

# 最新高校毕业生就业协议书可以不交吗

## 高校毕业生就业协议书(实用8篇)

演讲稿首先必须开头要开门见山，既要一下子抓住听众又要提出你的观点，中间要用各种方法和所准备的材料说明、支持你的论点，感染听众，然后在结尾加强说明论点或得出结论，结束演讲。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助大家。

### 讲座演讲稿格式篇一

大家上午好！今天我讲话的题目是《请关注你的心理健康》。

心理学家告诉我们：人的健康一半是身体健康，一半是心理健康。然而在日常生活中，人们常常重视身体健康，而忽视心理健康。

现代社会，竞争激烈，学习或工作负担重，生活节奏日益加快，人际关系复杂，越来越多的人由此产生了心理问题，心理健康受到极大地威胁或损坏。有的人程度轻微，有的人程度严重。在我们的周围，有的人脾气暴躁，常常无端发火，因琐碎小事甚至与人争吵；有的人感到孤独寂寞，意志消沉，整天无所事事，迷恋网吧，厌学情绪严重；有的人自卑，心理脆弱，总觉得自己不如别人；有的人目空一切，惟我独尊，认为别人都不如他，对于别人善意的批评和劝告拒不接受。

所有这些都与人的心理是否健康密切相关。心理是否健康，小而言之，影响着一场考试的得失，影响着一场比赛的胜负；大而言之，影响着人的工作、学习和生活，影响着班级、学校的和谐，社会的安定。

(1) 学习和升学竞争导致的过度焦虑。

望子成龙, 望女成凤, 已经成了一些家长的愿望。一些孩子刚刚入学, 其家长就把注意力放在孩子是不是能考“双百”上。一旦成绩不理想, 就连吓带逼、连骂带损, 给你们造成巨大的心理压力, 致使有些人视学习如畏途。

(2) 交往中的心理矛盾与冲突。现在的小学生, 绝大部分都是独生子女, 许多人从小养成了自我为中心, 不关心他人, 依赖性强、不容他人等不良倾向。而且孤僻、不合群的情况也很严重, 这使你们在处理人际关系方面, 面临很大的问题。小学生因为人际关系冲突苦恼的比例相当大, 由于同学关系紧张和冲突而患病, 比如学校恐惧症, 或出走、自杀的情况也屡有发生。

(3) 与父母、师长缺乏理解和沟通导致的心理矛盾和冲突。

与父母、师长难以沟通, 相互间缺乏必要的理解也是造成你们心理问题的一个重要因素。这种冲突随着你们年龄的增长, 使你们普遍感到压抑、苦闷、无助和烦躁。一方面你们特别希望父母、老师理解你们的想法和做法; 在教育实践中教师经常遇到因与家长和教师难以沟通而苦恼的学生前来寻求帮助, 一些学生甚至痛哭流涕, 足见其心理上压力之大。我们现在许多学生在情绪情感方面主要的心理问题有: 抑郁、焦虑、易怒、羞怯、嫉妒、恐惧等心理问题。在行为方面存在的主要问题一般是: 过失行为、说谎行为、偷窃行为、攻击行为、破坏行为、逃学行为等等。

首先, 要正确认识自己, 不要自卑, 不要自负。要相信自己, 天生我材必有用, 每个人都有自己的优点, 不存在差学生, 只存在有差异的学生。要正确面对挫折或失败, 再漫长的路总有尽头, 再绝望的事总有希望, 要相信失败是成功之母, 饱经风霜、历经坎坷的人比一帆风顺的人更能忍受挫折, 更能有所作为。

其次, 要正确与人交往, 建立和谐的人际关系。和谐的人际

关系来自于对别人的爱心，来自于对别人的尊重。把你的爱心与老师、同学分享，你会得到更多的快乐；把你的意见与别人沟通，你会得到许多有益的忠告；与人分享快乐，快乐会加倍，与人分担痛苦，痛苦会减半。多给别人力所能及的帮助，送人鲜花，留己芬香，多尊重别人，多体谅别人，多听取老师、父母、同学的意见，良药苦口利于病，忠言逆耳利于行，经常真诚地对人微笑，真诚地微笑充满着你的自信，表示着你的礼貌和对别人尊重。

各位同学，让我们在关注身体健康的同时，一起来关注心理健康，做一个全面健康的人，共同营造健康的校园、和谐的校园。谢谢大家！

## 讲座演讲稿格式篇二

大家下午好！

我是xxx□是高中二年级xx班的学生，今天学校举办这个演讲比赛，我有荣幸可以站在这里来演讲，感谢大家给的这个机会。那今天我要演讲的题目就是《高中生要去保护自己的心理健康》。众所周知，心理健康对于所有人都是一个重点要关注的问题，何况是我们高中生呢？要知道进入了高中时期，基本上同学们就是在为高考备战，平时的学习压力也是加倍的，那就不可避免会有同学有心理的问题，这样也会导致学习成绩会不好，因此心理健康对我们而言很重要，有一个健康的心理，对我们的身体和学习都是有好处的，这样大家就必须关注自己的心理状态，不要让自己陷入问题心理，这对自己各方面的发展都不是什么好事。

我们作为高中生，其实心理已经在逐渐的成熟，因为我也开始走向成年，那这样的话，我们的心理也必须跟着成长，而不是年龄趋向成年，可是心理却还是一个小孩，这一点我们可能还不如一个孩子，小孩可以用哭去发泄内心的不爽，但是我们现在的这个年龄，已经知晓哭是很丢人的，因此大

部分人都会隐忍，其实在我们现在的学习状态，这是不好的，如果找不到发泄的点，内心要是积累太多的压力和委屈，等到爆发时会严重很难想象的画面，那时一旦崩溃，是很难收回的。

因此我们在高中这一时期，我们不要去把所有的事情都放在心里，要适当的去发泄和倾诉。我们在遇到难过的事情，要学会向自己的朋友同学或者老师去倾诉，把内心的委屈发泄出来，得到他人的一个安慰，这对纾解内心不开心是有很大的效果的，至少有一个突破口。如果心理问题严重，那就要去学校的心理咨询那里看看，向心理老师寻求帮助，开解自己，通过心理老师对自己的心理的分析，寻找解决的办法。一定不能自己熬着，这是很难受的，这对自己的健康是极不好的。

所以大家有这样紧张的学习状态下，一定要注意自身的心理健康，要保护个人的心理健康，排除掉对自己心理不好的东西，如此才能让自己的学习变好，不会被学习的压力压垮，陷入一个艰难的境地。保护好自己的内心，放宽自己。

我的演讲到此就结束了，谢谢大家！

### 讲座演讲稿格式篇三

随着一声清脆的啼哭声，就标志着一个生命降落人间，生命的存在意味着什么？每当旭日东升的刹那间，太阳将金黄撒遍每一个角落，大地万物苏醒-----那是因为有生命的存在；娇嫩的花朵在绿丛中起舞，萤火虫在黑暗中眨眼歌唱，活泼的孩子在草地上翻滚-----这些都是因为有生命的存在。生命无处不在，无处不有。生命又是何其珍贵！有了生命，才有了竞争和拼搏，有了生命，才有快乐与悲伤，有了生命，才有希望与理想，有了生命才有了对生命的珍爱。

世界上最珍贵的莫过于生命，而生命对每个人却只有一次。

何况人生在世肩负着太多太多的责任。因此，重视健康是珍爱生命的前提。

同学们都理解“平安是福”、“平安是金”等话语所包含的对生命的思考；我断定，同学们都曾用“平安、健康、幸福、顺利”等吉祥词语对父母、亲戚、同学、朋友表达过良好的祝愿。是的，安全重于泰山，它历来都是个人、家庭、集体、社会最基本的生命线，更是维系个人享受生活和集体保持稳定的最重要的保障线。

校园安全涉及到青少年生活和学习方面的安全隐患有20多种：食物中毒、体育运动损伤、网络交友安全、交通事故、火灾火险、溺水、毒品危害、性侵犯、艾滋病等。在全国各类安全事故中，学校安全事故所占的比重很大。据了解，我国每年约有1.6万名学生非正常死亡：学生因安全事故、食物中毒、溺水、自杀等死亡的，平均每天有40多人，就是说几乎每天有一个班的学生在“消失”。

当前，学生中相继出现了不少因思想、心理、行为上的偏差而引发的伤亡事件，暴露出了当前学生在思想上、心理上和行为上具有普遍性的安全隐患。一个个触目惊心、血泪交织的悲剧不能不叫人扼腕叹息、心有余悸，也更对我们敲响了安全的警钟。

“生命”，一个多么鲜活的词语；“安全”，一个多么古老的话题；“幸福”一个多么美妙的境界。同学们：一人安全，全家幸福；生命至上，安全为天；安全第一，预防为主。生命只有在安全中才能永葆活力，幸福只有在安全中才能永具魅力。安全构筑了我们美好的家园，成为连接亲朋好友的纽带。在安全的问题上，来不得半点麻痹和侥幸，在安全的问题上，我们必须防范在先、警惕在前，必须要警于思，合于规、慎于行；必须要树立高度的安全意识，人人讲安全，时时讲安全，事事讲安全；必须要筑起思想、行为和生命的安全长城。

## 讲座演讲稿格式篇四

各位老师，各位同学们大家早上好，今天国旗下讲话的主题是“心灵洒满阳光，健康点亮生活”。一听就知道是要我们关注心理健康，阳光快乐生活；但我不是心理专家，很难给出专业的判断与建议，我是一位数学教师，我想以数学的眼光及思维来与大家探讨一下心理问题的产生，原因及解决方法；或者带有一点人生哲学思考，所以请大家认真品味与体会。

我不清楚是谁创造出“喜怒哀乐，酸甜苦辣”这些词，但我认为这就犹如人生四季春夏秋冬每日在轮回上演，每个阶段也在轮回出现，若从宿命轮的角度出发，每个人都会碰到，每个人都会体会，而且我想这些应该各占人生的四分之一吧，无法逃避。这也就是我们经常听到父辈，老师教育我们的话：先苦后甜，先甜后苦，确实如此，因为你前面开心太轻松后面会更艰苦，前面你艰苦努力一点后面会轻松一点，大家反思一下自己在有理性思维的成长过程中是否如此。我们再来看马斯洛的需求层次理论，生理需求、安全需求、社交需求、尊重需求和自我实现需求。每一种需求满足后会产生新的需求一步一步往上走，到了最高层次自我实现需求后又会产生新的需求从不停歇。因为人生本质上的痛苦与煎熬就是自我需求与外在现实的不一致所造成的。但人一定有欲望，否则人类无法进步，所以我们在成长的过程中就一定会碰到困难，挫折，失败，难受，但也一定会体会到开心，喜悦，成功与甜蜜。

- 1、多参加体育运动练就强健体魄：健康是我们的人生的最低需求，所以要让自己快乐就得尽可能的让我们身体健康。
- 2、磨炼意志，强大内心，正确的面对困难与失败，既然我们无法回避挫折与失败，就让我们提前准备，强大自己勇敢的去面对困难与挫折。
- 3、多学习，多努力，练就过硬本领，迎接各种挑战；失败固

然难以避免，但成功仍然是我们的追求，因为成功一定会带来喜悦与快乐，一定会回报我们曾付出的失败与痛苦，并让我们有信心树立新的目标而不断前进。

最后我们高一，高二马上要学考，高三马上要选考，希望我们所有的人能认真准备，努力拼搏，为实现自己的初心冲刺一次，积极面对；在此预祝大家取得好成绩。虽然生活的酸甜苦辣时时存在，但快乐是生活之本，希望我们在以后的生活中充满阳光，乐观面对；谢谢大家！

## 讲座演讲稿格式篇五

大家好！

“红灯停，绿灯行，黄灯亮了等一等。”这首歌我都唱十年了，人家大概已经背得滚瓜烂熟了。但是还是有许多人在过马路时不遵守交通规则。

记得那一次，我和妈妈晚上从新世纪生活广场回家，到了十字路口，路口的交通信号灯由绿变红，妈妈停下车来等候，然而我是个急性子，我对妈妈说：“妈妈，对面虽然是红灯，但两边没有车，也没有交警，我们还是过去吧！”妈妈说：“俗话说‘不怕一万，就怕万一’。”

在生活中，往往绿灯还没有亮，非机动车就会抢先一步，电动车、摩托车、电动三轮车常在几辆汽车的空当之间穿过，欲速而不达，就会有交通事故发生。人的生命只有一次，一旦失去就无可挽回了，所以，我们每个人都应该将交通规则牢记心中。

谢谢大家！

## 讲座演讲稿格式篇六

今天，12月1日，是第\_个“世界艾滋病日”。今年世界艾滋病日的主题仍然是“遏制艾滋、履行”，强调“权益、责任、落实”。1988年1月世界卫生组织在伦敦召开了一次“全球预防艾滋病规划”的部长级高级会议，把每年12月1日作为全世界宣传防治艾滋病的日子，称之为世界艾滋病日。以后每年的12月1日都被作为“世界艾滋病日”以号召全世界人民行动起来，共同对抗艾滋病。

为什么艾滋病会受到全世界如此高度的重视呢？因为艾滋病是人类近代医学最使人恐惧的一种疾病，艾滋病的医学全名为“获得性免疫缺陷综合症”，它是由人类免疫缺陷病毒引起的。

艾滋病病毒侵入人体后破坏人体的免疫功能，使人体发生多种难以治愈的感染和肿瘤，最终导致死亡。号称“超级癌症”和“世纪杀手”的艾滋病，传播快，死亡率高，目前在国际医学界还没有治愈的药物和方法。

艾滋病毒的感染途径主要有三条：血液途径传播，性途径传播，和母婴途径传播。因此，艾滋病虽然可怕，但其传播方式明确。人们只要洁身自好、纠正不良行为，完全可以预防。但是，目前艾滋病传播与流行的条件依然存在，甚至有所加剧。

人们性观念已经发生较明显的变化；吸毒人群增加，且静脉吸毒的比例逐渐增高；预防艾滋病知识普遍缺乏，等等。因此，要有效的预防和控制艾滋病，就必须从青少年时期接受有关艾滋病预防基本知识的教育，了解艾滋病的危险是确实存在的，并培养良好的卫生习惯和健康的观念，警惕艾滋病的发生。

作为一个青少年，应该认识到：艾滋病的传播没有国界，我



国是世界上的人口大国，是国际社会的一员，有责任和世界各国携手共同努力控制艾滋病的蔓延；学习预防艾滋病的知识，不仅使青少年能及时了解与掌握预防艾滋病的知识、增强自我保护意识和抵御艾滋病侵袭的能力；更重要的是培养预防艾滋病的社会责任感、使命感。青少年是社会和国家的未来，是全社会预防艾滋病的主力军。

青少年参与预防艾滋病的活动意义深远，不仅是为了青少年自己的生存与健康，而且是为了全社会、全人类的发展。青少年有责任成为抵御艾滋病在二十一世纪猖獗流行的最有生气的社会力量。

同学们，让我们行动起来，在宣传和预防艾滋病的运动中献出自己的力量，遏制艾滋，履行！

## 讲座演讲稿格式篇七

大家好！

自古以来，人人遵法，人人守法的信念便烙印在人的心中，无论男女老少，其中都不会存在任何所谓的“代沟”。

然而，近些年来，生命的翅膀在车祸中折翼的数不胜数，在生与死的界限中乱闯荡的也不少。

俗言道：“开车不喝酒，喝酒不开车，喝酒要驾车，代驾来帮忙。”可如今，这句俗言却被大多数人扭曲成了：开车要喝酒，代驾找来要花钱，宁要钱也不要命。因为自己的吝啬或是贪杯，就让自己的生命掉进了万丈深渊，从此与美丽诱人的世界挥手告别！

记得许多交通事故都因酒驾而引起。

比如，一次，在高速公路上发生了一起交通事故。司机因在

驾车之前喝了很多酒，朋友劝告不如找人代驾，他偏执意要自己驾车回家，一路弯弯曲曲、扭扭妮妮的s行车技，行人纷纷避让。有祸终究躲藏不过，终于在一个拐弯处，来不及反应，与迎面而来的一辆小轿车来了个“亲密接触”——撞了。两位司机都受了重伤，在车祸现场处，一大片血迹在蔓延着，让人看着不由地打着寒战。

一次次的车祸，一次次的侥幸心理，一次次的不以为然，都让人们不足挂心，心里总有一些小庆幸：“这些事情发生不到我头上，那只是别人的倒霉罢了！”万一真遇上了呢？怕是一万个后悔也来不及了吧！

法在心中，时刻鸣警，时刻牢记——安全出行，从我做起！

## 讲座演讲稿格式篇八

为认真贯彻落实中共中央国务院《关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的实施意见》和《未成年人保护法》，提高同学们思想道德水平和法律素质，让法制进入校园，进一步增强同学们的法制意识，接受法制教育，自觉遵纪守法，学会利用法律进行自我维护，做个学法知法、守法用法德合格小学生，今天我们在这里举行法制报告会，并聆听了刘所长为我们做的精彩的法制报告，几位领导能在百忙中亲临我校，我们倍感荣幸，让我们再次以热烈的掌声对几位领导的到来表示衷心的感谢。

今年来，我校十分重视在校生成法律意识的教育和培养，学校多次召开法制报告会，并通过开好主题班会，办好主题板报等活动，增强师生的法律安全意识，广泛开展了“告别网吧，做文明小学生”、“校园拒绝邪教”、“珍爱生命，远离毒品”、“知荣明礼做文明龙桥人”等主题教育活动，通过这些活动的开展，法制观念已深入人心，依法治校、依法治教的浓厚氛围逐步形成。

老师们，我们都是教育工作者，肩负着教书育人的神圣职责，在进一步解放思想，全面落实科学发展观的今天，我们一定要把学生的法制教育工作放在首位，要充分明确它是培养新一代合格学生的基础，是提高教育质量的重要组成部分。社会进步文明，首先是法律的尊严得到尊重，这样才能构建文明和谐的社会，才能培养出思想道德高尚，法制观念牢固的有用人才。对学校法制教育要像抓专业课教学那样抓研究，抓投入，抓考核，抓效果，要及时有效地解决学校法制教育工作的中的新情况、新问题，使学校法制教育成为日常教育教学管理工作的抓手，一抓到底，抓出成效。

同学们，刚才刘所长为我们上了一堂精彩而又生动的法制课，他的讲话是一个法律工作者多年的切身体会，也是关心下一代的深刻总结，更包含着父母般的一片深情，大家一定要牢记在心。要把报告中的案例当做自己的人生警钟，并让警钟长鸣。要走好脚下的每一步，从一点一滴做起，要在学习中深刻体味“要成才先做人，做人须守法”的道理，要时刻铭记一个人发展变化为栋梁之才和社会之恶都是由点点滴滴累计而成的，“一失足成千古恨”是我们决不愿看到的。

老师们、同学们，让我们以此次法制报告会为契机，老师要担当教书育人的神圣职责，搞好学生的法制教育，在各班营造“学法、知法、守法”的良好氛围；同学们要牢记一条古训：“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”，从小事做起，从自我做起，在学校做个好学生，在社会上做个好公民，在家中做个好孩子。让法律意识永驻心中。用法律知识来规范我们的言行，加大警校共建力度，让我们全体师生携起手来，为营造“和谐校园”而共同努力！

最后，让我们再次对参加报告会的领导表示衷心的感谢！

谢谢大家！