

# 心理励志演讲 正能量演讲稿(优质9篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 心理励志演讲篇一

青春是人生旅站中最绚丽的一站，是最奇妙的一站，也是最灿烂的一站。青春孕育着无穷无尽的能量去开采，去挖掘，去释放。此时此刻，每一个生命都是美丽的，连最小的花也不会拒绝开放。

当历史的车轮再一次带我们回想1919年青春的一代，他们用生命震荡出来的纯洁而又可贵的爱国之情……我们不会忘记，那霏霏雪雨中的青春中国，是列强瓜分的铁蹄践踏神圣的土地；我们不会忘记，那惊风急雨中的青春中国，割地求和给万里河山留下伤害几许，我们不会忘记，那腥风血雨中的青春中国，是破碎的卢沟晓月、八年风霜、山河失色……青春的中国，把痛苦深深地埋在心底，不屈的信念在磨练中孕育！

你听，那是莘莘学子的激情高呼声，那是车水马龙的鸣笛声，那是百姓奔小康之路雄健有力的步伐声……顷刻，我热血沸腾，心潮澎湃，思绪万千。纵观我们伟大的祖国，国富民强，蒸蒸日上，捷报频传。当改革开放的春风终于来临，在一个崭新的战场上，我们和祖国一起打拼！我们重新“站起来了”——无愧无悔啊，我点燃了你的奥运圣火；我敞开了你的“世博”胸襟；新兴经济体，我因你闪亮登场；金砖国家，我为你华丽转身；神舟飞船，我为你一飞冲天；天宫一号，我为你抒写梦想……强盛的中国，顶天立地的形象在世界的东方巍然屹立！

青春的我无比自豪，我看见了，我看见泰山一览众山小的巍峨，我看见长城一去万里的雄浑，我看见了江南水乡的柔情，我看见了这令我心醉神秘的一切！作为教师的我更是感到骄傲——我们冠县教育实现了新突破，素质教育硕果连，幼儿教育有突破，职业教育走在前。每到一所学校，我们都仿佛走进了知识乐园，教师乐教，学生乐学，师生幸福指数连连攀升，有教育局正能量的牵引，我们才有更广阔的发展空间！在这种环境中培育的花朵，更是祖国的`明天！顿时使我感到继往开来的责任，感到与时俱进的力量！在奋斗中，我获得了心灵的充实，生命也变得更更有价值。我站在三尺讲台上，为党的教育事业增光添彩。在教学中将爱的活动贯穿始终，学生们在这种活动的熏陶下，正一步一个脚印地走向正直、善良、宽容、负责。教师的工作千头万绪，需要耗费大量的心血。有时为了帮助学生解除学习生活上的困惑，我苦口婆心、想方设法地开导、劝说，直到解除学生思想上的疙瘩，我才放下心来。在这个优秀人才辈出的年代里，我不敢有丝毫的懈怠。我因追求进步而来，我为追求进步才来！

作为21世纪青年一代的我们也热爱着自己的祖国，为把我们祖国建设为富强、民主、文明、和谐的现代化国家而奋斗！当雄鸡在那遥远的东方高唱的时候，中华民族腾飞的捷报一定会频频传扬，我们一定会用自己的智慧和汗水，放飞青春的梦想，成就明天的辉煌！

## 心理励志演讲篇二

有着“南国风光小天府，金沙江畔俏明珠”的美誉，有着勇夺四川蚕业；“五个第一”的“南丝路”优质蚕茧，有着“山烟生长塞云烟”的山地清香型优质烟叶，有着中国第二大水电站\_白鹤滩。没有一个朋友不知道是什么地方吧，它就是一以地处宁远府之南而得名的西部茧都——宁南。

忘不了，解放时期，无数先烈抛头颅、洒热血，为给老百姓一个和平、民主的新宁南而献出了自己宝贵的生命。忘不了，

勤劳的宁南人民穷则思变、奋起直追，为建设美好家园而努力着、奋斗着。

回眸过去，我们感慨万千，激情澎湃；展望未来，我们扬眉吐气，意气风发。新兴宁南在新一轮的加快发展浪潮中，追赢赶超，实现了富民强县升位，谱写了“跑步奔小康”的新篇章。那么正值青春年少的我们难道吧应该积极投入到创建新宁南的浪潮中去吗？有人说，青春是人生中最绚丽的一篇乐章，演绎出的是人生中最精彩，最激情的一段时光；也有人说，青春是人生中最壮丽的一幅巨作，勾勒出的是人生中最壮美，也最难忘的一段年华。是的，在坐的你们，我们，还有他们正在谱写这篇乐章，描绘着这幅巨作。因为我们正值青春，因为我们能量满身。

想起革命时代，无数先烈为了驱逐黑暗，为了祖国的独立和富强，为了社会的稳定发展，织就了一幅最宏伟的青春之图。林则徐正能量的说“苟利国家生死以，岂因祸福避趋之”；鲁迅正能量的呐喊“不在沉默中爆发，就在沉默中灭亡”；毛泽东正能量的说“问苍茫大地，谁主沉浮”；周恩来正能量的一句“为中华之崛起而读书”阐释了什么是青春中的正能量。矢志不渝，追求真理，这就是那个时代，青春中的正能量。现如今，在党的春风的沐浴下，各行各业都涌现出了涌现一批“道德模范”群体，在我们身边有20年行走在马班邮路上，成为世界邮递员楷模的王顺友，有悬崖小学的支教夫妻烛照深山的李桂林陆建芬，有木里县支教一生的沙老师。我们不仅要向他们学习，我们更要超越他们，我们立志要做“靠谱”的新一代，我们要用爱拥抱世界，用我们的行动证明青春，用我们的正能量践行新宁南的发展。

20xx年，沐浴在十八大的春风中，我们不得不思考一个问题，到底能做些什么，怎么做，才能把我们青春的正能量释放出来，真正做一名新时期新宁南的建设者和接班人。首先，我们要思考如何改进自己的工作方法，刻苦钻研业务知识，不断增强自己的创新意识，积极参加社会实践，使之更适合自

己的业务要求，提高工作效率。其次，是要积极学习最新的竞争理念，充分利用好这些的平台，使自己的创新能力和创新意识得到质的提高，在竞争中前进，在前进中完善。最后，就是要加强自己的理论修养，多多关心与自己专业相关的最新理论成果，理论联系实际，为真正实现自己作为一名优秀建设新宁南的接班人而努力和奋斗。

朋友们，青春是整个人生旅途中最绚丽，最奇妙，最灿烂的一站。青春孕育着无穷无尽的能量等着我们去开采、去挖掘、去释放。勇于在黑暗中发现那道认清自我的轨道，释放青春正能量，我相信，你、我还有他都会是创建新宁南的正能量美哉，我当代青年，风华正茂！壮哉，我新宁南，屹立东方！

谢谢大家！

## 心理励志演讲篇三

大家好！

正能量听起来很完美，但问题是如何让正能量在企业中发挥作用，让员工全身心投入到工作中去。

“我们已经进入信息时代50年了，但我们的管理还是和工业时代一样。”在最近的一次经济发展会议上，一位嘉宾表达了这样的感受，让我感到震惊。根据我职业生涯中数千次商务会谈的经验，我知道这是完全正确的。

在信息时代，我们的经济在更大程度上是由服务业推动的。这种服务驱动型经济的重要因素是人，因为人有认识问题和解决问题的能力，有创新的能力。一个正能量的团队，工作的决心是不可动摇的。团队成员对自己的工作负责，相信自己可以完成面前的任何任务。每个人内心都认同团队的愿景、使命和价值观，并因为“对共同理想的承诺”而建立了牢不可破的团队友谊。他们热爱学习，接受和给出反馈，分享他

们的经验和资源，以提高团队。正能量或许是让团队达到最高境界的最重要因素。

这听起来很完美，但问题是：“激励员工全力以赴工作的动力来自哪里？”这是一个很多管理者都没有找到答案的问题。

## 心理励志演讲篇四

正能量，近年来一直是我们生活中频繁出现的词语。网络上、朋友圈中总是能看到一些“心灵鸡汤”，传播着人生哲理与正能量。一时间，正能量好像“霸屏”了我们的生活，充斥在生活的角角落落、字里行间。

可是，看过这么多遍的正能量，到底是什么呢？

这样说来，生活中的正能量似乎就变得十分重要了，因为它是我们生活前进的动力，是催促我们不断进步不断变好的力量。一个人的生活中如果没有正能量，就会变得颓丧消极，自甘堕落，就不会有未来。我相信，无论是谁，都不会希望自己的未来充满负能量的。

不过，正能量的力量还不止于此。世界上，有许多奇迹都是由正能量带来的。首先，不能不说霍金。霍金在今年3月刚刚逝世，这一令人悲哀的事实震动了世界。霍金一生贡献於理论物理学的研究，被誉为当今最杰出的科学家之一。他的著作最著名的当属《时间简史》，该书自首版以来，已被翻译成40种文字，成为一本畅销全世界的科学著作。虽然霍金在人类物理学界做出了极大贡献，可他在现实生活中却命运多舛。1963年，霍金21岁时患上肌肉萎缩性侧索硬化症（卢伽雷氏症），全身瘫痪，不能言语，手部只有三根手指可以活动。大家都觉得他非常不幸，但他在科学上的成就却是在他在病发后获得的。他凭着坚毅不屈的意志，战胜了疾病，创造了一个奇迹，也证明了残疾并非成功的障碍。

再说一个贴近我们生活的例子。

吴子尤，一个年纪和我们差不多大的少年□20xx年，他患上纵隔恶性肿瘤，当时他才14岁。但他并没有因此消极面对人生。因为热爱写作，他坚持写文章，并在次年8月，首次出版个人作品《谁的青春有我狂》□20xx年1月23日，吴子尤接受中央电视台《艺术人生》的邀请参与节目。他以代表作《谁的青春比我狂》名列“中国90后十大少年作家”之首。吴子尤也得到了韩寒、李敖等知名作家的认可。

他的事迹让我们看到，即使命运不顺，只要努力奋斗，让生活充满正能量，就可以制造奇迹。

进入初三，我们学习上的负担变得越来越重，这时，如何调整心态，进入积极向上的学习状态就变得十分重要了。

面对繁重的学业，我们不应抵触，抱怨。再难的学科，只要每天进步一点点，长期坚持下来，也会越学越轻松。与此同时，也应该制定好学习目标，用乐观的心态为之奋斗、努力，只要能坚持下去，以积极的态度面对学习，就会渐渐发现学习的乐趣，然后用更大的动力去拼搏，形成一个良性循环。

所以，当你的生活被压力与挫折包围时，让你的内心、你的生活充满正能量吧！你会发现，生活多么美好，而人生也充满趣味！

## 心理励志演讲篇五

今天我演讲的题目是《青春激扬，传递正能量》。奥斯特洛夫斯基曾说过：“生活赋予我们一种巨大的和无限高贵的礼品，这就是青春。”古今中外的人们总是用最美好的语言来形容和赞美青春，当我看到我的同学们，每天忙碌而充实地学习和生活，我明白了：青春不仅仅是花一样的年纪，火一样的热情，它更是永不言败的责任，我们有责任有义务去传

递正能量。让正能量在我们每个人心中流淌。什么是正能量？在我看来，积极向上的能给人带来快乐，能让人感受到关爱的行为就叫正能量。

一个阳光般温暖的微笑，就能传递出彩虹一样的心情；一个善意的举手之劳，就能给人带来春天般的温暖。一番真诚的问候，一句轻声的鼓励，甚至是一曲感人的歌曲都能给人带来快乐，让人感受到爱。正能量其实很简单，正能量无处不在。现实生活中，一段时间冷漠似乎已经成为我们的一种习惯，我们可以对一个被车碾过的小孩视若不见，也可以对因路滑而摔倒在街上的老人熟视无睹，冷漠麻木一度侵蚀着国人的灵魂。负面的能量似乎在暗中隐隐涌动，汇集。曾几何时，我们学会了抱怨，抱怨社会的不公，抱怨人世的冷漠，必须承认，这个世界并不总是那么的美好，我们的人性也并不总是那么的高尚，很多事都曾经一度让人们感到道德的迷茫，但当我们看到最美司机吴斌在生命的危急关头，用工作的坚守与责任保卫了他所有乘客的生命安全、最美人民教师张丽莉为救学生而双腿截肢的感人事迹的时候，我们看到了社会的正能量。是的！我们需要正能量，给自己充满正能量，给社会传递正能量！

如何传递能量呢？我的答案是用青春点燃激情，让青春见证使命，用行动传递正能量！也许你的同桌今天因为考试发挥不佳整天垂头丧气，那么请给他一个阳光般的笑脸，一句真诚的安慰和鼓励；也许在我们的学校有一片纸屑和包装袋被随手扔在了地上，请走过去轻轻拾起放入垃圾箱里；也许只是周末回家随手带来的几朵漂亮的花，点缀了一方窗台，芳香了整个教室；甚至也许只是清早起床对镜子里的自己默默说道，新的一天，你要自信、努力、加油！??事实上正能量正是这样藏匿于我们的眼皮底下：也许就在和同桌的一句关心的话里，也许就隐于一行优雅的诗中，也许就是在操场快乐的奔跑一阵。只要我们想就可以创造出无止境的正能量，可以传递出无数的正能量。

培根说：“如果你有一份快乐，你将它告诉别人，那么你将拥有双份的快乐。”所以，不要吝啬你的正能量，将他释放出去，你将拥有更多的正能量，把能量继续传递下去，我相信你一定会生活在一个积极快乐的环境里。

所以从今天起，给你的同学一个微笑，给你的老师一份感谢，赠你父母一个拥抱，慢慢的，也许你就会发现，你和你的周围充满了正能量。如果每个人都如此的去做，正能量就将会像雨露一般滋润着万物。也许下一次我们再看到路边摔倒的老人，再一次面对渴望帮助的双眼，我们都会伸出一只手。这不就是我们一直追求的中国梦吗？好一个充满正能量的世界！

阳光温暖，大爱无疆，激扬青春，传递正能量！

## 心理励志演讲篇六

当前，烟草企业正在以党的十八大精神为指导，认真贯彻落实20xx年全国烟草工作会议精神，紧扣主题主线，坚持“稳中求进”，着力全面提升，突出品牌发展核心，有效提升品牌价值、优化产品结构，注重提高经济发展的质量和效益，扎实抓好“卷烟上水平”各项工作落实，推进企业持续健康发展，为建设更加规范、更富效率的中国烟草做出贡献。其中不容忽视的一个方面，就是要全面提升队伍建设水平，加强思想政治建设，加强工作作风建设，加强干部员工队伍建设，加强人才队伍建设，加强企业文化建设，加强党风廉政建设，贯彻好十八大精神，深入开展群众路线教育和“235”教育实践活动，凝聚团队正能量，推动品牌突破发展和企业科学发展，为全面建成小康社会不懈奋斗、顽强拼搏。

一、烟草企业职工要做遵守团队纪律的人。没有铁的纪律，就没有铁的团队。韩非子说：“法不阿贵，绳不挠曲。法之所加，智者弗能辞，勇者弗能争。刑不避大夫，赏善不遗匹夫。”（《韩非有度》）意思是说，法对人们的行为具有普

遍的约束力，不会因为人们社会地位的差别而发生变化。每个人都要在法律许可范围内行事，不因人们才智的高低和勇敢的程度而有所不同。同样，纪律对团队的成员也一样，具有平等约束的作用，无论对领导者还是普通一员都是适用的。组织与团队要能长久存在，其重要的维系力就是团队纪律。“纪律可以促使一个人走上成功之路。”怡安管理顾问公司的陈怡安博士曾说过：“领导者的气势有多大，就看他纪律有多深。”火炉面前人人平等，谁摸谁挨烫。团队要达到预想的目标，就必须协作团结，靠相应的制度来约束和保证，否则就会像一盘散沙，各自为战，难以一致前进取得胜利。

烟草企业要推进“卷烟上水平”目标任务的实现，要把品牌发展计划变成现实，也必须有纪律做保障和支撑，提升执行力。烟草企业员工要增强纪律观念，做到令行禁止，决定的事情和布置的工作必须有反应、有落实、有结果、有答复。同时，要靠纪律来保障自由和创造。现代烟草企业，每个人都有自己的自由，但是同样要遵守社会规范和国家法律以及企业的管理规章制度、条例、标准、规定，以规范员工行为，确保企业更好地发展，最大限度地保护员工权利，发挥员工最大潜力，保持企业战斗力，竞争力、生命力。

二、烟草企业职工要做维护团队利益的人。烟草企业职工要有团队使命感，坚持“两个至上”，即国家利益至上、消费者利益至上；做到“三个始终”，即始终维护烟农利益、始终保证零售客户盈利水平和满意度不断提升、始终考虑基层一线员工的利益和成长发展；牢固树立“五种意识”，即责任意识、忧患意识、创新意识、公仆意识、民主意识，低调务实，真抓实干，打造责任烟草、诚信烟草、和谐烟草、效率烟草，提升烟草社会形象。有一位职业经理人说得好：“每个人在任何公司的核心问题或者说挑战都是，公司愿意雇佣你，你可不可以真正产生自己的价值？你能对公司业务成长做出什么样的贡献？你能不能提升自己的价值？能不能不断地创新，不断地给公司带来更多的价值？”有效的

工作者必注重贡献，为实现团队使命而积极行动奋斗不息，实现存在的价值，获得企业的承认，达到职业的最高境界，最终成就伟大的事业，把自己的命运与企业的命运紧密地联系起来，实现企业与员工的共同发展。

韩非子认为治国之道要讲究维护团队利益。烟草企业员工要正确处理个人价值观与企业价值观的关系，必要的时候个人价值观要服从、让步于企业价值观，要有集体荣誉感，自觉地摆正自己在团队中的位置，自觉地服从团队运作的整体需要，把团队的成功看作发挥个人才能的目标，充满合作激情，与别人一起创造奇迹。要有一种认同感、归宿感和成就感，把团队的成功当作个人的成功，把团队的失败当作自己的失败，心往一处想，劲往一处使，以团队的利益为最高利益，实现团队与个人的双赢结果。一滴水要想不干的唯一办法就是融入大海，一个员工要想生存的唯一选择就是怀着强烈的集体利益感融入企业，全力以赴，维护团队利益，促进企业科学发展、和谐发展、跨越发展。

三、烟草企业职工要做适应团队生活的人。俗话说：“人一上百，形形色色”、“曹操诸葛亮，脾气不一样”、“伸开十指有长短，荷花出水有高低”。所以，烟草企业员工要有包容之心，知道变通的重要性，学会与自己不喜欢的人合作，适应团队生活的节奏，协调好自己与环境的关系。谁都知道，划亮一根火柴远远没有把多根火柴聚在一起划亮获得的光亮和热能大。作为员工有必要提升自己的参与意识，融入团队发挥集体力量，以此增强团队凝聚力，形成星火燎原之势，推动整个组织取得更大的绩效。要学会沟通，学会合作，“己所不欲，勿施于人”，给他人和自己创造出一个人和谐的工作、学习与生活环境。

当自己被迫与自己不喜欢的人合作时，要注意以下几点：一是要忍让。宁可自己受些委屈或吃点亏，也不要为小事情与对方争个脸红脖子粗，甚至头破血流。二是要主动接受对方。自己可以伸出友好的手，主动与对方打招呼，以化解对方的

戒备心理或“敌意”。自己很客气地提出一些问题，对方就可能加以注意和改进。三是要换位思考，把自己想象成对方。站在对方的角度考虑问题，就可能体会他们的想法，从而修正自己的一些不正确的想法，这样有助于改善双方的关系。四是要接受他人的独特个性。不要妄图改变人人都有其个性这个事实，接受对方的本来面目，对方也会尊重自己的本来面目。切忌不要强迫别人接受自己的观念。五是要去想对方做对了的事情。对方也不是总是那么令人厌烦，其实也有好的一面，要试着去发现着一点。六是要以自己的言行去感化对方，影响对方。要注意自己的态度和方式，切不可弄巧成拙。总之要慢慢学着与人合作，成为一个聪明的人，一个善于合作的人，一个有较高能力的人，一个能做出应有业绩的人。

国家烟草专卖局局长姜成康曾指出，烟草行业面临着体制机制、烟草控制、构建和谐、国际竞争四大挑战，需要我们认真对待。20xx年全国烟草行业经济运行工作会议提出了打造中国烟草升级版，实现“卷烟上水平”目标任务。所以，烟草企业要坚定信心，振奋精神，披荆斩棘，迎难而上，发挥团队的智慧和力量，凝聚团队发展正能量，遵守团队纪律，维护团队利益，适应团队生活，做大做强做精品牌，绽放活力，展翅高飞，追求超越，与时俱进，努力用实干托起“品牌梦”、“中国梦”，为建设更加规范、更富效率的中国烟草而艰苦奋斗！

## 心理励志演讲篇七

大家好！

在准备这篇演讲稿之前，我有问过我身边几个同事，我问他们，如果让你作为我们公司传递正能量的使者，你最想传递什么样的正能量？当然现场的同事也可以想一下这个问题。

有一位同事告诉我说，他最想把“自信”传递给大家，因为

这位同事很优秀，也很自信。

大学的最后一堂课，导师告诉我们，生命本身就on价值，所以我们要自信，要勇敢的去实现自己的价值。因此，当听到同事讲自信是我们应该传递的正能量时，我就想起了这个正能量的故事。

有同事跟我说勤奋是正能量应该被传递。因为成功的人，无一例外都是勤奋的。

我们都知道，曾国藩是中国历史上最有影响的人物之一，但是他小时候的天赋却不高。有一天他在家中读书，对一篇文章重复不知道多少遍了，还在朗读，因为没有背下来。这时候他家来了一个贼，潜伏在他的屋檐下，希望等读书人睡觉之后捞点好处。可是等啊等，就是不见他睡觉，还是翻来覆去地读同一篇文章。贼人大怒，跳出来说，这种水平读什么书？然后将那文章背诵一遍，扬长而去！

贼人是很聪明，至少比曾先生要聪明，但是他只能成为贼，而曾先生却成为毛主席都钦佩的人，足可见勤奋的重要性。所以说勤奋是我们应该传递的正能量，这是毋庸置疑的。

还有同事提到“坚持不懈”是我们应该传递的正能量。确实如此，试想一下有什么东西比石头还硬，或比水还软？然而软水却穿透了硬石，只是因为坚持不懈而已。

有这样一个故事，有一位年轻人去微软公司应聘，而该公司并没有刊登过招聘广告。见总经理疑惑不解，年轻人用不太娴熟的英语解释说自己是碰巧路过这里，就贸然进来了。总经理感觉很新鲜，破例让他一试。面试的结果出人意料，年轻人表现糟糕。他对总经理的解释是事先没有准备，总经理以为他不过是找个托词下台阶，就随口应道：等你准备好了再来试吧。

一周后，年轻人再次走进微软公司的大门，这次他依然没有成功。但比起第一次，他的表现要好得多。而总经理给他的回答仍然同上次一样：等你准备好了再来试。就这样，这个青年先后5次踏进微软公司的大门，最终被公司录用，成为公司的重点培养对象。

从实际来说，我们践行社会主义核心价值观的过程实际上就是凝聚“正能量”，传递正能量的过程。作为青年职工践行“爱国、敬业、诚信、友善”这8个字的社会主义核心价值观取向，关键是要落实到日常职业生活中，爱国——就是要把伟大的爱国精神落实到为实现中华民族的伟大复兴、实现“中国梦”、勤奋工作上；敬业——就是要做好自己的本职工作，不断努力，全面发展。诚信——就是要诚实做人，踏实做事。友善——就是要尊敬领导，团结同事，关爱他人。如果我们做到了这些，我想你身上一定就凝聚了“正能量”。

一个国家只有凝聚正能量才能富强、民主、文明、和谐；一个社会层只有凝聚正能量才能自由、平等、公正、法治；一个企业只有凝聚正能量才能稳定、发展、积极、向上；一个人只有凝聚正能量才能变得自信、勤奋、坚持、不懈。所以，朋友们，让我们都行动起来大力践行社会主义核心价值观，做传递“正能量”的使者，让我们的企业充满着正能量。

谢谢大家！

## 心理励志演讲篇八

大家好！

我们现在正处在最有精力和时间的时候，应该要努力的去完成一些自己一直以来都很想完成的事情，而不是每天除了学习之外的时间都被虚度了。可能会有很多的同学觉得读书好难，也会觉得特别的累，但是我想说的是，其实上学的时候才是我们一生中最为轻松的时候。当我们开始工作了，我们

面临的是多方面的压力，来自生活的压力，来自工作的压力，来自领导的压力。而我们现在需要面对的只有学习上的压力，也不需要为了交房租烦恼，其实是很幸福的。

其实我们每一个人的智力都是差不多的，别人成绩比你只是别人花在学习上的时间比你得多得多，所以我想说的是在我们有充足的时间的时候我们应该要把握好，去做一些对自己有利的事情，去缩短自己跟别人之间的差距，我想没有人会愿意承认自己是比别人要差的吧。现在不多吃一点学习的苦，将来就要吃很多生活的苦，我不希望同学们等到将来再后悔，所以我想我们应该要利用好当下的时间，去做对我们自己有利的事情。

作为学生，我们现在还在学校里面学习，所以学习对我们来说就是最重要的事情。想要好好的学习其实是不难的，在学习中通过努力也是一定能够取得进步的。比之前多花一点时间在学习上，找到适合自己的学习方法，我想就一定会比之前进步一点。想要取得好的成绩也是需要坚持的，不要因为短时间内没有看到结果就选择放弃，也不要因为觉得学习累就放弃。坚持是很难的，放弃却只要一瞬间，但放弃了之后就前功尽弃了，是不会在学习上取得好的成绩的。

所以不管同学们心里有着怎样的目标，有什么想做的事情，都应该要努力的去学习，一个好的成绩是能够帮助我们去完成自己想做的事情的。我希望同学们都能够把握住自己青春的时光。

谢谢大家！

## 心理励志演讲篇九

大家好，今天我为大家带来的演讲叫做《青春需要正能量，青春拥有正能量》。

我们，撇下无知迎来了属于我们的青春。青春，让我们肆无忌惮，畅然释怀，体味风那样的自由，感受云那般的自在，因为青春赋予我们的是生命的巅峰，我们无须成熟，我们不再无知，我们唯有执着。青春里的正能量。强大的能量助我支撑起坚定的信念，让我对充满挑战的明天信心满满。

谁的青春没有过悲伤？谁的青春不曾想过放弃？又有谁的青春没有挫折与困境？可是，我不再惧怕，我知道在我身边终会有一种正能量，就好像炽热的阳光般温暖我心房，带我走向美好的明天。而我，也会成为他人的正能量，尽我所能去鼓励和温暖就好像曾经的我一样无助的人。

人生的花季是生命的春天，它美丽，却短暂。作为一名大学生就应该在这一时期，努力学习，奋发向上，找到一片属于自己的天空。青年是祖国的希望，民族的未来。每个人主宰着自己的明天。

前人说得好，“有志之人立长志，无志之人常立志”，那些无志之人的“志”，就是美梦，就是所谓的“理想”，他们把自己的蓝图构画得再美好，再完善，也只是空中楼阁，海市蜃楼罢了。同学们，你是立长志之人，还是常立志之人呢？在青葱岁月里，每当我忧伤迷茫、徘徊无助时，总有一些人或物鼓励着我，散发着积极昂扬的光芒温暖着我。

做一个有正能量的人，让自己有动力去前进。正能量是一种强大的能量，它势必包括一个积极地推动力，只有这样才能让你的学业，事业，生活质量等得到进步。没有动力是很可怕的一件事，就如同汽车没有汽油，火箭没有燃料，植物不再吸收阳光，你只会混沌地过每一天，做着同样的事，到了这个点自然做该做的事，也没有什么远大的目标和理想。难道这样不够可怕吗？你甘愿沉默得就好像一潭死水原地踏步着，也不愿多些动力去迎接每日的太阳增添能量吗？当然不是了，当你拥有正能量后，你会很自然地迈出你的步子，并且有动力去奔向新的起点。

青春需要正能量，正能量将为我们插上翱翔的翅膀，飞向广阔蔚蓝的天空！最后我想用梁启超的话来结束今天的演讲：“少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年进步则国进步，少年雄于地球，则国雄于地球。”让我们洒一路汗水，饮一路风尘，嚼一跟艰辛，让青春在红旗下继续燃烧；愿每一位青年都怀抱着自己的理想，在人生的航程上不断乘风破浪，奋勇前进！