

# 2023年演讲稿讲自己 做自己演讲稿(优质8篇)

演讲属于现实活动范畴。它是演讲家通过对社会现实的判断和评价，直接向广大听众公开陈述自己主张和看法的现实活动。那么演讲稿怎么写才恰当呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看一看吧。

## 演讲稿讲自己篇一

大家上午好。

今天我演讲的题目是“做最好的自己。”

一天清早，一位园丁走进花园，发现一大片的花草树木竟然都奄奄一息，了无生气。

惊讶之余，他问榕树究竟发生了什么，榕树说它不想活下去了，因为他无法像松树那样高大雄伟。松树也沮丧地告诉园丁它想自我了断，因为他不像苹果树那样，能结出丰硕的果实。一旁的苹果树也在抱怨，说他自己不能像槐树一样，散发着沁人心脾的芳香。

没错，要做就做最好的自己！同学们，快乐不是别人给予的，它需要我们自己去创造。只要你用心发现，你也能从自己的生活中发现许多快乐。忘我的读书，投入的学习，赛场的拼搏，潜心的做好每件事，那就是青春、阳光、充实、快乐！

做事情不能患得患失，要有勇气做应该做的事，要有勇气改变可以改变的事情，要有勇气接受这些事情可能带来的风险。

做一个真实的人是需要勇气的。做最好的自己，还要有出色的判断力，持久的内驱力，踏实的精神，顽强的意志，足够

真诚和坦白，这样才能众人的信任，并在人际关系、团队合作和交流沟通方面取得成功。

我们要做辛勤的淘金者，从闪动在白杨叶子的光点里，把握住阳光的语言节奏；我们应像朴实的农夫，把手指插进松软的泥土里，感知温暖的语言力度。在和阳光的对话中，我们感到光明、温暖、向上的力量。真诚坦白的人，才是值得信任的人。

真正的成功人士并不是仅仅靠知识、创意等外在素质赢得成功，他们成功的经验在于，他们具备了某些最根本的、最有价值的素质或品格，他们始终相信，做最好的自己，才能有更灿烂的明天。

信念，是一缕阳光，一种语言，一种引领人向前、向上的语言。

尼采说：“人惟有找到生存的理由，才能承受任何境遇”。成功就是做最好的自己。

同学们，大半学期已经过去了，我们收获很多，也留下不少遗憾和教训。回望与反思，我们不禁感慨时间过得太快，我们被时间催促着往前赶，脚步只是匆匆又匆匆。

让我们调整好自己的心态，快乐的学习，快乐的生活，用最优异的成绩，做最好的自己！

谢谢！

## 演讲稿讲自己篇二

大家早上好！

伴着三月的春风，我们又背上书包，踏上新的学习征程，此

时此刻，你们有没有感到背后有一双双充满殷切希望的眼睛？有没有感到行囊的沉重？因为那里面装满了全家人的期望！

安全是天！因为，人的生命只有且仅仅只有一次，所以我们要珍惜自己宝贵的生命。珍惜生命首先要注意安全。

在学校里，安全的环境是我们平安学习、生活的前提和保障。因此，我们必须牢记“安全无小事”、“隐患就是事故”。千万不要等到事故发生了，安全失去了，才发现它的珍贵！

1、注意校内安全：课间文明休息，不大声喧哗，不追逐打闹，上下楼梯不奔跑，不嬉戏；不乱动教室内的电源插座，不要用湿布擦电器开关，学习安全用电、并养成“人走断电”好习惯；掌握必要的防火知识，认真参加防火逃生演练。

2、注意交通安全：同学们在上学放学途中注意交通安全，过马路不得翻越隔离栏，注意来往车辆；要做到红灯停、绿灯行。

就餐，绝不要随便出入校门到流动摊点购买零食。珍爱生命  
演讲稿4、学生应讲文明，讲礼貌，遵纪守法。在同学间遇到矛盾时，一定要冷静，要理智，切忌用拳头代替说理，给自己和同学带来不良的后果。

5、提高自我保护意识和能力：同学们受到意外伤害，很多是没有想到潜在的危险、没有自我保护意识造成的。放学后按时回家，不再街上逗留，不与陌生人交往，不接受陌生人馈赠礼物，不随意在网上和陌生人聊天，更不要随便告知陌生人自己的真实情况，以免被欺骗。

同学们，青春是美丽的，但它不会重来；生命是宝贵的，但它又很脆弱。所以我们必须强化安全意识，掌握安全措施，保障安全，让自己的生命和青春放射出灿烂的光彩。

珍爱生命，安全第一！一人安全，全家幸福；一人上学，全家期盼。

## 演讲稿讲自己篇三

大家好！

青春期的我们，会努力，会拼搏，同时也会打扮，也会追星……但是我认为追星不一定是错误的。也许偶似也可以给我们学习的动力。

“梦想起航那一秒，泛起我们久违的心跳，仿佛一种悸动穿梭轨道，让热血沸腾战火燃烧，一路有你的记号，是彼此最坚强的依靠，毫无保留互挺到最后一秒，骄傲的青春共同打造……”这首歌叫《梦想起航》，我也是因为这首歌，才开始喜欢他们的。

因为他们，我开始好好听课，好好写作业，我希望到十年之约（他们与粉丝的一个约定）的那一天我可以以自己最优秀的一面，在观众席上为他们呐喊，加油。

记得上一次，我们学校的运动会，我有点不舒服，就想找个人顶替一下。当时我的朋友在我的耳边轻轻地说了一句话：“我想你男神肯定不想看到你这副模样。”就凭这句话我也要咬牙坚持。

他们是我的偶似，是我的精神的鼓励者，是我奋力向前的力量。

他们是tfboys□他们给我强大的力量！

这便是偶似的力量，约定的力量！

## 演讲稿讲自己篇四

最近，我读了苏霍姆林斯基《怎样培养真正的人》，其中有一篇文章《爱学生就等于爱自己》，读后，颇有感触，一名教师不光要培养学生的学习能力，更重要的是要培养学生的爱心，尤其是能具有感受到别人的爱心(或是痛苦)的能力，进而才有可能把他培养成为一个真正的有爱心的善良的人。如果我们的教育仅仅停留在讲课，听课，辅导，考试，选拔，从而忽视了学生情感的培养，那么，我想我们的教育是可怕的，危险的。爱是教育的永恒的主题。有爱的教育才是丰满的真正的教育，韩军的人文主义精神，教育在线中的朱永新教授高举的爱的旗帜的新教育实验；李镇西的“走进心灵”的教育，似乎无不凝聚着爱的核心，在留意身边的每一位优秀的教师的课堂，无不透漏着一个“爱”字，在爱的教育中，孩子们快乐的成长着。我想，一个真正的人也就是在这个爱的环境中培养出来的。缺少爱的教育，结果是无法想象的。从教两年多来，我能时刻感受的爱在教育这个领域里的重要性，尤其教育对象面对的是未成年的儿童，更需要我们付出爱心。记得刚刚教二年级的时候，一位听课不认真的女生在课堂上用铅笔伤害了我，面对同学们的责怪，和我腿上流出的鲜血，她吓哭了。可是，在那一刻我没有责怪她，而是告诉她，老师不疼，我把她的行为划为了不是故意，并告戒大家平时要小心不要将笔尖冲着别人，我不知道我的用意她是否可以真正领会，但是我想至少她幼小的心灵会感到一丝安慰，并且在她的心中老师的形象不是斤斤计较，不可接近，而是和蔼，宽容的。在我受伤的下午，班上的学生陈一同同学主动敲开办公室的门问我：“你的腿好点了吗？”只是一句孩子短短的问候，却让我感受到了一个孩子的细腻和善良，我欣喜着这爱的回报。作为教师，她的每一言一行都在深深的影响着下面的每一个学生。只要我们在教育中真心的付出了我们的爱，我想收获的定是爱的果实，和未来社会上真正的人。

的!为了你的学生总有一天如你爱他一样能去爱别人，为了这

世上的人彼此之间都能互相关爱，请你爱你的学生吧！因为爱他们也就是爱自己啊！

苏霍姆林斯基认为：当你培养出具有爱心的孩子，他就会对教师的爱很敏感，并以好心还好心；而教师的爱，最重要的是为了学生获得知识，若是学生懂得了这些，自发向上，成绩自然就好，成绩好了，那么，作为老师的我们也会感到更加快乐。期待着爱的气息包围着每一个学生，期待着爱的教育布满整个校园，期待着我们的世界成长起来的都是真真正正的人。

教师爱学生，不忘爱自己！

看过很多老师体罚学生被开除的报道，我深切的感受到：教师爱学生，不能忘了爱自己！别看《教师法》不能有效保护教师的合法权益，却能严厉惩治教师的错误行为。有关部门，虽不能、不敢依照《教师法》保护教师的合法权益，但是其偏偏有决心、有能力严格依照《教师法》来惩治犯错误的教师！他们不敢与违反了法律法规的上级作斗争，却擅于通过严惩弱势群体来彰显自己依法行政、秉公执法、铁面无私、大义凛然、雷厉风行的革命气概！

其实，我们老师有时候连自己的孩子都管不了呢，对待别人的孩子干嘛要那么严格、严厉？我想，教师对待学生，不仅要有爱的情感，也要有防护的心理！因为孩子不都是可爱的，的确有难管的、可气的！老师对学生要爱的有理智、有智慧、有分寸！我爱人都说，那老师太过分，学生毕竟不是自己的孩子！愿天下的老师，在这个全社会都只关注教育而不关爱教师，只要求老师而不理解和宽容老师的时代，把握好心态，调整好心情，宽容学生，心中留神，手下留情！既要爱学生，更要保护好自己！

愿中国的老师，都平平安安，健健康康，一路走好！

教师爱学生， 不忘爱自己!

## 演讲稿讲自己篇五

“大雨后的感受我用脚步轻描淡写着”

“看是是非非在飞听心房猜测心房在热闹的人群里，怎样面对自己”

第一次听到这首歌的时候，是躺在床上要睡觉时，耳边突然就响起了这首歌.还没有经过思考，一滴眼泪就划过耳际，凉凉的.这个旋律，这个声音，撞击着我内心最柔软的地方.我从不正视自己，因为我有太多的不足，甚至有时会懦弱地把自己当作其他人.而这一首歌竟让我面对自己的时候多了一份坦然和安静.虽然自己不是最好的，但是自己是最真的啊!

没有人安慰的时候，自己安慰自己;没有人陪伴的时候，自己陪着自己;没有人关心的时候，自己关心自己.就这样疼惜自己，就这样爱自己!

## 演讲稿讲自己篇六

各位评委，你们好，我这次演讲的题目是爱·自己。下面我将开始我的演讲。(看评委)

我不瘦，我有点胖。我穿不上那些只能塞进骨头的衣服裤子。我不是一个矜持的女孩子。尽管人很多，还是依然喜欢疯狂的大笑。我不怎么可爱，我不如那些美女好看。因为我只是一名很普通很普通的女孩子。我脾气不怎么好，很容易就冲动。我不喜欢说话做事慢慢吞吞，我就是这个样子的人。我很笨，反应慢，因为我不是什么天才少女。我玩什么游戏都很烂，我就是不精通。我不聪明，我不怎么乖，我不会好好地照顾自己。我很奇怪。有时候会突然和亲爱的朋友们大笑，有时候又会莫名其妙的哭起来。我喜欢在我伤感的时候，听

伤感的歌，虽然我会哭出来。我就是这个样子，普通的女孩子，普通的女大学生。

现今，女大学生已经成为高校大学生群体中的重要组成部分，特别是在以文科专业为主的普通高校更是如此。根据统计，有部分高校的女生比例已达到了占全体学生总数的58%以上。女大学生相对于男大学生在学习方法、兴趣爱好、性格特征、交流方式等方面都有着显著的差异。她们主要表现出求知欲强，但知识面窄、创造力弱；善于沟通，但主动性差、心理承受能力弱；敢于展现自我，但缺乏竞争的勇气和决心；亲和力强但心理相对脆弱等特点。女大学生同样肩负着中华民族的伟大复兴的重担，她们也将是全面建设小康社会的“半边天”。

我作为一名当代的女大学生，关爱女大学生，也就是关爱我们自己，我认为爱自己首先要充实自己，让自己无论是内在还是外在都更加美丽。

书本，是一个女子优雅的根基，而读书会令女子深刻儒雅。追求优雅的女性如果胸无点墨，那优雅只能是东施效颦。“问渠那得清如许，为有源头活水来”，我们要让自己的优雅有源源不断的泉源来滋养它。读书和学习，就是答案。在读书学习中，会发现自己渐渐沉静、思想升华，看到的是更深邃的人生。有人说历史让人智慧，哲学让人深刻，文学让人浪漫，宗教让人向善，音乐让人深沉，戏剧让人丰富，而拥有这一切知识学养，就能改变一个普通女大学生的命运，令其知性、高贵、善良、成功。

而外在的点缀也是女大学生关爱自己的体现：无需太多斑斓的服饰、浓妆艳抹。只要每天清晨起床，对着镜子，向自己微笑一下问声好，穿着清爽舒适的衣服，画上淡淡的妆，积极的迎接每一天的阳光。

其次，我认为如果想要爱自己，就要了解自己，明白自己想要什么、在做什么。可能这会是一个敏感的话题，但我觉得，



想要了解自己，首先应该了解自己的身体，能够清楚的感受一些细微的变化，从而更好的保护好自己。可以拿经期这件事为例。一些女大学生不怎么记录经期的时间，有时候推迟或者提前很久也不在意，或者不注意经期的护理，认为这些是小题大做。可是，近年来的相关调查研究表明，经期的一些不注意，会大大提高癌症的发生率。其次应该了解自己的感情生活。清楚自己在干什么，自尊自爱，快乐健康的去爱与被爱，为自己的大学生生活留下美丽的回忆。有些女大学生，对自己的情绪控制不够，在出现失恋分手后，轻微会出现哭泣、吵闹、谩骂等行为，极端了可能会上演各种惨剧。

我认为，爱自己，是对自己负责，对家人负责的一种表现。保护好自己，爱自己，是每位女大学生义不容辞的责任。

最后，关爱女大学生，关爱她们的未来。大学生面临的最大问题，可想而知，女大学生也面临着。由于一些用人单位还存在着偏见，“宁要武大郎，不要穆桂英”，这就给女大学生就业带来了很大困难。实际上，从小学、中学到大学，女同学无论在学业成绩还是专业发展上，都是与男同学并驾齐驱的，甚至某些方面比男生还更胜一筹。然而，由于历史的、现实的、主观的、客观的原因，女大学生在社会职业的选择上却往往处于劣势。因此，女大学生们必须充分认识自身的特点，清楚自己的长处和弱点，在求职择业过程中扬长避短，发挥自身的优势。充分认识自身的特点，并加以利用。女大学生在生理、心理、性格上与男生有着一定的区别，但是，女大学生也具有自身的优势。如：女生普遍具有温柔、贤惠、细腻的性格；感知能力较强，形象记忆较好，想像力较为丰富；尤其在语言能力上比男生更具优势，女性一般学习掌握语言较快，语言表达清晰、流畅；另外，在外语、阅读、精巧手工制作等方面也比男生略高一筹。这些都是女大学生的优势所在，关键在于如何发现、发挥自己的优势，展示自己的才华，把握机会，选择适合自己的行业、地区和单位，从而获得择业成功。

作为一名新时代的女大学生，也作为坚强、自尊、快乐、青春、活力的代名词，关爱女大学生，关爱自己，相信自己会在未来绽放出耀眼的光芒。

会有那么一天，有一个人出现在我的生命中，他愿意包容我的缺点，一直陪着我、会在某个路口，拉着我的手说：我一直都在！

会有那么一天，我的内心会变得强大、变得更完美…

会有那么一天，我会变得更好…我相信，会有那么一天的。我一直在变，直到我变得更好，更强大，更坚强，一切都会好的。加油我可以。

## 演讲稿讲自己篇七

有位哲人曾说过：如果你不能成为大道，那就当一条小路；如果你不能成为太阳，那就当一颗星星，决定成败的不是尺寸的大小，而在于每天都要做一个的自己。做的自己，就是要让自己的今天比昨天做得好，明天要比今天做得好，天天都在做的自己。

我认为，我们每一们盐业人都要做的自己，首先要学会自我反省和自我解放，看清了专营体制变化的形势，认清改革的必要性和紧迫性，转变过去等、靠、要的观念，促使自己尽快转变思想作风，尽心尽职地做好本职工作。

多年来，我时时告诫自己要发扬一颗螺丝钉的精神，兢兢业业，任劳任怨，以百倍的信心和激情投入工作，力争工作好每一件事，生活好每一天，每一天都做自己的。为了更好的掌控和稳定马鞍山盐业市场，我认真做好市场调研，建立片区全面详细的客户资料库及购销台账，对各类盐品和非盐品的销售实行事先、事中、事后控制及管理，实行24小时的客户服务，配送的每日运行和网络业务流程提供了信息平台。

切实将现在的单纯送货转变为真正的市场营销，这样既提高了服务质量，又节约了配送的成本费用。我真诚与客户沟通，全面为客户服务。以情感人，以利系人，建立起稳定的业务关系，赢得客户的一致好评。

盐业体制的改革已成为必然的趋势，改革的结果必然使盐业迈入更加激烈的市场竞争，赢得了客户，就赢得了市场，这是现代企业经营管理的秘籍。所以我们每一位盐业人必须从现在开始做起，从自我做起，只有我们每一位盐业人都行动起来，才能建立起完善的销售网络。

做自己，我们盐业人要加快盐业网络建设，更新营销方式，全面改造传统的经营方式、业务流程、管理体制和组织结构，建设符合市场经济要求的食盐网络建设体系，物流配送体系，信息网络体系等，才能在改革中抵御市场风险，提升盐业的市场竞争力，也才能立于不败之地。

做自己，我们不仅要敬业还要乐业。我们要摒弃那些为钱而工作、为老板而工作的错误想法。工作着是美丽的，奉献者是快乐的。工作的美丽并不在于获得了多少报酬，而在于体现了自己的人生价值；奉献者的快乐并不在于吃了多少亏，而在于用自己的智慧和汗水为企业、为社会做了多少有益的事情。

《读者》中有一个故事：一位本领高超的木匠，因为年事已高，他告诉他的老板：他要离开建筑业，退休后好好享受生活。老板实在是舍不得他的离去，所以希望他能在离开前再盖一栋高品质的房子。木匠欣然答应了，不过令人遗憾的是，这一次他并没有用心，他草草地用劣质的材料就把这间屋盖好了。房子落成后，老板把大门的钥匙交给这个木匠说：这就是你的房子了，是我送给你的礼物！木匠实在是太懊恼了。因为如果他知道这间房子是他自己的，他一定会用的木材，用最精致的工艺来把它盖好。其实我们每一天的工作正是在做的自己活儿，归根结底都是在准备为自己的事业和生活建

造一间房子。如果我们不愿意付出百倍的辛劳，不愿意以饱满的热情来工作，那么最后，我们也只能住进自己为自己建造的最后的也是最粗糙的房子里[]20xx年全省盐业先进个人灵璧县徐桂兰同志的先进事迹也是个有力的证明，她用她的行动向我们诠释用心服务，做的自己，敬业乐业的人生真谛。同仁们，任何一个成功者的背后都有一个咬着牙根的灵魂，只有踏踏实实的今天，才有红红火火的明天。我们今天在事关企业生死存亡的改革的关键时刻，我们不能再游移不前，摇摆不定，我们必须反躬自省，坚定信念，干净彻底的铲除工作中避重就轻、敷衍塞责、得过且过甚至是心死神亡的态度，在省总公司的带领下，我们要讲团结，能战斗，敢吃苦，提前行动，永不懈怠，每天做一个的自己;我们要自我改革，自我扬弃，充满信心，下定决心，在涅盘中得到升华。我们要相信自己，相信我们的企业，在经历一番风雨跋涉之后，必能创造一片灿烂的晴空。

做自己，我们还要不断地充实自己，决不让自己虚度光阴。我们要有踏实的工作作风，渊博的专业知识，厚德的品格储备等等。滴水足以穿石，我们每一天的努力，哪怕只是一个小小的动作，持之以恒，都将是明日事业成功的基础。所有一些一毫的努力，所有一点一滴的耕耘，所有一分一秒的奉献，在时光的沙漏里过滤后，集取的成果将是掷地有声，众人艳羡的希望之花、成功之果。

生活在和谐中的社会主义中国，工作在奋进中的安徽盐业群体，作为一名盐业配送员工，我深感自己很幸福、很满足!让我们都来做的自己，让今天的我们比昨天的更出色，让我们的明天比的今天更值得期待!阳光总在风雨后我期待我们盐业体制改革的成功和盐业发展的辉煌。做的自己，做的盐业人。

## 演讲稿讲自己篇八

每个人都知道：自己事情自己做!

可家长们现在最重视的是什么？当然是成绩！

以前，我们帮爸爸妈妈干活，他们乐开了花。现在，如果说要干活，爸爸妈妈马上把你赶回房间，叫你快点写作业，干活都是爸爸妈妈的事，长大了以后自己就会干。这其实是错误的，因为我们应该自己动手。这不是自己天生就会的，我们应该自己操练，所有的东西都是天生不具备的，只有多多练习，才能学会一项本领。所以我们应该和爸爸妈妈说，自己的事情自己做。

但是一些父母注重的是特长生和加分，他们的孩子可能成绩不好，在学习的基础上还加了特长，这样孩子每天坐在桌子前，不干活，只能使孩子更加郁闷。

但是大多数家长不知道孩子们的郁闷，据统计，一个媒体调查了1000名家长，有800名家长说学习重要。难道家长们就不知道，孩子们的内心吗？剩下的200名家长当中有160多名家长的孩子成绩非常好，只有劳逸结合，才能将成绩提高，孩子也会更有干劲。

由此可见，让孩子“自己事情自己做”是必须的生活原则！愿我们每位家长要懂得它的意义，不再过分看重分数成绩，更要重视孩子的能力培养。