

2023年成长与蜕变的演讲稿三分钟 成长与蜕变的演讲稿(优质5篇)

演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

成长与蜕变的演讲稿三分钟篇一

各位领导、同事们：

大家好！

一个人的素质高低，决定了一个人的成就。一个素质较高、能力较强的人，他的优雅举止、不凡谈吐、渊博学识、恰如其分的表达等等都令人舒心。人们都很乐意与这样的人交往与合作。

对于现代企业来说，现代化的办公设备和科学的管理方法固然重要，但高素质的人才更是企业发展的决定性因素。

员工的素质高低决定着企业的生存和发展，员工的素质代表着企业向客户兑现品牌承诺的能力。企业员工的言谈举止、修养表现直接关系到企业的形象和员工在顾客心中的位置。员工的素质高，那么这个企业发展的速度就快，企业的效益就高，员工的福利待遇就会随之升高，企业的竞争力就越强；反之，就会束缚企业的发展，造成企业不得不停产或转产。

一个人的素质很高，即使暂时在知识和技能方面存在不足，他们也会成为实现目标而主动、有效地去学习和提升自我，从而最终成为企业所需的人才。但如果没有正确的价值观、

积极的工作态度以及较好的团队精神、职业道德和较高的追求目标，那么他们给企业带来的很可能就不是财富，而是损失。

我觉得如果要想成为一名高素质的员工应该做到的以下几点：

讲信用，守信义是立身处世之道，是一种高尚的品质和情操，它既体现了对人的尊敬，也表现了对自己的尊重。

在生活与工作中，一个人的信用越好，就愈能成功地打开局面，做好工作，你应对的客人愈多，你的事业就做得愈好。所以你必须重视你自己所说的每一句话，生活总是照顾那些讲话算数的人，食言则是最不好的习惯，你必须改正自己的缺点，成功地推销你自己。不管你在什么情况下办什么事情，总是对自己所说的话负责。你用自己的行动说服别人的异议，让他们亲眼看到你所做的都是为了他们的利益。为了遵守诺言，你可以放弃其他，给人一个可信的面孔。一但对他人有承诺就应该千方百计、想尽方法去完成，这样才能取得别人的信任。如果同事之间、邻里之间、买卖双方都讲实话、守信用，那我们一定工作生活得很舒心、很轻松。

工作本来就不存在高低贵贱之分，只是人们人为地加入了个人色彩，用一种主观的态度去看待不同的工作。所有正当合法的工作都是值得我们尊重和珍视的。只要你诚实地劳动和创造，就没有人能够贬低你的价值，这关键在于你自己如何看待自己的工作。那些只知道要求高薪，却不知道承担责任的人，无论对自己，还是对老板，都是毫无价值可言的。

工作本身没有多大差别，但工作的态度却有天壤之别。看一个人是否能做好事情，只要看他对待工作的态度即可。而一个人的工作态度，又与他本人的性情、才能有着密不可分的关系。一个人所做的工作，是他生态度的表现；一个人一生的职业，就是他志向的'表示，是他的理想所在。所以，了解一个人的工作态度，在某种程度上就了解了那个人的人品。

如果一个人轻视自己人的工作，那么他绝不可能尊重自己，自然也不会把工作做好。

懒于工作、不认真工作的人只能在他们的余生后悔、哀叹。有些人用自己人的天赋来创造美好的事物，为社会做出了贡献；有些人没有生活目标，缩手缩脚，浪费了天生的资质，到了晚年才长吁短叹。本来可以创造辉煌的人生，结果却与成功失之交臂，不能不说是人生一个巨大的遗憾。

每一件小事都值得怀着神圣的心情去做。即便是最普通的事，也应该全力以赴、尽职尽责地去完成。小任务顺利完成，有利于你对大任务的成功把握。一步一个脚印地向上攀登，便不会轻易跌落。通过工作获得真正力量的秘诀就蕴藏在其中。

在生活和工作中，我们经常会听到这样或那样的借口。上班迟到了，会有“路上堵车”、“今天家里事太多”等等借口；事情做砸了有借口，任务没完成有借口。只要有心去找，借口无处不在。做不好一件事情，完不成一项任务，有成千上万条借口在那响应你、声援你、支持你，抱怨、推诿、迁怒、愤世嫉俗成了最好的解脱。借口就是一张敷衍别人，原谅自己的“挡箭牌”，就是一副掩饰弱点、推卸责任的“万能器”。有很多人把宝贵的时间和精力放在了如何寻找一个合适的借口上，而忘记了自己的职责和责任。一旦养成找借口的习惯，工作就会拖拖拉拉，没有效率，做起事来往往就不诚实，这样的人不可能是好员工，他们也不可能性有完美的成功人生。优秀的员工从不在工作中寻找任何借口，他们总是把每一项工作尽力做到超出客户的预期效果，最大限度地满足客户提出的要求，而不是寻找各种借口推诿；他们总是出色地完成上级安排的任务，替上级解决问题；他们总是尽心尽力地配合同事的工作，对同事提出的要求也是尽力完成，从不找任何借口推托或延迟。优秀的员工总是想尽办法去完成任务，而不是寻找任何借口。在他们身上，体现出一种服从、诚实的态度，一种负责、敬业的精神，一种完美的执行能力。

很多人总是认为：“我为公司工作，公司发给我薪水，这是天经地义的事情。至于公司如何发展，则与我没有任何关系。哪一天一旦公司走向衰落，我换个公司就可以了。”持这种观念的人实在可悲。他们从来没有认识到公司与自己的命运有着千丝万缕的关系；他们也不知道公司的发展不仅有利于老板，更有利于自己。公司是船，你就是水手，让船乘风破浪、安全前行是你不可推卸的责任。无论遇到风雨、礁石、海浪，你都不能逃避，而应该努力使这艘船安全靠岸。对每个员工来说，与公司同呼吸、共命运是你神圣的职责，因为公司的命运会直接影响你个人的前程。

一个公司就如同一艘驶往成功码头的大型蒸汽船，操作这艘船需要很多的人力和物力，为了保证这艘船能够正常的前进，船长（也就是老板）需要无数的人来充当他的助手（你就是其中一位）。而这些人都有一个共同的任务和目的：“把自己分内的工作做到最好、最正确，并且尽力帮助同伴，共同协助船长，努力将这艘船安全平衡地驶到目的地。”如果你对工作不负责任，这艘船出许就会因为你的失职而沉入大海，所有的人都将因为你而葬身鱼腹。因此，任何时候你都应该和船上的第个人同舟共济，无论遇到什么情况，你都应该负起责任来，与公司共命运，全心全意做好自己的工作。

以上几点只是我这次学习后的一点感悟，我觉得企业发展的根本在于员工素质的提升。在这个以人为本的时代，提升人的素质，就等于提升企业的人力资本，降低企业的人力成本。主动提高自身的综合素质，就是打造个人、企业和社会的美好未来。

几经风雨，历经磨砺，如今的企业不仅积累了雄厚的物质基础，也汲取了丰富的文化精华。正是她的富足和肥沃才提供给我们成长的源泉。今天，我们见证了企业的发展与辉煌；未来，历史将会见证我们，与后来者一起分享收获的馨香！一枝独秀不是春，百花齐放春满园！在集团领导的带领下，我们将继续秉承“勤、正、易、和、恒”的企业精神，干事

创业，让更多的人拥有高品质的生活。相信，在铺满鲜花的道路上，我们每个人的明天都会更加精彩。

历经蜕变，我们成长。虽然这中间代价有时很惨痛，可也许这就是成长的必经之路。

何况怨怼又能有何用？时光不再来，往事不可追。即使午夜梦回会痛哭失声，也只有接受。怨怼只能让自己被损害的更厉害，身心俱疲。即使怨恨别人，怨恨自己又能有何用？除了与自己过不去，伤心痛苦，颓唐沮丧外，还能有什么呢？一场空罢了。还不如宽恕，宽恕自己与别人，放下自在。扔掉包袱，轻装简行。一个身上压着千斤巨石的人是无法行走自如的，只能蹒跚前行。也许因为以前的错误，我们落于人后；但之后是停下来不停埋怨，还是向着前方全力奔去，就是自己的选择了。

以前特别喜欢行到水穷处，坐看云起时这句诗。觉得应该保持旷达的胸怀，笑看世间诸事。可是随着年岁渐长，发现也许是自己理解错了。那首诗描写的意境中首要的条件就是行到水穷处亦无妨。如果紧急赶路，哪还有如此意境。如同现在我们可以事情还很富余时间时，慢慢来，有错也很淡定。但如果是下一刻就要面对人生中的重大事件并作决定断，现在却把成功必备的一个要素给毁了，那要如何淡定。即使念上一千遍行到水穷处，坐看云起时；即使一万遍让自己放松，就当一般的事情，自己也无法放松，反而越来越恐惧紧张。你骗不了自己的心，当你已经对一件事中做出准确的判断后，自欺欺人是可笑的。因为那根本不可能。自欺欺人首先要自欺，可是连自己都骗不了，还怎么演下去。

时光流逝永不可追。我们在红尘沉浮，欢笑伤痛，朋友敌人，善意恶意，美好与黑暗，光与暗，一体两面。据说太阳神阿波罗也是拥有黑暗属性的神明。太极也是阴与阳相生相克，阴中有阳，阳中有阴，最后成为一个圆，不断轮回。我们的人生也许也是如此。

成长与蜕变的演讲稿三分钟篇二

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

在浩瀚无际的历史苍穹里，有那样一位被称为“诗圣”的诗人，以他的笔毫为武器，为天下人民而战争。他用血和泪谱写的史诗，改变了我，他就是唐代中晚期伟大的诗人——杜甫。

可以说，他的一生是短暂而辉煌的，他那不与恶人同流合污、忧国忧民的精神将永远留存于世人的记忆中，一寸一寸，生出坚硬的根。

他原本生活于开元盛世，过着一段无忧无虑的日子。他的后半生，充斥着战乱与忧愁。奸人李林甫当权，杨国忠谋变，又遇上了唐朝由盛转衰的时点——安史之乱。就在这时，他没有逃避纷乱的现实，而是拿起一支沾满浓墨的笔，批判着这当下乱状，谱写了一首又一首不朽的诗篇。“却看妻子愁何在，漫卷诗书喜欲狂！”他的瞳仁中闪烁着火焰，立志为国家的再次统一，为人民改善生活的希冀，闻官军收复河南河北的狂喜。“朱门酒肉臭，路有冻死骨”对这腐朽的黑暗政局的无情批判。也许，他无数次想过：“什么时候这世界才能人人平等呢？对，我决不能与官僚小人同流合污，我要以我的笔为武器，为人民的美好生活而战！我决不能放弃，决不能让人民陷入水深火热之中。”他是忧国忧民的，杜甫改变了我，使我更加为他人着想，考虑大局，洁身自好！

也许，他心中的夏荷没有开出绚烂的花朵，没有让社会现状变得舒缓，没有让人民得到慰藉，但是我知道，就凭借着他的忧国忧民，他的洁身自好，他的勇敢坚毅，青史留名，足矣！

杜甫改变了我，使我与他心灵相通，为他人着想，坚守自己的原则，也许只有这样，人们的心中才能长成一棵人格的参天大树，一寸一寸，生出古朴的根。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

成长与蜕变的演讲稿三分钟篇三

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

历经蜕变，我们成长。虽然这中间代价有时很惨痛，可也许这就是成长的必经之路。

何况怨怼又能有何用？时光不再来，往事不可追。即使午夜梦回会痛哭失声，也只有接受。怨怼只能让自己被损害的更厉害，身心俱疲。即使怨恨别人，怨恨自己又能有何用？除了与自己过不去，伤心痛苦，颓唐沮丧外，还能有什么呢？一场空罢了。还不如宽恕，宽恕自己与别人，放下自在。扔掉包袱，轻装简行。一个身上压着千斤巨石的人是无法行走自如的，只能蹒跚前行。也许因为以前的错误，我们落于人

后；但之后是停下来不停埋怨，还是向着前方全力奔去，就是自己的选择了。

以前特别喜欢行到水穷处，坐看云起时这句诗。觉得应该保持旷达的胸怀，笑看世间诸事。可是随着年岁渐长，发现也许是自己理解错了。那首诗描写的意境中首要的条件就是行到水穷处亦无妨。如果紧急赶路，哪还有如此意境。如同现在我们可以做事情还很富余时间时，慢慢来，有错也很淡定。但如果是下一刻就要面对人生中的重大事件并作决定断，现在却把成功必备的一个要素给毁了，那要如何淡定。即使念上一千遍行到水穷处，坐看云起时；即使一万遍让自己放松，就当一般的事情，自己也无法放松，反而越来越恐惧紧张。你骗不了自己的心，当你已经对一件事中做出准确的判断后，自欺欺人是可笑的。因为那根本不可能。自欺欺人首先要自欺，可是连自己都骗不了，还怎么演下去。

时光流逝永不可追。我们在红尘沉浮，欢笑伤痛，朋友敌人，善意恶意，美好与黑暗，光与暗，一体两面。据说太阳神阿波罗也是拥有黑暗属性的神明。太极也是阴与阳相生相克，阴中有阳，阳中有阴，最后成为一个圆，不断轮回。我们的人生也许也是如此。

成长与蜕变的演讲稿三分钟篇四

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

雏鸟经过成长的蜕变慢慢成为展翅的雄鹰，毛毛虫经过成长的蜕变变成了美丽的蝴蝶，而我经过十三年的成长，已经由一个嗷嗷待哺的小婴儿成长为高大的年青人，经历了成长中的酸甜苦辣，有过喜悦开心，也有过烦恼彷徨……正是有了这些成长中的点滴经历，才让我有了完美的蜕变。

幼小的我，十分胆小怕事，看见陌生人就脸红，躲在角落不敢出来，更不敢开口说话，爸爸妈妈发现了我的弱点，把我送去学习语言课，刚开始我根本不敢上台表演，总是哭哭啼啼，说话结结巴巴，后来通过一遍遍练习，在老师的鼓励下，我终于能上台了，而且慢慢开始演讲，我不再胆怯，看见陌生人也不会躲闪了，现在的我，喜欢夸夸其谈，喜欢主持演讲，课堂上经常能听见我积极的发言，走廊上经常听见我爽朗的笑声，曾经胆小的我已经蜕变成了一个敢说敢做的青少年了。

我的小学生活是丰富多彩的，对一切事物都是那么的新鲜好奇，每天尽情地玩耍，喜欢踢足球打篮球，课间、放学后，操场上总会看见我奔跑的身影，听见我欢快的呼喊声。我每天都非常的开心快乐，参加各种演讲比赛，参加足球赛、篮球赛，学习成绩虽然不是那么出类拔萃，但也能过的去，毕竟只有语文数学两门学科。到了初中，突然增加了好几门学科，一向轻松自由惯了的我突然变得六神无主，乱了手脚，每天的作业压得我喘不过气，再也不能像以前那么轻松自在地玩耍了，刚开始非常的不适应，我还想着每天去玩，一次次考试的失败，彻底让我看清了真实的自己，也让我真真切切地知道，没有付出，就不会有收获，在高手如云的学校，我就是这千千万万学生中的一个分子，我学会了收敛，学会了自尊自重。在以成绩论英雄的学生时代，学习是学生的第一任务，我要抓住这黄金时间，努力学习知识，以学习为重，让我的学习生涯不留遗憾。虽然会有失败，只要我努力付出了，就不会沮丧。

成长，使我从幼稚走向成熟，使我从失败走向成功，虽然成长的路很艰难，成长的路很漫长，我也会一如既往勇往直前，去实现我人生的完美蜕变。

成长与责任演讲稿

教师阅读与成长演讲稿

我与商场共成长演讲稿

我与书的故事演讲稿（范文）

青春与梦想演讲稿范文

安全与生命演讲稿范文

成长的快乐与烦恼作文及老师评语

小议企业成长与股东回报论文

成长与蜕变的演讲稿三分钟篇五

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

菜青虫经过许多磨练、考验、成长才能蜕变为美丽的菜粉蝶，人也是这样……

那是我13岁那年，因为一次贪玩弄断了自己的左手，我哭着回到家，爸妈见到我的手都感到一场震惊。然而，他们没有骂我。就马上背我到接骨的医院为我治疗。妈妈背着我一大步、一大步快步走到医院，趴在妈妈的背上，我感到一种温暖一母爱。然而，由于这件事花了爸爸、妈妈平时辛苦存下来的钱。我感到十分愧疚，但我的脾气却变得十分暴躁。因为自己的左手断了，我失去了与正常人区别的标志一健全。我的心情因此渐渐的糟糕起来，并常常拿父母出气。而他们不仅没有怪我，还更加关心我。我的心究竟是怎么了？我不但没有感受得到温暖，而且还变本加厉。但，那场雨使我彻底的清醒了……

由于值日，我不能不晚些回家，天下起了雨，打扫完了。一

个个带有雨伞的人都回家了，只剩我孤零零的在教室。周围的寂静，使我感到一种孤独的恐惧感。我回忆起小时候，我最怕黑了，要在爸爸和妈妈的陪伴下才能克服。天色渐渐暗下来，雨却越下越大，我盼望着他们回来接我，可却失望了。眼看着天越来越黑，不管了，我背起书包正一步一步地走回家。由于自己的左手不能用，所以只能用一只手拿书包了。雨滴在我的头发上、脸庞上，但却使我感到一种东西的存在，是什么呢？于是，我扔下书包，仰望天空，天空正有一群鸟。顿时，我的心灵震撼了。鸟不是孤单的一个，而是一群。我明白了，我明白了，我终于明白了。我高兴地对着天空说：“我要展‘翅’高飞，即使断了‘翅’也没有关系，因为有父母同伴的关心。”我领略到什么才是真正的人生。我拾起满是污泥的书包，正走出一步，眼前的让我呆住了一爸爸妈妈。我兴奋地跑了过去，只见爸爸的腿上伤了，我忙问：“爸爸怎么啦？”妈妈说：“你爸爸在途中跌了一跤，你爸爸忍着痛苦来接你回家了。”刹那间，我的眼睛湿润了，在雨的衬托下，分不清是泪水还是雨水。我哽咽了一下，“爸爸、妈妈，你们什么都不用说，我明白。”说完，我和妈妈一起搀扶着爸爸深一脚、浅一脚地向家里走去.....从那以后，我对人生的看法变了，对人生的价值观有了新的认识。

忘不了这件事，它在我心中占据着重要的位置，因为它，我获得了成长。