

# 2023年自动自发读后感(实用7篇)

读后感，就是看了一部影片，连续剧或参观展览等后，把具体感受和得到的启示写成的文章。那么该如何才能够写好一篇读后感呢？这里我整理了一些优秀的读后感范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 自动自发读后感篇一

《自动自发的的工作》是本优秀的`励志之作，读后如沐春风，让我对生活的意义，工作的目的及人生的定位有又了深刻的理解，我的感触有四点。

第一，让我明白了工作的目的。以往我们总认为工作是谋生的手段，但这仅仅是表面现象，《自动自发》告诉我们，工作的目的不只是为了解决温饱和薪水，而应当把工作当成是我们要用生命去做的事，用心去做的事。俗话说：“一芬耕耘，一份收获”要让自己活的有意义，让我们的生活有价值，那么就开设自动自发的的工作吧。记住没有卑微的工作，只有卑微的工作态度，而工作态度由我们自己决定。

第二，要学会将工作当成一种乐趣每一件事都值得做，并值得做好。如果我们为环境所迫，不得不做一些单调乏味的工作，也应当设法从乏味的工作中找出乐趣来，这是我们对工作应抱有的态度，而这种态度的有无可以决定一个人日后事业的成功与失败。

第三，任何时候都不要放弃，要学会忍耐和等待。我最喜欢的一句话就是：我们要把握现在，养成这种习惯，我们必将受益终身。

第四，要怀有感恩之心，凡事多为他人着想，不管自己老板还是同事，我们都要以诚相待，营造一个和谐的氛围，在这

样的环境中我们才能充分发挥自己的才能，作出更大的贡献。

自动自发是一种品质，源于内心，出于本质。自觉自愿地去工作，自动自发地去工作，用心为人，用心处事，我们会变得积极、主动，这种态度有助于我们成就事业，完善品格，增添魅力，让我们变的更加可爱可敬。

## 自动自发读后感篇二

行为形成习惯，习惯影响性格，性格决定命运。一个人无论做什么事情，如果想要成功，就必须认真勤奋对待。《自动自发》这本书更是深入浅出地描述了如何用正确的工作态度面对、处理工作，形成良好的工作习惯，并把这种优良习惯提升为一种高尚工作品质的方法。读完这本书，再回顾这些年来的工作经历，感受更加深刻。

### 一、正确的勤奋

首先要弄清楚为什么勤奋工作。正如书中所言，只有做到以工作为乐，坚韧不拔、满腔热忱地投入到工作中，才能形成长久不衰的动力源泉；其次勤奋不仅是把归属个人的工作做到满分，只守好自己的一亩三分地永远不算是一句褒义词，无论是与同事间的工作协作，还是给予客户的服务，只有做的更多才能有更多的收获。

### 二、敬业并忠诚

对公司敬业、对老板忠诚。公司是提升自身价值、获得个人提升的平台，而领导不仅是上级，更是最重要的合作伙伴和朋友，只有团结在统一的领导下，事业的风帆才能一路向前。敬业表面上看起来有益于公司和老板，但最终受益者却是自己。在实际工作中，只有站在领导的角度去思考工作、考虑问题，才能真正明白公司的每项决策，才能全心全力去执行并完成。

用心去感受生活、去工作，工作生活才会更加精彩，不仅是每个企业和领导，相信每一个人都会欣赏一个充满正能量、富有热情、努力拼搏的人。中国平安是一个在金融业不断创新、活力充沛、不断前进的行业标杆，而现在作为平安养老保险股份有限公司北京分公司的一员，更应去积极改变和提升自身价值，以梦为马，不负韶华。

## 自动自发读后感篇三

读完《自动自发》这本书后，使我对自己的价值观、世界观有了一个更深刻的认识和启发。

作者是一位美国作家，这是我第一次看到美国作家对工作的认真认识。

也是我了解到我们国家和国外之间的相同点和不同点。

就作者所著《自动自发》这本书，我相信会使每位读到此书的人都会对自己、对工作有一个新的认识，我开始读第一页就被书中的内容深深的吸引着，现我就对这本书的读后感受鹤我今后的工作告诉大家：

第一：这本书关于对待工作所说为“勤奋”，不错，公司员工首先对自己，对工作必须勤奋，保持勤奋的工作态度，但是我认为干我们这个工作和用户打交道，光有勤奋是不够的，必须还要有热情的服务态度，笑迎八方客，凝聚万家财，服务于用户，使他们能够体会到我们天伦公司员工周到热情的服务态度，我自己对这一点有着深深的体会和感受。

第二：对待公司要敬业，书中所说：“敬业表面看起来是有利于公司，有利于老板，但最终受益的还是自己”。

是的，这句话对我来说，对我们的公司每个人来说也会有很深的响应。

天伦公司和一年前的煤气公司比较，就会得到了不容否定的答案：只有敬业爱岗，忠于职守，尽职尽责，一丝不苟，虚心学习业务知识，培养严谨的品格，全力以赴从平凡的岗位上做出不平凡的成绩，可能使我们尖尖的获得价值的提升。

我要寻找工作中的不足，补充自己，发掘自己，追求尽善尽美，自动自发的的工作，热爱自己的工作岗位。

第三：对待老板要忠诚：所谓“忠”是尽心尽力，忠诚五四，“诚”是真实，忠诚对我的工作来讲，首先，我的感受是我们对公司是否付出了全部的精力和智慧，对待每天的工作是否完全满意。

现在，我们国家使市场经济，竞争时代，老伴给我们工资，我们为老板工作、支持他。

也希望老板多一些同情和理解，多一些支持和鼓励。

“羊羔馈乳，乌鸦反哺”这是这本书作者运用了我国的传统语言。

说明动物上都有感恩之情，我深信每位老板都希望自己的员工保持忠诚，每一位员工也希望有各个完善的老板。

自从成立天伦公司那天起，我就记住了“今天工作不努力，明天努力找工作”作为自己的座右铭。

第四：对待自己要自信，对待工作必须自信。

我从书本中看到“凯斯特”这个人从极不自信走向成功的故事，看到并非所有的成功都来自于你的思想，重要的是发现自己

的不足，完善自己，不断前进，坚持不懈，满腔热情的工作。

热忱是工作的灵魂，热忱是战胜所有困难的力量，从工作的每一个环节，找到热忱，找到坚韧，也就找到了自信。

最后，我非常感谢公司给我们每一位员工的这本书，从书中我了解到了很多新的知识。

并有了新的认识，从书中我知道并完善了我今后的工作方法，对工作要勤奋加上热情，对公司要敬业加上爱岗，对老板要忠诚加上诚实，对自己自信加上自强，为我们公司的美好明天而努力工作吧。

读完《自动自发》一书后，本人受益匪浅，感触颇深，在思想认识上有了新的感悟和提高，《自动自发》读后感。

《自动自发》一书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，如何全面挖掘自身的潜能，全身心的投入到工作中，以优异的成绩赢得老板的赏识。

作者虽然是从一个商业者的角度出发，但其阐述的一个优秀的从业者所应具备的职业操守却是我们每一个人应该具备的，本人在阅读此书时，结合自身工作实际，对照自己原先工作思维模式，反复比较思考，具体有以下几点感悟：

首先，自动自发的工作首先是一个态度问题，而这个态度归结为两种：主动和被动。

有这样一个故事，“全力以赴”和“尽力而为”，讲的是猎狗和兔子的故事。

猎狗只是为了完成猎人交给的任务，只做到了尽力而为，而兔子为的是自己的生命而全力以赴地奔跑最终赢得了生命。

如果我们每个人对待工作就像是对待自己生命中不可缺少的一部分时，我们会全力以赴地主动工作，工作的热情和行动，努力和勤奋都变成了很自然的事情，而我们也会获得工作所给予我们的. 更多的快乐和奖赏。

其次，勤奋是“自动自发工作”的又一体现，每个人在工作的时候很可能会有工作经验的不同，工作方法的不同，起点不同，能力不同等等，但有一点却是相同的，那就是要勤奋踏实地工作。

正如书中这么说到:如果你永远保持勤奋的工作态度，你就会得到他人的称许和赞扬，就会赢得老板的器重，同时也会获取一份最可贵的资产——自信。

任何人都要经过不懈努力才能有所收获，收获的成果取决于这个人努力的程度，而没有机缘巧合这样的事存在，我们不能被动地等待机会，我们要靠自己的努力与苦干去创造机会，创造未来。

再次，高效地工作。

自动自发地工作，光有热情和干劲还不够，工作起来要有成绩有实效，要提高工作效率，当然必须要有合理务实的工作计划，然后按照工作计划不折不扣地实行。

我认为，提高工作效率的另一法宝是：“立即行动，现在就动手”。

“现在”就是要及时地、不拖延地完成自己的工作任务；“动手”就是要实实在在地付诸于实际行动，而非脑海中一个点子、一个设想，因为想了并非做了，“动手”了才是真正执行了。

“如果你想回避某项杂务，那么你就应该从这项杂务着手，立即进行，否则，事情还是会不断地困扰你，使你觉得烦琐无趣而不愿意动手。

“像这种情况在工作中是经常遇到，你越推拖的事情，到以后会越难处理，因为它的时效性减弱了，积压也增多了，还会牵连影响到其它工作的效率。

因此，我们要养成“现在就动手做”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。

最后，对工作价值观的正确认识。

以前认为工作薪水很重要，读完本书后才意识到，在工作中积累经验和才能，培养认真负责的态度，才是持续成功的基础，也才是工作的真正价值体现。

以前自己的想法是多么的肤浅，认为工作的付出就应该完全以金钱的报酬来衡量，而没有想到自己在工作时，除了工资，所获得的还有技能、经验，甚至快乐等一系列的工作报酬，而这些是无论多么高的工资待遇都无法给予的。

在工作中，有人会抱怨工作做很多、很烦、很累，认为自己是在为公司、为领导工作，认为每一个来电的客户都是来找麻烦的，于是对待工作就会浑浑噩噩、得过且过、敷衍了事。

结果呢，每天依然很忙、很累、很烦，心情越来越差，工作成为了一种负担。

其实，只要我们转变一下看待工作的角度。

想想自己的聪明才智解决了一个又一个难题、完成了一个又一个任务时的成就感；想想自己的每天的工作中又获得了新的

知识和宝贵的经验时的充实感;想想自己在每天的办事过程中又接触了一些新的客户,从别的伙伴身上又学到了一种沟通技巧,我们就会感觉到工作其实是一种快乐,每天都在使我们进步。

“不积跬步,无以致千里;不积小流,无以成江海”正是这一点一滴经验的积累引导我们走向成功。

把工作看成乐趣,看成是通向成功的基石,我们就会自觉地去积累工作中的点滴经验,就会努力的通过学习来提高自己的能力。

我们生活并不只是为了吃喝玩乐;我们工作并不只是为了赚取一日三餐,我们要的是实现自己的理想,在工作中体现自己的价值。

个人身处于单位这个集体,个人的价值就和集体的目标分不开,个人的努力会促使集体目标的完成,集体目标的达成,也是个人价值的体现,二者相辅相成。

将个人价值和集体目标统一起来,不再认为是在为谁而工作,而是在工作中体现自己的价值。

总之,作为一名企业员工,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。

对于工作,对于自己,我们应该做到:面对昨天,问心无愧;面对今天,加倍珍惜;面对明天,信心百倍!珍惜工作的机会,在工作岗位上自动自发的的工作,踏踏实实的工作,认可工作的价值,你会觉得工作会有一种奇妙的感觉。

《自动自发》一书还有许多精辟论述,书中每句话都可以作为我们平时工作的激励,让我们不断进步,不断提高。



我想，我会将这本书反反复复地阅读，从中不断汲取营养，突破自我。

## 自动自发读后感篇四

了，才能让我们有能力去完成更高要求的工作。

### 二、 上司和同事都是朋友

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。同样在工作中，不论是我们的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。

在我们公司的训导中也有这样一句话：同事相处，友爱尊重。作为职场中的一名成员，我们要用心去对待每一位上司和同事，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，不要因为上司的小小批评而记恨在心，不要因为同事的一点争吵而耿耿于怀，上司的批评是我们进步的良言，同事间的争吵是我们生活的磨合剂。只有把上司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。

### 三、 把公司看作我们的家

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。我们要

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。

总之，作为一名企业员工，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！

## 自动自发读后感篇五

我没有读过《自动自发》这本书，正因我根本没有这本书。学校要求转正务必写这本书的读后感，但又不给我发这本书，这本身就是没有逻辑也没有道理的事。但幸好我搜过有关这本书的一些资料和别人的读后感，并下载了这本书的电子版并随便“翻了翻”，因此我那里却竟然能用上这本书的“理论”来为学校的“无理要求”辩解一下：学校虽然没有发给我自动自发的书但要求我写读后感，那里正是体现了学校要求员工有“自动自发”精神的良苦用心和做法。那就是，有些事情，学校有条件的就带给条件，作为员工需要在此条件下完成任务；而另一些事情，学校没有带给条件的，作为员工就需要自己创造条件去完成任务，而不是一味地把此职责推给学校或就应创造条件的一方（比如学院）。由此，我明白了学校对员工的要求除了字面上制度上的显式要求之外，还要求员工有“自动自发”地为学校的事情想方设法毫无抱怨地去完成去改善的奉献精神。

然而，就我本身来说，我似乎并没有这样的精神。我更愿意在权利义务对等并有明确界定的条件下工作。而且我坚信绝大多数人都愿意这样。正因这样是使事情流畅进行并将矛盾和

\*\*降到最低的有效方法。如果一件事情一方没有完成而指责对方理应配合(带给条件)，而对方却认为己方在没有条件的状况也要自己创造条件去完成的话，那事情恐怕永远得不到妥善解决。

由此可见我还在这个学校呆着似乎是个没有道理的事情。如果仅从上方这一点来说似乎只能得出这样的结论。然而我却竟然还有赖着不走的一点小小的理由。这理由其实说出来似乎又有点可笑，那就是我在那里教书竟然却是个贴合“自动自发”精神和文化的典型例子。说白了就是“我喜爱”。没错，我只是喜爱教书，如此而已。因此，那里也要顺带感谢一下学校给我的这个机会。

《自动自发》这本书的第一章第一条就是“不为薪水而工作”，这似乎是个当今时代看起来有点好笑的说法，然而对于这份工作我却是发自内心的认同。认同这一点并不是说就不好工资，这一点我想无需说明。而且似乎我在工资方面还比“常人”更加“斤斤计较”。但是我敢说我只是在条款和规则方面更在乎而已。而这个条款和规则在我看来就是减少日后工作中出现不必要的麻烦的最有效保证，而任何口头的承诺却并不可靠。而减少工作中的麻烦(矛盾和\*\*)在我看来是能进行有效工作的重要保证。第一章第二条说的是“比薪水更重要的”，是个人“学习的经验”和“成长的机会”。而这，也正是我在那里工作所追求的。

《自动自发》这本书的第二章是讲“敬业”。第一条说“职业是人的使命”。为此，我虽然不甚认同一般的职业也能够称之为“使命”的，但是对于我所乐意从事的“教育”来说，我却是在必须程度上看作我的一项“人生使命”的，正因这是我众多“梦想”中的其中之一而已。我知道绝大多数人之因此上班仅仅是正因需要赚钱谋生，养家糊口，这其中包括我之前许多年我所做的工作。虽然我不认为这有什么不对，但是能从事此刻的职业却是我发自内心的欢喜和满足。这一点我也能够作为“自动自发”精神的小小佐证。因此，书中

所要求的“全心全意，尽职尽责”于我来说却是一种自然而然的事情。

## 自动自发读后感篇六

《自动自发》的作者虽然是从一个商者的角度出发，但其阐述的一个优秀的从业者所应具备的职业操守却是我们每一个人应该具备的。作者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，”忠诚、敬业、勤奋、自信“是作为一名优秀员工必须具备的素质，是工作的必胜法则。”忠诚、敬业、勤奋、自信“的员工必将在任何工作中都能胜出，都能取得成功，得到回报，最终将会成就自己完美的人生。

对待工作——勤奋。对于我们刚刚踏入社会时，不必过分考虑薪水的多少，而应该注意工作本身带给你们的报酬。譬如发展自己的技能，增加自己的社会经验，提升个人的人格魅力…与你在工作中获得的技能与经验相比，微薄的工资会显得不那么重要了。老板支付给你的只是金钱，你自己赋予自己的是可以令你终身受益的黄金。”作者如此告诉我们。看到这里时，我完全震撼了。是啊，为薪水而工作似乎目标明确，但是有着重大的疏忽。薪水只是一个短期的目标，而在工作中积累经验和才能，培养认真负责的态度，才是持续成功的基础，也才是一份工作的价值体现。以前自己的想法是多么肤浅，认为工作的付出就应该完全以金钱的报酬来衡量，而没有想到我在工作时，除了工资，我所获得的还有技能、经验等一系列的工作报酬，而这些是无论多么高的工资待遇都无法给予我的。

对待公司——敬业。敬业其实是个人品问题，由个人人生观决定，正如生活着就得热爱生命，劳动着如何能不尊重自己的工作呢？认真负责、尽职尽责，是工作中发展情商的第一点。你如何想象出，一个毫无责任心的人会将工作完成的尽善尽美？那简直是神话。作者告诫我们，“无论从事什么职业，都

应该精通它”，“不要满足于尚可的工作表现，要做最好的，你才能成为不可或缺的人物”，“只要把自己的工作做得比别人更完美、更迅速、更正确、更专注，调动自己全部的智力，从旧事中找出新方法来，才能引起别人的注意，使自己有发挥本领的机会，满足心中的愿望”。

对待老板——忠诚。作者告诉我们，老板和员工并不是完全对立的，在某些方面是和谐统一的——公司需要忠诚和有能力的员工，业务才能进行，员工必须依赖公司的业务平台才能发挥自己的聪明才智。就像《这是你的船》中所说的一样，如果把公司比做我们前进的船，你是船上的水手，那么老板就是船上的舵手，如果水手不忠诚于舵手，船就无法达到预定的目标。

对待自己——自信。“不要成为心理上的奴隶，坚信你是最好的”自信，是选择人生的第一步。给你战斗力和行动力，助你坚定信念，战胜逆境。自信，是成就人生的第一步。给你洞察力和自控力，助你把握自我，实现目标。自信，是享受人生的第一步。给你亲和力和驾驭力，助你完善自我，超越个体。

一本好书不一定方方面面都引人深思，但这本书给了我很大的启发。目前我们公司正处于飞速发展的关键时期，这给每个期望创造自己事业的年轻人提供了一个很好的展示自我与超越自我的平台。同时公司的飞速发展也需要我们年轻人快速的成长起来，自动自发的学习和工作，能在各自的领域里担当重任，独挡一面。少问一句“公司给了我什么？”而应当每天问一问自己“我今天为公司作了什么？”把自己的本职工作当成是自己应尽的使命，积极培养“忠诚、敬业、勤奋、自信”的工作态度，尽最大努力去做好每一件事情，如果我们每一个人都这么努力去做了，那我们的公司就一定会成为行业里“最好的船”，而我们也定依托公司的平台实现我们的理想和抱负，做出色的自己。

做“沙漠中的仙人掌”，不满足于尚可的工作表现，要做最好的，我们才能成为生活或者工作的主宰，成为圈子里不可或缺的人物。选择你们的人生，努力打造你们的精彩未来，就从“自动自发”做起！

## 自动自发读后感篇七

我没有读过《自动自发》这本书，因为我根本没有这本书。学校要求转正必须写这本书的读后感，但又不给我发这本书，这本身就是没有逻辑也没有道理的事。但幸好我搜过有关这本书的一些资料和别人的读后感，并下载了这本书的电子版并随便“翻了翻”，所以我这里却竟然能用上这本书的“理论”来为学校的“无理要求”辩解一下：学校虽然没有发给我自动自发的书但要求我写读后感，这里正是体现了学校要求员工有“自动自发”精神的良苦用心和做法。那就是，有些事情，学校有条件的就提供条件，作为员工需要在此条件下去完成任务；而另一些事情，学校没有提供条件的，作为员工就需要自己创造条件去完成任务，而不是一味地把此责任推给学校或应该创造条件的一方（比如学院）。由此，我明白了学校对员工的要求除了字面上制度上的显式要求之外，还要求员工有“自动自发”地为学校的事情想方设法毫无抱怨地去完成去改进的奉献精神。

然而，就我本身来说，我似乎并没有这样的精神。我更愿意在权利义务对等并有明确界定的条件下工作。而且我相信绝大多数人都愿意这样。因为这样是使事情流畅进行并将矛盾和\*\*降到最低的\*\*有效方法。如果一件事情一方没有完成而指责对方理应配合（提供条件），而对方却认为己方在没有条件的情况也要自己创造条件去完成的话，那事情恐怕永远得不到妥善解决。

由此可见我还在这个学校呆着似乎是个没有道理的事情。如果仅从上面这一点来说似乎只能得出这样的结论。然而我却竟然还有赖着不走的一点小小的理由。这理由其实说出来似

乎又有点可笑，那就是我在这里教书竟然却是个符合“自动自发”精神和文化的典型例子。说白了就是“我喜欢”。没错，我只是喜欢教书，如此而已。所以，这里也要顺带感谢一下学校给我的这个机会。

《自动自发》这本书的第一章第一条就是“不为薪水而工作”，这似乎是个当今时代看起来有点好笑的说法，然而对于这份工作我却是发自内心的认同。认同这一点并不是说就不要工资，这一点我想无需说明。而且似乎我在工资方面还比“常人”更加“斤斤计较”。但是我敢说我只是在条款和规则方面更在乎而已。而这个条款和规则在我看来就是减少日后工作中出现不必要的麻烦的最有效保证，而任何口头的承诺却并不可靠。而减少工作中的麻烦（矛盾和\*\*）在我看来是能进行有效工作的重要保证。第一章第二条说的是“比薪水更重要的”，是个人“学习的经验”和“成长的机会”。而这，也正是我在这里工作所追求的。

《自动自发》这本书的第二章是讲“敬业”。第一条说“职业是人的使命”。为此，我虽然不甚认同一般的职业也可以称之为“使命”的，但是对于我所乐意从事的“教育”来说，我却是在一定程度上看作我的一项“人生使命”的，因为这是我众多“梦想”中的其中之一而已。我知道绝大多数人之所以上班仅仅是因为需要赚钱谋生，养家糊口，这其中包括我之前许多年我所做的工作。虽然我不认为这有什么不对，但是能从事现在的职业却是我发自内心的欢喜和满足。这一点我也可以作为“自动自发”精神的小小佐证。所以，书中所要求的“全心全意，尽职尽责”于我来说却是一种自然而然的事情。