语，请领导拭目以待，本人将用实际行动来验证本检讨书的效力。

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

## 抽烟处分心得体会篇八

针对此次在上班时间在仓库吸烟，经过领导的反复教育，我认识到了吸烟的危害，也意识到了在仓库吸烟是多么严重的安全隐患。特此呈上这份“上班时间在仓库吸烟的保证书”希望引此为戒！

回想事情经过，本人由于长期吸烟，昨天上午烟瘾来了，当时没考虑工作环境不允许吸烟，就随手拿出一根烟吸了。事后我非常之懊悔，不该在公共场所抽烟。幸亏被你及时擒拿住，罚款10元是小事，感谢你没开除我。我也幡然醒悟，没有在错误的道路上越走越远。我感恩戴德你八辈子。

首先吸烟本身就是无益身心的，吸烟有害人人都知。其次在上班时间在仓库吸烟明显的违反了公司规章制度，实属不应该。最严重的是我在仓库吸烟，仓库是公司的根本，所有成品未成品都在仓库，且仓库常年堆货，空气干燥，稍微不慎，引起火灾将会是对公司前所未有的打击。虽然吸烟是小事，但是我犯下的却是原则性的错误，不可原谅的。我很感谢领导的教育，让我认识到错误，也让全公司的人有了忧患意识。

事后，我冷静的想了很久，我渐渐的认识到自己将要为自己的冲动付出代价了。领导反复教导言犹在耳，严肃认真的表情犹在眼前，我深为震撼，也已经深刻的认识到事已至此的

重要性。如今，大错既成，我深深懊悔不已。深刻检讨，认为在本人的思想中已深藏了致命的错误：思想觉悟不高，本人对公司的责任感不够。平时工作作风懒散，如果不是因为过于懒散也不至于如此。为了更好的认识错误，也是为了让公司领导能够相信我。我保证认真改正自己的错误，保证不再重犯！

特在此保证：以后坚决不在公司吸烟，同时也要努力劝导其他同事不要在公司吸烟，并且会慢慢的戒掉吸烟的坏习惯。还有会努力认真的工作，把公司的利益始终放在第一位。争取早日在公司出人头地，干出一番好成绩！

检讨人：

20xx年xx月xx日