

做自己演讲稿大学生 自己的演讲稿(实用6篇)

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

做自己演讲稿大学生篇一

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，每个人要做到反思自省，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。

做自己演讲稿大学生篇二

亲爱的同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《关于中学生做开心的自己》。

你们自己肯定也发现了我们一天天的长大不仅仅是在生理上，在心理上也步入了一个新的征途。初入中学时期同时也进入了青春期，在这个阶段我们的思想会像小说中进入飞升阶段一样进行思想领域的扩大，内容上也会更加的丰富，可真的所有的都是好的吗？当然不是，在这个善与恶共存的社会，有的思想是好的，而有的思想是坏的，当坏的思想过多时情绪也会不好经常会有人抑郁或者情绪不稳定。所以我们应发扬自己好的思想，就像社会惩恶扬善一样，将自己的好的方面的思想发扬光大，社会要建成一个富强民主和谐美丽的社会，我们也应成为善良友好的公民用自己好的思想将坏的思想从脑海中挤出去做开心的自己。

作为中学生的我们正处于计划生育的范围之内，家里多多少少的都有那么一两个兄弟姐妹，有不少人会因为觉得父母的爱不在自己身上而在他人心上，这时候我们便会为了一些自认为不小的“鸡毛蒜皮”的事而烦恼。这时我们应这样想，其实父母是公平的，因为他们都给了我们最为宝贵的生命，那么最为宝贵的东西已经拥有了，何必计较“鸡毛蒜皮”呢？这样还会显得我们小气，不是吗？对于父母的爱我们也不能自私的一味索取，他们为我们付出的已经够多了，从我们来到这个世界至现在我们都接受着他们的付出，无论是物质上的还是默默的精神上的，他们是为了更好的我们才更加努力的。开心一点，我们拥有的不仅仅是家庭能给的，还有整个社会，一切周围的事物都是独一无二的。

再者，有的人会因为自己的交友而烦恼，可我们从客观的眼光来看看，无非就是“xxx怎样了，哪儿又发生了什么，再就是听说xx和xxx关系不一般”等等诸如此类的，遇见别人发牢骚时我们要听听，在可以使他快乐的情况下我们自己也会快乐，在自己不快乐的情况下要找人倾诉，这样才有助于保持一个快乐的心态。还有就是有的人不满足于单纯的男女同学关系而引发的烦恼，这时我们应想想自己的身份——学生，

我们的责任是学习而不是“谈情说爱”，而且用网络上的话来说“做不符合自己年龄段的事，好吗？”，这些问题都是早恋引起的，也只有不早恋才能结束，等到了成年时便会体会到。

所以，总结一下不开心多半都是由于心理因素引起的，而当这时候我们就应该找人倾诉来缓解，然后用时间来消磨；或者我们可以不去想那些烦恼的事，用新的开心的事去替补，将烦恼一扫而过，也会达到同样的效果。在这个青春期我们要做开心的自己。

我的演讲完毕，谢谢大家！

做自己演讲稿大学生篇三

各位评委，你们好，我这次演讲的题目是爱·自己。下面我将开始我的演讲。（看评委）

我不瘦，我有点胖。我穿不上那些只能塞进骨头的衣服裤子。我不是一个矜持的女孩子。尽管人很多，还是依然喜欢疯狂的大笑。我不怎么可爱，我不如那些美女好看。因为我只是一名很普通很普通的女孩子。我脾气不怎么好，很容易就冲动。我不喜欢说话做事慢慢吞吞，我就是这个样子的人。我很笨，反应慢，因为我不是什么天才少女。我玩什么游戏都很烂，我就是不精通。我不聪明，我不怎么乖，我不会好好地照顾自己。我很奇怪。有时候会突然和亲爱的朋友们大笑，有时候又会莫名其妙的哭起来。我喜欢在我伤感的时候，听伤感的歌，虽然我会哭出来。我就是这个样子，普通的女孩子，普通的女大学生。

现今，女大学生已经成为高校大学生群体中的重要组成部分，特别是在以文科专业为主的普通高校更是如此。根据统计，有部分高校的女生比例已达到了占全体学生总数的58%以上。女大学生相对于男大学生在学习方法、兴趣爱好、性格特征、

交流方式等方面都有着显著的差异。她们主要表现出求知欲强,但知识面窄、创造力弱;善于沟通,但主动性差、心理承受能力弱;敢于展现自我,但缺乏竞争的勇气和决心;亲和力强但心理相对脆弱等特点。女大学生同样肩负着中华民族的伟大复兴的重担,她们也将是全面建设小康社会的“半边天”。

我作为一名当代的女大学生,关爱女大学生,也就是关爱我们自己,我认为爱自己首先要充实自己,让自己无论是内在还是外在都更加美丽。

书本,是一个女子优雅根基,而读书会令女子深刻儒雅。追求优雅的女性如果胸无点墨,那优雅只能是东施效颦。“问渠那得清如许,为有源头活水来”,我们要让自己的优雅有源源不断的泉源来滋养它。读书和学习,就是答案。在读书学习中,会发现自己渐渐沉静、思想升华,看到的是更深邃的人生。有人说历史让人智慧,哲学让人深刻,文学让人浪漫,宗教让人向善,音乐让人深沉,戏剧让人丰富,而拥有这一切知识学养,就能改变一个普通女大学生的命运,令其知性、高贵、善良、成功。

而外在的点缀也是女大学生关爱自己的体现:无需太多斑斓的服饰、浓妆艳抹。只要每天清晨起床,对着镜子,向自己微笑一下问声好,穿着清爽舒适的衣服,画上淡淡的妆,积极的迎接每一天的阳光。

其次,我认为如果想要爱自己,就要了解自己,明白自己想要什么、在做什么。可能这会是一个敏感的话题,但我觉得,想要了解自己,首先应该了解自己的身体,能够清楚的感受一些细微的变化,从而更好的保护好自己。可以拿经期这件事为例。一些女大学生不怎么记录经期的时间,有时候推迟或者提前很久也不在意,或者不注意经期的护理,认为这些是小题大做。可是,近年来的相关调查研究表明,经期的一些不注意,会大大提高癌症的发生率。其次应该了解自己的感情生活。清楚自己在干什么,自尊自爱,快乐健康的去爱

与被爱，为自己的大学生生活留下美丽的回忆。有些女大学生，对自己的情绪控制不够，在出现失恋分手后，轻微会出现哭泣、吵闹、谩骂等行为，极端了可能会上演出各种惨剧。

我认为，爱自己，是对自己负责，对家人负责的一种表现。保护好自己，爱自己，是每位女大学生义不容辞的责任。

最后，关爱女大学生，关爱她们的未来。大学生面临的最大问题，可想而知，女大学生也面临着。由于一些用人单位还存在着偏见，“宁要武大郎，不要穆桂英”，这就给女大学生就业带来了很大困难。实际上，从小学、中学到大学，女同学无论在学业成绩还是专业发展上，都是与男同学并驾齐驱的，甚至某些方面比男生还更胜一筹。然而，由于历史的、现实的、主观的、客观的原因，女大学生在社会职业的选择上却往往处于劣势。因此，女大学生们必须充分认识自身的特点，清楚自己的长处和弱点，在求职择业过程中扬长避短，发挥自身的优势。充分认识自身的特点，并加以利用。女大学生在生理、心理、性格上与男生有着一定的区别，但是，女大学生也具有自身的优势。如：女生普遍具有温柔、贤惠、细腻的性格；感知能力较强，形象记忆较好，想像力较为丰富；尤其在语言能力上比男生更具优势，女性一般学习掌握语言较快，语言表达清晰、流畅；另外，在外语、阅读、精巧手工制作等方面也比男生略高一筹。这些都是女大学生的优势所在，关键在于如何发现、发挥自己的优势，展示自己的才华，把握机会，选择适合自己的行业、地区和单位，从而获得择业成功。

作为一名新时代的女大学生，也作为坚强、自尊、快乐、青春、活力的代名词，关爱女大学生，关爱自己，相信自己会在未来绽放出耀眼的光芒。

会有那么一天，有一个人出现在我的生命中，他愿意包容我的缺点，一直陪着我、会在某个路口，拉着我的手说：我一直都在！

会有那么一天，我的内心会变得强大、变得更完美…

会有那么一天，我会变得更好…我相信，会有那么一天的。我一直在变，直到我变得更好，更强大，更坚强，一切都会好的。加油我可以。

做自己演讲稿大学生篇四

各位评委，你们好，我这次演讲的题目是爱·自己。下面我将开始我的演讲。

我不瘦，我有点胖。我穿不上那些只能塞进骨头的衣服裤子。我不是一个矜持的女孩子。尽管人很多，还是依然喜欢疯狂的大笑。我不怎么可爱，我不如那些美女好看。因为我只是一名很普通很普通的女孩子。我脾气不怎么好，很容易就冲动。我不喜欢说话做事慢慢吞吞，我就是这个样子的人。我很笨，反应慢，因为我不是什么天才少女。我玩什么游戏都很烂，我就是不精通。我不聪明，我不怎么乖，我不会好好地照顾自己。我很奇怪。有时候会突然和亲爱的朋友们大笑，有时候又会莫名其妙的哭起来。我喜欢在我伤感的时候，听伤感的歌，虽然我会哭出来。我就是这个样子，普通的女孩子，普通的女大学生。

现今，女大学生已经成为高校大学生群体中的重要组成部分，特别是在以文科专业为主的普通高校更是如此。根据统计，有部分高校的女生比例已达到了占全体学生总数的58%以上。女大学生相对于男大学生在学习方法、兴趣爱好、性格特征、交流方式等方面都有着显著的差异。她们主要表现出求知欲强，但知识面窄、创造力弱；善于沟通，但主动性差、心理承受能力弱；敢于展现自我，但缺乏竞争的勇气和决心；亲和力强但心理相对脆弱等特点。女大学生同样肩负着中华民族的伟大复兴的重担，她们也将是全面建设小康社会的“半边天”。

我作为一名当代的女大学生，关爱女大学生，也就是关爱我

们自己，我认为爱自己首先要充实自己，让自己无论是内在还是外在都更加美丽。

书本，是一个女子优雅的根基，而读书会令女子深刻儒雅。追求优雅的女性如果胸无点墨，那优雅只能是东施效颦。“问渠那得清如许，为有源头活水来”，我们要让自己的优雅有源源不断的泉源来滋养它。读书和学习，就是答案。在读书学习中，会发现自己渐渐沉静、思想升华，看到的是更深邃的人生。有人说历史让人智慧，哲学让人深刻，文学让人浪漫，宗教让人向善，音乐让人深沉，戏剧让人丰富，而拥有这一切知识学养，就能改变一个普通女大学生的命运，令其知性、高贵、善良、成功。

而外在的点缀也是女大学生关爱自己的体现：无需太多斑斓的服饰、浓妆艳抹。只要每天清晨起床，对着镜子，向自己微笑一下问声好，穿着清爽舒适的衣服，画上淡淡的妆，积极的迎接每一天的阳光。

其次，我认为如果想要爱自己，就要了解自己，明白自己想要什么、在做什么。可能这会是一个敏感的话题，但我觉得，想要了解自己，首先应该了解自己的身体，能够清楚的感受一些细微的变化，从而更好的保护好自己。可以拿经期这件事为例。一些女大学生不怎么记录经期的时间，有时候推迟或者提前很久也不在意，或者不注意经期的护理，认为这些是小题大做。可是，近年来的相关调查研究表明，经期的一些不注意，会大大提高癌症的发生率。其次应该了解自己的感情生活。清楚自己在干什么，自尊自爱，快乐健康的去爱与被爱，为自己的大学生活留下美丽的回忆。有些女大学生，对自己的情绪控制不够，在出现失恋分手后，轻微会出现哭泣、吵闹、谩骂等行为，极端了可能会上演出各种惨剧。

我认为，爱自己，是对自己负责，对家人负责的一种表现。保护好自己，爱自己，是每位女大学生义不容辞的责任。

最后，关爱女大学生，关爱她们的未来。大学生面临的最大问题，可想而知，女大学生也面临着。由于一些用人单位还存在着偏见，“宁要武大郎，不要穆桂英”，这就给女大学生就业带来了很大困难。实际上，从小学、中学到大学，女同学无论在学业成绩还是专业发展上，都是与男同学并驾齐驱的，甚至某些方面比男生还更胜一筹。然而，由于历史的、现实的、主观的、客观的原因，女大学生在社会职业的选择上却往往处于劣势。因此，女大学生们必须充分认识自身的特点，清楚自己的长处和弱点，在求职择业过程中扬长避短，发挥自身的优势。充分认识自身的特点，并加以利用。女大学生在生理、心理、性格上与男生有着一定的区别，但是，女大学生也具有自身的优势。如：女生普遍具有温柔、贤惠、细腻的性格；感知能力较强，形象记忆较好，想像力较为丰富；尤其在语言能力上比男生更具优势，女性一般学习掌握语言较快，语言表达清晰、流畅；另外，在外语、阅读、精巧手工制作等方面也比男生略高一筹。这些都是女大学生的优势所在，关键在于如何发现、发挥自己的优势，展示自己的才华，把握机会，选择适合自己的行业、地区和单位，从而获得择业成功。

作为一名新时代的女大学生，也作为坚强、自尊、快乐、青春、活力的代名词，关爱女大学生，关爱自己，相信自己会在未来绽放出耀眼的光芒。

会有那么一天，有一个人出现在我的生命中，他愿意包容我的缺点，一直陪着我、会在某个路口，拉着我的手说：我一直都在！

会有那么一天，我的内心会变得强大、变得更完美…

会有那么一天，我会变得更好…我相信，会有那么一天的。我一直在变，直到我变得更好，更强大，更坚强，一切都会好的。加油我可以。

做自己演讲稿大学生篇五

当一个人相信自己，生命总是会有回报的，因为相信，所以得到。

成功，通常都藏在转角的后头，除非转个弯，否则，你永远不知道成功离你多远。人生最好的投资就是投资自己，这一生最值得栽培的人是自己。

一个人只要坚持到底，就会成功。就好比雨滴总能把大地洗净，小小蚂蚁却能够吞吃大象一般。

没有伯乐，要一样证明自己是千里马。不要埋没自己的才华。

千里马一样要不断练习，才能日行千里。而奔驰的能量是来自心中不断的热情。

只要欠激活内在奔驰的能量，最后的奖赏终究属于自己。

做自己演讲稿大学生篇六

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

在人生的道路上，有太多的坎坷与困苦，这些因素都可能成为你成长途中的绊脚石。如果想剔除这些绊脚石，那就需要自信，需要自信引领你，伴随着你成长。

面对这么多始料未及的困难阻击你，假如你没有一颗坚定的心，如何才能跨出障碍，冲出围栏。如果你只看到缺点，那只会自卑，那你就只能原地踏步或者只能后退。人们需要“吃一堑，长一智”。我们要勇往直前，相信自己的能力，才可成长，才可成功。

“自信是成功的第一秘诀”。由此可见自信的重要性。居里夫人。爱迪生。张衡等人。这些为世界作出伟大贡献的人们，都具有一股充满信心的精神。在这种精神的鼓动下，才有如此的成就。

美国发明家莫尔斯，原本是一位画家，但他对电磁学非常感兴趣。他就放弃职业，投身于对电磁学的研究中。有人会可能问，难道他不怕失败吗？当然不会，因为他有一颗自信的心。在经过五年的研究后，他终于发明了一台粗糙的电磁式的电报机，并因此遭到大家对他冷嘲热讽，但他一点也不灰心，经过几年的改造，他的发明终于得到大家的认可，得到普遍的运用。

一个画家成为了一个发明家，两者是完全不同的性质，但他拥有信心，不怕失败，坚信自己的创造力，从这点他又向前迈进了一个台阶，也在不断成长。

生物之父巴斯德说过：“意志。工作。等待。他要把这三块“基石”作为成功的金字塔。”是啊我们都需要这三块基石，把这三块基石转化为自信，自信是成功的基础，然后成长。湖南黄岗有个叫程抱全的人发现，可以利用数学公式对企业模式进行管理，于是只有一个中专学历的他，努力地学习高等数学，深入地研究管理科学，他坚信“有志者事竟成”。经过多年，曾被大家说成“丑小鸭”程抱全的论文被国家高度重视，从此这只“丑小鸭”便成为了国家论坛中的一只“白天鹅”。

可见，自信为人们提供了莫大的财富，只有拥有自信，才会成功，才会不断成长。作为学生，我们更需要自信，让自信伴随我们，让我们憧憬更美好的未来。