

改变世界不如改变自己演讲稿(优秀7篇)

演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

改变世界不如改变自己演讲稿篇一

敬爱的老师，亲爱的同学：

大家好！

海燕无法决定天空的变化，但却可以顺风而行，纵横驰骋，驾驭自己的梦想。

树儿无法决定风的速度，但却可以借着风的手掌，展示自我，释放美丽的心情。

花儿无法决定天气的心情，却可以趁着春光明媚的那一刻，舒展自己婀娜的身姿，吐露动人的. 芳香。

我们无法决定未来的高度，但我们可以增加它的长度，一样可以展现出我们的风采。

我们无法预知未来的路，荆棘丛生还是一帆风顺，但我们可以凭着自己坚强的毅力征服旅途中的困难，开辟一条光芒四射的大道。

我们无法抵挡失败和错误的侵袭，但我们可以改变心情，逆流而上，在挫折中成就辉煌。

改变自己，正视失败和错误。如果把所有的失败和错误拒之

门外，也就拒绝了真理和成功。

同学们，你们同样也会经历许多失败，但智者可以改变心情，从失败中孕育成功。

无论学习还是生活，很多事情都是在意料之外，令我们无从招架，但我们可以改变心情，勇敢面对。

人生之路不可能尽是坦途，坎坷泥泞在所难免，我们只有懂得改变自己的心情，谨慎走好每一步，化坎坷为坦途，平平安安走向未来。漫漫人生路，有彷徨、惆怅，但我们不能因一块绊脚石而一蹶不振。因为那不是外界的错，而是自己的心情在黑暗的角落里找不到希望的灯光，徘徊在迷失的渡口，找不到行驶的航线。因此，改变自己，我们才能走出黑暗和迷茫。

改变自己就像退一步海阔天空一样，迎来的将是柳暗花明。

改变世界不如改变自己演讲稿篇二

亲爱的老师、同学们：

大家好！

刘宁是一家公司的行政助理，同事们都把她当成公司的“管家”，公司里事无巨细都要找她才行，这样一来，刘宁每天事务繁杂，忙得团团转，牢骚和抱怨也就成了家常便饭。

这天一大早，又听她抱怨：“烦死了，烦死了！”

一位同事皱皱眉头，不高兴地嘀咕着：“本来心情好好的，被你一吵也烦了。”

其实，刘宁性格开朗外向，工作起来认真负责。虽说牢骚满

腹，该做的事情一点也不曾怠慢。设备维护，购买办公用品，交通通讯费，买机票，订客房……刘宁整天忙得晕头转向，恨不得长出8只手来。再加上为人热情，中午懒得下楼吃饭的人还请她叫外卖。

刚交完电话费，财务部的小李来领胶水，刘宁不高兴地说：“昨天不是刚来过吗？怎么就你事情多，今儿这个、明儿那个的？”抽屉开得噼里啪啦，翻出一个胶棒，往桌子上一扔：“以后东西一起领！”小李有些尴尬，又不好说什么，忙陪笑脸：“你看你，每次找人家报销都叫亲爱的，一有点事求你，脸马上就长了。”

大家正笑着呢，销售部的王娜风风火火地冲进来，原来复印机卡纸了。刘宁脸上立刻晴转多云，不耐烦地挥挥手：“知道了。烦死了！和你说一百遍了，先填保修单。”单子一甩：“填一下，我去看看。”刘宁边往外走边嘟囔：“综合部的人都死光了，什么事情都找我！”对桌的小张气坏了：“这叫什么话啊？我招你惹你了？”

态度虽然不好，可整个公司的正常运转真是离不开刘宁。可是，那些“讨厌”、“烦死了”、“不是说过了吗”……实在是让人不舒服。特别是同办公室的人，刘宁一叫，他们头都大了。“拜托，你不知道什么叫情绪污染吗？”这是大家的一致反应。

们认为先进非刘宁莫属，可一看投票结果，50多份选票。刘宁只得12票。

有人私下说：“刘宁是不错，就是嘴巴太厉害了。”

刘宁很委屈：“我累死累活的，却没有人体谅……”

什么叫费力不讨好？像刘宁这样，工作都替别人做到家了，嘴上为逞一时之快，抱怨上几句，结果前功尽弃。冷语伤人，

说者无心，听者有意，所以，既然做了，就心甘情愿些吧，抱怨是形齐于事的，相反，还会埋没你的功劳。

改变世界不如改变自己演讲稿篇三

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！今天我给大家演讲的主题是：抱怨不如改变自己。

在我们的生活中，总会遇到一些大大小小的挫折，有的时候，我们会用抱怨来发泄情绪，适当的抱怨当然可以缓解压力，但是过度的抱怨反而会给我们带来压力和抑郁。使得生活始终在灰色领域徘徊，在失去信心的恐惧中迷离。抱怨会把我们丢到了世界的'边缘，让我们每一分钟都感觉自己被世界抛弃。

我讲个小故事吧，很久之前，有一个年轻的农夫，划着小船，给另一个村子的居民运送自家的农产品。那天的天气酷热难耐，农夫汗流浹背，苦不堪言。他心急火燎地划着小船，希望赶紧完成运送任务，以便在天黑之前能返回家中。突然，农夫发现，前面有一只小船，沿河而下，迎面向自己快速驶来。眼看两只船就要撞上了，但那只船并没有丝毫避让的意思，似乎是有意要撞翻农夫的小船。“让开，快点让开！”农夫大声地向对面喊道：“再不让开你就要撞上我了！”他的心里充满了说不完抱怨，但农夫的吼叫完全没用，尽管农夫手忙脚乱地企图让开水道，但为时已晚，那只船还是重重地撞上了他的船。农夫被激怒了，他厉声斥责道：“你会不会驾船，这么宽的河面，你竟然撞到了我的船上！”当农夫怒目审视对方小船时，他吃惊地发现，小船上空无一人。听他大呼小叫、厉声斥骂的只是一只挣脱了绳索、顺河漂流的空船。

我再说个小故事吧，一个小孩子在父亲的葡萄酒厂看守橡木桶，每天早上，他用抹布将一个个木桶擦拭干净，然后一排

排整齐地摆放好。令他生气的是，往往一夜之间，风就把他排列整齐的木桶吹得东倒西歪。于是小男孩子就一直想啊想啊，终于想到了一个好办法，他挑来一桶一桶的清水，然后，把它们倒进那些空空的橡木桶里，而后忐忑不安的回家了。第二天一大早，小男孩就匆匆爬了起来，他跑到放桶的地方一看，那些木桶仍然排列得整整齐齐，没有一个被风吹倒或吹歪。小男孩的故事告诉我们，我们改变不了风，也可以说我们改变不了世界和社会上太多的东西，但是我们可能通过改变自己，给自己不断加重，那么我们就可以克服一切困难从而到达成功的彼岸。

也许当我们在抱怨作业太多，没有时间休息的时候，别人会抓紧时间，把作业做完，腾出时间给自己做其他的事情；也许当我们抱怨老师批卷太严格，分数太低的时候，有人会在这个时候认真分析错题，做好记录，为下一次的考试做好充分的准备。不要总是抱怨，其实大部分时候，问题是出在你自己身上。所以，与其埋怨环境，不如改变自己。就好比一块石头，有棱有角，从山坡滚下去势必头破血流，但如果是圆滑的鹅卵石，就顺利轻松多了。雄鹰只要经过磨练，就能在芸芸众生当中脱颖而出。希望大家都能成为一只雄鹰，用最美丽的风采，来迎接更美好的未来！

改变世界不如改变自己演讲稿篇四

大家好！今天我要演讲的题目是《改变就是好事》。

当你意识到自己的某个方面做得不够好的时候，就要勇敢地改变自己。改变是为了让自己变成更好的人，让自己更好地面对这个复杂多变的世界。

当身边的人都在进步时，你就不能原地踏步。也许你以前都做得很好，比其他人都厉害，可是当你为自己取得的成功自豪的时候，很可能已经放弃了想要做得更好的欲望，就会停滞不前。只是你停止了，并不代表别人不会努力前进，总会

有一些人会用自己的方法战胜你之前创造的成绩。越来越多的人超越你之后，如果你还没意识到自己正在落后，没有意识到需要改变，那么你就没有自豪的资格，就会从一流变成二流、三流的了。

当你多次听到别人说你的同一个缺点，你就必须正视这个缺点。每个人都有缺点，但并不是每个人都能清楚自己身上有哪些缺点。有时候一个朋友说你有一个缺点，你可能不会在意，可是当不同的人都严肃地指出你身上同一个缺点，而且都是你信任的人所说的话，那么你就应该意识到问题的严重性。真正关心你的'人才会为你指出缺点，他们是真心想帮助你成为更好的人。因此，不要因为别人说你有缺点就生气，而是要思考对方说得有没有道理、需不需要改正、要怎样改正。

改变是需要勇气的，可能是痛苦的，但就像凤凰浴火重生一样，只有经历过苦楚，才能成为一个全新的自己。勇敢地改变自己，不仅是为了让自己过得更好，还为了让所有关心你的人放心。

无论学习还是生活，很多事情都是在意料之外，令我们无从招架，但我们可以改变心情，勇敢面对。

人生之路不可能尽是坦途，坎坷泥泞在所难免，我们只有懂得改变自己的心情，谨慎走好每一步，化坎坷为坦途，平平安安走向未来。漫漫人生路，有彷徨、惆怅，但我们不能因一块绊脚石而一蹶不振。因为那不是外界的错，而是自己的心情在黑暗的角落里找不到希望的灯光，徘徊在迷失的渡口，找不到行驶的航线。因此，改变自己，我们才能走出黑暗和迷茫。

改变自己就像退一步海阔天空一样，迎来的将是柳暗花明。

改变世界不如改变自己演讲稿篇五

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我们每一个人都渴望生活在充满温暖，充满快乐的世界，我们每一个人这些人里面也包括刚刚出生的新生儿。

我们每一个人都想改变我们的人生那么我们怎么做才能改变我们的人生？我觉得我们每一个人首先要认识我们自己，要想想首先我要怎么做才能把我自己的生活过的好好儿呢？我们怎么做才能改变我们的人生变得温暖，和谐，团结。我们每一个人总觉得改变我们自己的人生是不可能的那么我问一下一些问题，为什么我们每一个人都在不停的努力，为什么我们每一个人到底为了什么而不停的前进，我们到底为了什么而努力工作，努力学习还不是为了好好生活，还不是为了未来好好地过日子是我们每一个人的人生变得更加温暖，更好。

我们每一个人都知道如果我们想改变我们的人生这不是一两分钟的事情也不是别人帮你改变你的人生的而是你用你自己的努力，用你自己的智慧，用你自己的本事来改变你的人生的。我们每一个人的人生对我们自己一清二楚我觉得我们每一个人都想改变我们自己的`生活，都想改变我们的人生。我们每一个人也都想改变我们自己以及也都想改变我们周围的每一个人的人生，可是我个人觉得我们改变不了我们周围的每一个人以及它们的生活，人生。可是我们每一个人可以改变我们自己，可以改变我们自己的人生。

改变生命，改变自己，改变人生让我们一起迈出改变生命，改变自己，改变人生的路上吧。我们每一个人也包括你，我，他我们一起改变我们每一个人的人生吧。

改变世界不如改变自己演讲稿篇六

各位领导、各位老师：

大家好！

记得一位哲人说过“人的幸福感不是源于你拥有多少，而是在于你懂得珍惜”。是的，人的幸福感和欲望是成反比的，欲望永无止境，而得到的却总是有限，无止境的欲望和有限的得到，就会让人产生不满，甚至痛苦。于是总是看到别人比自己好，比自己强，比自己幸运。比较多了，就会产生抱怨，抱怨是一种不良的习惯和性格，会影响到周围人的心情，恶化你的人际关系。

在这次读书活动中，我读了美国作家威尔·鲍温写的一本心灵励志书《不抱怨的'世界》，它的内容丰富精彩，语言优美幽默，简洁的话语中透露出一种人生哲学。

在读的过程中，我不断的联系自身的情况，发现书中很多情形在我身上就有体现。比如书中提到：要想改变一个人，首先你就要改变自己对他的看法——这是改变别人的唯一途径。书中有个例子，作者和一个电台同事的关系一度非常紧张，他俩一见面就会互相争论，每天弄得彼此都很不开心。突然有一次，这位同事要与他的另一个朋友去约会，他俩一见面互相问好、拥抱，然后非常开心地离开了。这一幕就触动了作者。为什么他们俩可以相处得这么融洽和谐？为什么我和他只能争吵呢？作者回去想了好多，第二天作者就尝试着去找这位同事友好的谈话，刚开始这位同事也觉得很奇怪，但是后来发现作者是抱着友好的态度，于是也开始畅所欲言，他们越聊越起劲，聊到了他们的工作，这次谈话非常愉快，从此以后两人的关系就发生了很大转变。这个故事就告诉我，当你对某个人或某些人有偏见，并且你们的关系比较糟糕的时候，一定要学会换位思考，你不喜欢的这个人或许就是别人的好朋友，为什么他们可以相处得这么好自己就不能？多思考

思考，然后改变自己对他的意见，脑子里想着这个人的优点与其相处，这样会好很多。其实我们的郁闷与不开心大多来自于关系，由于这些问题，我们会去郁闷抱怨，我们要积极地想办法主动地去解决这个问题。能够让自己幸福的人只有自己，矛盾无处不在、无可避免，我们换个方式来解决，事情就有不一样的结果。

怎样做到不抱怨呢?唯有自己的改变。

如果不喜欢一件事，就改变那件事；如果无法改变，就改变自己的态度，不要抱怨。

改变世界不如改变自己演讲稿篇七

亲爱的老师、同学们：

大家好！

暑期的一个晚上，晚饭后，我走到新华书店，看到一本书，书名是《当名人还小的时候》。我拿起书来浏览一下，知道了书中大概的内容是讲中、外名人小时候的故事，我觉得很好看，又很有教育意义，就把它买下来了。

回到家，我迫不及待地拿起书来仔细阅读。书中的一个个名人故事，不但引人入胜，而且深深地打动了我的。

比如：英国的史蒂芬·霍金，他全身瘫痪，现在的霍金除了三根手指和大脑，已经没有什么可以动弹的了，但他仍然以坚强的毅力顽强地学习、研究，成为国际上最负盛誉的科学伟人之一。

还有我国明朝的科学家李时珍，他不怕艰苦，深入民间，遍尝百草，

总结

了我国药物学的丰富经验，花费了三十多年写了《本草纲目》一书。李时珍小时候，还被人们称为“小神医”呢！

马克思是德国人，他与恩格斯共同起草了《共产党

宣言》，是人类历史上最伟大的无产阶级革命家。马克思小时候勤学好问。有一天，他问爸爸：“天上的星星是怎么来的？”爸爸不好意思地摇摇头，对马克思说：“书房里就有老师，它肯定知道。”马克思一下子明白了：书就是的老师。从此，马克思更加刻苦地学习。

读完这本书，我悟出了两个道理：古今中外的名人，一是勤学好问，勇于实践；二是不怕艰苦，有顽强的毅力。我要好好向他们学习，长大后做一个对国家有贡献的人。