

# 2023年神经病演讲稿 女人当了妈会变成神经病(模板10篇)

演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 神经病演讲稿篇一

如果一个女人突然不联系你了，只有三种可能：一是她死了，二是她生孩子了，三是她的孩子到学龄了。

所以，你知道为什么我最近没动静了，为什么发文少了，为什么不出去浪了，一切都是因为，我的孩子到学龄了，并且刚刚开！学！了！

我才发现对于30+这个阶段的女人，生孩子是一个槛，三岁入园是一个槛，六岁入学又是一个槛。

原本，我打算陪娃几天，帮他准备一下开学各项事宜，我自己也放松一下，于是，向公司申请了一个周的年休假。

结果，还没休完我就哭着想去上班了。

我的体力接受着平日鲜有的磨练——光打扫卫生、收拾玩具就险些把老腰累断。

想看的书没能看，要写的文章没能写，一天连口水都顾不上喝。

说出来有人会信吗？你不就是天天在家接送个孩子吗？

实在心塞，向闺蜜诉苦并讨教，她们几个像商量好了一样齐刷刷回复：万分理解！刚入学几个月都是这么过来的！

可我怎么看人家的妈妈都那么轻松呢？我怎么看人家孩子都那么爱上学呢？

闺蜜a说：拉倒吧，我儿子第一周每天下午上课都睡觉，我差点气疯了。

闺蜜b说：别羡慕人家，我们适应了一个学期才调整过来，我险些坚持不住让他退学。

闺蜜c说：我们娃为了回家不肯写作业挨过多少揍，我都快得抑郁症了。

呼！我稍稍松了一口气。你看，女人就是这么俗不可耐，看到有这么多和自己类似的情况，多多少少都会有点心理平衡——原来我家娃不是最差的，原来我自己不是最悲催的。原来这些情况不是独我一个的。

## 02

第四天上学，送宝宝到校门口，他终于进步了，不再抱着我大腿哭，乖乖跟着老师走进去了。

我靠，今天的天怎么这么蓝！世界真和平！生活真美好！

突然觉得，我真像神经病。

说给刚刚当了妈的姐妹s听，她说，当妈的哪个不是神经病？昨晚我娃鼻塞，我紧张得一夜未睡，直到早上听着呼吸顺畅了，我这一颗心才落了地。

是啊，哪个当妈的不是神经兮兮一路过来的？

呵呵，换成你的娃高烧39度三天不退你试试？

换成你的娃被一波又一波的肺炎、咽峡炎、手足口传染你试试？

换成你的娃坐不住、不学习、考倒数第一你试试？

我们口口声声多么爱孩子，心里还是总忍不住跟“别人家的孩子”去比。人家个头高，人家体格壮，人家学得快，人家悟性强。

说完全不在乎，说一点不焦虑，那是骗鬼的。

我一直觉得这些年我铠甲加身，后来发现，孩子这根软肋，我还是脆弱到不行。

哪个妈妈不曾在孩子生病时愿意拿全世界去换他健康。哪个妈妈不曾在孩子危难时愿意用自己的性命去交换。

同事大姐曾告诉我，每当孩子不听话，恨不能将他打断腿。而每当他一生病，又紧张的整晚不能睡。甚至时不时拿手伸到娃鼻子底下，生怕他没了呼吸。

几年前儿子曾做过一个小小的外科手术。在医生看来，和感冒发烧一样普通。而我，在手术室门口几乎要死过去。

我对老公说：如果可以代替，我愿意替他进去，不用麻醉，随便割。

老公说：你能不能理性一点。

我不能。

在那一刻，所有当妈的女人都不能。

在那一刻，我就是个神经病。

## 03

那晚跟作家好友艾明雅聊天，我说，被孩子搞得很崩溃，觉得人生好失败。

她说，失败这事不就是我们这种女人面对熊孩子的专属情绪吗？

是啊。

我们不是拿孩子没办法，很多时候，我们是拿自己没办法。

每当他仰着小脸斩钉截铁地说“不”的时候，每当他眨巴着眼睛编那些惊人理由的时候，每当他眼神流露出“就喜欢你看不惯我又干不掉我的样子”的时候，每当他挑战我的底线把我逼得想动手的时候，我都要在心里默念一万遍：我亲生的！我亲生的！我亲生的！

然后深吸几口气，让内心的两个自己停止撕打，换上妈妈专属的和蔼可亲的笑容，拉起他的手：好孩子，来，我们交流一下这件事。

这些日子，我唯一干的一件正事，就是反思自己。

闺蜜dora曾对我说，当初她给女儿哺乳一直坚持到两岁。其实不是女儿断不了奶，是她自己断不了。她比孩子更心存依赖，不愿断开这种形式的依恋。

很多时候，不只是孩子没长大，是我们自己也没长大。

## 04

夜半与娃爸长谈，孩子的所有问题，皆是我们自己的照见。

他不够独立，是我们未曾彻底放手；

他爱发脾气，是我们对他缺少耐心；

他太过依恋，是我们对他缺乏锻炼。

在此之前的六年，我们给他的陪伴不足够，总是出差，总是忙活，总是想过自己想要的生活，而做父母也是江湖，欠下的，终究要还的。

好在，他只是对新环境适应慢一些，上课还是能认真听讲的，回家还是能按时写作业的，学习还是有不错的接受能力的。

所幸，他的心智人格都没有问题。

所幸，他人生的大方向没有偏离。

所幸，一切都还来得及。

我知道有太多妈妈和我一样，看起来都像神经病。

因为我们心里住着两个自己，一个是当了妈妈的自己，一个是仍是孩子的自己。养育一个孩子，就是逼迫我们和他一起长大。教育一个孩子，就是让我们重新活了一次。

当妈路上，我们且走且修行。

## 神经病演讲稿篇二

编者按：多发性硬化症[ms]是最常见的一种中枢神经脱髓鞘疾病。该病急性活动期中枢神经白质有多发性炎性脱髓鞘斑，陈旧病变则由于胶质纤维增生而形成钙化斑，以多发病灶、

缓解、复发病程为特点。今天与大家分享的是2014年神经病学领域多发性硬化症最新的研究进展。

## 一、多发性硬化症

人们对多发性硬化症[ms]的发病原因并不完全理解，但其发病机制越来越清晰。

多年以来研究人员一直认为多发性硬化症是自身免疫所致，越来越多的证据也证实了这一点。在2014年波士顿多发性硬化症会议上[**david hafler**]来自耶鲁大学医学院)宣布称：毫无疑问，多发性硬化症是一种受遗传和环境因素影响的免疫介导性疾病。目前已有大量证据支持这一事实：研究已证实180多个变异基因与多发性硬化症有关，其中大多数是免疫相关基因；多发性硬化症患者体内的免疫白细胞增多；最重要的是，如果我们使用抗体免疫疗法治疗多发性硬化症患者，他们的病情明显好转。

有些专家不同意这个观点，他们不确定免疫反应是否是多发性硬化症主要的发病机制[**stephen krieger**]纽约西奈山医学院副教授)在接受medscape医学新闻采访时回答：我相信多发性硬化症自身免疫的性质是发病的关键因素，就像我们所理解的一样。而我们尚未完全解释清楚的问题在于是否还有促进神经变性过程的其他因素。原发进展型多发性硬化症和继发进展型多发性硬化症（都没有炎症反应）的免疫调节失败表明了这一点。然而，研究人员还没有发现潜在的非免疫介导致病机制，但是已经发现了很多自身免疫性发病机制。

但是该机制尚有许多疑问没有解决。正如波士顿多发性硬化症会议上呈现的大量研究发现的那样，寄生在人体内的数以万计的细菌、真菌和其他单细胞生物等微生物群体也会影响多发性硬化症的发病。这在风湿性关节炎和炎症性肠病等免疫紊乱疾病中也有体现。多发性硬化症患者似乎有独特的肠道促炎菌群，然而，小鼠试验发现酵母摄入可以阻止多发性

硬化症的发展。饮食、益生菌和抗生素疗法是治疗多发性硬化症的方法，但这些方法似乎值得进一步的研究。

环境因素，诸如食盐摄入增加、维生素d缺乏、epstein-barr病毒发现以及吸烟等，似乎也增加了多发性硬化症发病的风险。这些因素背后的发病机制尚不清楚；但是它们与免疫系统的直接作用或者它们对肠道菌群的影响可能是致病原因。

hafler博士解释道：多发性硬化症免疫过程在大脑外开始，外围t细胞通过脉络丛和脑脊液进入中枢神经系统，th17细胞和th1细胞进入脑实质后导致长期炎症。然而，研究人员还需明白更多细节来把多发性硬化症炎症和神经变性机制完全解释清楚。

## 二、多发性硬化症：新目标，新疗法

krieger博士也强调，另外两个领域也非常重要，如果循序渐进，今年的多发性硬化症治疗也会有所进展。

krieger指出在未来几个月中，我们会在新闻头条中看到多发性硬化症临床研究治疗的各种信息，有的在评估有效治疗方法，有的在寻找新型治疗药物。这有可能改变我们对患者的实际治疗方式。

## 三、多发性硬化症在将来很常见吗？

2014年也见证了一项潜在药物治疗多发性硬化症的重要进展，gate试验将通用醋酸格拉替雷与考帕松和安慰剂作对比。研究发现通用醋酸格拉替雷和考帕松比安慰剂效果好很多，主要终点是钆增强病变。而且两种药物的预后、安全性和耐受性几乎相同。年多发性硬化症药物研究花费数以千计的美金。迄今为止还没有一种常规且有效预防的ms药物。因为醋酸格拉替雷是最常用的ms处方药之一，能够潜在（不一定）

降低很多患者的治疗成本。廉价的治疗选择可能会使那些因无力支付治疗费用而不能接受治疗的患者有所减少。

## 神经病演讲稿篇三

大家好！

如今，考研已成为趋势，大三的时候，我们也该全身心的投入考研的备战当中。主动加深对专业课的认识，用心表现自我，将两年的的积累慢慢释放，大胆提出自我的见解及创新，注重培养自我独立解决问题的潜力。了解社会动态，以便更好的选取出路。树立“咬定青山不放松，立根原在破岩中”的精神。

所有的辉煌都不是一蹴而就的，无论此刻的我们将何去何从。行者无疆，大道无痕，即使身后留下的只是深深浅浅已然不清晰的脚印，我们依然行走在消逝中，消逝在行走中。永远也不会停止。我的'大学就像一把伞，撑了很久也不肯收，是你，我的大学，风雨无阻的陪伴我走过每个花开花落，每一个寒冬酷暑。

在学业即将结束的时刻，我们就应淡定的面对那最熟悉的陌生人：社会。时刻警醒自我，机遇偏爱有准备的头脑，为自我制定进入社会以后的第一个5年计划。回顾总结整个大学旅程，秉着“外物围我千万重，我自岿然不动”的心态，应对社会上的各种诱惑。积极应对毕业后的生活。

谢谢。

## 神经病演讲稿篇四

今天我们进入演讲口才这一章。这部分有两个内容要讲授给大家。第一个，演讲的准备，第二个，演讲稿的组织。

在开始我们的演讲前，有十大准备要素。就是我们的这个演讲要进行下去，要准备哪一些环节，有十个方面。

第一个是选择话题。先把话题选择好，话题选择好了，题目就有了。第二个是分析听众。然后收集资料，第四就是写作演讲稿，第五可以制作视觉的辅助物，然后是设计态势语言，接着修饰形象，第八要编制摘要，第九全面演练，最后是熟悉演讲的环境。这就是我们准备演讲的十大要素。

那么我们的目标是什么？我们组织这十大的要素，我们准备要干什么？

其实我们要展现给听众面前的，就是一个完整的、优美的、具有说服力的演讲稿。那这个演讲稿是要达到怎么样一个层面呢？就是要有渊博的知识，要有充分的材料，要有严谨的逻辑，要有准确的语言，要有清晰的结构，这就是我们的目标。

接下来我们一个个来说。

首先第一个，选择话题是怎么选的。其实演讲是否成功，关键是这个话题。话题选择好了，你的切入点就能够吸引人。所以我们在选择话题的时候，要遵循的三条原则是：我这个话题肯定是要适合我，适合这个做演讲的这个人，第二要适合听众，听众要愿意去听，第三也要适合组织者，也就是主持的人。因为这个主办单位要用什么主题，你得考虑到他们。但是他们呢，也会考虑到演讲者能否讲，也要考虑到听众是否愿意听。

这是选择话题。当然选择话题与包含着选择题目，题目就是演讲开头的开头，太重要了。有时经常看一些视频，演讲的视频，尤其是一些的命题演讲，学生类的演讲，命题的演讲，经常会看到不同的题目，有些同学起的题目特别新颖，非常的好。言简意赅，切中要害。其实就是话不在多，简短的几

个词就可以了，但它浓缩了整个演讲的内容。

所以好的题目就是一个好的构思，要能够做到生动、精炼和新颖。

第二，我们讲分析听众。前段时间我有讲过，分析听众是演讲的一个重要的环节。你说什么当然是重要的，但更加重要的是对方听到什么。所以一定要把听众来分析好。有一个非常重要的问题就是不管你的话题是什么，你怎么样开展话题研究，关键是听众需要什么。你的对症下药。

那么听众的分析我们要从那几个方面下手呢。

第一个听众的相似点。第二个听众感兴趣的话题的内容。第三听众的规模以及他们对演讲的兴趣点，熟悉程度，然后为此你再去制定一个整个的演讲的战略。把听众分析透彻。

接下来就是搜集资料。

分析了听众，然后根据听众的需要来搜集资料。这是很重要的。

人挪活树挪死

所以大家可以看下屏幕，要搜集适合听众的材料。

所以你要根据不同的听众来搜集不同的材料，让它们非常的入耳。入口还不行，还得入耳，进到耳朵里，不要什么消化，马上就能反映出来。那你这个演讲就能够立竿见影。效果就有了。所以我们要搜集适合听众的材料，要搜集不同类型的材料，然后丰富我们演讲的内容。并且我们还要把这些材料干什么，汇集到一些卡片上来进行归纳整理。并且我们还要准备额外的材料。

也就是怕万一这些材料讲完了，讲着讲着突发事件出现了，我们可以把额外的材料马上用上去。不同层面的，正面反面的小故事罗列起来，正面的材料罗列起来，反面的材料罗列起来，然后我们在演讲的时候就可以信手拈来。所以我们要搜集材料，写作演讲稿。

卡耐基说过，深深的思想你演讲的题目和内容，就是把题目和内容深深的相透了，一直思想到烂熟和融化，于是，你就可以制造出一套新的思想。像一粒种子的幼芽，自然地膨胀而发展。

就是说你在演讲稿的写作过程中，就是一个烂熟和融化的过程。烂熟于心，才能够进行演讲。你演讲稿都不熟，再加上如果演讲稿也不是你写的，你如何烂熟于心，达不到烂熟与心的一种境界，你如何感动听众。为什么，因为你自己都不熟悉的东西，你不可能和听众进行互动。

制作视觉辅助物，比如图片、图表，包括一些ppt也是视觉辅助物。

但是要注意，制作这些视觉辅助物的时候，不能够喧宾夺主，它就是辅助物，不能够太复杂，也不能够太多，所以要简单清晰地制作各种辅助物，主体不是它，但是要有。有的时候可能有一段音乐，有的时候可能是一个纸盒，有的时候可能是图表，有的时候可能是一个实物。

接下来，设计态势语言。有的同学其实特别不会用态势语言、行为语言。包括站姿也不会站。站着站着就不知道怎么站了。是左脚在后，还是右脚在后。是交叉的还是并列着的，也不懂。包括站姿、走姿、坐姿。包括任何的手势语言，五指、掌心，掌心朝上还是掌心朝下，它是有语言的。

什么时候掌心朝上，什么时候掌心朝下，什么时候一个指头。比如请你上来应该是这样的请，二而不能是一个指头。这种

态势语言是反映了你懂不懂的这个文化的问题，有没有素质的问题，有没有修养的问题。所以态势语言一定要设计。

人挪活树挪死

再来，修饰形象，这个不用我说了，发型、风格是否跟你一致。有些人用这样的发型非常的好，对你可能就不适合，所以适合自己的才是最好的。但是前提是，你要搞清楚，你自己是什么样的人。然后根据你是什么样的人来设计你的形象。

同学们，美好的第一印象是很重要的。这现在这样一个大千世界，不可能每个人都非常熟悉，大家经常是打交道完之后就拜拜，然后再下次打交道，每个人都是朋友，都是合作伙伴，不可能做在那里，我们日久见人心，很少有这样的机会。因为这个社会是个快节奏的社会。好，交流这么频繁，所以每一个人都要保持给每个人留下美好的第一印象。

第一印象靠什么，就是服饰。你的服饰就是你内在思想的外在表现。什么礼仪，礼就是思想，仪就是仪表。你要把你的思想很好的表达出来，就是你的服饰。用莎士比亚的话来说，服饰就是你的人格。所以我们要非常注重好的形象。

不在乎你花了多少经历，花了多少的金钱，而在于，适合你的才是最好的。适合你的风格，适合你学生的身份，适合你的演讲的场景，就是最好的。但是不能不重视，它非常的重要。

下面一个，编制摘要。

为什么要编摘要，丘吉尔说过，我买火柴保险，但是我不希望我的房子着火。万一着火了怎么办，我有火灾保险。大家都不想要这个万一。但是万一出现了怎么办，我们要做好准备。那么就要学会制作卡片，编制摘要。

编制摘要之后，会感觉你的演讲不是背，而是在说。

怎么编制摘要。先要点和次要点，然后再列大纲，然后摘录你最不容易记的几个词，你要记下来。别人容易记，你可能不容易记，你要把你记不下来的词给记下来。包括一些提示词。

每一个演讲稿都有几个非常关键点，这些关键点恰恰是你最不容易背下来的，所以你要记下来，做一个卡片，万一需要用的着的时候，可以一举起手就能看出来。哪怕写在手上也是一种提示，至少让你的语言比较流畅。

并且能够杜绝很多所有同学都会犯的毛病，什么“哼”“哈”“啊”“这个、那个”，出现这些不必要的。这个吧、那个吧、然后然后然后、哼哼哼。。说了一分钟7、8个然后。其实然后就是我们写文章是的逗号，你就把它当成是逗号停一下，但是很多人然后就是逗号，但是出现了很多的然后，大家做在那就不会听你讲什么。而是在数，一个然后、两个然后、三个然后，就在那里数。

这样就会转移你真正演讲的注意力，真正想听的没有注意，然后你讲的没听清楚，我只记住你讲了几个然后。这样不行的。

### 人挪活树挪死

还有要反复演练。真正的演讲不练习是上不了台的。一定要反复练。包括你的面部表情，你的眼神。

每一个人都想把演讲做到最好，所以要反复演练。并且熟悉演讲的内容。

人们常说，一个很糟糕的房间，会将一次最好的演讲变成一场灾难。所以我们还要把演讲的环境熟悉了。

要到一个陌生的地方，一定要先去看看，看看它的室内，看看它的桌子是什么样的，然后看看它的背景，有没有黑板白板，看看讲坛的高度，这些小的细节，往往决定你的成败。关键是做了这些东西之后，能够减轻你紧张的情绪。因为你做到了心中有数。

好。我们的第二部分，演讲稿要怎么写，也就是演讲稿的组织。

演讲稿是一个非常独特的一个语体。具体什么独特呢。它首先是一篇文章，但是这个文章又是一个口语化的文章。不能像写论文。但是它又是一个成文性的口语。

这里面的绕来绕去，说来说去是什么个意思呢。就是说，它是一篇文章，但是是口语化的文章，文字是立体的。

怎么立体，就是它的语言的特点，听众的明确性。

因为演讲稿和别的论文不一样，它需要避免出现模糊和杂乱，并且针对性非常强。所以这个时候就需要你的演讲稿具备了听众的明确性。你想告诉听众的是什么，还有语言的技术性。我讲完了之后很难倒带再听，也不能暂停，稍纵即逝，我讲完就是完了，怎么办。所以演讲稿的组织要逼写文章难很多。难度非常大，并且你讲的过程中，还要让大家记住你所讲的话。你想想你的句子，长句能记住还是短句能记住啊，肯定是短句能搞记得住。还有什么句子能够记住？肯定是排比句能够记住。还有设问句、重复句，这些句子就能够记住。那么演讲稿里就经常要出现这样的句子。

还有表达的现场性。

林语堂说，一个好的演说家，在他的演说之后有四分，第一份他自己准备的、第二份临时讲的、第三份报纸上登的，第四份是在回家的路上想起来应该讲的又没讲的。这段话什么

意思呢，就是表达的现场性和他准备的是不一样的。演讲稿会突然的发生了变化，林语堂他说的他就有四份。

在我这次演讲完了，下次演讲会更好，再下一次会更更好，永远在变化在进步，不可能完美，因为演讲的现场性决定了，要临时的变换你的演讲的次序，演讲的结构。所以林语堂说，他感觉了他的演讲是准备了四份。这就是表达的现场性。

组织演讲稿最容易犯的错误是什么，就是把演讲稿写成论文或者报告。

学术演讲当然可以写成论文和报告，但是学术演讲的语言的组织也应该是口语化的，否则听不懂。

### 人挪活树挪死

大家一定要记住，演讲稿是为乐别人的耳朵准备的，不是为了其他人的演讲准备的。为耳朵准备的，那就要入耳，口语化。

演讲稿怎么写呢，就是它的口语要简洁，内容要精确，形式要美。说起来很容易，做起来还是比较难的，要经过反复的练习。

所以我们演讲稿的表达要求，就是简练、生动、流畅、通俗。我们这里说的通俗是什么。雅俗共赏、深入浅出，不能口水化，不能文言文，不能方言，不能咬文嚼字，一定要口语化。大家可挺好了，一定要口语化，不要口水化，也不是理论化，一定要简练、生动、流畅、通俗。

### 演讲稿的积极作用在哪里。

当然了，你说我要准备个演讲稿，然后进行演讲，它的作用当然是非常大了。说实话，我要有个演讲稿，我演讲的时候

我会非常有底气。不管怎么说，我临场再怎么去发挥，我有个演讲稿，大概的框架我都有了，心里就踏实了。

所以演讲稿有了以后，至少它的内容是正确的。第二是语言的规范性和有表现力。你准备好了演讲稿之后，你语言的措辞肯定是经过了斟酌，所以你的语言一定会有一定的表现力。

还有就是容易克服怯场。有了演讲稿心里就踏实了，然后在台上就会克服一些紧张的情绪，保证了演讲的时间。演讲稿大概一分钟，200个音节到300个音节之内，按照我们中国人的语速。250个音节左右是比较正常的。一分钟250个音节，10分钟2500字。如果紧张点的稍微快一点，大概就要准备2700字。你们就能够把10分钟的演讲准备下来了。至少能掌握一定的时间。

所以演讲稿的好处很多，但是你不能拿着演讲稿去念啊。我们这们演讲与口才的课程，最后一堂课的考试，所有的同学都不能拿着演讲稿上来，全部要背稿。你只有背稿，你才有感情。

你没有感情你上去了那能叫演讲嘛。不叫演讲。所以第一步先写，第二步记。第三步扔掉演讲稿上来讲，不要演讲稿讲。

所以有三步骤，写、记、扔。当你烂熟于心的时候还要什么演讲稿呢。那有的同学会说记不住，好，写成提纲，但也不能一直拿着看，你可以喔在手里，让你心里踏实，然后你就娓娓道来地进行你的演讲。否则上去念，那就不叫做演讲，那叫做报告。

所以记住，我们写完了，记下来，之后我们应该扔掉它。扔掉干什么呢，就是在我们演讲的过程中，把所有演讲稿的内桶变成自己的话，然后娓娓道来，这是一个过程。

演讲稿的特性是什么。是声传性。声传性，表达你的心声，

所以要入耳、上口，这是声传性。还有一个临场性，现场的发挥。我准备好了演讲稿，根据现场观众不同的喜怒哀乐，要不断地调整。

另外一个整体性，三方人物、四重联系、五个环节，构成一个整体，它是一个综合表现。

人挪活树挪死

再来我们看演讲稿的结构是什么。

有开头、中间和结尾。我以前说过的，演讲稿的开头要像老虎一样的开头，强而有力。并且我也跟同学们说过一句话，整个的演讲10分钟，前三分钟的时间里面一点要抓住听众。抓不住了，那之后的七分钟就麻烦了。你要想在后七分钟再去抓住听众就很难很难的。所以你就要在前三分钟的时候抓住听众。

怎么抓，开头就要像老虎一样的去开头，抓人心、抓眼球，中间的资料内容要有正反资料、并列递进的资料，要像猪肚子那样的丰满，大家听了以后觉得自己信息量极大。结尾也不能草草收场，结尾和开头同样重要。那结尾就要像豹子一样结尾，意味深长。这个演讲才能够完成。

所以演讲的开头是什么，提出问题。但是提出问题是讲究技巧的。中间是分析问题，结尾是解决问题。良好的开始就是成功的一半。同学们要记住，你的开头应该是演讲稿最后一部分的时候去写，你的开场白是最抓人眼球的。

经常是，作为演讲来说，3分钟5分钟的演讲，一分钟往那里一站，大概所有的评委都知道大概的定位了，给你多少分。所以你的开场反映了你的综合能力。

开头要短小精巧，因为它有时间的限制，大概是这个时间

的10%或5%，一个比例，时间的比例，所以一定要非常短，但是一定要精。要动脑子，要把这部分设计好。

那么怎么确定演讲的开头，有五个目标。

听众的期望值是什么，你要想好。奠定演讲的基调，你的调子要定好，然后你的中间和结尾才能定好，就跟弹钢琴的时候一样，你要把调先定好，你才知道怎么弹，你不能一会这个调一会那个调。

并且演讲的开头一半都是轻缓平，平着开头。我说的平是不能高音，要慢一点开头。要稳着开头说，最后到演讲中间的时候才有激昂，一个接一个，最后一个结尾。应该演讲是这样的一个过程，你要好好去设计。但是不要一开始调子定的非常低，到后面你没发发挥，上不去。

但是并不是说，平缓就没有力度，不是的，一定要有力度。这个力度靠什么，靠你的各种形式来体现这个力度。一会我就往下讲，各种方式，根据你的特色来设计你的开场的方式。

三、这是一种方式。第二种方式，我是李四，先给大家讲个故事，这是另一种开头。很多的方式。怎么能够抓眼球，要根据你的自身的特点来设计。

还有要建立演讲者的可信度。大家对你的一种信赖，坚定。把你当成一个非常好的演讲者，对你有一种仰慕，欣赏。你的演讲就非常成功了。它跟人的年龄的大小没有关系，而对你的真知灼见是有关系的。一定要有自己独到的见解。

人挪活树挪死

开场白有很多种形式，有故事型、有共同基础，讲我们共同的话题。有个人参照，有个人经历，有赞美，很多种排比、幽默、双关等，很多的方法。但是开场白要注意，你不能一

开场就开场了5分钟。10分钟的演讲，开场2—3分钟，马上就要进入主题。所以开场白最忌讳的是平淡，自我吹嘘，谦词过多，吹也不行，过渡的谦虚也不行。

过渡的谦虚等于虚伪。

一定的谦虚是很好的，但是是要分场合的，现在是演讲，你就是最好的，告诉大家，我来讲什么观点告诉你。大家可以批评指正，但是不能说我怎么怎么不行。

所以，没有一个开场白是以谦虚的词、道歉的词语来出现的，不可能。

所以我们的开场白，可以有设问式开头。

提问题，聪明的提问是智慧的标志。能够唤起听众的注意力，但是提问是一定要提得好，不能瞎提。提完之后自己还没怎么着，自己就笑了，就是说提出来的问题不是问题，小学生都能够答得上来，那很麻烦。

但你又不能老是提问题，整个一开场全在那里提问题了，那更不行哦。因为你提完了你还得答，等你答完以后整个时间就过去了。所以提问要适当。

讲故事，叙述故事是最好的，最能赢得听众的注意。初学者一般最好用这种方法。初学者在开头的时候千万不要说幽默的话，你掌控不好的。除非即兴演讲，非常熟的朋友，作为开场，你可以说，平常的情况下还是最好讲故事。演讲比赛可以讲故事，即兴演讲也可以讲故事。但是即兴演讲有时间限制，你可以不讲，但是故事式开头是最保险的。

要做到与你的话题相关。你弄个故事，比如说，我们要独立，我们要做个自强的人。

有一次演讲，上海一个人做了一次演讲，听众反映非常好，怎么好呢，大家陷入了一片沉思。这个题目的大标题，“自强”“独立性”，是大标题，他可以自己设小标题。

结果他上了讲了个故事，举了个例子，说上海有一个小学，小学五年级的一个学生，大概的意思是这样的。他的妈妈呢，每天早上要给他剥一个鸡蛋，让他早上在路上或者到了教室把这个鸡蛋给吃了。结果有一天她妈妈忘记了剥鸡蛋，结果他带了一个鸡蛋到学校，那孩子也忘了，都忘了要让妈妈先剥鸡蛋。到了教室，把书包打开，拿出来鸡蛋的时候没有剥皮，他就没法吃，结果他把鸡蛋拿了回家。后来他妈妈就文，咦，你怎么没有吃鸡蛋呀，他说，没有剥皮的鸡蛋我怎么吃。举了这个例子，然后就开始进入正题。

就是你也可以讲个故事，一定要跟你的题目吻合。

解题式开头。

例如讲“祖国”，我和祖国这种题目。然后先把这个题目来解释一下，但是一定要做到不能够落俗套。这种解题式确实是很难脱俗。但是它是一种形式，自然要转入正文，所以这里的过渡语一定要掌握好。

明旨式开头。这是最容易的。开门见山，直接切入正题。学术报告的话用这个是最好的，学术演讲。

人挪活树挪死

今天我讲的题目是。。讲三点，一二三，巴拉巴拉，最后、最后一句是。。总而言之。这个演讲就结束了。几乎都不用怎么设计，开头、结尾、第一、第二、第三、最后，但是这种场合一般在比较严肃的演讲中，非常保险。

但是如果是一般的演讲题目的话，大家想一想，它是否能引

起公众的共鸣。要选好，但是它也是一种开头的形式。

好，抒情式的开头。年轻人特别愿意用。大海啊，长空呀，宁静的长空啊，这种抒情式的开头也很好。但是抒情完了以后你怎么去收尾，怎么把它收回来，一定要收好，要不然做出来就很做作。因为你讲了半天你要收回到你原来的主题去。而你的主题是非常现实的主题，你得收好。

示物式开头。军事演讲经常会用，还有法庭演讲，证据。

演讲的主体是什么，就是我们要展开的叙述的，像猪肚子那样丰满的主体。

演讲的主体首先要有个结构，一般演讲只设两三个论点就可以了，因为要看你的时间。如果20分钟你设三四个论点，如果只是10分钟，你设那么多论点干嘛，有两个左右的论点就足够了。

然后用标志性的话语来提示你，比如第一、第二、第三，首先、其次、再次，一定要确定好。你如果不用，首先、其次、再次，第一、第二、第三的话，你就要用到句子。结构性相同的句子区分段落。嗯，一定要区分开。

然后用充分的论证，来证明你的猪肚子是怎么样的丰满。用什么方式呢。并列、递进、正反。用这种方式，典型的材料，妙趣横生的材料，正反两反面的材料，来论述你的观点是正确的。你的见解的独到性，通过这种方式展现。

然后再设计情感的起伏，这是演讲稿最难设置的，但是设置好了，的确，演讲者会特别动情，听众会特别的振奋，最后双方达到了共鸣。但是这个情节一定要有。

怎么来设置这个情感高潮起伏，重复句、排比句、设问句和反问句，这是每一个演讲者写演讲稿必须具备的才能。一定

要设计这个激情，营造这种氛围。演讲者要设置的高潮起伏应该是，快者掀髯、愤着扼腕、背着掩泣、羨者色飞。感人心者莫先乎于情，达到这样的境界。

感情上一步一步地说服听众，理论上一步一步地抓住听众，内容上一步一步地吸引听众。最后达到了演讲的高潮。

人挪活树挪死

在这个设置完了以后，还要安排过渡语。

过渡语不要多，不要重复。你可以用各种过渡语，一方面、另一方面，值得一提的是，需要强调的是，一个个不同的过渡语。

过渡语感觉就是一段一段，因为我们看不到演讲稿的文字，我们就听你一段一段的在那儿说。

库什纳说，当你拿不定主意的时候，就加上过渡句，过渡句多了没有关系，但是一定要加上。不能太简单，不能太相似，宁多勿少。

很多语言我们都说宁少勿多，但是过渡语不是，我们宁多勿少，但是要起着穿针引线的作用，让我们感觉，听了你的演讲稿是一段一段一段的，并且这个一段一段还是递进式的。并列有，递进的情况也有，一段说，一段说，最后达到一个高潮，这是过渡语。

内容的预告和内部的小结，都可以穿插在过渡语上。因为大家听你讲是听觉，没有视觉，所以大家会感觉比较乱，怎么办呢，你就在讲一段的时候小结一下，或者在讲每一段的时候提示大家，我有几个点要讲，经常做些提示。

那么演讲的高手，是会把，过渡语、内容预告、内容小姐合

成一体，这是可以做的，目的只有一个，让听众听起来清晰，明快，记得住。

演讲的结尾。结尾和开头当然同等重要。良好的结尾能够意味深长。结尾要注意什么，肯定不能匆匆了事，一定要富有鼓动性。

狄金森说，结尾留下些没讲的东西，应该与你讲过的东西同等重要。意味深长，像豹子那样结尾，大家可以试想一下是什么样子的。

总结式结尾、感召式结尾。经常会有。

感召式结尾很厉害，怎么能做到感召式结尾呢。提希望、发号召、表决心、立誓言、祝喜庆、贺成就，能达到这种感召式的结尾的，可以说能达到，使人激、使人动。

总结式结尾比较容易，能够达到感召式结尾需要下工夫，抒情式结尾和警言式结尾，用名言、名人警句，可以做到警言式结尾。抒情式结尾给人以启迪，再怎么抒情也要切入主题。

当然还有个呼应式结尾。与开头呼应，这是我们年轻人也经常做的。

呼应式结尾，不是重复，但是它的句子是并列的。上面用排比。底下也要用排比。上面用顶针，结尾也用顶针。上面用回环，下面也是回环。它是并列的，首尾呼应。

那么演讲稿写完之后，有了开头、有了中间结构、有了结尾，下面就要进行文采的修饰。

人挪活树挪死

文采是什么，首先要选词炼句，然后用词格。词格是我们比

较难掌握的。

词格怎么用，一般情况下，我们在写演讲稿的时候，写完要进行修改，句子不宜过长，要用短句，还有呢，文言文和方言词语坚决不能用。歇后语能不用也不用。名人警句是可以用的。但是名人警句用的时候一定要用到位。

莎士比亚说的就是莎士比亚说的。但丁说的就是但丁说的。千万不要张冠李戴，莎士比亚说，走你的路让别人去说吧，那不行的。

要是记不住了，你可以说，记得有一位名人这样说过。。可以用这种方法来说。一定要准确。

然后在语音方面，把单音词一定要换成双音词。这样读起来朗朗上口。应该应用辞格，这个辞格就是比喻、比拟、排比、层递、设问和反问。

比喻当然是非常好了，有语言的感染力。但是比喻要忌讳别人用了你也用，像王尔德说的，第一个用花比美人的人是天才，第二个再用是庸才，第三个就是蠢才了。不能别人用了，你也用，一定要选新颖的。

第二个比拟。拟人和拟物都可以的。但是一定要用的好，你用的意思是烘托气氛，如果用不好就事倍功半。

排比，就是年轻人最好用的。排比句，两个或者是三个，四个五个、、、马丁路德金的我的梦想。我梦想。。我梦想。。我梦想。。我梦想。。非常大气，用得好。字数相近的话就能够用排比句。

层递。层递比排比更进一步。它有递进的一个关系，按照时间顺序，一层层的递进。对比，两体对比和一体两面对比。能够达到一种效果，什么效果呢，能够揭示事物的本质，有

说服力。

在最后呢，应该有个演讲稿的修改。每个同学在写演讲稿的时候，肯定要进行演讲稿的修改，修改的就是动词、形容词、名词，要重新排列。我们的汉语那么丰富，我们要表达一个意思的时候可以用n个动词，怎么适合用到这个动词，这就是大家要琢磨的，要斟酌的。

怎么修改，应该有一个顺序。先整体，后局部。先观点，后材料。大处先改，然后慢慢改小处。

具体下来呢，第一，校正观点，第二增删材料，第三调整结构、第四变换手法、第五修饰你的语言，如何的上口入耳，这就是演讲稿的修改。

那么这里演讲稿这一章就讲完了，接下来就来听你们说了。

人挪活树挪死

## 神经病演讲稿篇五

大家好！

今天下午活动时间，我们要在会议室召开绿色环保和安全的演讲会，这次活动是我一手设计的，从开始排版，到和校长主任洽谈，都是由我负责的！

就因为这次活动，耽误了我不少的课程，老师不满，妈妈生气，各方面给了我不少的压力。但是我顶住了各方面的压力，在重重困难下完成了这次的活动任务！

我在这里告诉老师，您放心吧！我不会让您失望的！告诉妈妈，我要学习两不误，要把我该做的事做好，做什么都要有

始有终，您不要责怪女儿，您的唠叨女儿会记下的，一定要听您的话好好学习，把丢掉的时间补回来，一定不会让你失望的！老师和妈妈的责怪我都能理解，她们是怕我因为这次活动影响了我的学习。所以在接下来的日子里，我一定要把耽误下的功课补回来，做老师的好学生，做妈妈的乖女儿，让老师满意，让妈妈放心，做一个完美的自己！

敬爱的老师、亲爱的伙伴：

大家好！

我叫梁创官，今天我第一次站在讲台上演讲，而第一次演讲就是竞选班长，此时此刻我很激动，也很紧张。班长是一个许多同学向往的'职位，需要一个有能力有爱心的人来担当，我相信我有这个能力。我在一二年级都当过班长，大家是不是继续给我这个机会呢？让我童年的日记里留下为全班同学服务的无比美好的回忆吧！我热情开朗、热爱集体、团结同学、拥有爱心。我的缺点是看不起差生，不爱听别人对我的劝告，在未来的日子里，我将改掉这些毛病。

假如我竞选成功当上班长，我将用旺盛的精力、清醒的头脑来做好这项工作，我将举办一系列活动如朗诵、演讲等等，当然还有很多我就不多说了。我想我们都应该当个实干家，不需要那些美丽的词汇来修饰。假如我落选了，说明我还有许多缺点，我将继续自我完善。

同学们，信任我、支持我，请投我一票，谢谢大家！

满山的桃花、碧绿的田野、金灿灿的油菜花望不到边际，农民，您用那粗壮的双臂换来我们的美食，您用汗水浇灌了我们的身体。

当你坐在小汽车享受个人的流动空间，当你坐在巴士享受公众的效益，当你坐在远行的大船享受旅途的潇洒，当你飞入

蓝天把世界变小，您可知道劳动的美丽。

当你走进饭店、走进商店、走进繁华的商业区，您可知道服务的辛苦，站了一天的腿还是那样站立。

当你走进学校，您可看见知识的闪光，您可听到书与人的交流，您可闻到老师的汗水，知识变的劳动更加的伟大无比。

当你一切容入了社会，周围的一切都是平凡的劳动所给予。

生活是如此的美好，人类是如此的进步，一切的一切无不来自于我们的艰苦劳动、平凡的劳动，劳动是那样的默默无闻。

劳动创造了历史，劳动创造了未来。在新的五一国际劳动节到来之际，让我们赞美劳动最美丽。

## 神经病演讲稿篇六

大家好，大家好，谢谢谢谢，不过不好意思啊，我上台来耽误大家一分钟时间，我这儿念个寻人启事，大伙听一下啊，寻人启事本院于昨天晚上，不慎走失一名神经病患者，该患者男30多岁，中等身材，戴副眼镜，高兴时喜欢抠脑袋，你问他，你上哪去，他必然回答，这是你别管，你接着问，你干嘛生气啊，他必然回答，这是个圈套，你最后问，什么圈套，他一定回答，我是光着进去的，如果全部答对，可证明此人就是该患者请速与我院联系，湖州市神经病医院。大伙都听见了啊，咱们赶快看看，身边有没有这个人，如果有，电话联系，因为这个神经病啊，杀人放火，调戏妇女他不负法律责任，没听清的我在念一遍啊，本源与昨晚。。

诶，嘿嘿嘿

这是你别管

答对啦，干嘛生气啊

这是个圈套

什么圈套

我是穿连衣裙进去的不对啊，应该是光着进去的出事了

别别别，你别过来

出大事了

什么大事啊

神经病医院，跑出个疯子

这事您也知道

我跟他们熟嘛

那是那是，干嘛要跑出来呢

伙食太差

那可以向院长反映嘛越反应越差

怎么会呢

你神经病吧你

我神经病啊

## **神经病演讲稿篇七**

姬剑晶

在我的生命里有两种人，一种是好人，另外一种呢，对，是敌人。

小时候，我到我最喜欢去的书店看书，我看到了一本我最喜欢的书，当时我没有钱，我把它拿来夹在我的外套里，我就往外走，我刚走出去，老板就把我抓住，老板说我偷书，他硬要我把我的爸爸叫来。天哪，我怎么敢把我的爸爸叫来，这事情要传出去那我的爸爸怎么办，我怎么办，我跪在地上苦苦哀求，我说老板，你放过我吧，可他硬要我爸来到现场，当时我觉得这个书店的老板是我的第一个敌人。

我的爸爸来了，一路上我拼命地想跟我的爸爸解释，他一言不发，回到家里，刚刚踏进脚门，他立刻说“给我跪下，今天没有想清楚不准站起来。”我跪在地上，跪了整整一夜，我的腿肿了，我的泪也流干了。第二天早上，我连腰都直不起来，当时我觉得我的爸爸为什么不理解我，那个时候在我的心里，我有了第二个敌人，我的爸爸。

好不容易我大学毕业了，我的女朋友终于结婚了，可是新郎不是我，我问了她十万个为什么，可是到最后，她连一句解释都没有，四年的感情啊。各位你们说说，她是不是我的敌人。还有上一次，我来到演说家的舞台，有些没有选我的导师，还有一些没有投我票的观众，没事，我强大了。

不过话说回来，生命当中需要好人，但有时候也需要这些打引号的敌人。要是没有书店的老板，我可能不知道怎么做一个人，要是没有父亲的严厉，我也不可能拥有现在的胜利。如果没有爱的伤害，现在的我也不知道怎样去爱，包括没有选我的导师和没有投我票的观众，我觉得你们都是上天派来成就我最亲密的敌人。

所以今天无论您选我还是不选我，我都要送给今天所有的评委以及现场的观众，我要送给你们一个礼物，你们都是好人。

## 《继父的爱》 崔永平

我第一次接触到继父这个词是在我五岁那年，妈妈带我到了继父的家里，我一开始并不喜欢我的继父，他就是我的敌人。

在我的印象当中，他戴一顶赵本山的帽子，邋里邋遢的，整天喝得醉醺醺，我清晰地记得，他在跟我妈妈婚礼的那天，他喝醉了对我说“瑞瑞（我小名叫瑞瑞），爸一定会好好对你的，你放心。爸一定会好好,,,”说得哈喇子都下来了。我心想为什么我的命运会这么坎坷。在一次家庭聚会当中，我当着所有人的面，我指着鼻子骂他，“你对我一点儿也不好，管我这的管我那的，我不需要你管，你也不是我爸。”这一仗我打得很爽，当时让我的敌人身负重伤。

但是随着我年龄的增长，渐渐地我开始喜欢我这个敌人了，有一次我在无意当中听到了他跟妈妈的对话，妈妈说她还想再要一个小孩，继父听到了坚决反对，“你考虑过没考虑过瑞瑞的感受，如果再要一个，他会怎么想。”一句话顶得我妈无话可说，继父还总能发现我身上的一些亮点。初中的一次文艺汇演，他看到我在台上又蹦又跳有唱的，让他特别惊喜，他觉得我很有天赋，要培养我。

2004年的冬天，就是他陪着我来北京参加了艺考，那年冬天特别冷，我跟继父住在一间破旧的地下室，继父那几天都睡得很晚，起得很早。如果不是有一天晚上我突然半夜醒来，我可能永远都不知道每天晚上都是继父把自己的被子悄悄地盖在我的身上，他怕我着凉，而自己却瑟瑟发抖地裹住褥子睡，他发着高烧陪我考到了第五天。我说“爸，你先回去吧，我能照顾好我自己。”我把他送到车站，看着他上了车，就在车门即将关闭的那一刹那，他突然想到了什么了，非常重要的事情，跑下车，跑到我面前对我说了四个字“祝你好运”。

我，我懂他的纯朴和他的不善言辞，当时这四个字在我的心

目当中超过千言万语。《超级演说家》播出的第二天，妈妈打电话告诉我，“孩子，你知道吗，你爸昨天晚上看了你的节目激动得哭了一整夜。”我听到这个我不知道该说什么，我，这就是我的继父，一个我最最亲密的敌人。我想，我想在这里把乐嘉老师当初送我那句话，我在这里送给我的继父，爸，您对我的付出，必将会获得您此生应有的回报。

## 《给爸爸的信》

李鹤

这段日子，我对父亲两个字特别敏感，因为我爸爸患癌症21个年头，他现在病得非常重，我很有可能这一次会失去他。

记得我13岁的时候，我父亲刚得癌症，因为癌症，他脾气特别不好。有一次我跟同学偷跑出去玩，回来被他抓住了，他特别生气，他说我是个撒谎的孩子，撒谎是不能被原谅的，他那一次打了我，棍子都打折了，那是我第一次挨打，我13岁，我那个时候对自己说我是个人，我有尊严，我不是那种要用棍棒来管教的那种孩子，所以无论他怎么打我，我都忍着不哭，我绝对不认错。后来为了向他抗议，我做了很多伤害我自己的事情，我故意去打耳洞，回来爸爸看见之后就对我的耳钉没收了，没收之后我又去打，他又没收，又去打，后来几乎我打满了整个耳朵，我的半边脸是肿的，一碰那个耳钉会流血。

我和我爸爸最大的问题是我们根本没法沟通，这一生只要我们面对面，打算说话的时候就会争吵，就会辩论。二十多年我是用叛逆来向他抗议的，我知道我可能伤透了他的心。前两天在大理洱海岸边，有一棵特别漂亮的一棵古树，我就这样坐在那棵古树的下面，想起我爸曾经跟我说过，他说他去世的时候不想要墓地，他想要一棵树，我当时哭得稀里哗啦，因为二十年的泪水，我忍了二十年。我那个时候我就想告诉他我很想他，告诉他很爱他，告诉他我很内疚。后来在那棵

树下，我决定给我爸写一封信，这是我这一生中给我爸写的第一封信，信特别长，写得我很累。

## 《妈妈的信》 曹青莞

说到信哪，好像已经不属于我们现在这个年代了，但是有一种信，在我的生活当中占据着不可磨灭的地位，那是我妈妈给我写的信。

我老妈特别爱给我写信，第一次我给老奶奶让座，哎，不知道怎么回事，这事就传到她的耳朵里了，给我写了一封信：“恩，你真棒！”好吧，算是一种表扬吧。还有一次，我夸她又温柔、漂亮又霸气，作为一个女人，起码要有一点点反应吧[no]还是一封信：“这还用你说。”没办法，这就是我和我老妈的沟通方式。

我老妈呀，她是一个主持人，所以说写信总是要带点主持范儿，不信我说一段你们听一下。“亲爱的格格，妈妈最疼爱的宝贝。看着你熟睡的小脸儿，妈妈简直不忍心惊扰你的美梦。”深情吧，感动吧，但是每次我读到这样的信，那种感觉就是一个不喜欢的男孩子在向你深情地表白一样，满满的都是爱啊，但是就是有一种肉麻的感觉。

## 《娱乐有没有圈》

酸酸

不同的职业、不同的领域有不同的圈。那么今天我想说什么圈呢？娱乐圈。

很多人跟我说，娱乐圈没有底线，娱乐圈没有极限，所以我在我自己身上也做了一个小小的尝试。请各位看一下（照片），对，这是谁呀，刚好都穿蓝色，今天。我又可以穿男装，又可以穿女装。穿女装呢，其实是我的底线，我之所以

抛弃了我自己的底线，为的是做什么？为的是挑战造型师，还有摄影师的极限。

娱乐圈有没有底线，我听说在圈里面有一个潜规则，它说如果你想要在圈里发表新作的話，必须要先学会炒作。在发布会上面，记者不会先问你作品，会先问你绯闻，如果同一部作品里面有一男一女，就说他们假戏真做。如果有两个美女的话呢，就说她们不和，在争谁是一姐。如果有两个男的，在一起。

你说这有没有底线啊，就像我刚才的行为也是不停地在突破，想要让各位观众开心，我想成为大家眼中的娱乐，希望大家都能够加入我的娱乐圈，我们一起在娱乐乱世里面当自己的英雄。

## 《娱乐圈那些事儿》

李程远

很多人说，这个夏天娱乐圈特别和谐，因为大家做事越来越有模式了，网友整合了，三十档综艺节目，名字里面中国就用了十三回，梦用了九回，星用了七回，秀、歌、声用了六回，我建议做一档节目叫《中国梦，星秀歌声》肯定会火。咱们《超级演说家》一个都没沾，我推测这是一档非主流的节目。

我爸看着电视，你说你这选手怎么都那么有梦想呢？确实啊，选手都特别有梦想，大概三类，我爱唱歌，我从学校操场唱到地下通道，我的梦想是站在更大的舞台上；我爱唱歌，我志愿填的声乐，我妈给改成土木建设了，我的梦想是证明自己；我爱唱歌，去年生了重病，我的梦想是寻找新生。

大概三类，除此之外选手还得是有标签的人。我有个朋友长的大众脸，声音也一般，对参加选秀特别没有信心，导演拍

着他的肩膀说，“小伙子，放心吧，从今以后你就是一个喜欢光脚唱歌的、曾经开过货车的美甲店老板。”我这个朋友一瞬间他就立体了，一下就有自信的。

选手搞定了，接下来就是导师，他们分工明确，一个老汉负责压台，大家都人为他在就是高端，他是一个好人。一个甜心负责卖萌，甜心经常被其他三位欺负，甜心可对号入座。一个二货负责挑事、制造话题，他有两把剑，一把犀利，一把柔情，我已经是二货的人了。一个知心姐姐，负责熬心灵鸡汤，我喝过了，谢谢姐姐。到了后半段，为了控制这四个人的关系，一定要找一个镇山之宝过来，我推测此人必有帝王气质。

上述的综艺选秀，好像是大家这个夏天统一的一个记忆，貌似是和谐的，但有没有想所有人都做一类节目，这就是混乱哪，贵圈须创新。这个时候有观众会问，你吐槽什么，你不也来参加选秀了吗？对呀，我是积极参加。真的当我融在这个节目里的时候，对上述内容会有改变，我们把自己内心最珍贵的梦想扔在这个大舞台上，所有人都在看，你是真的还是假的，是不是在装。我们需要勇气，大家都在审视，这是一种对自己的正视和激励，到现在我真的不确定我来到这个舞台上说话是为了想让更多人认识我，长微博粉丝，还是因为说话本身，但是我可以保证的是我站在这个舞台上说话的时候，我是快乐的，听到你们在笑，我是幸福的。

## 神经病演讲稿篇八

一是反暴力。暴力犯罪是反人类、反社会的严重犯罪，是损害各族人民共同利益的严重犯罪。纵观世界任何国家，暴力犯罪活动都会受到严惩。“8·19”严重暴力犯罪活动不是民族问题，也不是宗教问题，它伤害的是各族人民的共同利益。案件的发生再次表明，我们同境内外“三股势力”的斗争是长期的、复杂的、尖锐的，有时甚至是十分激烈的，是不以我们的意志为转移的。这是捍卫祖国统一、维护民族团结、

维护各族人民根本利益、巩固党的执政地位的严肃政治斗争，事关国家核心利益，事关新疆跨越式发展和长治久安。我们要坚决同暴力犯罪活动作斗争，坚定不移地维护社会稳定、民族团结，维护各族人民根本利益。

二是讲法治。我国是社会主义法治国家，不论什么人、什么民族、出于什么动机，都必须遵纪守法，必须在法律框架内行事。对于一切暴力犯罪，将依法打击、坚决惩处、决不手软，哪里有犯罪分子就打击到哪里，谁是犯罪分子就打击谁。要最大限度地孤立和打击敌人，最大限度地团结和依靠各族人民，切实维护法律尊严，确保新疆社会政治大局稳定。

三是讲秩序。没有秩序就没有祥和，安定有序的社会环境是实现新疆跨越式发展和长治久安的基础，是新疆各族人民生活、工作之必需。当前自治区稳定形势总体可控、向好，经济社会正面临着难得的发展机遇，各族人民谋发展、思稳定、盼和谐，对未来充满信心。各地要高度重视矛盾纠纷的排查化解，是什么问题就解决什么问题，力争将矛盾纠纷解决在基层、化解在萌芽状态。要加强思想政治工作和法治教育，引导广大干部群众珍惜当前来之不易的大好局面和重大历史机遇，引导各族群众讲政治、讲大局，以合理合法方式表达诉求，形成人人遵纪守法、维护正常社会秩序人人有责的局面。

“反暴力、讲法治、讲秩序”是当前我区各项工作中极端重要的一个方面。维护新疆的社会稳定工作主要从以下几个方面入手。一是统一思想，深化认识。

进一步深化对当前自治区推进跨越式发展和长治久安的新形势和新任务的认识，加强对宗教活动场所民管组织自我管理工作的艰巨性和重要性的认识。二是发挥职能工作，积极配合党和政府开展工作。

各级民族宗教部门和基层组织要全面贯彻落实好宗教信仰自

由政策，依法加强宗教事务管理，抵御境外宗教渗透。

三是依法办事，依法开展宗教活动。

要按照这次培训提出的要求，结合本寺坊的实际，采取组织集中学习、讨论等形式，让每位民管组织成员都能够学习、了解和掌握涉及宗教活动场所的相关法规、政策和制度。依法规范民管组织的内部制度建设、组织建设和自我管理建设，落实好责任。四是加强服务意识，规范和完善服务。

要提供热情周到的宗教服务，规范寺产、财务和日常事务管理，维护好寺内宗教活动的正常秩序，为寺坊群众提供良好的宗教活动环境。

答：落实尊重和保障人权的宪法原则，就要依法严厉打击“三股势力”的各种分裂破坏活动。在新疆，依法打击“三股势力”的分裂破坏活动是尊重和保障各族人民人权的重要内容。没有稳定的社会政治环境，人权的实现就没有基本的社会条件。境内外“三股势力”所策划、制造的一系列打、砸、抢、烧暴力恐怖事件，是对人的最基本权利生命权的严重侵害。打击极少数民族分裂分子，正是为了更好地维护和保障绝大多数人的人权，更好地维护最广大人民的根本利益。各级政法机关要认真履行依法严厉打击“三股势力”分裂破坏活动的政治责任，用实际行动维护安定团结的政治局面，实现各族人民享有充分人权的目标。

落实尊重和保障人权的宪法原则，就要切实尊重和保护行政管理相对人、违法行为人、犯罪嫌疑人、被告人、服刑人员以及被害人的诉讼权利和其他合法权利。必须切实树立维护社会秩序与保护人权、打击犯罪与保护人权并重的观念，既要认识到维护正常的社会秩序是保护多数人权利的需要，又要在实施执法和管理过程中注意保护相对人的权利；既要认识到依法及时打击犯罪是对大多数人权利的保护，也要在刑事司法活动的各个环节严格依法保护犯罪嫌疑人、被告人的

合法权益；既要严格履行惩罚和改造罪犯的职责，又要有效保障罪犯的人权。广大政法干警要严格遵守有关法律和规章制度，在执法活动中切实做到尊重和保障人权。

落实尊重和保障人权的宪法原则，就要防止政法机关工作人员利用职权侵犯人权的行为。政法机关落实保障人权的宪法原则，一个十分重要的内容，就是要树立“有限权力”意识，在履行职责过程中正确处理好公权力与私权利的关系，必须在宪法和法律规定的范围内行使公权力，不得滥用公权力，更不得以履行职责为名侵犯公民的私权利。政法机关工作人员利用职权侵犯人权是对法定职责的背弃，它比一般的侵犯人权的行为影响更恶劣、危害更严重。当前，政法机关中利用职权侵犯人权的主要有三类案件：一是渎职造成人民生命财产重大损失的案件；二是非法侵犯公民人身权利的案件；三是非法侵犯公民民主权利的案件等。落实尊重和保障人权的宪法原则，就要结合实际工作，增强政法队伍工作人员的宪法意识，既要在执行实体法上下功夫，也要在落实程序法上用气力，真正从源头上遏制侵犯人权现象的发生。

牢固树立并努力实践依法尊重和保障人权的宪法观念，是政法部门及其工作人员在新时期的新要求。各级政法部门及其工作人员要把学习宪法、增强宪法观念作为一项长期的任务，更加牢固地树立尊重和保障人权意识，切实承担起尊重和保障人权的社会责任，使“以人为本”的执政理念和依法办事的要求真正落到实处，不断提高执法水平，为维护新疆的社会政治稳定、推进自治区的经济社会发展和民主法治进程作出新的贡献！

正值全国各族人民正在面腔热情的准备迎接建国60周年之际，7月5日，一部分不法分子在乌鲁木齐制造了打，砸，抢，烧等暴力恐怖事件，这事件是部分不法分子在境外“三股势力”大肆烧作煽动、境内敌对势力与其遥相呼应的犯罪行为。这一事件是民族分裂分子热比娅为首的典型的境外指挥，境内行动，有预谋，有组织的大砸抢烧暴力犯罪事件。

近年以来，我区接连发生的“8.4”、“8.10”、“8.12”“7.5”等系列暴力恐怖犯罪事件，对人民群众的生命和财产安全造成了巨大的威胁和损失。严重破坏了民族团结，破坏了和谐稳定的社会局面。历史无数次证明稳定是福，\*\*是祸。铁的事实充分说明“三股势力”的破坏活动决非危言耸听，“敌人就在身边，危险就在眼前”的断言也绝不是信口雌黄，只要我们历史上发生的一系列暴力恐怖活动，就不难看出，境内外“三股势力”企图分裂祖国的罪恶阴谋从来都没有停止过。虽然他们的罪恶阴谋一次次挫败，但他们狼子野心不死，说穿了，他们不希望看到中国共产党的领导下一个蓬勃发展的新疆，一个民族团结的新疆，一个人民安居乐业的新疆。这些人是一伙十恶不赦的亡命之徒，我们决不能以为他们会心慈手软，决不能对他们抱有任何幻想。

民族分裂主义影响社会稳定的主要危险。敌对势力渗透与反渗透、遏制与反遏制、分裂与反分裂的激烈斗争还将在一定时间内长期存在。凡是民族团结搞好的时期，社会发展就快，各族人民实惠就多、反之，民族团结遭到破坏的时期就会导致社会动荡，发展停滞。这次乌鲁木齐发生的暴力犯罪事件是民族分裂分子热比娅为首的“世界维吾尔代表大会”近日通过互联网等多种渠道煽动闹事。明目张胆破坏社会稳定，破坏民族团结的犯罪行为。境外民族分裂组织串通联合，对新疆的渗透破坏活动；境内少数民族分裂主义分子与反动势力相勾串，丧心病狂地进行暴力恐怖活动。对此，我们每一位公民，每一名共产党员必须保持高度的警惕性，清醒认识反分裂斗争的长期性、尖锐性和复杂性，充分认识加强民族团结的重要性和紧迫性，进一步增强政治责任感和使命感，立场坚定、旗帜鲜明地同民族分裂主义进行坚决斗争，不断巩固和发展安定团结的政治局面。牢固树立“稳定压倒一切”的思想不动摇，自觉地、主动地站到反分裂斗争第一线，义不容辞地担负起反分裂斗争的重任。

一是、要认识明确，立场坚定，从根本上树立“三个离不

开”思想。民族分裂主义的本质，就是反对中国共产党领导的社会主义制度，分裂祖国，破坏各族人民的大团结。我们与民族分裂主义和宗教极端势力的斗争，既不是民族问题，也不是宗教问题，而是一场捍卫祖国统一、维护民族团结的你死我活的斗争。民族分裂主义是我们团结、稳定和发展的严重祸害，是各族人民的共同敌人。在这个大是大非问题上，各族人民群众始终认识明确，立场坚定，都必须把反对民族分裂主义作为自己义不容辞的神圣职责。

民族团结和各族人民的根本利益，直接关系到新疆的长治久安。在“三个离不开”的思想指导下，不断加强民族团结，维护祖国统一，为开发、建设、振兴新疆，为富裕、繁荣、文明、和谐的社会努力奋斗。

二是、要旗帜鲜明，同仇敌忾，充分认识反分裂斗争的长期性、尖锐性和复杂性，不断增强政治坚定性和政治敏锐性。新疆自古以来就是伟大祖国的不可分割的组成部分，是一个多民族聚居的、多宗教的边疆地区。要看到，民族分裂主义和暴力恐怖活动虽然发生在局部地区，但其所造成的影响很大，直接危害全国的大局，直接关系到祖国统一、民族团结和社会稳定。在反分裂斗争中，我们少数民族干部进一步提高政治敏锐性和判断力是很重要的，勇敢地站到反对民族分裂斗争的第一线，旗帜鲜明地亮出观点，表明态度，成为反分裂斗争的中流砥柱。人民群众是反分裂斗争和维护社会稳定的主力军。只要广大人民群众团结发动起来了，就会形成同仇敌忾、坚持不懈地反对分裂主义，就能够粉碎国内外任何敌对势力和民族分裂势力进行的各种破坏活动。今天的中国，有强大的经济实力，有人民民主专政的坚强柱石，是维护世界和平的重要力量，已被举世公认。从1950年到1989年，40年间新疆一共打掉东突组织是50多个；从1990年代到2000年，十年间共打掉东突组织500多个；从2000年到2007年，共打掉东突组织896个。敌人断不了根、绝不了种，也绝对翻不了天。分裂分子总是打着民族的旗号，披着宗教的外衣，不断培植力量，加紧勾联聚合，但是他们绝对成不了大气候。

少数分裂主义分子想把新疆从祖国的怀抱中分裂出去，那是绝对办不到的。

三是、要针锋相对，坚决打击。面对反分裂斗争的严峻形势，我们一定要坚决贯彻落实中央关于维护新疆稳定的一系列重要指示，始终对民族分裂势力保持针锋相对、“严打高压”的态势，坚持“主动进攻、露头就打、先发制敌”的方针，对民族分裂主义的骨干分子、宗教极端势力的为首分子和暴力恐怖势力的犯罪分子进行坚决有力的打击。同时，要高度重视意识形态领域的反分裂斗争，在加强教育、总结经验的基础上，将自治区开展的意识形态领域反分裂斗争再教育引向深入，不断夺取反分裂斗争的新胜利。

四是、努力加强自身建设，不断提高政治敏锐性。我们每个人都都要深刻认识“三股势力”的本质和危害，把稳定作为自己的第一责任。时刻绷紧政治这根弦，时刻坚持自己的政治立场、政治方向和政治观点，严守政治纪律，提高政治敏锐性，增强政治鉴别力，善于从政治上认识和判断形势，思考和处理问题，以居安思危、如履薄冰的心态去锻造自己，不仅要充分认清“三股势力”的危害，坚决反对民族分裂主义，旗帜鲜明地维护祖国统一和民族团结，更要自觉站到反分裂斗争第一线，要求别人做到的，自己先做到；要求别人提倡的，自己先提倡；我们坚信：在各民族团结坚如磐石的形势下，境内外“三股势力”的煽动行为，敌人的分裂破坏活动注定要完全彻底地失败。

## 神经病演讲稿篇九

### 工作总结

#### 一、重性精神病患者管理工作方面

##### （一）、转变观念

国家非常重视重性精神病患者的管理，已把它纳入十一项均等化公共卫生服务之一，因此我们首先召开项目动员大会，成立项目领导小组制定具体工作方案和工作计划。

## （二）、工作流程科学化，任务职责明确化

我们结合居民健康档案和慢性病管理的经验，考虑到各村卫生站辖区居民重性精神病患者分布多少的不同，如根据以前居民健康调查和慢性病管理情况得知，进行造册登记，按时随访。

对重性精神病患者的管理是我中心今年必须完成的主要任务之一，只有明确任务，分工到人，责任到人，才能保证完成项目目标所规定的任务。为了做好落实，我们制定工作进度表，如规定各村服务人员在一个月对辖区重性精神病患者进行登记并管理，为了确保按时、按量、按质完成任务，我院派职工全程参与，以便掌握第一手资料 and 进行督查。

## （三）、加大宣传，引起社会广泛关注

### （一）、加强组织了领导，明确了职责分工

为有效开展结核病防治工作，确定相关人员专职负责该项工作，同时落实各项工作，我辖区在年初成立了由院长朱浩彬同志为组长，其他相关人员为成员的结核病防治工作领导小组，从结核病防治工作组织协调、健康教育宣传、网络报告、查询、登记、报表、结核病人的追访督导管理以及后勤物资保障等工作进行了详细的责责分工，使各项工作落实到个人。

### （二）、进一步加强了辖区村两级结核病防治工作

为更好的完成上级下达的指标任务，我辖区年初同各村签订了目标责任书，做到了层层落实。

我辖区严格按上级下达的目标任务开展结核病防治工作，在卫生院开展结核病疑似病例线索调查，对可疑症状者组织到慢病站进行初筛，同时做好了病例登记。我辖区防疫医生周周一、周五浏览国家网进行查阅本辖区有无结核病人，对新发病人做好登记，每月下村对结核病人进行督导检查服药情况，并按规定按时上报结核病督导记录。今年共转诊25人次，痰菌阳性共12人，菌阴3人。

(四)、积极认真开展了以“3.24”结核病日为主的健康教育宣传

为全面提高当地群众的防病意识，切实认真主动的投入到结核病防治活动当中，健康教育是关键因素，因此，今年我辖区加大了结核病防治宣传活动。在“3.24”结核病日，卫生院拨出专项经费，悬挂宣传标语1副、张贴宣传画30余张，发放宣传单100份，免费义诊100余人次，使当地人民群众真正了解并参与到此次活动中，切实的提高了我辖区的结核病防治工作水平。同时我辖区还利用宣传单、宣传画、宣传墙标形式大力宣传结核病防治知识，使广大老百姓真正了解结核病防治的重要性和必要性。

湘桥区铁铺卫生院

2014年1月6日

## 神经病演讲稿篇十

(201) 初字第号

申请人：

住所地：

法定代表人谭锦添。

## 申请事项

对涉案已完工的工程量进行司法鉴定。

## 事实与理由

申请人与工程有限公司建设工程施工合同纠纷，因双方对涉案工程已完工的工程量有争议，为查明事实，依照民事诉讼法的相关规定向贵院申请对涉案已完工的工程量进行司法鉴定。

此致

区人民法院

申请人：

2013年月日