# 最新蜕变的演讲稿(优质8篇)

来源：网络 作者：心上花开 更新时间：2024-07-03

*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。那么演讲稿怎么写才恰当呢？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好...*

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。那么演讲稿怎么写才恰当呢？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**蜕变的演讲稿篇一**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

在参加这次军训之前，我是一个离不开父母的孩子。生活、学习，总需要他们的帮助。而当我站在梦寐以求的学校门口，目送他们的\'背影渐行渐远，才如梦初醒，这次，真的要一个人面对一切了。起初，离开父母带来的是自由和独立的兴奋，无比激动地打点好床铺、整好军装，对着镜子敬了一个礼，而后飘飘然下了楼。那股初来乍到的意气风发，至今记忆犹新。而仅仅过了一个下午，骄阳的炙烤便将那个自信的姑娘打击得筋疲力尽。那时，所有的骄傲、激动都随之烟消云散。夜晚来临，我把自己蒙在被子里，偷偷地抽泣、埋怨。梦中，父母的背影越来越远，越来越模糊，无论多么大声地哭，他们也不回头。

那段时间，电话卡出了问题，无法与家人取得联系，看着同学们跟家人聊天、撒娇，我却整日躲在角落里暗自伤心。似乎有两个小人在我的脑海中激烈地争吵着。其中一个说：“这没什么大不了，不就是苦了点，累了点，这么大了还哭鼻子？”而另一个则说：“之前我没有远离过父母，这一下子身边没了人，有无助的感觉也无可厚非。”

我心中的两种声音争得不可开交，把我折磨得头晕脑涨。直到有一天，我无意中看到寝室的墙壁上，刻着这样的字：20xx年夏，我们寂寞地笑了。再往后，时间改变，从20xx年到20xx年，不同的人，不同的字体，却传达出同一种声音。

一个人，寂寞吗？寂寞。后悔吗？不后悔。

总有人背对繁华，在自己选择的道路上，一步一个脚印踏出属于自己的光明，而军训，便是这第一步。

面对负能量，唯一能做的只有去经历、面对。为它哭，为它笑，为它食欲不振，为它不能入眠。别担心丢脸，也不用伪装坚强，没有人天生勇敢，每个人都曾弱小得不堪一击。但，那终究会成为过去。

终有一天，你我将会把痛苦笑着说出来，而那，便是成长。

我不再彷徨，既来之则安之。

军训教会了我如何成长，告诉我没有人的成长和独立不经过风吹雨打，也没有人的成功来得轻而易举。

军训，教会了我什么是坚强。

**蜕变的演讲稿篇二**

童年已经过去，我们早已长大。我们或许依依不舍。但是，我们进入了人生成长的高潮，我们要珍惜，珍惜成长前的最后一缕阳光，珍惜一切青春年华，因为我们终将化茧成蝶。

茧的存在是为了蜕变成蝶，而蝶的存在则为完成茧的梦想，它是茧的终结者，也是茧的重生，只为飞向那如星空般浩瀚的天空，来一次生命的路程。

岁月在美丽中蜕变；

我们，逆风飞翔又年少轻狂，渴望着奇迹的来临，只能安静的等待，渐渐淡忘童时的梦想，希望的羽翼想要冲破茧得束缚，逃离禁锢的牢房，如绿藤一般爬满那牢房逃离开来。

一阵阵迷茫。该怎样做我自己，化茧成蝶绽放开来？

岁月，在青春中迷失；

我们，在阳光

清风

清风明月何时有？

待到天宫入梦来。

寒窗苦读数十载。

只是为了衣锦归。

何时才能高中举？

夜夜思想不能寐。

岁月，在成长中酝酿；

在茧的保护中度过一生。不，我要化茧成蝶！我要化茧成蝶！我要化茧成蝶！我的心在呐喊！为了那幼稚又童真的承诺！为了憧憬着的天与地！即使，无论化蛾化蝶，我都无怨无悔。寒风凛冽，我也将破茧而出！我仰望自由！我要青春蜕变化茧成蝶！

天津塘沽区新港中学八年七班韩雨琪初二:困困韩雨琪

**蜕变的演讲稿篇三**

亲爱的老师、同学们：

大家好!

日子一天天静静地又不留痕迹地流逝着，总想着从指缝间把时光抓住，却只怪岁月无情。光阴就像一朵洁白的雪莲，以昙花一现的方式缤开在每个人的生命里。匆匆而过，姹紫嫣红。

悄然流逝的岁月，路过了太多的风景，亦错过了许多美好的梦。一首诗，朦胧的离奇，灿烂的耀眼;一缕风，清新得心醉，飘弛得惊人。时光荏苒，眨眼之间，青春却溜远。

脚步走过，天空没留下什么;青春走过，额头留下皱纹。试着用心情熨平无数额头上的皱纹，结果心也印上了岁月的痕迹。心慌意乱之际，驻足等待，青春却早已踏上前进的列车，毫不领情地独自远行。汗，青春的营养物质，青春因含水浸泡而显丰盈饱满;泪，青春的溶剂分解得只剩下那一副刚强不屈的身躯。

面对青春，撒一把汗水，挺起胸膛走带一片朗朗晴空下。我们用最清晰的心过度所有，用最逍遥的姿态迎战青春，用温厚的情怀追溯往昔，只待花开花谢，有是几度春秋。

岁月静好，时光安然，我们总想努力记住每一天青春灿烂的样子，然则时过境迁，时间走得太快，一切来得太突然。泪雨不关风与月，饮尽青春痛与殇。

青春无处可放，何不尽情释放。留下青春，写下年轻。昨日的记忆，承载着青春，见证了素白年华的痕迹。

遇见，忘记，那些被时光冲淡的记忆最终沉淀。

**蜕变的演讲稿篇四**

各位领导、同事们：

大家好！

一个人的素质高低，决定了一个人的成就。一个素质较高、能力较强的人，他的优雅举止、不凡谈吐、渊博学识、恰如其分的表达等等都令人舒心。人们都很乐意与这样的人交往与合作。

对于现代企业来说，现代化的办公设备和科学的管理方法固然重要，但高素质的人才更是企业发展的决定性因素。

员工的素质高低决定着企业的生存和发展，员工的素质代表着企业向客户兑现品牌承诺的能力。企业员工的言谈举止、修养表现直接关系到企业的形象和员工在顾客心中的位置。员工的素质高，那么这个企业发展的速度就快，企业的效益就高，员工的福利待遇就会随之升高，企业的竞争力就越强；反之，就会束缚企业的发展，造成企业不得不停产或转产。

一个人的素质很高，即使暂时在知识和技能方面存在不足，他们也会成为实现目标而主动、有效地去学习和提升自我，从而最终成为企业所需的人才。但如果没有正确的价值观、积极的工作态度以及较好的团队精神、职业道德和较高的追求目标，那么他们给企业带来的很可能就不是财富，而是损失。

我觉得如果要想成为一名高素质的员工应该做到的以下几点：

在生活与工作中，一个人的信用越好，就愈能成功地打开局面，做好工作，你应对的客人愈多，你的事业就做得愈好。所以你必须重视你自己所说的每一句话，生活总是照顾那些讲话算数的人，食言则是最不好的习惯，你必须改正自己的缺点，成功地推销你自己。不管你在什么情况下办什么事情，总是对自己所说的话负责。你用自己的行动说服别人的异议，让他们亲眼看到你所做的都是为了他们的利益。为了遵守诺言，你可以放弃其他，给人一个可信的面孔。一但对他人有承诺就应该千方百计、想尽方法去完成，这样才能取得别人的信任。如果同事之间、邻里之间、买卖双方都讲实话、守信用，那我们一定工作生活得很舒心、很轻松。

工作本来就不存在高低贵贱之分，只是人们人为地加入了个人色彩，用一种主观的态度去看待不同的工作。所有正当合法的工作都是值得我们尊重和珍视的。只要你诚实地劳动和创造，就没有人能够贬低你的价值，这关键在于你自己如何看待自己的工作。那些只知道要求高薪，却不知道承担责任的人，无论对自己，还是对老板，都是毫无价值可言的。

工作本身没有多大差别，但工作的态度却有天壤之别。看一个人是否能做好事情，只要看他对待工作的态度即可。而一个人的工作态度，又与他本人的性情、才能有着密不可分的关系。一个人所做的工作，是他人生态度的表现；一个人一生的职业，就是他志向的表示，是他的理想所在。所以，了解一个人的工作态度，在某种程度上就了解了那个人的人品。如果一个人轻视自己人的工作，那么他绝不可能尊重自己，自然也不会把工作做好。

懒于工作、不认真工作的人只能在他们的余生后悔、哀叹。有些人用自己人的天赋来创造美好的事物，为社会做出了贡献；有些人没有生活目标，缩手缩脚，浪费了天生的资质，到了晚年才长吁短叹。本来可以创造辉煌的人生，结果却与成功失之交臂，不能不说不是人生一个巨大的遗憾。

每一件小事都值得怀着神圣的心情去做。即便是最普通的事，也应该全力以赴、尽职尽责地去完成。小任务顺利完成，有利于你对大任务的成功把握。一步一个脚印地向上攀登，便不会轻易跌落。通过工作获得真正力量的秘诀就蕴藏在其中。

在生活和工作中，我们经常会听到这样或那样的借口。上班迟到了，会有“路上堵车”、“今天家里事太多”等等借口；事情做砸了有借口，任务没完成有借口。只要有心去找，借口无处不在。做不好一件事情，完不成一项任务，有成千上万条借口在那响应你、声援你、支持你，抱怨、推诿、迁怒、愤世嫉俗成了最好的解脱。借口就是一张敷衍别人，原谅自己的“挡箭牌”，就是一副掩饰弱点、推卸责任的“万能器”。有很多人把宝贵的时间和精力放在了如何寻找一个合适的借口上，而忘记了自己的职责和责任。一旦养成找借口的习惯，工作就会拖拖拉拉，没有效率，做起事来往往就不诚实，这样的人不可能是好员工，他们也不可能性有完美的成功人生。优秀的员工从不在工作中寻找任何借口，他们总是把每一项工作尽力做到超出客户的预期效果，最大限度地满足客户提出的要求，而不是寻找各种借口推诿；他们总是出色地完成上级安排的任务，替上级解决问题；他们总是尽心尽力地配合同事的工作，对同事提出的要求也是尽力完成，从不找任何借口推托或延迟。优秀的员工总是想尽办法去完成任务，而不是寻找任何借口。在他们身上，体现出一种服从、诚实的态度，一种负责、敬业的精神，一种完美的执行能力。

很多人总是认为：“我为公司工作，公司发给我薪水，这是天经地义的事情。至于公司如何发展，则与我没有任何关系。哪一天一旦公司走向衰落，我换个公司就可以了。”持这种观念的人实在可悲。他们从来没有认识到公司与自己的命运有着千丝万缕的关系；他们也不知道公司的发展不仅有利于老板，更有利于自己。公司是船，你就是水手，让船乘风破浪、安全前行是你不可推卸的责任。无论遇到风雨、礁石、海浪，你都不能逃避，而应该努力使这艘船安全靠岸。对每个员工来说，与公司同呼吸、共命运是你神圣的职责，因为公司的命运会直接影响你个人的前程。

一个公司就如同一艘驶往成功码头的大型蒸汽船，操作这艘船需要很多的人力和物力，为了保证这艘船能够正常的前进，船长（也就是老板）需要无数的人来充当他的助手（你就是其中一位）。而这些人都有一个共同的任务和目的：“把自己分内的工作做到最好、最正确，并且尽力帮助同伴，共同协助船长，努力将这艘船安全平衡地驶到目的地。”如果你对工作不负责任，这艘船出许就会因为你的失职而沉入大海，所有的人都将因为你而葬身鱼腹。因此，任何时候你都应该和船上的第个人同舟共济，无论遇到什么情况，你都应该负起责任来，与公司共命运，全心全意做好自己的工作。

以上几点只是我这次学习后的一点感悟，我觉得企业发展的根本在于员工素质的提升。在这个以人为本的时代，提升人的素质，就等于提升企业的人力资本，降低企业的人力成本。主动提高自身的综合素质，就是打造个人、企业和社会的美好未来。

几经风雨，历经磨砺，如今的企业不仅积累了雄厚的物质基础，也汲取了丰富的文化精华。正是她的富足和肥沃才提供给我们成长的源泉。今天，我们见证了企业的发展与辉煌；未来，历史将会见证我们，与后来者一起分享收获的馨香！一枝独秀不是春，百花齐放春满园！在集团领导的带领下，我们将继续秉承“勤、正、易、和、恒”的企业精神，干事创业，让更多的人拥有高品质的生活。相信，在铺满鲜花的道路上，我们每个人的.明天都会更加精彩。

**蜕变的演讲稿篇五**

大家好!

在参加这次军训之前，我是一个离不开父母的孩子。生活、学习，总需要他们的帮助。而当我站在梦寐以求的学校门口，目送他们的背影渐行渐远，才如梦初醒，这次，真的要一个人面对一切了。

起初，离开父母带来的是自由和独立的兴奋，无比激动地打点好床铺、整好军装，对着镜子敬了一个礼，而后飘飘然下了楼。那股初来乍到的意气风发，至今记忆犹新。

而仅仅过了一个下午，骄阳的炙烤便将那个自信的姑娘打击得筋疲力尽。那时，所有的骄傲、激动都随之烟消云散。

夜晚来临，我把自己蒙在被子里，偷偷地抽泣、埋怨。梦中，父母的背影越来越远，越来越模糊，无论多么大声地哭，他们也不回头。

那段时间，电话卡出了问题，无法与家人取得联系，看着同学们跟家人聊天、撒娇，我却整日躲在角落里暗自伤心。似乎有两个小人在我的脑海中激烈地争吵着。其中一个说：“这没什么大不了，不就是苦了点，累了点，这么大了还哭鼻子?”而另一个则说：“之前我没有远离过父母，这一下子身边没了人，有无助的感觉也无可厚非。”

我心中的两种声音争得不可开交，把我折磨得头晕脑涨。

直到有一天，我无意中看到寝室的墙壁上，刻着这样的字：20\_\_年夏，我们寂寞地笑了。

再往后，时间改变，从20\_\_年到20\_\_年，不同的人，不同的字体，却传达出同一种声音。

一个人，寂寞吗?寂寞。后悔吗?不后悔。

总有人背对繁华，在自己选择的道路上，一步一个脚印踏出属于自己的光明，而军训，便是这第一步。

面对负能量，唯一能做的只有去经历、面对。为它哭，为它笑，为它食欲不振，为它不能入眠。别担心丢脸，也不用伪装坚强，没有人天生勇敢，每个人都曾弱小得不堪一击。但，那终究会成为过去。

终有一天，你我将会把痛苦笑着说出来，而那，便是成长。

我不再彷徨，既来之则安之。

军训教会了我如何成长，告诉我没有人的成长和独立不经过风吹雨打，也没有人的成功来得轻而易举。

军训，教会了我什么是坚强。

**蜕变的演讲稿篇六**

亲爱的老师、同学们：

大家好!

20xx年后，我送走了一个个从小玩到大的伙伴，开始在茫茫人海中寻找下一步的路以及未来的朋友和希望。

高一的生活就像撒哈拉沙漠生产的面包，挤不出一点新鲜。原本以为初中是一场梦。繁花落尽后回忆都不曾绚烂。“青春是道明媚的忧伤”我在郭敬明的散文里看到了这句话，并且发现哪里映照着我的影子。人生可以哭泣，但决不可以放弃。青春不相信眼泪，眼泪不会成为主宰命运的筹码，也不会成为阻挡狂风的屏障。

写这篇文章前我思绪了很久，仿佛心情如一只没有线束缚的风筝，飞到了不知名的地方。我总是在想到底要用什么。以什么样的方式见证我的成长。我终于可以领会百味杂陈的心情，以至于领略不到家庭的变故，我的生活已经改变了。我原想以轻松愉悦的笔调来写，却不经意间流露出一丝感伤。

当我接到昔日好友的电话，听到在远方那头有个熟悉的声音叫我名字时，我先轻轻快乐着。我知道我从来没有忘却过也从来不曾哀伤过。只是有时候难免会一个人寂寞得想哭。

她很小心地问我，过得还好吗?嗯。我很乖乖地点头，仿佛她能看到似的。只是有点怀念一起毕业的学校，怀念一起唱过的歌儿怀念一起做过的游戏，怀念一起走过的石子路，怀念一起上学的日子。我很惊讶我居然能一口气说出这么多话来。她在那边忽地就沉默了。也许她不知道我已经长大了，已经不再是那个只知道傻笑的小女孩了。

不要想得太多。她说。

知道了。我会的。你也是。

……

放下电话我很快就失落了，因为从前的记忆已经没办法拥有了。但转念一想，我有轻轻地笑了。是谁说过:拥有过就是幸福的。是的，拥有过这么一段开心的日子我就满足了。

那夜我彻底地失眠了。我想我的初中是美好的，因为这么多的幸福和这么多这么多给予我幸福的人。幸福在心头不断地歌唱着爱的痕迹，我的微笑一如最年幼的孩童，单纯没有悲哀，幸福而不张扬。

**蜕变的演讲稿篇七**

生活像是一本五线谱，演奏着不同的人生，而每个人的人生都需要蜕变、磨砺。过程总是痛苦、无助、悲伤的，但结果大多总会是美好的，苦尽甘来的。

不知从何时起，烦恼充斥着周围的空气，沉重的压力压得我喘不过气。湛蓝的天空在我眼中已变得阴冷灰暗，曾种下的小小树苗也不知何时已枝繁叶茂，往日游戏的乐园已变换了主角，天真纯朴的童心也时过境迁。我付诸一笑，是在欢喜我从稚嫩的孩童蜕变成成熟的小大人，还是苦笑我再回不到童年，钟表可以回到起点，但却回不到从前。成长与蜕变总密不可分，成长中我失去心爱的童年蜕变的悲伤也铺天盖地的袭来。

时间总是这么无情，不管你是否准备好了，它都悄然走过，时间换日偷天，成长中的我不知不觉的就发生了变化。那个娇小的身躯、矮小的个头的`我，变成了一位亭亭玉立的大姑娘；那个短发帅气的假小子，如今长发飘飘；那个活泼淘气、毛毛躁躁的小孩，现在已是成知书达理、成熟稳重的小大人；从《十万个为什么》到《一千零一夜》的改变，从田野里的欢声笑语到书桌上沙沙写字声；从咿呀学语变成了学堂里朗朗的读书声，这一切都在诉说我的童话，我的变化。

在成长的变化中、生活的蜕变中，我早已今时不同往日，满载而归、气象一新。我也学会了许多，收获了许多。我学会了做家务，我能把地板的明亮、我能把房间整理的整齐，我学会了炒菜，这些成果让我兴奋不已。

记着，那时我总喜爱待在矗立在门前的桂花树下，闻着迷人的芳香，仰望着对立神秘的山丘上，一个个学有所成的人儿竭力翻越，一览小丘外的神奇世界。我对此充满的好奇，充满的幻想，每每想要一探究竟时，面对着山丘就望而却步。终有一日，我不甘忍耐，尝试着爬上山丘，在一次次爬上、滚落、哭泣、绝望中我拿到了胜利的旗帜。翻越了山丘，俯视万物，美景皆收眼底。鲜嫩的花草，清波荡漾的湖水，连绵不绝的山峰……万紫千红的朵朵芬芳迎风吐艳，锦绣河山，繁花似锦，美不胜收。

越过绵绵的高山，蜕去软弱的外壳，展现不同的风采，期盼面朝大海春暖花开……

蜕变的过程中，支持着我的精神支柱是“情意”。

友情带给我力量，支持我、鼓励我，让我感受生活的美好；亲情带给我温暖，呵护我、菜。不能玩的郁闷心理渐渐好了几些。我拿起勺子，站在椅子上，把头发捞了捞，挖了一大勺鱼放在我的碗里，妈妈见状，走上前来，坐在了我旁边，强忍住怒火，抿了抿嘴，说：“你吃不了这么多，来放回去。”说着便想把鱼放回碗里。我赶紧伸手向前，紧紧地将碗抱在怀里，蹒跚的下了椅子，急忙跑到客厅，回头对妈妈做了个鬼脸：“放心，我吃得完。哈哈哈哈……”然后大口大口的吃着抢来的美味。

放学回到家，放下书包，边开饭了。桌子周围早已坐满了人，等我一坐下，奶奶便说：“人都来了，快点开饭吧！”接着用毛巾擦了擦手，暗暗地笑着。几天没有回家，奶奶特地做了好些个菜，全是我爱吃的。我端起碗，拿起筷子，奶奶便说：“尝尝这个，特地为你煎的呢。”一边说，一边加了一块鱼放在我碗里。吃着鱼，竟吃出了一丝暖意，它深深地沁在我的心田，这里面包含着爱。抬起头，就看见奶奶，悄悄地将鱼碗推到了我的面前，然后自己的筷子，从未伸进过。

奶奶讪讪地笑了，说：“我不爱吃，你快吃啊。”然后眼睛撇了撇其他地方，说：“呵呵，这个白菜挺好吃的，很便宜的。”然后，夹了几片吃进了嘴里。再回味这鱼的味道，里面更有一种包容，她包容我一切一切的任性，所有的过错，给我的只是爱，是无私的爱。

我知道，奶奶很喜欢吃鱼，从小她就说，她最想吃一顿鱼了。现在生活好了，她也老了。我夹了一点鱼，然后悄悄地留了鱼肚在碗里。

我拿着碗，放进了厨房，特地留了许多鱼，然后说：“我吃完了。”静静地坐在沙发上，这才看见奶奶夹着鱼说：“她今天没有吃多少鱼，是不是不爱吃啊，下次换一种口味煎吧。”然后把剩下的鱼吃了。

感谢你的包容，是你见证了我的一次次成长，在我的路上，一路风景，一路有你。

**蜕变的演讲稿篇八**

成长的滋味到底是什么呢？这是一个不的答案。在成长的过程中我体会到了，也品味到了……成长中，我们不断地触碰着新鲜的事。

……渐渐我已长大，幸福快乐更如云集般而来。生日聚会上尽情尽兴地狂舞，田间夏令营的篝火都留下说不完的快乐！

虽然涉世未深，但是我自有我的快乐。走出户外，把摩肩接踵的街市和背后的嘈杂全都抛到九霄云外去了，走出喧嚣，看看书外的景致，春有小雨如甘泉，冬有大雪如鹅毛，还有风中雨中的回忆如贝雕。走出校园，才知道这是我成长中的快乐。

也许有人会问，你的成长就都是快乐吗？有没有烦恼，有没有失败？当然有，不过……

狂风时做卷起的浪，平静时做闪亮的波；绿色时做亮丽的花；金色时做迎风的果，向世人展示：我们成长的幸福、快乐！

成长的脚步，不管遇到什么，拥有什么都不会停步，驻足地欣赏着路边的风景。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn