# 最新口才训练演讲稿题目(精选13篇)

来源：网络 作者：心如止水 更新时间：2024-07-20

*演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起...*

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看一看吧。

**口才训练演讲稿题目篇一**

大家早上好！

珍惜生命中的每一天

同学们，你们看，碧绿的大海里，鱼儿在自由自在地遨游；你们听，蔚蓝的天空下，鸟儿在欢快地鸣唱。哦！这个世界最生机盎然的就是生命！正是这一条条鲜活的生命啊，让我们的整个地球也鲜活起来。我一直喜欢那一首歌：《在我生命中的每一天》，歌中唱道：“看时光飞逝/我祈祷明天/ 。每当那熟悉的旋律响起，我就感到生命的可贵。

每天清晨，当朝霞映红了我的双颊，当树上的小鸟叫醒了我的梦想，我知道新的一天又开始了。我感谢我的爸爸、妈妈，是他们给予了我宝贵的生命，是他们让我感受这美丽的地球。我还要感谢我的爷爷、奶奶，他们的慈爱像阳光一样照亮了我心灵的每一个角落！

是啊，生命就像一朵花，生命之花是绚烂的，也是脆弱的，稍不珍惜就会枯萎，凋零。

同学们，让我们吸取生活中教训，珍爱生命中的每一天。看时光飞逝，我祈祷明天，愿我们每个小小的梦想，都能够慢慢地实现！从现在开始，从我们做起：不要因贪玩，而是去了宝贵的生命，健康成长，让生命之花永远绽放！

**口才训练演讲稿题目篇二**

尊敬的各位评委，各位来宾朋友：

大家下午好!我演讲的题目是：《中国爱》!

俗话说：年年岁岁花相似，岁岁年年人不同。人生就是告别昨天，走向明天，人生就是辞旧迎新。人类的历史就是一部辞旧迎新史。告别昨天，一切己写进历史;展望明天，期待在向我们走来。

而今迈步从头越，新的一年要有新的业绩、新的成就，关键是要有新观念。新观念就在于告别消极，迎来积极;告别烦恼，迎来快乐;告别遗憾，迎来希望。新观念就要有新的设计、新的企盼，锁定新的目标;有新的追求，孕育新的情结，踏上新的征程，总不能穿“新鞋”走“老路”，用“旧船票”登“新客船”，翻“老皇历”过“新日子”。

我们在这片土地上出生，每天在这片土地上生活，以至于我们体会不到那份真实而深厚的幸福。只有当我们久居异国他乡后双脚踏上片土地时，我们才会体会到那种无比的激动，那种落叶归根的情思。是的，我们的根在中国，我们血管里有着黄河，长江的脉动，我们的骨子里有着悠悠华夏五千年历史。

我明白了，为什么我的同学出国留学时，他家里会让他带上一小瓶这黄土。因为这黄土就是我们的根，这黄土里蕴藏着我们的魂。

我深深地爱着我的祖国。我爱这片土地上的蓝天碧水，我爱着土地上的一草一木，我爱着这片土地上每一位勤劳，勇敢，善良，朴实，真诚的人们。正如诗人艾青的一句诗：为什么我的眼里常含泪水?因为我对这土地爱的深沉。

改革未有穷期，我们还在路上。在前进的路上还会有风险，还会有困难。“事不避难，知难不难”。最重要的是要在困难和风险中准确判断形势，在挑战和考验中清醒把握方向，增强忧患意识，充分认识国际经济环境的严峻性和复杂性;增强机遇意识，善于从变化中捕捉发展机遇，在逆境里培育有利因素。这一切，年前召开的中央经济工会议己经有了明确的答案和部署。

新的一年，是困难也是希望，是挑战也是机遇，是期待也是付出，是收获也是给予，把热血奉献社会，把汗水洒满大地，把温情带给人间。让我们在党的十八大精神的指引下，认真贯彻中央经济工作会议的精神，在建设有中国特色社会主义的康庄大道上，沿着昨天的足迹，走出新的天地，让2024年的中国以多姿多彩和灿烂辉煌永载世界史册，以更加辉煌的成就迎接和庆祝人民共和国64周年华诞!

谢谢大家!

**口才训练演讲稿题目篇三**

口才的重要性逐渐被更多的人认可，但去寻求提升口才的方法时，大多较为理论化，操作性不强，但口才又是一个实践性非常强的一项技能，接下来小编为大家介绍口才训练优秀演讲稿，一起来看看吧!

在选修公选课时，看到演讲与口才这题目时，心中就有一丝想选的的冲动，因为自己的口才一直都不好，也从没做过所谓的公众演讲，在这方面吃过很多苦头，也因此失去很多机会，一直想好好练习，但又不知从何做起，但是由于多种原因，还是没有选这门课。

今年的选修课，室友选了这门课，我便问他，这课肯定要上台演讲，你不怕演讲吗?其实这也正是我所顾虑的，室友的话让我很振奋，“正是由于怕才去选它，如果一点挑战性都没，每次就去听了讲然后考试那样的课有什么意思呢。”我觉得很有理再想想自己，于是我选了这课，并打算在这课上好好练练自己，口才倒不重要，要想练好口才决非一日之功，贵在坚持，所以我初步目标是能锻炼在大家面前讲的勇气，确实如何迈出这第一步是很难的。

上了这课才发现其实自己先前的顾虑还是多余的，不过第一次上台做自我介绍确实鼓足了好大勇气，一直拖到最后才上台，上台后心情又是久久不能平静，还是没做好介绍，毕竟以前都未有类似经历，所以十分紧张。

万事开头难，第一次有了勇气迈上讲台，后面的上台次数虽然不多，但是相对来说也没有第一次那么紧张了，但是或许是由于没有准备充分的缘故，上去演讲差不多成了读演讲稿了，现在想来，很是惭愧啊，就算不是自己写的稿子，我还是应该在课余时间好好读熟，这样讲的时候才能脱口而出，但每次都一忙的借口没去实现了。

我们的世界里，最常见、普通的也不过于讲吧。没有任何一个正常人不需要讲话、不需要交流，也没有任何一种工作不需要和别人打交道。而人与人之间交流思想、沟通感想，最直接、最方便的途径就是语言。

我们要私底下可以口若悬河，但我们一但在讲台上、在公共场所上讲话时，有的人就不敢说话、不会说话。脸红耳赤，说话断断续续、结巴、语无轮次。这次的大学生演讲与口才课在胡引生老师的传授下，我对于演讲与口才有了一个新且较全面的认知。演讲、演讲，并不只单单是讲，同时也要会演。

在我们周围的很大一部分人，不会说话、不敢说话，主要是羞怯，怕人笑。

我们身边的部分人，没开口便怕人笑，若与陌生人在一起更是闭口无言，造成这种不敢说话的原因，不仅仅是因为怕人讥笑，也有可能是因其他许多原因：一、可能是因为从小缺乏集体生活，孤独惯了，对人不太了解，也不作努力去了解;二、可能是因炒在某个场合说话产生了不好的效果，便吸取“经验教训”、因噎废食，酷仅“一朝被蛇咬，十年怕井绳”;三、可能是自己觉得口才较笨，各自往往词不达意、言不中的，因而产生了少说为佳或者干脆不开口的想法。

平常不要拘泥，要多多参与，多参加活动，多与人接触，做好一件事情，不忘自己庆祝一番。确信自己一定会成功，摒弃一切不利的想法。调整心理、呼吸、自我鼓励。

演讲、演讲，顾名思义是演+讲。演讲=演+讲，从这就足以呈现出演讲的技巧了。在演讲时人的态势语在演讲中起着无可厚非的作用。态势语是我们向观众表达情感，传递信息的一个重要途径。态势语言包含：1、站姿;2、面部表情;3、眼神;4、手势;5、身体移动范围;6、声音。演讲时，要面对在场的观众，与观众有目光的交流，演讲时要加上态势语言，张扬气势，要充满激情与活力，以情动人。演讲时目光做到“近到点，远到片”。演讲中多练是一个相当重要的环节，人的发音部位很多，也可通过耳、腹发音。在这个学期的学习中，我学到了很多知识，虽然时间仓促，在谭老师的授课下让我受益匪浅。使我对演讲口才又有了一个新的定格，认知了不敢上台讲话，是出在哪个方面，如何采用有效的途径进行对症下药。同时也领悟到要提高自己的演讲水平和口语表达能力?就必须要做到多看、多听、多记、多想、多学、多练。美好的总是短暂的，转眼间谭老师的课就结束了，有时也会感叹，为什么课时这么的少。在这次“大学生演讲与口才”课中，学到了很多，虽然课时结束了，但我还是会遵循谭老师叫我们多练发音。在以后的时光中，我也会更加努力、自觉的练好我薄弱的发音。

尊敬的老师，亲爱的同学们，大家好!

我是xxx。

新疆自古以来就是祖国不可分割的一部分，从张骞出使西域到西域都护府的设立再到现在的美丽新疆，新疆从未离开过祖国的怀抱，身为新疆这片热土上的一分子，我感到无比的自豪。 新疆是一个由多民族组成的地域，身为一名中学生，在我的学校也有许多不同民族的同学，我们生活在同一个大家庭——中国!我们团结友爱，共助和谐，日积月累我们拥有了浓厚的民族情感，这种情感不局限于一个民族，而是弥漫在新疆各族人民乃至全中国人民之间。

面对这种情感，我们应该如何处理，如何面对，如何释放呢?地委书记闫伯伯也为大家详细的宣讲过了，他从五个方面讲了：什么是民族情感，民族情感不能没有也不能失控，民族情感释放不当的具体表现，民族情感释放不当带来的后果，以及如何正确释放民族情感。

当然，民族情感是离不开民族团结的，从小，我就为我能生活在新疆而感到自豪，因为我知道，这片土地，有56份热情!因为我知道，这片土地，有56颗爱国心!中国是一个多民族组成的国家，所以，我站在这片土地，从不担心被遗弃，被伤害，因为我知道，中国很强大!各民族之间的团结和情感是不会被任何困难所打倒!

让我们56个民族手拉手，心连心，共同努力，建设美好家园!让我们从这一秒起!团结互助，伴着浓厚的民族情感!一起进步!

谢谢大家，我的演讲到此结束!

同学们：

的数学家华罗庚爷爷曾经说过一句很富有哲理的话：勤能补拙是良训，一分辛劳一分才。这句话给我们以很好的启示：聪明的人不一定都成才，笨的人不一定不能成才，成才的关键是勤奋。当然，人与人之间，智力是有差别的，有的人敏锐，有的人迟钝。敏锐的人，如果不学习，也会变得迟钝的。迟钝的人，如果勤学苦思，也会变得敏锐起来。试看古今中外成名成家的人，哪一位不是勤学苦练才有成就的呢?在他们走过的道路上闪烁着勤奋的光芒。伟大的发明家爱迪生，上小学时，老师说他脑子笨，难有成就。可是爱迪生毫不气馁，刻苦钻研，勤奋求学，经过不懈的努力，终于成1为一个伟大的发明家。成名以后，有人认为他是一个天才，可是他却笑着说：天才等于九十九分血汗加一分灵感。从这句话里我们看出：勤奋，刻苦才是成功的要素。

天才在于勤奋，知识在于积累，天性固然重要，但后天的努力才是zui关键的。笨鸟先飞的故事就说明，通过勤奋可以弥补天资的不足，懒惰，荒废，即使是天才也会自我扼杀。

相反的，有些天资较好的人不努力勤奋学习，反而一事无成。宋人王安石的文章《伤仲永》里讲了一个叫方仲永的小孩。他天资很好，五岁便能作出很好的诗来。其父为了赚钱，便带他挨家挨户去作诗，却荒废了他的学业，结果到了十二岁时，已经什么也写不出来了。诸如此类的例子还有很多。一块玉石经过磨练才能发光。如果有的少年朋友自以为自己聪明而不认真学习，免不了有江郎才尽的一天。

学海无涯苦作舟，只有不间断地耕耘才会有收获，想一口吃个大胖子是不可能的。《荀子劝学篇》云：积土成山，风雨兴焉;积水成渊，蛟龙生焉;积善成德，而神明自得，圣心备焉。故不积跬步，无以至千里;不积小流，无以成江河。骐骥一跃，不能十步;驽马十驾，则亦及之，功在不舍。锲而不舍，朽木不折;锲而舍之，金石可镂。

天资差的人，不必自暴自弃，记住：书山有路勤为径，学海无涯苦作舟。

**口才训练演讲稿题目篇四**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家下午好！

我们当然不愿见到自己如此窝囊，但惟恐现实就是这样。然而，我们仍可寻回自己所期冀的目标，那些怀着信心去追求卓越的人，灵性将会在奋进坚持中获得洗涤，那些敢于在逆境中求生的人，顾盼于镜子的影象时，定能见到自己的真貌。

我想每个人心中多都有一个理想中的自己，当你怀着青春的梦想，不断努力，经受挫折而不放弃，终有一天你会守得云开见明月，成为理想中的自己，那时，你就见到了自己的真貌！毫无疑问，每个人都渴望成功，但问题在于，并不是每个人都能成功。成功需要我们怀有梦想：没有了理想，连流浪都找不到方向！没有远大的目标，一生都是别人的陪衬和附庸，没有成大事的雄心，就没有动力，就会茫无目标的飘荡，终归迷失航向而永远达不到成功的彼岸。

成功需要我们不断努力：努力并不是一件容易的事，但是有一个方法可以让它容易起来，那就是养成努力的习惯。对于一个人来说，艰难困苦并不危险，懒惰散漫才是最危险的敌人，因为懒惰，人在自己毁灭自己。我们要不断超越自我，超越自我就是每天超越别人一点点，没有什么惊天动地的，生活需要一点激情，要做一个演员，去演绎一个理想中的自己，而非看客！

成功需要我们耐得住寂寞：每一个伟大而不甘于孤独寂寞的人，必然会在孤独寂寞剖析自己的灵魂。用孤独的机会来审视自己的人生，用孤独的方式来检讨自己的行为，用孤独的力量来畅想自己的未来。不论是承受怎样的煎熬，他总是甘于那样的孤独与寂寞。

为了理想我们抱有终身的热情，一次坚持可能换回一种习惯，一种习惯可能换回一种品格，一种品格可能换回一种追求，一种追求可能铸就一种人生。

自信就是“我能比别人做得更好”也是迄今为止能找到的的潜能放大镜。成功的人因为体验到成功的快乐而更加自信，失败者反之更痛苦而自卑。

**口才训练演讲稿题目篇五**

一个人敢说话、会说话，还不等于有口才，正如一个人会骑自行车还不是艺术一样，只有杂技演员娴熟的骑车表演才称得上艺术。演讲上是一种综合艺术，要真正掌握这种艺术，并非易事，它包括很多方面的技巧，诸如声音的字正腔圆、吐字归音，形体的动作、面部表情和仪表礼节，控尝应变的方法，即兴说话的诀窍，论辩的艺术，对话的妙法等等。这些都需要我们从理论到实践，对演讲的技巧进行系统的学习和运用。

没上这个课之前我根本就不在乎这方面的锻炼，虽然明白口才很重要，却不明白那里面包含的深层含义。演讲是一种思想性、政治性较强的现实活动;演讲是真理的呐喊，演讲是心灵的共鸣，演讲是人格的展现。因此，演讲者务必具有较高的政治素质，良好的道德品质，高尚的思想情操和无穷的人格魅力。只有这样演讲者才能说服人、感染人、打动人、鼓舞人，从而促使人们去行动。

演讲与口才

演讲绝不是像有的人所想象的那样高不可攀，可望而不可及。我们不难发现，那些闻名于世的杰出演讲高手都不是生就的天才，而是经过长期不懈的艰苦锻炼成功的。。”世界上没有什么天生的演讲家，如果有的话，那就是奋斗不息的你。那么，怎样才能提高自己的演讲水平和口语表达潜力呢一个人要想提高自己的演讲水平和口才，就务必要做到：多看、多听、多问、多写、多记、多想、多学、多练。

一、多看一些演讲与口才方面的书籍和文章。演讲具有很强的科学性和艺术性。

二、学会“听”话的艺术。要学会说话，首先就就应学会“听”话。“听君一席话胜读十年书。”会“听”话的人既能很好地领会，理解别人说话的意思，又能仔细地欣赏、揣摸别人说话的技巧，更能从别人的言谈中听出言下之意和弦外之音，同时，还要做到察颜观色。“言之于口，不若行之于身。

三、柏拉图说过：“不明白自己的无知，乃是双倍的无知”。英国诗人雪莱说过：“我们学得越多，就越发现自己无知”。我国古代教育家孔子也说过：“知之为知之，不知为不知，是知也。”一个人要想提高自己的演讲水平和口才，就务必放下架子，丢掉面子，向有经验的演讲者和对口才有研究的专家虚心求教，不懂就问，不耻下问，这样就能使自己的演讲与口才潜力发生质的\'变化，收到事半功倍的效果。

四、多写一些学习演讲与口才的心得体会，把自己对演讲口才的认识、感受用文字写下来，并上升到理论的高度。同时，把自己工作中，生活中所见，所闻，所思的闪光语言，写在本子上，记录下来，以便日后查阅使用，这就是我们常说的：好记忆不如烂笔头。

五、要经常冷静思考，反复分析，为什么有的人讲话十分受欢迎，有哲理，有深度，有广度，使人感动万分，受益匪浅;为什么有的人说话枯燥无味、漫无边际、毫无新意，甚至令人反感。多思者，就能从中悟出道理，获得经验和教训。

六、“积之愈厚，发之愈佳”。一名优秀的演讲者，一个口才出色的人，务必要有广博的知识，丰富的联想，演讲起来，才能上下几千年，纵横数万里，山南海北，古今中外，旁征博引，融会贯通、谈吐自如。一个机智风趣的演讲家还务必具有随机应变，对答如流的潜力，演讲起来才能谈笑风生，妙语联珠，巧问妙答，左右逢源。而要做到这一点，没有渊博的知识积累是无法实现的。

七、“言之于口，不若行之于身。”语言是灵魂的镜子，是行动的影子。一个人的行动和为人是的语言。我们每个人都明白，把语言化为行动，比把行为化为语言困难多。所以，一个人要想成为合格的演讲家，成为受人欢迎的演讲家，就务必多学做人，树立起良好的形象，展现出人格的魅力。

“即使一个口才笨拙，不敢应对群众讲话的人，只要肯努力实践，刻苦学习，并且把演讲与事业连在一齐，是完全能够成为很好的演讲者的。

**口才训练演讲稿题目篇六**

亲爱的朋友们：

大家好!

巴金在自己的随想录中说过：“人不是点缀太平的，而是工作的，正因为有了荆棘，才需要我们在荆棘中开辟道路。”一个人来到世界上，平平坦坦过完一生是毫无意义的。要建立自己的天地，让成为主宰自己的主人。这一切都不可以空想，要靠实际行动、勇气、智慧、毅力才能实现。可是这条路不好走。放眼望去它若隐若现，只有一条荆棘丛生、弯弯曲曲、坑坑洼洼的小路。为了自己的目标，为了磨练自己的意志，我们必须果断的选择这条路。从我们降生到世上那一刻起，注定要经历一翻彻骨寒。

有人要逃避磨难，导致被小小的寒气所封杀。我走在这条路上，永不后悔。我赤着双脚，用双手扒着荆棘，荆棘的锋芒和我的肌肤一次次零距离接触，伤痛让我一次次动摇决心，但我固守阵地，决不动摇!强忍伤痛依然义无反顾的朝目的地前进。虽说伤痛时常让我疼痛难忍。我却从中总结了不少经验，伤痕弥合留下了不少疤痕，每一个伤疤都是一次挫折，都是一次经验的积累，都是一次成长的标志，所以我不悲伤，坚定的走下去。只有在这样的道路上我才能充分挖掘自己的潜能。荆棘并不可怕，可怕的是没有信心、没有勇气走下去，半途而废。

没有荆棘的道路，没有挑战性;没有挑战的人生，没有意义;没有意义的人生，生不如死!荆棘的道路上成就有勇气、有自信、有智慧、有梦想的人!荆棘的道路上锤炼了人的意志，荆棘的道路上打磨了人的梦想。走在荆棘的道路上，用古人仁的经验告诫世人，成功的人必须有成功的路，成功路上必定坎坎坷坷、荆棘丛生，荆棘丛生必定能苦其心志。只要我们有坚定的信心和勇气，荆棘便不会阻碍我们通向成功。相反，荆棘是我们成功的垫脚石，磨难使我们越挫越勇。在荆棘丛中开辟道路!我要在荆棘中开辟道路!

这就是我的人生，像滔滔江河一泻千里，奔腾向前，不论山高路远，将咆哮着、冲刷着、呼啸着、激越着，卷起千层波浪，无所畏惧不怕征途艰险冲向波澜壮阔的蔚蓝色大海。

精彩的人生就是这样，闪烁最耀眼的光芒，绽放最美丽的花朵，播撒爱的阳光雨露，彰显人性最完美的瑰丽风采，披荆斩棘、跨越高山、渡涉大河、迎着狂风暴雨去实现最辉煌壮丽的理想。有路，沿着路走，无路，也要开辟出一条光明的通道来，哪怕汗水浸透大地，哪怕血染江河湖海，哪怕道路曲折艰辛，哪怕前程有狼虫虎豹妖魔鬼怪，呼吸不止，奋进不息。

谢谢大家!

**口才训练演讲稿题目篇七**

一个人敢说话、会说话，还不等于有口才，正如一个人会骑自行车还不是艺术一样，只有杂技演员娴熟的骑车表演才称得上艺术。演讲上是一种综合艺术，要真正掌握这种艺术，并非易事，它包括很多方面的技巧，诸如声音的字正腔圆、吐字归音，形体的动作、面部表情和仪表礼节，控尝应变的方法，即兴说话的诀窍，论辩的艺术，对话的妙法等等。这些都需要我们从理论到实践，对演讲的技巧进行系统的学习和运用。

没上这个课之前我根本就不在乎这方面的锻炼，虽然明白口才很重要，却不明白那里面包含的深层含义。演讲是一种思想性、政治性较强的现实活动;演讲是真理的呐喊，演讲是心灵的共鸣，演讲是人格的展现。因此，演讲者务必具有较高的政治素质，良好的道德品质，高尚的思想情操和无穷的人格魅力。只有这样演讲者才能说服人、感染人、打动人、鼓舞人，从而促使人们去行动。

演讲与口才

演讲绝不是像有的人所想象的那样高不可攀，可望而不可及。我们不难发现，那些闻名于世的杰出演讲高手都不是生就的天才，而是经过长期不懈的艰苦锻炼成功的。世界上没有什么天生的演讲家，如果有的话，那就是奋斗不息的你。那么，怎样才能提高自己的演讲水平和口语表达潜力呢一个人要想提高自己的演讲水平和口才，就务必要做到：多看、多听、多问、多写、多记、多想、多学、多练。

一、多看一些演讲与口才方面的书籍和文章。演讲具有很强的科学性和艺术性。

二、学会“听”话的艺术。要学会说话，首先就就应学会“听”话。“听君一席话胜读十年书。”会“听”话的人既能很好地领会，理解别人说话的`意思，又能仔细地欣赏、揣摸别人说话的技巧，更能从别人的言谈中听出言下之意和弦外之音，同时，还要做到察颜观色。“言之于口，不若行之于身。

三、柏拉图说过：“不明白自己的无知，乃是双倍的无知”。英国诗人雪莱说过：“我们学得越多，就越发现自己无知”。我国古代教育家孔子也说过：“知之为知之，不知为不知，是知也。”一个人要想提高自己的演讲水平和口才，就务必放下架子，丢掉面子，向有经验的演讲者和对口才有研究的专家虚心求教，不懂就问，不耻下问，这样就能使自己的演讲与口才潜力发生质的变化，收到事半功倍的效果。

四、多写一些学习演讲与口才的心得体会，把自己对演讲口才的认识、感受用文字写下来，并上升到理论的高度。同时，把自己工作中，生活中所见，所闻，所思的闪光语言，写在本子上，记录下来，以便日后查阅使用，这就是我们常说的：好记忆不如烂笔头。

五、要经常冷静思考，反复分析，为什么有的人讲话十分受欢迎，有哲理，有深度，有广度，使人感动万分，受益匪浅;为什么有的人说话枯燥无味、漫无边际、毫无新意，甚至令人反感。多思者，就能从中悟出道理，获得经验和教训。

六、“积之愈厚，发之愈佳”。一名优秀的演讲者，一个口才出色的人，务必要有广博的知识，丰富的联想，演讲起来，才能上下几千年，纵横数万里，山南海北，古今中外，刻苦学习，并且把演讲与事业连在一齐，是完全能够成为很好的演讲者的。

**口才训练演讲稿题目篇八**

很早就有一个梦想，能够站在讲台上向无数的听众诉说自己的心声，表达自己的观点，与所有人的内心产生共鸣。这是一个梦想，也是自己一向努力的方向。于是在大学第一次选选修课的时候，我又想这个梦想他进了一步，我选取了由谭老师主讲的演讲与口才。期望能透过系统的训练与正规的知识培训，增强自己的信心与潜力。

第一次上谭老师的课就被其演讲的风趣与务实的作风所折服，兴趣也由之而来。老师的“十个回回儿九个哈”的自我介绍更是风趣幽默，至今仍记忆犹新。于是，在这种氛围中，这学期的演讲与口才课就开始了。

第一堂课老师讲了很多东西，有些东西很有新意，听起来有些如梦初醒的感觉。但是更多的还是对此刻的状况有了一些了解。虽说学校土木专业的就业率很好，但感觉对个人而言也许就是心理的安慰罢了。毕竟就业或是考研靠这个是没用的，还得看自己的潜力了，准确地说是各种潜力。就拿就业来说，单不说学科成绩如何，就说英语和实践经验就让此刻的我头疼。个性是口语，看了很多家大型公司的实习生项目，英语不行免谈。貌似此刻什么都不行，对了，正因为不行，就要过早的知晓并且提高自己。听着老师讲这讲那，真感觉自己就是一名大四的即将毕业的学生，随时等待人生的召唤。说实话要真是大四，那可真的两眼一摸瞎了。但是回过神来，还在大一呢，瞬间感觉时空变换，不禁感慨，早下手为强。此刻专业已经确定了，算是完成了当初定下的目标，但随之而来的就是确定自己的方向。毫无疑问，谭老师的课给了我很多选取，让我在纷杂的社会竞争中看见更多的道路。

课程最重要的环节估计就是上台演讲，经过了每节课系统的知识讲解与事例分析，感觉自己对演讲有更实际的认识，对演讲的渴望也有所加强。但惭愧的是，一向都没有那个胆量上台作一次真正的面向一百多人的演讲。只是像多数人一样坐在下面做看客，看着上面的同学发表着自己的观点。总会感到一种不安和羡慕，羡慕的是他们的口才，不安的是自己这种状态的未来。每次有这种感觉的时候，都有试图改变的冲动。

老师每次讲课都会给大家带给很多演讲的机会，例如美文朗诵，诗歌朗诵，即兴表演，情景模拟等等，我们都会争抢这难得的表现机会，锻炼我们的演讲才能，老师还为我们带给了各种素材让我们课下自己训练。

每次我上台演讲的时候，腿都会不自主的打颤但是还是有自信的。准备上台之前，心还是怦怦的跳，真怕在台上忘词啊!但是等到了台上的时候，紧张的情绪奇迹般的静了下来。没有当初的的担忧，一切进行得很顺利，准确的表达了自己的观点，到了即将接近尾声的时候，开始有一种享受这种感觉的冲动。先前的畏惧也消失得无影无踪。课堂的时间是有限的，关键是我们需要在课下多练习做到多看，多写，多练。

多看一些演讲与口才方面的书籍和文章。演讲具有很强的科学性和艺术性，因此，演讲者务必认真系统的看一些与演讲相关的书籍如：演讲学、演讲美学、修辞学、逻辑学、心理学、语言学、交际学、伦理学、教育学等，全面掌握演讲知识和规律，打下扎实的理论基础后，再由理论到实践，用理论指导实践。这样就能使自己的演讲与口才水平在实际运用中得到较快的提高。多看别人演讲，多看一些名人的演讲录像，多看一些电视谈话节日和电视论辩赛。这样就能增强对演讲的感性认识，提高对演讲态势语言技巧运用的理解，先写书面稿，背熟，上台脱稿;慢慢地只写几点提纲;再到只打一下腹稿;发展到最后不要任何准备，能临场发挥、见机行事、出口成章、口若悬河;其演讲口才水平就会由量变到质变，到达一个较高的层次。多写一些学习演讲与口才的心得体会，把自己对演讲口才的认识、感受用文字写下来，并上升到理论的高度。同时，把自己工作中，生活中所见，所闻，所思的\'闪光语言，写在本子上，记录下来，以便日后查阅使用，这就是我们常说的：好记忆不如烂笔头。

伟人毛泽东早就告诫过我们：“语言这个东西，不是随便能够学好的，非下苦功不可。”演讲与口才的技能不是天生的，也不是无师自通的。同其他任何才能一样，口才的获得来之于勤奋的学习、刻苦的练习。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”古今中外一切口若悬河、舌辩滔滔的演讲家，一切能言善辩、口才出众的雄辩家，一切口齿伶俐、善于应酬的交际家，都不是天生的，而是在后天的努力和苦练的基础上，靠自信、勇气、拼博、锻炼造就而成的。

谭老师以前告诉我们让我们做到五个一，其实我们就应做到五个一百。

1、记住一百句名人名言、哲理格言。

2、记住一百首诗词歌赋。

3、记住一百个古今中外动人的故事情节。

4、记住一百个幽默风趣的笑话。

5、记住一百段在不同的场合下说话的语句。

本学期的课程已经结束了，回顾这半个学期来的学习，学到了很多，演讲的知识、待人处事的礼仪以及对职业的认识。但我想这堂课最有价值的收获，就是信心的建立与获得了用心的态度。透过演讲的训练，建立的个人的自信心，同时更锻炼了思维潜力。这也许是书本上不能学到的，但却使人的一生中最重要的。这种潜力，这种用心的态度。是演讲与口才带给我最重要的最宝贵的财富。最后，感谢谭业庭老师，感谢演讲与口才。

**口才训练演讲稿题目篇九**

尊敬的各位领导、各位老师、各位学员：

下午好！

我叫xx，今年24岁，毕业于xx大学新闻系，现任职于xx单位。

一直以来，我是个较为叛逆、另类的人，不善于常规思维，习惯不走寻常路。这给我的生活、工作带来了不少的帮助，也增添了许多不必要的麻烦。在此，我想对大家说，如果今后因此有什么地方得罪了大家，还请大家多多包涵!因为无论思想、言行怎样叛逆、另类，我终究是个普通的人。或许，我就像别人说的：我是个特别的人，又是个平凡的人，所以我是个特别平凡的人。

大家来参加这次培训，根本目的都是为了实现自己的理想。在此我就向大家简单谈一下自己的理想。

曾经，我以为，我的未来不是梦。现在我相信，我的未来的确不是一个梦。我的未来，连梦都没有。呵呵，这当然不是真的，不过却在很大程度上反应了我现在的困境。当理想与现实像撞车一般撞击了若干次之后，现实依旧残忍，理想却已支离破碎。我唯一能做的，就是整理支离破碎的理想，继续坚定地走下去。而当初和我一同上路的人们，此时可能已经像开车一般开着理想跑得很远很远。但不管了，走自己的路，让别人去开车吧!

其实，在人生道路上，每个人都会遭遇很多的困窘，但无论如何，我们都应当为了自己的理想而艰苦奋斗，绝不轻易放弃，何况我们都还年轻。我们应当拥有这样的人生信条：与其窝窝囊囊地活着，不如轰轰烈烈地追求!

末了，把刚刚的这句话修改一下，送给正饱受相思之苦的同胞们：与其窝窝囊囊地暗恋，不如轰轰烈烈地追求!

祝福大家!谢谢大家!

**口才训练演讲稿题目篇十**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

您们好!今天，我演讲的题目是《立志成才报国》。

任何人的成功都是先立志后成才的。毛泽东是中国革命和中国人民的旗帜。他从少年时代就立下了宏伟大志。他用那宽阔的大手引导着中国人民前进。从南湖的一条小渔船到排山倒海的解放战争，中国人民终于汇聚在那面绣了镰刀锤头的旗帜下，劈开混沌，拨云见日，中国人民打破了手上的铁铐，用双手铸造成新的万里长城。周恩来从中学时代就立下了“为中华崛起而读书”的鸿鹄之志，并矢志不移，奋斗终生。他使中国这条东方巨龙带着自信和豪迈，重新回到了世界舞台上。邓小平绘出了改革开放的蓝图，向中国人民讲述着“春天的故事”，敲响了新时代的锣鼓。神州大地发生了前所未有的沧桑巨变，正走向繁荣富强。他们是中国人民的光辉旗帜，是我们的立志成才的榜样。

面对新世纪的机遇与挑战，同学们请记住：能够把握机会的人是强者，敢于创造机会的人就是勇者，善于利用机会的人是智者。我们大家应该有这种如饥似渴、只争朝夕的精神;应该有这种滴水穿石、铁杵成针的毅力，应该有这种永不满足、攀登不止的追求。我们要努力学习现代科学文化知识，既要打好知识基础，又要不断更新知识;既要注重学问上的深造，又要加强能力上的提高，立志使自己成为适应未来激烈竞争的高素质人才。要真正做到遵纪守法、诚实守信、助人为乐、见义勇为、一心为公、乐于奉献、树立全心全意为人民服务的思想和集体主义精神。一滴水代表着大海的本质，一件小事折射出一个人的修养。我们要全面提高自己的修养，必须从一点一滴的小事而且是善事做起，学会做人，立志把自己培养成为一位对社会有益的人。

然而，如今也有一部分学生，他们拥有理想，拥有良好的学习环境，可在一次次的挫折与失败之后，却向困难低了头，甚至放弃了自己宝贵的生命。有位女高中生，成绩优异，却因学校高考录取榜上没有写上自己满意的名字，早早结束了自己如花般的生命，可实际上是公布单上遗漏了她的名字，但当录取单送到她家时，她却已经长眠于地下了。这令人心痛的故事背后，我们可以看出这个人如此轻意放弃了生命，一点点小挫折都可以击垮她，是因为她没有强大的理想支柱。青年人的理想正处于形成期，而理想说到底是世界观、人生观的问题，我们正站在人生画卷刚刚展示树立理想是人生奋斗的起点。我们必须正确面对自己成长中的每一次失败和每一次成功，“胜不骄、败不馁”。我们要将生命旅程中的挫折、失败看作成功的阶梯，有句歌词写得好“不经历风雨，怎能见彩虹，没有人能随随便便成功”。理想不等同于一次成功，更不是一次失败所能击垮的，它是人生的一种信仰，是人用决心、毅力、坚持筑成的金字塔，我们谁也无法逃掉垒筑我们各自心目中的金字塔时所付出的汗水与眼泪、没有艰辛的付出，就不会有丰硕的回报。

我们是不平凡的一代。我们的不平凡在于我们经历了中国伟大的转折;我们的不平凡在于我们跨越了一个世纪，并且肩负着新世纪赋予的重任。而我们的不平凡也决定了我们必须树立远大的理想，必须经得起历史的重担，必须经得住时间的考验。

请从现在努力，从我做起，从点点滴滴做起，立志成才，报效祖国，为弘扬民族精神，为振兴中华而发奋读书吧!

让我们大声地说，民族的希望是我们的责任，不辱使命，我们行!

谢谢大家!

**口才训练演讲稿题目篇十一**

一篇好的演讲稿，总是有明确的思想内容和鲜明的主题的。接下来小编为大家介绍训练口才的范文演讲稿，一起来看看吧!

一、成就心态;

一位哲人说：你的心态就是你真正的主人。一位伟人：说：要么是你驾驭生命，要么是生命驾驭你。你的心态决定谁是坐骑，谁是骑师。

无论我们做什么事情，心态都是很重要的。对每一个干一番事业来说，首先要树立一个坚定不移的的心态，无论面对什么样的困难，谁都希望自己的能回得成功，但是要做到这一点，良好的心态是不可或缺的，因为什么样的心态决定了什么样的成就，什么样的心态决定了什么样的人生。有了成功的心态就会达到成就的道路：如果一个人没有强烈一定要成功的欲望那他是不会采取任何行动来达到成就的目标。

始出发总是不顺利，而且在抵达目标前也终会经历许多心碎的挣扎，看看那些成功者，其人生转折点通常会与某个危机同时出现，透过那些危机我们认识了另一个自我，有了成就。

我们常说富人爱创业，穷人爱打工，富人做事有永不服输的精神，但穷人遇到挫败就放弃，但有很多人还没有做事就开始放弃。成功的道路是坎坷和曲折的，有些人把困难和不幸作为借口，也有人在不幸和困难中寻找前途，只有勇敢面向困难永保活力用理智战胜一切才能成为命运的主宰者。

要坚持提升自己。剩者为王。我曾在一个经济市场上评打多年，我说在在这个80%以上的人不能成功的，因为80%的人不能坚持。坚持的心态是在遇到坎坷的时候反映出来的心态，而不是顺利的坚持。遇到瓶颈的时候还要坚持，直到突破瓶颈达到新的高峰。要坚持到底，不能输给自己。时间总是耐心等待那些坚持成功的人。

二、积极主动心态

首先我们需要具备积极主动的心态。积极心态就是向好的，正确的方面扩张开来，同时第一时间投入进去。多好的方面，也有些不够好的地方，我们就需要用积极的心态去对待。命运不是上天安排的，是我们主动去争取的。在行业里，有很多的事情也许没有人安排你去做，如果我们去主动的行动起来，你不但锻炼了自己，同时也为自己日后的工作积蓄了力量和经验。我们目前现状却不是事不关己、高高挂起，明哲保身、少说为佳;座其位不谋其职，三天打鱼、两天晒网这种消极的、混日子的工作作风还。在竞争异常激烈的今天，被动就会挨打，积极就可以占据半步的优势。

我认为主动是为了给自己增加机会，增加锻炼自己的机会，增加实现自己价值的机会。社会、企业只能给我们每个人提供道具，而舞台需要自己搭建，演出需要自己排练，能演出什么精彩的节目，有什么样的收视率决定权在我们自己。使我们自己了解打-倒我们的不是挫折，而是我们面对挫折时所抱的心态，训练自己在每一次不如意中，都能发现和挫折等值积极面。务必使自己养成精益求精的习惯，并以我们的爱心和热情发挥我们的这项习惯，如果能使这种习惯变成一种嗜好那是最好不过的了。如果不能的话，至少我们应记住：懒散的心态，很快就会变成消极心态。当我们遇到问题找不到解决答案时，不妨用积极的心态帮助他人解决问题，并从中找寻我们所需要的答案。在帮助他人解决问题的同时，也正在洞察解放自己问题的存在。每次学习的过程中能领悟其中的道理为止。这就我们更加确信，能从积极的心态获中获得好处。

三、学习心态

众所周知，人在轻松时大脑皮层神经元才能形成兴奋中心，思维才能变得迅速、敏捷。因此，要使我们感到学习是一种乐事，采用多层次、多起点的学习方法，让我们每个人都能体验到学习能使我们成功的乐趣;运用直观、形象、新颖的习学心态辅助手段，使用逻辑严密，富有感染力的学习语言;开辟生动活泼、形式多样的活动，培养发展我们学习积极兴趣。

任何一个行业如果我们要进入这个行业，首先就得学习，要在这个行业中干好它，

就要领悟它，去了解学习它，我不怀疑每个人的智商的高低领悟能力和接受能力有快有慢，但那怕是智商比较低下的人，只要你用心去学，去了解，领悟从中得道理，但领悟的程度可能有高有低，掌握的速度也有快有慢，但这只不是个过程问题，我们不能因为速度，进度等问题而放弃，学习过程要贯彻量力而行的原则，做到难易适度，使我们每个都能跳起来摘到桃子。学习内容过难，经过努力后仍然学不会，便会产生畏惧心理，挫伤其积极性;学习内容过于简单，引不我们的集中注意力，收不到应有的效果。因此，我们在学习过程中，要正确分析学习内容，突出重点，分散难点，做到难易适度，使其具有一定难度，但又不是难以逾越。根据不同的主观意识，提出相应的问题，安排不同程度的练习。从素质教育的要求出发，以培养学每个人能力为目标，来增进我们的学习心态活动。

四、付出心态

提起付出我立刻就想起一句名言吃得苦中苦，方为人上人，这句格言虽然激励了多少代人的艰苦奋斗，奋发向上，但语言之意也饱含付出的含义，吃得苦中苦就是一种不平凡的付出，教师对学生的付出可以收到意不到的效果，这已被美国心理学家罗森塔尔所证实。1968年，罗森塔尔在一所小学从一年级到六年级施一智能测验，然后将有优异发展可能的学生经过有关教师的艰辛帮助付出培养下。在八个月后进行复试，结果这批学生成绩增长比其他同学都快。原来，罗森塔尔提供的名单纯粹是实验者随意指定的，罗森塔尔通过自己权威的诺言调整了老师对这批学生的特别付出和偏爱的感情，将自己的期待微妙地暗示给了学生，使他们更加自觉努力地学习。因此，我们在一个人与人打交道的过程中，要热切地期待每一位来自不同地方得朋友都成功，并热情地关心帮助他们，从而激发积极进取的热情和良好个性的形成与发展。朋友们，我们每个人都渴望得到大家的认可和尊重，而只有你真正的为大家付出了，才会得大家发自内心的敬佩，我坚信一句话：世间自有公道，付出总有回报。

五、平常心态

一个人的心态怎样，需要自己慢慢去调整，一切事情，疏则通、堵则患。没有抱作一个平常人的心态去对待身边的每一位朋友，人的杂念，就像心魔，电影中演出了千百遍的同一个人而有两个元神一样，始终是对立的，此消彼长。做好一件事情，就要不懈不满的镇定和正常的心理状态，意志力要坚定，不为外力动摇，终于是会走向成功的。

近这个行业，用我一颗平常人应有的心态与每个朋友处而相处，相处而是为了更好的方便我们每个人做事。

但做事是简单但并不代表容易，所以，有的时候，心态决定了成功，就如同海尔的总裁张锐敏所说的，成功不是一次奇妙的决策，而是重复的把一个简单的动作完成好。这个简单的答案就是：学会从站在别人的角度看问题。

为什么要从别人的角度看问题?如果你想和身边的朋友相处，就要知道他们在想什么，这样，你们转载自经济生活网，请保留此标记才可能有共同语言。这就是说，知己知彼。只有学会从别人的角度看问题了，才有了走上成功道路的资本。人比较喜欢去交流自己感兴趣的问题。职业、企业、行业、产业构成了经济的命脉。职员考虑的是职业。经理考虑的是企业。董事考虑的是行业。政府考虑的是产业。大公司会裁员，小公司会破产。但是，无论什么时候，都有人因为有洞察力而愉快的活着。与其害怕，不如学会依靠团队精神。依靠团队并不等于拉帮结派，而是学会用别人的智慧来判断事物，但不等于别人说了什么，而是外面的环境，真实的环境是什么样子。

跟朋友谈起创业的概念。很多人把创业的概念误解了。以为只有新创立一个公司才叫创业。其实，走进这个行业也是创业。只要是开拓，都可以称为创业。创业的一个核心能力就是：善于运用资源。会者，百业随身。同时我觉得更加令人反省的是如果我们不赶紧规范好我们平常心态的话，真正做到的得不喜，失不忧，败不陀，很可能我们有朝一日也要遭受精神上的挫折，所以我们每个人都应该以平常心态去对待我们身边发生的事，这样我们的人生才会赢取更大成功。

六、乐观心态

一个具备乐观心态的人，能够当然面对挫折与失败，往往是因为他们对事物能有一个正确的看法，他们豁达的性格其实就是一种乐观心态的表现。无论做任何事情，都可能会遇到困难。但遇到困难与挫折时，悲观的人可能会退缩不前，无所作为，最终与成功无缘。而乐观的人则把所遇到的一切困难视为自然，把同困难和挫折抗争视为人生的乐趣和事业有成的必经之路，从而以积极乐观的态度去迎接困难与挫折，并最终克敌制胜。

记得有一位学者很形象地比喻人生：人的一生犹如婴儿初啼，虽有苦涩，但却是全新鲜嫩，不管你遭到何种挫折与苦难，只要你不放弃自己，就没有任何事情可以难倒你。乐观是心胸豁达的表现，乐观是生理健康的目的，乐观是人际交往的基础，乐观是工作顺利的保证，乐观是避免挫折的法宝。

用乐观的眼光看世界，世界是无限美好的，充满希望的，我们生活就充满阳光。

我们的乐观和悲观总是随着发生在自己身上的事情而转化，而有人则超越了这种对外物的执着。所谓不以物喜，步以己悲，这是一种更高的智慧。每一个人的一生中，都有着许多烦恼与不如意。但是，只要你珍惜时间，珍惜周围的种.种事物，危险和不顺终会过去。记住，乐观是希望的灯塔，它能指引你从危险步向坦途，使你得到新的生命、新的希望，支持着你的理想永不破灭。

世上没有绝望的处境，只有对处境绝望的人。在绝望中仍能追寻希望之花的人是多么令人敬佩和振奋。很多时候，我们不能选择生活的境遇，但我们却可以选择坚强而自尊的态度;我们不能选择生活给予我们什么，但我们却可以选择积极而乐观地回报生活。一个问题接着一个问题，这如同织毛衣，很累，最后竟成为一件杰作。这便是活着的真实，织不完的结，这也是乐趣。

我们在人生中，要用积极的心态不断地努力，因为我们都是冠军。对于坚强者来说，一次逆境，就会造就一粒等量大的、能克服任何困难的种子。

当然，积极乐观的心态不是每个人与生具有的。但你发现自己缺乏乐观心态时，不要失望沮丧，你完全可以通过心理训练，有目的地培养自己的乐观心态。其中，最有效的办法之一就是经常有意识地和积极乐观的人呆在一起，从这些人身上获得乐观情绪的感染，调动自己的积极心态，从而把消极的情绪从大脑中排挤出去。正所谓，近朱者赤，近墨者黑。无论如何，你要以乐观向上的精神支持你的事业，千万不能因暂时的困难内或挫折而灰心丧气。逆境过后是顺境，冬天过后是春天。让乐观精神伴你一生，你的事业必定会获得成功。

七、自律心态

一个人若没有果断的品质，他就永远不能算是一个独立的人。他不过是一个任由环境摆布的玩偶。作家约翰?福斯特。

登峰造极的成就源于自律，达到巅峰绝不是一件容易的事。世界上很少有几个人能在自己的专业领域中，被公认为是鹤立鸡群的翘楚，而在历史上留下名声的人，就更是少而又少。

饰。如果每个人有几个令你无法自律的理由，那么，要认清它们只不过是一堆借口罢了。如果想成为更有成效的开拓者，就必须向借口提出挑战。诙谐作家杰克森?布朗比喻得好：缺少了自律的才华，就好像穿上溜冰鞋的八爪鱼。眼看动作不断可是却搞不清楚到底是往前、往后，或是原地打转。如果知道自己有几分才华，而且工作量实在过大，却又看不见太多成效，那么很可能缺少自律。

在加拿大有一处森林苗圃的墙上贴着这样一句话：种下一颗大树的最好时机是25年前，第二个好时机就是今天。今天就让我们种下自律这颗树苗吧。

八、感恩心态

感恩得到的和失去的一切，以及无所得无所失的一切的一切，或许因为我们的生活中有太多太多的应该感恩的事与人，所以我们更要懂得感恩，懂得以平等的眼光看待每一个生命，看待我们身边的每个人，懂得尊重每一份平凡普通的劳动，懂得要怀有一种宽宏的心态积极勇敢的面对人生。

我相信，谁都有过寒冷，最温暖的日子都是来自寒冷，我更相信，当你感受到温暖的时候，其实也是对寒冷的一种谅解，也是一种感恩过程中的感动。一个人要学会感恩，学会对生命都要怀有一颗感恩的心，这样的心才能真正快乐。一个人没有了感恩，心就全部都是空的。羊有跪乳之恩，鸦有反哺之恩，赠人玫瑰，手留余香，执子之手，与子偕老，这些都因怀有一颗感恩的心，才芬芳馥郁，香泽万里。

感恩，使我们在失败时看到差距，在不幸时得到慰藉，获得温暖，激发我们挑战困难的勇气，进而获取前进的动力。换一种角度去看待人生的失意与不幸，对生活时时怀有一份感恩的心情，就能使自己永远保持健康的心态、完美的人格和进取的信念。感恩不纯粹是一种心理安慰，也不是对现实的逃避，更不是阿q的精神胜利法;感恩是一种歌唱生活的方式，它来自对生活的爱与希望。在水中放进一块小小的明矾，就能沉淀所有的渣滓;如果在我们的心中培植一种感恩的思想，则可以沉淀许多的浮躁、不安，消融许多的不满与不幸。感恩，会使我们的生活变得更加美好。

首先，先请大家听一个故事。

果你能拥有一个良好的心态，你就能获得你想要的一切。因为良好的心态能让你树立起必胜的信念，而信念会是你充满前进的动力。它可以改变你险恶的现状，带来圆满的结果。不要因为我们的心态而使我们自己成为一个失败者。要知道，成功永远属于那些抱有积极心态并付诸于行动的人。如果我们想改变自己的世界，首先就应该改变自己的心态。心态是正确的，我们的世界也会是正确的。保持良好心态者能够坚强，能够宽容，能够锲而不舍，最终会走在时代的前面。一个人若是一生都能持有良好的心态，那么，他人生的路就会越走越宽，生命的景色就会越来越美，生命的价值就会越来越大。所以我想说，专心于路，路就不会多难走;专心于事，事就不会太难做。心态是人生命运的底牌。

我的演讲完了，谢谢!

相信在这个世界上，没有一个人是一帆风顺的，人的一生总会出现这样、那样不如意的挫折与困难，就看你以怎样的心态去面对现实中的挫折与困难，曾经有个问题一直浮现在我的脑海中，世界上为什么会有穷人和富人之分呢?我想应该是因为他们每个人的思想观念不同吧!其实人从生命的开始到生命的结束。上帝赋予我们每个人的机会是同等的。唯一的是他们的心态决定了一切。细节决定成败。一个好吃懒惰的人是没有什么发展前途的。一生只能原地踏步的做个贫困人。而一个思想积极向上勇于追求目标的人将会改变他一生的命运。

保持良好的心态。去面对身边的人或事。首先在工作当中不管遇到什么样的挫折与困难。我们要摆正心态。勇敢的面对。想法设法的去解决问题。而不是一味着去推卸责任。埋怨别人。俗话说的好：”成功的人找方法，失败的人找借口。”所以我们不得不去总结经验教训。杜绝犯同样的错误。其次我们在工作当中面对身边的人和事要注重细节，不要太过于工作情绪化。尤其是面对我们身边的客户也好。同事也好。在沟通和谈判方面要注重礼节和语气的轻重缓解。最后就是我们每个人面对生活也好，工作也好，其态度要积极乐观点。不要老是抱怨什么。要知道很多东西我们是改变不了的。唯一只能改变的就是我们自己。总之记住一句话目前的失败不叫失败，只能是暂时停止成功。可能是我们还没做好成功的准备吧!

积极与人交往

不要总认为别人看不起你而离群索居。你自己瞧得起自己，别人也不会轻易小看你。能不能从良好的人际关系中得到激励，关键还在自己。要有意识地在与周围人的交往中学习别人的长处，发挥自己的优点，多从群体活动中培养自己的能力，这样可预防因孤陋寡闻而产生的畏缩躲闪的自卑感。

在积极进取中弥补自身的不足。

有自卑心理的人大都比较敏感，容易接受外界的消极暗示，从而愈发陷入自卑中不能自拔。而如果能正确对待自身缺点，把压力变动力，奋发向上，就会取得一定的成绩，从而增强自信，摆脱自卑。

有个小男孩名叫汤姆·邓普西。他生下来就只有半只右脚和一只畸形的右手。但他父母亲常会告诉他：“汤姆，其他男孩能做的事情你都能做。为什么不能呢?你没有任何比别人差劲的地方，任何孩子可以做的事情，你一样能做到!”

后来汤姆要玩橄榄球。他发现自己比在一起玩的其他男孩要踢得远多了。为了能实现这个愿望并发挥出这种能力，他找人为他订做了一双鞋子。

他参加了踢球测验，并且得到了一份卫锋队的合约。但教练却婉转地告诉他：“你不具有做职业橄榄球员的条件，去试试其他的事业吧!”最后他申请进入新奥尔良圣徒队，教练看他对自己充满了信心，就抱着试试看的态度接受了他。两星期后，教练完全改变了想法，因为他在一次友谊赛中因踢出55码远的好成绩而得分，这使他获得圣徒队职业球员的身份，而且在那一季中为他的球队踢得了99分。

最伟大的一天到来了!那天球场上坐满了6万多球迷。球是在28码线上，比赛只剩下几分钟，球队把球已经推进到35码线上，但是可以说根本就没有时间了。“汤姆·邓普西，进场踢球!”教练大声说。当汤姆走进场的时候，他知道他的队距离得分线有55码远，这也等于说他要踢出63码远。在正式比赛中踢得最远的记录是55码，由巴尔第摩雄马队毕特·瑞奇查踢出来的。汤姆闭上眼睛对自己说道：“我一定能行!”只见他全力踢在球身上，球笔直前进，但是踢得够远吗?6万多球迷屏气观看，然后看见终端得分线上的裁判举起了双手，表示得了3分。球在球门横杆之上几寸的地方越过，汤姆所在的球队以19比17获胜。球迷疯狂呼叫，为踢得最远的一球而兴奋。

“真是难以相信!”有人大声叫道。这居然是由只有半只右脚和一只畸形手的球员踢出来的!但汤姆只微微一笑，他想起了父母，他们一直告诉他的是他能做什么，而不是他不能做什么。他之所以能创造出如此了不起的纪录，正如他自己所说的：“我从来不知道我有什么不能做的，也没人这样告诉过我!”

尊敬的公司各位领导、各位师傅们：

大家上午(或下午及晚上)好!

我叫，来自\_\_环保。很荣幸今天能有机会站在这里，与各位领导、各位师傅共同探讨公司关于开展“爱心活动”、实施“平安工程”的话题，今天我演讲的题目是《和谐火电\_军》。

在腾飞的21世纪，在高速发展的今天，随着科学技术不断进步、国民经济的迅速发展、人们的物质生活与精神生活逐步改善、社会电力建设的繁荣昌盛，这也给我们火电\_军带来了勃勃生机。但是，在我们勃勃生机的背后却时刻存在着一个大家都不容忽视的问题----那就是安全。也只有安全了，我们才能静静的享受着爱与被爱，才能营造我们的和谐火电\_军!

从我们咿呀学语，蹒跚学步的时候起，耳边回荡的最多的便是母亲千叮咛、万嘱咐的：“一定要小心，注意安全!”当我们行于车道时、当我们第一天进公司时、当我们坚守工作岗位时-------每一步的人生路程依然鸣着“安全第一”的响亮口号。

我们做为电建单位，安全将是一个永恒的话题，所以公司树立起“以人为本、安全第一”的安全、管理理念!公司首先建立起有效的安全管理网络：从公司本部的安监部到各项目部的安监科及各施工班组专责安全员的分级设置，形成一整套行之有效的安全管理网络。二是加强安全文化宣传，营造公司安全氛围：相信大家在每个工地的入口都能见到“高高兴兴上班去，平平安安回家来”等安全警句、安全寄语的大标语牌，这样的话语时刻提醒着我们要遵章守纪，杜绝一切安全事故的发生;三是全面开展安全学习活动，提高认识，消除安全隐患：从新入司员工的三级安全教育、到各项目部每日的班前“三交”、再公司每年安全月活动的开展等活动和学习，使公司员工做到知纪知章、遵章守纪，消除安全隐患的人为源头;四是增强意识，提高素质，夯实基础：在公司创建的“无违章工作现场”目标中，各个项目部抓好各项安全措施落实，各个班组规范人员行为，各个员工养成安全习惯，从开展安全思想、安全素质教育，创平安班组，开展安全竞赛等活动中提高员工安全技能素质，确保员工人身安全，严防安全事故发生。

公司从上到下一起创新我们的安全工作机制，发展安全管理实践，培养团队精神，培育平安理念，建设平安文化，从而实现电建\_军安全生产的长治久安，这也让公司每位员工都身受其益。

曾经看过一则寓言故事：一把坚实的大锁挂在大门上,一根铁杆费了九牛二虎之力,还是无法将它插撬开。钥匙来了，他瘦小的身躯钻进锁眼里，只轻轻的一转，大锁就“啪”的一声打开了。铁杆奇怪地问钥匙：“为什么我费了那么大力气也打不开，而你却轻而易举地就把它打开了呢?”钥匙说：“因为我最了解他的心。”是啊!每个人的心，都像上了锁的大门，任你再粗的铁棒也撬不开。唯有关怀，才能把自己变成枚细腻的钥匙，进入别人的心中，了解别人，帮助别人。

“爱心活动”“平安工程”正在我们电力系统深入推进，措施办法各式各样，效果自然也是差错不齐，为了达到“爱心活动”“平安工程”最终目的，我们努力打造一把“爱心钥匙”，深入人心。公司通过组织“爱心光明行动”、“企业是我家，我要忠诚他”、“前方监督，后方叮嘱”、“我为平安献爱心”等形式多样、行之有效的活动，营造献爱心、保平安的企业理念。从而培养一支富有爱心、忠诚企业、乐于奉献、宽容博爱的员工队伍，以达到公司创建“两型一流”现代企业的最终目标。

朋友们，我们的电力建设巨轮正扬起风帆，在急流险滩中向理想的彼岸全速前进，不管你是水手还是舵手，请伸出你的双手、献出你的爱心，共同建设我们的和谐火电\_军!

谢谢大家!

**口才训练演讲稿题目篇十二**

演讲是一种面对面的宣传,教育,鼓动和交流的好形式,作用很大.“鼓天下之动者存乎辞”.如果一场演讲稿想取得成功，那么一片好的演讲稿是非常有必要的。下面是小编给大家分享的有关演讲稿的相关信息，仅供参考。

常说做人要低调。不要傲慢轻敌。渐渐的人们忘记了走自己的路。于是现在的社会太多的人被摸的没有菱角。会的只是重复前人的动作。他们走的是前人的路。丝毫没有创新。

可毕竟科技是发达的。科学是进步的。我们不能停留。

袁隆平在十年的坚持中发明了水稻。他选了一条艰难的道路。一走就是十年。可是他最终还是成功了。

奥巴马一个黑人。曾经被人看不起的种族。如今却成了美国的总统。走的就是自己的。

牛顿小时候成绩差。不乖。是大家众所周知的。然而他最后成了物理家。这是坚持走自己的路换来的。

走自己的路。不是傲慢。走好自己路是一门艺术。

2、古今中外名人，皆是自信心十分之强的人。有诗仙李白之天生我材必有用;有我们伟大领袖毛主席之会当击水三千尺;有前苏联著名作家索洛维契克之一个人只要有自信，那他就能成为他希望成为的那样的人。如此例子，不胜枚举!

自信来自于实力，自信产生魅力。没有真正实力的专讲求自信心，是难以成功的。成功是上天专门给有实力、有自信的人的赏赐。国际著名音乐指挥家小泽征尔在一次赴欧洲参加指挥大赛中，演奏时发现乐曲有一些不和-谐的地方，在场的所有作曲家和评委都声明乐谱是经千挑万选出来的，不可能会出现问题。但小泽征尔考虑再三，依然自信地坚持的观点而最终获得大赛的冠军。

小泽征尔的成功证明了这一点——自信源于实力。但反过来想，是不是实力不足的人就不能有自信呢?不是的。自信是对自己能力的肯定，并不同于自傲、自夸、自大或自命不凡。对自己能力的肯定也即是更知道和清楚自己的实力和分量，所谓知己知彼，百战不殆!只有自信，人才能志气昂仰、精神抖擞地去学习、去工作、去奋斗、去拼搏!

据有关研究表明，一个人处于自信时，思维能力非常活跃，精神也一直保持乐观、积极向上的状态;而处于自卑时，就显得思维反应迟钝，看上去也精神萎靡，像冬天霜打过的茄子一样，整天都是蔫的。

有人说：有自信，不一定能成功;但没有自信，就一定不能成功。你想成功吗?如果想的话，赶紧令自己充满自信，再立志、创业。看，成功就在不远处向你招手!

**口才训练演讲稿题目篇十三**

大家下午好！

我们当然不愿见到自己如此窝囊，但惟恐现实就是这样。然而，我们仍可寻回自己所期冀的目标，那些怀着信心去追求卓越的人，灵性将会在奋进坚持中获得洗涤，那些敢于在逆境中求生的人，顾盼于镜子的影象时，定能见到自己的真貌。

我想每个人心中多都有一个理想中的自己，当你怀着青春的梦想，不断努力，经受挫折而不放弃，终有一天你会守得云开见明月，成为理想中的自己，那时，你就见到了自己的真貌！毫无疑问，每个人都渴望成功，但问题在于，并不是每个人都能成功。成功需要我们怀有梦想：没有了理想，连流浪都找不到方向！没有远大的目标，一生都是别人的陪衬和附庸，没有成大事的雄心，就没有动力，就会茫无目标的飘荡，终归迷失航向而永远达不到成功的彼岸。

成功需要我们不断努力：努力并不是一件容易的事，但是有一个方法可以让它容易起来，那就是养成努力的习惯。对于一个人来说，艰难困苦并不危险，懒惰散漫才是最危险的敌人，因为懒惰，人在自己毁灭自己。我们要不断超越自我，超越自我就是每天超越别人一点点，没有什么惊天动地的，生活需要一点激情，要做一个演员，去演绎一个理想中的自己，而非看客！

成功需要我们耐得住寂寞：每一个伟大而不甘于孤独寂寞的人，必然会在孤独寂寞剖析自己的灵魂。用孤独的机会来审视自己的人生，用孤独的方式来检讨自己的行为，用孤独的力量来畅想自己的未来。不论是承受怎样的煎熬，他总是甘于那样的孤独与寂寞。

为了理想我们抱有终身的热情，一次坚持可能换回一种习惯，一种习惯可能换回一种品格，一种品格可能换回一种追求，一种追求可能铸就一种人生。

自信就是“我能比别人做得更好”也是迄今为止能找到的的潜能放大镜。成功的人因为体验到成功的快乐而更加自信，失败者反之更痛苦而自卑。

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