

拒绝负能量演讲稿(通用9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。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

拒绝负能量演讲稿篇一

大家好！

众所周知，今年是纪念同志“向雷锋同志学习”题词发表xx周年。作为祖国的好少年，我们怎么又能按捺得住。于是，3月5日下午，我们15位代表一行来到上海市东海老年护理医院，来看望爷爷奶奶们。

事前，我们每个班级的代表，发动每个同学——不花一分钱，通过自己的双手，做一些礼物给“孤零零”的爷爷奶奶们。出乎意料的是，同学们显得异常踊跃，忙中抽空，进行赶制：有的画了一幅画，有的做了一些幸运星，有的折千纸鹤……当我们出发前，看见有这么多的礼物，我们深深的被感动了。同学们的爱心，一定会温暖那些爷爷奶奶的。

驱车数分钟后我们便达到了目的地。紧接着，由大队辅导员祝晨老师为我们分组，我们每三个人为一组，分别来到5个活动厅。当我踏入活动厅的一刹那，一丝紧张又带有一些感动，充满了我的心扉。活动厅里做了许多爷爷奶奶，他们眼神中露出了欣喜，或许是因为他们太久没有见到我们活泼可爱的小朋友了，有一些爷爷奶奶甚至落下了感动的泪水。这是，我的心中萌发了一个念头，我们一定要把自己最好的一面展现给他们，不能辜负此行！刚想到这，一阵热烈的掌声唤回了我，原来是在欢迎我们，我们一一做了自我介绍，便开始表

演。首先，我们合唱了几首耳熟能详的曲子，先是“真心英雄”，接着又来一首“感恩的心”。如果没有爷爷奶奶们的付出，怎么会有我们的今天，所以我们都唱的热血沸腾！接下去，我们又开始单独表演，爷爷奶奶们连声叫好，我们也越来越兴奋。如果不是老师在旁提醒，或许我们都把带来的礼物忘得一干二净。我们拿起一份份礼物，一一向爷爷奶奶们介绍，爷爷奶奶们纷纷派代表来收礼物。送完礼物，我向旁边的护士姐姐要来了两根绳子，另外两位同学十分不解，问我这是要干什么。我说，等会你们就知道了~~我把两根绳子分别打了个圈，这时张黎迎说，他一定是要变魔术。果不其然，尽管一段时间没有操练，技艺有点生疏，但是丝毫不影响发挥。我邀请了一位奶奶，同我一起表演了一个美轮美奂的精彩魔术，爷爷奶奶们纷纷叫好。当我们还沉醉于表演时，一旁护士姐姐提示我们时间差不多了。于是，我们依依不舍的行队礼，离开了活动厅。来到正门前，我们一行人合影留念，我们此行便圆满的画上了句号。

回到学校，我想了很多，明白了很多。学雷锋不仅仅是一个口号，日常生活中，只要你懂得关爱他人，助人为乐，把“学雷锋”的精神融入生活，感染身边的人，这比一句口号实际得多！传承雷锋情，传递正能量，我们在行动！

拒绝负能量演讲稿篇二

当前，烟草企业正在以党的十八大精神为指导，认真贯彻落实20xx年全国烟草工作会议精神，紧扣主题主线，坚持“稳中求进”，着力全面提升，突出品牌发展核心，有效提升品牌价值、优化产品结构，注重提高经济发展的质量和效益，扎实抓好“卷烟上水平”各项工作落实，推进企业持续健康发展，为建设更加规范、更富效率的中国烟草做出贡献。其中不容忽视的一个方面，就是要全面提升队伍建设水平，加强思想政治建设，加强工作作风建设，加强干部员工队伍建设，加强人才队伍建设，加强企业文化建设，加强党风廉政建设，贯彻好十八大精神，深入开展群众路线教育和“235”

教育实践活动，凝聚团队正能量，推动品牌突破发展和企业科学发展，为全面建成小康社会不懈奋斗、顽强拼搏。

一、烟草企业职工要做遵守团队纪律的人。没有铁的纪律，就没有铁的团队。韩非子说：“法不阿贵，绳不挠曲。法之所加，智者弗能辞，勇者弗能争。刑不避大夫，赏善不遗匹夫。”（《韩非有度》）意思是说，法对人们的行为具有普遍的约束力，不会因为人们社会地位的差别而发生变化。每个人都要在法律许可范围内行事，不因人们才智的高低和勇敢的程度而有所不同。同样，纪律对团队的成员也一样，具有平等约束的作用，无论对领导者还是普通一员都是适用的。组织与团队要能长久存在，其重要的维系力就是团队纪律。“纪律可以促使一个人走上成功之路。”怡安管理顾问公司的陈怡安博士曾说过：“领导者的气势有多大，就看他纪律有多深。”火炉面前人人平等，谁摸谁挨烫。团队要达到预想的目标，就必须协作团结，靠相应的制度来约束和保证，否则就会像一盘散沙，各自为战，难以一致前进取得胜利。

烟草企业要推进“卷烟上水平”目标任务的实现，要把品牌发展计划变成现实，也必须有纪律做保障和支撑，提升执行力。烟草企业员工要增强纪律观念，做到令行禁止，决定的事情和布置的工作必须有反应、有落实、有结果、有答复。同时，要靠纪律来保障自由和创造。现代烟草企业，每个人都有自己的自由，但是同样要遵守社会规范和国家法律以及企业的管理规章制度、条例、标准、规定，以规范员工行为，确保企业更好地发展，最大限度地保护员工权利，发挥员工最大潜力，保持企业战斗力，竞争力、生命力。

二、烟草企业职工要做维护团队利益的人。烟草企业职工要有团队使命感，坚持“两个至上”，即国家利益至上、消费者利益至上；做到“三个始终”，即始终维护烟农利益、始终保证零售客户盈利水平和满意度不断提升、始终考虑基层一线员工的利益和成长发展；牢固树立“五种意识”，即责

任意识、忧患意识、创新意识、公仆意识、民主意识，低调务实，真抓实干，打造责任烟草、诚信烟草、和谐烟草、效率烟草，提升烟草社会形象。有一位职业经理人说得好：“每个人在任何公司的核心问题或者说挑战都是，公司愿意雇佣你，你可不可以真正产生自己的价值？你能对公司业务成长做出什么样的贡献？你能不能提升自己的价值？能不能不断地创新，不断地给公司带来更多的价值？”有效的工作者必注重贡献，为实现团队使命而积极行动奋斗不息，实现存在的价值，获得企业的承认，达到职业的最高境界，最终成就伟大的事业，把自己的命运与企业的命运紧密地联系起来，实现企业与员工的共同发展。

韩非子认为治国之道要讲究维护团队利益。烟草企业员工要正确处理个人价值观与企业价值观的关系，必要的时候个人价值观要服从、让步于企业价值观，要有集体荣誉感，自觉地摆正自己在团队中的位置，自觉地服从团队运作的整体需要，把团队的成功看作发挥个人才能的目标，充满合作激情，与别人一起创造奇迹。要有一种认同感、归宿感和成就感，把团队的成功当作个人的成功，把团队的失败当作自己的失败，心往一处想，劲往一处使，以团队的利益为最高利益，实现团队与个人的双赢结果。一滴水要想不干的唯一办法就是融入大海，一个员工要想生存的唯一选择就是怀着强烈的集体利益感融入企业，全力以赴，维护团队利益，促进企业科学发展、和谐发展、跨越发展。

三、烟草企业职工要做适应团队生活的人。俗话说：“人一上百，形形色色”、“曹操诸葛亮，脾气不一样”、“伸开十指有长短，荷花出水有高低”。所以，烟草企业员工要有包容之心，知道变通的重要性，学会与自己不喜欢的人合作，适应团队生活的节奏，协调好自己与环境的关系。谁都知道，划亮一根火柴远远没有把多根火柴聚在一起划亮获得的光亮和热能大。作为员工有必要提升自己的参与意识，融入团队发挥集体力量，以此增强团队凝聚力，形成星火燎原之势，推动整个组织取得更大的绩效。要学会沟通，学会合

作，“己所不欲，勿施于人”，给他人和自己创造出和谐的工作、学习与生活环境。

当自己被迫与自己不喜欢的人合作时，要注意以下几点：一是要忍让。宁可自己受些委屈或吃点亏，也不要为小事情与对方争个脸红脖子粗，甚至头破血流。二是要主动接受对方。自己可以伸出友好的手，主动与对方打招呼，以化解对方的戒备心理或“敌意”。自己很客气地提出一些问题，对方就可能加以注意和改进。三是要换位思考，把自己想象成对方。站在对方的角度考虑问题，就可能体会他们的想法，从而修正自己的一些不正确的想法，这样有助于改善双方的关系。四是要接受他人的独特个性。不要妄图改变人人都有其个性这个事实，接受对方的本来面目，对方也会尊重自己的本来面目。切忌不要强迫别人接受自己的观念。五是要去想对方做对了的事情。对方也不是总是那么令人厌烦，其实也有好的一面，要试着去发现着一点。六是要以自己的言行去感化对方，影响对方。要注意自己的态度和方式，切不可弄巧成拙。总之要慢慢学着与人合作，成为一个聪明的人，一个善于合作的人，一个有较高能力的人，一个能做出应有业绩的人。

国家烟草专卖局局长姜成康曾指出，烟草行业面临着体制机制、烟草控制、构建和谐、国际竞争四大挑战，需要我们认真对待。20xx年全国烟草行业经济运行工作会议提出了打造中国烟草升级版，实现“卷烟上水平”目标任务。所以，烟草企业要坚定信心，振奋精神，披荆斩棘，迎难而上，发挥团队的智慧和力量，凝聚团队发展正能量，遵守团队纪律，维护团队利益，适应团队生活，做大做强做精品牌，绽放活力，展翅高飞，追求超越，与时俱进，努力用实干托起“品牌梦”、“中国梦”，为建设更加规范、更富效率的中国烟草而艰苦奋斗！

拒绝负能量演讲稿篇三

大家好！

今天我演讲的题目是“成功与胜利永属自强者”。

自强者有健康的心理素质，坚定的品格意志和自强不息的进取精神，他们坚信“天生我材必有用”、“前途是自己创造出来的”他们藐视困难，追求高远目标，面对人生激流中的暗礁与险滩，奋勇搏击，不懈努力。

他们面对挫折和失败，坚强地站起来，用自己毅力，勇气和智慧扬起自强的风帆，驶向胜利的彼岸，中国女足就是这样一个自强不息，顽强拼搏的光荣团体，为了祖国的荣誉，只愿付出和奉献；她们自信，自强，不怕挫折和失败。

她们把这宝贵的自强精神和献身精神浓缩在竞技场上，印刻在长期的奋斗历程中，书写在一个个金光闪闪的奖杯上，她们的事迹告诉我们。成功与胜利永远属于自强不息的介。

自强不息者的力量来自信念、意志和毅力。那些有成就的革命家、科学家、艺术家、文学家都有着坚定的必胜的信念，有着艰苦奋斗、顽强拼搏的精神，有着百折不挠、奋发向上的毅力。

伟大的革命家马克思身处逆境，自强不息，奋发努力，呕心沥血，花了整整四十年，才有巨著《资本论》的问世。

科学家居里夫人，历经十几年的苦心研究，不怕挫折和失败，才从几十吨矿石中提炼出几克镭。艺术家达·芬奇z顽强的毅力，刻苦磨练，几百次画蛋，才有从蒙娜丽莎的诞生。

我国伟人的文学家、鲁迅先生身处白色恐怖的恶劣环境中，仍顽强拼搏，利用别人喝咖啡的时间努力学习和写作，终于

成为中国文坛的巨匠……。

纵观华夏五千年历史，自古至今，从万里长城、四大发明到三峡工程，无一不表现出中国人奋发向上，自强不息的奋斗精神，这许许多多的事例都充分说明了自强不息是成功和胜利的重要保证。

马克思曾经说过：“在科学道路上没有平坦的道路，只有不畏劳苦沿着陡峭山路攀登的人，才有希望达到光辉的顶点。”这形象地告诉了我们要想在事业上取得成功和胜利，就必须努力奋斗，自强不息。因为它是成功和胜利的保证，也只有这样，青春才会永驻。

当今世界，随着科学与技术的不断进步和发展，世界竞争日趋激烈，我们应该努力拼搏，生命不息，奋斗不止，扎扎实实地夯实事业的基础，在人生奋斗的道路上迈出坚定的步伐，为祖国更好的明天添砖加瓦！

我的演讲完毕。

谢谢大家！

拒绝负能量演讲稿篇四

正能量，近年来一直是我们生活中频繁出现的词语。网络上、朋友圈中总是能看到一些“心灵鸡汤”，传播着人生哲理与正能量。一时间，正能量好像“霸屏”了我们的生活，充斥在生活的角角落落、字里行间。

可是，看过这么多遍的正能量，到底是什么呢？

这样说来，生活中的正能量似乎就变得十分重要了，因为它是我们生活前进的动力，是催促我们不断进步不断变好的力量。一个人的生活中如果没有正能量，就会变得颓丧消极，

自甘堕落，就不会有未来。我相信，无论是谁，都不会希望自己的未来充满负能量的。

不过，正能量的力量还不止于此。世界上，有许多奇迹都是由正能量带来的。首先，不能不说霍金。霍金在今年3月刚刚逝世，这一令人悲哀的事实震动了世界。霍金一生贡献於理论物理学的研究，被誉为当今最杰出的科学家之一。他的著作最著名的当属《时间简史》，该书自首版以来，已被翻译成40种文字，成为一本畅销全世界的科学著作。虽然霍金在人类物理学界做出了极大贡献，可他在现实生活中却命运多舛。1963年，霍金21岁时患上肌肉萎缩性侧索硬化症（卢伽雷氏症），全身瘫痪，不能言语，手部只有三根手指可以活动。大家都觉得他非常不幸，但他在科学上的成就却是在他在病发后获得的。他凭着坚毅不屈的意志，战胜了疾病，创造了一个奇迹，也证明了残疾并非成功的障碍。

再说一个贴近我们生活的例子。

吴子尤，一个年纪和我们差不多大的少年□20xx年，他患上纵隔恶性肿瘤，当时他才14岁。但他并没有因此消极面对人生。因为热爱写作，他坚持写文章，并在次年8月，首次出版个人作品《谁的青春有我狂》□20xx年1月23日，吴子尤接受中央电视台《艺术人生》的邀请参与节目。他以代表作《谁的青春比我狂》名列“中国90后十大少年作家”之首。吴子尤也得到了韩寒、李敖等知名作家的认可。

他的事迹让我们看到，即使命运不顺，只要努力奋斗，让生活充满正能量，就可以制造奇迹。

进入初三，我们学习上的负担变得越来越重，这时，如何调整心态，进入积极向上的学习状态就变得十分重要了。

面对繁重的学业，我们不应抵触，抱怨。再难的学科，只要每天进步一点点，长期坚持下来，也会越学越轻松。与此同

时，也应该制定好学习目标，用乐观的心态为之奋斗、努力，只要能坚持下去，以积极的态度面对学习，就会渐渐发现学习的乐趣，然后用更大的动力去拼搏，形成一个良性循环。

所以，当你的生活被压力与挫折包围时，让你的内心、你的生活充满正能量吧！你会发现，生活多么美好，而人生也充满趣味！

拒绝负能量演讲稿篇五

当你捧起这本书的时候，我知道，你一定想对这个世界、你所在的行业或者仅仅是你工作的地方，作出些许的改变了。也许你是一位一线员工，希望提高你自身的团队建设能力，为将来的事业发展做好准备；也许你刚刚得到升迁，想着怎样做一些事情，来巩固自己的地位和声望；也许你是个领导者，想把你的团队的工作水平提升到一个全新的高度；也许你已经是一位经验丰富的经理人或团队“带头大哥”，希望你的团队更加高效且生机勃勃。不管你的角色是什么，如果你想改变，必须意识到拥有正能量团队的巨大价值。毋庸置疑，我们都乐于看见有那么一支充满正能量的团队，它能够超越一切障碍，毫不动摇、坚定不移，最终达到我们的目标。

遗憾的是，我们都知道，一个团队要变得充满正能量，光靠团队成员自己，成功的概率非常小。它必须有适宜的条件。

虽然“团队建设”这样的名词，迄今为止只在全球流行了数十年之久，但是，团队的概念，早在我们的祖先一起狩猎猛犸象时就出现了。尽管人们对“建设团队”的关注一直在增强，但大多数团队却无法达到应有的效率。其原因有很多，比如缺乏组织、缺少沟通、角色和职责划分不明确，但这些只是团队效率不高的一部分原因。与其他原因相比，最大的原因就是：缺乏正能量。

正能量，也许是一个团队达到最高水平的最重要因素。一个

正能量团队，在工作中拥有毫不动摇的决心，每一位成员都认真负责，积极向上，并相信他们能够完成任何摆在他们面前的任务。在内心深处，每个人都认同团队的愿景、使命以及价值观，因“实现共同理想的决心”而建立起了深厚的团队情谊。他们热爱学习，接受工作并提出反馈，为使团队更加强盛和高效而无私分享他们的经验和资源。

但是，我们怎样才能让我们的团队充满正能量？

团队是由人构成的，不是由物品构成的。要打造正能量团队，团队的“带头大哥”必须了解面对不同的环境时人们将作出何种反应。“带头大哥”必须知道什么样的条件可以深深地吸引人们，并让他们变得活跃。也就是说，什么让人们迫切地想要参与进来，什么让人们反感，导致人们离开或者不再参与任何事情。

拒绝负能量演讲稿篇六

大家好！

时间，是一首动听的歌谣；时间，是一缕轻柔的春风；时间，是一张单程的车票。青春，注定是这场旅程中最刻骨铭心的记忆。

而只有奋斗才是通向青春圣殿的通道。一代文豪鲁迅这样告诫后人：“不耻最后。即使慢，驰而不息，定能达到他所向的目标。”在这场旅程中我们决不气馁！青春的理想，成功的钥匙，生命的意义，都包含在两个字中——奋斗！让我们用奋斗来做支点，迎接命运的撞击！

同学们，不要做漂泊无依的扁舟，因为我们曾乘风破浪，渡过学海茫茫，坚定方向；不要做退缩怯弱的懦夫，因为我们曾披荆斩棘，踏过书山重重，冲向梦想。

还记得，坚毅镇定的神情浮现在我们那稚气未脱的眼；

还记得，满怀期望的微笑挂满了父母那饱经风霜的脸；

还记得，老师的悉心教导；

还记得，同学的真诚鼓励……

谢谢。

拒绝负能量演讲稿篇七

大家好！

我们现在正处在最有精力和时间的时候，应该要努力的去完成一些自己一直以来都很想完成的事情，而不是每天除了学习之外的时间都被虚度了。可能会有很多的同学觉得读书好难，也会觉得特别的累，但是我想说的是，其实上学的时候才是我们一生中最为轻松的时候。当我们开始工作了，我们面临的是多方面的压力，来自生活的压力，来自工作的压力，来自领导的压力。而我们现在需要面对的只有学习上的压力，也不需要为了交房租烦恼，其实是很幸福的。

其实我们每一个人的智力都是差不多的，别人成绩比你好只是别人花在学习上的时间比你得多得多，所以我想说的是在我们有充足的时间的时候我们应该要把握好，去做一些对自己有利的事情，去缩短自己跟别人之间的差距，我想没有人会愿意承认自己是比别人要差的吧。现在不多吃一点学习的苦，将来就要吃很多生活的苦，我不希望同学们等到将来再后悔，所以我想我们应该要利用好当下的时间，去做对我们自己有利的事情。

作为学生，我们现在还在学校里面学习，所以学习对我们来说就是最重要的事情。想要好好的学习其实是不难的，在学

习中通过努力也是一定能够取得进步的。比之前多花一点时间在学习上，找到适合自己的学习方法，我想就一定会比之前进步一点。想要取得好的成绩也是需要坚持的，不要因为短时间内没有看到结果就选择放弃，也不要因为觉得学习累就放弃。坚持是很难的，放弃却只要一瞬间，但放弃了之后就前功尽弃了，是不会在学习上取得好的成绩的。

所以不管同学们心里有着怎样的目标，有什么想做的事情，都应该要努力的去学习，一个好的成绩是能够帮助我们去完成自己想做的事情的。我希望同学们都能够把握住自己青春的时光。

谢谢大家！

拒绝负能量演讲稿篇八

那天下午，我坐在座位上，津津有味地读着书。突然，有人跑到我面前，把我的书撞倒在地上。我满腔怒火，只想抬头看看是谁这么大胆。“对不起，我不是故意的。”我抬头一看，这是一条路。和我有仇的是兰。

这个时候时间好像是固定的。我们俩都没说什么，但我心里有点高兴。我以为我平时和她格格不入。现在她用谦卑的方式对我说对不起。我以为他是只黄鼠狼。我对鸡不是好意。但看着她真诚的眼神，我暗暗决定，一定要原谅她，一定要和她做朋友。

“我原谅你，我们能做朋友吗？”

“那我们就从这一刻开始做朋友吧！”

“嗯。”

“太好了。”

于是我和她成了无话不说的好伙伴，但我觉得如果当初不原谅她，或者和她关系再僵一点，我们根本做不了朋友。我很庆幸当初选择原谅她。

拒绝负能量演讲稿篇九

在座同学都正值青春年华，还没有步入社会的我们，也许不曾经历过真正的大风大浪。轰轰烈烈生离死别，但在这人生十几年的岁月里，肯定都遇到过许许多多的‘不如意，不顺心的时刻。然而我希望同学们在听了我的演讲之后，面对挫折，能有所思考，有所感悟，有所收获。

而且没有挫折的人生是不完美的。伏尔泰说过：“人生布满荆棘，唯一的方法就是迅速跨过”没错，没有人能够一步登天，要想成功，无非就是跨过一丛又一丛的荆棘。

我们的人生还很长，未来不知道还有多少风风雨雨在等那个我们，但是不用惊慌，因为你不是一个人，我们的心永远同在。

未来，让我们携手共度！