

2023年夫妻的演讲 正能量演讲稿(实用6篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

夫妻的演讲篇一

大家上午好，今天我演讲的题目是《传递正能量，放飞青春》。

可能有人说是坚强，是追求，是前进，他是所有的良善之词，但是却无法给它一个完整的定义，那么今天就由我来说一下我的理解吧。正能量他代表着人生一种积极的向上姿态，如果说生命是一座庄严的城堡，如果说生命是一株苍茂的大树，如果说生命是一只飞翔的海鸟。那么，正能量就是那穹顶的梁柱，就是那深扎的树根，就是那扇动的翅膀。没有正能量，生命的动力便荡然无存；没有正能量，生命的美丽便杳然西去。对于我们新新少年来说，什么又是属于我们的正能量呢？我们正青春，拥有无限的潜力，拥有无限的正能量。作为一名学生，传递正能量的首要表现恐怕就是学习了，用自己对学习的热情，感染身边的同学，为老师为父母带来一份安慰，为自己博一个前程。我们更是社会的一员，为社会传递正能量更是我们责无旁贷的责任了，扶老奶奶过马路传递爱心，把垃圾捡到垃圾桶保护我们的家园，对给自己盛饭的阿姨说一声谢谢，虽然微小，但足以温暖人心。所以，传递正能量，千万不要“勿以量小而不为”，正能量本身就是小力量的集聚，改变整个社会。

在《因为痛，所以叫青春》这本书了，作者有个很妙的比喻，

假如人能活到八十岁，与一天的二十四小时做比例，再拿现在自己的年龄与一天的二十四小时做比例，就能得出十七岁的我们正处在早上的五点二十分！对于我们的一天来说，正是积蓄力量的睡眠时间！同样对于人生来说，我们正青春！这样充满活力，充满潜力的我们不是正能量最好的传播载体吗？我们享受正能量带给我们的鼓舞，振奋与幸福，又怎么能不加入成为传递的一员呢？只有正青春的我们的加入，才能给这支大军注入新鲜的血液，使它激情四射。

人的一生很长，不管做什么事情，只要不放弃，总会有翻盘的机会，或许成功的早晚不是那么至关重要，关键是要做的漂亮！做，就做到自己的最好！就像四季的鲜花，季季有自己的韵味，传递着自己的正能量，晚开的梅菊不需要羡慕早开玫瑰的妖娆，而玫瑰也不需要羡慕梅菊的淡雅。我们正青春，正是爱哭爱笑爱闹的年纪，我们拥有别人羡慕不来的活力与激情，是正能量的绝佳代言人！作为新新一代，我们应该用自己的肩膀，担起我们的责任，传递我们的正能量，放飞我们自由飞翔的青春！

谢谢！

夫妻的演讲篇二

大家上午好！

今天我演讲的题目是怎样传播正能量

正能量是最受大家欢迎的流行语。正能量是一种积极向上的态度，正能量是一种可传递的能量，让我们心态更加积极，更加阳光。

多情自古伤离别，我们告别了短暂而美好的高一上学期，我们经历了离别时的不舍与辛酸，我们又走进了一个异性陌路的新班级，面对此景，同学之间的交往是否会有些迟疑呢？班

级的凝聚力是否不够呢?我想是的，人都是有感情的，每当我们想起了昔日一起学习与生活的朋友时，总会有一种伤感。

大家都能碰撞出激烈的火花，我想这就是一种正能量。在最后激动人心的颁奖典礼上，我们虽然没有获奖，但我想说的是：“同学们，我们收获了许多，不是吗?同学之间友情的增加和班级的团结不正是我们将这种正能量发实用演讲稿大全演讲稿书写格式演讲稿书写技巧竞聘演讲稿爱国主义教育演...英语演讲稿挥出最大的作用了吗?不正是给予我们的最丰厚的奖赏吗?同学们，在以后的学习与生活中，我们应该传递我们的正能量，回想我们在六中的岁月，从“给力”，从“hold住”一路走来，它早已不是简简单单的“正能量”这三个，它已经上升成为一个充满象征意义的符号，与我们的情感深深相系，表达着我们的渴望，我们的期待。

那么究竟什么是正能量呢?正能量就是一种思想的力量，比如感恩、信任、豁达、洒脱、奋进这些都是正能量。

萦绕着正能量，同学之间传递的会是理解和包容，那么也就会收获喜悦和幸福。摆正自己的心态和位置，做好分内的工作、对同学的关心和帮助，回报以感激和祝福。充满自信的学习，当面对冷言冷语时，第一反应不应是反感，而是体谅和接纳，也许对方遇到了什么学习难题或者家庭中有什么为难的事情，从这种角度出发，也许不但能帮助到同学的困难，还能提升同学间学习的默契;面对同学成绩的提高和奖励，应给予正面的祝福，看到同学进步的方向，就要思考自己在哪里做的不足，观察细节就能在细节中有所收获。对方的成绩未尝不是对自己的一种鞭策和提醒。

我的演讲完毕，谢谢大家。

夫妻的演讲篇三

大家好!

在准备这篇演讲稿之前，我有问过我身边几个同事，我问他们，如果让你作为我们公司传递正能量的使者，你最想传递什么样的正能量？当然现场的同事也可以想一下这个问题。

有一位同事告诉我说，他最想把“自信”传递给大家，因为这位同事很优秀，也很自信。

大学的最后一堂课，导师告诉我们，生命本身就有价值，所以我们要自信，要勇敢的去实现自己的价值。因此，当听到同事讲自信是我们应该传递的正能量时，我就想起了这个正能量的故事。

有同事跟我说勤奋是正能量应该被传递。因为成功的人，无一例外都是勤奋的。

我们都知道，曾国藩是中国历史上最有影响的人物之一，但是他小时候的天赋却不高。有一天他在家中读书，对一篇文章重复不知道多少遍了，还在朗读，因为没有背下来。这时候他家来了一个贼，潜伏在他的屋檐下，希望等读书人睡觉之后捞点好处。可是等啊等，就是不见他睡觉，还是翻来覆去地读同一篇文章。贼人大怒，跳出来说，这种水平读什么书？然后将那文章背诵一遍，扬长而去！

贼人是很聪明，至少比曾先生要聪明，但是他只能成为贼，而曾先生却成为毛主席都钦佩的人，足可见勤奋的重要性。所以说勤奋是我们应该传递的正能量，这是毋庸置疑的。

还有同事提到“坚持不懈”是我们应该传递的正能量。确实如此，试想一下有什么东西比石头还硬，或比水还软？然而软水却穿透了硬石，只是因为坚持不懈而已。

有这样一个故事，有一位年轻人去微软公司应聘，而该公司并没有刊登过招聘广告。见总经理疑惑不解，年轻人用不太娴熟的英语解释说自己是碰巧路过这里，就贸然进来了。总

经理感觉很新鲜，破例让他一试。面试的结果出人意料，年轻人表现糟糕。他对总经理的解释是事先没有准备，总经理以为他不过是找个托词下台阶，就随口应道：等你准备好了再来试吧。

一周后，年轻人再次走进微软公司的大门，这次他依然没有成功。但比起第一次，他的表现要好得多。而总经理给他的回答仍然同上次一样：等你准备好了再来试。就这样，这个青年先后5次踏进微软公司的大门，最终被公司录用，成为公司的重点培养对象。

从实际来说，我们践行社会主义核心价值观的过程实际上就是凝聚“正能量”，传递正能量的过程。作为青年职工践行“爱国、敬业、诚信、友善”这8个字的社会主义核心价值观取向，关键是要落实到日常职业生活中，爱国——就是要把伟大的爱国精神落实到为实现中华民族的伟大复兴、实现“中国梦”、勤奋工作上；敬业——就是要做好自己的本职工作，不断努力，全面发展。诚信——就是要诚实做人，踏实做事。友善——就是要尊敬领导，团结同事，关爱他人。如果我们做到了这些，我想你身上一定就凝聚了“正能量”。

一个国家只有凝聚正能量才能富强、民主、文明、和谐；一个社会层只有凝聚正能量才能自由、平等、公正、法治；一个企业只有凝聚正能量才能稳定、发展、积极、向上；一个人只有凝聚正能量才能变得自信、勤奋、坚持、不懈。所以，朋友们，让我们都行动起来大力践行社会主义核心价值观，做传递“正能量”的使者，让我们的企业充满着正能量。

谢谢大家！

夫妻的演讲篇四

你们好！

盼望已久的新世纪第五个“三八”国际劳动妇女节，伴随着春天的脚步已经靠近了我们身边。三月八日是女性最美丽的时日，这天，我们欢聚在和煦的春风里，团聚在自己的节日里，用朴素的情怀，感慨的文字为大家献上我真诚的心愿。

女性作为社会成员的一部分，扮演的不仅仅是双重主角，而是多重的，既是职业女性，又是家庭主妇，是妻子，是母亲，是女儿，是儿媳。在历史的长河中，我们女性所走过的是掺和着血和泪的历史，“三从四德”、“男尊女卑”这些封建的伦理道德，像无形的镣铐、沉重的枷锁，窒息了女性的才华、扭曲了女性的心理。而这天巾帼不让须眉，我们自豪地肩负起了历史赋予我们的重担。

我是一名护士，我从不后悔自己的选取。记得在我选取职业之初，母亲搜集整理就跟我说：“孩子，去当护士吧，那是一个崇高的职业。”多年来我深深地体会到：护理工作是在苦和累中描绘高尚、铸造辉煌。虽然护理工作经常加班加点、经常正因不能一针见血而遭受白眼，但是当我看见那些患者把生命托付给我的无助的眼神，当我看到自己用百倍的发奋把一个生命垂危的患者从死亡线上拉回到生命的春天时，应对那些失而复得的生命，那些来之不易的欢笑，我就会感到欣慰，我就会感到无憾，我更会感到无悔。

护理工作需要一种奉献精神，需要明白，也常常需要换位思考，当我守候在一个痛苦的患者身边，不能按时下班、不能按时吃饭、休息，在节假日不能陪伴在家人身边的时候，内心也难免会翻滚一些现实的、实际的想法，然而使命感和职责感使我最终战胜了自己，正因，人活在这世上，要想人生更有好处，更有价值，总是需要有一点精神来支撑的。

如果说护理工作是一座山，我们便是那默默爬山的人，要想做一个称职的、成功的登山者，领略到“一览众山小”的无限风光，就要把自己熔进医院这个群众大熔炉里，磨练自己，不畏劳苦不怕脏累，具备良好的心理素质与职业道德，不断

地学习，不断进取，用知识武装头脑，不断充实自己，提高自己的业务潜质。

这天，应对新一轮全新的医疗护理改革，需要我们每一个医务工作者持续良好的精神态，展示崭新的精神面貌；需要我们每一位医务工作者发扬以院为家的高尚情怀，需要我们每一位医务工作者紧跟时代勇于创新。

我们医务人员肩负救死扶伤的重任，承载国家、社会、人民的重托，悬壶济世。因此我作为一名医务工作者我感到无比的光荣，这将永远鼓励着我在这条路上无怨无悔地走下去，以院为家是我一生无悔的选取。

让我们用勤劳的双手去装扮医院，把追求的信念放在医院，把满腔的激情奉献给医院，把爱心播撒到每一位患者的心里。

谢谢大家！

夫妻的演讲篇五

大家好！

青春是一个鲜活的话题，是一个成熟的转折点。我们已经拥抱或正在拥抱青春，我们将失去青春。青春像一阵风吹来，只留下尘埃。我想留住青春，但岁月无情。我用尽全力用最朴实无华的话语记录下这个无悔的青春。有些人把青春当成废纸，没有用。每天除了吃喝玩乐什么都不做。我不知道如何努力学习。我不知道父母的苦。我不知道生命的意义。

也有一些人默默无闻，却珍惜自己的青春，珍惜自己拥有的每一分钟。他们在努力学习，努力工作。

青春是一首唱出人生最难忘片段的歌；青春是一幅勾勒人生最精彩场景的画；青春是一首小诗，歌颂人生最美的瞬间；

青春是我们每个人的必经之路，它在我们的生活中起着重要的作用。

作为一名初中生，我们应该珍惜青春，抓住每一分钟去学习。我们应该留住青春，不要浪费时间。在成长的道路上，做好每一件事，读好每一本书，学好每一点知识。我们不应该整天游手好闲，忽视学习。我们应该设定自己的人生目标，努力追求自己的人生理想。这就是青春：充满力量，充满期待，充满志愿，充满求知和奋斗的雄心。青春，表现出强烈的诗意；青春散发出淡淡的清香。青春的步伐不会因为困难而停止，青春的旋律也不会因为风雨而受阻。青春是阳光，是自信的标志。让我们扬起青春的风帆，让青春在这里飞翔，让青春在这里启航！

夫妻的演讲篇六

大家好！

人生就是有这样的错觉：逝去的总是美好的，拥有的总是缺憾的，于是，在眺望昨日的背影时，眼里只有烦恼的身影来来回回。我们该合区何从，我们该如何选择呢？不必对小事斤斤计较，我们的生活需要青春正能量。

抽刀断水水更流，举杯销愁愁更愁。别管往事有多美好，别问曾经有多辉煌，别说过去有多美貌，人生的岁月只会如东流水一样匆匆流逝，若想挽留，只能挽留住烦恼，别的什么也留不下。不要总在过去的回忆里缠绵，不要总让昨天的阴雨淋湿今天的行装。昨天的太阳，晒不干今天的衣裳；昨天的辉煌，抵不过岁月的沧桑。面对诸多生活的风雨迷茫，人生还需正能量。

生活里去接收阳光豁达的正能量，自信岁月一百年，会当水击三千里！凡事都要往开出想，假若真的伤了一条腿，要庆幸自己还活着，不死就是幸福！生活中不是什么别人和灾祸打跨

了你，能打垮你的只有你自己。

凡事都往开处想，无论经历怎样坎坷的生活，内心始终保持对生活的热爱，始终用一颗温暖的心去面对人生。积极、乐观、豁达、从容、朴素、简单、宽容、善良……这些都是生命的正能量，我们来到人世间，只是去品尝一场场生活的酸甜苦辣咸，绝对不是去践行埋怨、仇恨、无知、贪恋、傲慢、冷漠等种种人生的负面情绪，这些可以说与那些正能量相对应的生命的负能量，它们能消耗我们的精力，占据我们的快乐，侵蚀我们的生命。

一辈子，很累，真的不需要去苛求自己，什么都要完美，你的生活，有你的足迹，有你的泪水，有你的笑声，你的世界就已经完美了。对生活多些感恩，多些知足，用那些正能量去驱散人生的迷雾和阴霾，用一颗阳光的心，还自己一片澄净的艳阳天。我们需要正能量，我们需要青春的正能量！

我的演讲到此结束，谢谢大家！