# 人大代表述职报告 王来坤

来源：网络 作者：水墨画意 更新时间：2024-06-28

*第一篇：人大代表述职报告 王来坤人 大 代 表 述 职 报 告谢集镇人大代表 王来坤（2024年11月25日）作为王板桥村党支部书记兼村委会主任，自被选举担任谢集镇人大代表以来，我始终认真执行宪法和党的路线方针政策，坚持务实负责的工作作风...*

**第一篇：人大代表述职报告 王来坤**

人 大 代 表 述 职 报 告

谢集镇人大代表 王来坤

（2024年11月25日）

作为王板桥村党支部书记兼村委会主任，自被选举担任谢集镇人大代表以来，我始终认真执行宪法和党的路线方针政策，坚持务实负责的工作作风，深入群众，认真履行人大代表的职责，发挥了一名基层人大代表的作用。现将任职以来的主要工作述职如下：

一、回顾过去的工作

（一）加强自身建设，不断提高思想政治素质。作为一名人大代表，农村党支部书记，肩负广大群众的利益和推进社会主义新农村建设的重任，要胜任代表职务，就必须加强学习，不断提高自身素质。为此，我把学习党和国家的政策方针、法律和法规作为首要任务。在平时工作中，我坚持学习《宪法》、《代表法》、《监督法》、《地方组织法》以及开展本职工作所涉及的法律法规，深刻理解党中央、国务院关于“三农”问题的方针政策。通过学习和宣传，使我进一步明确人民代表大会的性质、地位和作用；了解了人大代表的权利、义务以及如何行使代表职权；增强了社会主义法制意识。

（二）履行人大代表职责，积极建言献策。作为人大代表，就应该认真履行代表职责，积极参加代表活动，努力为选民负责，为政府排忧，协助政府推行中心工作。保证上级人大及其常委会的决议、决定在本镇得到遵守和执行，有计划、有目的地开展了执法检查并及时向政府和有关执法部门提出意见和建议。在对政府的监督工作中，始终抓住经济社会发展中的问题实施监督，突出重点，紧紧围绕农业、农民增收计划、民政救济发放、计划生

育等工作实施监督，确保了各项工作得到稳步推进。在日常工作中，我坚持深入群众听取反映，密切联系广大选民，做好党和政府联系广大群众的桥梁和纽带。

（三）严于律己，服务选民。我在日常的生活工作中能做到严格要求自己，多年来对待弱势群体予以力所能及的关心帮助。我深知作为一名人大代表不但要学法、懂法、用法，更重要的是带头遵纪守法，只有这样才能不辜负人民群众的信任和党的期望。工作中，我始终把诚心诚意为人民谋利益作为工作的出发点和落脚点，讲实话，察实情，办实事，求实效。始终把群众生产生活中的热点难点问题作为自己工作的出发点。春耕前夕，有群众反映村排水渠堵塞，我实地查看后，及时向镇有关部门反映情况，并提出合理的解决方案，在最短时间内协助有关部门疏通水渠，保证了春耕的顺利进行。

二、目前存在的问题和今后的打算

自任职镇人大代表以来，我虽然做了一些工作，取得了一些成绩，但仍然存在一些问题和不足。主要表现在：一是学习有待进一步加强。有时候学习不够全面深入，知道个大概就满足了，没有深入思考理解。在以后的工作中，要再加强学习，提高履职能力。二是了解民情、反映民意及人民群众关注的“热点”、“难点”等问题范围和深度不够。没有从更高水平、更深层次上反应人民愿望和要求。以后要深入实际，倾听群众呼声，掌握第一手的实情和数据，及时反映社情民意，做人民群众的代言人，帮助政府多做改进工作，化解矛盾，促进发展，增强履职的实效。最后，我忠心感谢大家对我工作的关心和帮助，希望大家对我过去的工作多提批评和意见，促使我更好地履行职责。

**第二篇：述职报告(王来圣)**

2024年述职报告

学前教育学院 王来圣

今年上半年，我在系内分管高职教学、课程建设、学生实践实训管理、科研、专升本和试点本科管理等工作，协管教学质量督导评估；下半年，由学校派往北京师范大学做访学学习。

上半年：

我认真履行岗位职责，按照院党委、院行政的要求，认真工作，努力学习，在全系教师的支持和帮助下，配合系主任的工作，完成了分管范围内的工作任务：

1.认真学习，端正态度，努力工作

认真学习党的各项路线、方针、政策，全面学习、贯彻落实科学发展观，深刻领会、努力实践学院党委提出的教育教学和管理理念，不断加强自身修养，加强组织纪律观念，严于律己，廉洁奉公，团结同志，诚信待人，坚持以科学发展观引领本职工作，尽职尽责地做好自己分管的各项工作任务。

2.以评选“优质课堂”为突破口，提高课堂教学质量

上半年第5-9周组织我系所有上课教师开展了“优质课堂” 创建活动。制订了教育管理系“优质课堂”评选实施意见，成立了以系主任为组长，副主任和教研室主任为成员的教育管理系“优质课堂”评选活动领导小组，分专业技能课程教研室和专业理论课程教研室两组听课并评课，要求每位老师分别开出两节公开课，其他教师根据自己的时间决定听课时间，最终评出了我系“优质课堂”教师4人。在听课活动结束后，针对大部分老师课件的制作水平较底，使得多媒体教学的实效性降低的情况，请多媒体教学课件制作水平较高的赵振华老师为系内全体教师作一次课件制作培训。赵振华老师现身说法，结合自己教学的实际，为老师们作了一次生动而又切合实际的培训讲解。这次有针对性的培训取得了很好的效果。

3.课程建设

我系一直把课程建设作为专业建设的一项重要内容，不断更新课程内容，整合课程体系，完善课程结构，突出课程的实用性、技能性与职业性，上半年完成了《学前教育科研方法》课程网站的更新和《儿童文学》课程网站、《学前儿童社会教育》课程网站的建设，为申报省级和国家级精品课程做准备。

4.开展教育教学研究，以科研带动教学改革工作

根据“山东省教育厅关于认真做好第六届高等教育教学成果奖励工作的通知”和我院首届教学成果奖评选办法，积极组织全体教师申报项目。在山东省第六届 1 高等教育教学成果奖励工作中，我系获得山东省第六届高等教育教学成果奖二等奖一项，三等奖一项。

在3月份我院首届教学成果奖评选中，我系共申报项目11项，其中，获得特等奖二项，一等奖二项，三等奖二项。

在第二届全国实践教学大赛中，我系获得二等奖3项；三等奖2项。申报潍坊市第十七次社会科学优秀成果奖项目4项。其中，获得三等奖1项、优秀奖3项。

申报潍坊教育学院2024科学研究计划项目7项。其中3项被评为学院重点课题。

教材立项三项：《学前教育专业艺术歌曲与儿童歌曲曲集》、《学前教育专业钢琴基础训练》、《儿童文学》。其中，《儿童文学》教材，已由山东科学技术出版社2024年12月出版。

由我院教师主持的2024、20065项院级课题结题，其中获得二等奖1项，三等奖1项。

5.完成学前教育实训中心的配套建设和实训设备的招标采购工作

以主人翁的态度和实际行动积极投入新校区学前教育实训中心建设，参与招标、采购、设备接收、搬迁，打扫卫生等。完成78间小琴房、2个电钢琴房、2个舞蹈房、儿童保健实训室、技能实训教室、学前教育专业教学成果展室以及初等教育心理学实验室的实训设备和仪器的采购和接收工作，并经常检查、维护实训设备，保证实训设备的正常教学、训练使用；合理安排学生琴点、舞点练习，为学生提供全天实训服务。

6.按照学前教育专业“一年级掌握基础，二年级培养能力，三年级强化特长”的培养路线，制定学前教育专业的系级技能训练与竞赛计划，确定训练项目。于2024年6月9日晚，在北校区大学生活动中心，以“青春、梦想、远航”为主题，举办了我系首次儿童歌曲合唱大赛，评选出优秀班级。本次比赛推动了我系技能课程的教学改革和实践训练工作。

7.为强化学前教育专业学生的专业技能，检验学生专业技能训练的成果，于6月13日，在北校区体育场举办了主题为“舞动Summer”的大型幼儿体操比赛。此次幼儿体操比赛，显示出了别样的风采，即是幼儿舞蹈、手工制作等技能的全面展示，也是学生非专业素质的一次全面而精彩的亮相。

8.认真研究学生专升本考试的特点和规律，组织安排07级学前教育专业专升本学生的学习辅导，从组织学生的复习、订购教材、到遴选辅导老师，与其他几位系主任共同商定。努力提高我系学生专升本的升学率。

9.组织并不断督促我系参加试点本科考试的同学，认真参加辅导学习。

上半年，教育管理系还没有搬迁到南校区来，学生仍在北校区学习和生活，但我系参加试点本科会计专业、英语专业和计算机专业学习辅导的学生必须要到南校区听辅导。这些学生每个专业人数都不是很多，但分布在我系08级的7个班级里面，无法单独组班开课，只能跟随别系学生上课。这就给我系的排课和学生听课辅导造成了极大的不便。我和有关老师一起进行了课程调整、教师调整，为学生联系学院班车、中午在南校区的休息场所，最终得到有关部门的支持和帮助，为这部分学生的学习提供了条件。

10.在完成管理工作任务的同时，我上半年承担了《学前儿童发展心理学》课程128课时的教学任务。

下半年：

我受学校派遣到北京师范大学访问学习。

1.根据访学计划和指导教师的建议，结合自己的专业工作和实践选定了研究课题，对高职学前教育专业学生专业技能和实践能力的培养与训练方法和模式进行了课题论证，初步完成了课题的调研和资料收集工作，达成了中期研究目标，为下一步的研究打下了基础。

2.参与导师主持的国家教育部重点课题“关于学前一年纳入义务教育的保障体制研究”，参与制定了“北京家长关于学前一年教育纳入义务教育观念的调查问卷”、“北京教师关于学前一年教育纳入义务教育观念的调查问卷”、“幼儿园园长调查问卷”、“学前一年教育办学条件的现状调查问卷”、“学前一年教育课程的现状调查问卷”、“学前一年教育师资配置的现状调查问卷”等研究工具，在北京市部分幼教机构进行了前期的调研工作。从北师大教师们工作中学到了很多的科学研究规范和方法。

3.利用北师大广泛的教育资源，听取专业学术讲座和学术报告，参与和听取了学前教育系内的部分教学研究活动。开拓了研究的思路和视野，受益匪浅。

4.对北师大学前教育专业学生的专业技能训练工作和实训场所进行了实地考察，为我院学前教育专业学生专业技能培养与训练提供了参考或借鉴思路。

存在的问题和今后努力的方向

1．政治理论学习有待进一步加强，政治素质需进一步提高。2．有时工作考虑不够全面，工作方式方法也需要进一步科学化。3．教改的力度和深度有待细化和强化。

**第三篇：述职王金来**

我自

述 职 报 告

1999年参加工作以来，一直坚持党的四项基本原则，贯彻执行党在新时期下关于素质教育的方针政策，着力于培养学生的创新能力，既教书又育人。在工作中，不怕困难，勇挑重担，顽强拼搏，敢于创新，在教育教学方面取得了一定的成绩。

一、教学手段及方法

我参加工作的这十六年，在教育局不断提倡改革，鼓励教学上的大胆创新的这种教学思想的指引下，我也努力探索，大胆尝试，逐渐摸索出了一套适合自己教学的方法。为了调动学生上课参与的积极性，发挥学生的主体地位，提高课堂教学的效益，我采取了如下的一些措施和方法：

1、牢牢把握“读”的环节，让英语教学的课堂充满朗朗的读书声。

古语云：“书读百遍，其义自现”，说的就是“读”的重要性。上课的时候，我着重于读，但也注重读的方式和方法。从方式方法上来说，我把“读”分为个人“读”，小组“读”，带“读”，抢“读”，竞赛“读”，其中学生最喜欢的就是竞赛“读”了。

2、注重课堂提问的艺术，引入竞争机制，让学生上课积极思考。提问是一门艺术，教师在上课的时候会不断地提出问题，如果教师提出的问题太大、太泛、太难，都很难激起学生思维的火花。为了解决好这个问题，我在每一节课上课之前，都做了认真的准备，把要在上课的时候提出的问题做到心中有数。要学生回答问题的时候，我针对学生的掌握情况，分别叫不同的学生来回答。由于问题设计得比较合理，学生接受起来就容易多了。

3、探索研究新教法，新课型，全面提高学生的学习成绩。

英语课的特点决定了这一门学科着重体现在“听、说、读、写”四个方面。在一个学期中，我不间断地开设了诸如“朗读竞赛”、“背书比赛”、“找错比赛”、“成语接龙比赛”、“听写比赛”、“编对话比赛”、“作文描写比赛”等等。这些生动有趣的课型的开展，不仅是对课堂教学内容的有益补充，更是激起了同学们对于英语这一门课程的热爱，使他们对于英语这一门学科“爱学”、“乐学”。

4、运用多媒体教学，提高英语课堂教学的效益。

近几年，多媒体教学在英语教学中悄然兴起。多媒体教学由于其集单词、声音、图象、动画于一体，有很强的可感性、趣味性，所以得到了学生们的热烈欢迎。

在十几年的教学中，我深深地体会到：英语教学关键是一个“活”字，死扣书本，死记硬背，是绝对出不了成绩的。对“活”的理解是多种多样，有教学模式上的改变，有教学手法上的更新，因人而异罢了。

二、班主任工作方面

在坚持教好书的同时，我从未放弃过育好人。我在班主任工作中，主要做到了两个字：“爱”和“严”，这使我在班主任工作中取得了较好的成绩，既改变了一大批后进生，又培养了一批优秀的学生。

1、有一颗爱心，这是做好工作的前提。

带着一颗“爱心”去工作，可以让学生觉得你是真心地关心他，缩短了师生之间的距离，同时，他们犯了什么错误，也就容易接受你的教育，很快地加以改正。这种爱，有对学生思想形成的正确引导，更有对学生生活上实实在在的关心。

2、细心、耐心、诚心这是做好工作的基础。

教育学生不是一朝一夕的事，是一项长期的工作，这就需要足够的耐心。在平时的工作中细心观察，发现了学生的错误，坦诚地和他交流，学生是能够接受的。

3、严格要求，措施得力，这是做好工作的保证。

“严是爱，松是害”，在对学生关心爱护的同时，也不忘对他们严格要求。我班制定了严格的班级文明公约，在班宣读、张贴后，师生一起严格遵守。

三、工作业绩 1、2024--2024这几年连续-连续被评为校级模范班主任，优秀教师。2、2024年所带九年级两班成绩在毕业会考中居全县第一被教育局评为优秀工作者。3、2024年所带九年级12班在毕业会考中总成绩居全县第三被教育局评为模范班主任。4、2024年所带七年级10、11两班英语成绩在全县抽考中获全县第二，被教育局评为优秀工作者。5、2024年5月被团州委评为优秀共青团员。6、2024年所带九年级11、12两班成绩在毕业会考中居全县第一，被县委县政府评为优秀教师。7、2024年所带毕业班九年级11班在毕业会考中总成绩居全县第一，被县委县政府评为模范班主任。

8、同时，在辅导学生参加竟赛方面也取得不错的成绩。2024，张国芳同学获得全国英语竞赛三等奖，2024，牙萌同学获得全国英语竞赛一等奖，2024，牙萌同学获得全国英语竞赛二等奖。

“捧着一颗心来，不带半根草去”，陶行知先生的真知灼言，言犹在耳，我深感一位人民教师的责任，也深感一位人民教师的光荣，成绩属于过去，未来才属于自己，作为一个青年教师，我知道我的工作才刚刚开始，党在新时期下的素质教育的方针政策己经确定，我惟有勇于进取，不断创新，才能取得更大的成绩。

青春期教育讲座稿

一、青春期界定：青春期是指由儿童逐渐发育成为成年人的过渡时期。青春期是个体身心迅速生长发育的关键时期，也是继婴儿期（0-3岁）后，人生第二个生长发育的高峰期，心理发展的高峰期---“心理断乳期”。生理发展阶段：

1、青春发育前期：女生从10～12岁开始，男生从12—14岁开始，一般持续2～3年。

2、青春发育中期：女生从12～15岁开始，男生从14～17岁开始，主要以性器官及第二性征发育为主，女生出现月经，男生出现遗精，一般持续2—4年。

3、青春发育后期：女生从16～17岁开始，男生从17～18岁开始，主要表现为身体各系统继续缓慢发育，逐渐成熟。

一般来说，女孩子的青春期比男孩子早，大约从9.5岁开始，而男孩子则从11.5岁才开始。不过，由于个体差异很大，所以，通常把10岁至19岁这段时间统称为青春期。这一期间，不论男孩或是女孩，在身体内外都发生许多巨大而奇妙的变化。因此，掌握和了解这一时期身体内的变化，对孩子顺利渡过青春期来说，无疑是一件十分重要的大事。

青春期是指个体的性机能从还没有成熟到成熟的阶段，在生物学上是指人体由不成熟发育到成熟的转化时期，也就是一个孩子由儿童到成年的过渡时期。在这个时期，个性性发育成熟，已经可以生育。由此可以看出，青春期主要是以生理上的性成熟为标准而划分出来的一个阶段，它与从心理或社会方面划分出的人生阶段有重叠。在人体生长发育阶段，青春期占一半或更多一些时间。青春期目前在各国并没有一致的年龄范围，一般指13、14岁～17、18岁这个阶段，在心理学上，它又称为青年初期，相当于教育学上的中学阶段，以身心的急速成长为特征。而青年期除了包括青春期外，还将延续至25～30岁。由于男性的性成熟比女性晚一年左右，所以可以把男性的青春期年龄范围确定为14～18岁。偏早或偏晚1～2年，都属正常现象。人们通常把这个年龄阶段的男性称为少男，而同样年龄阶段的女性称为少女。在青春期不仅身体上有了明显的变化，而且在心理上也常会发生很大的变化。

二、青春期心理

（一）青春期心理特点

（1）青春期的男女生，思维敏捷、细腻，感情丰富，富于想象；（2）有一定的独立意向，认识能力不足；（3）进取心强，求知欲望强烈；（4）喜欢交友；（5）思想情绪不稳定；（6）对性知识和异性感兴趣：从疏远异性到逐渐渴望接近异性，或对异性产生朦胧的依恋。1．青春期的情绪特点：

情绪容易波动，而且表现为两极性，即有时心花怒放，阳光灿烂，满脸春风，有时愁眉苦脸，阴云密布，痛不欲生，甚至暴跳如雷，可以用“六月天孩子脸”来形容，父母在碰到这种情境时，千万要冷静，否则很容易发生冲突。

2．青春期的人际交往特点：

处在青春期的学生，渐渐地从家庭中游离，更多地与同伴一起交流、活动，结交志趣相投的同学（他人）为知心朋友，他们无话不谈，形影不离，视友谊至高无上，甚至为朋友两肋插刀在所不惜，这些举止往往令家长很难理解，而这恰恰是典型的心理断乳表现，只是发生得太快，家长没有心理准备，如果此时的家长愈加束缚，他们离家长愈远，有的甚至逃离家庭去投奔同学。同时，青春期是性心理萌芽期，表现为开始比较注意自己形象，特别是异性同学对自己的评价，也尝试与异性交往，但是在交往过程中心理变得很复杂，一方面渴望接近对方，另一方面又很害怕别人发现，结果，交往过程神神秘秘，羞羞答答，反而显得别扭；一般情况下，他们并不是真正意义的恋爱，只是彼此有共同的语言，喜欢一起交流和彼此欣赏。而且，青春期时，一部分孩子还会对同性产生一种朦胧的情愫，这种心理并不是同性恋，只不过是性心理萌芽的一部分。只要不过分，对孩子的心理成长没有影响。

3．青春期的情感特点：

在这段时期，青少年的情感由原来对亲人的挚爱之情，拓展到对同学、老师、明星、科学家和领袖人物崇敬和追随，由自爱到爱集体、爱家乡、爱人民、爱祖国、爱整个全人类；也就是说，青少年的情感充分的体现了社会性；此时，他们的道德观也发生了变化，对成功人士、名人崇拜得五体投地，对坏人坏事疾恶如仇，他们追求公平公正，一旦发现某人有私心杂念，他们就会嗤之以鼻，就因为他们在现实生活中无法妥协和容纳不同意见的人与事，所以很容易受到伤害。4．青春期的思维特点：

青春期个体的思维特点主要表现为：

（一）建立假设和检验假设的能力。不是直接寻求结论，而是根据问题、材料和情景，对问题进行逻辑分析，提出解决问题的假设，提出将会出现的不同结果的可能性。然后再通过进一步的逻辑分析和实验证明，最后确定何种可能性是事实。

（二）思维形式与思维内容分离。思维是人的高级的心理活动，初中生阶段抽象思维开始发展，他们对一般的问题，能够透过现象进行概括和总结；到了高中阶段，逻辑思维、创造性思维迅速发展，他们能够从不同的角度、多维的、立体的考虑问题，并且通过综合、分析、推理找出本质和规律；所以，在此阶段，他们好辩论，喜欢钻牛角尖，打破沙锅问到底，敢于挑战老师和家长，呈现出初生牛犊不怕虎的闯劲；但是，有时由于缺乏交流技巧，容易遭遇挫折。总之，青春期的心理可以形容为疾风骤雨期，他们充满热情和抱负，但又富于理想主义，对现实缺乏了解。由于抱负和理想，使他们好高骛远，想入非非，但是，现实又很容易让他们心灰意冷，甚至忧心重重。

（二）矛盾的青春期心理

1．独立性和依赖性的矛盾

青春期的少年在心理特点上最突出的表现是出现成人感，由此而增强了少年的独立意识。如他们渐渐地在生活上不愿受父母过多的照顾或干预，否则心理便产生厌烦的情绪；对一些事物是非曲直的判断，不愿意听从父母的意见，并有强烈的表现自己意见的愿望；对一些传统的、权威的结论持异议，往往会提出过激的批评之词。但由于其社会经验、生活经验的不足，经常碰壁，又不得不从父母那寻找方法、途径或帮助，再加上经济上不能独立，父母的权威作用又强迫他去依赖父母。

2．成人感与幼稚感的矛盾

青春期少年的心理特点突出表现是出现成人感---认为自己已经成熟，长成大人了。因而在一些行为活动、思维认识、社会交往等方面，表现出成人的样式。在心理，渴望别人把他看作大人，尊重他、理解他。但由于年龄不足，社会经验和生活经验及知识的局限性，在思想和行为上往往盲目性较大，易做傻事、蠢事，带有明显的小孩子气、幼稚性。

3．开放性与封闭性的矛盾

青春期的少年需要与同龄人，特别是与异性、与父母平等交往，他们渴望他人和自己一样彼此间敞开心灵来相待。但由于每个人的性格、想法不一，使他们的这种渴求找不到释放的对象，只好诉说在日记里。这些日记写下的心里话，又由于自尊心，不愿被他人所知道，于是就形成既想让他人了解又害怕被他人了解的矛盾心理。4．渴求感与压抑感的矛盾

青春期的少年由于性的发育和成熟，出现了与异性交往的渴求。比如喜欢接近异性，想了解性知识，喜欢在异性面前表现自己，甚至出现朦胧的爱情念头等。但由于学校、家长和社会舆论的约束、限制，使青春期的少年在情感和性的认识上存在着既非常渴求又不好意思表现的压抑的矛盾状态。5．自制性和冲动性的矛盾

青春期的少年在心理独立性、成人感出现的同时，自觉性和自制性也得到了加强，在与他人的交往中，他们主观上希望自己能随时自觉地遵守规则，力尽义务，但客观上又往往难以较好地控制自己的情感，有时会鲁莽行事，使自己陷入既想自制，但又易冲动的矛盾之中。

三、如何把握好心理关键期

中学生出现这样那样的心理问题并不奇怪，毕竟吃一堑长一智，有谁不是一边受伤一边长大呢？今天的学习就相当于给我们的心理打一针预防针吧。那么，我们怎么做才能把握好心理关键期，减少心理偏差的产生呢?在此，我有几点建议：

（一）积极调整自己，让生活充满乐趣。英国作家萨克雷说过：“生活是一面镜子，你对它笑，它就对你笑；你对它哭，它也对你哭。”因此，让我们多一点积极的暗示吧，以阳光般的心态去学习生活，我们的思想和智慧一定会更加丰富多彩。

（二）培养意志力，增强克服困难和拒绝诱惑的勇气。不经历风雨，哪里有彩虹。学习生活中，青少年学生经常会遇到一些鸡毛蒜皮的小事。如果你整天郁郁寡欢，把芝麻般的小困难想象着一头大象，你肯定会被困难挫折打倒，因为，实际困难没有什么，是自己把自己给否定了。

（三）及时寻求帮助，提高解决问题的能力。我想告诉大家：如果出现了心理问题也用不着害怕或者惊慌失措，更不要对那些很正常的事情大惊小怪，而是要与别人沟通寻求帮助。美国人很注重心理健康，他们把定期看心理医生看作是正常生活的一部分。在他们看来，向别人倾诉能够克服不良心理，避免使心理问题发展成心理障碍。就连一个小孩子遇到问题时，都会一脸严肃地对自己的妈妈说，“我要跟你谈谈！”其实，许多误解都是在“说”的过程化解的，即使暂时化解不了，这种沟通的过程，对排解负面情绪也是有好处的。

**第四篇：人大代表述职报告**

人大代表述职报告

自2024年12月，我荣幸地当选为市二届人大代表后，深感肩负的责任和重担，无论在日常工作中，还是在出差跑项目要资金的路途上，始终觉得有无数双热烈、期盼和信任的目光盯着我，无时不刻鞭策、提醒我既是一名政府部门负责人，更是一名要为群众讲实话、做实事的人大代表。在工作中，我坚信只有群众才是人大代表最好的评判官，只有群众满意了，我的工作才算是一张合格的答卷。因此，4年多来在市、县人大常委会的正确领导下，我围绕县委、县府提出的构建山清水秀、业兴民富、诚信文明的新型山区县，把xx建设成为海峡西岸经济区西部重镇的宏伟目标，按照人大代表职责结合本职工作实际，团结和带领广大干部突破难关，较好地完成了各项指标任务。有关交通的人大议案、建议和政协提案都得到较好落实，并在各位人大代表和政协委员的监督之下，实现了交通工作再上新台阶的工作目标，本人作为人大代表的代表水平，也在学习和工作中不断得到提升。现将4年多来我履行代表职责作如下述职。

一、强化学习，提高自素质。

学习是强根固本之举，不管工作再忙，都不忘学习，是学习让我在不断变换的工作环境中较快地掌握主动权。在学习过程中，我坚持有“位”要有“为”的信念，胸怀“诚”字，抱定“勤”字，立足“实”字，始终把“三个代表”重要思想的学习贯穿于履行人大代表职责的全过程，坚持理论学习和业务知识及其他新知识相学习、相结合，理论与实际相结合，做到学用本文来自www.feisuxs结合、学用相长。一是加强政治理论学习，着力提高思想政治素质，以“三个代表”重要思想517878秘书网.武装头脑，增强拒腐防变能力和解决实际问题的能力；二是加强法律知识学习，着力提高依法办事，依法行政的水平。同时，带头深入贯彻学习市、县人大及其常委会决议、决定，提高依法行使代表职权能力；三是加强业务知识学习，着力提高真才实学。交通工作业务性强、涉及面广，我一方面注重学习国家交通工作的政策、方针；另一方面注重理论联系实际、注重调查研究，做到在实践中提高自己的真才实学。

二、兢兢业业，抓好主业促发展

2024年5月，根据工作需要，我从县粮食局长岗位调整到县交通局长岗位，虽然工作岗位和工作性质有了一定的变化，但是在我心中为党和人民服务的宗旨始终没有变。在新的工作岗位上，我始终注意自己作为一名人大代表的历史使命感，不断增强自己依法行使代表权利履行代表义务的自觉性。通过一段时间的摸索学习，较快地熟悉起交通工作，并迅速把我县交通工作着眼于：突出一个重点（以农村公路、南环路和高速公路城区连接线为主的交通基础设施建设），狠抓“二个环节”（打击非法客运和强化通行费征收管理），重视“三项监管”（道路、水上交通和安全监督），协调处理好“四个关系”（党建精神文明建设、行风廉政建设、依法治交和内务管理）。在这个工作思路引导下，在实施交通基础设施建设战略战术上，做到三个结合：一是与产业发展相结合，如我县示范果场、xx鸡原种保育区场、花卉基地的水泥路建设，农业产业基地延伸到哪里，交通就支持到哪里；二是与城镇化、工业化建设相结合，如工业园区的主干道、乡镇集镇建设的主路面，交通尽最大能力给予支持；三是与旅游文化事业发展相结合，县内如南禅寺、归龙山、仙人嶂、东华山等主要旅游景点的道路建设，交通部门积极主动挑起建设重担。从2024年到今年9月份，共争取交通建设项目249个，争取到上级交通建设补助资金16386.5万元（其中农村路网建设项目221个，10856.5万元）；共实现交通建设总投资34035万元，改变了我县农村公路落后面貌，老百姓出行难的问题得到极大改善，03~04年县交通局受到省、市奖励250万元，县长xxx同志被表彰为“路县长”；共完成交通规费征收10870万元；水上运输实现33年无事故；单位精神文明建设从县级晋升为市级文明单位。

三、克尽职守，切实履行代表职责。

在当市人大代表的4年多的时间里，我根据自身岗位工作实际，积极深入基层调查研究，广泛听取民意，会同各方人士进行商讨的基础上，向市人大会提出了6份议案和建议，对如何加快我县交通发展从自己工作岗位的实际出发，以人大代表角度进行探讨。而且在人大闭会期间，我时刻不忘自己是一名光荣的人大代表身份。一方面，在具体实施涉及群众利益的工作时，时常把自己从监督者与被监督者的角度位置进行“换位”，慎思密行，充分考虑方方面面利益，特别是广大群众的切身利益。另一方面，在日常工作中，能身体力行，深入乡、村各方面接触不同层面的人，听取不同的意见，尽量避免工作上带来失误，影响代表的声誉，以维护代517878秘书网.表形象，同时也为向人代会提供质量较高的建议和议案积累素材。再则，我作为一名人大代表，又是政府部门负责人，县人大、政协每年有关交通的议案、建议和提案，我都能想代表之所想、急群众之所急，亲自组织有关人员进行落实，能办的事马上办，对涉及部门多的事积极主动出面协调，对不能办的议案、建议和提案详细地向人大常委会和代表解释说明，以求代表谅解，每年各类议案、建议和提案的办结率达100。

今后，我一定珍惜人民赋予自己的的权力，增强公仆意识、法制意识、人大意识、加强学习，提高自身综合素质，以更加饱满的热情面对新的挑战，进一步发挥好人大代表的表率作用、骨干作用，发挥联系群众、反映民意的主渠道作用。以与时俱进、开拓创新的精神面貌，以奋发有为，只争朝夕的工作作风，做好肩负的各项工作，尽职尽力完成人大代表的使命，把人民群众的利益实现好、维护好、发展好，做到受其位、谋其政、尽其责、办其事。为把我县建设成为海峡西岸经济西部重镇，推进政治文明、物质文明和精神文明同步发展做出自己的贡献。

以上述职报告，敬请常委会主任、副主任、委员批评指正。

**第五篇：人大代表述职报告**

人大代表述职报告自2024年12月，我荣幸地当选为市二届人大代表后，深感肩负的责任和重担，无论在日常工作中，还是在出差跑项目要资金的路途上，始终觉得有无数双热烈、期盼和信任的目光盯着我，无时不刻鞭策、提醒我既是一名政府部门负责人，更是一名要为群众讲实话、做实事的人大代表。在工作中，我坚信只有群众才是人大代表最好的评判官，只有群众满意了，我的工作才算是一张合格的答卷。因此，4年多来在市、县人大常委会的正确领导下，我围绕县委、县府提出的构建山清水秀、业兴民富、诚信文明的新型山区县，把xx建设成为海峡西岸经济区西部重镇的宏伟目标，按照人大代表职责结合本职工作实际，团结和带领广大干部突破难关，较好地完成了各项指标任务。有关交通的人大议案、建议和政协提案都得到较好落实，并在各位人大代表和政协委员的监督之下，实现了交通工作再上新台阶的工作目标，本人作为人大代表的代表水平，也在学习和工作中不断得到提升。现将4年多来我履行代表职责作如下述职。

一、强化学习，提高自素质。学习是强根固本之举，不管工作再忙，都不忘学习，是学习让我在不断变换的工作环境中较快地掌握主动权。在学习过程中，我坚持有“位”要有“为”的信念，胸怀“诚”字，抱定“勤”字，立足“实”字，始终把“三个代表”重要思想的学习贯穿于履行人大代表职责的全过程，坚持理论学习和业务知识及其他新知识相学习、相结合，理论与实际相结合，做到学用结合、学用相长。一是加强政治理论学习，着力提高思想政治素质，以“三个代表”重要思想武装头脑，增强拒腐防变能力和解决实际问题的能力；二是加强法律知识学习，着力提高依法办事，依法行政的水平。同时，带头深入贯彻学习市、县人大及其常委会决议、决定，提高依法行使代表职权能力；三是加强业务知识学习，着力提高真才实学。交通工作业务性强、涉及面广，我一方面注重学习国家交通工作的政策、方针；另一方面注重理论联系实际、注重调查研究，做到在实践中提高自己的真才实学。

二、兢兢业业，抓好主业促发展 2024年5月，根据工作需要，我从县粮食局长岗位调整到县交通局长岗位，虽然工作岗位和工作性质有了一定的变化，但是在我心中为党和人民服务的宗旨始终没有变。在新的工作岗位上，我始终注意自己作为一名人大代表的历史使命感，不断增强自己依法行使代表权利履行代表义务的自觉性。通过一段时间的摸索学习，较快地熟悉起交通工作，并迅速把我县交通工作着眼于：突出一个重点（以农村公路、南环路和高速公路城区连接线为主的交通基础设施建设），狠抓“二个环节”（打击非法客运和强化通行费征收管理），重视“三项监管”（道路、水上交通和安全监督），协调处理好“四个关系”（党建精神文明建设、行风廉政建设、依法治交和内务管理）。在这个工作思路引导下，在实施交通基础设施建设战略战术上，做到三个结合：一是与产业发展相结合，如我县示范果场、xx鸡原种保育区场、花卉基地的水泥路建设，农业产业基地延伸到哪里，交通就支持到哪里；二是与城镇化、工业化建设相结合，如工业园区的主干道、乡镇集镇建设的主路面，交通尽最大能力给予支持；三是与旅游文化事业发展相结合，县内如南禅寺、归龙山、仙人嶂、东华山等主要旅游景点的道路建设，交通部门积极主动挑起建设重担。从2024年到今年9月份，共争取交通建设项目249个，争取到上级交通建设补助资金16386.5万元（其中农村路网建设项目221个，10856.5万元）；共实现交通建设总投资34035万元，改变了我县农村公路落后面貌，老百姓出行难的问题得到极大改善，03~04年县交通局受到省、市奖励250万元，县长xxx同志被表彰为“路县长”；共完成交通规费征收10870万元；水上运输实现33年无事故；单位精神文明建设从县级晋升为市级文明单位。

三、克尽职守，切实履行代表职责。在当市人大代表的4年多的时间里，我根据自身岗位工作实际，积极深入基层调查研究，广泛听取～，会同各方人士进行商讨的基础上，向市人大会提出了6份议案和建议，对如何加快我县交通发展从自己工作岗位的实际出发，以人大代表角度进行探讨。而且在人大闭会期间，我时刻不忘自己是一名光荣的人大代表身份。一方面，在具体实施涉及群众利益的工作时，时常把自己从监督者与被监督者的角度位置进行“换位”，慎思密行，充分考虑方方面面利益，特别是广大群众的切身利益。另一方面，在日常工作中，能身体力行，深入乡、村各方面接触不同层面的人，听取不同的意见，尽量避免工作上带来失误，影响代表的声誉，以维护代表形象，同时也为向人代会提供质量较高的建议和议案积累素材。再则，我作为一名人大代表，又是政府部门负责人，县人大、政协每年有关交通的议案、建议和提案，我都能想代表之所想、急群众之所急，亲自组织有关人员进行落实，能办的事马上办，对涉及部门多的事积极主动出面协调，对不能办的议案、建议和提案详细地向人大常委会和代表解释说明，以求代表谅解，每年各类议案、建议和提案的办结率达100%。今后，我一定珍惜人民赋予自己的的权力，增强公仆意识、法制意识、人大意识、加强学习，提高自身综合素质，以更加饱满的热情面对新的挑战，进一步发挥好人大代表的表率作用、骨干作用，发挥联系群众、反映～的主渠道作用。以与时俱进、开拓创新的精神面貌，以奋发有为，只争朝夕的工作作风，做好肩负的各项工作，尽职尽力完成人大代表的使命，把人民群众的利益实现好、维护好、发展好，做到受其位、谋其政、尽其责、办其事。为把我县建设成为海峡西岸经济西部重镇，推进政治文明、物质文明和精神文明同步发展做出自己的贡献。以上述职报告，敬请常委会主任、副主任、委员批评指正。

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！