# 最新做自己演讲稿 疫情自己的心得体会演讲稿(实用14篇)

来源：网络 作者：梦醉花间 更新时间：2024-04-03

*演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。做自己演讲稿篇...*

演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**做自己演讲稿篇一**

尊敬的评委、尊敬的观众们：

大家好，我是xxx，今天我想和大家分享一下我在疫情中的心得与体会。

第一段：疫情来临的感受

疫情来临时，我刚好在国外留学。虽然海外疫情较早爆发，但一开始我并没有太在意。直到疫情蔓延到附近的城市，我才感到了紧迫。平时喜欢养成健康的饮食和运动习惯的我，开始加倍戒备，避免不必要的外出，尽量保护自己和他人。

第二段：疫情期间的艰难度日

随后，如同远古时代那般，我们戴上口罩，不敢随意出门。除了必要的食品和药品采购，我们尽量待在自己的房间内，参加在线课堂，减轻经济负担的同时，更重要的是能够减少感染的机会。怕孤独的我，也开始意识到和家人、朋友的联系是那样的重要。

第三段：疫情带来的改变

疫情让我们的生活方式得到了很大的改变。我们开始更关注身体健康，重视个人卫生，更积极地投入入数字化的学习方式和远程办公。

同时，疫情让我们明白了公共卫生意义，以及国家应对公共卫生的巨大挑战。我们希望未来我们选择的领袖能够高度重视国家应对危机的机制和政策，能够迅速、有效地对突发事件做出响应和决策，这能让我们未来的世界更加安全、快乐和美好。

第四段：对未来的思考

然而，疫情过去时，我们应该如何应对未来的挑战？作为疫情后的一代年轻人，我觉得我们需要走向创新型发展，全球卫生安全意识也需要被加强。我们应该更好的掌握新科技，做好防疫工作，发挥创新的力量，令世界更加协调、高效和和谐。

第五段：总结

总的来说，疫情期间，我们遭遇了很多艰难的时刻，也更加看重健康、珍惜亲情和友情。希望未来的我们能够吸取疫情的教训，迎接未来的挑战，并通过团结的力量，共同建设一个更加美好的未来。

以上便是我的演讲，谢谢大家。

**做自己演讲稿篇二**

最近，我读了苏霍姆林斯基《怎样培养真正的人》，其中有一篇文章《爱学生就等于爱自己》，读后，颇有感触，一名教师不光要培养学生的学习能力，更重要的是要培养学生的爱心，尤其是能具有感受到别人的爱心(或是痛苦)的能力，进而才有可能把他培养成为一个真正的有爱心的善良的人。如果我们的教育仅仅停留在讲课，听课，辅导，考试，选拔，从而忽视了学生情感的培养，那么，我想我们的教育是可怕的，危险的。爱是教育的永恒的主题。有爱的教育才是丰满的真正的教育，韩军的人文主义精神，教育在线中的朱永新教授高举的爱的旗帜的新教育实验;李镇西的“走进心灵”的教育，似乎无不凝聚着爱的核心，在留意身边的每一位优秀的教师的课堂，无不透漏着一个“爱”字，在爱的教育中，孩子们快乐的成长着。我想，一个真正的人也就是在这个爱的环境中培养出来的。 缺少爱的教育，结果是无法想象的。从教两年多来，我能时刻感受的爱在教育这个领域里的重要性，尤其教育对象面对的是未成年的儿童，更需要我们付出爱心。记得刚刚教二年级的时候，一位听课不认真的女生在课堂上用铅笔伤害了我，面对同学们的责怪，和我腿上流出的鲜血，她吓哭了。可是，在那一刻我没有责怪她，而是告诉她，老师不疼，我把她的行为划为了不是故意，并告戒大家平时要小心不要将笔尖冲着别人，我不知道我的用意她是否可以真正领会，但是我想至少她幼小的心灵会感到一丝安慰，并且在她的心中老师的形象不是斤斤计较，不可接近，而是和蔼,宽容的。在我受伤的下午，班上的学生陈一同同学主动敲开办公室的门问我：“你的腿好点了吗?”只是一句孩子短短的问候，却让我感受到了一个孩子的细腻和善良，我欣喜着这爱的回报。作为教师，她的每一言一行都在深深的影响着下面的每一个学生。只要我们在教育中真心的付出了我们的爱，我想收获的定是爱的果实，和未来社会上真正的人。

的!为了你的学生总有一天如你爱他一样能去爱别人，为了这世上的人彼此之间都能互相关爱，请你爱你的学生吧!因为爱他们也就是爱自己啊!

苏霍姆林斯基认为：当你培养出具有爱心的孩子，他就会对教师的爱很敏感，并以好心还好心;而教师的爱，最重要的是为了学生获得知识，若是学生懂得了这些，自发向上，成绩自然就好，成绩好了，那么，作为老师的我们也会感到更加快乐。期待着爱的气息包围着每一个学生，期待着爱的教育布满整个校园，期待着我们的世界成长起来的都是真真正正的人。

教师爱学生，不忘爱自己!

看过很多老师体罚学生被开除的报道，我深切的感受到：教师爱学生，不能忘了爱自己!别看《教师法》不能有效保护教师的合法权益，却能严厉惩治教师的错误行为。有关部门，虽不能、不敢依照《教师法》保护教师的合法权益，但是其偏偏有决心、有能力严格依照《教师法》来惩治犯错误的教师!他们不敢与违反了法律法规的上级作斗争，却擅于通过严惩弱势群体来彰显自己依法行政、秉公执法、铁面无私、大义凛然、雷厉风行的革命气概!

教师有责任心，理所应当!但是凡事应该一分为二的去看。有时候，恰恰是因为教师责任心太强，而产生“恨铁不成钢”的心态，从而对学生大动肝火，言行过激!这样既伤害了学生，也伤害了自己。著名教育专家魏书生曾经告诫过老师们——老师在自己的工作岗位上迎来送走、送走迎来一批批的学生，每一批学生中都有调皮捣蛋、不服管的顽劣子弟，你要是不注意身心，总是动怒，那就好比是一批批的学生在和你进行日复一日、年复一年的车轮大战啊!到最后，“学生都没咋地，你自己倒是垮掉了!”

其实，我们老师有时候连自己的孩子都管不了呢，对待别人的孩子干嘛要那么严格、严厉?我想，教师对待学生，不仅要有爱的情感，也要有防护的心理!因为孩子不都是可爱的，的确有难管的、可气的!老师对学生要爱的有理智、有智慧、有分寸!我爱人都说，那老师太过分，学生毕竟不是自己的孩子! 愿天下的老师，在这个全社会都只关注教育而不关爱教师，只要求老师而不理解和宽容老师的时代，把握好心态，调整好心情，宽容学生，心中留神，手下留情!既要爱学生，更要保护好自己!

愿中国的老师，都平平安安，健健康康，一路走好!

教师爱学生， 不忘爱自己!

**做自己演讲稿篇三**

在生活，交往之中，朋友们常说：要做自己。

那么你的自己是谁的自己？什么才是你真正的自己？

相信每一个人赤身裸体，又一无所知的来到这个五彩斑斓，高深莫测，千变万化，前途未卜的世间的时候。

生命似乎是个空白，没有记忆，没有思想，就像还没有安装任何程序的新电脑主机的硬盘。

于是学习，灌输，模仿，存储，累积便始终伴随着我们。逐渐形成意识，思维，甚至思想。区分对错，判断是非。彰显立场。张扬个性。

自我便逐步的形成，完善。并在以后的岁月里受用一生。千姿百态，千差万别，但又互生共存，不相干涉。尽管偶尔也得到小修改或修正。

或许这些并不是我们真正的自己，本原的自己。

做自己，说着容易，做起来却很难。面对现实也许有时不得不低头，忍耐。做人不得不圆滑，低调。做事不得不让步，违心。

这是家庭，学校，社会共同影响，作用的结果。

坚持做自己吧，那样才能活得更聪明，才能得到自信，才能拥有闪亮的生命，才能体味活着的快乐。

问题是：你要怎样做，做怎样的自己。

活着要有自己的方式。不能总忙于工作而忽略生活，也不能只活着不去工作。工作是生活的基础，追求生活是工作的动力。二者之间也得有个平衡才好。

试着学会并善于思考吧，那样给自己一次正确的方向。给事物一个圆满的结局。

试着追求真实，不再人云亦云。活着注定不会太如意圆满，摆正心态品苦甜。

活着用不着处处精明，可以试着活的更聪明。

**做自己演讲稿篇四**

生活，这个简单的字眼.人们再熟悉不过了!只是我们想要真真正正的去析透它，这得下把工夫了.

其实我们每天在生活着，有的人的生活平淡乏味，有的却是热情如火，有的是潇洒轻松....生活在种种的生活规律里，我们都对之有着各自的看法.

平淡乏味，生活犹如白开水，别夹味道，也可以说是一潭死水，毫无微波.周而复始的生活在一种情绪中，让人觉得人生失去了光芒，失去了希望.就好象棒棒糖失去了甜味，牛奶过了保质期，大树被连根拔起.总之失去了全部的希望和活力.人们甚至选择了放弃这样的生活，任由自己颓废，堕落和走向国度!这时我们会感到生活对自己的不公和自私!

热情如火，生活瞬间点燃了火花，一直燃烧，毫不吝啬干柴.工作者，早上上班到工司笑口常开，面对同事有说有笑，对老板也是敬爱有加.学生们从上课的45分钟积极发言到课间的10分钟，欢笑嬉戏，在明媚的阳光下我们在操场上那么的开心和快乐!这个时候我们会感到生活充满着幸福的味道!

潇洒轻松，生活在自己的空间里，没有约束没有束缚，只知道甜甜的巧克力+奶油一样的平凡，只知道小葱拌豆腐一样的简单，只知道红萝卜玉米一样的普通，在自己安排的世界里，生活中，自在像小鱼，轻松像气球，快乐似神仙!这样的日子多多益善.

由此看来，生活其实悲喜交加.在一帆风顺的过程中难免有坎坷.主要的是看我们对生活的态度和了解程度.假如我们用眼泪去面对，那么我们便生活在眼泪和失落中度过，徘徊.升华成绝望，以此了了一生，假如我们笑着去面对生活，那么我们便生活在欢笑和幸福中，升华成了希望.从而记录不朽的\"史家之绝唱\".

奇迹是靠自己的双手创造的!上帝只救自救的人.名人的话已足以让我们从中得到启发和感慨.其实，生活和生命一样，当我们绝望的时候，无须去对我们自己产生怀疑，或者对上天心存抱怨.这些都是不可取的.我们惟有从困难中坚强起来，笑着面对它，从容面对它.当然，我们的生活快乐时，我们更要以此继续努力下去，争取更美的时刻和幸福!

生活的多姿多彩，靠自己去点缀!

其实，爱生活，就是爱自己!

**做自己演讲稿篇五**

尊敬各位老师们，同学们：

上午好!

我今天国旗下的讲话的主题是《努力拼搏超越自己》。

时光如梭，不知不觉，紧张、忙碌而又充实的一个学期即将结束。在接下来的三周里，我们将分别进行高二、高一、高三的xxxx考试，具体的时间安排我想大家都已了解。对于本次xxxx考试工作，我给同学们提几点建议：

对于高一年级同学来说，本次考试是你们进入沙高以来的第一次大型考试，你们要通过本次考试，对高中学习生活进行一个理性准确的认识和判断，获得矫正信息，调整今后的学习态度和方法，为高中三年的学习生活进行系统规划。

高二的同学们，十九周已经进行选修科目的xxxx考试，然后就是投入到语数外和必修的紧张复习中，周三我们将迎来语数外和必修的xxxx考试，本次考试成败将成为你们反思复习工作重要依据，进而改进和调整学习策略，合理安排复习计划，努力提高学业成绩的重要手段。

对于高三年级的同学，29日到31日将参加xxxx市高三零模调研考试，这是一次检测信度极高的\'重要模拟，它也关系到将来是否有更充足的自信心和顽强的拼搏力，去打开理想大学之门，奋力拼搏最后一学期的关键所在。

同学们，我们不能要求每个人都成为优胜者，但我希望大家做一名追求进步、超越自己的勇敢者。希望同学们能够抓住机会，充分展示自己。

一个成绩优秀的学生肯定是肯吃苦，肯钻研，认真复习并掌握科学学习方法的人。同学们要充分利用好考试期间的自主学习时间，把所学的知识认真整理、归类，发现不懂的问题，要抓紧时间向同学、老师请教，及时解决。对薄弱环节更应认真对待，及时弥补。我们要充分利用点点滴滴的时间，锲而不舍，坚持不懈，把有限的时间变成无穷的力量!

考试既是知识的检测，又是对同学们自信心、自觉性、意志力的重要考验。爱迪生说过，信心是成功的第一秘诀。每个人都要相信自己，每个人都有无限的潜力可挖。有句话说得好：不是因为有些事情难以做到，我们才失去信心，而是因为我们失去了信心，有些事情才难以完成。如果你自信了，你会激情奔放，你会战无不胜。

学习是学生的天职，考试是最好的试金石，而分数和成绩又是无法回避的评价标准之一。所以对于成绩要每分必争，考试时遇到容易题的不要忘乎所以，要细心谨慎，争取拿满分;遇到难题莫惊慌，要沉着思考，拿到规范答题分。

同学们，考场就是一个战场，也是一个展示你们能力和才华的舞台。xxxx考试在即，你们要斗志昂扬，拿出你们的智慧和勇气，让我们一起来挑战，一起做自己的冠军。我相信，你们一定会为自己、为父母、为所有关注你们的老师和亲人交上一份满意的答卷。

最后，祝全体同学这次xxxx考试中考出满意的成绩!谢谢大家。

**做自己演讲稿篇六**

生活在这个世界里，总会有不同的想法与感受。每个人有每个人的的`活法与自由，但是依旧会由于别人的感受过看法，而改变最初的自己。

我认为我是一个十分看重别人看法的人。我个人很喜欢发朋友圈，每次发朋友圈的时候总会考虑很多很多，这条配文会不会不好?照片拍的好不好看?发完之后，会对这条朋友圈翻来翻去，看看点赞数有多少。平时穿搭方面也会受人影响，怕穿的衣服不随潮流，或是别人觉得不好看。

当今社会可能会有和我一样的人，永远活在别人的看法里。有的人渴望交友，从而变得小心翼翼，会把别人的一句玩笑话当真，认真地去履行，害怕做法达不到别人的预期，希望得到别人的喜欢和重视，想要被他人在乎。

活在这个社交节奏越来越快的的社会里，有的人被动有的人主动，那些被动的人有的慢热，沉默，敏感。他们努力追随着别人的步伐，为了让自己被更多人喜欢，从而学习着别人的相处方式，让自己在别人眼里变得幽默风趣，尝试着让自己活成别人喜欢的样子。

现在有很多人，在熟人面前疯疯癫癫，骚话一堆，一在生人面前却是沉默不语，一句话都憋不出。这是为什么呢?因为他们相信和依赖这个熟人，因为他们是真正的朋友。你可以在他们面前做自己，最真实的自己，你不会因为他们的一句话而在意半天，因为在他们那里，有足够的安全感。换个角度想想，如果我们做自己去交朋友，若有那些为真正的你留下来的人，才是值得你去深交的人，而那些让你变得越来越不敢，越来越不安心的人，只是过滤出来的沙子，他们不值得真正的你为此改变。那些让你心安的人，才是最重要的。

我们不做那些活在别人看法里的人，不做那些为别人而小心翼翼的人。每个人都有最真实的一面，如果你遇到了一个你可以在他们面前随意大笑，没有约束的朋友，这才是真正的朋友。要把自己的可爱和温柔留给真正在乎你的人。

做自己，不为了别人，做自己只是为了发现真正爱自己的人。为别人而活若是让自己不舒服了，那就放下包袱，不让自己背负着别人的看法活着，不让自己过得很累很辛苦。生活时光很美好，你也很值得。

做自己吧，拥有自己的蓝天，拥抱属于自己的柔软白云!

**做自己演讲稿篇七**

各位老师：

大家好！

今天我演讲的题目是：我爱自己的职业。

我从事教师这个职业已经有十余年了。这些年里我哭过，笑过，抱怨过，也满足过。现在我要骄傲地说一句：我爱自己的职业。

是教师这个职业改变了我。以前，我特别腼腆，虽然常常在宿舍里高谈阔论，可面对的人一多，我说话就没有底气了。记得有一次，班主任老师让我给全班同学讲一道物理化学题。我准备得挺充分的，可一旦站到讲台上，望着那些熟悉的面孔，我的脸一下子红了，怎么也张不开嘴。只好转身往黑板上抄题、写答案。写完一看，我的字真难看。于是，还没等同学们完全看明白，我就把那道题擦掉了。后来物理化学考试时，正好有那道题。好几个同学埋怨我，为什么不讲，还擦得那么快。为此，我也懊恼了好几天，觉得自己不是当老师的料。经过多年的磨练，现在，我已经能当着五十多位陌生的家长有条不紊地发表自己的意见了。这是多么可喜的改变啊！我想，如果我不当教师，恐怕我还会一直腼腆下去的。

教师这一职业促使我不断地学习，不断地提高。以前人们常说，要给学生一杯水，自己得有一桶水。但时代在发展，知识在不断地更新，现在是要给学生一杯水，自己得是长流水。为了搞好教学工作，我放弃了自己心爱的小说，转而投入到备课、查资料、看教育杂志上。现在我的看书，已经不是为了消遣，而是成了工作的必需。我感谢教师这个职业让我不断地提高自己。

教师这个职业还让我认识了那么多可爱的孩子。我曾在《读者》上看到过这样一段话：教书有许多芬芳的报酬，给付“薪资”的老板是孩子。他们24小时营业，全年无休，而且年纪愈小的愈慷慨，随时随地不计工作现况，任意“支付”。对这段话我深有同感。当孩子们叫我老师时，当他们毕业几年后仍来看我，并在贺卡上署名“您永远的学生”时……我感到自己真是太幸福了。它让我觉得我所有的烦恼都是微不足道的，我所付出的一切都是值得的。

我爱自己的职业。今后，我将尽全力去做好它，不管遇到署什么样的坎坷，我都会挺过来的，因为教师这个职业也教会了我——坚强!

谢谢大家！

**做自己演讲稿篇八**

大家好！

拿破仑开辟了一个时代的先锋，创造了一个国家的民族奇迹，在他的人生宣言中，“不想当元帅的兵，不是好士兵”拿破仑的这句话说得豪迈万千，但对于新时代进步青年来说，如果你细细品味，在拿破仑所带领的上万士兵中，想想有谁还能到达这种极致，这中大将的\'风范、这中开国风情。我们对待一切事物只需将他化成一粒种子，种在心里、种在脑细胞里。领袖只有一个，你只需做好属于自己的定向就行，何必把自己弄得疲惫不堪，轻松、快乐自在的生活不是更好。

21世纪是一个飞跃发展地时代、是知识海洋网络笼罩地蜘蛛线，每个人的梦想是上清华、读北大、出国留学、当科学家，这些梦想是人生梦寐以求的目标，是当你呱呱落地父母就给你定的宏伟难图，是千方百计跨过的港湾，是你终生永远的人间天堂。但你真的会是属于这；一类吗？你将来上了清华、读了北大就一定会飞黄腾达吗？不一定！目标是人生动力，犹如机械的发动机这就是你的心脏，这是不可否认的，但我可以想，真因为这样，不知扼杀了多少青春旋律的音符。你既然有不一样的选择，就大声说出来，我就是我，做自己真好。

自己本是一道靓丽的风景线，风华正茂，挥斥方遒。

自己本是一本书，一本让自己读的书。

自己本是一棵树，一棵树上最平凡的叶子。

自己本是一棵草，一棵让人看不见的小草。

自己是自在的天使，想飞去何方就去寻找，自己是自由飞翔翱游于天空的雄鹰。

**做自己演讲稿篇九**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

我很坦诚地说我不能，但我会为我的梦想去努力，比起戴上面具永远笑着面对生活，我宁愿摘下面具哭着面对生活，做真正的自己，活出不一样的精彩、不一样的人生。

每个人的命运全然不同，因此面对自己的梦想，就有不一样的顾虑。有些人，生下来父母就为他铺好所有的路，父母在期望着他朝着这条道路前行，我们也努力的奋斗着，就怕父母的期望破灭。是啊！圣人训：“亲所好，力为具；亲所恶，谨为去”。然而，自己的梦想就只能成为幻想。

有些人，安于现状，不愿拼搏；有些人，因为身患疾病，怕自己不能成功，所以选择了放弃……正所谓瞻前顾后者难以成功，心无旁骛者方能成大器。他，从小有一个音乐梦，不幸的是，双耳却失聪了，他从未放弃，一直坚持不懈，直到创作出不朽名曲《欢乐颂》。我钦佩他执着于自己的梦想，不惧困难险阻。

我也有一个梦想。那就是一个人背着背包去攀登，去探险，去登上世界峰——珠穆朗玛峰，想在峰顶大声的呼唤。然而16年了，我所走过的每一步，都是他们为我所规划好的，我明白他们对我的期待，我害怕他们的期待破灭，只能做着这样的一个自己。我看着那些冒险家，幻想着自己的探险之路，慢慢地，我迷失了方向，找不到前进的目标。

我不知道是否能让他们的期待圆满，若是圆满，以后的人生是否会快乐，但我还是想去完成我的梦想，我不知道我是否能成功，也不知道以后的生活是否会华丽，但我相信追寻过，努力过，这样的人生一定不会留下遗憾！

消除顾虑，直奔目标，敢于踏出自己的脚步，走上梦想的道路，做真正的\'自己！

**做自己演讲稿篇十**

尊敬的各位领导、同志们：

大家好！我演讲的题目是“做自己灵魂的舵手，用青春书写激情”

展示自我、张扬个性、发扬特色是人生选择的出发点。当选择成为一种自豪，当奉献成为一种时尚，当敬业成为一种需求，当知识成为一种资本，我们所有的正是青春的激情。伟人之所以伟大，并不是他们本身有多么伟大，而是因为他们选择了伟大的事业。如果伟人们选择的不是伟大的事业，那么，每个伟人，在今天的历史书上都不会有他们的名字。是伟大的事业才使得一个人变得伟大。

拿破仑选择了当时法国革命最能展示才干的军事指挥，才使他由一个科西嘉小子成为一代伟大的统帅；比尔?盖茨因为选择了开辟个人电脑时代，才使这个仅上过一年哈佛的准大学生成为世界首富；毛泽东因为选择了为中国人民解放而斗争的伟大事业，才使他从一位中学教员成为伟大的革命导师。

在我们这样一个鼓励奋斗，提倡通过努力奋斗实现个人理想的伟大时代，选择是最为重要的人生理念和成功概念。20xx年2月在面对自己人生的第一个选择时，我选择了建设银行，开始了自己的第一次历练。在这里，我工作着，学习着，时常被感动着。

行中心工作繁杂的特点。这就要求我要能够分清工作事务的主要性和次要性，合理安排工作时间，从而提高工作的效率性。刚走出校门的我在管理和协调经过了不少得锻炼，自以为知识储备比较多，接触面比较广，阅历比较深，适应地方工作不会有多大的问题。但随着工作的逐步开展，使我越来越感到自身知识的匮乏。由于受所学专业所限，刚接触各个系统的相关操作及报表之间的核对时，面对各种系统的操作与报表里的内容，根本看不懂那一步步操作一串串数字所蕴含的意义。俗话说，隔行如隔山。单凭原来我们在学校学到的那一点东西，要想适应现在工作的需要，就必须将八小时以外的空闲时间积累起来，制定出详细的自我增值计划，挤时间搞好自学。在刚进单位的日子里，为尽快进入工作角色，我坚持围绕工作学业务。一方面定期阅报摘报、浏览网页学习，从繁忙的工作中挤出时间阅读与组织工作相关的报刊、杂志和理论书籍，收集相关的业务工作指导资料，对好的经验做法、理论研究文章，收集剪辑成册，博采众家之长为己所用，不断提高自身的业务水平；另一方面利用工作的机会，主动向相关的业务骨干请教，以能者为师，努力提高自己的理论水平和专业技能，并以此指导工作和实践。那时，我经常对我自己说，才刚开始，不要急，一定要仔细，谨慎，没有学不会的事情，再难的事情三个月肯定拿下。那时候，白天，我边查看相关资料，利用吃饭时间与同事交流，了解过去的做法；晚上，独自一人在偌大的办公室对一整天的工作进行梳理。功夫不负有心人，渐渐地我不仅能够独立操作及报表核对，业务方面也更加熟悉了。

银行作为高风险行业，每一个业务条线的岗位都或多或少存在着风险，有的容易察觉，有的却不易发现，但有一点，他们是客观真实的存在我们的身边，潜伏在我们的工作之中。所以要树立风险意识，认识到工作隐患可能给自己所带来的危害，风险一旦发生，轻则会受到处罚，影响自己工作。重则会给银行资金造成难以挽回的损失以及建行这个家的声誉损失。在这两年中，“仔细，谨慎”成了我工作的座右铭，积极参加营运管理部开展的各项活动、业务培训及业务考试，在工作中找风险点，不断加强风险防范意识。运行中心机房贴着我们警语：我的微小失误可能给建行带来很大损失，我的微小疏忽可能给客户带巨烦。时时刻刻的提醒着我们。随着时间的飞逝，每当我讲给家人听时，都会由衷地说，在建行我学到了很多，工作更严谨、细致了，看问题也比从前全面了。

独木不成林，在营运管理部这个集体当中，在与同事合作中，每位同事不仅做好自己份内事，还帮助其他同事一同干好工作，尤其在工作交流上，主动介绍自己工作中的好方法，悉心帮助业务不太熟练的同志提高操作技能，帮助他们共同提高业务水平，提高我们整体的服务质量。“团结一心，拼搏进取，爱岗敬业，奉献企业”这是我对这个大集体最大的感受。

就和吃便饭一样频繁，为了报表的及时上报，我们往往要牺牲自己的节假日；为了新系统的正常运行，下班时间已过很久，依然能看到我们忙碌不知疲倦的身影。正是这种作风的激励下，部里的年轻人对工作孜孜不倦的追求，推动着工作不断地向前发展。

青春是读不完的历史长卷，激情是忙碌的身影，奉献是心灵深处一曲人生新的交响，是忠于职守，是敬业，是拼搏，是热爱并献身自己从事的事业。回望自己在建行的生活中，我不禁感慨：“建行就像一个熔炉，能在很短的时间内使一个人发生变化并融入其中。每天和他们奋战在一起，他们的一言一行都在潜移默化地影响着自己，不知不觉中变成了自觉的行为。我为成为建行的一员而自豪”。 我由衷地希望能用自己的青春和汗水给我们银行改革与发展添上色彩斑斓的一笔。

我的演讲完毕，谢谢大家！

**做自己演讲稿篇十一**

尊敬的各位领导，老师，亲爱的同学们：

大家下午好！今天我们演讲的主题是做自己。

世界是丰富多彩的，人生也是这样。每个人都拥有不同的人生，唯有做的自己，才会让生命闪光。

正因为有了花儿，这世界才变得芬芳；正因为有了鸟儿，天空才学会歌唱；正因为有了风儿，柳枝才学会舞蹈；正因为有了树儿，炎夏里才有了荫凉。每件事物，在世界上都有着不同的位置，人，也是这样。也许，你不曾拥有出众的外表，也许，你不曾拥有敏捷的头脑，也许，你不曾拥有惊人的智慧，但是，要记住，你就是你，你在这世界上独一无二的存在着。要相信，天生我材必有用，只要做的自己，你就将是下一个奇迹！

我曾听说过这样一个故事：

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，做一朵的小花，于是，我也就很快乐啊！

是棵茂盛的榕树，就不要去羡慕松树的挺拔，是棵高大的松树，就不要羡慕能结出美味的果实的苹果树，是棵丰收的苹果树，就不要羡慕芬芳的槐树。每个事物的存在都有它存在的原因，不要过分的羡慕别人，从而漠视自己的存在。我们在座的每一位同学也是一样，不要以为世界不需要你，把自己孤立在一个单独的世界里，而应该把自己也变成世间的一份子，并努力做的自己，这样你便会使世界上因为多了一个你，而变得更加精彩。

说到这里又有人会问，那么该怎样做的自己呢？

首先要了解自己，明白自己是个怎样的人：有哪些独特的地方，有哪些优点和缺点，有什么兴趣和爱好，有什么理想和志向。其次你要接纳自己，就长相，矮也罢，黑也罢，胖也罢，你就是你自己，你要满心喜悦的面对自己，能够像欣赏艺术品一样欣赏自己。无论你的家庭富有与否，你的父母是否都是知识分子，你都要承认他，坦然接受他；然后要不断完善自己，做的自己。当然不是和别人比，因为天外有天，人外有人，和别人比较，你永远都成不了的一个，你也永远享受不到那种喜悦。，是和过去的自己比较，努力让自己的每一今天都有新收获，有新进步。做的自己不必在乎你昨天是怎样的人，因为只要努力，你就可以做得更好，只要你坚持努力，你完全可以成为的自己。

让我们从此刻开始，做的自己！

**做自己演讲稿篇十二**

各位老师:

大家好！

今天我演讲的题目是：我爱自己的职业。

我从事教师这个职业已经有十余年了。这些年里我哭过，笑过，抱怨过，也满足过。现在我要骄傲地说一句：我爱自己的职业。

是教师这个职业改变了我。以前，我特别腼腆，虽然常常在宿舍里高谈阔论，可面对的人一多，我说话就没有底气了。记得有一次，班主任老师让我给全班同学讲一道物理化学题。我准备得挺充分的，可一旦站到讲台上，望着那些熟悉的面孔，我的脸一下子红了，怎么也张不开嘴。只好转身往黑板上抄题、写答案。写完一看，我的真难看。于是，还没等同学们完全看明白，我就把那道题擦掉了。后来物理化学考试时，正好有那道题。好几个同学埋怨我，为什么不讲，还擦得那么快。为此，我也懊恼了好几天，觉得自己不是当老师的料。经过多年的磨练，现在，我已经能当着五十多位陌生的家长有条不紊地发表自己的意见了。这是多么可喜的改变啊！我想，如果我不当教师，恐怕我还会一直腼腆下去的。

教师这一职业促使我不断地学习，不断地提高。以前人们常说，要给学生一杯水，自己得有一桶水。但时代在发展，知识在不断地更新，现在是要给学生一杯水，自己得是长流水。为了搞好教学工作，我放弃了自己心爱的小说，转而投入到备课、查资料、看教育杂志上。现在我的看书，已经不是为了消遣，而是成了工作的必需。我感谢教师这个职业让我不断地提高自己。

教师这个职业还让我认识了那么多可爱的孩子。我曾在《读者》上看到过这样一段话：教书有许多芬芳的报酬，给付“薪资”的老板是孩子。他们24小时营业，全年无休，而且年纪愈小的愈慷慨，随时随地不计工作现况，任意“支付”。对这段话我深有同感。当孩子们叫我老师时，当他们毕业几年后仍来看我，并在贺卡上署名“您永远的学生”时……我感到自己真是太幸福了。它让我觉得我所有的烦恼都是微不足道的，我所付出的一切都是值得的。

我爱自己的职业。今后，我将尽全力去做好它，不管遇到署什么样的坎坷，我都会挺过来的，因为教师这个职业也教会了我——坚强!

谢谢大家！

**做自己演讲稿篇十三**

不是因为在最美的时光，我才是的自己，而是我做了的自己，才能遇上最美的时光。

做的自己，莫让浮华遮望眼。

年少的方仲永吟诗作对可谓奇才，本应顺理成章努力学习，却因为贪图荣华富贵而环谒于邑人，最终的结果也只能是泯然众人矣。他若是单单用一颗纯真的心看待自己取得的小小成就又怎会成为众人茶余饭后的谈资笑料。

反而有人越是成功才越深沉。《花千骨》热播时，赞誉的洪流向赵丽颖翻涌而至，作为一个虔诚的演员，不见她在聚光灯下炫耀自己的辉煌，反而在摄像机前为下一部电视剧奔波劳累。如此谦逊才如此骄傲，她的努力配的上她的运气。

做的自己，用坚强做人生底色。

“生病是我的职业，业余才是写作。”这样调侃自己，当真是忽略了人生的失意，忽略了病痛的折磨，史铁生才有如此强大的内心面对地坛，面对母亲。还有凭借一条小鸡腿活得精彩的尼克胡哲，对他来说他和普通人并无差别，他甚至还去挑战跳级冲浪，以常人没有的勇气与坦荡面对自己的内心。

他们始终执一份坚强，尽管有过失意，想过放弃，但却也用最纯的坚守活出的自己，换得一片风雨之后的七彩蓝天！

做的自己，让理性战胜盲从。

经济学里用“羊群效应”来描述商家的从众跟风心理，一旦有一只羊起身，其它羊便骚动起来，全然不顾不远处的狼群。因为盲从，“会峰阁”被改名唤作“琅琊阁”；因为盲从，《非常完美》带动了《全城热恋》的低俗。在纷纷扰扰的大千世界，保持清醒的头脑十分重要，不要因为顺耳的好话而忽略了真正需要的忠言。如韩寒所说“抛弃盲从，活出自己，才是真正的人生！”

前人们那些纯粹美好的过往已然是他们最美时光里绚烂的一笔，的他们成就了的时光！

就让我们做的自己吧！就让那青春的光芒一直亮在破晓吧！

**做自己演讲稿篇十四**

谢谢今天来到这里的各位朋友。这个周末的下午，我们大家聚集到这个地方来探讨关于成长、关于感悟的话题。我想这不是我要向大家讲什么内容，而是我们大家一起轻松愉悦地，像喝下午茶一样来完成自己心灵里的一个发现。其实，周末到底有什么意义呢？就在于我们的心可以宁静下来，可以听听自己心里真正的愿望，看见自己心里面那些最柔软的、最芬芳的、最美丽的想法。在工作的时间里，我们匆匆忙忙，节奏紧张，可以去建功立业，安身立命，可以在这个社会上去实现自己的许多成就。

在这个时代，神经衰弱的人越来越多。实际上我们自己想想，“君子坦荡荡，小人常戚戚”，如果心里总是嘀嘀咕咕，放不下什么事，觉得这个事我没做到位，那个事别人对不起我，夜里怎么睡得好觉呢？所以，每个人要做到反躬自省，每件事内心都没有愧疚的标准并不容易。一个君子就是从自己的内心去反省自己，对得起自己的心灵，就不会被外界的繁杂纷扰所迷惑。

怎样从内心去反省自己呢？《论语》还提出君子应“日三省乎己”。这里“三”不是具体数字，是多次、反复的意思。换句话说，就是要一遍一遍地问问自己，有哪些事我还没做到。

“为人谋而不忠乎”，我给别人做事，给社会做事，我忠于职守了吗？中心为“忠”。也许有人会说，今天又不是封建社会，不用再提“忠”这个字了。我们来看看“忠”字的写法——“中”、“心”为“忠”。真正的忠诚不是忠于一个外在标准，一个社会准则，或者只忠诚于一个领导，这些只是最浅层的表现；真正的忠诚只有一个标准，就是内心的良知。“忠”在我们每一个人的内心。能够对自己的良心有所交代，就是最大的忠诚。也许今天，我们为了生活，不得不做很多违心的事情，但是一定要问问自己的良心，不能违背了对生命的忠诚。

“与朋友交而不信乎”，意思是和朋友在一起，你守信誉了吗？说大话的人很多，拍着胸脯，夸海口，好听的话谁都会说，但谁能保证，一言既出，驷马难追，最后能够真正做到呢？信守承诺，这并不是一件容易的事情，这也是需要我们时常反问自己的。

“传不习乎”，意思是说，老师教授的知识，你认真学习了吗？今天21世纪，互联网、电视、广播、报纸，铺天盖地的信息包围着我们。这些都是知识，我们能够轻易地从各个渠道获得知识，但是这一定意味着我们就会有所长进吗？知识的学习，知识的获得，难道就像有些老师批评学生说的那样，“左耳朵进，右耳朵出”吗？对于知识，我们需要把它融进自己的生命里，这个过程才叫“习”。学习之后要复习，学习之前要预习，温故而知新，学习学习，其实不光是孩子的事，也是我们每个人生命中的大事。21世纪是一个终身学习的时代，把知识的学习真正融入生命，时时记得反问自己，我们才可以说，我们真正有所长进了。

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