

# 2023年班后讲话内容(优质10篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 班后讲话内容篇一

各位代表、青年朋友们：

你们好！你们辛苦了。正当全段干部职工欢庆段党员代表大会胜利闭幕之际，全段的青年精英们又欢聚在这里，召开我段第一次团的代表大会，共商二段青年工作之大计。这对于进一步加强我段团的建设，充分发挥广大团员青年在经营生产以及精神文明建设中的生力军和突击队作用，当好党的助手和后备军，必将产生积极的影响。这次大会的召开，是我段团员青年政治生活中的一件大喜事。在此，我代表段党委向大会表示热烈的祝贺！向各位代表并通过你们向战斗在全段各个岗位上的团员青年表示亲切的问候！

自上次团代会以来，我段各级团组织在公司团委和段党委的领导下，以全段施工生产为中心，坚持开展青年思想政治教育，积极引导和带领全段广大青年，为我段各项任务的完成做出了积极的贡献。党委书记在首次团代会上的讲话，各级团组织积极加强团支部的建设和团员青年的教育管理，使广大团员青年增长了知识，增长了才干，经受了考验，经受了锻炼，也为党组织输送了新鲜血液和后备干部。这充分说明，我段的团组织是有朝气、有能力的优秀团体，是团结、教育青年的坚强核心，不愧为党的好助手。

青年不仅是祖国的未来和希望，而且是企业振兴和发展的希

望。借此次大会开幕之际，我先就全段团的工作提出几点希望和要求：

教育、引导青年树立正确的人生观、价值观。二是了解青年的思想，把握青年的脉搏党委书记在首次团代会上的讲话讲话致辞。正确分析青年中存在的各种问题，提高青年教育工作的针对性，增强教育的效果，探索出青年工作的新思路。三是教育团员青年明确今后的任务。铁路实现跨越式发展，给我们团员青年提出了新任务，为了能更好的完成今后的各项施工生产任务，要教育青年从思想上把质量、服务、信誉放在首要的地位，在今后的工作中高质量、高标准完成施工生产任务，树立质量一流，服务一流，信誉第一的牢固意识。

二. 广大团员青年要在生产实践中建功成才。在今后的工作中，各级团组织要注意发动青年的积极性，发挥他们的优势，紧紧结合我段的实际情况，在广大青年中实施学习和培训的计划，提高青工队伍的整体素质。其次要在广大青年中开展创优争先活动，充分发挥青年突击队的作用。我段有几支优秀的青年突击队，如王毓敏突击队冯巨轮突击队等，要充分发挥他们的带头作用，树立青年中的榜样，带动全体青年建功立业、早日成才党委书记在首次团代会上的讲话党委书记在首次团代会上的讲话。

三. 党组织要加强对团的工作的领导，帮助团组织加强自身建设。我段团组织在党组织和上级团组织的领导下，卓有成效地开展了一系列建功立业活动，今后，党组织要进一步加强共青团工作的领导，在加强党建的同时，加强团的建设对团的工作做到思想上重视，政治上关心，工作上支持。团组织要继续做好团干的选拔、培养和使用工作，要进一步加强团员的教育和管理，从优秀团员中发展党员，发挥团的助手作用和党联系青年的桥梁作用。

我希望在今后的工作中，一要加强团的思想建设，二要加强团的组织建设，三要加强团的干部队伍建设。这是我对今后

共青团工作的一点建议和要求党委书记在首次团代会上的讲话讲话致辞。

各位代表、同志们，今后几年，是我段发展的关键时期，机遇和挑战并存，在电气化铁路建设中，用实际行动和优异成绩完成党交给的各项任务。相信你们一定不会辜负上级的期望，能够为我段的振兴与发展再立新功。

祝大会圆满成功!谢谢大家!

## 班后讲话内容篇二

话是人类沟通交流的重要方式，一句话可以传达出无限的力量。作为一名初中生，我有幸参加了学校的班级演讲比赛，通过这次经历，我从中积累了许多有关讲话的心得体会。下面，我将通过五个部分来分享我的心得。

首先，演讲前的准备是讲话成功的关键之一。在做演讲之前，我会花时间做充分的准备。首先，我要明确演讲的目的和主题，然后进行必要的调查研究，收集相关资料。接下来，我会运用一些技巧来提高演讲的效果，例如设定引人注目的开场白，运用生动的例子和形象的比喻来说明观点。此外，我还会编写讲稿，并反复练习讲演。通过这样的准备，我可以更加自信和清晰地表达自己的观点，让听众更容易理解和接受。

其次，语言的运用是成功演讲的关键之二。在演讲中，我明白了语言的选择和运用对演讲效果的重要性。我注意到，使用简洁、准确的语言可以使观众更容易理解和记住我的观点。而过于复杂的措辞和长篇大论的表达则会让观众疲惫和困惑。因此，我在演讲中努力选择每个词语，并避免使用过于专业化或陌生的术语。此外，我还学会了运用声音和语调来提高演讲的魅力和感染力。抑扬顿挫的声音节奏、恰到好处的语调变化，可以使我的演讲更加生动和有趣。

再次，身体语言的运用是成功演讲的关键之三。通过参加班级演讲比赛，我意识到身体语言对于演讲的影响是巨大的。在我的演讲中，我时刻保持良好的站立姿势，保持双脚平稳地站在地上，双臂自然放松。我也注重表情和眼神的运用，通过微笑和眼神交流，我与观众建立了一种积极的互动，增强了演讲的亲合力和说服力。此外，我还学会了合理运用手势和肢体动作。有时我会用手来配合我的语言，强调某个观点或者画出一个清晰的图像。善于运用身体语言可以增强演讲的表现力，使观众更加投入和参与。

最后，演讲结束后的总结和反思对于提高讲话能力非常重要。在演讲比赛结束后，我会仔细回顾演讲的整个过程，并思考自己的不足和可以改进的地方。我会反思自己的表达是否准确、清晰，语速是否适中，身体语言是否恰到好处。通过总结和反思，我可以更好地认识到自己的讲话技巧的优缺点，从而针对性地进行下一次的训练和提高。

总之，通过参加班级演讲比赛，我学到了许多有关讲话的心得体会。准备工作的重要性、语言的选择和运用、身体语言的运用以及演讲后的总结和反思，每个环节都对于讲话的成功起着至关重要的作用。当我们明白这些关键因素，并不断积累实践经验时，我们的讲话能力会不断提高，我们也会变得更加自信和高效地表达自己。讲话不仅仅是一种交流方式，更是一种传播知识、启发思考的力量，它引领我们向着更美好的未来迈进。

### 班后讲话内容篇三

5月的第二个星期日是母亲节，世界各地都举行庆祝活动，以颂扬母爱的伟大。

是啊，母亲应该有一个节日。

同学们，面对博大深沉的母爱，我们应该如何感恩？我们惟有

努力学习，刻苦攻读，方能安抚母亲为我们劳神费思、日夜操劳的心；我们惟有遵规守纪、积极向上，方能抚慰母亲为我们栉风沐雨、劳苦奔波的情。

最后，请允许我借用一条手机短信来表达我们对母亲的祝福：

世界因为有女人而美丽，

人类因为有母亲而延续，

人与人之间因为有母爱而伟大，

母亲——所有语言都无法形容的词汇，

祝天下所有的母亲健康幸福，永远快乐！

## 班后讲话内容篇四

第一段：引入讲话的重要性和挑战（200字）

讲话是我们日常生活中不可避免的一部分。无论是在个人交流、工作场合还是公众演讲中，我们都需要用语言去表达自己的观点和传达信息。然而，讲话并不是一项容易的任务。很多人在讲话时都会感到紧张和焦虑，担心自己的发言会被质疑或误解。因此，提高讲话能力和技巧，成为了一个不可忽视的课题。通过不断练习、学习和总结，我在讲话过程中逐渐积累了一些经验和心得体会。

第二段：提高讲话技巧的重要性和方法（250字）

提高讲话技巧对于我们在各个社交场合中的表达能力和沟通能力都至关重要。首先，要善于倾听。在讲话之前，我们应该先听取别人的意见和观点，对于那些不同于我们的想法要保持开放的态度。这样不仅可以充实我们的知识储备，还可

以帮助我们更好地理解别人的需求和关注点。其次，要注重语言的简洁明了。讲话的时候，应该避免冗长的句子和复杂的词汇，尽量用简单直接的语言来表达自己的观点，这样才能更好地引起听众的兴趣和理解。最后，要注意肢体语言和声音的运用。讲话时的手势、表情和声音会给人一种直观的感受，因此我们需要注意自己的肢体语言和声音的音量和节奏，以便让听众更好地理解并接受我们的讲话内容。

### 第三段：如何应对讲话中的挑战和困惑（250字）

在讲话中，我们可能会遇到一些挑战和困惑。首先是讲话的紧张和焦虑。很多人在公众场合中讲话都会感到紧张和不安，这时候我们应该学会自我放松和调整状态，可以通过深呼吸、放松肌肉、积极思考等方法来解决。其次是演讲内容的组织和逻辑性。我们在讲话时，应该提前准备好主题和内容，并把它们组织成一个有逻辑性和连贯性的结构。这样可以让我们的讲话更具说服力和可信度。最后是遇到听众的质疑和反对。在讲话过程中，我们可能会遇到不同意见和观点，这时候我们应该学会尊重别人的想法，并且通过合理的解释和说明来回应该质疑和反对。

### 第四段：讲话给我带来的成长和收获（250字）

通过不断地讲话和经验积累，我逐渐意识到讲话的重要性和独特魅力。首先，讲话能够帮助我加深对自己观点的理解和思考。通过把思想用语言表达出来，我更加清晰地认识到自己的观点和想法，并且不断完善和改进。其次，讲话提高了我的观察力和换位思考的能力。在讲话过程中，我需要注意听众的反应和表情，以便及时调整自己的表达方式和内容。这样我可以更好地理解别人的需要和关注点，提高自己的沟通能力。最后，讲话帮助我培养了自信心和冷静思考的能力。在面对大家的聆听和评判时，我学会了保持冷静和自信，不被紧张和情绪所左右，这对于我个人的发展和工作中的表现都有很大的帮助。

## 第五段：结尾总结讲话心得体会（250字）

讲话技巧是一项需要不断学习和锻炼的能力。通过不断地讲话和反思，我逐渐提高了自己的讲话能力，并积累了一些心得体会。要提高讲话技巧，我们需要善于倾听，注重语言的简洁明了，注意肢体语言和声音的运用。同时，在讲话中要遇到挑战和困惑时，要学会自我放松和调整状态，合理组织和逻辑化演讲内容，尊重听众的意见和反对。通过讲话，我得到了很多成长和收获，扩展了自己的思维和视野，培养了自信心和冷静思考的能力。讲话是一门艺术，通过不断地练习和提升，我们可以更好地表达自己，与他人建立更深入的联系，实现个人的成长和发展。

## 班后讲话内容篇五

各位领导、各位学员：

大家好！

今天□20xx年农村劳动力技能培训暨“扶贫培训”两个班在二郎吴家沟村正式开学，在此，我代表四川省\*\*凯元建设集团有限公司、四川省\*\*劳务输出有限公司、\*\*县建筑劳动技能培训中心，向各位领导的到来表示热情欢迎！并对各位领导一贯重视、支持劳务培训工作致以衷心感谢！向参加培训的各位学员表示祝贺、预祝大家取得好的学习成绩！

加强农民工技能培训，是县委、县政府的一项重大民生工程、惠民工程，也是为了促进农民工更好的就业和创业的重要举措。这次培训的抹灰工、砌筑工两个专业就是有针对性的根据农民工在就业中存在的实际问题而开设的。近些年来，在县委、县政府的正确领导、政府相关部门的指导、支持下，我县建筑行业对外劳务用工输出已经从松散、零星、没有形成有建制等形式转变为有组织、有计划，有建制的劳动力转移输出。“扶贫培训”主要是为了通过技能培训，实现就业

转移，摆脱贫困，最终实现培训一人，致富一家的目的。这次通过抹灰工、砌筑工两个专业的培训，将促进农民工素质的提高，使他们学得一技之长，真正掌握专业技能。\*\*劳务公司将在学员培训期间，有计划组织学员到贵州、等集团公司所属项目工程基地进行实习，学员培训合格后，可进行有建制地对外输出，切实解决就业，我们一定努力开创农村劳动力转移培训工作的新局面，将党和政府的这项惠民政策落到实处。

培训期间，请各位学员遵守课堂纪律，认真听讲做笔记，珍惜这次培训机会；培训中心要按照教学计划的安排，在规定的培训时间内，提高教学质量，完成教学内容。

\*\*劳务输出有限公司自建立“\*\*县建筑劳动技能培训中心”以来，曾于20xx年、20xx年、20xx年、20xx年、20xx年多次开展建筑专业劳动技能培训，积累了较丰富的培训教学经验，教学设备配套齐全，授课教师理论和实践经验丰富，具有国家颁发的工程师资格，并拥有多个实习基地。

我们相信，有各级政府、各位领导的大力支持重视，有我们对农民兄弟强烈的责任感；有各位参加培训学员的勤奋努力，这次培训一定能取得圆满成功！

谢谢大家！

## 班后讲话内容篇六

尊敬的团市委领导、各位代表、同志们：

共青团\*\*镇第\*次代表大会在镇党委的直接领导和团市委的具体指导下，经过各位代表的共同努力及全体工作人员的辛勤劳动，顺利完成了各项议程，取得了圆满的成功。在此，我代表镇党委政府对此次大会的圆满成功表示热烈的祝贺，向全体代表并通过你们向全镇广大团员青年致以亲切的问候！在



过去几年中，镇团委紧紧围绕全镇中心工作，团结带领广大青年，开拓创新，勇于奉献，积极投身我镇的各项建设，取得了显著成绩，充分发挥了党的助手和后备军作用，为我镇三个文明建设作出了应有的贡献。今年，面对历史罕见的雨雪冰冻灾害和特大地震灾害，我镇青年大力弘扬高尚的奉献精神，怀着对祖国和人民的挚爱，踊跃捐钱捐物、投身抢险救灾。实践充分表明，在改革开放中成长起来的新一代青年，是热爱党、热爱祖国、热爱人民的一代，是充满理想、大有希望、值得信赖的一代！

借此机会，我向各位代表提三点希望：

### 一、坚定理想信念，加强思想建设

要以坚定理想信念为重点加强思想建设。这为党的建设指明了方向，也为团员青年的思想建设提出了明确要求。马克思主义哲学指出：正确的思想意识能够指导人们采取正确的行动，对事物的发展起促进作用；错误的思想意识会引导人们采取错误的行动，对事物的发展起阻碍作用。作为一名共青团员，要做好党的助手和后备军，一定要坚持共产主义理想和建设中国特色社会主义信念，并为之奋斗终生。镇团委要紧密团结起来，高举中国特色社会主义伟大旗帜，深入贯彻落实科学发展观，发扬光荣传统，紧跟时代步伐，更好地发挥组织青年、引导青年、服务青年、维护青年合法权益的作用，努力开创新时期共青团工作的新局面。

### 二、加强知识学习，掌握过硬本领

青年代表着我们祖国和民族的未来，代表着我们事业兴旺发达的希望，是和谐社会建设中一支不可或缺的重要力量。面对知识经济的召唤和信息革命的挑战，各位代表要引导广大青年在学习成才上下功夫，在提高团员青年素质上做文章，要在广大青少年中掀起学习党的会议精神的新高潮，自觉用新的理论武装头脑，指导实践。密切关注各类新知识、新技

能、新思想及新情况对青年和对共青团工作带来的新变化，帮助团员青年树立终生学习的新观念，不断掌握工作和生活所需要的各种新知识、新本领，应当以本次团代会为起点，以面向现代化、面向世界、面向未来的姿态，勤于学习，勇于实践，练就过硬本领，为\*\*经济发展和自身价值的实现创造有利条件，奠定坚实基础。

### 三、立足本职工作，投身新农村建设

共青团是党的助手和后备军，广大青少年要积极响应党和政府的号召，立足岗位，不断改进工作方法，创新工作机制，总结新经验，探索新路子，开创新局面。各位代表要以突击队的旗帜召唤青年，以生力军的使命激励青年，按照“生产发展、生活富裕、乡风文明、村容整洁、管理民主”的总体要求，积极推进农村生产力的解放与发展，治理村容村貌，改善农村生态环境，弘扬农村良好社会风尚，构建和谐家庭、和谐村组、和谐村镇，推动农村基层民主政治建设，为构建和谐\*\*和建设社会主义新农村作出更大的贡献。各位代表，光明的前景、美好的未来属于你们，属于为远大理想而不懈奋斗的中国青年。祖国欣欣向荣的大好局面使我们无比自豪，家乡蒸蒸日上的美好前景让我们信心百倍，我们一定要以更加昂扬的斗志、更加饱满的热情和更加勤劳的耕耘，在\*\*这片热土上茁壮成长、建功立业，让青春之光在\*\*大地闪亮，用青春之笔书写人生辉煌！

最后，祝各位代表身体健康、工作顺利、家庭幸福！

## 班后讲话内容篇七

各位选调生，大家下午好！

首先，非常感谢烟台组织部的领导给我这样一个机会，让我和今年的选调生进行相互学习和交流，使我从头回顾总结了几年来的工作。应该说，近几年烟台组织部对选调生工作非

常重视，定期都到选调生的工作单位了解选调生的工作情况和成长表现，现在又在我们选调生踏上工作岗位之前进行一定形式的培训活动，目的是让我们快速的适应基层工作岗位，使我们尽快的在正确的道路上成长，成为一名合格的选调生。接到通知让我介绍经验，虽然感觉压力较大但心里非常愿意和大家交流，因为我是的选调生，从心理感到非常的亲切，所以我今天想把我的工作当中的切身感受和几点体会在这里和大家一起交流，只希望能为在座的各位在今后的`工作中起到一点点的`参考。

首先自我介绍一下，我是的省委组织部选调生，毕业于山东农业大学，先后在龙口市芦头镇、团市委、市委办公室、北马镇、七甲镇等单位工作，现在黄山馆镇工作，期间还到烟台团市委学习和工作一段时间。

作为选调生，由一名在校大学生一步踏上工作岗位，是人生的一个重要的转折点，这个转折点使我们发生了很大变化，第一是性质变了，从在学校学习知识到踏上工作岗位为社会服务的转变；二是环境变了，从单一的学校环境到复杂的社会环境的转变；三是接触的人变了，从学校的老师同学到整个社会不同的人群，特别是我们选调生大部分要到基层、到乡镇，直接工作的对象的是农村群众，相处的单位同事，接触的各级领导，联系的社会方方面面的人。甚至我们绝大部分人要和我一样经历几个不同的工作环境。那么摆在我们选调生面前的首要问题就是如何转变角色、适应新岗位。

当然每个毕业生都面临这个问题，但是我们选调生是组织部从几万甚至几十万的毕业生中千挑万选选出来的，所以我们选调生就应该比其他人转变的快，适应的快。因此我想和大家交流的第一个问题就是选调生如何迅速的转变角色，快速适应工作。

我想适应无非主要有三点，一是环境适应，二是工作适应，三是人际关系适应。我想谈我自己在适应工作过程中的几点

感受：

第一点感受，就是要学会心态调整。调整自己心态“归零”。选调生是一个光环，是组织部门从优秀的毕业生中千挑万选选出来的，能坐在这里的每个人都是比较优秀的，到工作岗位后，单位的每个人，包括领导都会对选调生高看一眼，也会有很多赞美和羡慕的话语，成为选调生对我们来说是非常自豪的，有一种优越感和自豪感。

但是，现实是我们从学校到社会，需要学习的东西很多，不单单是书本上的理论，要学如何做人、如何做事、如何经营家庭、如何经营事业等等，实际上我们还是社会的一年级新生，因此我认为每位选调生在踏上工作岗位的第一天起，要把这种优越感和自豪感放在心里或者忘掉，调整自己的心态归零，一切从头再来，毛泽东有句词“雄关漫道真如铁，而今迈步从头越”。

第二点感受，要主动融入而不要格格不入。学校和单位不一样，同时单位和单位之间不一样，一个单位的每一个工作岗位不一样，每个都有自己不同的工作性质、工作环境、工作对象。那么每一次岗位和角色的变化，包括我们从学校一下踏上工作岗位，实际是人的变动，工作的调整，你可以为原有的工作岗位带去新的思路和方法，但是不可能让整个岗位的工作性质、环境来适应你，也就只能是我们每个人来主动的适应新的工作岗位。

我经历过选调生-乡镇-烟台部门-龙口市部门-龙口市委办公室-乡镇副书记-镇长-书记不同岗位不同角色的变化，而且时间较短5个月-3年不等，有单位和单位之间的变化，有一个单位不同岗位的调整，又有从一般机关干部到领导干部的角色变化，有时容不得你要用一定的时间来适应工作，而是要求你必须迅速的投入工作，怎么办？我的心态调整是“主动融入而不能被动接受，主动融入到新的环境、主动融入新的工作、主动融入到新的人际关系”，不论你的身份如何，不论

以前在原来的工作岗位上成绩如何，都已经过去，只能成为你下一个工作岗位的经历，否则我们会在新的岗位上落后于人或者无法快速的开展工作。

想一想领导的讲话和思路；想一想这段时间的大事要事，甚至小到同事接一个电话如何答复的等等，只要是发生过的事都去想想，过一遍电影，做到有则改之，无则加勉。

这样做，会使自己的内在能力和素质在无形和不知不觉当中得到提高，会使自己在别人身上发生的问题不会在自己身上发生，会使别人做的工作不足之处会在你做工作时克服，会使领导对他人不满意的地方你会克服掉等等，我现在体会这个方法非常有用，受益匪浅，我现在不管再忙一直坚持“过电影”，有位领导曾经和我说过，当你“过电影”时能吓出一身冷汗时是最深刻的时候。

第四点感受，就是要学会说，至少要学会说4种话。我想现在我们在座的大部分人都会听到家长、老师或者领导经常对你们这样说，到新的岗位后要少说、多想、多看、多干，也就是“一少三多”，这是有道理的，让人感觉稳重、勤快、能干。但是，我认为有时候在有些情况下我并不赞同少说话，而且有些时候是你必须要说的，独立工作、汇报工作、总结发言不说还不行，所以该说就要说，要敢于说，但不能乱说，要说的有道理，有水准。

所以我想大家应该学会说4种话：

第二种是同事之间的话，要谦虚、诚恳，这样会使自己容易与同事交流，得到很多的帮助；

第三种是向领导汇报的话，要条理清晰，言简意赅，这样会使自己被认可和发现；第四种是总结的话，要干练，重点突出，这样会使自己的工作事半功倍。当然，干好工作的前提，但高水平的讲话将更会对完美的的工作起到画龙点睛的作用。

举个例子：龙口市委市政府在全市开展了大绿化工作，从3月份到现在，全市各级的力量全部投入到大绿化工作上，从投入的资金、参与绿化的人员、绿化的面积、栽植的绿化苗木的棵树都是史无前例的，全市总绿化面积将近3万亩，栽植的各类苗木400万棵，这两数字可能大家没有概念，但是我可以这样说这样一个概念，工作来的总量相加可能还达不到这个数字。

如此之大的工作量，怎样才能让各级领导了解到能，去年8月份烟台市召开科学发展观现场观摩会，各级领导到龙口市视察工作，我们龙口市的林业局长的汇报非常精彩，前面简要汇报工作后，最后一段话“各位领导，造林就是造福、绿化带来变化，大绿化工作完成后，当各级领导不论从那个方向再次踏上龙口这片美丽土地时，只要您看到茂密的树木、层次鲜明的绿化带、盛开的鲜花，不用看边界标志，就知道已经到达了龙口境内。”

他用了这样一句结束语，把龙口市绿化工作的总量、档次和效果全部富有内涵的总结出来了，这个总结汇报得到了烟台市各级领导的高度评价。

## 班后讲话内容篇八

一直以来，我们生活在一个充满交流的社会中。无论是在学校、工作场所还是家庭中，交流和沟通都是不可或缺的一部分。而其中最重要的交流方式之一就是讲话。在经历了一段时间的讲话实践中，我深切地体会到了讲话的重要性，同时也学到了一些讲话的技巧。下面我将就我的讲话心得体会进行阐述。

首先，讲话应该注意观察和倾听。在一个较为复杂的社交场合当中，观察他人的眼神、面部表情和身体语言是非常重要的。通过观察他人的反应，我们能够更好地了解他们的态度和情绪，从而更准确地进行回应。此外，倾听也是一个良好

讲话的重要环节。我们应该全神贯注地倾听对方的发言，不要只是为了迎接自己的发问而等待对方完成。只有真正倾听对方的观点，才能够更好地展开交流，并且得到对方的尊重和认可。

其次，讲话应该遵循积极的思维方式。积极的思维方式能够帮助我们更加自信和乐观地与人交流。当我们用积极的语言表达自己的观点时，不仅能够给人带来希望和鼓舞，还能够增强自己的影响力。反之，如果我们总是抱怨和消极地表达自己，那么就会让人产生厌烦和疲惫的感觉，从而失去与我们交流的积极性。因此，我们应该在讲话中注重挖掘和展现积极思维，使得我们的话语更具吸引力和影响力。

第三，讲话应该注意说话的方式和语气。说话的方式和语气决定了我们讲话的效果和质量。“给人以柔而不弱，坚而不悍”的讲话方式，能够让我们更加亲近和和谐地与人交流。我们应该尽量使用礼貌的语言，避免使用冷嘲热讽、咄咄逼人的语气。此外，我们还应该注意控制自己的语速和音量。语速过快可能导致他人理解不清，而语速过慢可能让人感到无趣和无耐心。适当的音量能够使我们的声音更加被听众所接受和喜爱。因此，我们应该在讲话中注重言辞的选择和语气的把握，以期更好地与人交流和沟通。

然后，讲话应该注重逻辑和条理性。在讲话过程中，我们应该将自己的观点和思路按照条理清晰的方式阐述出来。在讲话之前，我们可以事先做好思维准备，构建一个逻辑完整的框架。这样不仅能够让我们的讲话更有说服力，还可以帮助我们自己更好地理解 and 表达自己的想法。同时，我们也应该尽量避免使用过于复杂的语句和理论化的表达方式。简洁明了的表达能够更好地获得他人的认可和理解，从而达到更好的交流效果。

最后，讲话还应该注意礼貌和尊重。尊重他人的观点和言论是良好讲话的基本要求之一。无论我们对与我们观点不同的

人还是意见相同的人，我们都应该保持礼貌和尊重。当我们有不同意见或者发现别人的观点有漏洞时，我们可以使用请教、讨论等方式来表达我们的想法，但同时也应该避免嘲笑和侮辱对方。只有通过相互尊重和理解，我们才能够更好地进行讲话和交流。

总之，在讲话的过程中，我们应该通过观察和倾听来理解他人，遵循积极的思维方式来展开交流，注意说话的方式和语气来增加影响力，注重逻辑和条理性来提高表达水平，另外还要保持礼貌和尊重。只有综合运用这些技巧，我们才能够在讲话中更好地与他人交流和沟通。通过不断地实践和总结，我相信我会在讲话的能力上不断提高，并展现更好的交流能力。

## 班后讲话内容篇九

在分离企业办社会移交单位工资福利业务培训班上的讲话纲要韩金河一、关于举办培训班的意义二、关于培训班的组织和安排三、关于做好下一步工资福利套改业务的打算四、关于做好移交人员的稳定问题五、关于参加培训人员的有关要求（一）不能攀比。由于石油、石化、输油各企业原来都执行各自特点的工资制度和津贴补贴，这次套改工资不能统一标准，是各自的工资、津贴补贴为依据，因而套改后同期参加工作、同一职务、同一任职时间、各企业之间会出现略微差异，这是由于各企业原来的工资决定的，因而企业划转人员套改后的工资不能相互攀比。（二）强化套改工资纪律。对原有工资不能出现任何改动。任何弄虚作假，谁动谁负责。要公示，人事员（填表人），单位领导要签字负责。

## 班后讲话内容篇十

作为一名普通学生，参加各种形式的讲话有很多机会，然而，对讲话的认识和体会，也在不断的深化着。近期，我参加了学校组织的一次讲话比赛，通过此次比赛，我不仅获得了一



定的经验，更重要的是，更深刻地认识到了讲话的重要性。

## 第二段：讲话的重要性

首先，讲话是一种沟通交流的媒介，是一个人向他人传达自己的思想和感情的重要方式。现在社会竞争越来越激烈，无论是学习、工作还是生活，我们都需要与他人建立良好的关系。良好的沟通交流能够让我们更好地与他人合作，更好地处理和解决问题。

其次，讲话也是一种表达自己的自信和态度的方式。当一个人能够清晰、流畅的表达自己的想法，让听众信服和认可，这不仅展现了讲话者的能力，更能够增加讲话者自身的自信和自尊心，塑造出一个良好的形象。

## 第三段：讲话技巧

然而，讲话并非人人都擅长的，我个人在此方面也存在不少的困难，为此，我通过观看各种新闻演讲和培训视频，学习到了一些讲话技巧。首先，清晰、简洁、明了、有条理是讲话者的基本要求。其次，注意语速和语调的控制，让听众不会感到疲劳而且更易于理解。还有大量的练习和对讲话内容的准备更为重要。

## 第四段：我的体会

在此，我想分享我的体会和经历。在讲话比赛中我尝试了很多讲话的技巧，如背诵、注视观众、过渡与语气的调整等。在讲话之前我仔细准备了讲话内容，多次推敲重点和用词，争取在大厅前获得最大的发挥。通过讲话，我不仅锻炼了自己的口才能力，同事了解到了很多新的知识，也传达了自己的情感和态度，赢得了观众的赞誉，让我在此后的学习、工作和生活中受益匪浅。

## 第五段：总结

总之，讲话不仅仅是一个人的口才表现，更是身为一个人应具有的沟通和交流能力。认真学习、不断练习和自我总结，才能让我们逐渐提高自己的讲话水平。无论是在学校、工作还是生活中，好的讲话能够让我们给他人留下深刻的印象，让我们在前进的道路上更快、更远。