

# 2023年写自己的演讲稿 做自己的演讲稿(实用8篇)

演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 写自己的演讲稿篇一

蓝，是天的颜色。红，是火的颜色。我不学大海抄袭天的蓝。我不学晚霞模拟火的红，我就是我，我只做自己，亮出我自己的风采！生活是我的，命运是我的，前途是我的，人生是我的，属于自己的就要充分亮出来，不要总是窥视是别人，活着就是要展现自我。我只愿做我自己，不愿照抄别人的老套，我只欣赏某篇文章的的某个片段，从不直接背诵，老师提出开放性题目，我不喜欢抄作文书，因为我要发表我自己的言论，说出自己的看法，因为我就是我，无人可以替代！我就是我，我不愿掩藏自己的优点，也不掩藏我的缺点，我爱说爱唱，从不刻意假装淑女，我擅长舞蹈，有机会我就喜欢展示自己，让别人了解我的`本色！缺点嘛！我也不掩饰，我喜欢朋友毫不客气的指出，我就是我，不必再怀疑。我就是我，前途自己开拓，我的舞台自己建设，可能出乎他认得意料，我的人生我自己摆渡，让别人瞠目结舌，自己能做的事不要别人帮忙，自己能忍受的痛苦，从不想外人倾诉，我喜欢实践，这样活的才有价值，才能活出自己的风格，我就是我，不需在寄托。

我就是我，活出自己的颜色，人生好比白纸，每个人的经历不同，纸上的颜色就不同，走自己的路，学自己的知识，做自己的工作，不要不别人的后沉，更不能活在别人的阴影下。

我就是我，我要自己开创一片天空，社会需要我，需要用  
一个真实的我。

## 写自己的演讲稿篇二

亲爱的老师、同学们：

大家好！

难道是浮华的风带不走燥热的怅然，让指间的轻舞也变得愈加笨拙迟缓起来？我静静地呆在书房攻克浩瀚如海的题目，身旁时间滴滴答答的步伐似乎紧张成一丝褶皱，在额角微微溢出汗水后，我丢下笔，闭上落寞失望的双眸，安安静静地趴在窗台，望天。

耳畔，聒噪不歇的蝉鸣此起彼落，好像\_着为什么它们只能够拥有烦躁与炙热。思绪被热风吹地有些凌乱，这一刻，我仿佛置身于空寥寂静的沙漠，没有一丝温柔的海浪，没有优雅动听的旋律节奏，挥之不去的则是内心深处的懦弱胆怯。来到人生的一次次岔路口，我总是紧咬牙关勇敢前冲，却屡屡被荆棘缠绕，砾石绊倒。沉重的泪水述说着失败的疼痛，然而，我不愿意这么轻易就服输。

猛然望了一眼深邃的蓝天。它永远都是那么博大，能够包容你的所有委屈，纵然一抹抹怅然若失划过，纵然乌云时常将它遮蔽，但最后它总是以自己一枝独秀的姿态傲然而不羁地微笑。因为它没有什么烦恼，也没有什么寄托，更不需要时时刻刻崇拜羡慕别人，它就是自己的偶像。

蓝天有时会有清澈的倒影，当你眨着大眼睛细细寻找的时候，你会看见自己的身影，自信而挺拔，抛却了一切外界束缚，真真实实地自我存在。嘴角上扬起一个有弧度的微笑，我也学着蓝天呐喊：我要做的偶像！我想起那些年跋涉的旅途，我曾在泪水中沉沦，然而最后因为坚持而成功，我不怕失败

千万次，我只渴求失败的过程能够累积经验，我期待最后一次瞬间感化挫伤的疼痛。这一切，其实很简单，只要勇敢地做，勇敢而幸福地努力着，挣脱命运的蝴蝶终究会扑腾着受过伤的翅膀越过沧海。

内心有一个声音不停地振动，蓝天似乎想传达的还有很多很多。打开心灵的枷锁，换回纯真的笑靥，让自信重生，明媚重现，这样，才是做自己的，的偶像。

我淡淡地一笑，所有茫然都已释然，又望了望湛蓝的天空，谢谢它让我明白，自己，就是的偶像。

### 写自己的演讲稿篇三

很多时候，我们就在人群中迷失了自己，找不到方向、人云亦云，随波逐流。

在大千世界里，我们很渺小，但我们仍可活的精彩，活的出色，我们亦可以飞，亦可以让自来羡慕自己。

做自己，坚持本质，并非固执，倔强，而是在迷茫时还可以有骨气地执着前行。

为何我要羡慕他人，而不是让他人来羡慕自己。

为什么在别人都坚定是正确答案时，为何不质疑，不做自己？

相信品格高尚的人一定会影响他周围的人。我可以清高，我亦可以孤傲，但并不可一世，前提是我要有资本。

多少文人墨士的清贫让人心酸，但我却向他们致以崇高的敬意。深深地被他们折服！他们有的只是腹中的诗书才华，他们激昂的诗歌与文章，除此之外，他们两袖清风。就这样，他们做自己，亦活出了别番的人生精彩，品出了生活的真谛。

他，不为五斗米折腰，宁要归园田居，宁可清贫孤苦一生，只求“采菊东篱下”那份悠闲，只要“开荒南野际，守拙归园田”的那份纯朴自然。他品出了生活的真谛…“心远地自偏”。

还有他，“宁可饿死，也不收美国救济粮”的那份骨气，那份高尚，他的清高是从骨子透出来的民族的魂。他消瘦得只剩下骨架，但他仍保持着对得起良心的那条原则。他的文章的优美，故能让读者嗅到的芳香。他的潦倒穷困，让他的灵魂升到至高的境界，是他，做自己，我看到了，来自朱自清的那份人格魅力。

做自己，保留一份骨子里高尚的人格，只为那份最真的性情而坚守。

## 写自己的演讲稿篇四

也许你此时很幸福，也许此时你很难过，也许此你很迷茫，也许此时你很纠结，也许此是你很……你失去了对生活的兴趣，但是都请爱上生活，就像爱你的恋人一样去爱她！

我们每一个人一开始都是正正方方的一个方块，最后都被社会这个模子给消去了棱角，最后变成了圆，但是这是社会的选择：当你想放弃的时候想想你则呢么坚持到这里，坚持很难，放弃却仅仅只需要一瞬间；生活就是这样，就像一杯茶，苦事暂时的，会苦上一阵子，但是请相信不会苦上一辈子。

你要相信温暖，美好，信任，尊严，坚强这些老掉牙的字眼。不要颓废，空虚，迷茫，糟践自己，伤害别人。不要认同那些伪装的酷和另类。他们是无事可做的人找出来放任自己无事可做的借口。真正的酷是在内心。你要有强大的内心。要有任凭时间流逝，不会磨折和屈服的信念。

要好好去爱，去生活。青春如此短暂，不要叹老。要时不时

问问自己，自己在干吗？

给自己一个远大的前程和目标。记得常常仰望天空。记住仰望天空的时候也看看脚下。

照镜子的时候，一定要微笑，跟自己说，我可以，我能行！

要运动，要健康，不懒惰，不吸烟。不要晚睡晚起。

爱物质，适当地。永远知道精神更重要。比那些名表，名牌，时装，更加美丽的是你自己。

被朋友伤害了的时候，别怀疑友情，但提防背叛你的人。原谅，但并不遗忘。

做人存几分天真童心，对朋友保持一些侠义之情。

无论什么时候都不要作践自己，就算再伤心，再无助，再孤独，要学会爱自己！不会爱自己怎么可能去爱别人那！当你自己学会爱自己的时候，你才有资格可以去爱他人，一个真正爱自己的人，就会爱他人，因为爱他人才能爱自己；当有一天你需要知道谁是最优秀的，你不要告诉别人你是最优秀的，你要告诉每一个人他们是优秀的，你才能听到你是优秀的；当你需要被人帮助的时候，应该学会去帮助人，当你需要被帮助时才会看到有人来帮助你。你不仅仅是爱的是你自己，也是对父母朋友们的爱，不让他们伤心就是最大的爱！你能快乐幸福的就是他们的最大的欣慰，最大的祝愿！

新的一年，新的开始，一切都新的，都请你永远的要“爱生活，爱自己”到任何时候。

## 写自己的演讲稿篇五

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

苏轼一生历经风雨、坎坷。其间因为“乌台诗案”被贬黄州，虽然心有不甘，但他仍然搭建草屋，开荒种田，并自号“东坡居士”。在这里，他开始思考自己以前所做的事，官场的勾心斗角、权利倾轧实在不适合自己。自己早已厌倦这种“翻手为云，覆手为雨”的生活。想今后自己应如何去做，他认为自己不该被他人想法左右，既然身为黄州的父母官，那就为百姓做好事，不要被之前的事情禁锢，不要让自己的身心被官场束缚。于是，他带领百姓开荒、打井、治理匪患，他的政绩滋润了黄州一方水土。

苏轼仕途坎坷，一生经历了风雨无数，他早已达到了一种超然的心态。“竹杖芒鞋轻胜马，谁怕？一蓑烟雨任平生”写出了他荣辱不惊，性情的潇洒。他的确做好了自已，并悟出了“月有阴晴圆缺，人有悲欢离合”这样的普世真理。风雨中摇曳的诗人虽然渐行渐远，但他乐观旷达的心态却让千百年后的我们为之叹服，因为他做好了自已，实现了自己人生的价值。

奥托瓦拉赫是诺贝尔化学奖得主，但他的成才之路却是十分的艰辛。中学时的他听从父母的安排，先后学了文学和油画，但几个学期下来，成绩并不理想，老师甚至说他是“不可造之才”。化学老师发现做事一丝不苟的瓦拉赫具有学化学的潜质。他开始冷静的思考，自己似乎对化学挺有兴趣的，不妨来试一试。于是，瓦拉赫在化学之路上一发不可收拾。他努力钻研一个又一个的化学难题，不分昼夜地进行化学实验，在探究中不断进步，在钻研中不断成长，最终他取得了极高的成就。

瓦拉赫在一开始没有思考过自己真正想做的事，只是盲目听从父母的安排，始终一无所获。当他冷静思考过，就做好自己，不要一味地听从他人想法。

我们没有办法活出他人的人生，那就走好自己的路，活出自

己的精彩。如果小苗长不成参天大树，长成鲜艳的花儿也挺好。我们要活出自己，做好自己！

## 写自己的演讲稿篇六

敬爱的老师，亲爱的同学们，大家早上好：

今天，我国旗下讲话的内容是《向国旗敬礼》。

又是一个美妙的秋天，在这美好的季节，共和国每一平方公里的热土都浸透着欢欣与幸福。祖国，在欢庆您诞辰67周年之季，我们热血沸腾，思绪澎湃。67年，在人类的历史长河中只是弹指一挥间，然而，伟大的祖国发生翻天覆地的变化。

小时候，妈妈常对我说：“我们是中国人，我们要爱自己的祖国。”

上学了，老师教我一首歌：“没有共产党，就没有新中国。”

渐渐地，我长大了，知道了，曾几何时，我们的同胞被叫做“东亚病夫”；曾几何时，我们用的火柴叫洋火，好看的花布叫洋布；曾几何时，我们的祖国母亲在圆明园的废墟中哭泣。想到这些，我的心在颤抖。

渐渐地，我长大了。香港回到母亲的怀抱，我认识了美丽的紫荆花；我认识了巨大的鸟巢，在那里，我们的奥运健儿们英姿飒爽；我还认识了神舟十号，遥远的太空留下了中国的足迹。长江与黄河，孕育着中华五千年的悠久文明；金色五角星中，聚集着13亿炎黄子孙的赤诚之心。想到这，我一腔热血在沸腾。

1949年，饱经战争沧桑与苦难的中国人民终于重新站起来了！中国，以一个大国的身份重新屹立于世界的东方！庄严的天

安门城墙上，毛主席那声震撼世界的宣告仍在回响；蓝天白云下，飘扬的五星红旗为中华民族树起了一道亮丽的标榜！

1978年，我们乘着改革的东风，为世界唱出一支开放的歌曲。听，第一颗中国制造的原子弹爆炸的声音，那是中国雄狮面对世界的咆哮；看，一艘艘中国载人航天飞船升入太空，那是中华儿女凭着艰苦创新精神，对太空的一种渴望。

虽然，神十的飞天已成为历史，探月的传奇已成为佳话。但，中国科技水平的进步如层叠的浪花，中国国际影响的`魅力如激情的表演，你看：安理会常任理事国的责任，中国勇于担当；朝核六方会议的话语权，中国敢于把握；哥本哈根会议的气候问题，中国敢于面对。

北京奥运会上，中国再次向世人展现了自己的实力，奥运健儿赛场上的奋勇拼搏，让我们感受到了民族的坚强不屈；的广州亚运会，成千上万的好客的中国志愿者，为游客送上最亲切的问候，给世界留下了最灿烂的微笑；上海世博会上，以“城市，让生活更美好”为主题，更让世界看到中国朝气蓬勃的新面貌。

中国雄狮，屹立东方！同学们，在欢庆祖国诞辰67周年之季，让我们高呼：“向国旗敬礼！”

我的讲话完了，谢谢大家的聆听！

## 写自己的演讲稿篇七

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

随着中国经济的飞速发展，人民的生活水平也不断提高，人们终于可以踏出国门，游览世界，而世界也因此得以认识中

国，但是近几年来，中国人在外的表现却不尽人意，大声喧哗，随地吐痰，乱扔垃圾等行为时有发生，严重的影响了世界对中国是泱泱大国，像一条腾飞的巨龙的看法。

近日，香港的“大黄鸭”事件倍受关注，关于大黄鸭破损原因，传言是被内地游客烧坏了，但后来展出方证实“这完全是谣言”，每天去香港旅游的人很多，大部分也不是中国人，为什么内地游客却被认为是罪魁祸首呢？为什么大陆游客会受到如此的看待？可能是有人对我们不满？但为什么世界会对此事如此的关注？其实，世界看的不只是这个事件和这个事件牵扯的人，而是在看现在的中国。现在的中国实力正逐步提升，在世界起着越来越重要的作用，中国的形象也很受世界的关注，而他们也正是通过出外游客来看中国的，所以，有良好的行为不仅关系到个人的尊严，也关系到国家的尊严。

中国虽比以前发达了，人民生活水平提高了，但相比于西方发达国家物质水平和人口素质都还存在差距，所以我们不能只停留在现在，贪图享乐，以自己的财富到处炫耀，而应该正确对待，“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈。”我们应该更加努力创造并加强自己的道德修养，提高自己的素质，给世界展示自己，展示中国最优秀的一面。

然而，造成这种国人躺着也中枪的现象不仅仅只归咎于国人自己，媒体网络也有一定的责任。以往的“小鹏事件”、“跌倒老人不扶”等现象，被媒体网络大肆宣传，随人这种做法的初衷是正确的，他们都想要揭露我们人心中的冷漠，说明公民的道德修养还不够，但是如果过分宣扬，就会产生一些不好的效果，。社会上对此类问题很敏感，媒体网络甚至世界对此类问题都很敏感。一旦碰上这种问题，媒体网络就大肆炒作，这样就给一些别有企图的人可乘之机，他们利用现代通讯的迅速性而破坏中国在世界的形象。如前几天报道的巴黎卢浮宫的水塘边，说有中国人泡脚，并有图片在网上疯传，好像中国人的不文明行为再次发生，但后来有当地人称，在卢浮宫外泡脚的不只有中国人，大多是本地

人和其他国家的'游客。而且，卢浮宫警卫也曾经解释：规定是不能泡脚的，但如果天气太热，人们泡脚也不会加以制止。况且从照片上看，不一定是中国人，只能说明是东亚人，为什么发帖者就一口咬定是中国人呢？为什么只找中国人的麻烦呢？我们还是在一些方面做的不好。水能载舟，亦能覆舟。在不文明的行为被放大时，文明的举止也会被广受称赞。

所以，我们应规范个人行为，养成良好的行为习惯。作为青少年的我们，除了努力学习科学文化知识，更应加强自己的道德修养，从小养成良好的行为习惯，向世界展示中国的风采，维护国家和民族的尊严。

## 写自己的演讲稿篇八

各位评委：

你们好，我这次演讲的题目是爱·自己。下面我将开始我的演讲。

我不瘦，我有点胖。我穿不上那些只能塞进骨头的衣服裤子。我不是一个矜持的女孩子。尽管人很多，还是依然喜欢疯狂的大笑。我不怎么可爱，我不如那些美女好看。因为我只是一名很普通很普通的女孩子。我脾气不怎么好，很容易就冲动。我不喜欢说话做事慢慢吞吞，我就是这个样子的人。我很笨，反应慢，因为我不是什么天才少女。我玩什么游戏都很烂，我就是不精通。我不聪明，我不怎么乖，我不会好好地照顾自己。我很奇怪。有时候会突然和亲爱的朋友们大笑，有时候又会莫名其妙的哭起来。我喜欢在我伤感的时候，听伤感的歌，虽然我会哭出来。我就是这个样子，普通的女孩子，普通的女大学生。

现今，女大学生已经成为高校大学生群体中的重要组成部分，特别是在以文科专业为主的普通高校更是如此。根据统计，有部分高校的女生比例已达到了占全体学生总数的58%以上。女

大学生相对于男大学生在学习方法、兴趣爱好、性格特征、交流方式等方面都有着显著的差异。她们主要表现出求知欲强,但知识面窄、创造力弱;善于沟通,但主动性差、心理承受能力弱;敢于展现自我,但缺乏竞争的勇气和决心;亲和力强但心理相对脆弱等特点。女大学生同样肩负着中华民族的伟大复兴的重担,她们也将是全面建设小康社会的“半边天”。

我作为一名当代的女大学生,关爱女大学生,也就是关爱我们自己,我认为爱自己首先要充实自己,让自己无论是内在还是外在都更加美丽。

书本,是一个女子优雅的根基,而读书会令女子深刻儒雅。追求优雅的女性如果胸无点墨,那优雅只能是东施效颦。“问渠那得清如许,为有源头活水来”,我们要让自己的优雅有源源不断的泉源来滋养它。读书和学习,就是答案。在读书学习中,会发现自己渐渐沉静、思想升华,看到的是更深邃的人生。有人说历史让人智慧,哲学让人深刻,文学让人浪漫,宗教让人向善,音乐让人深沉,戏剧让人丰富,而拥有这一切知识学养,就能改变一个普通女大学生的命运,令其知性、高贵、善良、成功。

而外在的点缀也是女大学生关爱自己的体现:无需太多斑斓的服饰、浓妆艳抹。只要每天清晨起床,对着镜子,向自己微笑一下问声好,穿着清爽舒适的衣服,画上淡淡的妆,积极的迎接每一天的阳光。

其次,我认为如果想要爱自己,就要了解自己,明白自己想要什么、在做什么。可能这会是一个敏感的话题,但我觉得,想要了解自己,首先应该了解自己的身体,能够清楚的感受一些细微的变化,从而更好的保护好自己。可以拿经期这件事为例。一些女大学生不怎么记录经期的时间,有时候推迟或者提前很久也不在意,或者不注意经期的护理,认为这些是小题大做。可是,近年来的相关调查研究表明,经期的一些不注意,会大大提高癌症的发生率。其次应该了解自己的

感情生活。清楚自己在干什么，自尊自爱，快乐健康的去爱与被爱，为自己的大学生生活留下美丽的回忆。有些女大学生，对自己的情绪控制不够，在出现失恋分手后，轻微会出现哭泣、吵闹、谩骂等行为，极端了可能会上演出各种惨剧。

我认为，爱自己，是对自己负责，对家人负责的一种表现。保护好自己，爱自己，是每位女大学生义不容辞的责任。

最后，关爱女大学生，关爱她们的未来。大学生面临的最大问题，可想而知，女大学生也面临着。由于一些用人单位还存在着偏见，“宁要武大郎，不要穆桂英”，这就给女大学生就业带来了很大困难。实际上，从小学、中学到大学，女同学无论在学业成绩还是专业发展上，都是与男同学并驾齐驱的，甚至某些方面比男生还更胜一筹。然而，由于历史的、现实的、主观的、客观的原因，女大学生在社会职业的选择上却往往处于劣势。因此，女大学生们必须充分认识自身的特点，清楚自己的长处和弱点，在求职择业过程中扬长避短，发挥自身的优势。充分认识自身的特点，并加以利用。女大学生在生理、心理、性格上与男生有着一定的区别，但是，女大学生也具有自身的优势。如：女生普遍具有温柔、贤惠、细腻的性格；感知能力较强，形象记忆较好，想像力较为丰富；尤其在语言能力上比男生更具优势，女性一般学习掌握语言较快，语言表达清晰、流畅；另外，在外语、阅读、精巧手工制作等方面也比男生略高一筹。这些都是女大学生的优势所在，关键在于如何发现、发挥自己的优势，展示自己的才华，把握机会，选择适合自己的行业、地区和单位，从而获得择业成功。

作为一名新时代的女大学生，也作为坚强、自尊、快乐、青春、活力的代名词，关爱女大学生，关爱自己，相信自己会在未来绽放出耀眼的光芒。

会有那么一天，有一个人出现在我的生命中，他愿意包容我的缺点，一直陪着我、会在某个路口，拉着我的手说：我一

直都在！

会有那么一天，我的内心会变得强大、变得更完美…

会有那么一天，我会变得更好…我相信，会有那么一天的。我一直在变，直到我变得更好，更强大，更坚强一切都会好的。加油我可以。