

以控制情绪为的演讲稿(优秀5篇)

要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看吧。

以控制情绪为的演讲稿篇一

克日，一份关于职场人诉苦状况的观测陈诉出炉，观测功效表现，近九成职场人天天城市发出诉苦。个中，65.7%的人天天诉苦1至5次，13.8%的人天天诉苦6至10次，4.8%的人天天诉苦20次以上，只有11.2%的人暗示本身“从来不诉苦”。诉苦的内容与事变相干的比例最大，感情题目紧随厥后，接着是家庭题目。至于诉苦的目标，高出70%的职场人暗示本身诉苦首要是为了发泄心田的苦闷，而但愿通过诉苦办理题目的比例不到30%。

职场人，好的情感可以使人乐观向上，服务坚决，富有缔造性和灵感。不良的情感则使人发生疲惫感乃至导致疾，同时也会熏染周围的人，进而，你也会徐徐成为办公室不良情感的劈头地，害得许多同事阔别你。

要领一：改变设法，改变自己：人在安宁的糊口中，每每认为沉闷、没有朝气、提不起精力，假如当令的对不变的风俗、一成稳固的事变，做一些小的变换，就会有一种奇怪感。如对办公室或居室举办一些小的调解，改变一下装饰，试着交个新伴侣，投入一种新的喜爱，写一篇关表情绪的漫笔，等等，都是一种很是不错的步伐。

(2) 换换装扮：假如你一往办公桌前一座，大概看到本身衣冠不整，蓬头垢面，没有扮装的脸，不良情感大概会暗暗地

涌上心头，同时，当有率领或同事到你跟前的时辰，也会使本身处于忧伤的状态，不妨找一个空档，去妆扮一下，换换装扮，说不定，你的好神色，也随之而来了呢打。

(3) 巧用颜色：为了保持本身的精采的情感，应起劲去探求，打仗那些温顺、柔和而优?拘活力的颜色，如绿色、粉赤色、浅兰色等。

(4) 走进大天然：大天然的奇山秀水常能震撼人的心灵。登上高山，会顿感气度坦荡。放眼大海，会有超脱之感。走进丛林，就会认为统统都那么清爽。这种柔美的感受每每都是精采的情感的诱导剂。

(5) 浏览音乐：事变之余，午休之时，假如你还在被坏气候，影响得不能自拔的话，不如放一首本身喜好听的音乐，戴上耳麦，在抒怀美妙的音乐中，让你的魂灵穿过音乐的海洋，去观光吧，你必然会认为精力振奋，情感丰满，信念倍增。

(6) 多打仗阳光：经研究表白，在阴雨天人每每呈现情感低沉的征象，这是人受阳光折射太少而引起的，以是应该多晒太阳。

假如其实不可，那只好试试下面的办公室情感打点三步法了：

1、我此刻有什么情感？

因为我们泛泛较量轻易抑制感受可能常以为有情感是欠好的，因此经常忽略我们真实的感觉，因此，情感打点第一步就是要先能察觉我们的情感，而且采取我们的情感。情感没有优劣之分，只要是我们真实的感觉，我们要进批改视并接管它。只有当我们认清我们的情感，知道本身此刻的感觉，才有机遇把握情感，也才气为本身的情感认真，而不会被情感所阁下。

2、我为什么会有这种感受？

我为什么气愤？我为什么惆怅？我为什么认为荆棘无助？我为什么……找出缘故起因我们才知道这样的回响是否正常，找出激发情感的缘故起因，我们才气有的放矢。

3、怎样有用处理赏罚情感？

想想看，可以用什么要领来纾解本身的情感呢？泛泛当你神色欠好的时辰，你会怎么处理赏罚？什么要领对你是较量有用的呢？也容许以通过深呼吸、肌肉败坏法、静坐冥想、行为、到旷野逛逛、听音乐等来让神色安静，大概会大哭一场、找人聊聊、涂鸦、用笔抒怀等方法，来宣泄一下可能换个乐观的设法来改变神色。

假如其实不可，那再找你一个绝招，带上名誉卡，去a_购物吧，当你一顿刷之后，再回到办公室的时辰，你的神色必定好起来了，哎呀，原本不良情感这么浪花钱啊，可得好功德情了，此刻神色好了，开工了！

以控制情绪为的演讲稿篇二

面对激烈的社会,不竞争我们将裹足不前，竞争上岗很有必要。下面就由本站小编为大家分享疾病控制科长竞争上岗演讲稿，欢迎欣赏。

首先，我衷心感谢组织和各位领导给了我竞聘疾病控制科科长职位的机会，衷心感谢同志们鼓励和支持我参与竞争，接受挑选。

下面，我将一个真实的自我向大家推介：

我出生于20xx年9月，现年47岁，大专文化，中共党员。工作

经历主要分为两个阶段。

第一阶段是从20xx年10月至20xx年6月，在湘潭县工作近二十年，曾先后担任过县卫生局干事、业务股长、副局长(分管政工人事与农村卫生)、县中医院院长兼书记、县计划生育委员会副主任(分管技术服务)等职务，由于本人工作踏实肯干，工作业绩突出，曾15次被评为县先进工作者、系统优秀党员、获县人民政府记大功等表彰奖励。

第二阶段是20xx年6月至今，经局领导和政工人事部门考察，将我调入市卫生系统工作，先是在市口腔医院任党支部书记兼副院长，主管党务和分管财务工作，因工作作风比较深入，善于做群众耐心细致的政治思想工作，获得口腔医院绝大多数干部职工的科长竞聘演讲稿范文好评与欢迎。20xx年1月，我被调入局机关工作，有幸与在座的各位同志共事。担任防疫妇幼科科长6年多来，年年圆满完成了岗位工作任务，所担负的业务管理工作项目，如救灾防病、霍乱防治、计划免疫、地方病防治、卫生监督、整顿治理市场经济秩序、食品打假等，年年都要接受省卫生厅及至国家卫生部的多次检查考核，每次都取得了省内同项目工作前5名的好成绩，本人也8次被省厅评为先进个人，4次年度考核被局评为“优岗”等级，两次被评为系统优秀党员等。以上工作成绩与个人荣誉的取得，渗透了组织领导对我的精心培养和教导，渗透了同志们对我的热情帮助与支持，离开了组织领导和同志们，我个人只会一事无成。在这里，让我借此机会，向在座的各位领导和同志们，再次表示衷心的感谢！

我知道，要当好疾病控制科科长，要适应卫生改革不断发展的形势，是有一定的难度，但作为一个在卫生系统工作了二十多年的科级干部，只有迎难而上，接受挑战，经受考验，才能不断激发自己的潜能，去实现人生的最大价值。

俗话说：尺有所短，寸有所长。总结自己的长处，我认为主要有6点：

- 1、思想纯洁，作风正派，对党忠诚；
- 2、工作热情高，责任心强，具有敬业精神；
- 3、具有一定的政策水平；
- 4、具有一定的组织、协调和管理能力；
- 5、廉洁奉公，遵纪守法；
- 6、团结同志，坦诚待人。

当然，要说我如何比别人强，怎样比别人有优势，那不现实。审视自己的不足，对照疾病控制科科长岗位的工作要求，我认为自己在今后工作中要从以下6个方面进行努力。

一、增强学习紧迫感

疾病控制科的工作，政策法规性强，业务技术性强，加之当今社会已进入信息化时代，如不加强学习，就难以适应工作岗位的要求，被时代所淘汰。因此，我将时刻保持一种危机感，一定要静下心来学习，努力提高自己的思想政治素质和工作水平。向书本文件学习，打牢理论基础；向领导和同志们学习，掌握工作诀窍；向实践学习，不断增长才干。

二、增强工作责任心

疾病控制科的工作牵涉面广，政治敏感性强，要负责拟定全市传染病、地方病、慢性非传染性疾病及公共卫生相关疾病的防治规划与措施，监督管理传染病、地方病、职业病，组织实施计划免疫工作，组织调度全市卫生技术力量开展救灾防病、对重大突发疫情、病情实施紧急处置等。稍有不慎，就可能造成重大影响。因此，对每一项工作，思想上要高度重视，行动上要迅速敏捷，办理时要认真细致，事后要及时跟踪反馈，

检查督导，确保工作落到实处。

三、加强工作规范性

疾病控制科对内是局机关的一个业务科室，对外则代表局行使行政执法职能。贯彻实施上级有关卫生法规和政策.技术规范 and 标准;负责卫生行政复议和对卫生行政执法的监督;负责管理食品.职业.环境.放射.学校等五大卫生;监督实施食品.化妆品的质量管理规范;负责健康相关产品检验机构.公共卫生监测.检验机构的认定和审核报批工作;负责职业卫生安全监察工作;负责对全市卫生执法监督工作指导协调等，每一项工作都应该照章而行，规范运作，绝对来不得半点虚假或投机取巧。

四、增强服务意识

科长竞争上岗演讲稿：疾病控制科的工作大多面向社会.面向群众.面向基层，与各级疾病控制.卫生监督机构，既存在组织指导关系，又存在协调服务关系，因此应增强服务意识，多深入基层一线，多倾听群众意见，并尽力帮助他们解决一些实际问题，在疾病控制.卫生监督系统，努力营造出政通人和.百事俱兴的可喜局面。

五、增强工作主动性

疾病控制科接受上级指令性任务多，处理突发事件多，日常事务多，工作容易处于被动忙乱状态，因此要着力培训自己抓住重点.主动出击的能力，多作调查研究，全面分析判断，做到工作早规划.早安排，克服盲目性，掌握主动权。

六、增强团结与和谐

团结就是力量，我将更加严于律己，宽以待人，与科室同志一道努力营造人和事顺的良好氛围。

各位领导、各位同事，我衷心希望大家能给我一个进步和发展的机会。然而，竞争上岗，必有胜负，到时是：万家灯火谈竞争，几家欢乐几家愁。但古人云：“不可以一时之得意而自夸其能，不可以一时之失意而坠其志”，无论胜负与否，我将以此自勉，一如既往地搞好工作，象螺丝钉一样，拧在哪里，就在哪里发挥作用；象萤火虫一样，飞到哪里，就在哪里闪闪发亮！

我的演讲完毕，谢谢大家。

尊敬的各位领导、各位评委、各位同事：

大家下午好！我叫×××，××岁，中共党员，硕士研究生学历，中级职称。首先，我衷心地感谢领导为我们提供的公平、公正、公开竞争的机会。我会以自己的实力参见这次竞选。

一、工作能力强

我曾在医院从事××20xx年，积累了丰富的临床工作经验，三年的研究生求学生涯使我的理论知识进一步升华，科研能力有了质的飞跃。××年我来到疾控中心，凭着对业务的浓厚兴趣、自身的扎实功底，尤其重要的是领导支持，我目前的工作进行地游刃有余。

三年多来，我负责开展了5项新工作：1、手足口病毒检测，目前共检测××余人份；2、流感病毒检测，共检测××人次；3、××检测，共检测××余人份；4、细胞培养及流感病毒分离工作；5、乙肝病毒载量检测。其中，流感病毒分离工作在全省率先开展，目前该项工作在全省地市级实验室遥遥领先，我市分离出的阳性毒株占全省的将近一半，阳性率远远高于省疾控，受到上级部门的赞赏和表扬。流感、手足口□cd4细胞等检测项目参加国家和省级的年度pt能力验证，成绩优秀。

二、钻研能力强

工作中，我不断学习掌握新的技术手段，洞察最新科研动向，三年时间以第一作者发表高质量论文4篇。其中1篇英文发表在国际sci杂志××，另有3篇发表在国家级核心期刊和一级学报。

三、有高度的责任感

20xx年甲型h1n1流感暴发，手足口病疫情形势也极为严峻。我始终怀着高度的责任感，以大局为重，从不提个人困难和要求，及时发现我市第一例h1n1流感病例，并及时出具每一例重症病例报告和所有的监测报告；同时认真做好手足口病检测工作，从不会因为任何原因而马马虎虎、凑合完成。

四、有较强的沟通和协调能力

科室内，我团结每一位同志，与大家愉快合作；同时与外科室也建立了良好的工作关系，各项工作都在和谐的环境中完成。

1、加强质量控制、考核和评价，每年制定管理评审、内部审核各一次，发现问题，及时改正。

2、加大实施人才战略力度，培养出专科领域具有省、市领先水平、有一定知名度的专家。利用好现有的先进设备和专业型人才，构建科室科研平台。 3、在做好各项工作的同时，重点抓重大传染病病原检测工作，特别要注重检测质量和生物安全。保证为社会做好服务的同时，杜绝一切医疗纠纷和生物安全事件，树立单位形象，保护职工利益。

“得之坦然，失之淡然”。无论结果如何，我都会以一颗平常心来面对，一如既往地做好本职工作。谢谢大家！

尊敬的各位领导：

大家好!

首先，感谢厅党组给我这一次展示自己的机会!今天，我参加竞选的是疾病控制副科长职位。下面，我从三个方面简要向各位领导和同志们汇报。

一、工作经历

我叫杨，今年三十六岁，中国民主促进会会员。年毕业于医学院预防医学系，获公共卫生学学士学位，最初在基层防疫站工作;年调入省流行病防治研究所，同年借调到省地病办;年参加公务员录用考试，正式调入省卫生厅地病办工作至今。在省卫生厅工作十二年中，两次被全国地病办评为地方病统计工作先进个人并受到表彰。年—一年参与全国地方病统计计算机系统软件的研制，并获厅级科技成果三等奖。年，参加省委第二批村建工作队到宁蒗县锻炼半年，工作结束时，受到了中共丽江地委村建领导小组的表彰。免费公文网，全国公务员共同天地年跟随厅领导参加了在北京举行的第xx届国际麻风病防治大会，被评为全国麻风病防治先进个人，在这次大会上受到了卫生部的表彰。今年年初又被评为“八五”至“ ”期间全省传染并地方病防治先进个人，受到省卫生厅和省人事厅的表彰。参加了《云南省血吸虫病防治史志》一书的撰写工作。有多篇论文被国家级和省级医学杂志刊用。

二、参加竞岗的主要条件

(一)本人坚持四项基本原则，拥护中国共产党，热爱祖国，遵纪守法，我认为一个人应当正直坦诚，刚正不阿，光明磊落，不人去亦去，坚持真理和原则。

(二)有大学五年扎实的预防医学知识和两年的卫生管理经验，并具备本岗位所需的专业知识和卫生管理知识。在从事地方病防治管理工作的十二年里，得益于省地病办苏发昌、李学忠、武佑兴等三位主任的直接领导和支持，以及周围同志的

热心帮助，使我在各方面进步很大，有能力胜任工作；其次我热爱疾病控制事业，熟悉我省主要传染并地方病流行的历史及现状，熟悉与传染并地方病防治相关的政策法规和专业知
识，熟悉全省卫生防疫机构建设和发展以及全省传染并地方病防治管理现状，多次参与过疫区处理，经常深入条件艰苦、交通不便的病区调查了解情况，并能就防治对策及防治效果评价等提出独到的见解。

(三)我年轻，身体健康，工作热情高，有较强的文字写作和语言表达能力。

三、上任后的工作设想

一是摆正自己的位置，做好份内的工作，当好处长的参谋和助手，工作主动但不越权、越位。

二是与全处同志一道尽快熟悉新的工作。按照厅“三定”方案，即将成立的疾病控制处将由现在的疾控处、地病办、爱卫会和国际贷款项目办联合组成，其职能将更多，工作内容更广泛，难度也更大。由于是新组建的处室，人员来自各个方面，对各不相同的工作内容和工作性质需要一个相互熟悉的过程。因此，必须根据省委、省政府赋予疾病控制处的职能以及所担负的工作任务，在较短的时间内，理顺工作思路，做好人员分工，建立新的规章制度和工作秩序，使疾控处工作尽快走入正轨。

三是做好卫生防疫工作。我省仍然是传染并地方病流行较严重的地区之一，卫生防疫保障任务十分艰巨而繁重。中央制定的西部大开发战略对我省来说是一次难得的历史机遇，对疾病控制工作也面临严峻的挑战。按照省政府领导在全省卫生工作会议上提出的意见，紧紧围绕建设绿色经济强省，民族文化大省，把云南建设成为通向东南亚、南亚的国际大通道这三大战略目标以及继续深入贯彻落实中共中央、国务院关于卫生改革与发展和省委、省政府的《实施意见》，按照

厅党组提出的“重点疾并重点防治，重点地区、重点预防，重点人群、重点保护”的原则，以鼠疫、霍乱、结核、疟疾等疾病防治为重点，抓好疾病监测、人才培养、机构建设，抓好爱国卫生运动和项目管理工 作，建立健全暴发疫情和突发事件应急处理机制，提高快速反应能力。

四是与全处同志一道，努力营造一种轻松和睦、健康向上的工作氛围，无论是领导还是一般工作人员，在一起共事是彼此的缘分，出现分歧也在所难免，大家都应有全局观念，以大局为重，以事业为重，加强团结，求同存异，认真履行职责，勇于承担责任，只有形成合力，才能共同担当起全省疾病控制管理的重任。

五是加强自身的政治理论和业务知识学习，及时学习和掌握党和国家的卫生政策，不断提高自己的政治思想素质和工作水平，努力完成厅党组交办的一切任务。勤政廉洁，不贪不拿，务实高效，不断进取，谦虚谨慎，踏实做人。

我的志愿如果能够实现，相信自己有信心、有能力做好工作，再次感谢厅党组给我这样一次与大家交流学习的机会。无论成败与否，我无怨无悔。请同志们投信任我的一票！

谢谢大家！

以控制情绪为的演讲稿篇三

大家好！

美国前陆军部长斯坦顿来到林肯那里，气呼呼地说一位少将用侮辱的话指责他偏袒一些人。林肯建议斯坦顿，写一封内容尖刻的信回敬那家伙。

从上面这则故事可以看出，林肯是一个很能控制情绪的人。

林肯作为美国总统，并不是每个人都会拥戴他，而他也会有许多树敌，但他并没与那些人争锋相对，他能够控制自己的情绪，并能容忍他们，所以林肯才能成为美国历史上重要的人物之一。

1、适度宣泄。一个人总不能压抑着自己，所以要在合理的范围内适度的宣泄，譬如说，当你心情压抑的时候，你可以躲到无人的地方，大声说出你心中的烦闷，让风带走那些烦恼。

2、自我安慰。这是大部分遇到挫折或痛苦的人会采用的方法，不断的在心里慢慢开导自己，劝自己“塞翁失马，焉知非福”之类这些。

3、交往调节。指的是一旦遇到困难，可以找自己信得过的朋友倾诉烦恼，在他的劝解下逐渐走出悲观的情绪。

其实，自我控制情绪的方法还有很多种，我这里就不一一介绍了，如果大家有兴趣的话可以自己去网上找找，相信大家也能学到许多。谢谢！

以控制情绪为的演讲稿篇四

虽然我们离战争很远,但身边因事故而提前离开我们的消息不断。截止8月5日,全局共发生6起职工死亡事故和2起重伤事故。特别是7月29日以来,杭州北车辆段和南京东机务段连续发生两起职工死亡事故。痛定思痛,事故是惨痛的,教训是深刻的。当务之急,尽快找准发生不安全事故的根源,避免同类事故不再重演。

劳动安全中的人性化管理,要求各级管理者必须带着感情抓安全,带着责任抓安全,时刻把“人命关天”的事放在心上,把“人的生命”放在高于一切的位置,作为安全工作的根本出发点和归宿点。否则,职工人身安全没有保障,职工安全素质没有提高,职工群众的根本利益就难以得到体现,铁路

跨越式发展就会失去前提条件和基础。因此，要求管理者制定安全制度时，注入安全以人为本的价值观，提高安全制度的科学性、合理性、可操作性，并通过宣传培训内化，营造出“人人生产安全，人人享受安全”的浓厚安全氛围，使“违章就是违法，违章就是犯罪，违章就是自杀”的观念变成全员共识，变成职工自觉遵守安全制度的行为习惯。

劳动安全中的人性化管理，要求管理者学会理解人、关心人和尊重人，多一些“人情味”，少一些简单粗暴；多一些润物无声的思想教育、理解引导、认同关爱，少一些居高临下、我打你通、以罚代教。管理并不是把职工管死，而是强化职工对安全制度的认同，消除作业中的侥幸心理，增强自我防范意识、强化劳动保护措施，激发保安全的自觉性和主动性。因此，不仅要强化职工按作业标准的执行意识，更要强化管理者“刚柔相济”、“严爱相融”的人本管理理念，通过提高管理干部的管理“情商”，及时化解管理者与被管理者的矛盾，为职工执行规章创造和谐环境，共同担负起劳动安全的责任。

当然，人性化管理不等于人情管理，更不是好人主义，看到职工犯错误不管不问不批评，而是严中有爱，严中有情，通过狠刹现场“两违”，硬起手腕来抓安全，使职工切实感受到严格后面的关爱，无情背后的真情。如果说制度管理是“硬管理”，是劳动安全管理的基础，那么“人性化”管理就是“软管理”，是硬管理的必要补充，只有两者达到和谐统一，才能确保劳动安全长治久安。

从这个意义上说，要避免这类悲剧再度重演，各级管理者必须时刻强化“关注安全、善待生命”的价值观，重视劳动安全中的人性化管理，不断提高职工自身不受伤害、也不伤害别人的职业素质，这既是铁路劳动安全生产的目标所在，更是广大职工家庭的共同期盼。

历史档案管理处处长竞聘演讲稿

尊敬的各位领导：

大家下午好！

首先，我得各位领导组织这次竞聘演说，我叫李凡，今年47岁，有20年的工作经历、22年的xxx党龄□xxx年7月调入省xxx□1998年3月任主任科员；党校研究生学历。

我这一次竞争的岗位是：历史档案管理处处长。

我之所以选择这个岗位，基于以下四点考虑：

参与档案资源建设年活动和工作考察，注意了解档案管理处室的情况，对历史档案管理和性质有了更进一步的认识，被那里拥有丰富的馆藏资源和深厚的历史文化底蕴所深深吸引。也促使我开始关注历史档案管理工作。

我们局馆历史处负责保管、整理清王朝乾隆十九年以来旧xxx各个时期的40余万卷历史档案，其中：清代满汉合璧全宗档案、伪满时期关东军宪兵队档案、伪满中央银行档案、中朝关系档案等珍贵档案是我馆镇馆之宝，是我省历史的鉴证。我是学中文的，这对我有着很大的诱惑力，我愿意在这里发挥作用。

我将系统学习历史档案管理的基础理论和业务知识。特别要向老同志、向处里全体同志虚心学习，尽快地熟悉业务，进入角色，开展工作。

按照分工摆正位置，强化大局意识，当好参谋助手，在工作中做到出谋划策到位，参与决策不越位，承担责任补位，执行任务当前卫。

最后我想说：无论这次能否上岗，我都服从领导，一如既往地踏实做事、坦诚做人。我来xxx工作20年，得到了各级领导

和许多同志的教诲、关心、帮助，我借此机会向大家表示真诚的感谢。

谢谢大家！

宿舍管理竞聘演讲稿范文

尊敬的各位领导，各位评委：

我竞聘的岗位的是舍务处。

40多岁的年纪在众多竞聘的人选中，女同志中已是寥寥可数。但无论是作为一名xxx员，还是一位国家干部，责任感和使命感都在促使我把学校未来发展的热情和期望陈述给各位领导，各位评委。1972年参加工作以来，我作为一名普通教师，教导主任逐渐走上领导岗位。

曾经先后担任了安广师范学校附属小学校长和松原师范舍务科副科长的职务。工作中求真务实，严于律己，开拓创新。在教学业务和管理水平上不断追求更高的境界。在舍务四年多的工作中，我承担着舍务寝室内外的卫生，勤工俭学学生，账目，备品和女生寝室的管理工作。

每一项工作中不是凭着自己是一位领导发号施令，而是凭着自己对事业的追求，对工作的执着和一种高度的岗位意识，角色意识，认真地，脚踏实地地完成每项工作，因此而受到老师和学生们的认可与支持。同时也积累了在管理方面的诸多宝贵经验。

舍务工作有三件大事：纪律、卫生，安全。这在舍务处职责范围中已有明确的规定。多年的工作实践，对此更是有着深刻的体会和认识。要取得更理想的效果，必须有明确的，行之有效的制度和保障。必须有精干的管理人员来执行。

必须配备合理的组织机构以便使其高效运作。追求管理的制度化，现代化，模式化，科学化和超前性。这将是我做舍务管理的基本目标。根据上述目标，我的工作思路是这样的：“发扬民主，管理育人，突出特色，开源节流，讲求效益。”具体实施中注重形成一个封闭式的管理系统。包括以下四个方面。

管理目标上力求长远规划和近期目标的结合操作性和注重目标的可持续性。长远规划是与将来要运行的后勤工作社会化机制对接。近期目标是结合我校实际和学生需要提高管理水平，营造一个充满文明气息，宁静的，舒适的居住环境，为学生在校的学习生活提供保障。在管理制度上我们已经赢得了可行性的经验，需要在原有的基础上进一步的完善。

以控制情绪为的演讲稿篇五

你们好！

首先感谢局党委给我提供了这次竞争上岗的机会。我叫林源，现年32岁，大学本科学历。今天我竞争的岗位是局财务科科长。

本人自1995年参加治黄工作以来，先后在通讯员、专职教师、主管会计、企业会计、公司会计、五处财务科长、局财务科副科长等岗位上工作，连年被评为先进工作者，特别是从事会计工作以来，能认真学习专业知识，法律知识，财经法规，能积极与局领导，财务科长密切密切配合，通过系统内外无数次审计，均无出现违法、违纪现象，保证了集体利益。

一、制定切实可行的规章制度和管理办法，规范财务行为，防止资产流失。财务管理办法和规章制度是约束财务行为的有效措施，是每一个财务人员执行的准绳。制订切实可行的规章制度和管理办法，对加强经济核算，提高核算水平，促进单位增收节支和治黄事业的发展有重要作用。

二、加强自身建设，不断提高财务人员自身素质，配足会计人员，明确岗位职责，严格按《会计法》办事，不断加强会计人培训，不断提高自身素质和财务管理能力，确保单位利益不受损失。

三、把单位有限的资金管好、用好，在资金紧张的情况下，一切围绕生产，保证一线生产需要，保证本局资金的正常运行。把有限的资金用好、用活，发挥更大效益。

五、严于律己，克己奉公，严格要求自己，俯下身子干工作，与同志同甘苦，自觉抵制不正之风，做一名廉洁奉公，乐于奉献的好干部。

六、在抓好正常工作的同时，积极协调好各方面的关系，尤其是与税务部门的关系，创造宽松的工作环境，促进治黄事业的健康发展。

如果我有幸成为财务科副科长，我会履行我的诺言，让局党组放心，让职工满意，我真诚地接受局党委的挑选，希望各位领导，评委。

同志们支持我！

谢谢大家！