# 竞聘演讲稿怎么写【精选】

来源：网络 作者：独影花开 更新时间：2025-06-07

*公开选拔、竞争上岗已成为任用领导干部的重要方式。在这个过程中竞职演讲是其中重要的一环，演讲成功与否对竞职有着直接的影响，所以说竞聘演讲稿是很重要的。那么，怎样写好竞聘演讲稿?为大家整理了一些方法，欢迎大家阅读。竞聘演讲稿怎么写【精选一】　　...*

公开选拔、竞争上岗已成为任用领导干部的重要方式。在这个过程中竞职演讲是其中重要的一环，演讲成功与否对竞职有着直接的影响，所以说竞聘演讲稿是很重要的。那么，怎样写好竞聘演讲稿?为大家整理了一些方法，欢迎大家阅读。

竞聘演讲稿怎么写【精选一】

　　一、了解竞聘演讲辞

　　要对竞聘演讲辞有一个充分的了解，首先要搞清楚竞争上岗的内在涵义。所谓竞争上岗，就是指各级党政机关和企事业单位的工作人员在职务晋升、轮岗交流过程中，通过在一定范围内的公开竞争、群众评议、组织考察等环节，确定拟晋升、留任、轮岗、交流的人选，然后按有关管理权限决定任命的一种领导选拔任用方式。竞聘演讲辞，是竞争上岗过程中的一项重要内容。它是在一定的组织形式下，参加竞聘者为了达到上岗目的，在特定的时间和场合，面对特殊的听众，就本人的竞聘条件、竞争优势、施政方案等内容发表的公开演讲。

　　具体来说，竞争上岗的演讲有五个特点：

　　首先，竞聘演讲具有鲜明的目的性。任何讲话都有其目的性，但是竞争上岗演讲的目的更为明确，这就是为了竞选成功。通过演讲，可以使广大群众和评委了解竞选者的生活经历、性格特征、能力素质和工作谋略等，从而认可你，推荐你，使你达到能胜任所竞争岗位的目的。这就要求竞选者在演讲中始终围绕中心，通过各种积极有效的办法进行准确的语言表达，达到这个预期目的。

　　其次，竞聘演讲具有激烈的竞争性。竞争上岗演讲的全过程，实际上就是竞争者用语言表述个人的基本素质、能力优势、施政方案，从而与对手进行公开竞争的过程，所以竞争性贯穿在整个演讲的始终。竞选者在演讲时不仅要考虑个人的情况，而且还要认真分析竞争对手的优劣势，使你能在比较中选择对自己有利的条件和项目，并且加以表现，以展示自身更具竞争性的方面。

　　再次，竞聘演讲具有独特的创造性。为了更好地展示个人的才能，每位竞选者的演讲都要根据个人特点展示独创性。这就要求参加竞争者在演讲时，无论是对个人基本情况的陈述，还是对工作的设想和安排，都力求显示出个性化特征。特别是对今后工作的安排和设想，更要有一些独到的见解和创新，使听众有耳目一新的感觉。

　　最后，竞聘演讲具有真实的质朴性。竞争上岗演讲鲜明的目的性和激烈的竞争性，决定它具有真实的质朴性特点。一般来讲，有关竞争上岗的演讲不能用夸张、虚浮的态度来粉饰自己，也不可用华丽的词藻和极富鼓动性的语言来表达。竞聘演讲辞主要是靠竞选者真实的才能、诚恳的态度、严谨的思想和创新的思维来表现自己，说服群众，因此实事求是的质朴性就十分突出。

　　二、竞聘演讲辞的内容

　　竞聘演讲辞的内容根据个人情况、岗位设置和组织要求特点的不同而有所不同，但是作为一种演讲方式，有一些基本内容却是一般都应具备的，而且也应有一定的特点。

　　1.简洁的称呼

　　竞选者为了尊重评委和听众，在竞聘演讲辞的开头前一般都应有一个称呼，例如可以说：“尊敬的各位领导，各位评委，各位同事：大家好!’，“同志们，你们好!”由于竞争上岗的演讲比较严肃，所以不太适于用“女士们、先生们”的称呼。

　　2.谦虚的开头

　　竞聘演讲辞开头要质朴无华，自然亲切，干净利落，特别是要讲究适度的谦虚性。一般可采用礼节性致词进行导入，如可以从个人的感受开头“能参加今天的竞争我很荣幸”;可以从感谢的角度开头“首先感谢领导给我提供了这样一个接受挑战、展示自己的机会”;也可用比较谦和的语气开头“大家早就熟悉了我，但是今天我想让大家更好地认识我”;此外，还可以有针对性地说“我希望各位评委及与会同志对我的演讲给予指教。”总而言之，开头是缩短与听众距离的桥梁，虽然竞争上岗的演讲不像其他演讲那样，要精心地设计一个有艺术性的开头，但是用一种比较谦虚的口气开好头，是成功的基础之一。当然谦虚也要适度，不要过分，否则会给听众带来反感，进而影响演讲效果。

　　3.充实的主体

　　竞聘演讲辞的主体部分是全文的重点和核心部分，其基本内容应该非常充实，一般来说主要包括以下几个部分：

　　首先，简单介绍个人简历。这部分可以包括两方面的内容，一是个人基本情况介绍，即籍贯、年龄、学历等，这是参加竞聘的基本条件。二是介绍自己与竞聘岗位有联系的工作经历、资历，这点要注意有针对性，在繁多的个人经历中选出那些与岗位关系密切的内容做比较详细的说明。

　　其次，说明参加竞聘的理由。竞聘理由可以是多方面的，如通过竞争展示自己，锻炼自己，提高自己。同时也使大家了解自己。竞聘理由可视情况而定，不一定非要写。

　　再次，阐述个人的优势。优势是决定竞聘者能否成功的重要因素之一。因此在这方面要花工夫。这部分的内容主要是根据对竞聘者的基本要求进行表述，一般包括德、能、勤、绩四个方面。在阐述优势时要有所侧重，特别要注重和岗位的特点相联系。

　　最后，提出工作设想和方案。这部分内容是假设自己能竞争成功，对所竞争岗位的工作提出的施政方案。这部分内容要比较具体、实在，不要讲一些不切实际的设想。

　　4.精炼的结尾

　　竞聘演讲辞的结尾一般表述两方面的内容，一方面，如果竞争成功，表明干好工作的决心和信心;另一方面，如果不成功，表达能上能下的态度。如“不管结果如何，我都会以这次竞聘为契机，发现不足，一如既往地做好我目前的本职工作，不断提高自己、完善自己”,“请同志们支持我、关心我、鼓励我、监督我”。总之，结尾要精炼简洁，不要拖泥带水。

　　三、竞聘演讲辞的语言技巧

　　1.展示自身优势

　　竞聘演讲辞是通过自信地“说我行”来展示个人优势，从而达到竞选成功的目的，所以自信心是竞聘演讲辞成功的重要基础。由于受中国传统思想的影响，长期以来，“说我行”这一观念，并没有被大多数中国人所接受。中国古代虽有的“毛遂自荐”的故事，但自我推荐、表现自我，一直都不是个褒义词，“说我行”一不留神就会落下个“好表现”、“好出风头”的骂名。但是随着社会竞争的日益激烈，作为，必须在“说我行”中走上历史舞台的前台。竞争上岗的演讲，就是要非常自信地“说我行”，通过介绍个人的条件、个人的优势、个人的工作谋略来成功地展现自我，从而达到竞选成功的目的。如一位参加竞选处长的应聘者在竞争上岗的演讲中是这样“说我行”的：“今天，我竞争的职位是综合处长，我认为自己具备担当该职务所必需的政治素养和个人品质。理由有四：第一，我的敬业精神非常强，工作认真负责，勤勤恳恳，任劳任怨，干一行，爱一行，专一行。尤其是十多年的军旅生涯，培养了我严明的组织纪律性、吃苦耐劳的优良品质、雷厉风行的工作作风，这是干好一切工作的基础。第二，我思想非常活跃，接受新事物比较快，爱学习、爱思考、爱出点子，工作中注意发挥主观能动性，超前意识强，善于开拓工作新局面。第三，我办事稳妥，处世严谨，廉洁自律，对自己要求严格，第四，我信奉诚实、正派的做人宗旨，能够与人团结共事，而且具有良好的协调能力。”

　　2.适应岗位特点

　　竞选者在作演讲时要针对所竞争岗位的特点，说明个人的适应性和优势。这就要求在整个演讲中都不离本岗位的特点。一般说来，每个岗都有每个岗的工作特点和业务特点，但是作为领导岗位，主要应该掌握两个方面的内容：

　　其一是该岗位的业务特点。各行各业有自己的业务特点，在演讲时要对不同岗的业务情况有比较清醒的认识和了解。如司法部门、审计部门、文化部门、民政部门等都有自己独特的工作特点，在演讲中就要根据这些业务特点来展示自己的长处。如竞选办公室主任，竞选者就要对办公室的综合协调、督促检查、参谋助手等业务有所了解，才能在演讲中有针对性地发表见解。

　　其二是该岗位的管理特点。这里说的竞争上岗是指各级领导岗位的“岗”。“领导”的特点就是对被领导进行组织、指挥、协调、引导的管理过程，因此在演讲时就要了解管理科学的特点并适应这种管理特点。如善于决策、精于组织、巧于指挥、善于创新、工于应变等，可有所侧重地针对这些管理特点陈述对“岗”的认识。

　　3.了解竞争对手

　　竞聘演讲辞还须充分了解竞争对手的具体情况，在比较中突出自己的强项。如你的学历比对方高，就可以突出学历的特长;如进行的是本行业本部门岗位的竞争，你就要突出对业务的熟悉程度;如你的年龄比对方小，就可突出年轻有为的特点;如是跨行业、跨部门的竞争，就要突出横向联系的优势等等。总之，从自己的长处和优势人手，能较好参与竞争，赢得竞争。例如，有两位军人竞选国会议员。一位是将军，他功勋卓著，曾任过二三次国会议员;而另一位则是名普通士兵，他曾是将军的部下。在参加竞聘演讲辞时，将军说：“诸位同胞们，记得战争时期的一个晚上，我曾带兵与敌人激战，经过激烈的血战后，我在山上的树丛里睡了一个晚上。如果大家还没有忘记那次艰苦卓绝的战斗，请在选举中也不要忘记那位吃尽苦头，餐风宿露的、造就伟大战功的人。”他的讲话很精彩，博得了大家的掌声。这时，轮到那名普通士兵演讲了，他走上台说：“同胞们，将军说得不错，他确实在那次战争中立下奇功。我当时是他手下的一个无名小卒，替他出生人死，冲锋陷阵。但这还不算，当他在树林里安睡时，我还得携带武器，站在荒野上，饱尝风寒露冷的味儿，来保护他。”士兵的演讲建立在将军演讲的基础上，说明了如果不是他的保护，将军是不可能“造就伟大战功的”，由于他对对手的熟悉和了解，最终那名普通士兵获得了竞选成功。

　　4.语言质朴纯真

　　竞聘演讲辞中，竞选者要把服务群众的思想表现在竞争上岗的演讲中，从而取得广大群众的信任。同时，在表述过程中也须注意语言的质朴纯真。如“办公室副主任不是官，如果要用一个词描述这一岗位，我认为最贴切的是两个字，那就是：服务。要全心全意地为办公室的同志们服务，为师生服务，为领导服务。树立了服务意识，就找准了自己的位置，就调整好了自己的心态，就会尽职尽责尽心尽力。”如“我深知，个人总是微不足道的，只有把个人融入集体，虚心讨教，不断自省，勇于负责，乐于吃苦，持公正之心，纳逆耳之言，扎扎实实做事、堂堂正正做人，对工作有春天般的热情，对他人有大海一样的胸怀，对名利像湖水那样平静，对自己像旁观者一样清醒，才可能事业有成，这既是我始终追求的为人之道，同时也是我对这个岗位的一点认识。”由此可见，如果竞选者真实地表述对岗位的热爱，就一定能够得到大家的拥护。

　　至于基层干部的竞聘演讲辞，就更要与群众密切联系，质朴地表达施政纲领。例如某地进行村民委员会换届选举，竞选者老张最后一位上场，这位朴实的农民走上讲台后，很平静地说道：“我只讲两句话。第一句，如果大家选我干，我一定玩命干，好好干。第二句，如果大家不选我，我屋里还有两万斤谷，400只鸭，每年也有两万块钱的收入。我讲的完了。”这段质朴的语言，赢来了在场的村民的一片掌声。在此后的投票中，老张以的票数顺利当选。这虽然是短短的两句话，但是村民们从第一句话中感受到老张为他们服务的真诚和好好干的决心。第二句话使人感到他的淳朴和高尚。如果不能当选，决不在背后搞名堂，而是好好生活。这位农民用他那发自内心的真诚，向村民们质朴地表达了他服务群众的施政纲领，深深地打动了大家，所以获胜也就是自然而然的事情。

　　5.感情真挚深切

　　竞聘演讲辞一般都比较平实，但是在平实中适当地倾注感情，使听众能在被感动的情况下接受你，并进一步在情感上认同你，也是竞选者惯用的一种艺术手法。如一位竞争护林队队长的演讲是这样说的：

　　我是在大山里长大的，是大山养育了我。每每看见有人乱砍滥伐，从而引起水土流失、山洪暴发给我们的生产生活带来的灾难，我的心好痛啊!我在护林队干了很多年了，我护过的树和我抓过的盗林贼都已记不清了。去年，在我进山缉捕一个盗伐团伙时，我的老父亲去世了。依照乡俗，长子不在床前为老人送终是要遭人唾骂的，可我偏偏就不能床前尽孝!老父亲临死前留话给我，他说他干了一辈子伐木工，他造了孽啊，他要我替他看好这最后的林子，给子孙后代积点儿德。所以，今天，就是顶着坏蛋的枪子儿，我也要干这个护林队长!为我爹，为我，更为子孙后代!

竞聘演讲稿怎么写【精选二】

　　1、目标的明确性

　　一般说来，在竞聘演讲时，竞聘者向评审人员及听众一要讲清自己的应聘条件，突出自己的优势，并且这种优势足以完成应承担的职务和工作;二要回答“若在其位，如何谋其政”。要在有限的答辩时间内完成上述工作，演讲的总体内容应始终围绕一个目标——岗位职务工作进行，做到目标明确，语不离宗，不可开口千言，离题万里。

　　2、内容的竞争性

　　竞聘演讲的全过程，其实是候选人之间就未来推行的施政目标、施政构想、施政方案进行比较与选择的过程。竞聘除了基本素质条件之外，实际上更重要的是施政目标与施政措施的竞争。写作时应在此处压倒对方，只有具备了明确、先进的施政目标，且有切实可行的施政措施来保证，才会取得竞争的成功。

　　3、演讲的技巧性

　　竞聘演讲是演讲的一种，也存在演讲技巧问题。它除了要求演讲者具备良好的心理素质和较强的语言表达能力外，还应当充分考虑竞争对手、听众的心态、临场状况等多种因素，用据理力争的方式，巧妙地说明“他不行，我行”，或“他行，我更行”。当然自我推销要有艺术性，切忌为了竞争而贬低对手，所遵循的原则是“唯真唯实，具体可信”。

　　准备竞聘演讲稿的方法二、竞聘演讲稿的基本写法

　　竞聘演讲由于要考虑多种临场因素与竞争对象，它的结构就必须灵活多样，但就其基本内容而言，仍可分为以下几个部分：

　　1、标题

　　竞聘演讲稿的标题有三种写法。一种是文种标题法，即只标“竞聘演讲稿”;一种是公文标题法，由竞聘人和文种构成或竞聘职务和文种构成，如《关于竞聘××公司经理的演讲》;还有一种是文章标题法，可用单行标题拟制，也可采用正副标题形式，如：《让收音机制造厂腾飞起来——关于竞聘收音机制造厂厂长的演讲》。

　　2、称谓

　　即对评委或听众的称呼。一般用“各位评委”“各位听众”即可。

　　3、正文

　　(1)、开头。为制造友善、和谐的气氛，开篇应以“感谢给我这样的机会让我参加答辩”“恳请评委及与会朋友指教”等礼节性致谢词导入正题。紧接着阐明自己发表竞聘演讲的理由。开头应写得自然真切，干净利落。

　　(2)、主体。这是全文的重点和核心。应围绕以下几个方面展开：

　　A、介绍个人简历。可分两个层次：一层简明介绍竞聘者的自然情况，使评委明了竞聘者的基本条件;第二层紧接第一层对自己与竞聘岗位有联系的工作经历、资历作出系统、翔实的说明，便于评审者比较与选择。

　　B、摆出竞聘条件。竞聘条件包括政治素质、政策水平、管理能力、业务能力以及才、学、胆、识各方面的条件。竞聘条件是决定竞聘者是否被聘任的重要因素之一，应该重点强调。但切忌夸夸其谈，应多用事实说话，“事实胜于雄辩”。可以结合自己前一时期的工作来写，如自己曾做过什么相关的工作，效果如何。从中展露出自己的水平、能力、知识和才华。采取引而不发的办法，通过这些事实，让评委及听众自然而然地得出肯定的结论。

　　C、提出施政目标、施政构想、施政方案。这部分是竞聘者假设已被聘任后，对应聘岗位所提出的目标及实现的具体措施。选招、选聘单位除了看竞聘人基本素质条件之外，还要考虑竞招、竞聘的施政目标和施政措施。演讲者应鲜明突出地提出自己的施政目标和施政措施。这些目标和措施既要适应总体形势，又要体现部门特点。基本目标要具有客观性、明确性和先进性。要定性定量相结合，能量化的尽量量化，以便评委进行比较、评估。目标还应围绕人们对竞聘岗位较为关注的焦点、难点重点提出。基本目标必须有切实可行的措施做保证。因此，保证措施十分重要。措施必须针对目标来制定，要明确具体，有可操作性，且密切联系岗位实际，从岗位工作出发。

　　(3)、结尾。一要写出自己竞聘、竞招的决心和信心，请求有关部门和代表考虑自己的愿望和请求;二要表明自己能官能民的态度。好的结尾应写得恳切、有力，意近旨远，使人闭目能为之长思。

　　准备竞聘演讲稿的方法三、竞聘演讲稿的写作要求

　　竞聘演讲稿的写作质量不仅取决于竞聘者的文学水平，也是其政治素养、理论水平、业务能力等诸多方面的综合反映。因此，除了观点鲜明、内容充实、语言通顺外，还要注意以下问题：

　　1、实事求是，明确具体

　　竞聘者应实事求是，言行一致。每介绍一段经历、一项业绩都必须客观实在。给国家做出什么贡献，给单位创造什么效益，给职工提供什么福利等，一定要讲清楚，不能吞吞吐吐，模棱两可。要言而有信，不说过头话。能够办到的就说，办不到的就不要开“空头支票”。

　　2、调查研究，有的放矢

　　竞聘演讲是针对某岗位而展开的，因此，写作前必须到招聘单位了解情况，可以通过调查摸底、群众访谈等方式，切实弄清楚单位的历史、现状，尤其对于当前存在的焦点、难点问题及其存在的根本原因要问清查透，力争找到解决问题的途径，以便在演讲时击中要害，战胜对手。

　　3、谦虚诚恳，平和礼貌

　　竞聘者是通过答辩实现被聘用目的的，只有给人以谦虚诚恳、平和礼貌的感觉，才能被认可和接受。评审人员及与会者是不会接受狂妄傲慢、目中无人的竞聘者并委以重任的。所以，竞聘演讲辞十分讲究语言的分寸，表述既要生动，有风采，打动人心，同时又要谦诚可信，情感真挚。

竞聘演讲稿怎么写【精选三】

　　一、标题简洁

　　标题一般包括竞聘的职务名称和文种等要素，如《综合秘书岗位竞聘演讲稿》、《关于银行办公室主任一职的竞聘演讲稿》、《竞聘编辑部主任一职的演讲词》。也可简写为《我的竞聘演讲》、《竞聘演讲稿》、《竞聘演讲词》等。

　　二、开篇精彩

　　良好的开端是成功的一半，竞聘演讲的时间有限制，报告的开头必须简洁而又精彩，引起听众的注意。常见的开头方式有以下几种：

　　1.感谢式。用诚挚的心情表达谢意。如“非常感谢贵公司给我这次宝贵的竞聘机会”。

　　2.概述式。概括叙述自己应聘的岗位以及竞聘演讲的主要内容。如“今天我充满自信到贵公司竞聘文秘岗位，凭之立足的基石是我十几年不懈的努力所掌握的知识和技能。现在我向各位考官简述我的基本情况以及对竞聘岗位的认识”。又如“今天我将坦诚地向各位领导、同志们陈述我应聘银行办公室主任所具备的优势，并提出我拟聘后的工作设想，请各位提出宝贵意见”。

　　3.简介式。简要介绍自己的经历、性格特征，让听众对自己有个初步的了解。如“我叫张××，1989年毕业于复旦大学新闻系，出身于农家、成长于复旦的我，既有农民的朴实，又有诗人的气质，自信能胜任新闻工作”。

　　三、主体丰富

　　主体部分是竞聘演讲稿的重点，也是写作的难点所在，一般包括以下几方面的内容：

　　1.陈述竞聘的主要优势。针对竞聘的岗位介绍自己的德、能、勤、绩，不是叙述自己工作时间的长短，而是突出和竞聘岗位相关的经历和业务能力。以积极的态度去描述，让听众认可你确实适合这份工作并具备不断发展的潜力。力求精要，切忌面面俱到。

　　如有一篇竞聘总经理助理的竞聘词是这样写的：“做文秘，我已发表多篇作品;做驾驶，已有20万公里的驾驶记录;做经管，我已具备多年的经营管理经验。”又如一篇竞聘幼儿园园长的竞聘词这样写道：“我之所以竞聘幼儿园园长，主要凭借以下几点优势：长期的园务管理工作经验;丰富的幼教基本功;细心认真、吃苦耐劳、勇于创新以及对工作永不满足的个性。我始终坚持‘没有，只求更好’的工作目标，始终保持着一股旺盛的精力和工作激情，自信能以自身良好的素质影响周围的人，从而带动整个幼儿园群体向更高的目标迈进。”

　　2.对应聘岗位职责的认识。竞聘前，要充分了解招聘单位和应聘岗位的情况，只有明确岗位职责，才能有的放矢地提出该岗位的工作目标、施政设想和打算。

　　如一篇竞聘编辑部主任的演讲词是这样写的：“策划选题、组织稿件、编辑书稿是出版工作的关键环节，也是出版社工作的重中之重。编辑室是承担这一重任的基层组织，应起好以下三个方面的作用：桥梁作用——室主任要成为领导的助手，群众的知音;领导作用——组织本室成员积极开展工作，落实社里的计划;协调作用——既要协调本室工作，又要和其他部门相互协调，合理安排人力、时间，妥善安排好各项工作。”

　　3.表明自己任职后的打算。竞聘者要紧紧围绕听众关心的热点、难点问题，切忌华而不实和故作卖弄之语，那绝对不会引起听众的好感。只有提出切实可行的措施，才能有效地提高竞聘的成功率。

　　如一位竞聘某单位综合秘书岗位的竞争者是这样陈述对竞聘岗位的打算和思路的：“各位评委，如果我能竞聘成功，我会认真做好以下几方面的工作，真正当好局领导和办公室主任的助手。一是本着认真负责的办事作风做好日常事务工作，提高服务质量;二是凭借深厚扎实的理论功底当好参谋助手，服务领导决策;三是依靠良好的沟通能力和强烈的团队精神做好协调工作，确保政令畅通;四是发挥自己的计算机特长，规划我局的信息化建设工作，提高我局的形象和声誉。”

　　四、结尾凝练

　　结束语要求画龙点睛，加深评选者对竞聘者的良好印象，从而有利于竞聘成功。常见的结尾方式有以下几种：

　　1.表达愿望式。表示加盟对方组织的热切愿望，展望单位的美好前景，期望得到认可和接纳。例如：“如能蒙贵公司不弃，有幸成为贵公司的一员，我将竭尽所学，为贵单位的发展贡献自己的一份力量。”

　　2.表明态度式。坦诚地表达自己参与这次竞聘的感受。例如：“参加这次竞聘，对我来说也是一个学习和提高的过程，是对自我的一种挑战，无论竞聘成功与否，我都将一如既往，堂堂正正做人，踏踏实实做事。”

　　3.祈请支持式。表达自己对竞聘上岗的信心，恳请得到大家的支持和帮助。例如：“各位评委，请大家投我一票，我将交上一份让你们满意的答卷。”

　　五、神态得当

　　竞聘演讲稿不仅要把握好写作的结构，还必须注意适合演讲的场合，它必须符合竞聘者的身份，具体要求有以下几方面：

　　1.态度诚恳。竞聘演讲虽是向听众毛遂自荐，展示才华，展示德行，但又不能说得过头，以免让听众反感。要在写作过程中仔细揣摩，把握好尺度，态度诚恳，实事求是。

　　2.充满自信。自信主要是在平时的学习、工作和生活中培养出来的，所谓胸有成竹，竞聘时要充分展示出来。

　　注视评委和听众的时间应占竞聘时间的50%，适时进行面部信息的交流和沟通。竞聘过程中表情要自然，学会微笑，微笑能给听众愉悦、快乐、轻松、友好和平易近人的亲切感。 上下讲台要注意身体语言。身体的动作是心灵活动的结果，抬头挺胸，步伐矫健，会使人感到你充满自信。

　　3.语言质朴。竞聘演讲不宜刻意追求气氛的烘托和渲染，应避免使用抒情的表达方式，多用符合口语表达习惯和听觉习惯的句子。在展示自己优势部分内容时，不能报流水账，要善于归纳并用简洁的语言加入段首提要，再以事实和数据佐证。如某竞聘者参与秘书综合岗位竞聘时的表述：“我认为我参加该岗位竞争的优势主要体现在以下五个方面：一是具有广泛多样的知识背景(具体介绍自己的知识和技能);二是具有谦虚谨慎的做人态度(具体介绍自己的获奖情况);三是具有清晰顺畅的沟通能力(介绍自己的工作方法和业绩);四是具有与时俱进、敢于争先的时代意识(介绍自己继续学习和培训的经历);五是具备坚韧不拔、百折不挠的心理素质(介绍自己的成长经历和经受的考验)。”

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！