# 最新上班睡觉检讨书200字(十三篇)

来源：网络 作者：风起云涌 更新时间：2024-06-22

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。上班睡觉检...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

**上班睡觉检讨书200字篇一**

由于前一天晚上严重失眠，导致白天上班的时候瞌睡不断，虽然我已经喝了3杯浓咖啡和一杯浓茶，并且不断的告诫自己上班的时候是工作时间，是为公司做事的时间，是实现自我价值和努力奋斗的时候，可是最后还是没有抵抗住瞌睡虫的侵犯，没有坚持住，一不小心睡着了。

上班时间睡觉是一件非常恶劣的事情，这不单单是对公司的不尊重，也是对自己和同事们的不尊重。无论之前有多么充分的理由，上班时间睡觉都是不可原谅的错误!这不单单导致自己白天的工作无法完成，也让同事们无法集中精力去工作，同时也是对公司形象的严重破坏。当我醒来的时候，我只觉得羞愧的无地自容，我没办法原谅我自己，没办法去面对一直对我关爱有加的领导，没办法去面对哪些一直照顾关心我的同事!

我深刻的认识到自己的错误，这归根结底是自己思想里不够重视自己的工作，没有把工作作为自己份内的事情，没有认真的去实现自己的人生价值。如果真的做事严谨认真，是不会犯这样严重而不可饶恕的错误的!我非常感谢领导可以给我一个自我反省和自我批评的机会，让我可以从新认识自我，让我可以去努力的工作，让我可以去为自己的理想再去奋斗，让我可以为公司做出更多的努力和贡献。

经过这次的事情，我进行的深刻的自我批评，并且保证以后不会再犯这样的错误，以后一定认真勤恳的工作，为公司尽自己最大的一份力量，请大家给我一次机会，再相信我一次，也请大家监督和帮助我。我相信我以后一定可以做好，请领导很同事们观察。

检讨人：

x年xx月xx日

**上班睡觉检讨书200字篇二**

尊敬领导

我是您的员工，怀着无比愧疚的心情给您下下这份检讨书，我已经认识到自己所犯错误的严重性，并向您保证绝无下次。

记得刚来公司时，您就经常教导我们上班时间要好好工作，不能工作时间做其他的事情，我明知故犯，实在令领导失望，对自己不负责对公司不负责。反思这次工作时间睡觉的过程是这样的：由于昨晚远在异地的朋友回来了，很久没有见面了，于是就在一起聊了很久，一直聊到凌晨12点，接着回到家中由于酒劲冲的很来劲就鬼迷心窍的忘记了第二天还要上班，就玩起了电脑，结果一玩玩到了凌晨3点多，才意识到自己该睡觉了，匆匆忙忙的睡了。由于只睡了几个小时，很困很困，所以在仓库了忍不住睡着了。我对自己的行为感到很懊悔。

不该做事不考虑后果，今天在家一直觉得自己很内疚，如果让我重新做一次选择的话，我一定不会为了任何事耽误工作。

作为员工，以后保证每天都按时上班，工作积极。以后绝对不会再犯同样的错误。我已经深刻认识到自己的错误，写下这篇检查，希望得到领导的原谅，保证绝对不会再犯类似错误，希望领导给我一个改过的机会。

检讨人：

x年xx月xx日

**上班睡觉检讨书200字篇三**

尊敬的领导：

我是您的员工，怀着无比愧疚的心情给您下下这份检讨书，我已经认识到自己所犯错误的严重性，并向您保证绝无下次。

记得在公司时，您就经常教导我们上班时间要好好工作，不能工作时间做其他的事情，我明知故犯，实在令领导失望，对自己不负责对公司不负责。反思这次工作时间睡觉的过程是这样的：由于昨晚远在异地的朋友回来了，很久没有见面了，于是就在一起聊了很久，一直聊到凌晨12点，接着回到家中由于酒劲冲的很来劲就鬼迷心窍的忘记了第二天还要上班，就玩起了电脑，结果一玩玩到了凌晨3点多，才意识到自己该睡觉了，匆匆忙忙的睡了。由于只睡了几个小时，很困很困所以在仓库了忍不住睡着了。我对自己的行为感到很懊悔。

不该做事不考虑后果，今天在家一直觉得自己很内疚，如果让我重新做一次选择的话，我一定不会为了任何事耽误工作。

作为员工，以后保证每天都按时上班，工作积极。以后绝对不会再犯同样的错误。我已经深刻认识到自己的错误，写下这篇检讨，希望得到领导的原谅，保证绝对不会再犯。

检讨人：

x年xx月xx日

**上班睡觉检讨书200字篇四**

尊敬领导

我是您的员工，怀着无比愧疚的心情给您下下这份检讨书，我已经认识到自己所犯错误的严重性，并向您保证绝无下次。

记得在公司时，您就经常教导我们上班时间要好好工作，不能工作时间做其他的事情，我明知故犯，实在令领导失望，对自己不负责对公司不负责。反思这次工作时间睡觉的过程是这样的：由于昨晚远在异地的朋友回来了，很久没有见面了，于是就在一起聊了很久，一直聊到凌晨12点，接着回到家中由于酒劲冲的很来劲就鬼迷心窍的忘记了第二天还要上班，就玩起了电脑，结果一玩玩到了凌晨3点多，才意识到自己该睡觉了，匆匆忙忙的睡了。由于只睡了几个小时

很困很困所以在仓库了忍不住睡着了。我对自己的行为感到很懊悔。

不该做事不考虑后果，今天在家一直觉得自己很内疚，如果让我重新做一次选择的话，我一定不会为了任何事耽误工作。

作为员工，以后保证每天都按时上班，工作积极。以后绝对不会再犯同样的错误。我已经深刻认识到自己的错误，写下这篇检讨，希望得到领导的原谅，保证绝对不会再犯类似错误，希望领导给我一个改过的机会。

谨此检讨。

此致

敬礼

检讨人：

20xx年xx月xx日

**上班睡觉检讨书200字篇五**

尊敬的领导：

我怀着十二万分的愧疚以及十二万分的懊悔向你们写下这份检讨书，我为自己睡岗行为感到了深深地愧疚和不安，在此，我向各位领导做出深刻检讨：

通过这件事，我感到这虽然是一件偶然发生的事情，但同时也是长期以来对自己放松要求，工作作风涣散的必然结果。自己身为代班长，应该严以律已，对自己严格要求!

然而自己却不能好好的约束自己，在工作时睡岗，给其他同事带来了恶劣的影响，不能起带头作用;虽然自己未能造成安全事故。可是，由于自己的失职，给公司带来了严重的安全隐患，如果发生事故，后果不堪设想~~~这也说明，我对自己的工作没有足够的责任心，也没有把自己的工作更加做好，更加走上新台阶的思想动力。在自己的思想中，仍就存在得过且过，混日子的应付思想。现在，我深深感到，这是一个非常危险的倾向，也是一个极其重要的苗头。

因此，这次发生的事使我不仅感到是自己的耻辱，更为重要的是我感到对不起领导对我的信任，愧对领导的关心。

年月日

**上班睡觉检讨书200字篇六**

尊敬的领导：

在深刻的自我反思之后，我决定有如下个人整改措施：

1、思想觉悟不高，对重要事项重视严重不足。就算是有认识，也没能在行动上真正实行起来。通过那件事，我感到这虽然是一件偶然发生的事情，但同时也是长期以来对自己放松要求，工作作风涣散的必然结果。经过反思，我对自己这段时间的工作成长经历进行了详细回忆和分析。

2、按照要求上交内容深刻的检讨一份，对自己思想上的错误根源进行深挖细找的整理，并认清其可能造成的严重后果。

发生这件事后，我知道无论怎样都不足以弥补自己的过错。因此，我不请求领导对我宽恕，无论领导怎样从严从重处分我，我都不会有任何意见。同时，我请求领导再给我一次机会，使我可以通过自己的行动来表示自己的觉醒，以加倍努力的工作来为我单位的工作做出积极的贡献，请领导相信我。

检讨人：

**上班睡觉检讨书200字篇七**

尊敬的单位领导：

我怀着深深愧疚、自责的心情向您递交这份检讨，以深刻反省我上班睡岗的行为。这次错误充分暴露出我缺乏使命感、责任心，没有一个坦实、明朗、端正的工作态度，也在一定程度上我对于自身所从事工作的厌倦。

身为一名保安人员，我的职责义务就是确保所辖区域的安全，确保在所辖区域发生紧急情况得到我的及时处理。可是我竟然上班睡岗，这说明的事情很多，可能是我当晚没有休息好导致我次日精神萎靡，更大的可能就是我已经厌倦了这份保安工作。而我这样的工作态度是相当危险的，再任由其发展下去，导致的结果也是不堪设想的。

正所谓“干一行，爱一行”，这里说的“爱”可不是简单的喜欢，因为喜欢一时，慢慢也厌倦了，可是爱则不同，热爱一门行业，就会彻底领悟这份行业的价值与精髓，全身心投入，是不会厌倦的，而自我也可以在这门行业当中扎下深根，待自我这一棵小树苗茁壮成长，终究长成参天大树，也可以继续长，因为我没有听说那棵大树长到一定年龄就死亡的。

上班睡岗的充分暴露我目前思想上有所缺乏，个人修养方面尚且稚嫩，幸亏领导您及时地批评教育了，纠正了我这棵微微歪曲的小树苗。

最后，我向领导保证，今后我一定认真对待保安工作，以坦然、务实的工作态度从事所职。

检讨人：

20xx年xx月xx日

**上班睡觉检讨书200字篇八**

尊敬的单位领导：

我怀着深深愧疚、自责的心情向您递交这份检讨，以深刻反省我上班睡岗的行为。这次错误充分暴露出我缺乏使命感、责任心，没有一个坦实、明朗、端正的工作态度，也在一定程度上我对于自身所从事工作的厌倦。

身为一名保安人员，我的职责义务就是确保所辖区域的安全，确保在所辖区域发生紧急情况得到我的及时处理。可是我竟然上班睡岗，这说明的事情很多，可能是我当晚没有休息好导致我次日精神萎靡，更大的可能就是我已经厌倦了这份保安工作。而我这样的工作态度是相当危险的，再任由其发展下去，导致的结果也是不堪设想的。

正所谓“干一行，爱一行”，这里说的“爱”可不是简单的喜欢，因为喜欢一时，慢慢也厌倦了，可是爱则不同，热爱一门行业，就会彻底领悟这份行业的价值与精髓，全身心投入，是不会厌倦的，而自我也可以在这门行业当中扎下深根，待自我这一棵小树苗茁壮成长，终究长成参天大树，也可以继续长，因为我没有听说那棵大树长到一定年龄就死亡的。

上班睡岗的充分暴露我目前思想上有所缺乏，个人修养方面尚且稚嫩，幸亏领导您及时地批评教育了，纠正了我这棵微微歪曲的小树苗。

最后，我向领导保证，今后我一定认真对待保安工作，以坦然、务实的工作态度从事所职。

**上班睡觉检讨书200字篇九**

尊敬的领导：

我怀着十二万分的愧疚以及十二万分的懊悔向你们写下这份检讨书，我为自己睡岗行为感到了深深地愧疚和不安，在此，我向各位领导做出深刻检讨：

通过这件事，我感到这虽然是一件偶然发生的事情，但同时也是长期以来对自己放松要求，工作作风涣散的必然结果。自己身为代班长，应该严以律已，对自己严格要求!然而自己却不能好好的约束自己，在工作时睡岗，给其他同事带来了恶劣的影响，不能起带头作用;虽然自己未能造成安全事故。可是，由于自己的失职，给公司带来了严重的安全隐患，如果发生事故，后果不堪设想~~~这也说明，我对自己的工作没有足够的责任心，也没有把自己的工作更加做好，更加走上新台阶的思想动力。在自己的思想中，仍就存在得过且过，混日子的应付思想。现在，我深深感到，这是一个非常危险的倾向，也是一个极其重要的苗头。

因此，这次发生的事使我不仅感到是自己的耻辱，更为重要的是我感到对不起领导对我的信任，愧对领导的关心。

同时，要诚心的谢谢领导，如果不是领导及时发现，并要求自己深刻反省，而放任自己继续放纵和发展，那么，后果是极其严重的，甚至都无法想象会发生怎样的工作失误。因此，通过件事，在深感痛心的同时，我也感到了幸运，感到了自己觉醒的及时，这在我今后的人生成长道路上，无疑是一次关键的转折。所以，在此，我在向领导做出检讨的同时，也向你们表示发自内心的感谢。

发生这件事后，我知道无论怎样都不足以弥补自己的过错。因此，我不请求领导对我宽恕，无论领导怎样从严从重处分我，我都不会有任何意见。希望自己的错误，给其他同事敲响警钟，睡岗影响是恶劣的，后果是极其恶劣的。上班睡觉万能检讨书范文

同时，我请求领导再给我一次机会，在以后的工作中我会通过自己的行动来表示自己的觉醒，以加倍努力的工作来为我单位的工作做出积极的贡献，请领导相信我。

年月日

猜你感兴趣

**上班睡觉检讨书200字篇十**

尊敬的单位领导：

我怀着深深愧疚、自责的心情向您递交这份检讨，以深刻反省我上班睡岗的行为。这次错误充分暴露出我缺乏使命感、责任心，没有一个坦实、明朗、端正的工作态度，也在一定程度上我对于自身所从事工作的厌倦。

身为一名保安人员，我的职责义务就是确保所辖区域的安全，确保在所辖区域发生紧急情况得到我的及时处理。可是我竟然上班睡岗，这说明的事情很多，可能是我当晚没有休息好导致我次日精神萎靡，更大的可能就是我已经厌倦了这份保安工作。而我这样的工作态度是相当危险的，再任由其发展下去，导致的结果也是不堪设想的。

正所谓“干一行，爱一行”，这里说的“爱”可不是简单的喜欢，因为喜欢一时，慢慢也厌倦了，可是爱则不同，热爱一门行业，就会彻底领悟这份行业的价值与精髓，全身心投入，是不会厌倦的，而自我也可以在这门行业当中扎下深根，待自我这一棵小树苗茁壮成长，终究长成参天大树，也可以继续长，因为我没有听说那棵大树长到一定年龄就死亡的。

上班睡岗的充分暴露我目前思想上有所缺乏，个人修养方面尚且稚嫩，幸亏领导您及时地批评教育了，纠正了我这棵微微歪曲的小树苗。

最后，我向领导保证，今后我一定认真对待保安工作，以坦然、务实的工作态度从事所职。

此致

敬礼！

检讨人：

日期

**上班睡觉检讨书200字篇十一**

尊敬的领导：

20xx年07.26.晚，本人在惠州淡水犯的是一个严重的原则性问题，今天我怀着愧疚和懊悔的心情给写下这份检讨书，向您表示我对昨晚上班期间睡觉的这种不良行为的深刻认识以和不再偷懒睡觉。

早在我踏上工作岗位之初，领导就三申请五令，一再强调全体维护员不得在上班期间睡觉，但是我还是犯了错误。虽然我知道这种行为也是不对的，但是我还是做了，所以我觉得有必要而且也是应该向领导做出书这份面检讨，让自己深深的反省一下自己的错误。事情发生到今天这个地步，我应该感到抱歉，我认识到上班睡觉的严重性，我有责任也有错，作为一名维护员，我不逃避责任。如果有什麽要我承担的，我愿意承担我所犯下的错误所带来的后果。写作模板

最后再次表明自己的决心，明确对事件的态度。恳请领导原谅我犯下的错误，能再给我一次机会，让我兢兢业业、用心认真的做好本职工作…。

年月日

**上班睡觉检讨书200字篇十二**

尊敬的单位领导：

回顾错误：当天是由于我在饮食方面不留意，导致我当晚肚子很疼。以后由于肚子疼痛，我又硬在岗位上坚持，后来出现了瞌睡情况，遭领导发现。

在此，我怀着深深自责的心情向您递交这份检讨，以深入检讨我于这段时间打瞌睡的错误。我知道，我身为保安的睡岗行为是严重的，睡岗期间公司的财务安全就得不到有效看管与保护，一旦出现安全题目就得不到及时处理，后果也是不堪假想的。为此，我要就我的睡岗行为先跟领导恳切隧道歉。

作为一位保安职员，自己的职责就是在工作期间保持时刻警惕，保证公司场所的安全。然而，我不管出于甚么缘由，确切存在了工作期间睡觉的行为，是违反了工作纪律条例的。错误发生以后，我深入知道单纯的检讨、道歉是苍白无力的，我惟有从这次错误当中吸取充分教训，确保今后不再犯此类错误，才是向领导最好的检讨、最好的答复。

经过深入检讨，我清楚地意想到这次错误我违反了工作规章条例暴露出我的工作纪律心不强，而且也说明了我缺少工作经验，一旦身体不适应当及时向领导汇报，不应当硬撑硬抗。也说明了我平常没有很好地留意照顾好个人身体，是生活经验有些缺少了。

在此，我要向领导慎重保证：从今往后，我一定要深入牢记身为一位保安的职责义务，在平常生活当中留意从各方面调剂好自己，特别是在饮食方面，并且我也要留意工作经验的积累，一有题目就及时向领导汇报，在工作之余我也要留意休息调剂，以最好的精神状态做好保险工作。

检讨人：

20xx年xx月xx日

**上班睡觉检讨书200字篇十三**

尊敬的单位领导：

回顾错误：当天是由于我在饮食方面不注意，导致我当晚肚子很疼。之后由于肚子疼痛，我又硬在岗位上坚持，后来出现了瞌睡情况，遭领导发现。

在此，我怀着深深自责的心情向您递交这份检讨，以深刻反省我于这段时间打瞌睡的错误。我知道，我身为保安的睡岗行为是严重的，睡岗期间公司的财务安全就得不到有效看管与保护，一旦出现安全问题就得不到及时处理，后果也是不堪设想的。为此，我要就我的睡岗行为先跟领导诚恳地道歉。

作为一名保险人员，自己的职责就是在工作期间保持时刻警惕，保证公司场所的安全。然而，我无论出于什么原因，确实存在了工作期间睡觉的行为，是违反了工作纪律条例的。错误发生以后，我深刻知道单纯的检讨、道歉是苍白无力的，我唯有从这次错误当中吸取充分教训，确保今后不再犯此类错误，才是向领导最好的检讨、最好的答复。 经过深刻反省，我清楚地意识到这次错误我违反了工作规章条例暴露出我的工作纪律心不强，而且也说明了我缺乏工作经验，一旦身体不适应该及时向领导汇报，不应该硬撑硬抗。也说明了我日常没有很好地注意照顾好个人身体，是生活经验有些缺乏了。 在此，我要向领导郑重保证：从今往后，我一定要深刻牢记身为一名保安的职责义务，在日常生活当中注意从各方面调整好自己，尤其是在饮食方面，并且我也要注意工作经验的积累，一有问题就及时向领导汇报，在工作之余我也要注意休息调整，以最好的精神状态做好保险工作。

检讨人：

xx年x月x日

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找