

# 正能量又幽默的演讲稿 正能量演讲稿(通用8篇)

演讲稿具有宣传，鼓动，教育和欣赏等作用，它可以把演讲者的观点，主张与思想感情传达给听众以及读者，使他们信服并在思想感情上产生共鸣。优质的演讲稿该怎么样去写呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

## 正能量又幽默的演讲稿篇一

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！

## 正能量又幽默的演讲稿篇二

你们好！

今天我演讲的题目是《积聚正能量，牵手阔步走》。

“洛阳亲友如相问，一片冰心在玉壶。”“不要人夸好颜色，只留清气满乾坤。”这是怎样美好的情感呀？！他们把这些高尚的精神产品以示后人，让我的灵魂在一次次品味中获得升华。

我的班主任熊老师就是这样一位满格正能量的女汉子！为了能有更多的时间花在我们这帮孩子身上，乳汁充足的她硬是早早为孩子断了奶，哪一位母亲不爱自己的孩子啊？这不是

绝情，是深情，是对52个孩子的极致深情。

语文老师郭老师是省特级教师，他家不在新余，住在学校宿舍，和我们在一起的时间超过了和家人的时间，他最大的乐趣是在课堂上带着我们进入国学的殿堂，享受文化的大餐，他讲到动情之处，常常面露陶醉，上他的课犹如清泉流水，字字句句都是精神的享受。

哇，我们真是太幸福了，每一位老师都向我们传递着责任、关爱、友善，帮助我们洗去心灵的尘埃，让我们的心灵变得更强大，更美好。

因此，我希望我们每一个同学们多去读一读像《少年向上，真善美伴我行》这之类的书，读这样的书，一定会在我们的脑海里不断重复着正义、责任、勇气、智慧、感恩……这些充满正能量的词语；我希望，我们的人生，每一个时刻，都像彩色蜡笔那样美丽；我希望，我们都能在心爱的白纸上画画，画出纯净、自然、有意义的人生画卷。

那么，就让我们心连心，手牵手，积蓄真善美的力量，阔步前进！

## 正能量又幽默的演讲稿篇三

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！

## 正能量又幽默的演讲稿篇四

大家好！

我是六号选手，来自xx县人民医院产科。

如果您要问我，世界上最动听的音乐是什么？我会告诉您，那是婴儿的第一声啼哭！在我的心里，那真是来自人间的天籁之音！而经我们双手托出来的孩子，也像一轮初阳，在我们和孩子的亲人面前缓缓升起！那么，我这天演讲的题目就是《用双手托起明天的太阳》。

有一本书，叫《林巧稚》，这个名字想来在我们每一位医务工作者心目中都不会陌生。林巧稚在产房里度过了五十多个春秋，她亲手迎接了五万多个小生命来到人间。她一生没有自己的儿女，但她却是世界上最伟大的母亲，人们尊称她

为“万婴之母”。

看过那本书后，我也曾略略算了一下20年来经我的手托到人间的小生命也已经有八千多个！八千多个生命，八千多个家庭，八千多个期望啊！

20年了！我亲手托到人间的孩子都已经上大学了！虽然我已记不清那位女子的容颜，但那封信唤起了我的回忆，我告诉自己：我不仅仅是一名普通的医务工作者，更是一名年轻的共产党员。我必须要用自己的爱心，呵护每一位病友，才能无愧于这面旗帜所赋予我们的使命，无愧于共产党员这个光荣的称号。

清楚地记得□20xx年，正逢我们县院第二周期二级甲等医院评审，全院上下加班加点，我也放下了近半年的节假日休息，顾不上正迎接中考的儿子。

离二甲评审不到一个月时刻了，儿子中考也临近了。一天，孩子突然咳嗽发高烧，我实在没空陪他，就请爷爷陪他在门诊用点药。可一周过后，病情不但没有好转，咳嗽反而越发严重，高烧不退。医生要求立即转上级医院就诊，当上级医院的专家看完片子，严厉地责问道：“你这母亲怎样当的？你们这些母亲对孩子还有没有职责感？让孩子病成这样……”听着专家的责备，看着儿子因咳嗽而蜷缩的身影，我的眼泪刷刷地流了下来，心里充满了对儿子的愧疚。儿子，不是母亲没有职责心哪！我是你的母亲，但我更是一名医生啊！

一分耕耘一份收获，我的付出得到了领导和同志们的充分肯定，连续多年被评为市县先进工作者和十佳护士，去年还被评为“五一礼貌标兵”。我知道，这是领导和同志们对我最大的信任和鞭策。我深深地、深深地谢谢你们！（鞠个躬）

林巧稚说过一句话：“我随时随地都是值班医生，无论是什

么时候，无论在什么地方，救治危重的孕妇，都是我的职责。”这天，在这鲜红的党旗下，我也想告诉您，无论是什么时候，无论在什么地方，我都会牢记自己的职责，用心、用爱托起每一个婴儿、每一轮明天的太阳！

我的演讲完了，谢谢大家！

## 正能量又幽默的演讲稿篇五

大家好！

正值青春的我们朝气蓬勃，到处都闪耀着我们活跃的身影，身上闪烁着热情的光芒。

### 拼搏与永不言弃

随着一声枪响，女子丙组的200米赛跑开始了，顿时，赛道两旁的啦啦队都鼓足了劲在为自己的队员加油助威，一时之间赛场成了热闹的竞标场，一句句加油，一声声必胜此起彼伏，只见我们班的王玲玲同学遥遥领先，我们班的啦啦队的助威声更大了，可是，一圈之后，她的脚步却放慢了，后面别班的同学追上来了，我们拼命的喊着，叫着，她奋力地迈动双腿，随着一声哨响，后追着成了第一名，王玲玲落后一点，遗憾的屈居第二，我们跑上去扶着她，望着她满脸汗水，我们懂得青春的力量——拼搏与永不言弃。

### 宽容书写着友谊的魅力

又一声哨响，又一个比赛落下了帷幕，我们又赢得了一项冠军，这使得别班同学产生了嫉妒。在接下来的接力比赛中，我们班有同学摔倒，一别班同学朗声说：“摔得好！”还有人说活该，我们班有的啦啦队同学气哭了，我们想跑过去和他们理论，指责他们的无理与无知，但一想到班主任的教导，比赛中要有胸襟和气度，靠实力说话！于是我们忍住了。但是

当又一场比赛中，我们发现别的班同学受伤时，我们都抢着跑上去扶着他，用老师的话说，这是气度，这是素质！正是这种气度书写着另一种青春的力量——宽容。

人心齐，泰山移

清脆的哨声又响了起来，运动会的重头戏——拔河比赛开始了！操场上沸腾了，双方队员都鼓足了劲，小脸憋的通红，有的同学把绳牢牢的背在肩上，紧紧地握着手中的绳子，“一二一”的喊声响彻整个会场，终于，我们班的男子赢得了第一名，班主任又迅速带我们赶到女子拔河的场地，老师兴奋地告诉运动员：“我们的男生已经赢了，就看你们的啦！有没有信心？”我们齐声呐喊：“有！”哨声响起，女生拔河开始了，我们在啦啦队的助威声中卯足了力气，中间的标志红领巾一会儿移过去，一会儿移过来，我们的心都提到了嗓子眼了，终于，对方的一个队员倒下了，我们胜利了，欢呼声顿时响起，操场上弥散着我们班胜利的喜悦。我们又获得了一个第一，这让我们知道了青春还有一种力量叫做——团结。

放飞青春的梦乡，抓住青春的正能量，让我们的梦飞的更远，更高！

## 正能量又幽默的演讲稿篇六

那天下午，我坐在座位上，津津有味地读着书。突然，有人跑到我面前，把我的书撞倒在地上。我满腔怒火，只想抬头看看是谁这么大胆。“对不起，我不是故意的。”我抬头一看，这是一条路。和我有仇的是兰。

这个时候时间好像是固定的。我们俩都没说什么，但我心里有点高兴。我以为我平时和她格格不入。现在她用谦卑的方式对我说对不起。我以为他是只黄鼠狼。我对鸡不是好意。但看着她真诚的眼神，我暗暗决定，一定要原谅她，一定要和她做朋友。

“我原谅你，我们能做朋友吗？”

“那我们就从这一刻开始做朋友吧！”

“嗯。”

“太好了。”

于是我和她成了无话不说的好伙伴，但我觉得如果当初不原谅她，或者和她关系再僵一点，我们根本做不了朋友。我很庆幸当初选择原谅她。

## 正能量又幽默的演讲稿篇七

大家好！

点燃团队正能量，改变从今天开始感谢机关党委、机关团委对年轻人的关心，为我们订阅了《正能量》这样一本排除负面情绪、传递正向能量的心灵成长之书。工作之余，怀着激动的心情抓紧拜读完这本世界级心理学大师理查德·怀斯曼的著作，心中感慨无限。

阅读《正能量》这本书，是从疑惑、好奇和心中无限的期待中开始的，还没开卷，便被书名所打动——《正能量》，到底什么是团队正能量？怎样获得团队正能量？又怎么样才能运用团队正能量打造全新的自己？随着阅读的一点点深入，跟随着作者的文字，内心仿佛也变得越来越光明与积极起来。

书中所说的团队正能量，就是一切予人向上和希望、促使人不断追求、让生活变得圆满幸福的动力和感情。通过种种实验和数据，理查德·怀斯曼严谨又趣味十足地向我们阐释了伟大的“表现”原理，运用“表现”原理激发出的团队正能量，可以使我们产生一个新的自我，让我们变得更加自信、充满活力，破除了我们过去秉持的“性格决定命运”、“情绪决

定行为”等认知，更好地去指导我们的工作与生活。

生活中，我们亦需要团队正能量。团队正能量的感染力就像磁场，可以向外辐射积极和乐观。不论遇到任何事情，都要往好的方面去想，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……这些都是生命的团队正能量，当你调整心态，用昂扬积极的姿态迎接初升的太阳，拥有团队正能量的你就是自信、值得信赖的，用自己的洒脱和热情影响身边的人与事，团队正能量帮你建立了良好的人际关系，你也能用自己的团队正能量去塑造一个良好的氛围，这是你拥有的无形的巨大财富。

工作中，我们需要团队正能量来不断激励自己。尽管有时辛苦，有时沮丧，但是我们不得不承认，工作是实现自身价值的一个重要方面。而如何在工作中最大限度发挥自我的团队正能量，实现自身价值，每个人都有自己的体会。就拿自己来说，在文书的岗位上工作将近一年，感受颇多。文书工作琐碎且繁杂，集政治性、业务性、机要性于一体。虽然这项工作看似不太起眼，却需要时刻绷紧神经，花费大量的精力与时间去完成，不能耽误，更不能有差错。压力当然是有，责任也很重大。正因如此，就更需要自己抱着如履薄冰、如临深渊的紧迫感与使命感，不断学习业务知识，不断总结工作规律，不断向自己提出更高地要求。只有抱着这样的态度，才能促使自己不断地进步。这中间必定会经历痛苦，如果把工作的压力和挫折，转变成了负能量，经常抱怨，越说心情越差，负面的情绪堆积最终会爆发，耗尽身体的团队正能量，负能量蔓延开直至影响到周围的同事和家人，如同病毒传播一样。但要是换个视角，当看到自己的劳动收获成果，看到每一个公文的顺利办结，看到每一个工作任务的圆满完成，看到每一点一滴进步的不易取得，都激励着自己用更昂扬的斗志，更饱满的精神去迎接下一个更大的挑战。我想，这也就是一个不断积聚团队正能量来激励自己更好工作的过程吧。

人心中的“能量场”存在着正、负这两种能量，当团队正能量不断被激发时，负面情绪会逐渐被取代，人的幸福感也会慢慢增加。在工作中，重视用积极的心态调整自己，摒弃负面的思想，远离消极，坚持正向能量，持之以恒，还有什么困难会困扰我们呢？每天给人一个微笑、一个握手、一个拥抱，传递的便是乐观和积极，转发一条温馨、积极向上的微博，也是向朋友传达了团队正能量的价值，促使社会风气向着积极健康的方向前行。我想这也是理查德怀斯曼教授撰写《团队正能量》的初衷，只有我们每一个个人学会坚持团队正能量、充满团队正能量，我们的社会才会充满团队正能量，国家才会充满团队正能量。

点燃团队正能量，你的改变从现在开始！

## 正能量又幽默的演讲稿篇八

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，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。对于我们新时代的青少年来说，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等事情，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》这本书中，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！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！