

最新演讲稿自卑(通用7篇)

演讲作为人类一种社会实践活动，它必须具备以下几个条件：演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？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。

演讲稿自卑篇一

你一定会反驳道：我觉得我的心理很健康，但为什么还经常得病呢？

就让我们随便举几个生活中的例子吧。有些人，承受着重大的生活压力，却不知如何排解，终于引发了高血压等现代疾病；有些人在面临一些重要场合的时候，会出现很紧张的心理表现，从而引发了一系列不适的生理现象；还有些人胆小竟然被吓死，心眼小被活活气死。虽然最后这类现象不是很常见，但他们也是有发生的可能，而这从侧面也或多或少的向我们展示了身体健康与心理健康的关系。所以要想做一个健康的人，不仅要追求身体上的健康，更需要追求心理上的健康。我们要学会去调节心理健康。那么我们怎样去调节心理健康呢？可以从以下几个方面。

第三，要安心。不肯枉自沉湎与胜败之词，就是安心。学会安心的去努力。同学们，请不要再为心所累，保持一种平和的心态，去户外呼吸一下新鲜空气，锻炼锻炼身体，感受生活的美好。只有心态摆正了，我们的身体才会更健康。

我们要做一个身体健康的嗯，更要做一个心理健康的人！

演讲稿自卑篇二

大家好！

年轻人在希望中生活，为什么不呢？人生长河，哪个人是一帆风顺？有几个人又是平步青云？青春之所以美好，是因为希望是你的锦绣，是你灿烂的前程，挺过了这一秒，迎接你的，也许是另一番天地！我们要有良好的意志，正确的意识具有能动作用！凡是行百里者，必须经过九十步！希望在前，我们能不断向前。这一秒不要失望，我们下一秒就有希望！

我们哭，我们伤心，那么之后呢？之后是否就把阳光和欢乐拒之门外？别人误会你了，你难道连自己也不相信？朋友离开你，你难道连自己也遗弃？经历风雨后就有许多怡人的风景！是的！生活有时捉弄人，就像大人逗小孩一样，抢走孩子手中的糖块，孩子哭了，大人觉得可笑。

事实上，上帝并不像大人捉弄孩子，它对每个人都是公平的，他留给了你失望，在前面的不远处一定就留了希望！坚持下去吧！拨开重雾吧！这一秒不失望，下一秒就有希望！

谢谢。

演讲稿自卑篇三

大家好！

在飞速发展的社会中，在世事变迁的现实中，青春是我们努力的资格；在忙碌多变的生活里，在钢筋水泥的建筑里，梦想是我们奋斗的动力！

青春的心准备好了，让梦想带我们远航吧！即使山高入天，即使水深不见底，即使差距无限，青春的心有一个梦想要承载，年轻的我们扬起梦想的翅膀，超越困难，飞越极限。有了梦想，我们可以在山顶欣赏高山和小山脉的风景，看鱼在水下玩耍，充分利用天空中地球的魔力。是的，是梦想让不可能成为可能，是青春让不现实成为现实！

其实梦与现实之间，只有一层可怜的黑纱，残酷地将梦与现实隔开。只有有梦想的人才能把它撕裂，让梦想和现实完美结合，世界上最明亮的光才会碰撞。

其实青春和衰老只有很短的时间，无情地把人生分成两个阶段。只有把握好青春的人，才能对抗衰老，用坚定的信念呼唤衰老的退让。

青春是船，梦想是帆，登上青春的船，扬起梦想的帆，驶向现实的彼岸；梦想是路，青春是灯，踏上梦想之路，点亮青春之灯，走向光明之路。

请不要害怕高处的寒风，我们可以看到青春里的无限风光；请不要害怕天空布满乌云，我们可以用梦想让它耀眼；请不要害怕前路漫漫。年轻人经得起生活的考验；请不要害怕远离现实，我们可以用梦想跨越一切！

也许，我们年轻的时候会迷茫，但我们的梦想一如既往！也许，梦想最终不会实现，但青春的心无悔！

来吧，让我们的青春收拾行囊，让梦想指引我们，让我们带着梦想踏上人生的征程，让我们的青春一路高歌，让青春和梦想齐飞！

演讲稿自卑篇四

一座千年古墓惊现于世，琳琅的葬品慢慢呈现在眼前，一件金雕玉琢的青花瓷引起了多少人的殷羡，却又有几人能够了解那莫大的勇气需面对怎样的悲欢与辛酸！

——题记

金容玉肌华美，慕娉婷、怎生妩媚。艳艳红炉岂肯碎！烟尘滚，相思雨，饮泪醉。

丝风片雨柔情，忆黄昏、点点滴滴。梦意阑珊舞青衣。百年苦，一昔辉，千年泪。

千年的等待，不是恐惧孤独时的寂寞，只是惊诧于那份执着，只是守候着那苦苦支撑自己的信念。

思绪回溯，依稀记得那杨柳青青的河畔，有那么一位女子，在一个朴素的黄昏，着一身翠翠绿绿旗袍，弹奏着子夜琵琶的宫商角羽。水般的女子，偎依在如缕般的琴韵里，泪眼流波，醉了无数离人。这童话般的美，美得惊心动魄。透过柳帘，自己蓦然间忘了今夕何夕。

不知从哪里听到了那个传说——只要变得美丽，就能再次见到暮日下的女子。

一昔的勇气，化在干涸的眼里，期待，期待转世的到来。

.....

轻轻被捧起，凝视自己的眼，是流连，是往返，是不释手的爱怜。

百年的凝望，凝望波光女子的倩影；

百年的守候，守候缠缠绵绵的记忆；

百年的期待，期待转世而来的相遇。

日月不再流逝，星辰不再运转，似乎一切都徘徊不前，眼里是似无尽的黑暗。现在，陪着这女子下葬，去沉眠，等待下一个轮回的到来。

待棺木开启，迎接自己的是世人的惊叹，还是盗墓者的贪婪？

真的，需要勇气去面对未知的世间。

演讲稿自卑篇五

大家好！

爱是一个含义非常广泛的词。爱，爱什么？爱老师，爱朋友，爱玩耍，爱学习，爱音乐，爱舞蹈。但是今天我想说的是爱父母。

最近我妈总说我像刺猬，总说“别吵，别烦我！”难以接近和沟通。她甚至开始质疑我是否还像以前那样爱父母。在她为孩子处于青春期想要叛逆而苦恼的同时，我也有点沮丧。爱，怎么能不爱呢？只是不知道怎么表达，父母也没意识到。我相信你也对父母说过“我爱你”。

随着岁月的车轮滚动，我们从学习语言和学步开始就有了这种爱的支持和鼓励，人事开始就有了父母的谆谆教诲。

这个时候世界上最珍贵的就是幸福，最温暖的话语也不过是“我爱你”。

最后，我想说，让爱永远留在心里。

谢谢大家！

演讲稿自卑篇六

大家好！

我今天演讲的题目是“苦难也是一种财富”。

高考的时候，有一个考生写了这样一段话：我曾经抱怨说，黄色鞋底的布鞋，在我发现霍金的轮椅上嵌有深深的历史痕

迹之前，无法步出青春的活力；我曾经诅咒过，脸黑的胎记反射不出漂亮的脸，直到我看到黑黑的男人，身体黑黑的，笑起来甜甜的，很美。

也许你抱怨过上帝在捉弄人。他对你刻薄，快乐，却让你痛苦。一天到晚，他精疲力尽，得到的只有滚烫的眼泪。但在所有的苦难都来了之后，揭开沉重的面纱，你会清楚地看到，上帝是公平的，苦难也是一种财富。

有人曾经做过一个实验。他在一个山林里数完了红羊，就把山里的狼都抓走了，这样红羊就没有敌人了。说红羊应该悠闲快乐的生活是有道理的，但与预期相反，红羊为了一小块土地甚至一片绿草而奋斗，从整齐的队伍变成了散沙。

战斗过后，红羊精疲力尽。以前这片山林里从来没有出现过轰轰烈烈、速度快的红羊，红羊的数量也在逐渐减少。原因是什么？因为人抓狼，红羊没有威胁生命的动物，而是互相残杀，直到死亡，失去危机。同时也失去了生命力。可见，在生态环境中，没有苦难就不会有生态平衡系统。

张海迪胸口以下失去了知觉，但这些困难让她有了更远大的目标，掌握了德语、日语和英语。为什么她能成就常人不易的事？因为她遭受了巨大的挫折，她也把它们变成了动力，让它们成为她的奴隶，再次战胜了苦难。

生活就像一块粗糙的玉石，这是上帝给你的最大财富。这粗玉里有悲欢离合。也许快乐是在痛苦之后，这是上帝给你最大的机会。只有努力雕琢这块粗糙的玉石，它才能成为一件完美的艺术品。

同学们，当你遇到挫折和困难的时候，想想吧。上帝是公平的，有时候苦难也是一种财富。

演讲稿自卑篇七

大家好！

一、强势的工作风格

每天早上过来，你在想：我有没有好的客户可跟；如果没有好的客户可跟，那我今天该不该出去；我是不是只能指望手头上不多的几个质量好些的客户。

客户部出的单，不管是什么级别的，都需要sales去验证，没有可能在电话里就完全了解清楚对方的情况。我们的产品没有用友、金碟那样高的知名度，我们是在销售自己。

也有一种sales为每天早上打电话约不到客户而高兴（也许是潜意识），这是一种在困难面前退缩的表现。

如果单纯按客户部打出的单上写的联络人接洽，则会漏掉很多机会。原因在于客户部的小姐在电话联络时，了解的信息不一定完整，也不一定正确。比如：客户接电话的人不一定了解事情的内幕；电话里也不一定可以得到老板的电话号码等。

强势的sales应该拜访完单上所列联络人之后，在前台不走，同前台小姐了解很多情况，如“老板大多什么时间来厂”“你们公司福利情况如何”等等，了解到这些情况之后，可以在合适的时间直接去老板办公室（“这个项目我同你公司某某谈过，他说做不了主，要和您直接谈才可以”）。如果所谓的联络人不配合你，那你就要绕过他，直接往下走。

要学会引导客户。如果联系人告诉你会将你公司的情况反映给老板，可能你等两、三周之后还没有回音。常规的跟单方法根本无法将我公司同其他软件公司的差异化体现出来。sales要同联系人搞好关系，搞好本身的包装，并在此基

础上创造机会让经理同老板见面。

不上门去你如何得到这些信息？其他软件公司的sales出去三天半，你出去五天半，你在时间上就占优了。

这是强势销售风格的问题，不具备主动进攻性的销售经理，就不是一个优秀的销售经理。只有这样才能体现出我们同其他软件公司的差异，这就是真正的fyming团队精神。