

# 情绪的演讲稿分钟 微笑的力量演讲稿(优秀9篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。那么演讲稿怎么写才恰当呢？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

## 情绪的演讲稿分钟篇一

笑有多大魔力？它像黑暗中的一缕阳光，给人们带来光明和希望；它像久旱后的甘霖，滋润着枯竭的心灵；它像喧嚣中的一阵清风，轻轻拂去心灵的尘埃，可以说它是世界上最美好的语言。

微笑，真的像一个魔法师，它有你不可预估的能力，从那天起，我学会用微笑面对一切。

太阳挂在天上，好像在对每个人微笑，唯独对我，刺眼的阳光像是嘲讽，嘲笑我那可笑的成绩。周围的同学在说说笑笑，他们的世界是彩色的，而我的世界，是黑白的。我坐在位置上，心中的五味杂陈掺和在一起，差点就化成眼泪夺眶而出，我考砸了。我的天空下着雨，丝毫没有转晴的迹象，但这时，一位同学向我投来了一个温暖的微笑，仅仅是一个细小的动作，却让我的心灵看到了一丝曙光，感觉到一丝温暖，就像被施展了法术一般，我的心情竟慢慢好了起来，因为那个嘴角45°的微笑，让我从黑暗中走了出来。

为什么不找个理由让自己微笑呢？生命是短暂的，活一天少一天，用微笑面对是一天，用悲伤面对也是一天，微笑，方使人心灵丰满而充实。为什么说爱笑的人运气都不会差？因为它能使你勇敢的战胜困难，能使你坚强的面对一切，能使自卑

的人找回自信，使自负的人重新审视自己。它可以是一股暖流，可以是一串动听的音符，也可以是一剂良药。带着微笑出发，即使现在已是深秋或寒冬，但下一个春天还会如期而至，每天给自己一个干净的笑容，期待美好明天的到来。

微笑还润滑了彼此的关系，消除了彼此的隔阂，他负载和传导着真情，它就是爱与真能量的载体，所以才有了“相逢一笑泯恩仇”之说。微笑，一个多么简单的动作，只需将嘴角轻轻上扬，却能让人从中获取无限力量，用微笑感染他人，世界才会变得更美好。不需要太多言语，不需要华丽的修饰，只是一个浅浅的微笑，或许，就是一个奇妙。

微笑吧，美好会与你不期而遇。

## 情绪的演讲稿分钟篇二

积极心理学是致力于研究人的发展潜力和美德等积极品质的一门科学，它的三大支柱即三大主要研究内容之一便是积极情绪体验。积极心理学家们认为积极的情绪对人的身体心理等各个方面都会产生很好的影响，让人们的生活变得欢乐、充满活力、充实和更加欣欣向荣。培养幼儿的积极情绪对促进幼儿的体、智、德、美诸方面的发展也有着正向的推动作用，所以，无论是在家庭中，还是在幼儿园里，家长和幼儿教师都应该创设一个良好的环境氛围，努力培养幼儿积极向上的情绪情感。现在就谈谈父母要怎样教导孩子控制自己的情绪！

如果你的孩子出现异常行为，父母就要反省，是否自己不能使孩子感受到自己的爱。假如孩子能够感受自己的爱，那么孩子就会敞开心扉，父母教育起孩子来也会简单的多。没有那个父母是不爱自己的子女的，但是，要怎样才能让孩子知道自己是爱他的呢？是不是要用语言或者态度表现出来呢？倘若父母觉得在教育孩子的时候困难，那么就表明你没有将自己的爱传递给孩子。

父母要学会欣赏、宽容孩子，并不是说父母不能去批评孩子。而是父母不能够因为自己心情的好坏而去批评孩子，当孩子违反了规定就应该给予批评。批评孩子也是一门学问，父母要控制在1分钟内，就事论事的批评，批评孩子的错误行为。父母批评完孩子不能够是愤怒的样子。这时你要做的是对孩子进行安抚，激励孩子去改正错误，加强孩子改正错误的决心。

父母要接受孩子的实际情况，不能以自己的要求去要求孩子，要告诉孩子，你是爸爸妈妈的小宝贝，你在我们身边，我们就感觉到很幸福了，不需要你去学习太多。”你怎么总是学不会呢？你真笨。”爸爸妈妈你们知道吗？这样的话对孩子来说是一种伤害，当孩子感觉到自己被轻视的时候，孩子的心就会慢慢的封闭起来，什么事情都不去做，成人也是这样的。当孩子感到自己被人信赖认同的，那么孩子的情况就会得到改善。

可见，父母一定要营造一个幸福的家庭氛围，让孩子感受到充分的爱，让孩子知道自己的优点和做得不对的地方并及时给予鼓励和正确批评，让孩子充满自信。这样，孩子一定能够控制自己的情绪。

## 情绪的演讲稿分钟篇三

大家好！

俗话说的好，没有完美的个人，只有完美的团队。如果每个人找到真真属于自己的团队并且都愿意把自己的光和热奉献到团队上，我相信这个团队是成功的，无论走在任何地方，它永远都散发着光和热，洒满在这片神州大地上。

今天我就从“人”字的结果，来谈谈自己对个人与团队的理解。

在浩荡如烟如海的汉字里，“人”字在结构上算是最简单的汉字之一了。是啊！一撇一捺。两笔相互依靠和支撑在一起便组成了这个字。从幼儿园起，每个人首先认识的就是这个字，并且从小到大，从来也没有停止使用过它。人字组成的成语也是多不胜数：“人定胜天”“人才辈出”“人各有志”……当走上自己生命的征途，用双手打拼属于自己的一片天空时，作为团队的一员去创造一个又一个成功的时候，随着人生经验的丰富，则对这个“人”字的含义会产生更多的理解。

从一个咿呀学语的婴儿，到一个能够用双手创造财富、用智慧创造未来、为自己的征途努力、为团队做出奉献的人时，其中一撇是我们的四肢，另一捺归功我们的头脑和智慧。因为一个人，从无知到成功，逐渐体现自己价值的同时，除了勤劳的双手外，还需要不断地学习，随着环境地需求，不断地改变自己，不断地进步，才能紧跟着时代的脚步前进。

“人”字有两笔，其中一笔是你自己，而另一笔则是你身边的人。一个人成功了，除了自身的努力外，更离不开周围的人的支持、帮助和辅佐。中华五千年，从历看，无论那一代的君主成就伟业都无不有一群人在其身边支持、辅佐；从企业上来看，一个成功部门，离不开各位下属默默无闻地努力付出；对于个人而言，正是因为有佳人、朋友默默地支持与帮助，我们才能够安心地投入，实现个人的理想；一个成功的团队，背后有着多少不为人知的团队成员在尽自己的心，在默默的耕耘着。

蔚蓝的天空中，迁徙的雁阵总是以“人”字型出现在天空，从北向南有序地前进，形成了空中独特的风景线，也形成了团队精神的标志。因为雁群都知道，用“人”字飞行组合，能使他们共同削减空气的阻力，提高团队真体飞行速度，这无疑是一种严密的分工协作，并且在相互帮助，团结友爱，以使团体保持朝气蓬勃的锐气，使雁群在天地间自己生存、发展、壮大。

我们中心也曾经搞过团队协作训练的项目，几十个人在规定的半小时内，要全部翻过一堵十多米高的墙而没有任何辅助工具。这对个人来说绝对是无法完成的，但是有了团队的力量，有了大家的相互帮助，每一个人都能够顺利的战胜胜利墙。我们中心就是一个非常讲究团结合作的团队，团队中各人有各自独特的，甚至他人无法代替的优势和长处，当然各人也都有弱点和短处。将每个人的优势长处，根据工作实际合理地搭配，优势互补，就能发挥的整体组合效应。

没有完美的个人，只有完美的团队。曾经有人问一位哲学家：“一滴水怎么样才能够不干枯？”哲学家回答说：“把它放到大海里去。”这简短的对话也揭示了一个深刻的道理：个人与他人之间就相互支撑的，只有得到团队或者别人的支持，才会有无穷的力量。如果没有别人对你的支持，没有团队每个成员的群策力量，我们就无法克服重重的障碍，闯过道道险关。离开了团队，即使你在困难面前使出了浑身的力量，也终究会有枯竭的一天。

一天，我在回家的路上，忽然要下大雨。人们向前跑，一看有个草棚，大家冲进去，大雨下起来，大家好高兴：“哇，今天运气不错，刚刚找了房子大雨就来了！”大家也不顾虑房子干不干净，只要有避雨的地方就很满足了。但这个房子在风雨中突然间要倒塌，大家想尽办法扶住它，不让它倒塌。我很有感慨，是我们需要房子呢，还是房子需要我们呢？我看更多的是我们需要这座房子。

我们鉴定中心就像这草棚，一样为大家“遮风避雨”。但是，同时还需要我们每个人都尽到自己的职责，献出自己的力量，她才可能永远矗立在激烈的市场竞争的风雨中，成为基业长青的百年老店。

最后，让我们从“人”字的结构上去感悟，用一颗感恩的心来对待周围的人和事，这样世界会因为每个人而精彩，我们每个人将因为别人的支持而变得成功。我们鉴定中心，

虽说也走过了十多年的风雨历程，在这中间跨过了诸多的坎坷，之所以能走到今天的壮大，就是因为无论遇到多大的困难，中心的领导永远和我们在一起！我们作为年轻人更应该这样，为自己的发展选择一个团队，找一种归属感，把自己的价值、自己的使命，自己的未来与社会潮流、国家利益相结合，以此为基础，在团队中扎根、成长，成为社会的人才，国家的栋梁。

相信你战略性的眼光，相信你的选择。在省职业技能鉴定中心这个大家族中，你将会得到个人的发展空间和最温馨的港湾。正因为有了你的加入，职业鉴定事业将会走向明天的辉煌，让我们一起共同见证吧！

谢谢大家！

## 情绪的演讲稿分钟篇四

大家好！

我们中学生要学会情绪调节，做情绪的主人。

### (1) 喜怒有常。

喜怒有常，这是我们调节和控制情绪的目标之一。

“喜怒有常”就是要符合常情，合乎常理。该高兴时就表现出高兴，当喜则喜；该生气时就生气，当怒则怒。即情绪表现得当。情绪能在适当的时间、场合表现出来，这才是人之常情。处世冷淡，对任何事情都无动于衷，则不符合“喜怒有常”。喜怒不行于色的人并非是很修养的人，相反，是心理不成熟的一种表现。要想成为心理健康的人，应使自己的情绪变化符合一定的原因，要根据特定的情景做出相应的反应。（举例：蔺相如“当怒则怒”。）“喜怒有常”是人对生活的一种体验。人就是在各种情绪反应中体验五彩缤纷的人生。

根据“喜怒有常”的目标，我们应该当喜则喜，当怒则怒，但是，情绪表达时，也不能任其发展。

## (2) 喜怒有度。

喜怒有度，这是我们调节情绪的又一个目标。

“喜怒有度”即指情绪的表达要控制在一定的程度和范围内。不能想怎么喜就怎么喜，想怎么怒就怎么怒，要有节制。“喜怒有度”还包含着情绪反应程度要和引起情绪的刺激相适应。如果一个很微小的刺激却引起了强烈的情绪反应，那么这种情绪反应则是不适度的，也不符合“喜怒有度”的目标。

要想做到“喜怒有度”，我们应该记住：喜不能得意忘形；怒不可暴跳如雷；哀不能悲痛欲绝；惧不能惊慌失措。这应成为个人情绪修养的重要目标。否则，自己的身心健康就会受到情绪的影响。

在我国历史上、小说中的不少典故，像楚国大将伍子胥过昭关，一夜急白了头；《三国演义》中周瑜怒不可遏，吐血而亡；《岳飞传》中牛皋高兴而死，都是情绪过度的表现。

“喜怒有常”、“喜怒有度”二者看起来似乎有矛盾，既要“有常”又要“有度”。其实，二者是统一的。调节情绪时，我们要注意两个目标的统一，不能孤立地追求某一个目标。

当我们有了不良的情绪时，我们应该怎样调节呢？

### (1) 转移注意力。

转移注意力就是把注意力从引起不良情绪的事情转移到其他事情上，这样就可以使人从消极情绪中解脱出来，从而激发

积极、愉快的情绪反应。

(2) 动——进行剧烈的运动。

当一个人情绪低落时，往往不爱动，越不动注意力就越不易转移，情绪就越低落，容易形成恶性循环。因此可以通过跑步、急走等剧烈活动改变不良情绪。

(3) 学会控制情绪。

## 情绪的演讲稿分钟篇五

“您拿好，慢走。”每次进入这个店，我都能听到这种声音。我家后面有一间刚开的店，里面油盐酱醋，吃喝玩乐的东西样样俱全。单单这些还不能打动人们经常去她那里的理由，更重要的是，她有一张“巧嘴，”只要以有人到他店里，她脸上就会挂着两个小酒窝。她中等个子，看样子二十多岁。

“一元钱。”她微笑着说。

“那好，我买了。”我高兴得拿起盐往口袋里摸钱，我东摸摸，西摸摸。

“小朋友，你怎么了？”她见我这个样子，疑惑地问我。

“没，没什么。”我连话都说不清了。

有了微笑，生活才会变得更美好。

## 情绪的演讲稿分钟篇六

亲爱的同学们：

“相传春秋有勾践，信步卧薪尝苦胆。自问耻辱可曾忘，己



任称霸震中原!”这首藏头诗，是我在读小学五年级时，看了《上下五千年》上的小故事乘兴而作自己”四个呢?因为我相信当年的勾践肯定是知的。为什么在诗头藏上“相信道自己的实力的。

我并不知道在那个遥远的年代，勾践在出征前备好了多少战马，多少勇士，只能看到兵器锋刃上清冷的一道光。夜色里勾践炯炯的眼神，闪着自信和镇定，在拳头紧握的那一刻，嘴角露出一丝微笑。成竹在胸呵，是这样的!因为他有实力!

姜尚披着蓑戴着笠，一个人端坐在水边，像模像样地执着根鱼竿。我走过去，拍拍他的肩：“你真不懂生活常识。鱼钩是直的，还离水三尺，你怎么可能钓得上鱼?”老人家莞尔一笑，轻声念了一句：“宁在直中取，不在曲中求。”便又闭目端然了。后来我才恍然大悟：太公这般气定神闲，这般泰然自若，却是有五壑藏于胸，大策藏于心，实力浑然藏一身啊!

实力，不是阿谀奉承，而是真才实学。总有人不屑于朱庆徐那暧昧的一问：画眉深浅人时无?而认为他不过是只会阿谈奉承之辈。其实，朱庆徐也是在以前下苦功读书，费神思治学之人，文名已扬，不过是按风俗为行卷之事罢了。同样，白居易也曾行卷，而后来万古流芳的诗名更是其有真才实学的最好证明。

实力，不是临阵磨枪，而是厚积薄发。曹禺的成名作《雷雨》，不是在被子里打着手电筒凭一时的心血来潮一挥而就之作，而是他经过多年对大家庭的观察、体会、感悟而写出来的。《雷雨》之所以成为曹禺的代表作，成为久演不衰的经典作品，不正是因为它是曹禺先生对生活最深刻的感悟的结晶吗?《大宅门》的名噪一时也是郭宝昌的厚积薄发之作：从少年时就一直想用笔把自己的家族，尤其是自己的养父的经历表现出来，曾三易其稿，但均因抄家、被焚、搬家等诸多原因被毁，郭宝昌非但没放弃，反而一写再写，每次都有

更深的体会和感受。经过四年的准备，电视剧才开拍。这，也决不是郭宝昌和张艺谋、田壮壮等人喝喝生啤侃侃闲天就能做到的。

实力，不是手忙脚乱，而是气定神闲。真正有实力的人，不是那些临近考场紧张得涕泪肆流的人，不是那些一看到裁判就面部抽搐的人，不是那些上台之前总想钻进厕所里的人，而是那些成竹在胸、气定神闲、谈笑风生的人。他们不会因为一次成功而手舞足蹈活蹦乱跳，也不会因为一次失败而黯然神伤一蹶不振。这种宠辱不惊是因为他们有镇定的实力，有知识的技能，有面对成功抑或失败坦然一笑的实力。

实力，是人生长久的积累与历练，长久的沉淀与感悟；是真才实学，是厚积薄发，是气定神闲。实力，是成功的重要基础！

想天开。”忽然又看见我们的班训：“我们年轻是啊！意气风发的少年儿郎，在这样一片沃土里学习，实力怎会不渐长？栋梁间的实力交织在一起，国力怎会不渐强？国家的综合实力日益增强，那一抹坚定而从容的微笑，定会浮现在每一个中华儿女脸上！请记住，实力才是走向成功的通行证！谢谢大家！

### 《相信自己，风雨兼程》励志演讲稿

尊敬的老师，亲爱的同学们：

你好！

青春昂扬，即使在失落的时候，我们也要有自己的信念，真正的坚持信念不来自别人，而是来自自己的内心，内心的强大与坚定。风雨倾城，更该斗志昂扬，相信自己，走向成功。下面是由 前进的不竭动力。

自卑却与自信背道而驰。自卑者往往对别人的优点看得过多、过重，而对自己的长处认识不足，只觉得自己什么都不行，

又不想去努力赶上，于是沉重的心理压力使这些人唯唯诺诺，裹足不前。自卑者的心理障碍限制了能力的发展，使他们坐失成功的良机，最终一事无成。而走出自卑阴影，前面必定是艳阳天！无论是《千手观音》还是舞动奇迹中的《追光》，演员们都以强者的信念与命运抗争，战胜了自卑，他们震撼的演出博得了观众热烈的掌声，深受人们的喜爱。可见，战胜自卑，培养自信，是我们必然的选择。

自负者与自信者也格格不入。自负与自卑都是极端心理，自负者在取得一些成绩后沾沾自喜，甚至目空一切，妄自尊大。这些人就算是先前取得一些成就，也只是昙花一现。历史上的教训值得我们记取。楚汉相争时，项羽在推翻暴秦的残酷统治的斗争中起了不可低估的作用，但暂时的军事优势使他盲目自负，自封“霸王”，结果被刘邦打败，昔日不可一视的英雄，落得自刎乌江的下场。三国时的曹孟德折戟沉沙，覆军于赤壁，又是一个自负导致失败的教训。由此可见，正确估价自己的长处和成绩，正视自己的短处和不足，划清自信与自负的界限，对一个成功者来说真的很重要。

怎样看待自信、自卑、自负，其中充满辩证法。我们要相信自己，却不自负；要正视不足，却不自卑。选择自信，战胜自卑，远离自负，这是新世纪的要求，是追求完美人格的要求。

“数风流人物，还看今朝”，毛泽东充满自信的名言，将永远激励我们前进。

我的演讲完毕，谢谢大家。

亲爱的同学们：

“相传春秋有勾践，信步卧薪尝苦胆。自问耻辱可曾忘，己任称霸震中原！”这首藏头诗，是我在读小学五年级时，看了《上下五千年》上的小故事乘兴而作自己”四个呢？因为我相信当年的勾践肯定是知的。为什么在诗头藏上“相信道自己

的实力的。

我并不知道在那个遥远的年代，勾践在出征前备好了多少战马，多少勇士，只能看到兵器锋刃上清冷的一道光。夜色里勾践炯炯的眼神，闪着自信和镇定，在拳头紧握的那一刻，嘴角露出一丝微笑。成竹在胸呵，是这样的！因为他有实力！

姜尚披着蓑戴着笠，一个人端坐在水边，像模像样地执着根鱼竿。我走过去，拍拍他的肩：“你真不懂生活常识。鱼钩是直的，还离水三尺，你怎么可能钓得上鱼？”老人家莞尔一笑，轻声念了一句：“宁在直中取，不在曲中求。”便又闭目端然了。后来我才恍然大悟：太公这般气定神闲，这般泰然自若，却是有五壑藏于胸，大策藏于心，实力浑然藏一身啊！

实力，不是阿谀奉承，而是真才实学。总有人不屑于朱庆徐那暧昧的一问：画眉深浅人时无？而认为他不过是只会阿谈奉承之辈。其实，朱庆徐也是在以前下苦功读书，费神思治学之人，文名已扬，不过是按风俗为行卷之事罢了。同样，白居易也曾行卷，而后来万古流芳的诗名更是其有真才实学的最好证明。

实力，不是临阵磨枪，而是厚积薄发。曹禺的成名作《雷雨》，不是在被子里打着手电筒凭一时的心血来潮一挥而就之作，而是他经过多年对大家庭的观察、体会、感悟而写出来的。

《雷雨》之所以成为曹禺的代表作，成为久演不衰的经典作品，不正是因为它是曹禺先生对生活最深刻的感悟的结晶吗？《大宅门》的名噪一时也是郭宝昌的厚积薄发之作：从少年时就一直想用笔把自己的家族，尤其是自己的养父的经历表现出来，曾三易其稿，但均因抄家、被焚、搬家等诸多原因被毁，郭宝昌非但没放弃，反而一写再写，每次都有更深的体会和感受。经过四年的准备，电视剧才开拍。这，也决不

是郭宝昌和张艺谋、田壮壮等人喝喝生啤侃侃闲天就能做到的。

实力，不是手忙脚乱，而是气定神闲。真正有实力的人，不是那些临近考场紧张得涕泪肆流的人，不是那些一看到裁判就面部抽搐的人，不是那些上台之前总想钻进厕所里的人，而是那些成竹在胸、气定神闲、谈笑风生的人。他们不会因为一次成功而手舞足蹈活蹦乱跳，也不会因为一次失败而黯然神伤一蹶不振。这种宠辱不惊是因为他们有镇定的实力，有知识的技能，有面对成功抑或失败坦然一笑的实力。

实力，是人生长久的积累与历练，长久的沉淀与感悟；是真才实学，是厚积薄发，是气定神闲。实力，是成功的重要基础！

想天开。”忽然又看见我们的班训：“我们年轻是啊！意气风发的少年儿郎，在这样一片沃土里学习，实力怎会不渐长？栋梁间的实力交织在一起，国力怎会不渐强？国家的综合实力日益增强，那一抹坚定而从容的微笑，定会浮现在每一个中华儿女脸上！

请记住，实力才是走向成功的通行证！谢谢大家！

保险公司员工演讲稿：相信你，寿险

大家好！

我曾经是一名老师，在我们本地一所比较有名的小学担任高年级语文教学及班主任，我勤勤恳恳为教育事业奉献了我14年人生最好的时光。可是学校并没有给予我什么说法，在我觉得入编无门的情况下选择辞职重新寻找适合自己的工作。

在我最迷茫的时候，不知何去何从时，我在网上不断的发求职信息。终于被我的师傅李主任带入了平安，在此先谢谢我的师傅以及师傅的师傅曹主任和我的美女领导郗红仙课长！

对于保险我并不陌生，我哥哥应该是 力。听了“寿险的意义与功用”的这节课后触动很大，才清楚地了解到人寿保险的真正含义，人寿保险通俗的理解就是一种在不需要时准备，在需要时使用的特殊商品，它保障我们及家人在风险事故发生时可以得到大笔的急用现金，补偿经济损失，保证生活来源，维护人生尊严。特别是在当今社会中，风险无处不在，无孔不入，无法预料天灾人祸，旦夕祸福，而且人人都有生、老、病、死、伤、残等等说不完、道不尽的风险。那我们如何进行规避及减少各种风险带来的苦痛与伤害咧？这时我明白了人寿保险才是我们最科学、最合理、最安全、最省心的转嫁风险的选择，同时也深刻理解到我们人人都需要保险。再想想身边一些人和一些事，就在我入司不久后，我老家两个老村民因车祸相继离世，因为他们没有投任何保险，留给了妻儿无限的悲伤，也使这两个家庭完全陷入了困境。此时我在想：假如他俩投了充足的人寿保险，他们的妻儿最起码能保证生活来源，毕竟逝者已逝，而生者还将继续生活。而对于这些既没有交通意识又没有保险意识的村民来说，我觉得我作为一个保险人，任重道远啊。与此同时，我的另一位好朋友的女儿同样在放学的路上被车撞了，生命危在旦夕，因治疗及时在某医院花去医疗费用8万余元巨资，这对于一个正处于创业阶段的小家庭来说，无疑是沉重的负担，然而幸运之神仍然眷顾着这个家庭，仅仅因为孩子在学校投了50元的学生平安保险，一切经济困难都迎刃而解，可以说这个家庭的幸运之神就是保险。因此我要做有准备的人，结合自己的实际情况，首先为自己及家人做全保障，为家庭添加一份关爱和责任，因为我深信人寿保险一定能帮我解决我的后顾之忧。

既然了解到人寿保险这么重要，那么我感觉我有必要也有义务告诉我的亲朋好友以及我所熟识的所有人，为他们的家庭送去保障，这就是我成为寿险代理人的初衷。如今我成了一名寿险代理人，更有责任为他们送去幸福，挽救生命。这就需要我们抱着自信、诚信、乐观、爱心、耐心、行动的心态，抱着造福他人、成就自我的理想，按照做事先做人的原则，

主动与他们接触、沟通，传播保险理念，用自己专业的保险业务知识为客户进行需求分析，制定完整、准确的寿险计划书，以满足人们购买保险的需求。在满足客户风险保障的基本需求的基础上，使用各种金融工具及投资工具为客户提供更好的理财需求，满足人们追求高品质生活的愿望，以实现客户与自我的双赢。

沙漠里的人最想看到绿洲，而我们的寿险就是你想看到的绿洲

大家好！

我是xx大学医学院xx届硕士生xxx，很荣幸能作为医学与生命科学学部xx届毕业生代表在这里发言。

时光如白驹过隙，又是一年凤凰花开。不知不觉中，我们在厦门大学度过的日日夜夜已渐渐沉淀在记忆的封底，当今天的毕业典礼即将为我们的厦大求学之路划上句点，我们发现，一路走来，竟有那么多难以割舍的情怀。

在这里，我们认识了许多志同道合的朋友，一起激扬青春，放飞梦想……在这片依山傍海的土地上，留下了我们在凤凰树下的微笑、演武体育场上的呐喊、白城沙滩上的脚印以及每一个简单却不平凡的日子。还记得勤业餐厅的美味馒头、学生公寓边上的烧烤摊、晨光中的环岛路、月色下的芙蓉湖……这些美景美食都将成为我们最珍贵的记忆。年轻的我们在这里成长，开启睿智，尽展风华正茂、挥斥方遒的书生意气！

在这里，我们学会了在科研学术的高峰上不断攀登。还清晰的记得：厦门大学是一所自信的学校，“自强不息，止于至善”这八校训是何等的自信！是的，作为一名厦大毕业生，无论我们身在何方，有着怎样的际遇，我们都会谨记“自强不息”，尽力做到“止于至善”。让我们一起努力，相约在

厦大百年华诞之时，带着自己的成就，带着自己的家人，带着对母校的思念，再次聚首南方之强，交流我们毕业十年的感触，让我们共同高呼：今天我以厦大为自豪，明天母校将以我为骄傲！

最后，衷心祝愿我们的母校蓬勃发展、再书华章！祝亲爱的老师们阖家幸福，桃李满园！祝各位同学前程似锦、大展鸿图！

谢谢大家！

硕士毕业感言

终于要毕业了！相比于本科时候的毕业，硕士毕业深感艰难。

毕业经历：

xx年9月入学——xx年9月：浑浑噩噩的度过了研究生的第一年。

xx年9月进企业实习——xx年底：实习过着跟工作一样的日子，有时比正式工作都累。

xx年2月，知道自己投出去的文章被拒，开始担忧能否顺利毕业！

xx年2月末，从新返回实习公司，准备一篇新的文章。

xx年4月初，新的文章终于写完了，交给老师后结果老师需要更多数据，无法投出去。但是老师说他能保我顺利毕业。

xx年4月20日，由实习公司返回了学校，为最后的毕业做准备，开始大论文的书写，修改，打印工作。



xx年5月4日，这天是交大论文的最后一天，我拿着老师给我签的去研究生办理毕业相关事情，结果遭到拒绝，也就是说老师的签没有作用，我又无法顺利毕业了。（这一天，我的心沉到了谷底）

xx年5月5日，老师给我想了一个办法，我临时补一篇文章，投出去，希望能够毕业。

xx年5月6日，我开始写新的文章。

xx年5月9日，我完成了一篇综述，交给老师，结果被退回，要求修改。

xx年5月11日，我完成了文章的修改，交给老师，又被退回，还是不合格。

xx年5月15日，如上。然后老师告诉我我们会在5月30日之前答辩。（心急如焚）

xx年5月18日，我又修改了文章，老师还是说不行，让我给别人帮我修改。这时学校通知延期申请。

xx年5月19日，我找了一个同学帮我修改文章。（有了一丝希望）

## 情绪的演讲稿分钟篇七

大家好：

亲情，夏日的凉风，是冬日的阳光，是黑暗中的光亮，是沙漠中的清泉，是无处不在的空气，亲情的力量，无限大。

天下的父母都是一样的，他们宁可饿着自己，也要喂饱儿女；宁可自己受苦，也要让儿女快乐地长大。这是多么伟大的亲

情的力量啊！

曾经有一位妇女，她的孩子就站在火车铁道上。这个时候，一辆火车飞驰而来。这位母亲眼睁睁地看着火车离自己的孩子越来越近，便不顾一切危险，奔向了铁道，最终成功地从车轮下抢救出了自己的孩子。有人计算了她救自己的孩子时飞奔的速度，发现它竟然打破了全世界最高记录。由此可见，亲情能激发出人无限的潜能。

父爱如山，深沉严肃；母爱如水，温柔细腻。我在生活中，也对亲情的力量有着深刻的体会。

那一年夏天，我家的门市刚刚开业不久，虽然不至于门可罗雀，但生意也是寥寥无几，少得可怜。

有一天，我家接了一个较大的生意。因为我家没有可以用的工人，爸爸只能亲自去给人家装修。半天下来，爸爸累得不得了，身上大汗淋漓，而我呢，我在一旁的凳子上坐着玩手机。至今想起来，我仍然觉得心有愧疚，脸上一阵阵地发烫。

偏偏在这个时候，天公不做美，天边的乌云翻滚着，夹杂着晃眼的闪电与咆哮的雷声往这边袭来。“不好，下雨了，快走！”爸爸说着，人已经走向了摩托车。车上只有一件雨衣，只够盖住我们姐弟三人。爸爸一把将雨衣扔给我，自己不做任何遮盖，走了十几分钟才到家。

亲情的力量无比伟大，它是天空中那最亮的星……

## 情绪的演讲稿分钟篇八

各位老师，亲爱的同学们：

大家好！

当我的紫葡萄化为深秋的露水，当我的鲜花依偎在别人的情怀，我依然固执地用凝霜的枯藤，在凄凉的大地上写下：相信未来。无论我们遇到什么挫折，只要我们相信未来，那么，希望的曙光总会在前方闪烁。正是这振奋人心的诗歌，激励着我走过了生活的坎坷，使我于艰难的人生旅途中充满无畏的勇气，坚定地走着脚下的路。

我是一个来自农村的孩子，像众多贫困山区的孩子一样，我的家庭并不富裕，我的父母是普普通通的农民，供我们两姐妹读书已耗尽了他们全部的精力。去年夏天，姐姐考上了大学，这是一件多么令人欣慰的事情啊！但收到大学录取通知书时，我分明看见父母脸上弥漫着忧愁。是啊，每年一万多的学费对这个贫困的家庭来说无疑是天文数。当时我正初中毕业，面临着升学的选择。我很想能像姐姐一样进入普高，圆我的大学梦。

但我知道，对父母来说那是难以承受的负荷。我想辍学，寻找一份工作减轻家庭的负担，但父母和姐姐坚决反对，父亲说“再怎么困难也不能让你做牺牲。”听着这句话，我流泪了。再三斟酌之下，我选择了中职校，选择了我心仪的专业——国际贸易专业，这个当今世界热门的专业重新燃起了我理想的火焰，我希望我能在这里实现我的梦想。

工。来到城里，我们开始挨家挨户地推销自己，只想找到一份工作。经过两天的努力，我们终于在一个工厂找到了一份打杂的工作。上班那天，天公不作美，下着倾盆大雨，我和姐姐拖着行李淋得像个落汤鸡。我们走进了那个乱得看不见地面的房间，用我们的双手清理出了我们整洁的宿舍。当我劳累地靠在墙上休息时，看着整洁的宿舍，我欣慰地笑了。这时我才真正体会到那句话：出门在外什么都得靠自己！

接下来的生活是紧张的，每天十二小时的工作使我劳累不堪，我像机器人一样劳作着。劳累使我几欲倒下，但我从没想过退缩。因为我清楚，我需要这笔钱；我明白，美好的未来在这

艰辛的劳动里；我坚信；总有一天，我可以凭我的智慧更好地生活！

在难耐的酷热中，在难熬的艰辛里，我的信念一天比一天坚定：一定要通过不懈的努力，用自己的双手创造属于自己的幸福！

耳边又听到花开的声音，轻舞飞扬，我想那是我明媚而多彩的明天。同学们，不要为一时的迷茫而气馁而灰心，我们要以永不言弃的信念去攀登那成功的险峰，去创造一个明媚而多彩的明天！

他陪我笑，我哭，他陪我哭，甚至每次知道我受委屈伤心流泪时，他都会对我说：“妈妈，别怕，有我在，我爱你，妈妈别哭，以后我乖乖的不惹你生气，我好好的吃饭，好好的长大，长大了保护妈妈。”是的，正是因为我儿子的懂事让我更坚强，所以我坚信：儿子，只要我们努力，相信你一定能行！

在xx年的一天，我接到残联的一通电话，这通电话真是让我欢喜让我忧。我欢喜的是我这个脑瘫的儿子终于有救了，有地方接纳他，让他有机会康复，可是就在这一年有了弟弟，怎么办啊，怎么办！难道要我放弃这次来之不易的机会吗？不，坚决不！就这样□xx年的九月份，我一个女人，后面背着一个七岁的脑瘫儿子，前面抱着一个七个月大的儿子，走进了广西区残疾人康复研究中心。

在区康这一年半的时间里，不管是风和日丽还是风雨交加，我都坚持着前面抱一个，后面背一个，天天往区康跑。终于，老天不负有心人，经过这一年半的训练，我儿子从坐不稳到做得稳，从不能站立到能站立，从不会走到在辅助的情况下可以走，这一切的一切过程都是离不开区康老师们和他自己的坚持和努力。看着儿子一天比一天有进步，心中无比的欢喜，在这里我衷心的感谢区康的老师们，谢谢你们！为了儿

子再苦再累也得坚持着，儿子，加油吧！妈妈相信你一定行！

学校，最终找到一所民办学校——广西南宁市西乡塘区壮新学校，找到该校的韦校长，向他讲述了我儿子的情况，韦校长听了之后，他感动了，他没有歧视这样的孩子并给了我儿子就读的机会，在这里衷心感谢该校的全体老师的关照，谢谢你们！我告诉儿子读书的机会来之不易，一定要珍惜，懂事的儿子很争气，尽管上体育课时他只能坐在教室门口看着；尽管在学校受到同学的讽刺和打击；尽管他手功能不好写慢；尽管成绩有点差，他都不怕，依然一直努力的坚持着、坚持着。已经十一岁的儿子已经读三年级，看着他这么努力这么坚持，我已经很欣慰了，儿子继续努力吧，在妈妈心中你永远是最棒的！你不比别人差，妈妈相信你一定行！

人生路漫漫，真心希望在以后的日子里脑瘫儿童不再被歧视，希望脑瘫儿童受到更多的关注、关爱，希望社会接纳他们。今天通过这个平台对xx区残疾人康复研究中心的全体教师说谢谢！对xx市xx区xx学校全体教师说谢谢！谢谢滴水之爱公益服务中心给我展现的机会！谢谢曾经帮助过我的人！祝愿好人一生平安！谢谢大家！

各位同仁，亲爱的小朋友们：

大家好！

一个偶然的的机会在网上看到这样一则小故事：

海量资料分享

爸爸一听急眼了：“小子，别跟人家比，人比人气死人！”

儿子说：“那您怎么老拿我和别人比呀？”

是啊，您的孩子或你班上的孩子，他们是不同的个体，对孩

子来说，有没有天份并不重要，重要的是有没有兴趣，有没有自信。调皮的孩子也好，撒娇的孩子也好，每个孩子都有自己的特长，特长并不一定都能发展为职业，但可能发展为爱好，爱好广泛的人，生活会更多彩，思想会更活跃，可施展才华的舞台会更广阔。如果你是一个善于体验的老师，那么你就会体会到做老师的乐趣。你会相信，每一个孩子都很棒！

在漫长的人生路上，每个人都会有许多事不能如愿以偿。心理素质好的豁达开朗，沉着应对，于是成功了；心理素质差，烦恼缠绕，难以自拔，于是倒下了。在孩子的童年里我们有责任尊重他们，让每一个孩子独立地、健康地、自信得成长！

谢谢大家！

保险公司员工演讲稿：相信你，寿险相信演讲稿（4） | [返回目录](#)

大家好！

海量资料分享

我曾经是一名老师，在我们本地一所比较有名的小学担任高年级语文教学及班主任，我勤勤恳恳为教育事业奉献了我14年人生最好的时光。可是学校并没有给予我什么说法，在我觉得入编无门的情况下选择辞职重新寻找适合自己的工作。

在我最迷茫的时候，不知何去何从时，我在网上不断的发求职信息。终于被我的师傅李主任带入了平安，在此先谢谢我的师傅以及师傅的师傅曹主任和我的美女领导郦红仙课长！

对于保险我并不陌生，我哥哥应该是第一代保险人了，他毕业于上海金融国际保险系，91年分配进入中国人寿，一直到至今。他曾多次要求我去中国人寿，但是虽然我在他的潜移

默化中有点了解保险，但是还是无法接受它的展业的模式以及不能真正了解寿险的功用与意义。于是一次次拒绝了他。至今，我哥哥每次看到我都会夸张的叫我一声光荣的人民教师啊。那音调绝对拖出老长老长的。

谈到人寿保险，对它的了解还是比较抽象，虽然早期也购买了一些人寿保险，那都是在熟人的面子攻势下购买的。对保单的条款，以及保险责任一点不懂。

当今社会中，风险无处不在，无孔不入，无法预料天灾人祸，旦夕祸福，而且人人都有生、老、病、死、伤、残等等说不完、道不尽的风险。那我们如何进行规避及减少各种风险带来的苦痛与伤害咧？这时我明白了人寿保险才是我们最科学、最合理、最安全、最省心的转嫁风险的选择，同时也深刻了解到我们人人都需要保险。再想想身边一些人和一些事，就在我入司不久后，我老家两个老村民因车祸相继离世，因为他们没有投任何保险，留给了妻儿无限的悲伤，也使这两个家庭完全陷入了困境。此时我在想：假如他俩投了充足的人寿保险，他们的妻儿最起码能保证生活来源，毕竟逝者已逝，而生者还将继续生活。而对于这些既没有交通意识又没有保险意识的村民来说，我觉得我作为一个保险人，任重道远啊。与此同时，我的另一位好朋友的女儿同样在放学的路上被车撞了，生命危在旦夕，因治疗及时在某医院花去医疗费用8万余元巨资，这对于一个正处于创业阶段的小家庭来说，无疑是沉重的负担，然而幸运之神仍然眷顾着这个家庭，仅仅因为孩子在学校投了50元的学生平安保险，一切经济困难都迎刃而解，可以说这个家庭的幸运之神就是保险。因此我要做有准备的人，结合自己的实际情况，首先为自己及家人做全保障，为家庭添加一份关爱和责任，因为我深信人寿保险一定能帮我解决我的后顾之忧。

既然了解到人寿保险这么重要，那么我感觉我有必要也有义务告诉我的亲朋好友以及我所熟识的所有人，为他们的家庭送去保障，这就是我成为寿险代理人的初衷。如今我成了一

名寿险代理人，更有责任为他们送去幸福，挽救生命。这就需要我们抱着自信、诚信、乐观、爱心、耐心、行动的心态，抱着造福他人、成就自我的理想，按照做事先做人的原则，主动与他们接触、沟通，传播保险理念，用自己专业的保险业务知识为客户进行需求分析，制定完整、准确的寿险计划书，以满足人们购买保险的需求。在满足客户风险保障的基本需求的基础上，使用各种金融工具及投资工具为客户提供更好的理财需求，满足人们追求高品质生活的愿望，以实现客户与自我的双赢。

海量资料分享

沙漠里的人最想看到绿洲，而我们的寿险就是你想看到的绿洲

高中生3分钟励志演讲稿：相信自己，风雨兼程

海量资料分享

## 情绪的演讲稿分钟篇九

敬爱的老师、亲爱的同学：  
大家好！

今天，我们演讲的主题是《做情绪的主人》。

天气有晴有阴、海水有涨有落，伟大的自然界尚且如此，平凡渺小的人类又怎能保证自己永远处在积极阳光的情绪之中呢？没有经过生活的历练的我们，喜、怒、哀、惧等情绪时不时地像脱缰的野马在心中乱撞：得到老师的鼓励时我们会狂喜，朋友间发生了摩擦我们会愤怒，家人生病宠物离世我们会哀伤，考试准备不充分我们会恐惧。

期中考试一方面是对前半学期所学的知识进行系统的总结和



巩固，另一方面就是通过考试检测自己前一阶段的学习方法是否正确。

“不打无准备之仗”是取得成功的法宝。科学的制定适合自己的学习计划，使复习可以有秩序的展开，而不是毫无头绪的进行。

由于只经历半个学期，期中考试涉及的知识点相对较少。我们应该从教材出发，把基础知识弄懂弄透，然后再不断地加深和拓宽。

考试前和考试过程中，很多同学的心理容易出现心理问题。没有良好的心态，复习就会陷入“烦躁”的怪圈，从而使复习的效率低下。考试的时候，则会出现紧张和记忆空白的现象，原本烂熟于心、得心应手的题目，甚至根本就不会做了。

所以，我们要学会沉着冷静，以一颗平常心去面对考试。当情绪处于最佳的状态时，能力才会得到更好的发挥。如果复习中感到不知所措，不如放松一下，调整好自己的心态，一定会出现一片开阔的新天地。

同学们，今天再大的事情，到了明年也全都是故事了。把目光放远，把视角放宽，不要被考前焦虑所左右，做情绪的主人！

谢谢大家！