# 2025年良好心态的演讲稿(精选15篇)

来源：网络 作者：逝水流年 更新时间：2025-04-13

*演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。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。良好心态的演讲稿篇一各位同学：大家早上好！今天，我演讲的题目...*

演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。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。

**良好心态的演讲稿篇一**

各位同学：

大家早上好！今天，我演讲的题目是：我们要怀有一个良好的心态。

在我们的生活中总有一些不如人意的事儿，但是如果我们用不同的心态去看待就会有不一样的结果。

一天，我乘校车回家，来来往往的汽车在宽阔的马路上行驶着，烈日当头，不时有阵阵微风迎面吹来。忽然，我眼前一亮，一位头戴工地帽，一身“小碎布”款式的衣服，满脸笑容的的老人开着摩托车在自由的行驶着。

她开车的速度是那样的快，显然和她的年龄十分的不符。我目不转睛的看着她，这使我想起了我认识的老人们。他们并没有这位老人活得那么充实，而是每天做自己认为能做的事，以此来度过每一天。

相信大家都知道两个职员到非洲卖鞋的故事。他们对待同一件事情有不同的态度，自然在取得的成果上也有很大的不同。

所以说，乐观的看待生活，眼中的世界充满希望，生活中到处是机遇；悲观的看待生活，眼中的世界尽是缺陷和丑恶。让我们怀有一个良好的心态，首先要认识到每个人的心态都是自己选择的，如果你拥有一个良好的心态，那么你遇到的困难都会迎面而解。

谢谢大家，我的演讲到此结束！

**良好心态的演讲稿篇二**

老师们、同学们：

早上好！

现在我们都知道，“每天锻炼一小时，幸福生活一辈子”，实际上，我们除了锻炼好身体，更要注意锻炼好心理，只有身心健康，才会真正拥有幸福的人生。

根据我的调查了解，高中阶段的学生面临最多的是学习的压力，不同层面的学生都会有压力，退步了有压力，进步了也有压力，压力既有来自外部的，也有是内部的。事实上，有心理压力是正常的，也是必然的。有压力说明你有期待，有追求，没有放弃自己。实际上，人的一生都是在与压力共舞，读书时有学习的压力，毕业后有工作的压力，老师有教学的压力，我到这里来讲话，一样有压力。

其实，压力往往也会转化为动力。因为人有很大的潜力，大脑平时由于缺乏刺激，约有80%的脑神经细胞处于休息中，未发挥应有的功能。从体力的潜力看，一个人在紧张兴奋和激动时，能迸发出比平时大3倍以上的力量，如李广把石头当成老虎把箭深深的射了进去。面对压力，我们要学会调节，坦然面对，塑造良好的心态。

塑造良好的心态，要有合理的期待。人因梦想而伟大，我们每个人都有梦想。马云在阿里巴巴上市的那一刻，说过一句话：“梦想还是要有的，万一实现了呢”，雷军40岁时创办小米，是因为他没有忘记18岁的梦想，那就是：怎样塑造与众不同的人生？但不是每一个人都会成为马云，成为雷军，我们需要根据自己的实际情况对自己未来作出期待。就学习目标来说，应在自己原有实力的基础上有一个比较合理的规划，通过自己的努力是可能实现的，而不是盲目的攀比，做最好的自己就行。

塑造良好的心态，需要专注当下。我们要仰望星空，更要脚踏实地。学习需要平时一点一滴的积累，需要你将注意力集中在日常的行动中。在现实生活中，人们做任何事情，总是想得太多，太在乎事情所带来的后果，太在乎别人的闲言碎语、说三道四，太在乎现在和未来的一切，可我们恰恰忽略了事情本身。花努力的开放，没有想蝴蝶会来多少，草努力的生长，没有去担忧明天到底是晴天还是雨天。同学们，你们不要让太多的`思绪干扰你正常的学习，努力做好眼前的事就行。

塑造良好的心态，要学会坚持。在这里我想分享一下我的经历，我的高中学校那时候每年有一两个考上大学就不容易了。绝大部分人都是混日子的，在这样的氛围中，我坚持了三年，没有放弃大学梦，最后成为两个考中的一个。同学们在百年名校，有这么好的学习氛围和极高的升学率，坚持三年，付出总有回报的。

塑造良好的心态，需要享受过程。学习的乐趣。学习应该是快乐的，校园生活应该是充满生机与活力的，我们要学会去享受这个过程，而不应为结果所累。一群孩子玩闹打扰了老人休息，老人通过逐渐减少给他们钱的方法使孩子们不再他家门口玩。对于小孩来说，本来玩的过程是快乐的，他们也在享受这个过程，可当他们为了老人的钱而玩后，他们已经感受不到玩的乐趣了，忽略了玩的本身。同学们，当你们充分感受学习的美妙时，结果往往是水到渠成的。

塑造良好的心态，要学会淡定。人生若只如初见，只是一个美好的许愿。实际上，任何事情都是在不断变化的，面对变化，我们需要适应，需要淡定。比如，高一学生进入一中几个月后，你的感觉也许与初入学校的不一样了，高二分班，你的老师不同了，高三考试，你的分数一次次越过你当初的心理底线时，面对变化的事情，你需要用淡定的心态去看待它，实际上，引起我们情绪变化的，很多时候不是事情本身，而是我们的看法。

塑造良好的心态，要学会作茧自缚。养过蚕的同学都知道，在蚕变成蝴蝶之前，把自己包了起来，排外外界的干扰。作茧自缚，不是生命的沉沦，是为了脱胎换骨，化茧为蝶；作茧自缚，不是消极的避世，是为了能够拥有飞翔的翅膀。我想，这也是宁静致远，静能生慧的缘由吧。红尘滚滚，忙忙碌碌，同学们，我们需要有在高中生活里，放下名利，远离诱惑，排除杂念，潜心修炼。

我的讲话到这结束，谢谢大家。

**良好心态的演讲稿篇三**

班上的学生被分为五类，不 同类的学生都有 不 同的心态，经过六年的“整理”和“归纳”，我对不 同同学的作风深有 感触。

第一类是班上那些“吃皇粮，拿官饷”的干部，他们常对“庶人”“指手画脚”。对于成绩，他们不 太在 意，只要有 官有 禄就行。不 过他们多半不 是“清官”，有 些组长在 接到检查“庶人”背书的任务时常因为朋友 零食等对一些人大放“洪水”，有 时候为了 抄袭作业根本不 检查。

第二类是班上那些小官，他们和“庶人”关系较好，不 过也不 是“清官”，一般情况下作业最先做完的是他们，为的是给人抄袭，给“干部”是“贿赂”，给“庶人”是为了 在 评选时拉票升官。他们一般成绩都比“干部”好，但“干部”不 在 乎。

第三类是班上的“助理”，经常是“干部”和“小官”都找他们帮忙，因为“助理”有 时很受“官员”的赞扬。他们“翻身”的机会很大，有 些“官员”为了 表扬他们在 评选时投他们的票，结果自己成了 “助理”了 而“助理”却成了 “官员”。并且“助理”的小消息最多，常报告“官员”，算是贿赂。

第四类是典型“庶民”。寻常总是爱看热闹，但都以“事不 关己，高高挂起”的心态去面对大型“刑事案件”，虽为了 目击者却不 报告情况。然而到了 检查时，他们又会向“干部”进贡。

第五类是“流窜犯”。班上乃至年级的“刑事案件”多半出自他们之手。他们坐“特坐”，经常违禁，常“加刑”(抄课文或写反思)，上课还吃东西或睡觉，并且还不 做老师布置的作业，老师对他们没信心，居然不 管他们!这是“庶民”最仰慕的，也不 管他们成绩有 多差。有 些“庶民”甚至想像他们一样!

官民也好，高低也罢，走正道才是正理。

**良好心态的演讲稿篇四**

各位同学，大家早上好！今天，我演讲的题目是：我们要怀有一个良好的心态。

在我们的`生活中总有一些不如人意的事儿，但是如果我们用不同的心态去看待就会有不一样的结果。

一天，我乘校车回家，来来往往的汽车在宽阔的马路上行驶着，烈日当头，不时有阵阵微风迎面吹来。忽然，我眼前一亮，一位头戴工地帽，一身“小碎布”款式的衣服，满脸笑容的的老人开着摩托车在自由的行驶着。

她开车的速度是那样的快，显然和她的年龄十分的不符。我目不转睛的看着她，这使我想起了我认识的老人们。他们并没有这位老人活得那么充实，而是每天做自己认为能做的事，以此来度过每一天。

相信大家都知道两个职员到非洲卖鞋的故事。他们对待同一件事情有不同的态度，自然在取得的成果上也有很大的不同。

所以说，乐观的看待生活，眼中的世界充满希望，生活中到处是机遇；悲观的看待生活，眼中的世界尽是缺陷和丑恶。让我们怀有一个良好的心态，首先要认识到每个人的心态都是自己选择的，如果你拥有一个良好的心态，那么你遇到的困难都会迎面而解。

谢谢大家，我的演讲到此结束！

**良好心态的演讲稿篇五**

当你慢慢睁开眼睛环顾四周，你会发现光线正进入你的房间。仔细听看有没有新的声音，可以知道自己的身心感受；看在新鲜空气里能不能感受到。

是的，是的，是的，这是新的一天，这是不同的一天；今天天气很好！最重要的是，它是你新生活的开始，你要去哪里，做新的决定，采取新的行动，交新的朋友，并在你的生活中达到前所未有的水平。脑子里有了小眼睛，就能清楚地看到自己想要拥有什么，打算走的步伐；你渴望发展的关系；你渴望达到（励志）的位置，你能听到你的笑声，开心快乐的一天，当一切发生的时候，你的梦想，你能看到身边人微笑的神奇时刻，你能感觉到你的脸红了，你的心在快速跳动；你的血液被驱过，你的身体；你生活的每一个角落！

你把所有的时间和精力都集中在人生最重要的目标上，你永远不会屈服；艰难的挑战（投降和屈服），你会每天过着绝对激情的生活。你会通过你的言语和行动表现出你的激情。你知道这一切都是现实，只要你有信心，有热情，有决心！你充满激情；你忠实自信！你将不再害怕新的声音，呈现新的面部表情，用身体以新的方式接近新的人；并提出新的问题，追求卓越（摇摆不定），毕竟你永远不会动摇，你是最好的，你值得拥有最好的！

作为你的朋友，我可以向你保证，世界上所有最好的东西都会向你敞开大门，但这扇门的钥匙在你手中。你一定是你的一部分。你必须忠实地遵守你的计划。你打算采取行动。你绝不能放弃。你绝不能害怕。我知道你必须这么做。你可以这样做。你能做到，你就会成功！现在坚定地站起来，握紧拳头，激动起来；跟我喊：

我必须这么做！我能行！我会做的！我会成功的！

我必须这么做！我能行！我会做的！我会成功的！

我必须这么做！我能行！我会做的！我会成功的！

**良好心态的演讲稿篇六**

尊敬的各位领导，亲爱的同事们、大家好！

非常感谢领导及同志们给我这次锻炼自己的机会。我演讲的题目是《心态决定成败，我的阳光心态》。

秀才听后心灰意冷，于是回店里收拾衣服准备回家。店老板看见觉得奇怪，于是便问：你回家难道不准备考试了？秀才便把做的梦和算命先生解梦的经过和店老板如实说了一下。店老板一听乐了，说：我也会解梦。我倒觉得你非留下来参加考试。你想啊，高墙上面种白菜不是指高中吗？下雨天带斗笠又打伞不是说明你准备充分，有备无患吗？秀才一听觉得更有道理，于是便留下来参加了考试，结果高中了。

这个故事启示大家任何事情都有两面性，关键是看当事者以怎样的心态对待它，积极的心态创造人生，消极的心态消耗人生。积极的心态像太阳，照到哪里哪里亮，消极的心像月亮，初一十五不一样，这就是阳光心态！心态决定成败。

当今社会，是个渴望成功的时代，每个人都希望自己能够成为成功者，但并不是每个人都能取得成功，成功者之所以能够成功，不仅因为他们具有超越常人的才华，更重要的是因为他们具备成为成功者的心态。积极的心态有助于人们克服困难，即使遇到挫折与坎坷，依然能保持乐观的情绪，保持必胜的斗志。身处这个多变的时代，我们唯一能控制的就是自己的心态。

股神巴菲特曾经说过这样一句话：任何人都有能力做到我所做的一切，甚至超越我，但实际上有的人能做到，有的人做不到。那些做不到的人并不是世界不允许他们成为巴菲特，而是他们自身的原因，这个原因就是个人心态。人与人之间原本只有很小的差异，但这个很小的差异却造成了巨大的落差。这个很小的差异就是他们具备的心态是积极的还是消极的。巨大的落差就是成功与失败之间的落差。

做为公司的一名员工，我始终把自己的心态放在正确位置，保持阳光心态。选择了这一行就选择了奉献，所以我没有资格谈什麽索取，也没有资格谈什麽条件。工作这麽多年，我从来没有厌倦过。反而一天比一天更爱这个职业。当我穿上那一袭飘然白衣，戴上那一顶别致的燕帽，便忘乎所以，只身投入护理工作中。忙忙碌碌穿梭于每个病房之间，细心的给病人做治疗，耐心的与病人交流沟通。特别是在监护室上班时，我寸步不离的守护在病人床边，精神高度集中的监护著病人的生命体征，并随时做相应的处理。看著病人从昏迷到清醒，然后逐个把身上的管道，液路一一去掉，轻松的走出监护室。我的心情无比激动。因为这就是我在工作中收获的最大成功。

无论是过去、现在、还是将来，我都会始终如一的以积极的心态、阳光的心态对待工作。在合聚集团这个大环境中，在医院这个大熔炉里，要实现自己心中的梦想，只有让青春在奉献中燃烧，才能点燃生命的激情。这不是一句空话，也不是一句套话，而是我掷地有声的承诺，无怨无悔的选择。

**良好心态的演讲稿篇七**

今天很快乐和朋友们作一个交流，我今天上午要讲的专题是：塑造阳光心态。

此刻 大家面临的是一个什么样的环境呢?我们的财富在 增加，但是满足感在 下降;我们拥有 的越来越多，但是快乐越来越少;我们沟通的工具越来越多，但是深入的交流越来越少;我们熟悉的人越来越多，但是真诚的朋友越来越少。此刻 的人是拿起筷子吃肉，放下筷子骂娘。此刻 家里啥都有 ，该响的都响，就是心情不 好。有 一首歌叫[今天是个好日子]，是\_唱的，歌词是这样的：今天是个好日子，赶上盛世咱享太平。这些歌大家都会唱，但是深入思量歌词的人需要有 人提醒才会呈现。我是在 东北农村长大的，我小时经常玩扇吧叽的游戏，地面坑坑洼洼不 平，吧叽一扇下去翘一个角，很简单被别人扇过来。我的一个小学同学跟我说，那时我的心愿是能找到一块水泥地玩扇吧叽，此刻 发明到处都是能玩扇吧叽的地方。他问我，此刻 是不 是到了 太平盛世了 。他的话提醒了 我，我发明此刻 的人真是生在 福 中不 知福。为什么这么说呢?第一，此刻 想吃什么就能吃到什么;第二，此刻 想玩什么就能玩到什么;第三，此刻 想去哪儿就能去哪儿。在 这种情况下，我们假如还不 知道幸福，那真是人生的一大遗憾。大家都看过清明上河图，描绘的是北宋时期汴梁繁荣的景象，此刻 这种情况到处都是。假如那种情况是太平盛世，此刻 更是太平盛世了 。生在 这样一个幸福的环境 中，假如不 知道什么是福，你这一生就白过了 。我们的父辈那时生活艰难，辛勤工作，期望有 今天，到了 今天我们却不 知道什么是福。

那里出了 问题?我思前想后发明是我们的心态出了 问题。我要提醒朋友们，好心情才干欣赏好风光，好花要有 好心赏。我今天上午的讲座，就是要让朋友们建立起积极的价值观，获得健康的人生，释放出强劲的影响力。你内心假如是一团火，才干释放出光和热，你内心假如是一块冰，就是化了 也还是零度。

今天来的朋友们都是些 中层领导，要造福一方，首先要造福自己。你自己内心充满热量，才干释放热量。要想让自己充满热量，你的家庭首先要充满温馨，这样你才干把精力放在 工作上。良好的心态影响个人 家庭 团队 组织，最后影响社会。好的心态让你成功，坏的心态毁灭你自己。

心态具有 多大力量呢?有 一个教授找了 九个人作实验。教授说，你们九个人听我的指挥，走过这个曲曲弯弯的小桥，千万别掉下去，不 过掉下去也没关系，底下就是一点水。九个人听明白了 ，哗啦哗啦都走过去了 。走过去后，教授打开了 一盏黄灯，透过黄灯九个人看到，桥底下不 仅仅是一点水，而且还有 几条在 蠕动的鳄鱼。九个人吓了 一跳，庆幸刚才没掉下去。教授问，此刻 你们谁敢走回来?没人敢走了 。教授说，你们要专心理暗示，想象自己走在 坚固的铁桥上，诱导了 半天，最终有 三个人站起来，愿意尝试一下。第一个人颤颤巍巍，走的时间多花了 一倍;第二个人哆哆嗦嗦，走了 一半再也坚持不 住了 ，吓得趴在 桥上;第三个人才走了 三步就吓爬下了 。教授这时打开了 所有 的灯，大家这才发明，在 桥和鳄鱼之间还有 一层网，网是\_的，刚才在 黄灯下看不 清晰。大家此刻 不 怕了 ，说要知道有 网我们早就过去了 ，几个人哗啦哗啦都走过来了 。惟独 一个人不 敢走，教授问他，你怎么回事?这个人说，我担心网不 结实。这个试验揭示的原理是心态影响能力。又有 一个教授做了 一个更加残忍的试验，他把一个死囚关在 一个屋子里，蒙上死囚的眼睛，对死囚说，我们打算换一种方式让你死，我们将把你的血管割开，让你的血滴尽而死。然后教授打开一个水龙头，让死囚听到滴水声，教授说，这就是你的血在 滴。第二天早上打开房门，大家都知道发生了 什么事情，死囚死了 ，脸色惨白，一副血滴尽的模样，其实他的血一滴也没有 滴出来，他被吓死了 。这个试验揭示的原理是心态影响生理。所以心态好，生理健康，能力增强;心情不 好，生理差，能力差。心态就具有 这么大的力量，从里到外影响你。

一个女士和先生吵架，一吵架就生气，一生气就气十天半个月。先生说求求你了 ，别再生气了 。她说，不 行，我要气死给你看。她就这样经常生气，等到有 一天她发觉肚子痛，到医院一检查，该长癌的地方都是癌。她死了 ，死给谁看啊?没给谁看，只是给对方一个正当的理由，让对方再换一个。很多人就是想不 开，气死自己给谁看啊?所以说好心情给自己看。

**良好心态的演讲稿篇八**

尊敬的各位领导、各位评委、各位同事：

大家好！

今天我演讲的题目是――态度决定一切。

在工作面前，态度决定一切。没有不重要的工作，只有不重视工作的人。不同的态度，成就不同的人生，有什么样的态度就会产生什么样的行为，从而决定不同的结果。

有这样一个小故事：三个工人在砌一堵墙。有人过来问他们：“你们在干什么？”

第一个人抬头苦笑着说：“没看见吗？砌墙！我正在搬运着那些重得要命的石块呢。这可真是累人啊……”

第二个人抬头苦笑着说：“我们在盖一栋高楼。不过这份工作可真是不轻松啊……”

第三个人满面笑容开心地说：“我们正在建设一座新城市。我们现在所盖的这幢大楼未来将成为城市的标致性建筑之一啊！想想能够参与这样一个工程，真是令人兴奋。”

十年后，第一个人依然在砌墙；第二个人坐在办公室里画图纸――他成了工程师；第三个人，是前两个人的老板。

可见，一个人的工作态度折射着人生态度，而人生态度决定一个人一生的成就。

每个人都有不同的`工作轨迹，有的人成为单位的中流砥柱，实现了自己的价值；有的人一直碌碌无为；有的人牢骚满腹，总以为与众不同，而到头来仍一无所获……众所周知，除了少数天才，大多数人的禀赋相差无几。那么，是什么在造就我们，决定我们呢？我想是“态度”！

我们做任何事情，成败的关键不在于客观因素，而在于我们做事的态度。客观困难的确存在，关键在于我们是直面困难、解决困难，还是回避困难、在困难面前放弃，这便是一个态度问题。鲁迅先生说过：“真的猛士，敢于直面惨淡的人生，敢于正视淋漓的鲜血”。只要我们以积极的态度面对困难，不为困难所吓倒，一定就能够战胜困难，成为一名生活和工作中的勇士！

工作和生活需要热情和行动，需要努力，需要一种积极主动、自动自发的精神，这就要求我们以积极的态度对待工作对待他人对待生活。有积极的态度才能够担负起责任，才能够团结，才能够开拓创新，才能够应对各种复杂的问题。

态度决定选择！

态度决定思路！

态度决定命运！

态度决定一切！

让我们从现在开始，以积极的态度来勇于超越自我，不断完善自我，丰富我们的人生吧！

谢谢大家。

**良好心态的演讲稿篇九**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我是来自高二5班的陈xx，今天我国旗下演讲的题目是《以良好的心态备战中考》

在拼搏的学生时代，我们的命运不只谱写在几张试卷上，但这几张试卷却公平的刻满了我们的青春。时光荏苒，高一迎来了升入高中的第一次大考；岁月如梭，我们也从懵懂的高一步入了高二，以学长学姐的姿态迎接中考；白驹过隙，高三做着艺考和高考的最后准备。

相信各位同学都在紧张的准备中。期中考试是检验我们半学期所学知识的一次考试，成绩将直接反应同学们即时学习的水平。成绩考得好差对期中之后的学习计划的制定将会产生直接的影响，对下一阶段学习的信心都会产生干扰。因此，期中考试千万不可大意。特别是基础薄弱、有偏科问题的同学更不可掉以轻心，必须找准问题及时改进，从而获得提高。

大战将至，心态成为我们的导向并支配我们的思维。良好的\'心态在一定程度上影响着我们的考试成绩。考前做好充分的准备，增强自己的信心，打一个有备之战。在这里我给大家几点复习建议：

该背的一定要背，比如说单词、短语固定搭配、语文的文学常识、易错的字词、古文翻译。梳理所学的知识点，结合平时作业，练习册找到自己知识上的不足，看错题（你的错题集，或者是上课时错了，用红笔改过的地方），明确自己的复习计划，切勿好高骛远。

复习阶段，有的同学总是要废寝忘食，加班加点的复习功课，用减少睡眠和减少文体活动的方法来增加学习时间，殊不知，这样持续紧张的生活和学习导致整天疲乏无力，思考问题变得缓慢，记忆力明显下降。所以我们应注意劳逸结合，动静交替，进行适当的课外活动使我们从过度紧张中解脱出来，始终做到心情舒畅，精神愉快。

保持平和心态，克服急躁心态，做到课间不打闹，不做一些危险的游戏，使我们的校园安静下来，为大家创造一个静心复习的良好环境，避免安全事故的发生。

总结起来，在备战考试之前，心态往往是最重要的。宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来只有付出辛勤的汗水才能获得丰富的回报。最后希望同学们以认真的心态应对考试复习，以轻松的心态面对考试过程，以豁达的心态笑对考试成绩。

预祝同学们在期中考试中取得优异的成绩。

**良好心态的演讲稿篇十**

各位领导，各位同：

大家好！

我演讲的题目是“用阳光的心态快乐工作”。

我在公司这接近一年的工作，在西海岸这一年的生活是快乐的。今天我想把我的快乐与大家分享。态度决定一切，我认为快乐源自态度和心态。

我们是用怎样的心态快乐工作的呢？

我总结为以下三点。

2、我们怀着梦想工作。态度决定一切，这句话是在美国畅销书榜呆了十年的一本书的名字。书中一句话让我记忆深刻：真正的快乐和幸福感是在朝着目标努力拼搏时才能体会到的，而不是在达到目标之后。每个人都会有梦想，都有目标。我们也在努力的向着目标拼搏。刚来公司的时候我是刚刚大学毕业，从未接触过社会的我并没有被同事们看不起。

对家有责任感，对生活有梦想，养成良好的习惯。我们用这些对待生活的再简单不过的的心态来对待工作。我们用对待家的责任感来对待工作，我们怀着人生的梦想来工作，我们用良好的习惯工作。所以我们快乐的工作着，并且我们将越来越快乐！

谢谢大家。

**良好心态的演讲稿篇十一**

亲爱的老师们、同学们：

早上好！

我是熊老师，本周我们将迎来期末考试，今天我讲话的题目是《良好心态迎考、最佳状态应考》。

窗外北风呼啸、寒意阵阵，室内热火朝天、书声琅琅。又到期末时，孩子们，验收你们一个学期学习成果的时候到啦！如何才能不辜负自己一学期的努力，用满意的成绩迎接即将到来的新年呢？我想，你们的老师们肯定传授了很多好方法，熊老师今天要送给你们四个“心”，助你们一臂之力。

第一是诚心。孔子说过：“民无信不立”，诚信做人比做学问更重要。考试不但检测你们这学期的知识水平、学习成果，更是检测行为品性。所以在考试时，要尊重监考老师、遵守考场纪律，不交头接耳、左顾右盼，不看别人的试卷，也不把自己的试卷给别人看。以一颗诚心对待考试，诚信作答，因为诚信一百分比卷面一百分更可贵。

第二是信心。“成功永远属于有准备的人”，只要做好了充分的准备，你们就能胸有成竹满怀自信地走进考场。其实只要你在平时做到了老师讲的要点字字必听、不开小差，老师布置的习题道道过关、绝不偷懒，你就要相信自己一定已经将知识牢牢掌握在手中。

同学们，面临期末考试，我们不仅要有诚心和信心，要想完成一张出色的期末考卷，还需要有专心和细心。接下来我要送给你们的第三个“心”是专心。

第三是专心。在考场上，无论是老师念题还是自己做题，你都要集中全部的注意力，可千万不要东张西望、写写画画，一旦你的心被考试以外的事物所扰乱，一定会影响你发挥出最佳的水平。

第四是细心。细心是考试中最为重要的，它可以帮助你跳过陷阱、攻克难关。考试时，既要细心读题，仔细看清题目的要求；又要细心答题，避免在书写时因为漏字、漏标点、抄错数字等导致丢分；还要细心检查，在做完题目之后，一定要利用剩余的每一分钟时间仔仔细细逐题检查，力争做到会做的题目不丢分。

同学们，良好的迎考心态是诚心和信心，最佳的应考状态是专心和细心，带着这四个“心”走进考场吧！熊老师期待你们发挥自己最佳的水平，也祝福你们能在期末考试中完成一份令自己、家长和老师最满意的答卷！

谢谢大家。

**良好心态的演讲稿篇十二**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！今天我演讲的题目是《用阳光心态，让生命绽放》。

“纷纷红紫已成尘，布谷声中夏令新”，初夏的早晨，在这美丽的校园，感觉是多么美好！初夏是丰收的时节，也是实现梦想的时刻。让我们祝福高三的学哥、学姐们20xx高考再创佳绩，梦想成真。同学们，在人生的考场中，有着阳光般心态的人，不彷徨，不退缩，意志坚定，能始终铭记“盛夏不重来，一日难再晨，及时当勉励，岁月不待人”，才能抵达成功的彼岸。

“轮椅上的总裁”——李创利，是一位先天性脆骨症患者，身体骨折30多处，成天靠轮椅生活。在深圳通过艰苦创业，获得事业上的成功，他的目标是建100所希望小学，成为一名优秀的演讲家。唐琳，性格开朗、活泼，20xx年被评为“全国最美中学生”，尽管此生只能在轮椅上度过，但凭着超人的毅力，考入了理想的大学，还创造了许许多多人生奇迹。例子举不胜举，他们虽身残，却志坚，之所以能冲破人生的黑暗与阴霾，让自己的生命无比地绽放活在阳光下，就是因为他们都有着阳光般灿烂的心态。

作为肢体健全的我们，如何拥有阳光般的心态呢？让我们从以下几个方面去努力：

1、善待身边的每个人。我们相聚校园，本身就是一种缘分。要好好珍惜，学会感恩、欣赏、给予。为了一点小事，出口伤人，甚至大闹一场，既伤害他人，又损坏自身形象，冷静想想，根本不值。

2、学会改变自己。我们或许改变不了环境，但可以改变自己；改变不了事实，但可以改变态度；改变不了过去，但可以改变现在；不能控制他人，但可以掌握自己。心情不好时，可在余晖中去操场跑跑步，也可以找个好朋友说说话，也可以让老师帮助谈谈心。请记住：这个世界上总有人在等着你，想要帮助你，你值得努力，作更好的自己。

3、善于发现生活中的美。在阳光明媚的日子里去亲吻阳光，轻嗅花蕊，放目远眺则心旷神怡；善于发现别人的长处，感恩别人的帮助，汲取正面能量，则坦荡豁达。人生真正的美好不是因为它已经美好，而是因为它内心一直保存着一个美好，并且坚信和向往。

4、树立伟大、美好、无私的梦想。我们身体可能会残疾，家庭可能会贫穷，但是却会因梦想而飞翔、因梦想而伟大。宝中学子，当心怀报国志，学会感恩，追求卓越。

诗人汪国真曾说：“心晴时雨也是晴，心雨时晴也是雨”。同学们，让我们敞开心扉，吸纳阳光，做一个健康向上的人！让宝中因为你、我、他而变得更加美丽！

**良好心态的演讲稿篇十三**

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家早上好！我是来自高三七班的齐琪，这次我讲话的主题是：用顽强的意志，良好的心态去拼搏！

爱默生说：上苍赐给我们的时间是有限的，那是怎样赐给我们的？是一下子就给我们一百年吗？不，不是！是把时间均匀的分成一个个清新的早晨。每一天，我们都面临着两个选择，是缩在被窝里面懦弱还是起来追逐梦想，我们需要顽强的意志。

电影风雨哈佛路中那女孩的原型人物莉丝默里，感动全美的奇迹女孩。童年大都在挨饿，饿到极点，她与姐姐分食过牙膏，那滑过食道的冰凉刺痛感，她说她一生都不会忘记。十五岁，她开始想要改变人生，开始了挽救人生的行动。最后，没到过地狱可能会错过天堂的这个女孩穿越人生的风暴，在骄阳下浴火重生！我们呢？拥有充实童年，幸福家庭，安逸生活的我们呢？在学习生活中，往往不是因为困难重重，我们才心生畏惧，而是我们心生畏惧，才有了困难重重！

当你羡慕别人可以轻松应考，自己却要死磕到深夜，你可以告诉自己：人专注于一个方向，终究要比被人走得远些；当你这次考试成功，名列前茅的时候，你可告诉自己：所谓赢，便是亡字当头，危机意识要时刻敲起警钟，成功只不过是差一点点的失败；当你为考试失利垂头丧气的时候，你可以告诉自己：只不过是重头再来，成功就是走过所有失败的路而剩下的那条。当你懒得不想动笔的时候，你可以告诉自己：人总是要做一些最不想做的事才可以得到自己最想要的东西。给自己良好的心态，良好的心态帮你走出一个个困境。面对学习生活中的压力，挫折，贬低，失意，我们应该做一颗坚强意志的弹簧，敢于付出，敢于尝试，敢于坚持，我们的一切取决于我们自己。

要知道走过生命的哪个阶段，就该喜爱那一段时光，完成那一阶段的职责。顺生而行，不沉迷过去，不狂热的幻想未来，理性的生活在当下。高一的同学应脱去初中的稚气，高二的同学也该为高三打好基础，高三的我们是全力以赴去冲刺的时候了！所以，珍惜此刻，享受此刻。去认认真真的听好每一堂课，去踏踏实实的做好每一道题。告诉自己：我能！我行！我能行！让未来的你会望今日，满是收获，了无遗憾！

**良好心态的演讲稿篇十四**

同学们：

大家好！

大家都知道美丽的珍珠是怎么形成的吗？珍珠是蚌用体内的营养把沙粒包围起来形成的蚌是多么勇敢啊！

然而我却只会怨天尤人，“数学怎么那么难，为什么那谁谁谁脑子这么好使。”“这题这么难，不写了！都是我这么笨才不会。”在学习方面，面对难题我只会逃避，怨天尤人，抱怨自己为什么“生来”就这么笨。我想，我应该学习蛙！保持良好心态，不怨天尤人！

霍金面对困难，他没有怨天尤人，探索宇宙奥秘写下了《时间简史》；海伦·凯勒面对困难，她没有怨天尤人，开启了文学创作之旅写下了《假如给我三天光明》；贝多芬面对困难，他没有怨天尤人，遨游在音乐的海洋写下了诸多世界名曲。

是什么让他们创造了一个又一个生命的奇迹？我想——是良好的心态！面对病魔，他们没有放弃生的希望，没有怨天尤人！许多抗癌成功的人也是如此！

我曾看过一则新闻，一个女孩儿她得了癌症，但她战胜了病魔。她是一名高中生，她有很想去的\'城市，有很想考的大学，有很爱她的父母。她不想死！面对病魔，她很乐观，很坚强！她有坚定的信念！有理想，最重要的是她有良好的心态，她相信奇迹，她相信自己！

现在处于奋斗时期的我们，面对困难总是怨天尤人。抱怨为什么学习这么痛苦，数学怎么这么难，抱怨自己不行。那我们为什么会这样呢？因为我们没有保持良好的心态只会怨天尤人。那我们总不能一直怨天尤人，一直这样抱怨下去吧！我们首先想保持良好的心态，告诉自己：“我能行！”“我可以的！”面对困难时，不要害怕，克服心理恐惧就已经迈出了一大步！但我们也不能面对困难一直和他对着干到底，有些事情，向他人寻求帮助是不是更容易解决了！

不怨天尤人最好的办法就是提高自己的能力了！努力学习！不断突破自己！一步一步一步一个脚印儿的进步。

不经历风雨怎能见彩虹！阳光总在风雨后。面对困难，不怨天尤人，保持良好的心态！

**良好心态的演讲稿篇十五**

一亮，一位头戴工地帽，一身“小碎布”款式的衣服，满脸笑容的的老人开着摩托车在自由的行驶着。

她开车的速度是那样的快，显然和她的年龄十分的不符。我目不转睛的看着她，这使我想起了我认识的老人们。他们并没有这位老人活得那么充实，而是每天做自己认为能做的事，以此来度过每一天。

相信大家都知道两个职员到非洲卖鞋的故事。他们对待同一件事情有不同的态度，自然在取得的.成果上也有很大的不同。

所以说，乐观的看待生活，眼中的世界充满希望，生活中到处是机遇；悲观的看待生活，眼中的世界尽是缺陷和丑恶。让我们怀有一个良好的心态，首先要认识到每个人的心态都是自己选择的，如果你拥有一个良好的心态，那么你遇到的困难都会迎面而解。

谢谢大家，我的演讲到此结束！

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