

自我演讲稿英语(优质5篇)

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

自我演讲稿英语篇一

其实道理很简单，我举一个例子，现在有四匹千里马和四匹笨马各拉着一辆马车，四匹千里马朝着四个方向用力拉，四匹笨马朝着一个方向拉，大家说哪辆马车会前进的快？当然是四匹笨马拉的那辆车快，四匹千里马拉的车要么原地不动，要么向着其他的方向跑，就算能朝着正确的方向走，也会慢的跟牛一样，两个马团队为什么会这样的差异？就是看有没有心往一块想，劲儿往一块使的东西，我们把这个东西叫做团队精神。

下面再思考一个问题，刚才我们得出的一些结论是建立在假设的前提下的，这个假设就是三条龙心不往一块想，劲不往一块使，三个臭皮匠是心往一块想，劲往一块使，为什么会有这样一个假设？因为有着强烈的现实依据；阿里巴巴在向全球扩张的进程中，曾经聘用了大量的海外精英，这些精英们经验丰富，技术高超，管理能力也很强，但就是各抒己见，在一起难以磨合，最后阿里巴巴在这次向全球扩张的战略以失败而告终，后来马云总结这件事的时候曾说，管理50个聪明人是一件非常痛苦的事。

为什么聪明人和那些非常优秀的人比较容易缺乏团队精神呢？那是以自我为中心的意识在作祟，通常非常聪明的人都比较自负，比较自以为是，就是说我讲的都是对的，我的方法总是最好的，从而忽略了团队中其他成员的感受和建议，如果一个团队中有一个这样很优秀的人，还好一点，和他对抗的

人会少一些，如果一个团队中有两个，三个或者更多这样优秀的人，那就比较糟糕了，这个时候每个人都认为自己很聪明，每个人都认为自己讲的是对的，自己的方法是最好的，谁也不肯让步，这样不仅不利于团队做出有效的决策，而且容易形成团队内部成员之间的对立，就算勉强采纳了其中一个人的方案，但执行起来会大打折扣，因为每个人只会在表面上服从，而在内心里还是坚持自己的想法，轻则消极怠工，重则起到破坏作用。

我们先来看第一个视频片段，这个片段是xx年《赢在中国》第一赛季中有关宋文明的内容，大家知道在这个赛季中安徽的宋文明从数10万参赛选手中脱颖而出，最终成为第一届赢在中国的总冠军，获得了1000万的创业资金，现在他成立了一家人力资源管理有限公司，就在合肥，我们来看看宋文明在参赛过程中的一些表现，看能不能给我们一些启示。

众所周知， $1+1$ 是等于2的。那么，我为什么说 $1+1$ 等于1呢？因为这其中的每个1都是充满团队精神的1，如果一个集体、一个部门、一个团队，我们中的每一个分子都充满团队精神，那么，这个集体、这个部门、这个团队就一定是个和谐的团队。小于1，有所保留；大于1就会凌驾于团队之上，所以说我们要的就是 $1+1$ 等于1的团队精神。每一个班组加起来就是一个车间，每个车间、部门加起来就是一个分公司，每一个分公司、部门加起来就是一个集团。每个充满团队精神的1加起来，我们公司就是一柄莫邪神剑，所向无敌。

我们原料车间成立于2011年初，于3月19日开试车，成员95%新招入厂的年轻学生，无任何工厂生产经验。生产工艺、设备偏又是我们几个老员工也没接触的新东西，我们边学边教，把人、岗位、设备、工艺、安全等分解成简单的1，然后再一个一个加起来，直到今天我们车间形成团结、和谐充满团队精神的一个集体，互帮互助、互容互让、谦虚礼貌、人员稳定、积极向上。

团队精神，是指团队成员为了团队利益与目标而相互协作，共同承担集体责任，齐心协力。大家都知道“拔河”运动，它是一种最能体现团队精神的运动，每个人都必须付出100%的努力，心朝一处想、劲朝一处使，紧密配合、互相支撑，才能形成一股团队力量，战胜对方。

那么，怎样才能形成这种十分可贵的团队精神呢？我认为要做到：相互信任，相互包容，相互补台，相互谦让。

第一、要相互信任。

在一个团队中，不同的成员扮演着不同的角色，要让团队的力量拧成一股绳，形成合力，信任是基础。小说《三国演义》中有一段说到刘备对赵云的信任。说刘备在长坂坡打了败仗，正在哭泣，他的小舅子来报告说：“反了常山赵子龙也，投曹去了！”刘备说：“子龙是吾故人，安肯反也？”。猛张飞在旁边说：可能赵子龙贪图富贵，去投降曹操。刘备说：“子龙与吾相从患难之时，他心如铁石，岂以富贵能摇动乎？”他小舅子又说：“我亲见他引军投曹操去了。”刘备说：“子龙必有原因。再说子龙反者，斩之！”。赵子龙在长坂坡七进七出，杀敌无数，救了刘备的儿子，让敌人闻风丧胆，让刘备转危为安。这就是信任！如果领导、同事之间能有这样的信任，我们就能成为一个战无不胜、攻无不克的钢铁团队。

第二、相互包容。

包容才有和谐，尊重才能包容。相互包容，和谐共事，才能干事。俗话说：牙齿还有咬着舌头的时候。在一个单位共事难免有发生矛盾和误会的时候，这就需要我们有一种相互体谅、相互包容的胸怀。特别是对一些非原则的问题不要斤斤计较，以牙还牙，以眼还眼。中国有句老话：“天下事，何时了；有些事，不了了；一定了，不得了。”意思是说一些鸡毛蒜皮的事，就得以“难得糊涂”为座右铭。真计较起来

既影响工作，又影响感情，没有任何价值，也是企业内部最大的“内耗”。

第三、相互补台。

相互补台，说起来容易做起来难。但是只要具备了团队精神又完全可以做到。一是要树立全局观念。在分工越来越精细的现代社会，即便是最复合型人才也不能一个人做完所有的事情，一花独放不是春，万紫千红春满园。每一个同志只有牢固树立全局观念，以全局利益为重，才能全身心地投入到团队中去，贡献自己的力量并汇聚他人的力量；才能在同事出现工作失误或不到位的情况下，及时堵漏，主动补台。同事之间的关系，虽谈不到什么生死之交，但一定要做到风雨同行、同舟共济。

二是要敢于承担责任。有的公司出现过这样的情况：一个部门出现了问题，部门领导往往会找客观原因，或者找下属的原因，推卸责任。但是，聪明的领导，即使在下属犯错误的时候，也会责备自己，就像“诸葛亮挥泪斩马谡后，上书自贬三级”。领导勇于、敢于、善于承担责任，就能及时消除因下属错误而产生的不良后果，迅速扭转工作局面。这是一种更高层次的补台。一个领导如果能自觉做到这些，何谈产生不了凝聚力，何谈产生不了团队精神。

第四、相互谦让。

“见困难就上，见荣誉就让”，这是我们的优良传统。在一个团队取得成绩的时候，在荣誉降临的时候，我们应该具备梅花那种“俏也不争春”的精神。历史上有过深刻的教训，一个团队在奋斗的过程中能够和谐相处，互相支持，但在胜利之时却闹得不可开交。杯酒释兵权、火烧庆功楼、鸟尽弓藏等历史典故，原因就在于不能相互谦让，争功、争荣誉、争权利。这样的历史教训我们不能忘记。

第五、谋事不谋人

不跑不送，不找不要，不善奉迎，往往引不起别人的关注。专注干事不会“来事”，讲原则不懂圆滑，往往还会得罪人。对于专心谋事的人，要慧眼识金，发现他们，关心他们，宣传他们，旗帜鲜明地支持他们。

专心谋事而不分心谋人，根本在于形成科学的选人用人机制。进一步健全考核体系和评价机制，客观公正、科学准确，注重实绩。在群众中形成踏实干事受尊敬、受重用的正确导向。

同志们，团队精神的形成需要不断的积累、调整与修正，所有毕其功于一役的想法只能是不切实际的奢望。唯有我们从小事做起，从现在做起，从我做起；学习、再学习；实践、再实践，方能达到1+1等于1的理想境界！！

我时常想一件事，当我们慢慢年龄变大；当我们因年龄问题离开工作岗位、离开这充满和谐的团队；当我们坐在摇椅上慢慢变老；我们在回忆什么？！是我们团队的和谐、默契、欢声笑语；还是尔虞我诈、血雨腥风。美好的回忆，也要从现在的你我开始；团队精神，是我们未来“百年”前，坚持不懈的努力方向！

谢谢大家！我的演讲结束。

自我演讲稿英语篇二

女士们，先生们，晚上好！

你一直不愿意在晚上睡觉，而不愿意在早上醒来？你熬夜熬夜完成作业了吗？你经常推迟重要的工作吗？如果你的回答是肯定的，我的朋友，你可能有一个坏习惯。这叫拖延。

我试图理解我心情不好的原因和尴尬的处境。我上网，并学会了这个词的拖延。我发现这是一个很常见的现象，已经从我们学校的时间！根据一项学术调查，80% - 95%的学生从事拖延症，大约有75%的人认为自己拖沓。更糟糕的是，这种坏习惯伴随着我们，从学校时代到我们未来的职业生涯和生活，阻止我们高效地做事，削弱我们实现目标的能力，给我们带来恐慌甚至精神疾病。有一些简单的原因。例如，任务似乎太困难，时间不够，缺乏知识或技能，害怕犯错误，等等。也有一些复杂的原因，如完美主义，挫折容忍力低，缺乏自信。

我们有可能克服拖延症吗？对。我们可以一步一步地做。

第1步，承认你正在拖延一项任务；

第2步，列出你推迟任务的原因；

第3步，讨论原因，列出克服它们的方法；

第4步，立即开始任务！

为了成功地做到这一点，你需要写下你的任务在一个可见的地方，并把它在墙上的最后期限标记。尝试将任务分解成组件，小目标就容易实现。“先挣1亿英镑”是个好主意。然后你需要告诉每个人你的目标，他们会激励你前进的道路上。试着奖励自己一份工作做得好。所有这些有用的技巧将帮助你。

亲爱的朋友，拖延是我们的敌人，就像小偷偷走我们的时间和梦想。克服它会对你的学习和生活有很大的帮助。不管我们需要做什么，现在就做！行动是最重要的。如果你想去旅行，采取行动！如果你想学习开车，采取行动！如果你想保持健康，采取行动！如果你想向某人表达你的爱，采取行动！如果你想解雇你愚蠢的老板，采取行动！如果你想做演讲，采取行动！

如果你想对拖延说再见，采取行动！

谢谢您.

自我演讲稿英语篇三

亲爱的老师同学们，大家上午好，今天我要演讲的题目是“趁着年轻去旅行吧”。

首先我想问大家一个问题，给你340块钱，你会用来做什么？逛街，买衣服？没准连一件你喜欢的衣服都买不了。吃大餐？恩，这个可以考虑，340块钱倒是够你和小伙伴们吃一顿经济实惠的饭菜。可是我身边有这样一个同学，他一个人背包徒步走遍了大半个中国，从北京到山东，到上海，到南京，到江苏，到重庆，到四川，他一路徒步、搭车、逃票，走完全程，花的就仅仅是这340块钱。

我想大家应该会和我一样好奇，340块钱的一段旅程，他到底是怎么做到的，途中又经历了些什么。

他跟我讲他曾经在济南泉城广场偶遇两个从浙江台州一路杀过来的妹子，晚上带着她们跟人群一起跳进超大的音乐喷泉里，大家互相泼着水疯玩了一晚上；他有一次在上海外滩被一位土豪阿姨捡走，坐着大奔从外滩到闵行区并且免费住了一宿她们家的豪华大别墅；他还曾经在周庄成功逃过100块钱门票，当时兴奋到差点把保安喊来；他曾经看着苏州火车站美到窒息的日出，目瞪口呆；他也曾沉醉于上海外滩凌晨2点的宁静，即使风有点小凉。

他说，旅游跟旅行的区别就在于一个是去某个地方转转，拍拍照片；一个是去试着理解一路上的风景、人、事，去感受某个地方的节奏，一路下来，他最大的感触就是，接地气在当今浮躁的社会是最奢侈的享受。

旅行会让人谦卑，你会知道地球之大，永远有着与你截然不同的人、事、物在地球的彼端发生。见的世面广了，也就不会把自己局限在小格局里，不再愤世嫉俗。所以，旅行永远是最好、最有效的心理治疗。

旅行会让人回归自然，通过旅行你能找回被你自己忽略的东西，而且这些东西比起日常生活更有一种永恒的意义，于是它也就是一种内心体验的人生之旅。出发，回归，然后又出发再回归。在此之间，每一轮起点和终点，你不断的审视自己，认清世界，丰满自己人生，懂得生命的真谛！旅行，不单在脚上和眼里，更是在心底。

够你们买双喜欢的鞋子，但是如果不去经历和体验，就算花再多的钱，你也买不到这一路上的精彩纷呈。

18岁读大学，问你理想是什么，你说环游世界；22岁读完大学，你说找了工作以后再再去；26岁工作稳定，你说买了房以后再说；30岁有车有房，你说等结婚了再带老婆一起去；35岁有了小孩，你说小孩大一点再去；40岁孩子大了，你说养好了老人再去，最后，你哪也没有去。

有些风景，如果你不站在高处，你永远体会不到它的魅力；有些路，如果你不启程，你永远不知道它有多美丽。一位63岁美国老人长途跋涉，克服重重困难，从纽约市步行到迈阿密市。记者采访她：这路途中的艰难是否曾吓倒过您，您是如何鼓起勇气，徒步旅行的？老人回答：走一步路是不需要勇气的。我所做就是这样。我先走一步，接着再走一步，然后再一步，我就到了这里。——人生最重要的不是我们身在何处，而是我们将前往何处。如果总在原地踏步而不试著踏出去，你会以为这番美景就只会是梦境。给自己一个旅行的梦想，从脚下开始，勇敢地踏出第一步吧！

从今天起，做一个幸福的人，读书，旅行，努力奋斗。从今天起，关心身体和心情，我有一个美好的梦想，面朝新的一

年，花开不怠。

自我演讲稿英语篇四

大家好!我演讲的题目是：“成由勤俭败由奢。”这句话出自唐代大诗人李商隐。勤俭节约，看似小事，实际上是能够影响历史发展的大事。

纵观中国历史，可以发现很多勤俭节约的例子：宋高祖赵匡胤不但自己生活简朴，还教导子女勤俭节约；明太祖朱元璋在宴请宾客时，只用萝卜、韭菜、葱和豆腐做成“四菜一汤”；老一辈国家领导人毛泽东主席一生粗茶淡饭，在经济困难时期主动降低生活标准，为国民做出了表率。“勤俭节约，艰苦奋斗”的品格，流淌在中华民族的血液里，成为中华民族的传统美德。

事实上，提倡勤俭，并不是限制消费。勤俭的意思要分开来解读：勤勉而节俭。法国十八世纪启蒙思想家卢梭曾说：“勤勉与节约是人类的两个名医。”勤俭节约，是要求一个人学会自我管理，理性思考，造就一个理智消费的精神状态。消费固然会推动生产，但过度消费会给消费者带来浮躁、盲动的情绪，不但消耗了财富，还会让虚荣奢侈、好吃懒做的蛀虫侵蚀我们的心灵。勤俭节约，让我们守住的，不仅仅是财富，还让我们守住心灵的净土，得到一片冷静而理智的心灵空间。

作为国家的未来和希望，我们做到勤俭节约了吗？在食堂垃圾桶里，每天都有吃了半碗的米饭，剩了半杯的豆浆，咬了一口的荷包蛋或是没动几下筷子的菜；笔记本没用几页便随手撕掉扔在一边；在“某宝”上看见了喜欢的东西，或者为了追求潮流而一边喊着“剁手”一边加入自己的购物车……生活水平越来越高，各种消费品极大地丰富起来，面对种种诱惑，我们能否控制住自己的双手和内心呢？科技一天天的进步，未来的物质生活定将更加丰富。作为未来舞台的主角，在座的

同学们更应该懂得如何抵御物质生活的诱惑，做一个理智、冷静、有自制力的人。

萨迪在《蔷薇园》中写：“谁在平日节衣缩食，在穷困时就容易过难关；谁在富足时豪华奢侈，在穷困时就会死于饥寒。”若是一味铺张浪费，再巨大的财富也终将挥霍一空；若是懂得勤俭节约，再窘迫的生活也终将峰回路转。

反对铺张浪费，坚持勤俭节约，从我做起，从我们每一个人做起！

自我演讲稿英语篇五

你们好！

今天我演讲的题目是《爱的付出与收获》。

有人说：“幼儿园是最容易教的，却也是最难教的。”这句话乍一听起来很矛盾似的。但是在我从教一两个月以后，我却对这句话的内涵有了更为深刻的认识。

说容易教是因为孩子们什么都不懂，教的时候任你发挥；说难教，也是因为孩子们什么都不懂，所以要教好他们，除了应该有足够的耐心之外，还必须有足够的爱心和责任心。所以幼儿园教师除了像一般的教师一样具备良好的业务素质和师德之外，还必须有一颗童心，只有这样，才能更好的和孩子们交流沟通，更容易让孩子们接受你所传授的知识和经验。

我是一名新教师，在学校里我学的虽然是幼师，毕业后却一直在教小学。今年暑假开学机缘巧合我成了一名幼儿教师，虽说教育都是相通的，却也只是一句泛泛之谈，真正运用于实践还是需要很多努力和探索的。

现在的工作对我来说是新奇而又充满了挑战的。我一直很喜

欢孩子，也一向自认为很有孩子缘，原本以为做一个孩子王来说一定是驾轻就熟的了。可是面对五十个性格各异，来自于不同家庭的孩子，我还真是有些束手无策了。

这三个月以来，在园领导的鼓励下，在有经验老师的帮助下，我用各种方式、方法来了解孩子：在日常生活中以“妈妈”的细心关心体贴他们；在教育教学中以“严师”的耐心启发引导他们；在游戏中以“玩伴”的童心信任鼓励他们。走进童心世界，与他们同歌同舞，同喜同忧，同玩同乐，处处与孩子们打成一片，理智施爱，孩子们很快愿意和我在一起，并愿意把自己的小秘密、悄悄话告诉我，甚至给我带来他们最喜欢的食品和礼物，我的爱得到了回报。有人说，爱是辛苦的，被爱是幸福的。在我看来，爱与被爱是同样幸福的，付出爱后得到的爱是那样的让人满足。我深深地感受到只有爱的奉献，才是爱的主旋律。幼儿的心灵是一张未经渲染的白纸，是幼儿教师帮他们描绘成一幅幅美妙的图画；幼儿的心灵是一群凌乱的小音符，是教师帮他们编排出一曲曲动人的乐章；教师的充满爱意的言传身教对孩子们的未来起着不可估摸的作用。

我给孩子们播种着真挚的、无私的爱，孩子们也使我收获着他们独有的、天真的、纯洁的爱。在今后的工作中，我会坚定我的信念，用爱继续谱写孩子们的孩提时代，让我的孩子获得最大的快乐和进步。因为爱是老师最美的语言。