

最新工作中遇到挫折感悟(大全6篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得感悟，如此就可以提升我们写作能力了。那么心得感悟该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。那么下面我就给大家讲一讲心得感悟怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

工作中遇到挫折感悟篇一

马克·吐温曾经说过：“十九世纪有两奇人，一个是拿破仑，一个就是海伦·凯勒。”最近，读了一本关于海伦的书——《假如给我三天光明》，我的心被海伦那不屈不挠的精神所折服并深受震撼！

文字！她一生共度过了八十八个春秋，却熬过了八十七个无声、无语、无光的孤独岁月！

有位哲学家曾经说过：“勇敢寓于灵魂之中，而不是一副强壮的躯体。”这正是对海伦的真实写照。海伦凭着一颗坚强的心，最终在逆境中崛起，真是身残志不残。作为新一代的大学生，有着良好的生活和学习条件，但自身缺乏毅力。因此，这篇文章给我的启示是：

一、要正确地对待困难，每个人一生中都会遇到困难。遇到困难时，不要害怕退缩，而要想方设法地将困难克服，战胜困难的过程也正是自己进步的过程。

二、尽力地完成每一件事。有位名人曾说过：“什么是不容易？不容易是把每天应做的事每天都坚持做。什么是不简单？不简单就是把每件事都做得。”是啊，如果能按上面说的去做确实是十分难。做一件事、坚持一天很容易，坚持二天也很容易，但天天做到却很难。因为这不仅需要恒心，还需要坚韧不拔的毅力。而要把每件事都做到，更是难上加难。因

为这不仅要上述的两点，还要有做事认真仔细的好习惯。如果我们能办到这两点，就能在平时的点点滴滴中得到进步，得到提高。

三、要有乐观向上的良好心态。海伦在巨大的打击以及困难面前，不是怨天尤人，而是以乐观向上的心态去面对，使自己得到信心。乐观向上的良好心态，是成功的重要因素之一。

看完这本书后，我常常情不自禁地想：我们是独生子女，从小，爸爸妈妈就把我们看成掌上明珠，整天饭来张口，衣来伸手，像个“小皇帝”。稍遇困难、挫折就会一蹶不振，准备放弃。而海伦·凯勒所承受的困难与挫折是我们常人无法忍受的！坚贞不屈、不断进取的精神正是海伦·凯勒所拥有的！

读了《假如给我三天光明》我才明白，不要老是去抱怨生活的不公平，世界上没有绝对公平的。应该把更多的情感投入到对生活的点点滴滴的感悟中去，而并非是一往的抱怨。一个人只要胸怀大志，并不懈向着目标努力奋斗，就不会被一些客观条件束缚，你就会拥有无限的力量去实现它！

工作中遇到挫折感悟篇二

摘要：在企业管理工作中人力资源管理和政工工作之间具有极端严密的联络，增强二者的分离，促使二者分离应用的优势得到充沛的发挥对企业管理程度的提升产生着相应的积极影响。本文从人力资源管理与政工工作的中心以及关系动手，对当前二者交融存在的问题进行了剖析，并提出了相应的交融对策，希望可以为我国企业管理质量的提升提供相应的保证。

关键词：企业人力资源管理毕业论文

人力资源管理作为现代企业管理工作中的重要组成局部，在

推进企业管理质量提升方面发挥着至关重要的作用，进一步增强企业人力资源管理不只会促使企业人才的发明力和潜力得到充沛的发掘，还对企业消费效率的提升产生着相应的积极影响。而政工工作的展开主要是借助对员工施行相应的思想教育和引导，保证员工的个人发展目的和企业战略发展目的相分歧，为企业发展奉献相应的力气。基于当前剧烈的市场竞争，企业在实践管理过程中将人力资源管理与政工工作有机分离，可以优化企业管理，促使员工在企业管理工作中的价值得到最大限度的发挥。

一、企业人力资源、政工工作中心及二者之间的关系

1. 企业人力资源、政工工作中心理念

在现代企业管理工作中人力资源管理将以人为本作为工作的中心，在实践管理过程中尊重人并鼓舞人性，希望可以经过科学的管理充沛发掘人才的潜力和发明力，完成企业人力资源的最大化，在协助员工个体完成本身人生价值的同时，推进企业和社会取得更好的发展[1]。而政工工作在企业管理工作中具有一定的特殊性，是一切管理工作得以顺利展开的生命线，政工工作的中心同样为以人文本，注重员工的思想认识，希望可以员工施行相应的思想教育为管理工作的优化奠定根底。

2. 相关性

在企业管理工作中，人力资源管理和企业政工工作存在一定的目的分歧性，两者的工作中心都是坚持以人为本的管理思想，因而从实质上看，两者在工作中的主要目的都是培育和鼓舞人才，促使人才在生长过程中逐渐完成本身价值，并且在详细管理工作中还可以经过标准员工的工作行为对员工施行相应的思想引导，让员工全身心的投入到工作理论中，为企业安康发展做出相应的奉献。同时，人力资源管理与政工工作也存在一定的互相浸透性，因而在企业管理工作中增强

二者的交融可以保证员工在与其相适应的岗位上全身心的投入到工作中，为人力资源价值的充沛发挥提供相应的保证。

3. 区别

企业人力资源管理与政工工作之间不只具有相关性，两者也存在特定的差异。人力资源管理工作具有较强的专业性，在企业组织工作理论中承当着与员工相关的多种工作职能，并且每一项工作职能的发挥都需求借助专业性的手腕，唯有如此，才干够保证企业人力资源管理工作的良好展开，促使人力资源管理工作的价值得到最大限度的发挥。而政工工作则主要是对企业员工的思想动态加以理解，进而分离企业员工的思想动态为企业各项决策的展开提出相应的倡议，在引导员工完成本身人生价值的同时，为企业整体管理质量的提升提供一定的支持[2]。

二、企业管理中人力资源管理与政工工作所面临的艰难

在当前企业管理工作中，遭到传统管理理念的影响，人力资源管理与政工工作的分离，面临着一定的艰难：首先，企业政工工作无法得到全面的贯彻落实。社会主义市场经济的深化发展促使企业范围不时的扩展，企业政工工作内容也逐步增加。但是在实践管理工作中，企业指导缺乏对政工工作重要性的正确认识，普通不会采取一定的措施为政工工作的优化展开发明条件，直接招致企业政工工作无法得到全面有效的贯彻落实，不只影响了企业对员工思想动态的控制，也不利于政工工作与人力资源管理工作的有机分离，企业管理程度遭到一定的不良影响。其次，企业人力资源管理部门与政工部门相对独立，严重限制了二者的交融。遭到我国传统企业管理理念的影响，企业在实践管理工作中普通都会设置相对独立的政工部门和人力资源管理部门，并且各自职能相对明白，这在一定水平上也限制了二者的交融，不利于企业政工工作与人力资源管理工作交融优势的发挥，对企业现代化建立产生着一定的不良影响[3]。

三、如何有效进行人力资源与政工工作分离的战略

1. 增强政工工作，促进企业文化建立

企业文化对企业管理工作产生着特定的影响，优秀的企业文化可以为员工营造良好的工作环境，进而为人力资源管理工作的展开提供相应的辅助，完成人力资源的优化配置，进一步提升企业的组织竞争力。而与此同时，企业文化又可以经过文化宣传和引导与政工工作进行严密分离，进而经过对员工施行相应的思想教育加强企业对员工的吸收力和凝聚力，提升员工对企业的认同感，为人力资源管理工作的优化展开发明条件。可见增强政工工作，发展企业文化可以促使人力资源管理和政工工作进行有机分离，为企业现代化建立奉献相应的力气。

2. 增强政工工作，完善考核鼓励机制

企业管理过程中要想促使人力资源管理工作效率得到显著的提升还应该注重对人才的考核和鼓励，只要施行合理的考核鼓励政策，才干够让员工在发展中发现本身优势，认识本身缺乏，进而经过自主学习和参与企业培训提升员工的综合才能，促使企业人力资源管理功用得到充沛的发挥。而在完善的考核鼓励机制造用下，企业政工工作的展开也可以对员工产生特定的鼓励和鞭策性影响，引导员工逐渐提升本身才能，为企业建立做出相应的奉献。由此可见，树立健全的考核鼓励机制也可以推进人力资源管理与政工工作的有机分离，促使二者的交融优势得到相应的发挥。

3. 增强政工工作，促进企业员工关系的管理

随着企业的发展和组织范围的逐步壮大，员工关系的管理工作也开端对人力资源管理和政工工作的展开产生影响。因而企业在实践管理过程中应该增强对员工关系管理工作的注重，经过增强人力资源管理工作与政工工作的有机分离进一步提

升员工关系管理的质量，完成员工关系的人性化发展，促使员工为企业建立做出更大的贡献。

四、完毕语

综上所述，在企业管理工作中，人力资源管理工作与政工工作的有效分离可以促使企业人才的力气得到最大限度的发挥，进一步提升企业实践管理程度，为企业现代化建立做出相应的奉献。因而应该增强对两者分离工作的注重，借助两者的优化分离，推进企业完成持续、安康、稳定的发展。

参考文献

[1]闫少华，李鄂.企业政工工作与人力资源管理问题的考虑[j].东方企业文化，（18）：268.

[2]叶其州.人力资源管理中对政工工作的有效应用[j].管理察看，2013，（18）：54，55.

[3]李莉.政工工作与人力资源管理有效分离[j].企业变革与管理，（4）：76，77.

工作中遇到挫折感悟篇三

作为一个普通的质量检验人员，我知道诚信很重要，清洁工作关系在他的工厂的质量材料，公司的声誉和生存之间的关系。

一、加强学习。首先，我们必须加强政治理论学习，提高自己的思想和精神状态，树立正确的人生观，价值观，思维方式。其次，我们必须加强学习国家和我们的工厂的诚实的工作规定，严格遵守有关国家和清洁行业的规定，严格按照规定执行。一个人如果平时不学习，放松自我教育，逐渐会忘

记自己的职责，认为可以慢慢放松警惕。学会一个人是非常重要的和必要的，通过学习可以提高人们的意识形态，陶冶人们的情绪，还经常使用的规定工厂自己报警。

二、必须加强道德建设。一个人如果没有良好的职业道德，不能做一个好工作，心境不工作，但如何试图为自己得到好处，图中所示，有欢乐，这种人最终会伤害自己，也对企业造成了很大的损失。质量检验人员，我们不能得到他们的工作作为资本的好处，毁了自己的贪婪。所以甜，只是从道德观念、道德诚信、严格遵守职业道德，生命不在乎名利，淡定面对一切，在工作中要致力于工厂的发展做一份好工作。

三、控制部分。保持他们的情绪和质量。

四、消除自身的贪婪。俗话说“埃皮克提图”，无私无畏”，一个没有自我的人贪婪、他的正直，和完整性，不是外人，不受他人，径直走，可以做他们的工作。

工作中遇到挫折感悟篇四

很遗憾，我没能考上理想的中学，而是电脑排位上了现在的学校，原因是我长期学围棋而没有像其他同学那样去学英语、奥数，看着很多同学高高兴兴地走进自己理想的学校我的心里充满惆怅。

开学后，我的心里压力很大，很长时间不能从小升初的阴影中走出来。这时，班主任找到我，她告诉我，我的小学向学校介绍了我的情况，并且老师耐心地告诉我，小升初只是我生活的二十分之一或更小，它只是一个小小的挫折，并且小升初有很多复杂的因素，可中考是硬碰硬的学习成绩，你为什么不通过自己三年的努力告诉你的同学们你的真正的实力呢？看着老师慈祥而信任的目光，听着老师耐心的话语，我的心里有说不出的感动。回到家里，我想了很多。从那天起我开始发奋努力报名参加了奥数网的数学学习和新东方的英语

学习。我希望通过自己的努力考上理想的高中，付出总是有回报的现在的我已经在学习上有了很大的提高，在这次希望杯的比赛中取得了优胜奖，这在别的同学可能不算什么，可对于我一个从没学过奥数的人来说也算是个进步了。我很感谢奥数网的刘开老师，他用幽默的语言讲解很枯燥而深奥的知识，让我对学习奥数有很大的兴趣。

现在的我已经下定了决心，而且也有了信心，一定在中考时努力加努力，考出好成绩

□

工作中遇到挫折感悟篇五

关键字：秘书、挫折、沟通

挫折是指个人从事有目的的活动时，由于遇到阻碍和干扰，其需要得不到满足时表现出的一种消极情绪状态。

在秘书这个职位上，技术性的劳动并不多，大多是些琐碎重复的工作，因而秘书在工作中所会遇到的挫折主要可能发生在：[1]与上司沟通不好；[2]上司给的某份工作感觉吃力，难以胜任；[3]对琐碎重复的工作感到厌烦；[4]与上司发生争执；[5]情感方面。

人生难免会遇到挫折，没有经历过失败的人生不是完整的人生。没有河床的冲刷，便没有钻石的璀璨；没有挫折的考验，也便没有不屈的人格。正因为有挫折，才有勇士与懦夫之分。记住“天降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，增益其所不能。”巴尔扎克说：“挫折和不幸，是天才的进身之阶；信徒的洗礼之水；能人的无价之宝；弱者的无底深渊。”

生活中的失败挫折既有不可避免的一面；又有正向和负向功

能。既可使人走向成熟、取得成就，也可能破坏个人的前途，关键在于你怎样面对挫折。

适度的挫折具有一定的积极意义，它可以帮助人们驱走惰性，促使人奋进。挫折又是一种挑战和考验。英国哲学家培根说过：“超越自然的奇迹多是在对逆境的征服中出现的。”

首先，挫折帮助你成长，管理论文《秘书如何面对工作挫折？》。人的成长过程是适应社会要求的过程，如果适应得好，就觉得宽心和谐；如果不适应，就觉得别扭、失意。而适应就要学会调整自己的动机、追求和行为。一个人出生时，根本不知道什么是对，什么是错，正是通过鼓励、制止、允许、反对、奖励、处罚、引导、劝说，甚至身体上的体罚与限制才学得举止与行为的适应和得当，学会在不同环境、不同时间、不同对象、不同规范条件下调整行为。反之，从小无法无天的孩子，一旦独立生活就会被淹没在矛盾和挫折之中。

如德国天文学家开普勒，从童年开始便多灾多难，在母腹中只呆了七个月就早早来到了人间。后来，天花又把他变成了麻子，猩红热又弄坏了他的眼睛。但他凭着顽强、坚毅的品德发愤读书，学习成绩遥遥领先于他的同伴。后来因父亲欠债使他失去了读书的机会，他就边自学边研究天文学。在以后的生活中，他又经历了多病、良师去世、妻子去世等一连串的打击，但他仍未停下天文学研究，终于在59岁时发现了天体运行的三大定律。他把一切不幸都化作了推动自己前进的动力，以惊人的毅力，摘取了科学的桂冠，成为“天空的立法者”。

其次，挫折增强你的意志力。由学校走出社会，会承受更大的压力，学生时代对各种困难体验都不深，缺乏忍耐力，没有坚强的意志，一旦遇到挫折就被击垮了。实际上生活中许多轻度挫折，是意志力的“运动场”，当你大汗淋漓地跑完全程，克服了生活的挫折，就会获得愉快的体验。心理学家

把轻度的挫折比作“精神补品”，因为每战胜一次挫折，都强化了自身的力量，为下一次应付挫折提供了“精神力量”。

同时，挫折也有负面效应。在日常生活中，每个人对于挫折的反应并不相同。一方面这决定于对挫折的感情理解。如一个朋友批评了你，你可能会听从，甚至非常感激他，但如果把这位朋友的批评曲解，认为有损你的尊严，那你的反应也许就大不一样了。另一方面，感情上的失落比物质上的失落反应激烈。当你追求的目标代表着爱、名誉、地位、尊严时，一旦目标丧失，就会产生不良的心理影响，这是一种负面效应。

(1)遇到挫折时应进行冷静分析，从客观、主观、目标、环境、条件等方面，找出受挫的原因，采取有效的补救措施。

(2)要有一个辩证的挫折观，经常保持自信和乐观的态度，要认识到正是挫折和教训才使我们变得聪明和成熟，正是失败本身才最终造就了成功。

(3)向他人（朋友们）倾诉你遭受挫折心中不快以及今后打算，改变内心的压抑状态，以求身心的轻松，从而让目光面向未来。

(4)学会自我宽慰，能容忍挫折，要心怀坦荡，情绪乐观，发奋图强，满怀信心去争取成功。

(5)补偿。原先的预期目标受挫，可以改行别的途径达到目标，或者改换新的目标，获得新的胜利，即“失之东隅，收之桑榆”。这是人的一种心理防卫机制。

(6)升华。人在落难受挫之后奋发向上，将自己的情感和精力转移到有益的活动中去，使之升华到有益于社会的高度。这也是人的一种心理防卫机制。

(7)应善于化压力为动力。遇到挫折和失败或即将遇到挫折和失败，会面临很大外在的心理压力，在这个时候，你是气馁，当逃兵，还是奋起，继续而勇敢地追寻？这对人是一个很大的考验，很多名人、伟人在挫折和失败面前，从不低头、气馁，而是善于化压力为动力，从逆境中奋起。他们的成功经历很值得我们大家去深思，去学习。

针对秘书这个职位的特点，具体到某一个挫折时，不妨一一作分析：

[1]与上司沟通不好，这对于性格较内向的人更容易发生，秘书这个职位，沟通是什么重要的，因而必须不断培养自己的交际能力，提高自己。

[2]上司给的某份工作感觉吃力，难以胜任，这与上述的情况类似，“有困难就是能力不足，有麻烦就是能力不够”，如果你遇到上述的困难，就说明你在某方面存在不足，最好的解决办法就是通过学习提升自己的能力。

[3]对琐碎重复的工作感到怨烦，如果遇到这种情况，通常是由于你对自己的人生价值观不足，可能以为自己所做的是微不足道的，或都觉得这些工作是浪费人才，应该从根本上认识到，做一个优秀的秘书，其实也并不是一件容易的事情，而且这个岗位学习到的不仅一般的技能性的东西，而是参考别人如何管理好一个企业，或一个部门，这对于你以后的职场生涯是十分有利的。

[4]与上司发生争执，这个问题比较严重，领导与秘书之间，在一些大的、原则性的问题上，发生争论是很正常的，如果处理得好，争论的结果，可使事情得到正确解决，对事业、对领导都有益处，相反，可能让你失去这份工作或受到批评而闷闷不乐。

正确的争论应做到以下几点：

a)问题是重要的

b)争论一定要有准备

领导的主张，自有他的根据，你想否定他的根据，得有比他的. 根据更多、更说明问题的根据，这就需要准备。没准备的争论，只会滑向诡辩。没有足够的准备，就要放弃争论。

c)争论要有个和气的开头

切忌临时上阵的争论，那样会使对方感到突然，会以为是你感情冲动的表现。比如，你可以找到领导，说：“我对某某问题，有些想法，能否耽误你点时间和我讨论一下……”这样，领导会感到问题的严重性和你友好的态度，对于解决整个问题会有好处。

d)争论中一定坚持从问题出发，不是对人

切忌说“你如何如何”之类的话，更不要说对方意见的坏话，比如用“你的那个意见，纯属无稽之谈”的语言，就会伤害对方的自尊心，也是一种不礼貌的行为。更不要涉及问题以外的事，比如说“这是你平时不注意调查研究的结果”，或者说“你这个人就是不虚心”之类，都不属于争论范围内的语言。

e)不要时间太长

无论争论是否有理想结果，都不要时间过长。到一定阶段，就要结束，可以说一声“容我再想想”，把争论结束下来。

f)要客气地结局

争论统一了或者还未统一，结束时，你都应向领导说一声：“我的见解不一定对，请领导参考。”或者说：“我在

讨论中，有的言语不当，请领导原谅。”这样结束，对下次继续争论或不再争论，都有好处。那种因争论不统一而拉下脸，甩门而去的作法，是绝对不可用的。

g)对同一个问题，不要多次争论

不能统一的问题，可放在实践中去考验。任何事物大都绝不会一开始就全对，在实践中不断纠正，也应是允许的，也是符合实践第一原则的。企图完全统一认识再行动，是天真的，不符合实际的。

[5]情感方面，一方面是很多人都在可能发生的，与公司同事恋爱，有些公司明文规定公司同事这间不准恋爱，其实这是有一定的道理的，但如果发生了，一定要注意，不可以让感情生活上的闹剧影响到工作；另一方面是可以受到上司的性骚扰，这种情况你必须严正自己的立场，如果你的工作确实很出色，这对你职业影响是不会太大的。

如果把生命比做一把披荆斩棘的“刀”，那么，挫折就是一块不可缺少的“顽石”。为了使青春的“刀”更锋利，让我们勇敢地面对挫折的磨砺吧！

工作中遇到挫折感悟篇六

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。不经一番彻骨寒，怎得梅花扑鼻香。我们应该以宽阔的心怀面对生活，用微笑面对人生。

自古英雄多磨难，古今中外有许多伟大的人都在困境中获得了成功。如，著名的音乐家贝多芬，他两耳失聪，但是他没有放弃，而是以自己顽强的毅力战胜了自己。他失败了无数次，在一次一次的失败中总结经验，最终成为了一名享誉世界的音乐家。爱迪生也是同样，在经历无数次失败后才得以成功。

看到这里，不少人会说，他们是伟人，我们怎么能和他们相提并论呢？如果你要这样想，那么我告诉你你错了。一位享誉世界的名人——爱因斯坦，他小时候曾被无数人认为，是一个智力低下的孩子。在他小时候，老师让同学们回家作板凳，次日课堂上，老师看了同学们的作品，对爱因斯坦说，世界上再也没有比这更糟的板凳了，然而，爱因斯坦却从抽屉里又取出了两个，这两个比那个还遭。原来这是他做的第三个凳子，他以自己的实际行动证明了自己。

我国著名史学家司马迁，在逆境中创作了具有史学价值的《史记》，为后代留下了宝贵的财富。

我们无论是在日常的生活中，学习还是自己的人生道路上，都应该学习他们这种顽强拼搏，迎难而上和为梦想而努力奋斗的精神。

生活处处需要微笑，微笑面对生活，微笑面对人生，微笑面对每一天。人生道路上处处充满挫折，充满崎岖，我们应努力克服困难，用好的心态面对充满希望的每一天。

挫折心得体会