

# 最新自律反思成长发言稿(实用5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？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。

## 自律反思成长发言稿篇一

时间如流水飞逝，充实而愉悦大一生活将要结束了，同时，生活部紧张有序的工作也即将画上完美的句号。在这半年中，我们生活部在曹\*，张主任和汪老师的领导下，在各位\*的的带领下，和各位干事和部长积极努力工作下，本着“严谨笃学，敬业乐群”的宗旨，圆满的完成了本学期我们部应尽的职责。现在，我代表生活部向大家报告一下生活部在20xx年的工作：

### 一. 总体工作回顾

本学期，我校生活部工作重点主要是负责及时反映同学们的生活和学习上的要求，维护同学们的切身权益；督促检查全系部教室卫生工作，组织开展评比“教室大清洁”活动；提醒检查同学就寝情况，维护良好文明的寝室就寝秩序；以及协助支援其他各部工作，保障学生会工作圆满有序的开展。

### 二. 工作内容

1. 每周二中午督促国教部学生对教室卫生进行打扫，并对其卫生进行检查并记录。对打扫卫生较好的班级给予表扬，对打扫不彻底的班级指出不足并督促改正。周二下午和全校其他系生活部对全校各个班教室进行卫生检查，打分，最后进行汇总，交由校生活部张贴公示。为同学们营造出一个良好的学习环境。

2. 定期检查食堂卫生。对食堂所存在的问题以及同学们对食堂的建议做到了一次很好的总结与沟通，使得食堂的工作人员及时了到了同学们的所想所需，促使食堂在很多方面做了进一步的改善与提高，进一步提高了同学们的用餐环境与条件，获得了同学们的支持与好评。

3. 记录各班班级卫生的总结本汇总好后交至辅导员办公室，然后由学生会办公室人员参考数据做班级总评。

4. 每天晚上安排工作人员在第二公寓大厅值班，督促各班生活委员，保卫委员签到。了解各班人员签到情况，对晚归，不归人员进行汇总并上报学校，降低学生安全隐患，为同学们营造一个安全的学习环境。

5. 每双周的星期三中午开一次例会，出席人员有分管\*，生活部部长及其干事，宿管部部长及其干事，体育部部长及其干事和办公室会议记录员。会议期间大家对近期工作上的问题进行探讨，总结。由\*布置新的任务，各部长带领本部门干事完成任务。

### 三. 存在的问题

1. 教室卫生存在大一大多教室卫生打扫整体比大二打扫教室卫生彻底。

2. 同学们在打扫卫生时比较容易忽略死角和窗台桌兜里面的灰尘或垃圾。

3. 个别班级对班级卫生打扫积极性不高，通知生活委员多次也没有人来打扫卫生。

4. 部门内部分工不明确，偶尔有值班人员准时不到的情况。

5. 虽然一再强调签到要本着实事求是的原则，但是代签现象

依然严重。

6. 卫生虽然打扫彻底，但保持难。

#### 四. 整顿措施

1. 对教室卫生长期较差的班级约谈班长生活委员，了解实际情况，督促整改，如屡教不改，上报年级辅导员甚至曹\*。

2. 检查时重点检查死角卫生，窗台桌兜卫生，发现问题现场整改。

3. 列出值班表，严格按照值班表值班，特殊情况临时需要调换必须提前申请。

4. 大力整顿代签现象，一经发现通知本班班长，当晚签到作废。

5. 举办保持卫生的活动，加大宣传力度，多举办打扫卫生的素质提升活动，既维护了校园卫生，又培养了同学们保护卫生的好习惯，同学们还可以从中获取学分，一石三鸟。

#### 五. 总结

对自己说：我能做好生活部里的每一件事。生活部里的点点滴滴，都将是自己人生回忆中一笔宝贵的财富。这里忙，累，辛苦，可却让我收获了一份无尽的快乐与成长！我相信学生会会在汪老师的带领，各个部门相互配合，每位学生会成员的不懈努力一定会越来越好。

郑州电力高等专科学校

国际教育部

生活部部长

## 自律反思成长发言稿篇二

通过这次学习，我深刻体会到，在今后的工作和生活中应做到以下几个方面：

1、认真学习，积极参与联社组织的各类活动，提高自身职业道德水平，打造责任文化的现实要求。深刻认识自身岗位、职务的职责，真正达到增强责任意识，提高责任能力，规范责任行为的目标。以责任心证明自己的人品，决不做损害单位利益甚至引发重大风险和违纪违规问题的行为。

2、加强学习，不断提高自身修养，锤炼道德意志，提升道德境界，提升自己的廉洁自律意识，增强辨别是非的能力。只有坚持把思想政治学习常抓不懈，增强党性观念，才能拥有较高理论水平和丰富实践经验，才能不断提高自身的政治素质和把握政策的能力，才能始终保持正确的政治方向、政治立场和政治观点，才能树立正确的世界观、人生观、价值观、利益观和社会主义的荣辱观。时刻保持一种淡泊宁静的心理状态，剔除名利思想和追求物质享受的观念，自重、自省、自警、自励，真正做到清清白白、堂堂正正做人，干干净净做事。

3、树立了廉洁从业、守规操作的职业操守，增强自身遵纪守法的意识，营造依法经营、守规操作、廉洁从业的良好氛围，保障各项业务又好又快发展。

通过这次学习，我们深深体会到，这是一次警钟长鸣、防微杜渐的教育，也是一次发人深省、启迪心智的灵魂课堂。对于我们今后进一步增强反腐倡廉意识，增强做好廉政建设工作责任感和紧迫感，走好未来人生道路每一步，都具有十分重要的现实意义和深远的历史意义。让我们从一点一滴做起，培育高尚的心灵，远离职务犯罪，做到廉洁从业守规操作，促进各项业务健康发展，在本职岗位上奉献诚挚的爱心、履行自己的使命，以务实的精神，廉洁的作风、正义的形象、

优良的业绩共同创造我社更加辉煌的明天。

## 自律反思成长发言稿篇三

本学期即将结束，学宣部在老师和\*团的领导和带领下，在包括部长、副部长和所有委员的共同努力下，基本上完成了本部门的工作及任务，发挥了宣传、组织及协调等作用，得到了老师和\*团以及各职能部门的肯定，完成了学期之初制定的工作计划。

下面就学宣部在本学年开展的工作，进行总结：

### 一、日常工作

学宣部的日常工作主要是海报，登记晚自习的出勤率等相关工作。本学期的海报较之以往，在版面设计与色彩搭配等诸方面有了明显的提高，对宣传起到了积极作用。在值班方面，学宣部制订了自己的值班表以及相关制度，部内各位成员大多能按时值班并在值班期间按质按量完成相关工作。

### 二、参加活动

除了上述活动之外，我们主要参与了其他各职能部门的协助工作。各个活动前期的宣传海报和展板的设计。学宣部在每次活动前都积极调动本部成员策划展板方案，拓展宣传方案，力求让我们的活动成为同学们视野中的亮点，言谈中的热点，给同学们留下深刻的印象。如辛亥革命的海报设计、文明办我行活动的展板设计、爱国运动展板等等。在其他活动方面，我们也组织了人员参加了相应工作，比如辩论赛、书画大赛大赛等。

上学期以及本学期由团委主办，校学生会承办的爱国运动的晚会中，学宣部也承担了部分工作。经过多次训练和彩排，最终在正式演出中我们出色地完成了任务，并得到了第一名

和组织奖。

在多次的活动中，我们不仅锻炼了自己的能力，也收获了与各兄弟部门之间的友谊！

### 三、招新工作

一个部门的发展总是需要新鲜血液的注入，才可以更长久更富有生命力。通过招新实现新旧人员的交替，使各种力量实现优化重组，以发展壮大本部门力量，更好地为同学们服务。在学宣部方面，由组织推荐和个人申请，我们共收到了八份竞聘表。经过初试和复试的竞聘演讲以及笔试，我们最终录用了三名有较强责任心的新生。

### 四、人员配备及工作情况

本学期校学生会进行了局部的人员调整。调整之后的人员配备情况为：部长一名，副部长一名，委员四名，其中有三名是新生。部内成员有良好的组织纪律性，工作认真负责。调整之后，我们及时召开了部内的民主生活会。通过会议，大家互相认识，交流感情，为今后的工作打下了良好的基础。关于笔墨纸和颜料的使用，也对新老委员提出了要求。经过一段时间的观察，在此方面，大家也都能做到爱惜不浪费。本学期也采购了一些纸笔等物品。

新一届的学宣部人员的工作态度值得肯定，尤其是新生，在刚参加工作的这段时间里，均能按质按量完成自己的任务。调整后的这段时间，校学生会的展板有了长足的进步，得到了\*团的肯定。这得益于\*团的悉心指导和部内全体成员的积极努力！

### 五、对学生会的建议

在\*团的指导下，在各职能部门的积极配合下，校学生会的工作

作进行的有条不紊。但这其中也不免一些缺点和错误，部分学生干部的组织性和纪律性还有待加强，学生会部门与部门成员之间的熟悉度还不是很高。为了改善这一状况，可以对现行的值班制度进行改革创新，亦可不定期地举行一些文体活动来加强交流。

回顾和总结一学年来的工作，我们深深感到，我们还有很多的不足。比如个别委员的积极性有所下降。我们准备在新学期的工作中做到如下几点：

1、把发现的问题及时解决。

2、准备对本部门的活动进行创新。综观本学期学宣部的工作，总体评价是较为满意的，不仅一丝不苟地完成了初定的各项任务，还积极配合其他部门组织了一些活动，并在\*和各部的帮助下，把学宣部的各项工作提升到了一个更高的台阶。在过去的一学年中，我们经历过彩虹但也经历了风雨，可是我们任然坚信：在老师和\*团的悉心指导下，在学宣部全体成员的共同努力下，未来的日子里，我们一定能够做得更加出色，赢得大家更多的信任！

## 自律反思成长发言稿篇四

自律和自控是每个人成长和成功道路上必不可少的品质，它们帮助我们坚持自己的目标，克制自己的欲望，提升自己的能力。而反思则是自律和自控的重要辅助工具，帮助我们认识自己的不足，及时调整自己的方向。下面，我将从我的亲身经历中总结一些关于自律自控和反思的心得体会。

首先，自律是形成良好习惯的基础。自律意味着对自己有明确的要求，并能够自觉地去完成。我曾经是一个爱拖延的人，每次有任务都是临时抱佛脚。后来，我意识到这种行为不利于个人的成长和进步，于是我开始尝试自我约束。我设立了每日的学习计划，既规定了学习的时间，又规定了每个学习

任务的内容。通过坚持执行这个计划，我逐渐养成了良好的学习习惯，我的知识和能力也得到了大幅提升。

其次，自律和自控让我学会克制欲望。人的欲望是无穷的，而对欲望的过度追求往往会让我们陷入一种无法自拔的境地。我曾经沉迷于网络游戏，几乎把所有的时间都花在了游戏上，对学习和工作产生了极大的影响。后来，我意识到我不能被欲望所驱使，于是我制定了自己的游戏时间表，每天只允许自己玩一小时游戏。通过这种方式，我逐渐控制了自己的欲望，将更多的时间投入到学习和工作中，取得了显著的成绩。

然后，反思是自律和自控的重要指南。通过反思，我们能够及时发现自己的不足和错误，并加以改正。在过去的学习和工作中，我常常会犯一些低级错误，比如粗心大意、不认真细致等。关键是我没有及时发现这些错误，更没有采取行动来改变自己。后来，我开始每天进行反思，总结当天的得失以及存在的问题。通过不断地反思，我逐渐提高了自己的观察力和洞察力，不再重复之前的错误，并能够及时调整自己的方向。

最后，自律自控和反思让我有了更高的自我要求。过去，我常常满足于做到基本要求，不会主动追求更高的目标。自律和自控的培养让我逐渐认识到，只有不断超越自己，才能不断提升自己。于是，我开始设立更高的目标，并为之努力奋斗。同时，我也不断地反思自己，寻找自己的不足之处，并采取相应的行动来改善。通过这种方式，我收获了更多的成果和成就感，也更加自信和满足。

综上所述，自律自控和反思是每个人成长和成功必不可少的品质。通过自律和自控，我们能够培养良好的习惯，克制自己的欲望，提升自己的能力。而通过反思，我们能够及时发现自己的不足和错误，并加以改正。自律自控和反思让我更好地认识了自己，让我的成长之路更加明确和顺畅。我相信只要坚持自律自控和反思，我会继续取得更多的成就。



## 自律反思成长发言稿篇五

自律自控是指个人能够克制自己的欲望和冲动，坚持自己的原则和目标，并且进行深入的反思和思考，从而不断提高自己的能力和素质的一种态度和行为方式。通过自律自控，人们能够更好地规划自己的生活和工作，提高自己的效率和生活质量。在我个人的成长和工作中，我深刻体会到了自律自控的重要性，并通过反思不断总结经验和教训。

首先，自律自控是获得成功的关键。一个人要想在事业上获得成功，光有才华是不够的，还需要有强大的自律自控能力。只有充分利用时间，设定明确的目标，坚持不懈地追求，才能够取得显著成果。比如，我曾经在学业上遇到过困难，但通过自律自控，我克服了懒惰和拖延的习惯，专心致志地学习，最终取得了优秀的成绩。这让我深刻认识到，自律自控是实现个人价值和目标的基石，只有不断地克制自己，才能获得更大的成就。

其次，自律自控是个人成长的推动力。人类的天性是贪婪的，渴望享受和放纵自己，但过度的享受和放纵只会限制个人的成长与进步。自律自控可以帮助个人摆脱这种束缚，保持积极向上的状态，不断追求个人的成长和进步。例如，我在工作中经常面临各种诱惑和困难，有时候很容易受到外界的干扰，但通过自律自控，我能够时刻提醒自己要专注于自己的目标，保持积极的工作态度，不断提升自己的能力和素质。这种自律自控的精神，使我在工作中能够不断成长和进步。

再次，自律自控是增强意志力的途径。意志力是一个人坚持完成某项任务的能力，它是通过自律自控不断锻炼和提升的。只有养成自律自控的习惯，才能够使意志力得到锻炼，从而更好地应对生活和工作中的各种挑战。例如，我曾经有过很多坚持锻炼身体计划，但短时间内总是坚持不下来。后来我意识到，只有通过自律自控养成每天坚持锻炼的习惯，才能够增强我的意志力，使自己拥有更强的执行力。

最后，自律自控是实现自我价值和成就感的必备条件。一个人如果没有自律自控的能力，就很难进步和发展。在我个人的成长过程中，我发现了自律自控的重要性，并且通过不断地反思和体会，总结出了一套适合自己的方法和策略。通过自律自控，我能够更好地管理自己的时间和精力，不断提升自己的能力和素质，实现了自己的梦想和目标。这种成就感让我坚信，只有通过自律自控，我才能够真正体现自己的价值和实现自己的梦想。

总之，自律自控是一个人取得成功、实现目标、提高能力的重要手段。通过自律自控，人们能够更好地规划自己的生活和工作，提高自己的效率和生活质量。在我个人的成长和工作中，我深刻体会到了自律自控的重要性，并通过反思不断总结经验和教训。我相信，只有通过自律自控，我们才能够更好地实现自己的价值和目标，提高自己的能力和素质。