

# 2023年好心态演讲稿三分钟 心态的演讲稿 (优质5篇)

要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。优质的演讲稿该怎么样去写呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看一看吧。

## 好心态演讲稿三分钟篇一

因为在每个人在走向成功的路上一定会遇到很多的风风雨雨和意想不到的困难!成功的人他们坚持的走下来了!因为是他们有亲人很朋友的支持和鼓励;特别是他们心中有股很强烈的欲望~~~想要完成自己梦想的路!

### 二:积极心态

人与人之间只有很小的差异，但这种很小的差异却往往造成了巨大的差异!很小的差异就是所具备的心态是积极的还是消极的，巨大的差异就是成功与失败。第一节积极心态pma黄金定律成功人士的首要标志就是他的心态，如果一个人的心态是积极的，乐观的面对人生，乐观的接受挑战 and 应付困难，那他就成功了一半。我们必须面对这样一个事实，在这个世界上成功卓越者少，失败平庸者多，成功卓越者活得充实、自在、潇洒，失败平庸者过得空虚、艰难、猥琐。

### 学习心态

### 付出心态

它是一种因果关系，也就是舍得的关系。舍就是付出，是为自己做事的心态，要当作事业做，自己要勇于承担，承担是成长的开始，成长是成熟的开始，成熟是成功的开始。要懂

得舍得的关系。舍的本身就是得。小舍小得大舍大得不舍不得，而打工的心态是应付的心态。表现为老师来帮我就动一动，老师走了打麻将、打扑克、跳舞照旧；学习时的一点点费用不愿交，上网费也让别人付，总而言之一句话，就是不愿意付出。

## 感恩心态

感恩心态在我的理解里就是感谢某某某的恩情！

我们要做一个有良心的人，滴水之恩，涌泉相报。我们要感恩世界上所有的人，蝴蝶效应告诉我们，一件小事，一句话，一个动作，都可能改变全世界，但是这个太微小了，我们就从宏观方面看。感恩，也就是感谢某某对你的恩情。现在是什么社会？是实在的社会，想感谢怎么感谢？无非是送钱，送礼，很正常嘛。

八大心态，指的是“成就、学习、付出、宽容、平常、乐观、自律、感恩”这八种心态。

### 一、成就心态——成功人事的心理支柱

一个人要想成就一番事业，首先要树立成就的心态，也就是要想成功必先立志，敢于梦想，敢于挑战，才有可能实现。

其实我们每一个人都是成功者，为什么说我们是个成功者呢？如果你不相信自己会成功就不会努力去做，也就不可能成功。

一个人来到世上本来就是一种成功，所以说我们要相信自己一定会成功。为什么有些人不成功呢？与外界有关系。

如果一个人没有强烈一定要成功的欲望，那他是不会采取任何行动来达成目标的。一个人有了梦想以后，将梦想分为若干个目标，将目标再变成计划，将计划分成每个月的工作内

容，然后以成就的心态去做，不是尽力而为的做，而是全力以赴，我相信每个人都能在最快的时间内实现成功。

### 一、成就心态——成功人事的心理支柱

一个人要想成就一番事业，首先要树立成就的心态，也就是要想成功必先立志，敢于梦想，敢于挑战，才有可能实现。

其实我们每一个人都是成功者，为什么说我们是个成功者呢？如果你不相信自己会成功就不会努力去做，也就不可能成功。

一个人来到世上本来就是一种成功，所以说我们要相信自己一定会成功。为什么有些人不成功呢？与外界有关系。

如果一个人没有强烈一定要成功的欲望，那他是不会采取任何行动来达成目标的。一个人有了梦想以后，将梦想分为若干个目标，将目标再变成计划，将计划分成每个月的工作内容，然后以成就的心态去做，不是尽力而为的做，而是全力以赴，我相信每个人都能在最快的时间内实现成功。

### 三、付出心态——是征服生存环境的唯一诀窍

付出是一种因果关系。舍就是付出，是为自己做事的心态，要当作职业做，自己要勇于承担，承担是成长的开始，成长是成熟的开始，成熟是成功的开始。要懂得舍得的关系。舍的本身就是得。

付出也就是“舍得”中的舍，先舍再求后得。要想在事业中成功，必须先付出，付出分两种：一种是有目的舍，是为了成事业，为求利；另一种是无目的的舍，为求名，求得尊重、支持，换得别人同样的帮助。

在我们的事业中，是个人人为我，我为人人的行业。我们想要得到更多只有先付出，都说付出了会得到回报，但是不付

出是绝对不可能得到回报的。所以，付出就是得到别人的支持、尊重、感激源泉。付出也是换起别人帮助你的基本条件，也许你的付出不一定全部都能得到认可和回报，但你不付出将永远没有回报。所以，付出是值得的，是快乐的，也是促使自己成功的动力之一。

#### 四、自律心态——人格魅力的包装师

你可以在所有的时候欺骗某些人，你也可以在某些时候欺骗所有的人，但你无法在所有的时候欺骗所有的人。成功的人必定是高度严谨自律的人，必定是以高标准要求自己的人。

在我们中华文化里有一个词叫做“敬畏之心”，这也是一种通过他律的自律，我们里要善于学习和养成这种常怀敬畏之心的习惯，不管是对于提高个人修养还是做人做事，还是对佛家“因果报应”的认识，都是成功者一种良好的品格，这样不管身处位，都能做好团队建设。总之，只有每个人都怀着自律的心态来做好自律，就会让我们的思想、行动、结果都统一，才会让我们的团队稳固健康。

#### 五、宽容心态——梳理人际障碍的润滑剂

“大肚能容天下能容之事，开口常笑天下可笑之人”，宽容的力量是巨大的，宽容可以使你的敌人越来越少，朋友越来越多。

在现实生活中，不管我们与家人相处也好，与朋友相处也好，或者与陌生人打交道，反正生活在世上，就必须与人交往。特别是你在一个团队中，想很快的出人头地，除了你的专业能力要提升外，更要提升与人打交道的能力。不必认为赞美别人，尊重别人就是贬低自己，一旦理解和宽容了别人，就会委屈自己，这种心态就是断路的心态。断什么路，就是给我们自己断人际沟通之路。

每个人都希望得到别人的赞美和尊重，自己有点错误希望别人包容我们的错，但如果你都不赞美和尊重别人，不去包容别人，怎么能得到别人的尊重和包容呢？所以不管我们对客户、对朋友，都要在生气时尽量忍让，在认可别人时大声赞美，这样你的朋友就越来越多。中国有句古话叫做“小不忍则乱大谋”，在你成就一番事业时，都将面对许多耐性的挑战和磨炼。自己的忍耐力受得起考验，我们就会学会换位思考的方式。也就是说遇到事情，先站在别人的角度上想一下，你就会理解别人、体谅别人。所谓“世界上没有无缘无故的爱，也没有无缘克故的恨”，你理解了别人的苦衷，也就掌握了别人的心理，那么解决问题也就容易多了。你包容了别人的同时，也得到别人的包容，那剩下的就是快乐，轻松的事情，也就会达成所有共同的目的，获得更大的成功。

## 六、平常心——成功与失败的平衡器

所谓平常心，是指一个人，在看待某件事或自己的人生时，所取的一种得不以物喜不以己悲的正常心理状态。

许多成功人士身上，除了信心、勇气、拼搏以及付出的精神和他们对自己事业成功的向往和热忱之外，我觉得还有一种很内在的东西。我发现这些古今中外从事各种不同事业的成功人士都有一种共同点，那就是不管他们事业遭受挫折处于低谷，还是攀上了成功顶峰的时候，他们始终都能够保持那种内在的东西。它就是我现在要说的平常心。

我想大家一定都听过《范进中举》的故事吧？他考了一辈子盼望能榜上有名，可是最后真的中举了却高兴得疯了。这种不具备平常心导致的悲剧真是令人又可笑又可悲，一同时我觉得更加令人反省。

## 七、乐观心态——一切成功者的共同性格

乐观心态是，是消极的兴奋剂，积极的发动机。当你在积极

乐观的时候保持平衡，当你在消极悲观的时是调整心情的兴奋剂。学会创造快乐，是我们的追求。

人生之路并非坦途一条，获得幸福之路并非心想事成，人生一世能够开开心心地一生，相信这是每个人心中的一个梦。

一个人是否快乐，不在于他拥有什么，而在于他怎样看待自己的拥有。也就是说，快乐是一种纯主观的内在意识，是种心灵的满足程度。快乐是智者的性情，我认为，比海洋更广阔的是天空，比天空更广阔的是心灵。要让心灵保持和谐，不被一些琐事左右，就要用智慧之泉来灌溉。快乐是知识的升华，智慧的结晶，不管我们的道路多崎岖，工作有多困难，只要我们怀着一颗乐观的心态去面对，一切都会变得轻松快乐，微不足道，用我们的微笑和自信和大家一起成功。

## 八、感恩心态——倍增生命价值的心路

感恩是我们成功的源泉，“受人滴水之恩当涌泉相报”这是中华民族传统的美德，感恩一切可感恩的人和事，包括坎坷、困难和我们的敌人、对手，因为事物永远不会孤立存在的，没有周围的一切就没有你现在的存在。我们身边任何一个人都没有义务要帮助我们，我们每一个人没有权利要求别人帮助，对身边的每一个人都怀有一颗感恩的心，将使我们的成功之路越来越宽，越来越好走，“助人者助己”，成功是团队的共赢！我们一定要有感恩的心态，感恩就是感恩一切。我们这个行业是有人教的，你应该感谢教你的人。感谢你的国家、父母、公司、上司、同事、下属，是他们与你的共同努力才使你成功。

我们要感恩我们的政府、政策，感恩我们的各级领导。感恩我们这个事业平台，感恩我们身边的每一个人。感恩伤害你的人，因为他磨练你的心态；感恩欺骗你的人，因为他增进你的见识；感恩遗弃你的人，因为他教导你应自主；感恩绊倒你的人，因为他强化你的能力；感恩斥责你的人，因为他助长你

的智慧；感恩藐视你的人，因为他觉醒你的自尊。凡事学会感恩，感恩所有使你坚定信念的人，感恩一起和我们同甘共苦的工作伙伴。感谢我们能在这个稳固的舞台上展示自己，认识自己，使自己学会未来发展实现一个在团队中实现自身价值的平台，只要我们共同感恩，共同进步就一定能实现我们共同的成功，在迅速发展竞争激烈的今天，永远立于不败之地。

## 好心态演讲稿三分钟篇二

大家好！

此时此刻，不知道你有没有在抱怨，为什么要把我强迫到这里来，为什么要我听那些比我强不了多少或者根本不如我的人在这里喋喋不休，唠叨教育，，，等等诸如此类的抱怨，如果你真的有这些抱怨，我希望你首先能调整一下自己的心态。

哲人说：“你的心态就是你真正的主人”。一位伟人说：“要么你去驾驭生命，要么是生命驾驭你。你的心态决定谁是坐骑，谁是骑师”。一位艺术家说：“你不能延长生命的长度，但你可以扩展它的宽度；你不能改变天气，但你可以左右自己的心情；你不可以控制环境，但你可以调整自己的心态。”佛说：物随心转，境由心造，烦恼皆由心生。狄更斯说：一个健全的心态比一百种智慧更有力量。爱默生说：一个朝着自己目标永远前进的人，整个世界都给他让路这些话虽然简单便却经典、精辟，一个人有什么样的精神状态就会产生什么样的生活现实，这是毋庸置疑的。生活中，有些事总是我们不能选择也不能避免的，与其抱怨，不如去接受甚至去享受。在现实面前，我们其实都是转瞬即逝的一缕青烟，很多时候，我们并不能改变现实，但我们并不是无能为力，至少，我们可以改变自己的心态。所以，面对期末，我们首先要有一个好的心态。

期末其实已经在今天的英语考试中拉开了序幕。但很多同学并没有因为期末的到来，回家的接近而欣喜，而是在回首中发现自己其实并没有准备好，因此更多了几分不安和惆怅甚至是懊恼，不知道有多少同学在羡慕高中可以不及格、在羡慕学霸的海量知识内存甚至是在羡慕其他学校的宽松考试制度。如果真的是这样，那么请你改变心态接受这里的制度，改变心态增加几分自信！

“诚信”即内诚于己、诚实无欺、诚实做人、诚实做事、实事求是：“信”指外信于人、有信用、讲信誉、守信义。我们在考试中最重要莫过于内诚于己，诚实应试。“在海大作弊，你就是死路一条！”相信对于开学之初，张导的这句话许多人应该仍然记忆犹新。这里真的和我们想想的大学不一样，这里每年都会有因为作弊而受处分的同学，相信在座的每个同学都不愿意成为其中一员。在轮机的，都是铁血男儿，在三四中队的，都是铮铮汉子！有些事，该与不该，为与不为，并不需要其他人的提醒，所以我希望大家恪守诚信之道，用考试去作为一次对自己的检验！

天、嬉戏，为自己和其他兄弟创造一个良好的学习氛围。

最后，我祝愿大家期末能取得理想成绩！

谢谢！

## 好心态演讲稿三分钟篇三

大家早上好！

今天，我演讲的题目是：我们要怀有一个良好的心态。

在我们的生活中总有一些不如人意的事儿，但是如果我们用不同的心态去看待就会有不一样的结果。

一天，我乘校车回家，来来往往的汽车在宽阔的马路上行驶着，烈日当头，不时有阵阵微风迎面吹来。忽然，我眼前一亮，一位头戴工地帽，一身“小碎布”款式的衣服，满脸笑容的老人开着摩托车在自由的行驶着。

她开车的速度是那样的快，显然和她的年龄十分的不符。我目不转睛的看着她，这使我想起了我认识的老人们。他们并没有这位老人活得那么充实，而是每天做自己认为能做的事，以此来度过每一天。

相信大家都知道两个职员到非洲卖鞋的故事。他们对待同一件事情有不同的态度，自然在取得的成果上也有很大的不同。

所以说，乐观的看待生活，眼中的世界充满希望，生活中到处是机遇；悲观的看待生活，眼中的世界尽是缺陷和丑恶。让我们怀有一个良好的心态，首先要认识到每个人的心态都是自己选择的，如果你拥有一个良好的心态，那么你遇到的困难都会迎面而解。

谢谢大家，我的演讲到此结束！

## 好心态演讲稿三分钟篇四

在这里，我想举几个例子：

一个是古代。大家一定明白，蒲松龄后期科举屡败，亲自写了一副励志的对联。全文为：“有志者事竟成，120秦观终归楚；辛苦有回报，吃三千就能吞吴。”一开始，他把对联刻在一把铜尺上，挂在图书馆的书房里。整副对联可以说气势磅礴，催人奋进，引用了历史上两个著名的典故，一个是楚霸王项羽断桥灭大秦，一个是越王勾践吞吴。蒲松龄用这个激励自己，最终以一本《聊斋志异》的书载入史册。

非常感谢！

## 好心态演讲稿三分钟篇五

每个人成长的道路都不是一帆风顺的，总会遇到这样那样的困难和挫折，只要我们珍惜良好的心态，就可以所向无敌。

我要和大家分享一个故事：

你们觉得谁能走出沙漠呢？我觉得是后者，因为他保持了良好的心态，相信自己能走出沙漠，存着坚定的信念。

生活中有许多困难和坎坷，我们都应该保持良好的心态去面对。

最近要期末考试了，学校的作业慢慢多起来，作业一本又一本，试卷一张又一张，同学们都抱怨起来：“这些作业烦死了！”我劝大家换位思考一下，老师给我们布置的作业也是为了我们好呀，基础扎实了，题目会做了，方法记熟了，考试的时候，那我们就能更准确又快速地写出来，提高我们的成绩。而一味地抱怨，只能让你每天在恶性循环中重复着糟糕的心情，对学习是一点好处也没有哦。

良好的心态正如一位朋友，给我们送来鼓励，送来安慰，送来掌声，指引我们走向成功的道路。让我们都能拥有良好的心态，珍惜良好的心态，共同奔向更美好的明天！