

## 上班时吃东​​西检讨书

### 篇1：上班时吃东​​西检讨书

尊敬的领导：

您好！

对不起，我在上班的时候嗑瓜子，给同事营造了一个不好的工作环境，影响了大家的工作，我对于自己的行为进行了认真的反思，我知道自己犯了错，我已经深刻的认识到了。

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，工作做风涣散的必然结果，也是与我们时代要求树新风，讲文明，背道而行。经过几天的反思，我对自己这些年的工作成长经历进行了详细回忆和分析。记得刚上班的时候，我对自己的要求还是比较高的，时时处处也都能遵守相关规章制度，从而努力完成各项工作。但近年来，由于工作逐渐走上了轨道，而自己对单位的一切也比较熟悉了，尤其是领导对我的关怀和帮助使我感到温暖的同时，也慢慢开始放松了对自己的要求，反而认为自己已经做得很好了。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，在这件事中，我还感到，自己在工作责任心上仍就非常欠缺。众所周知，服务行业一定要有规范的行为准则，工作时间我却吃起瓜子，这充分说明，我从思想上没有把工作的方式方法重视起来，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做得更好，也没给自己注入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，也是一个极其不好的苗头，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，通过这件事，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。

此外，我也看到了这件事的恶劣影响，如果在工作中，大家都像我一样自由散漫，漫不经心，那怎么能及时把工作落实好.做好呢。同时，如果在我们这个集体中形成了这种目无组织纪律观念，不良风气不文明表现，我们工作的提高将无从谈起，服务也只是纸上谈。因此，这件事的后果是严重的，影响是恶劣的。

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，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达自己的觉醒，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。我一定不会让您失望的，以后，我一定认真做好工作，把工作当成自己的事情来做，争取做到完美的程度。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

## 篇2：上班时间吃东西检讨书

尊敬的领导：

您好！

20xx年x月x日x时本人于上班时间吃零食，违背了公司规定：x章x条x项，如今此作出郑重检讨。上班时间吃零食是违背公司规定，影响公司形象的不良行为。

人思想局限，没能从公司开展角度考虑问题，没能很好的约束自我不良习惯，贯彻公司的相关精神，不仅表现为对公司的不尊重，也是自我一种不负责任的行为，更影响到周边同事的工作积极性，这种自私、自我的精神是非常不对的，在此本人作深入检讨：自此，本人一定熟读公司相关规章制度，以公司规章制度作为自我行为标准的标本，严格标准自我行为，并大力弘扬公司的章程标准，从我做起，以身做那么，带动一切可以带动的人，积极主动纠正其他同事的不良行为，使公司风貌朝着安康向上的方向开展。

吃东西严重损毁个人抽象继而损毁了公司抽象，给其他共事造成烦扰。这样一次事情的出现，充分说明了本人没有在意身旁共事的感触，要知道公司里面是一个相对封锁的情况，又因为如今天气炎热空调翻开，公司里面经常洋溢本人的早饭葱油饼、肉包子的味道严重得影响了共事任务，我这样的行为实在太显得不注意了。

也反映个人本质不高，让领导揪心。作为公司里的一名员工，也是公司一分子，个人本质的上下很直接牵动着领导的心。如今我偷吃东西就让领导觉察，让领导深深得感觉到自己底下的员工本质亟需进步，也加重了领导的任务压力，让领导悲伤惆怅，可能还会招致领导表情抑郁、疾苦失眠。

总而言之，上班偷吃东西是绝对不高雅、不庄重、不照顾别人的不文明行为，我必须严肃对待。在此向领导作出慎重包管：从今日后，我一定不会在公司的办公区再有任何吃东西的行为了。

感谢上级领导给予我改正错误的时机，对上级领导的谆谆教诲本人铭刻于心并深入反思，也认真恳求上级领导对本人往后的监视与考验，谢谢！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

### 篇3：上班时间吃东西检讨书

尊敬的单位领导：

您好！

近期我在公司上班期间反复出现吃早饭的情况，在此怀着深化懊悔的表情递交检讨书，以充分查看这个不对。

回想不对经过：最近一段时间，本人觉察自己胃部不适，上病院查看大夫确认觉察是胃部发炎。经过一番考虑研究，本人意想到由于近期本人早饭一直没有吃的来由招致了胃炎的产生。原来本人都是有吃早饭习气的，可是近期由于经常去的一家早饭厅关门歇业招致了本人一时间没有什么早饭可以买，不得已只可以到间隔公司较近的餐饮街购置早饭，这一来耽误了上班时间，二来也招致了近期我屡次携带早饭来公司并且在上班期间偷吃的状况。

现如今查看不对，本人觉得非常惭愧，主要意想到自身有这么几点不对：

一、没有任务的充分准备。没有充分意想到自身作为一名公司出售部职员，泛泛在公司的上班期间需要时刻确保出售信息的及时处理，上班期间应该打起十二分的注意力，不可以再将精神花在用饭上了。

二、吃东西严重损毁个人抽象继而损毁了公司抽象，给其他共事造成烦扰。这样一次事情的出现，充分说明了本人没有在意身旁共事的感触，要知道公司里面是一个相对封锁的情况，又因为如今天气炎热空调翻开，公司里面经常洋溢本人的早饭葱油饼、肉包子的味道严重得影响了共事任务，我这样的行为实在太显得不注意了。

三、反映个人本质不高，让领导揪心。作为公司里的一名员工，也是公司一分子，个人本质的上下很直接牵动着领导的心。如今我偷吃东西就让领导觉察，让领导深深得感觉到自己底下的员工本质亟需进步，也加重了领导的任务压力，让领导悲伤惆怅，可能还会招致领导表情抑郁、疾苦失眠。

总而言之，上班偷吃东西是绝对不高雅、不庄重、不照顾别人的不文明行为，我必须严肃对待。在此向领导作出慎重包管：从今日后，我一定不会在公司的办公区再有任何吃东西的行为了。并且重视平常饮食调理，让各餐都尽量完好得在公司内部处理以确保良好的任务状况。

检讨人：xx

xx年xx月xx日

## 篇4：上班时间吃东西检讨书

尊敬的领导：

您好！

在公司即便没有明文规定员工不能上班时间吃东西也不应该这样做，事实上前段时间我正是因为上班时间吃东西而受到了领导的批评与教诲，虽然说在当时自己还抱着幸运的心理而在一旁偷偷地吃东西，但是事后领导的发现无疑令自己吃东西的行为感到非常惭愧，因此我打算用这份上班时间吃东西检讨书来反省自己犯下的过错。

我应该要明白自己上班的时间吃东西很有可能会导致工作注意力不集中，毕竟自己的精力都花费在吃东西以及防止领导发现上面又怎能做好工作？事实证明吃东西的行为确实会导致自己工作的质量会受到一定程度的影响，而且万一食物洒落在工作的器材上面很有可能会导致相应的设备受到损坏，怎么想都会觉得上班时间吃东西对员工来说是一种得不偿失的行为，或许自己这天因为一些原因没能在上班之前吃到早饭或者午饭，但是这并不代表自己可以因为这样的理由而在上班时间吃东西，上班时间吃东西的行为从某种程度上来说也是对自己这份工作的不尊重。

另外我必需要认识到上班时间吃东西对身边同事造成的不良影响，无论是自己偷偷吃东西的样子还是食物散发出来的气味都会影响到同事的工作，至少我觉得自己作为公司的一员必需要懂得维护工作的环境才行，但是自己上班时间吃东西的行为很明显严重干扰到了工作的环境，或许周围的同事因为一些原因不方便直接指责自己吃东西的行为，但是这并不代表着他们可以在以后的工作中继续放任我吃东西的行为。

因此在以后的工作中我必需要尊重同事的意见才可以得到比拟好的反应，至少我不可以因为上班时间吃东西而导致同事对自己产生厌恶的情绪，为了杜绝这样的事情发生还是应该尽量防止在上班的时候吃东西，至少我不应该将用来工作的时间花费在吃东西这种毫无意义的事情上面，无论从个人道德修养方面还是维护集体利益方面都不应该在上班时间吃东西，因此在今后的的工作中我还是应该合理安排好时间防止上班时间吃东西。

有些时候只有在规定的时间内做自己分内的事情才不会因此而感到手足无措，至少假如不可以尽快制止上班吃东西的状况很有可能会在将来因此影响到自己的工作，假如等到工作出现失误再因为上班吃东西而感到懊悔可就太令人绝望了，作为公司的一份子决不可以因为上班吃东西的事情影响到大家的正常工作。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

## 篇5：上班时间吃东西检讨书

尊敬的各位领导：

您好！

感谢您能在百忙之中抽空看我写的检讨书，关于20xxx年1月16日在岗期间吃馒头一事，经过是这样的。那天晚上我在馒头车间上夜班到早上7点下班，7点后我又回到酱油车间上料，早上没能按时吃饭，到早上9点多，我就饿了，活干不动了，我就去馒头车间找石主任要个馒头吃，结果石主任没在车间，我还着急回酱油车间上料，正巧碰到你们车间的员工，我就要个馒头吃，后来被石主任知道此事就把事情上报给上级领导了。

上级又给我车间主任致电询问此事，我车间主任又找我给我好顿批评，我一气之下，就去找石主任讲理去了，结果越讲越生气，俩人就吵起来了。现在我知道错了，我不想再为自己的错误找任何借口，那只能让我更加惭愧，我现在怀着万分的愧疚给领导写下这份检讨书，以向您表示我对在岗期间不再拿厂部的任何东西吃了，这种恶劣行为深痛杜绝及打死也不再犯的决心，早在我刚进酱油车间时，我车间主任林永波就已经三令五申，一再强调不许拿厂部的东西，一旦发现，轻者罚款，重者开除，这回我铭记在心，以后我不能再犯上班，今后，我要以优秀的表现来弥补我的过错，短短的百余字不能表述我对自己的谴责和责怪，我知道错了，我不该在岗期间拿厂部的东西吃，我希望厂领导能给我改过的机会。

如果厂领导能给我改过的机会，我会化悔恨为力量，我绝不在同一地方摔倒重犯。今天我要感谢领导让我写这份检查，是领导让我认识到自己的错误的严重性，给我改过的机会，使我离成功更近了一步，我会努力工作书。我已经把这个工作当成我生活的一部分了，请领导继续关心监督，帮助我改正缺点，取得更大的进步和成功。

检讨人：xxx

20xx年x月x日

## 篇6：上班时间吃东西检讨书

尊敬的xx领导：

您好！

我知道我在公司里上班时间吃东西是很可耻的，更是明白我吃东西的行为是相当地影响其他员工的工作，我这样的行为太自私了，我真是不应该在上班时间吃东西的，如今的我已经是完全的知道自己错了，请领导责罚。

当时，我在自己的岗位上工作得有点累了，正好想到我的包里有一袋瓜子，于是我就自顾自的打开吃了起来。我并没有意识到我嗑瓜子的行为是对其他同事有很大的影响的，当时的我只想着自己一边工作，一边嗑瓜子这样的行为很爽，没有去多想其他的，我为自己的无知感到很难过。在公司领导也是说过尽量不要在公司里面吃东西，我也是有记着的，但是在那个时候的我拿出瓜子的那一刻，就没有将这个话在脑子里回想，竟然自顾自地就吃起来了。我没有以他人的角度来对我的行为进行思考，我就已经是有很大的错误了。对此我感到十分的抱歉。

领导，我明白这一次我做下的事情是想要获得原谅很困难的，我知道自己在这方面对自己的管束是完全不够的，我更是明白我没有顾忌到领导和同事就很伤大家的心了。但是请领导相信我，我一定会改变的，我已经为自己的行为感到深深的悔意了，在之后的日子里，我会以这样一次犯下的错误行为来时刻地警告我自己，希望我可以完全地成长成为更好的样子。

我这次在上班的时间吃东西就是没有遵守公司的制度，我明白我的不对之处，我恳请领导可以对我的行为提出严厉的批评，并且我会改正的，我会在所有的同事的监督下改正的。上班时候吃东西就是一种针对于上班过程的亵渎，我没有以自己最为认真的态度来面对整个的工作，是我很不好的地方，我已经明白了。我恳求领导可以对我的行为进行很严肃的责骂，这样我不好的行为才能被大家知道，才可以更好的使得全公司的人都对这样的事情有警惕之心，才可以使得整个公司处于一个和谐安定的环境中。在大家明白不能做这样的事后，大家就可以对这样的行为进行相互的提醒，避免还会有人再做下这么不可以饶恕的事。

我一定会将公司的制度记在心中，更是会将这次我自己说的话记住，在之后的工作中正确对待每一天的任务，将自己的任务都完成好，不再做出公司制止的事情，我相信在我这样的觉悟之后我必定是会有很大的进步，这个进步不仅仅是在工作上的，更是在思想上的。我敢信任我可以更为到更好的自己。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

## 篇7：上班时间吃东西检讨书

尊敬的领导：

您好！

非常抱歉竟然因为这样的事情打搅您，为了自己的一时口腹之欲，居然在工作中做出违背规定的事情。但是您说的对，规定就是规定，违背了我就得承受惩罚，不然公司之中还谈何秩序呢？这次在工作的时间我偷吃零食实在是非常的对不起。我知道公司的这项规定，

但是却没能好好的去遵守，实在是抱歉。

对于公司的规定，我没能好好的遵守实在是该罚，但是我必须首先知道自己终究错在了什么地方！这次的事情外表上只是我违背公司的规定在工作的时候吃东西，但其实这也表示我自身有很多的潜藏的问题，无论是思想上还是行为上，甚至是道德上。我必须好好的反省自己的这些问题，对自己的情况认真的分析，对自己的错误认真的改正。

首先，我自己的思想上有着严重的问题，对公司规定的不遵守，想着只是吃个零食提提神，结果却完全将“这是公司的规定”下意识的忽略，实在是糟糕。作为一名员工，我们不说以规那么第一，但是也要时刻的去遵守这个规那么，这样才能有一个严谨有序的公司。要是人人都这样凭自己的意愿忽略公司的规定，这样公司还怎么运行？这次的事情虽然是件小事，但是它带表确实是我违背了公司规定的大问题！

对于我这种思想，我必须严肃的改正，要让自己彻底的认识到，什么是可以做的，什么是必须遵守的！我会好好的牢记公司的规定，领导的要求，不会再在规定的方面钻空子。

其次，是我的行为方面有了这个想法是一件错误，但是真正的将这个想法付诸于实现就是更加深化的错误了。是我没有好好的对自己有一个约束，对自己没有有效的管理。总之犯下了这个错误实在是我的自控才能太差，我会好好的反省自己，让自己能改正这样的问题！

最后，也就是我最对不起大家的地方。在工作这么严谨的时候，我却单独在自己的岗位上大快朵颐不仅给同事们的工作造成了影响，还给大家带了个坏头。更重要的是个我们部门的荣誉抹了黑，实在是非常的对不起！

经过反省，我彻底的认识到自己的问题所在，我会好好的改正自己这些问题，保证绝对不会再犯！假如我还有什么遗漏，欢送领导指出！我一定虚心承受！

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日