

# 2023年善待单位就是善待自己演讲稿(精选8篇)

演讲稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。在社会发展不断提速的今天，演讲稿在我们的视野里出现的频率越来越高。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

## 善待单位就是善待自己演讲稿篇一

前不久，武汉市一名初中学生上书市长，坦言自己对当前学习、生活现状感到的困惑，并请市长关心中学生的成长。市长被这封朴实的来信深深感动，当即作出批示：这是中学生心声的真实表露，希望全社会都来关心孩子们的成长。

中学生上书市长表露心声并寻求帮助的行为，是对自己成长和自我生命的一种善待之举。善待自己，其实就是好好对待自己。它是一种自我释放、自我调节、自我塑造……的行为方式，也是一种积极健康的生活态度。

请以“善待自己”为话题，写出你自身的经历、体验或者认识、思考。要求：题目自拟，主题自定，文体自选，不少于600字。文中不得出现自己学校、老师和本人的真实名字。

这是一道紧扣时代脉搏，关注孩子心理成长、心理健康的话题作文题。

题目从一则新闻引发话题，既自然也巧妙。提示语共两段，第一段概述新闻，第二段紧承上文，阐释、评论、引申，用来引出话题。在对那位中学生的上书行为进行褒奖、赞扬的同时，指出其作法的实质，是“寻求帮助的行为，是对自己成长和自我生命的一种善待之举”。进而引出作文的话

题“善待自己”。这一段是文题的重点。它不但向我们提示了选材立意的指向、重点、人称、范围，而且还用一“……”有意省略，给我们选材立意以极大的自由和纵横驰骋的空间。如果你在“善待自己”的经历和思索中还一时找不到有个性，有见地，感人至深的素材，那么，你完全可以在“……”的那座宝山中去选矿淘金，那里蕴藏着选材立意的无尽宝藏。你可以在学习生活中“善待自己”时的反省、哲思、观赏、完善、论辩，甚至竞争等方面，做一番认真地审视与淘洗，找出那最具个性、最富灵性、最显机智，最能打动读者的人或事，情或景，感或悟，理或趣，把它写得活灵活现，情趣盎然，真情感人。

题目是一个动宾短语，其重点在宾语上。写作时，你一定要认真把握好。一定要写自己，不要让自己游离于文章之外，而去重点写他人。同时，在写作技巧上，你一定要注意化大为小，抓住生活中“善待自己”时的一颦一笑，一花一草，一事一景，深入挖掘，尺水兴波。同时，努力调动一切语言因素，努力打造自己的语言，充分展示自己的才情。

文题的第三段公布话题，提出拟题、定旨、文体、字数及隐秘等方面的要求，热情地启迪考生的思维，并用着重号警示考生作文的重点。这些，都表现了命题老师对考生的热情关怀和悉心呵护，作文时，千万别忽视。

## 善待单位就是善待自己演讲稿篇二

印度诗人泰戈尔说：上帝在我们的道路上设置了许多困难和障碍，只是为了坚定我们的意志。在他看来，善待自己就是给自己一些困难和挫折。

海伦凯勒是世界著名的女作家。虽然她又瞎又聋，但正是这种经历让他写出了《假如给我三天光明》，被认为是世界文学史上无与伦比的杰作。她是一个无所畏惧的女人，没有残疾，是夜空中一颗闪亮的星。当她在人生旅途中遇到困难和

挫折时，她并没有因为这次遭遇而自卑和痛苦，放弃了对生活的热爱和对事业的热情。在困难面前，她的决心比钢铁还硬，比岩石还强。

我仍然记得钢琴老师的叫喊：为我站了起来，手腕被压了下来。不，重新开始！这几天排练累了，头都抬不起来。悲伤的泪水在我眼中打转，缓缓滴落。再过一个星期就是考试的日子了，但是强化的额外课还是没能让我把分数背下来，脑子一片空白，不知道该怎么办。虽然挫折真的很难受，但也是事实。我是一个自尊心很强的人。听到老师的训斥，我的第一反应就是不要被别人看不起！之后吃饭后，睡觉前，甚至蹲厕所的时候，一遍又一遍的努力记分，手指也跟着跳。终于，经过我不懈的努力，我得到了那份证书的认可，看着自己的老茧，我的眼里迸出了泪水。

人生路漫漫。这么长的路，只有挫折才能磨练意志。记得告诉自己：跨过一道坎，就迎来了新的希望。

### **善待单位就是善待自己演讲稿篇三**

当我们正值风华正茂之时，看着那些风烛残年的老人，总会悟出些什么。有的人住得豪华，一天无事可做，可有的人辛苦了一辈子，仍不能安享晚年，拼命工作只求养家糊口，想必这其中的机要所在，大家应能够参透吧！

初二的生活，无比紧张，这是要付出真行动的时刻了，努力学习，天天向上，儿时一句口头禅式的话语，现在真地要去拼搏、奋斗了。我想，少时的玩耍照片，今天应转化为台灯下苦读身影了吧。只有现在不懈坚持，将来才会有令我们满意的局面，不少人因为虚度年华而浪费了自己一生，更有无数人后悔中学时代对自己“犯下”的“滔天大罪”，现在的一切都将接受考验，见证我们。

对于学习，没有人可以对其说不，对于玩乐，更加让我们难

以割舍，在前后者的选择之中，蕴含着决定我们未来茫茫长路的时机。选择正确，恭喜你，将会受到无穷的益处，选择偏差，则或许将一无所有。人生似一场赌局，开了盘，就没有停止，直到时间机器将生命长河推到尽头，即使拥有逆天力量，也是无济于事。我的青春我做主，我的未来我做主，我们是自己的主宰，没有人可以替我们解决未来的生活，也没有人可以替我们承担这些过分而又必须的工作总量，考试的成绩将掩盖一切不足之道，为我们所付出以及割舍的重重地出一口恶气。这一切，值！

学校生活固然枯燥，但却也是不可或缺的人生版块，或浓重，或轻松，不管如何，这都会为我们的一生划下无比美丽的一笔。也许，重重的书包将把我们压垮，但巨人似的我们必要迎着彩霞，对着天空，一步一个脚印地走过，将这段路途中的美丽一览无余。我们需要蜕变，剥去那华而不实的外表，展现最真实的自己，显示自己最独特的魅力。

## 善待单位就是善待自己演讲稿篇四

网络上的一些新闻，和个别网民对于武汉人的恶意，刺痛了多少人的双眼，大家群起而攻之，有浓烈的善意去化解这恶意，不过还是避免不了一些，丑恶新闻的发生。

我当然知道大家都郁郁闷，长时间地闷在家里，什么也不能干，好像生活与自己已经脱轨，可这不代表，武汉就必须受到惩罚。大家要清楚，武汉本身是没有罪的，武汉人在武汉这座城市也是预知不到的。真的不必要，将自己没有发完的怒火，送到一个无辜的城市上。

大家都是人，不仅要顾及到自己的情绪，还要顾及到别人的情绪，用科学友爱的方式，去对待别人，那也是善待自己。

但是天无情，人有情，隔离病毒，但不隔离爱。撇开这些污秽，人世间还是有很多善意的，很多人都愿意伸出援手。他

们并不排斥湖北人，甚至害怕他们产生间隙，细心地安慰着她们。在小小的屏幕前，用一句句温言软语，表达着自己最大的善意，愿意耗费自己的时间，观察疫情的一举一动。可惜身上没有翅膀，否则一定飞去武汉，抱住那些被病痛折磨的人。国家拼尽了全力，不断开会，不断研究，制出了一个又一个方案，还顾及每一个人的感受。英雄站在最前线，去执行那些危险的任务，担心着所有人的冷暖安危，怕他们吃不饱，穿不暖。尊重每一个人，是国家的决定，而执行是我们每个人必须要完成的。

所爱隔山海，山海亦可平，大家都相信中国，都愿意相信中国的明天一定会更好。疫情总有一天会斩于人们的利剑下。我一直搞不懂爱是什么，可就是疫情这巨大的变故，让我知道，爱就是随着所在乎的人或事的心情而变化着。

人们的善意就是战胜疫情最好的良方。在这世道，人们逐渐适应着戴上口罩的生活，但是去除不乐观的心态，这就是最好的状态。众志成城，以最大的力量，去打碎这疾苦。神州大地14.005亿人，绝对不放弃任何一个，就是天灾，我们也要拉着你们一起走。每个人之间的关系，就是血肉相连的亲人，是可以比肩走的人，不会远离任何一个人。我们连疼爱都来不及，更不允许去伤害。上天对每一个人都是公平的，因为它给每一个人，都配备了爱的勇气，和随处可见的亲人。我们只有一个共同的敌人，那就是病毒，不要躲在屏幕后面，怪罪任何人。

最后此致敬礼，真心感谢每一个在前线不断奋斗的人，不论大小，不论卑贱，都是我眼中a炸了的逆行者。

## **善待单位就是善待自己演讲稿篇五**

我们走在路上的时候，总能看见有人将塑料袋及其他废旧塑料制品随手一扔，它们随风飘荡，有的挂在树上，有的掉在草坪上，有的落在花坛里。这不但不美观，还污染了环境，

人们叫它们为“白色垃圾”。书上说这些白色垃圾不仅很难清理，如果埋在土里三百多年也不会腐烂，会严格影响周围大片的土地质量。

燃烧处理产生毒物。这些毒物首先污染空气，然后污染水源和土壤，最后污染食品进入人体。还有一部分塑料袋被深埋，但塑料制品不可降解，经过几十年甚至上百年仍不能完全消失，对环境的危害极大。国家限制使用塑料袋对环境保护有好处。

## 善待单位就是善待自己演讲稿篇六

一名工人每天路过保安时，都会和他打招呼。一天，他被困在了冷冻室，当他绝望的时候，门却被打开了，救他的正是那位保安。保安救他只是表象，实质是他自己的善意拯救了自己。所以说，善待别人就是帮助自己。

善待别人就是帮助自己。张飞是三国时期著名的猛将，但他却嗜酒如命，并且酒后乱性，常常鞭打士兵。他的习惯，让他付出了沉重的代价。第一次是他酒后鞭打曹豹，曹豹怀恨在心引来吕布攻打徐州，最后徐州失守。第二次是关羽死后，张飞借酒浇愁，要求范疆，张达在三天之内让全军披孝伐吴。张、范二人要求宽限几天，却引来张飞鞭打。不但如此，张飞还恐吓说，三天之内如果完不成任务，二人提头来见。二人趁张飞醉酒时候在夜里杀死了他，投降东吴。一代名将就此陨落。若他能善待士兵，或许历史会改写。他由于不善待他人而付出了生命的代价。他的故事，让我们为之叹惋！

善待别人就是帮助自己。一个商人看到一名衣衫褴褛的铅笔推销员，把10元钱作为施舍给了他。可他又觉得不妥，返回来要了一支铅笔。最后还解释说：“您和我一样，都是商人。”多年后，商人因为被骗使自己的企业陷入困境，而那位铅笔推销员却奇迹般地出现了，而且，当初的这位铅笔推销员已经是腰缠万贯的大老板了。他告诉商人，他愿意挽救他的

公司。当问到原因时，那位推销员说：“您给了我自尊和自信，让我走出了自卑。”若这位商人没有拿笔，或许他的企业也不会得救。他由于善待别人而拯救了自己。他的事迹，使我们为之感慨！

善待别人就是帮助自己。一位老人捡到一条流浪狗，带回家里好心地收留它，喂养它。突然有一天，老人中风瘫痪，小狗跑到邻居家门口狂叫不止，老人才及时被人发现。后来，老人行动不便，于是，那条小狗每天衔住药瓶送到老人身边，忠心地照顾老人。若这位老人当初没有好好待狗，或许他早已寂寞离去。这个故事，让我们感到温暖。

张飞的不友善，付出了自己的生命。商人的友善，拯救了自己的企业。老人的友善，换来了小狗的不离不弃。

善待别人，不需要做什么惊天动地的伟业，一句问候，一个微笑足矣。

善待别人就是帮助自己。让我们学会善待他人，让世界充满善意的关爱。

## 善待单位就是善待自己演讲稿篇七

我们的地球非常美丽：有波光粼粼的湖水，有蓝莹莹的天空，还有那绿茵茵的草，连绵起伏的群山……孩子们的嬉戏声回荡在天空，天空中洋溢着孩子们的欢声笑语！

可是现在清澈见底的小溪不告而别，茂盛的森林不知去向……迎来的而是浓密的雾霾，酸雨的恶劣天气。听见的不是童年的笑声，而是吵杂的伐木声！看见的不是清澈的小溪，而是p飘满垃圾的废水。

但是走在小路上，脚边的河流依然是那样的浑浊，上面还漂着许多垃圾，如：垃圾袋、塑料瓶、鞋子、菜叶、鸭毛……

等物品。有了它们，就有了很大的麻烦，路人经过这里都不愿看一眼，如果看了一眼都觉得恶心。他们都是捂着鼻子或者绕道而行。尽管有许多垃圾桶，都懒得走上前一步，扔下手中的垃圾。

善待地球就是善待自己，拯救地球就是拯救未来。我们应该真珍惜身边的一切，爱护她珍惜它！让它不被受到破坏！

因此，让我们行动起来吧！

## 善待单位就是善待自己演讲稿篇八

大家早上好，很高兴今天能站在这里为大家发言，今天我说话的主题是《珍爱生命，善待自我》。

世界上什么东西最宝贵呢，有人说是金钱，有人说是时间，但我认为是生命。因为生命只有一次，因为生命承载着希望。

生命又是如此的脆弱，有多少人为了图省事而翻越护栏命丧车轮之下？有多少人为了贪图一时之快闯红灯而造成他人殒命？又有多少人因为贪一时之快感而染上毒瘾，最后弄得家庭破碎？因此我们要加倍呵护生命，拒绝一切危害我们健康的事物，快乐健康的成长。

但是现在，我们身边依然有好多同龄人不听家长的话，不服从老师的管理和学校的教育。一意孤行，不想学习，把大量的课余时间都浪费掉，沉迷于网络，接触一些不良的信息，和社会上一些不良青年混在一起，这些都会给我们的生命，给我们的健康带来危害。

亲爱的同学们，柳树枯了，有再青的时候；桃花谢了，有再开的时候；燕子去了，有再来的时候。然而一个人的生命结束了，却再也没有复活的机会。同学们，我们是国家和民族的未来和希望，我们一定要珍惜青春，为了自己，为了家庭，

为了民族，为了国家，请肩负起我们义不容辞的责任，从现在开始，请大家珍爱生命，健康快乐的成长。