

# 2023年读自动自发一书心得体会(优质5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。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

## 读自动自发一书心得体会篇一

《自动自发》是阿尔伯特·哈伯德的作品。阿尔伯特·哈伯德是美国著名出版家和作家Roycrofters公司的创造人和总裁。《自动自发》这本书告诉我们对待工作要勤奋，对待公司要敬业，对待老板要忠诚，对待自己要自信。

虽然说《自动自发》是阿尔伯特·哈伯德商业思想的完美集合，但是这本书对年轻的教师们仍然有很大的教育意义。

作者指出，所谓的主动，指的是随时准备把握机会，展现超乎他人要求的工作表现，以及拥有“为了完成任务，必要时不惜打破成规”的智慧和判断力。

书中写道“每一件事都值得我们去完成，而且应该用心地去做”，这句话给我触动很深。作为一名小学老师，手头的工作千头万绪，而其中每一件事都必须老师亲力亲为。不要小看自己所做的每一件事，即便是最普通的事，也应该全力以赴、尽职尽责地去完成。小任务顺利完成，有利于你对大任务的成功把握。一步一个脚印地向上攀登，便不会轻易跌落。

书中还有一个观点我非常认同，书中写到“先做急的事情，后做日常议程的事情”，也就是说要进行高效工作。工作时

光有热情和干劲也不行，得先制定出合理的计划，再进行实施。通过自身的一些经验，我觉得提高工作效率的方法是“想到的马上去做”，俗话说，心动不如行动，脑海中一个点子和设想行动了才是真正执行了。因此，我们要养成“想到马上去做”的工作习惯，形成限时完成工作的观念，确定做每件事所需的时间，并要求自己在限期内完成。

自动自发实际上就是自己保持自信，乐观，抱着积极地心态，自动自发的学习，自动自发的的工作，自动自发的享受工作带来的快乐。

## 读自动自发一书心得体会篇二

一本小小的《自动自发》，蕴含着大大的能量。这本书的作者以朴实无华的语句、生动鲜活的职场事例，淋漓尽致的讲述了作为一名企业员工应该如何对待自己的工作。适时调整心态，使员工能够全面挖掘自身的潜能，全身心的投入到自己的本职工作中，以优异的成绩完成自己的分内工作并赢得老板的赏识。

读完《自动自发》一书后，我个人从中受益匪浅，下面谈谈我个人的几点体会。

工作作为一个人一生中重要的内容之一，不仅为我们提供经济来源，同时也让我们从中磨炼意志、塑造人格、发挥潜能、全面提升自身的各方面能力，最终实现个人的人生价值。那么作为一名平安人，我们不但要把工作做完，重要的是我们要把工作做好，要想很好的完成工作中的各项内容，需要 we 加强自身的专业技能、强化企业主人翁意识、发挥主观能动性、及时发现工作中的不足之处并进行改进。

工作是一件很复杂的事情，每一环节完成的好与坏都对最终结果的达成有着举足轻重的影响，尤其是在与客户接触的全流程中，因此要求我们要从小事做起，抓细节、重过程、谋

全局。只有局部都做好，才会使整体更加完美。所以我个人认为工作之中无小事，只有小的事情做好了，才能让我们有能力去完成更高要求的工作。

古语说：“天时、地利、人和。”作为中华儿女，“以和为贵”是我们中华民族的传统美德。在平安，不论是上司还是我们的同事，他们都不是我们的压榨者或敌对者，而是我们不可缺少的真挚朋友，在工作中或生活中我们总会遇到一些我们解决不了或令我们疑惑的问题，那么这时上司或同事都是我们求助与可信赖的对象，相信他们都会对于我们的困难伸出温暖的援助之手，为我们出谋划策、指点迷津，让我们渡过难关，共同为公司创造价值。

作为职场中的一员，我们要用心去对待每一位领导和同事，与大家结成革命般的友谊，因为我们是一个团队，只有我们心往一处想、劲往一处使，才会使我们的能量最大化，才会让公司的业绩蒸蒸日上，才会让我们的生活越来越好。在工作中，不要因为领导的一小句批评而记恨在心，不要因为同事的一点争吵而耿耿于怀，领导的批评是我们进步的良言，同事间的争吵是我们工作的磨合剂，只有把领导和同事当成我们身边的朋友，才会让我们能够轻松愉快的投入到自己的工作中，良好的完成每一项工作任务。

除了我们的家庭，那么就要属我们在公司停留的时间最长了，因此我们同样需要把公司当成自己的家一样去对待。要积极主动的去完成自己的工作，自动自发的去关心公司的发展，理解公司的价值观，掌握公司的发展动态，与公司同呼吸、共患难，表现出自己主人翁的姿态。公司的发展是通过我们的努力工作去实现的，我们的价值是通过公司的发展来体现的，所以我们需要充分调动起自身的主观能动性，把公司的每一件事情都当成自己的事情一样去尽力办好，为公司的发展奉献出我们的全部力量。

总而言之，作为一名平安人，我们要端正工作态度，改变不

良工作习惯；提升业务技能，完善不足之处；调动主观意愿，摒弃消极情绪。全情、全面、全心投入到工作中，我们不但要用责任去把工作做完，我们更要用爱去把工作做好！

## 读自动自发一书心得体会篇三

今天，又有幸拜读了世界名著——《自动自发》（美）阿尔伯特的著作。深入解了自动自发内涵。什么是自动自发？自动自发是没有人要求。强迫、自觉而出色地做好自己事情。

首先，看了此书我觉尤为重要重要的是懒惰对心灵是一种伤害，我认为一定要克服，懒惰会吞筮人的心灵，使心灵中对那些勤奋之人充满了嫉妒。人为什么懒惰？我认为很多取决于没有找到自己最喜爱做的事，假使一个人对工作没兴趣，他会产生懒惰的心理，对跑步没兴趣，他也会同样的懒惰，不愿去运动，相反的，他为什么整天地热忠于游戏，上网而从没喊过累？很明显，那是因为那件事是他最喜爱做的。所以，只要我们一旦对某事、某工作产生兴趣，喜欢做，愿意去做，就不会觉得累，也不会有懒惰的心理了，其次，要使自己充实起来，不无聊，不空虚，激发兴趣，自然而然，懒惰便会消失，让我们都赶紧行动起来，振奋精神，把懒惰的坏毛病克服。

另外，从现在做起，“只有现在，没有明天”，不要每次遇到困难都想着“明天再做”。虽然这样的道理连小学生都懂，但真正要做到，确实很难，所以，我要时刻提醒自己“从现在做起”！而且，不能拖拉和逃避，如果那些一天到晚想着如何欺瞒的人，能将这些精力及创意一半用到正途上，他们就有可能取得巨大的成就，拖延也是因为人的惰性的作怪。

让我们勤奋工作！这是古罗马皇帝临终前留下的遗言，勤奋与功绩是罗马人的伟大箴言，也是他们征服世界的. 秘诀所在，一个人的品性是多年行为习惯的结果。行为重要多次就会变得不由自主，似乎不费吹灰之力，就可以可以无意地，反复

做同样的事情，最后不这样做已经不可能了，于是形成了人的品性。因此，一个人的品性受思维习惯与成长经历的影响，他在人生中可以作出不同的努力，作出善或恶的选择，最终决定一生品性的好坏。所以，我觉得习惯很重要，一个人平时养成什么习惯，时间长便会形成个人品性，可以体现人的的素质好与坏。

自动自发的另一个意思，就是超越平庸，选择完美。不要满足于尚可的工作表现，要做最好的才能成为不可或缺的人物。人类永远不能做到完美无缺，但是在我们不断增强自己的力量、不断提升自己的时候，对自己要求的标准会越来越高。这是人类精神的永恒本性。

超越平庸，选择完美。这是一句值得我们每个人一生追求的格言，有无数人因为养成了轻视工作、马马虎虎的习惯，以及对手头工作敷衍了事的态度，终致一生处于社会底层，不能出人头地。所以，我认为自动自发，也就是要求自己在克服懒惰，拖拉的基础上，选择自己喜欢的，有意义的事，对自己该做的事，工作等产生兴趣，激发热情，从现在做起勤奋工作，把握机会，养成好习惯，提高综合实力以后超越平庸，选择完美，把握一切，突破发展、达成目标。

## 读自动自发一书心得体会篇四

一个人在一生中的某个阶段总会有一种信念支撑着自己，这种信念决定着他的一切行为，很庆幸今天能够读到《自动自发》这本好书，让我重新找回了自我，重新拾起了斗志。

对待工作——勤奋，对待公司——敬业，对待老板——忠诚，对待自己——自信，这简简单单的八个字在书中被诠释的淋漓尽致，指明了我前进的方向，更指引了我如何一步一步的向着自己的既定方向前进，还有最重要的那就是坚定了自己信念，让我不在怀疑自己目前所走的每一步。

为了薪水而工作的人是可怜的，对于像我们这样刚刚步入社会的大学生而言，为了薪水而工作那就是更可悲的了。非常认同书中的那种观点——比薪水更重要的是能力，有了能力，无论你事业上如何受挫，你都将会依靠它而重新回到事业的顶峰。对我们而言，现在最缺少的就是这种能力，也许有一天离开你一项工作就无法顺利完成的时候，这就是自己能力或者说是价值的体现。拥有胜任工作的能力还不够，对工作的极大热情才是做好一项工作的最大动力，记得自己刚进公司的时候曾经豪情万丈，但一个月之后我就发现自己的这种热情在一天天的被侵蚀掉，因为我看见和听见太多自己的同学朋友刚一工作时那不菲的工资和待遇，也许我没有他们的工资高，但是我相信自己的能力在这里会得到很好的锻炼，因为公司在变化，让我看到了希望，也让我燃起了为实现这种希望的热情。

敬业，这对刚刚工作的我来说真的很重要。我会严格按照书中提及的四点来要求自己，对待公司分配的工作全心全意、认真负责，为公司每天多做一点，能做到100%的工作就绝不做到99%，时刻对工作充满主动性，简简单单的四点真正做起来不会那么容易，不过自己会一步一个脚印的按照这个原则去做，让敬业成为自己的一种习惯。

说到忠诚，自己很庆幸几位老总都是非常的开明，值得自己学习的地方有很多，有这样一句话我很认同，“一个人能走多远，看他与谁同行；一个人有多优秀，看他有什么人指点；一个人有多成功，看他与什么人相伴。”

对待自己要自信。自信源于实力，实力源于努力，而努力源于对工作的热情，热情源于对成功的渴望，这就是我自信的来源。“坚毅是生命的脊梁”我理解他是对工作的一种执着；把信送给加西亚的罗文，他所具有的执行力让我钦佩，不是每个人都能随便做到这一点。

这本书警醒了我，就好像是一副药方，把我从工作到现在心

中的所有疑虑都清的一干二净，让我今后踏出的每一步都充满自信，一步一步走向自己的目标。

## 读自动自发一书心得体会篇五

打开这本书，味道跟别的书一样，纸香，墨香扑鼻而来。一口气读完，已经是深夜了，合上书之后心中有点激动与澎湃，可能这就是励志书的魅力所在。

《自动自发》一书通过一些生活中、工作中的小故事，生动地为我们阐述一些易被我们忽视的道理。勤奋、敬业、忠诚、自信，这几点我们很多人已经被身边人提醒许多次以至于不再把它放在心上的东西，其实恰恰是我们最基本的生存道理，这些人性的光辉，它们不会随着时间的湮灭和外界环境的变迁而暗淡和逝去。

关于勤奋，每个人都有惰性，这是人性，但是心中应时刻提醒自己，你懒惰一分钟，后面的事情可能需要十分钟甚至半天以及更多时间去理清，这样恶性循环就会使原本很简单的事情变得麻烦，一定不要让本能的惰性吞噬了自己。

敬业，这对刚刚接触这份工作的我来说真的很重要。我会严格按照书中提及的四点来要求自己，对待公司分配的工作全心全意、认真负责，为公司每天多做一点，时刻对工作充满主动性，简简单单的四点真正做起来不会那么容易，不过自己会一步一个脚印的按照这个原则去做，让敬业成为自己的一种习惯。

说到忠诚，自己很庆幸公司领导都是非常的开明，值得自己学习的地方有很多。曾经看到过这样一句话，我很认同：“一个人能走多远，看他与谁同行；一个人有多优秀，看他有什么人指点；一个人有多成功，看他与什么人相伴。”

自信就是相信自己行，是一种信念；是人对自身力量的一种确信，深信自立一定能做成某件事，实现所追求的目标。人与人之间都是一样的，两只眼睛一个鼻子一张嘴，所以应该相信自己，不要自暴自弃。这样才能更好地转化为执行力，为了目标，坚定地行动起来。

我们很多人会被工作所累，觉得工作只是在赚钱。无形中，我们忘记了到底为了什么去工作，工作的意义究竟在哪里。但是当你从心底开始珍惜工作的机会，在工作岗位上自动自发地工作，踏踏实实地做事，认可工作的价值，你会觉得工作时有一种奇妙、有收获的感觉。一个人在一生中的某个阶段总会有一种信念支撑着自己，这种信念决定着他的一切行为。很庆幸今天能够读到《自动自发》这本好书，让我重新找回了自我，重新拾起了斗志。