

# 最新早恋演讲稿三分钟 早恋的演讲稿(实用8篇)

演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。那么你知道演讲稿如何写吗？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

## 早恋演讲稿三分钟篇一

很荣幸。我是今天第一个，也是唯一一个，演讲题目关于早恋的男生。这的确是一个敏感而又严肃的话题，但是今天在这里，我希望大家如果想笑的话请你笑出来，你们的笑声将是对我最大的支持，谢谢大家！

首先令我费解的是，凡是提及“早恋”，像是给它带上帽子似的，先定义为贬义词。我要斗胆问一句，凡是褒贬之词总该有反义吧？殊不知“早恋”的反义词是否就是“晚恋”或者是“黄昏恋”呢？依我看，男欢女爱其实是件很正常的事情，这应是人成长到一定程度的必然结果。曾有心理学家指出，如果一个人长期抑制自己的情欲，有可能会产生严重的心理疾病，后果会不堪设想。说穿了早恋其实也是生产力发展到一定程度的必然产物，试问在一个人们吃不饱穿不暖的国家里有谁会想着去早恋呢？是因为他们没有经济条件也没有足够的资本。换言之我国近10年之所以出现所谓的“早恋”现象，恰恰证明了我国正由贫穷落后逐步走向富强繁荣。这样来看，早恋不仅无害，而且是对国家的发展起到了标志性作用。

其次，这也是更为重要的一点，就是早恋的性质问题。我憎恨那些认为早恋是违反道德行为的人。我认为，早恋才是世界上最纯真的感情。值得注意的是，我在这里用的是“感

情”而不是“爱情”，因为我确实认为早恋不是爱情。人类感情的纯真的程度也许跟年龄是成反比的，所谓的“早恋”是最纯洁最可爱的，而成人所说的什么“山盟海誓”又有多少是出自真心呢？这个世界上因为利益而存在的爱情到底有多少，谁也说不出来，因为谁也数不清。就拿最近的乔丹夫妻闹离婚的风波来看吧，乔丹的妻子说与乔丹离婚却又出尔反尔，这是为什么？恐怕是为了利益。克林顿的妻子见自己的丈夫在外面如此风流仍然不选择离婚又是因为什么呢？恐怕还是为了利益。因此，世界上出现的像一个年轻貌美的女子嫁给一个老头子等着拿遗产的事情已经屡见不鲜了。反观学生的“早恋”是从友情，对他人的关心关怀发展而来的，这和贪婪欺骗压根儿没一点关系，这种像荷花一样洁白纯真的感情难道就是“违反道德”的吗？看看那些所谓高贵的爱情，看看那些充斥着贪欲、金钱、复杂、令人作呕的虚情假意吧，你会感觉到世界上有许多东西是越简单越美丽。

在这里我并没有什么积极提倡早恋的意图，也没有和大家详细探讨早恋的成因，经过，结果。我只是想表明，早恋不是想象中那么如此不堪。当人们在批判早恋的时候也请对比一些更不堪的感情，好好思考一番。

最后，我说的是早恋的感情色彩，虽然我不说早恋是一个褒义词，但至少，她应该是一个中性词。

谢谢！

## 早恋演讲稿三分钟篇二

大家好！今天我演讲的题目是《莫让情感航船过早靠岸》

果实成熟才能采摘，花蕾绽放才能品香；羽翼丰盈才能飞翔，船抵码头才能靠岸；这些都是大自然的赋予我们的美好，同时我们也得遵循这自然规律；未长成的果实，涩涩苦口，含苞欲

放的花蕾固然可爱，开的太早依旧会错过那百花夺芳；残缺的翅膀长成才能翱翔，大海暗礁密布，浅滩易找，码头难寻。

同样大自然给了我们一些美好，比如：青春；青春总会和可爱，活泼，精力无限等等，千万种美好的辞藻也形容不了青春的美，青春是可贵的，因为每个人的人生只有一次，然而青春就如那大海中的航船一般，在抵达码头的过程中会遭遇到种种困难，比如：早恋。

当下，我相信这个词在大家的听得屡见不鲜了，在这个连小学生都不放过的网络时代，娱乐明星当街接吻，劈腿可以霸占各大平台的头条的年代，在学校的食堂，小树林，自习室，能看到一对对男男女女，一张张青涩面孔，模仿着成人的言语和动作的时候，我多么想在那手牵手的一刻，在那嘴对嘴的一刻，拦住他们，大声告诉他们：请勿早恋，别让青春搁浅；但是想想自己顶不住两拳的身体，我放弃了。

早恋有危害吗？我不知道，我只知道：有的同学陷入情网之中不能自拔，情绪不够稳定，好冲动，易动感情，自控力较差，常常会产生焦虑、烦躁、疑惑、嫉妒等不良情绪。在这些情绪的影响下，很容易产生食欲不振、浑身无力、头晕恶心等症状，久而久之，会出现消化道疾病、低血糖症状等疾患。

我还知道，早恋对学生的影响极大。沉湎于早恋的同学多数都是沿着感情直线上升，成绩直线下降的轨迹运动的。然而，有些向往或陷入早恋的学生却认为只要热恋的两个人志同道合，就不会影响学习。他们甚至概括出一个所谓男女=两个人的合力的公式来。这种看法是幼稚、糊涂、错误的。这是因为学生的早恋不光是风和日丽的春天，也有寒风刺骨的冬季；在早恋的沉重的几乎要压垮全部稚嫩心灵的超负荷运载下，无心学习，成绩下降，是十分自然的，也是屡见不鲜的。

更有甚者过早涉及爱情，学生意气盛，不肯轻易吃亏，特别是

在女朋友面前，更不愿意丢脸，他们往往会因为对方对女朋友说了一句不礼貌的话，做出了一个不雅的举动而丧失理智，大打出手，甚至聚众斗殴，以显示自己的本事，以至违法犯罪。

有句古话：船到码头自然直。为什么不能在情感的航船的航程中欣赏下沿路的风景呢？在码头一定家人的拥抱等更多美好。我呼吁大家要用理智、用积极阳光的勤奋，锁住自己未成熟的情感闸门，莫让情感航船过早靠岸。

### 早恋演讲稿三分钟篇三

你就快到16岁了。这是人生中的黄金时期，在我听到你们男女同学之间互有好感敢以“老公、老婆、亲爱的”相称的时候，我得这样告诉你：宝贝，别急哦。

现在谈恋爱，就如同把自己挂在一棵小树上，小树的树枝可不结实，不一定能挂得住你，挂不住你，就两个人一起摔到地上，弄得一身伤痕累累。

恋爱就好像在寻找一棵可以依靠的大树，高中以下树干细不能依靠，专心学习努力考上大学有自主的生活能力才是正确的路，偏差了就是一生的憾事儿。

该学习时学习，该恋爱时恋爱。你不能为一个小男(女)生在一棵小树吊上你自己，要知道不远处还有一片森林等着你欣赏呢，你干吗不进森林去看看呢？那里的树有高有矮，树叶有红有绿，好看得多！

假如你已经在这不适合的季节恋爱了，该怎么办呢？我的回答是：从早恋中解脱出来。怎样解脱？象居里夫人那样。居里夫人中学毕业后为了挣钱到巴黎去上大学，就到乡村一个有钱人家当家庭教师。这家的大儿子卞西密尔爱上了她，她也爱

上了这位漂亮的大学生。俩人陶醉在初恋的甜蜜之中，并计划结婚了。当时的玛妮亚还不满十九岁。由于卞西密尔的父母坚决反对，卞西密尔的决心动摇了。当时的玛妮亚内心十分痛苦，曾有过“向世界告别的念头”。但是，突然的打击拨开了热情的迷雾，玛妮亚终于意识到，由于自己的年轻，这场恋爱完全是感情占了主导地位。还不懂得怎样选择自己的终身伴侣，也没有学会从本质上认识人。玛妮亚看到了自己和对方在性格上的差异，原来热恋的对象并不象自己想象的那样可爱了。终于，理智和意志使她摆脱了个人的苦恼，保持并坚定了向科学进军的生活目标。后来，玛妮亚到巴黎求学，在追求科学的共同工作和生活中，找到了自己理想的伴侣皮埃尔·居里，他们共同为人类做出了贡献，也得到了幸福。

我们从居里夫人的故事中应该得到这样的启示：年轻的时候，对闯进自己生活的异性，要用理智来调节自己的感情，不做感情的奴隶，任随感情来摆布自己。不要让你的心那么容易打动，不要过早地卷进恋爱的漩涡。因为，青春期是人生的黄金时期。青春期之所以宝贵，就在于它正处于人生发展的高峰时期：生理变化的高峰，智力发展的高峰。然而，青春也是消纵即逝的，因而，古今中外许多学者，都一致强调抓紧青春韶华学习知识的重要性。由于中学时期所学各门功课是日后营造知识大厦的基石，是人生知识链条中关键的一环，所以，对这一段学习时间应倍加珍惜。而不该被恋情困扰。纵使阴差阳错，有了感情，也该埋在心底，暂时珍藏，让他晚些开花结果。这样，你就赢得了走向成熟的时光，你就拥有了对爱情重新审视的机会，做出成熟的选择。

我希望已经谈恋爱的你，能够用坚强的意志去克制自己情感的流露，用理智的力量去战胜自己感情上的冲动，把爱的萌芽深深埋在心底。多参加集体活动，少单独活动。在努力学习和集体活动中充实自己的生活内容。这样，你就一定能走出早恋的误区，迈向成熟的明天。

怎样与异性同学正常交往呢?以下是我的一些建议:

- (1)应以集体和小组活动为主，尽量避免过于频繁的个体接触。
- (2)若有单独与异性接触的机会，要使自己处于受保护和开放的环境中。
- (3)珍惜少男少女的纯洁友谊。
- (4)择友要慎重，交往要适度。
- (5)与异性交往应把握活动内容的有益、健康，避免庸俗、低级的内容。

XXX

20xx年xx月xx日

## 早恋演讲稿三分钟篇四

这是一个对我们大家来说都比较敏感的话题，我想大家可能已经知道它是什么了吧。对了，就是关于异性交往的话题。(一)何谓“早恋”。我们先来看一下何谓“早恋”?所谓“早恋”，顾名思义就是过早的恋爱。中学生谈恋爱属于早恋，主要原因是因其经济、生活尚未独立。爱情并不象我们有些同学想的那样不食人间烟火，是“空中楼阁”，它需要经济上独立，生活上自立而且有能力承担责任，而承担爱情的责任对我们中学生来说还为时过早。再者就是一个人其人生每个阶段都有其任务，中学阶段的我们主要任务就是充实自己，为自己下一个人生阶段打好基础。而恋爱是结婚的准备，是我们在经济和生活都独立后的人生任务。

1. 早恋危害中学生的身心健康。首先，从中学生的身体健康方面来看，由于早恋，往往使同学们陷入情网之中不能自拔，

将大部分时间花在谈恋爱上，因而忽视了体育锻炼。中学阶段正是同学们长身体的时候，随着身体各器官的发育，要求有相应的体育锻炼，否则，很容易发生心音微弱、供血不足、头晕等疾病。早恋的同学由于缺乏体育活动，所以发生这种疾病的人数远远高于其他同学。另一方面，由于早恋的同学情绪不够稳定，好冲动，易动感情，自控力较差，常常会产生焦虑、烦躁、疑惑、嫉妒等不良情绪。在这些情绪的影响下，很容易产生食欲不振、浑身无力、头晕恶心等症状，久而久之，会出现消化道疾病、低血糖症状等疾患。再从中学生的心理角度看，早恋的同学都有一个极其复杂的心理过程，其间既有欣喜，也有百思不解、难以倾诉的苦闷。这些同学的恋爱承受着家长、教师的压力，同学们的“白眼”，恋人的挑剔和故意的非难，这一切使得心理承受力本来就差的同学无法保持正常稳定的情绪。同时，早恋的中学生课后很难与恋人见面，但又抑制不住对对方的思念，这时，有的往往会耽于幻想，在幻想中寻求慰藉，得到满足。随后萌发厌倦生活的念头；有的学生则将社会的道德、责任抛到一边。由于这些痛苦的心境和不健康思想的存在，使得这些中学生的道德感、人生价值观和世界观受到严重扭曲。

2. 早恋对中学生的学习干扰极大。早恋对中学生的学习影响极大。成千上万的实例告诉我们，沉湎于早恋的同学多数都是沿着“感情直线上升，成绩直线下降”的轨迹运动的。然而，有些向往或陷入早恋的中学生却认为只要热恋的两个人志同道合，就不会影响学习。他们甚至概括出一个所谓“男+女=两个人的合力”的公式来。大量事实表明，这种看法是幼稚、糊涂、错误的。这是因为中学生的早恋不光是风和日丽的春天，也有寒风刺骨的冬季；在早恋的小河中常常会波澜叠起，漩涡环生——早恋的中学生时常要经受嫉妒和失败的折磨！这一切对于涉世不深、意志薄弱、情感易于冲动的中学生本来就是一种“超负荷”运载。在早恋的沉重的几乎要压垮全部稚嫩心灵的超负荷运载下，无心学习，成绩下降，是十分自然的，也是屡见不鲜的。

3. 早恋有可能导致犯罪。据有关部门调查的结果，中学生过早涉及爱情，也会给社会带来不安定。流氓、殴斗、盗窃等社会现象的发生，有很大一部分是与学生的早恋有关。中学生气盛，不肯轻易吃亏，特别是在女朋友面前，更不愿意丢脸，他们往往会因为对方对女朋友说了一句不礼貌的话，做出了一个不雅的举动而丧失理智，大打出手，甚至聚众斗殴，以显示自己的本事，以至违法犯罪。另一方面，中学生恋爱还需要有物质上的消费，但他们的经济依赖于父母或他人，自己还不能自立，在从初恋到结婚的一段“马拉松”式的恋爱期间，需要相当的一笔金钱花费。而父母所能提供的一点零花钱又往往满足不了需要。这样中学生就容易误入歧途，诱发偷和抢的念头，最后锒铛入狱。

以上我们谈了中学生早恋的后果，从总体上看，中学生早恋的影响面广，危害极大。青少年学生要珍惜青春年华，不要过早地涉入早恋的区域，切莫被异性的撞击弄昏了头脑，特别需要的是理智和冷静。要切记：“早恋，是一枚包着糖衣的苦果！”。

## 早恋演讲稿三分钟篇五

随着时间的推移，同学们在班级、学校这样的大家庭里朝夕相处的时间越来越长，相互之间的感情日益加深，在许多方面有了明显进步，进步的同时也存在着一些问题。今天我想和大家谈谈在成长发展中必然遇到的一个话题，也是中学生最热门、最敏感的话题——那就是如何进行健康的男女生交往，平稳的度过青春花期。

一. 自然交往。在与异性交往的过程中，言语、表情、行为举止、情感流露及所思所想要做到自然、顺畅，既不过分夸张，也不闪烁其词。

二. 适度交往。异性交往的程度和方式要恰到好处，应为大多



数人所接受。要做到自然适度，心中无愧，也就是说，男女同学的交往应该是在公共场合，而不应该是两人单独相处；应该是偶尔相处，而不应该是频繁相约；应该是文明相处，而不应该是言行出格。一位人类学家曾经提出，正常男女生交往空间距离是44厘米以上，44厘米是人际交往中的最小间隔，低于44厘米这个距离，就属于“亲密距离”，在异性之间，只限于夫妻和恋人。研究得出，44厘米对于中学生来说是“安全距离”，男女生都应该注意保持这个“安全距离”。

三.要互相尊重，又要自重自爱。尊重对方包括尊重对方的人格、意愿，不随意干扰别人。同时，我们还要学会爱护自己的尊严和名誉，珍惜自己的人品和人格，并且懂得保护自己。

早恋是一朵带刺的玫瑰，我们常常被它的芬芳所吸引，然而，因为大家心理和生理都不成熟，一旦情不自禁的接触，又常常被无情的刺伤，在早恋过程中因为冲动不理智而影响自己的学习和生活。因此我们要区分爱情与友情，正确对待“青春花季”的感情萌芽，与异性真诚相待，自然大方的进行交往，建立纯洁的友情，平稳度过“青春花季”。

我的演讲到此结束，谢谢大家！

## 早恋演讲稿三分钟篇六

何谓“早恋”。我们先来看一下何谓“早恋”？所谓“早恋”，顾名思义就是过早的恋爱。中学生谈恋爱属于早恋，主要原因是因其经济、生活尚未独立。爱情并不象我们有些同学想的那样不食人间烟火，是“空中楼阁”，它需要经济上独立，生活上自立而且有能力承担责任，而承担爱情的责任对我们中学生来说还为时过早。再者就是一个人其人生每个阶段都有其任务，中学阶段的我们主要任务就是充实自己，为自己下一个人生阶段打好基础。而恋爱是结婚的准备，是我们在经济和生活都独立后的人生任务。饭要一口一口的吃，同样人生也要一步一步的走，你们说是吗？如果苹

果还未成熟就过早的将其摘下来，那么我们便永远无法欣赏它熟透后的醉人的清香。

现在的我们，给不起任何承诺，希望同学们深刻认清早恋的危害，本着对自己一生负责的态度，本着爱护自己和他人的宗旨，远离早恋，克制情感，成就自己和他人的幸福。如果你真的想让对方长久的幸福，就要从现在开始努力学习，增长知识和才干，为将来能够撑起一个家打下坚实的基础。既然我们在春天，就不要去做秋天的事。所以，在这里，我发出倡议：让我们努力学习，努力实现心中的理想吧！这个火样的青春，我们不早恋。

早恋危害中学生的身心健康。首先，从中学生的身体健康方面来看，由于早恋，往往使同学们陷入情网之中不能自拔，将大部分时间花在谈恋爱上，因而忽视了体育锻炼。中学阶段正是同学们长身体的时候，随着身体各器官的发育，要求有相应的体育锻炼，否则，很容易发生心音微弱、供血不足、头晕等疾病。早恋的同学由于缺乏体育活动，所以发生这种疾病的人数远远高于其他同学。另一方面，由于早恋的同学情绪不够稳定，好冲动，易动感情，自控力较差，常常会产生焦虑、烦躁、疑惑、嫉妒等不良情绪。在这些情绪的影响下，很容易产生食欲不振、浑身无力、头晕恶心等症状，久而久之，会出现消化道疾病、低血糖症状等疾患。再从中学生心理角度看，早恋的同学都有一个极其复杂的心理过程，其间既有欣喜，也有百思不解、难以倾诉的苦闷。这些同学的恋爱承受着家长、教师的压力，同学们的“白眼”，恋人的挑剔和故意的非难，这一切使得心理承受力本来就差的同学无法保持正常稳定的情绪。同时，早恋的中学生课后很难与恋人见面，但又抑制不住对对方的思念，这时，有的往往会耽于幻想，在幻想中寻求慰藉，得到满足。随后萌发厌倦生活的念头；有的学生则将社会的道德、责任抛到一边。由于这些痛苦的心境和不健康思想的存在，使得这些中学生的道德感、人生价值观和世界观受到严重扭曲。

要切记：“早恋，是一枚包着糖衣的苦果！”。

所以，我要告诉大家：珍惜时光，拒绝早恋！

## 早恋演讲稿三分钟篇七

你可以喜欢王滨的可爱，但请不要喜欢可爱的王滨，你可以喜欢周晓的古怪精灵，但请不要喜欢古怪精灵的周晓，你可以喜欢某个女生的人淡如菊，热情似火，但请你不要喜欢人淡如菊，热情似火的某个女生，你可以喜欢一切美好的品性，在这些喜欢中，不断修正完善你找老婆的标准，但请不要让别人的青春为你的不理智买单。请珍惜给你发好人卡的女生，因为她懂得尊重感情，尊重自己也尊重你。之所以说不理智，因为爱情，它就像一棵小树，他的成长需要阳光，雨露，肥沃的土壤，精心的呵护，而这些，身为高中生的你根本给不起。因为他的经济基础不是金钱，而是时间和精力。如果你是一个有责任感的人，不用我说，你也知道，高中三年你的时间和精力应该投资到哪里，就算你已经有十足的把握进入心仪的大学，你能确保你不会影响到对方的人生轨迹？你能确保，你给她的就是她想要的人生？我对爱的理解就是，爱一定要促进彼此的成长，要让彼此比想象的更优秀。如果因为你的这份“爱”，使两个人不能在合适的’时间全力以赴做合适的事情，而遗憾的错过了人生应有的高度，那就是对爱的亵渎。请你收回这份假冒伪劣的爱。

14年的教学生涯，10年的班主任经历，看过太多的遗憾，爱情偶尔就像强心剂，会让两个人的成绩在短时间精进一下，但昙花一现是必然的，因为情绪的不稳定，心智的不成熟，最终都很难在学业上。

有好的结果，最可怕的是，当年向全世界宣战一般的感情斗志，基本在一个高三暑假就灰飞烟灭，让人倍感没劲。所以，我对于班里所谓“早恋”的学生，基本不管，不给你创造来劲的机会，但我会告诉所有的任课老师，这个人，不要管了，

因为我们所有人的努力很可能因为他们之间的一个小矛盾就归零了，值得关注的学生太多了，不要在他们身上浪费精力，别怪老师残忍，你选择了爱情的甜蜜，就必须承担所有的后果，这个世界是守恒的，有得有失不是一句空话。

亲爱的同学们：

树上未成熟的果子被过早地摘掉，苦涩的滋味只有自己知道，爱情虽是杯美酒，但过早地品尝，不胜酒力的你会醉得一塌糊涂，毁了美好前程，美酒变成了苦酒，悔之晚矣！

花开得太早是个美丽的错，对于青少年来说，在爱情生长的土壤还不具备的时候，最明智的办法是筑好防线，集中精力学习科学文化知识，拒绝接受和传扬爱情的种子。

由于早恋难以得到家庭、学校和社会的认可，各方面都有很大的压力与矛盾，从而使同学们注意力分散，使得自己的志趣和目标发生改变，这种改变大都对人是一种负面的影响，对人的性情、性格、人生观、世界观的形成有害而无益。可见早恋造成危害已经不是因为早恋本身，而是来自早恋者受到的多方面压力。

青春期赋予我们更多的是旺盛的学习精力，这是个积累知识的黄金时期，然而以往的种种都表明陷入早恋的同学学习成绩下降，学习有所上升的几乎没有，早恋学生作业马虎，情绪易于波动，大多学生提前就业，因为文化水平低，只能从事一些脏、苦、累或危险的工种。所以早恋影响的是个人的学习和未来的职业。

青少年学生要珍惜青春年华，不要过早地涉入早恋的区域，特别需要的是理智和冷静。