

## 《做自己》演讲稿 15 篇

### 《做自己》演讲稿 1

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

我们每个人在这个世界上都有自己的人设，有的人是温柔贤淑，有的是开朗大方，有的是内向文雅，有的人是阳光帅气……

那么，我的角色又是什么呢？神经大条？细心安静？待人接物彬彬有礼？性格泼辣？……我迷失在这些词语中，茫然无措的看着它们，嘴角扯起一丝苦涩的笑意，望向窗外，在这深夜的夜晚，街上没有一个人，只有路灯在坚守着，而人们对它的定义却只有一个——为人们照亮路。我想，这就是它的人设吧，平平淡淡，没有争抢，只为别人着想，这就是它在这个世界上的意义，这就是它的含义。

其实，我还不如这路灯。至少它还知道它在这世界上的意义，而我却连自己存在的意义都找不到。它至少知道自己是什么样的人，而我连自己是谁都不知道了。是不是很可笑。

我在这个世上一直在装，装自己很有责任感，很能忍，很能为他人着想，我一直在一个集体中装作自己很有领导能力，能够

自己带领大家做好集体中的每一件事，装作自己大大咧咧，神经大条，不在乎别人的看法。

但可笑的是，最后我竟把自己给绕进了这个大圈子中。我一直想要找到一个可以懂我的人，但是，现在很多我的那些所谓的“好朋友”，一个个都只懂我的外表，而一点都不懂我，并且我一点都不希望她们能懂我。因为我从小因为是女孩，就受过很多人讨厌，一旦做错了事（有时甚至是别人诬陷的），就会遭受千夫所指。而一旦我做了好事，就一个个都会黏上来，一个个都要抢功劳。

慢慢的，我长大了。我逐渐明白，只有我变得强大，别人才不敢欺负我，只有我更努力，获得出色的成绩，才能让别人不能轻视。

仅仅就因为我是女孩，所以我就不能与他人平等对待，不能获得与他人平等的权利。

我现在日渐强大，没人敢欺负我。但我还是希望能够有一个人能够走进我的生活，走进我的心，唤起昔日的我，让我能够找到真正的自己。

那个人，你在哪里？

真正的自己，你又在哪里？

## 《做自己》演讲稿 2

各位领导、各位评委、同志们：

大家好！很高兴能有机会和大家共同交流《做最好的自己》的所感所悟。我今天交流的题目是《成功从“心”开始》。

曾经读过这样一个小故事：一天清早，一个园丁走进花园，竟然发现一大片的花草树木都奄奄一息，了无生气。惊讶之余，他问榕树究竟发生了什么事，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，能结出可口的果子。但是一旁的苹果树也在抱怨，说他自己不能像槐树一样，浑身散发着芳香。最后，园丁来到花园的一角，看到一株不起眼的小花，只见它生机盎然，一身绿意。“你为什么在如此消沉的环境中仍能昂首挺立着？”园丁好奇地问。不起眼的小花快乐地回答：“我知道自己不过是株小花，但我决定扮演好自己的角色，做一朵最好的小花，于是，我也就很快乐啊！”

面对同样的际遇，前者保持一种悲观失望的灰色心态，最终自然是满目苍凉、了无生气；而后者持一种乐观积极的红色心态，结果自然是生机盎然，一身绿意。由此可见，态度决定了你的行为，态度决定了过程的优劣，态度决定了事情的成败，态度决定了一切。

人的一生，就像一趟旅行，沿途中有数不尽的坎坷泥泞，但也有看不完的春花秋月。如果我们的心的总是被灰暗的风尘所覆盖，

干涸了心泉，黯淡了目光、失去了生机、丧失了斗志，那我们的人生轨迹又岂能美好？

我们每一个人的际遇不尽相同，但命运对每一个人都是公平的。也许我们每个人都有自己无法实现的梦想，也许理想和现实总存在着差距。那么，面对这些，你是无奈，是悲痛，还是积极进取？悲观失望者一时的呻吟与哀号，虽然能得到短暂的同情怜悯，但最终的结果是别人的鄙夷和厌烦；而乐观上进的人，经过长久的忍耐与奋争，努力与开拓，最终赢得的将不仅仅是鲜花与掌声，还有那些饱含敬意的目光。如果我们能够保持一种健康向上的心态，即使我们身处逆境，也一定会有“山重水尽疑无路，柳暗花明又一村”的那一天！我是一个最最平凡的人，在最平凡的岗位上做着最最平凡的事。曾经消沉过，觉得上苍是如此不公。在成功的道路上，觉得自己躲在了被遗忘的角落，成功连擦肩而过的机会都没有给过我。如今，我是如此的自信，我坚定地认为，只要用心，用脑去对待自己的工作，把这些所谓的小事做到最好，做到尽可能的完美，不留遗憾，这本身就是一种成功。

正如我们所从事的行政审批工作，它是那么的繁杂琐碎，而生活又在不断地考验着我们，如果我们整天怨天尤人，又怎么能提供高效优质的服务呢？如果我们整天唉声叹气，又怎能指望为地方经济发展做出贡献呢？一个干好干坏都无所谓 的干部，又怎能赢得群众的赞许？

是颗小小的石头，就不要去羡慕大山的巍峨，一颗小小的雨花石，也能铺成星光大道。是棵柔弱的小草，就不要羡慕大树繁多的绿叶，小小的青草，也能见证大地的春天。朋友，让我们擦亮心灵之窗，张开双臂，在自己的工作岗位上上踏踏实实做事，不断完善自我，超越自我，努力做一个最好的自己吧！

### ■ 《做自己》演讲稿 3

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

做最好的自己，首先要知道自己该做什么。作为教师，教书育人是我们的工作，让每一个学生成为最优秀的自己是我们的追求。作为学生，学会生活与求知是我们的本职，将这些事情尽力做好，才不枉度美好岁月。什么是最好的自己？不同人有不同标准。我想跟大家分享两点我的看法。

首先，做阳光向上，文明高雅的自己。不管每个青年的个性如何迥异，他们都应该共有一些青春特质。在我看来就是精神富

有、举止文明、情趣高雅。在这里，我看到的是衣无褶脸无垢，干净漂亮的你们；是有朝气有活力，自信纯真的你们，不但课堂表现积极活跃，而且兴趣广泛，既能辩论会上显睿智，也能运动场上展英姿。和你们相处，总让人无限缅怀自己的青年时光，感叹青春的美好。

不过，遗憾的是我也看到了这样的你们：有人把低俗的话语吐向传授知识的老师，有人把野蛮的拳脚挥向朝夕相处的同学；有人不听劝告随意破坏校园设施，肆意喧闹影响他人学习。这样粗鲁自私的你们让人心痛。有时我还会在校外看到一群吞云吐雾的男孩子与浓妆艳抹的女孩儿，他们想用与众不同彰显个性美丽，殊不知青春的纯真在他们肆意挥霍当中渐行渐远。同学们，青春是短暂的，在合适的年纪做合适的事情吧，青春时期文明高雅、阳光向上的你是我们所期待的。

其次，做努力求知，追赶梦想的自己。英国学者培根说：“读书足以使人怡情，使人博采，使人长才。”高尔基也说：“你学习吧，这是最需要的事。”在我们学校，绝大多数同学正在一心求知。他们在课堂上全神贯注，眼神发亮。我为这些同学感到骄傲的同时，也为另一些同学感到汗颜。他们面对书本昏昏欲睡，面对考试两眼无助，面对成绩目光呆滞。青春时，大家在都追赶梦想，他们却把时光献给了被窝与昏睡、游戏与发呆。等到时光飞逝，岁月回报给他们的，除了年纪，我想只剩下无知。台湾作

家龙应台给儿子安德烈写过这样一段话，我想把它转送给同学们：“孩子，我要求你读书用功，不是因为我要你跟别人比成绩，而是，我希望你将来拥有选择的权利，选择有意义、有时间的工作，而不是被迫谋生。当你的工作在心中有意义，你就有成就感。当你的工作给你时间，不剥夺你的生活，你就有尊严。成就感和尊严，给你快乐。”

也许有人会说：“是啊，想想过去，错了太多错过太多。好像来不及了。”那么就让我们用泰戈尔的诗句唤醒我们吧：“我曾经错过太阳，但不哭泣，否则我将错过星星和月亮。”先贤也说：“亡羊补牢，为时未晚”，还说：“知错能改，善莫大焉。”同学们，青春不是用来挥霍的，它应该是武装思想、锤炼能力、准备未来的港湾。做最好的自己，不悔过去，不畏将来，就是成功。

## 《做自己》演讲稿 4

各位领导、各位老师：

大家下午好！

我没有饱读诗书的渊博学识，也没有人生旅途中的强干精明，更没有谈吐话语中的字斟句酌，在这里让大家见笑了。

我演讲的题目是《做最好的自己，做最好的老师》。

弹指一挥间，将近三十个春秋就在绘声绘色的讲课声中，在孩子们的欢笑声中，在一节又一节课的交替声中滑过。回顾耕耘

之路，我曾经困惑，我曾经彷徨有欢笑也有泪水，虽然脚印参差不齐，深浅不一，但每个脚印里都倾住了我满腔的爱心和辛勤的汗水！我无怨无悔！因为我心中有一个信念，那就是：做的自己，做的教师！

我所说的“的教师”不是与我敬仰的窦桂梅、李镇西等名师相比——他们的人格、学识、能力乃至天赋，我是永远无法企及的；我所说的“的老师”也不敢与向倩、刘宁等“英雄教师”相比——他们用鲜血甚至生命践行了师爱的无私与永恒。而我只是沧海一粟，只是怀有一颗炽热的心坚守在自己的岗位上，兢兢业业，勤勤恳恳，我是默默的耕耘者，我是悄悄的播种人。每天做的只是一些非常细腻、琐碎的工作，而已。

但我要和一个人比，那就是我自己。和自己比！就是今天的我和昨天的我相比——备课是不是更认真？上课是不是更精彩？读的书是不是更多？布置的训练任务是不是更科学？找学生谈心是不是更诚恳？帮助“学困生”是不是更细心？教育反思是不是更深刻？听到各种“不理解”时是不是更冷静？我坚信每天都这样和自己比，每天都做的自己，坚持不懈，我便不断地向“的教师”的境界靠近。

一位有三十年教龄的历史老师上了一节公开课，听课的老师入了迷，竟连做记录也忘记了。课后，他们向讲课老师请教，您花了多少时间来备课？那位历史老师说：对这节课，我准备了一



辈子，而且，总的来说，对每一节课，我都是用终生的时间来备课的。不过，这节课的直接准备，只用了大约十五分钟。这就是我追求的教师的“真境界！”

现在我可以骄傲地说，今天的我与之前的“我”相比，可以说是“的教师”了。但对于明天而言，和未来相比，我还不算是“的教师”。所以我还会继续和自己比，因为“做的教师”是我永远的追求，直到我教育生涯的终点。杨柳枯了又青，桃花开了又谢，燕子去了又来，学生来了又走，我却还坚守在这儿，坚守着我们的乐土，坚守着我们的精神家园。山还是那座山，河还是那条河，日子就这样过着，平凡却不平淡。一切都好像没有变，变化的是我日益衰老的容颜，与之沉淀的，是我依旧年轻不变的情怀！

我爱学生，学生也爱我。因为有了爱，地更阔，天更蓝；因为有了爱，花更艳，草更芳。而心中的那份爱，将激励着我在人生的道路上艰苦跋涉，用热血和汗水去浇灌一茬茬幼苗、一簇簇花蕾，用爱心去托起明天的太阳！

做的教师，是一种平和的心态，是内心的宁静，是“竹杖芒鞋轻胜马，一蓑烟雨任平生”的闲适与从容，更是“惊涛拍岸，卷起千堆雪”的荡气回肠。登上三尺讲台，教书育人；走下三尺讲台，为人师表。做的老师，是对时代赋予我们的神圣使命最庄严的宣誓。做的教师是激情、是豪情、更是扎实的行动！

我是一名教师，我的生活在课堂，我的生命在学生。虽然那间教室里守巢的是自己，可它却放飞了希望，虽然那支粉笔洒下了泪滴，可它却画出了彩虹。我觉得作为教师，生活在学生中，就是幸福，就是“快乐”！

“吃也清淡，穿也素雅，心怀淡泊，起始于辛劳，收结于平淡。”这便是我人生旅途的写照。

虽然平凡，我的脊梁却支撑着祖国的未来；虽然清贫，我的双手却托举着明天的太阳。

最后我要说：春有百花秋望月，夏有凉风冬听雪，待到桃李满目时，便是收获好时节。

我的演讲到此结束，谢谢大家！

## 《做自己》演讲稿 5

尊敬的、各位老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天我讲话的题目是《坚定信念，做的自己》。

同学们，时光如梭，岁月匆匆，转瞬间，进入高二快一个学期了，再过 15 天，我们要送走令人难忘的 20\_\_年，迎来充满希望的 20\_\_年。

回顾昨日往昔，似水的流年中，时间会带走曾经的艰辛与欣喜，磨灭无尽的遗憾和荣誉，在时间的长河中，我们所能留下的，只有那些珍贵的回忆和美丽的昨往。

进入高二大半学期来，老师们普遍感觉到，同学们有了明显的变化，早自习时，书声琅琅，自觉背诵；课堂上，时而激烈探讨，积极发言，时而凝神静思；晚自习时，埋头整理，巩固落实；甚至晚自习放学后，同学们跟百米赛跑似的从逸夫楼浩浩荡荡跑向宿舍自修室，去抢占为数不多的座位，一直学习到十一二点，宿管阿姨催促多次，同学们才恋恋不舍回到宿舍休息；昨天我们高二同学经历了数语外的学业水平考试，同学们认真对待，严谨作答，晚上，除了个别意志品质不够坚定的学生外，大都正常来上自习，有的班级一个都不少——同学们一整天，忙碌着，收获着，看到这些，看到此情此景，老师们都感到同学们真的长大了，更成熟了，更知道为自己的前途和发展付出了。

因为同学们懂得了，没有谁的成绩实在游戏和手机的摆弄中取得的；没有谁的成绩是在碌碌无为的闲聊和闲逛中获得的；没有谁的成绩是躺在床上得来的

学校领导李诚书记，在高二开学升旗礼第一次讲话时说过，如果把高中三年看成一个整体的话，那么高一是基础，高二就是关键，高三是冲刺。高二与高一起点相比，它或许少了些许新奇、期待；与高三冲刺相比，它或许少了些许掌声、鲜花。

高二是孤身奋斗的阶段，是一个与寂寞为伍的阶段，是一个耐力、意志、自控力比拼的阶段，但它也是一个坚实厚重的阶段，这个时期形成的优势有实力！

有人说：“在有梦想的地方，地狱也是天堂；在有希望的地方，痛苦也成欢乐。”如果你在高二与乐观、勤奋同行，那么你便会梦想涌动，希望长在；如果你在高二与浮躁，懒惰同行，那么你便会折损梦想，暗淡希望。同学们，时光飞逝，岁月不待人，因此我要给同学们说的一句话是：高二，要做的自己！

海伦·凯勒有这样一句非常形象而生动的话：“当一个人感觉到有高飞的冲动时，他将再也不会满足于在地上爬。”正是有一种信念，正是有了远大的抱负，她接受了生命的挑战，创造了生命的奇迹。

海伦·凯勒，她盲聋哑集于一身的弱女子竟然毕业于哈佛大学，并用生命的全部力量奔走呼告，建起了一家家慈善机构，为残疾人造福，被评选为20世纪美国十大英雄偶像。理想和信念像熊熊燃烧的烈火使她走出死寂，走出黑暗；理想和信念像巨大的羽翼，帮助她飞上云天。

从某种意义上说，人不是活在物质世界里，而是活在精神世界里，活在理想与信念之中。对于人的生命而言，活下来，只要一碗饭，一杯水就可以了；但是要想活得精彩，就要有精神，就要有坚定的信念和远大的理想。

理想信念使贫困的人变成富翁，使黑暗中的人看见光明，使绝境中的人看到希望，使梦想变成现实。人生在世，什么都可以没有，但就是不能没有理想；人生在世，什么都可以放弃，但就是不能放弃信念！

我想：在我们高 20\_\_级学生的字典上，面对成功，不仅是“想”，而且是“非常想”；面对成功的信念，不仅是“能”，而且是“一定能”；面对每天任务的完成，不仅是“要”，而且是“一定要”；面向自己的要求，不仅是“严”，而且是“非常严”。把“能、要、想、严”变为“一定能、一定要、非常想、非常严”，我想，你就一定会在创造出一个奇迹来。

黑人领袖马丁·路德金有句名言：“这个世界上，没有人能够使你倒下。如果你自己的信念还站立着的话。”是的，即使在最困难的时候，也不要熄灭心中信念的火把。

同学们，不管我们今天的成绩如何，无论我们现在的基础怎样，只要坚定信念，超越自我，我们就有了奋斗的目标，就有了努力的方向，就有了生活的动力，就有了成功的希望！最后，我提议，让我们在场的 1783 名同学一起举起右手，一起大声说出：不经一番寒彻骨，哪得梅花扑鼻香；

在最美的年龄为最纯的梦想尽的努力！

既要仰望星空，又要脚踏实地，做的自己！

谢谢同学们！

## 《做自己》演讲稿 6

一天清早，一个园丁走进花园，竟然发现一大片的花草树木都奄奄一息，了无生气。惊奇之余，他问榕树究竟发生了什么事，榕树说它不想活下去了，因为他无法像松树那样高大宏伟。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，能结出可口的果子。但是一旁的苹果树也在抱怨，说他自己不能像槐树一样，浑身散发着芳香。最后，园丁来到花园的一角，看到一株不起眼的小花，只见它生气盎然，一身绿意。“你为什么在如此消沉的环境中仍能昂首挺立着？”园丁好奇地问。不起眼的小花快乐地回答：“我知道自己不过是株小花，但我决定扮演好自己的角色，做一朵最好的小花，于是，我也就很快乐啊！”

是啊，同学们，要做就做最好的自己，快乐不是别人给予的，而是需要我们自己去创造，其实，只要你专心发现，你也能从自己的生活中发现许多快乐。比如，看一页书，攻克了一道难题，考试取得了理想的成绩，甚至帮爸爸妈妈洗几个碗做一些家务，都能给你带来快乐！就说现在，天气很冷，站着也许会累，可是只要我们想，我们又接受了一次爱国主义教育，或者说，这么冷，我又可以培养自己顽强的意志了，那么，你肯定能从这些你原本认为枯燥的事情中，找到快乐的。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/738123035032007005>