

# 2023年毕业生一分钟演讲稿 一分钟励志 演讲稿自信(实用10篇)

要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

## 毕业生一分钟演讲稿篇一

尊敬的各位老师，亲爱的同学们，大家晚上好！

自信，是走向成功的伴侣，是战胜困难的利剑，是通向理想彼岸的帆船，有了它，就迈出了成功的第一步；有了它，就走上了义无反顾地追求路。

法国著名浪漫主义作家罗曼·罗兰曾说过：“人能在一生之中取得成功，亦必只有一个源头，而这个源头唯有自信。”那么大家知道到底什么是自信吗？自信就是对自身力量的确信，坚信自己一定可以做成某事，实现所追求的目标。俗话说得好：“这个世界是由自信创造出来的，力量是成功之本，自信是力量的源泉。”自信在我们的学习、生活、工作中具有巨大的推动力。

一代文学宗师韩愈，他初次应试，就名落孙山。但当他再次应考时，面对相同的考题，竟然大胆地把原来的文章一字不漏的递到了同一位考官的手中。也正是这位考官，当即对这名斗胆呈来相同考卷的学生大为赏识，把它取为第一名。韩愈的这一举动，在某些“正统派”的眼中，大概是十分荒唐、十分放肆的。真是有点像“螳臂挡车——不自量力”。然而，放肆也好，不自量力也罢，韩愈却偏偏成功了！他成功的秘诀是什么？——对！就是自信！

成功与失败都取决于信心，持久坚定的信心是成功的保证。一旦拥有了坚定持久的信心，人就能爆发出巨大的、不可思议的力量。

《韩非子·和氏篇》中记述了卞和献美玉的故事。卞和为了让美玉光耀人间，先失去左脚，又失去右脚，却始终不悔初衷，终于遇到慧眼识宝的人，使和氏璧成为稀世珍宝。倘若卞和被砍掉左足之后，对宝玉的真伪产生了怀疑和动摇，将其抛在深山峡谷之中，纵然宝玉再好，也只能与乱石为伍。但令人们敬佩的正是卞和的自信：“只要是真正的宝玉，总会有慧眼识宝的人。”最终，他成功了！

自信的人，懂得“天生我才必有用”的道理，依靠着必胜的信心，在艰苦的搏击中，驶向成功的彼岸！

欧洲大革命时代的拿破仑有这样一句脍炙人口的名言：“不想当将军的士兵不是好士兵”。同样“不敢当将军的士兵同样不是好士兵”。对于这一点，我深有体会。

同学们一定都想知道我学习的秘诀是什么？其实答案很简单——那就是自信。只有相信自己，才能在克服学习和生活中的困难时，爆发出无穷的勇气，才能有战胜困难的力量。试问一个人如果连看一眼困难的勇气和信心都没有，谈何战胜困难，谈何走向成功？不是有这样一句话吗？“自信的人不一定会成功，但不自信的人绝对不会成功。”所以要成功，首先便要自信。

最后我送大家一句话：“一分自信，一份成功，十分自信，十分成功。”

祝大家扬起自信的风帆，驶向成功彼岸！

## 毕业生一分钟演讲稿篇二

大家好!我演讲的题目是《人生要奋斗》。

人生要奋斗，因为只有奋斗，成功的. 鲜花才会绽开笑脸;只有奋斗，事业的大门才会向你敞开;只有奋斗，你才会为生活的强者，成为命运的主人。

人生要奋斗。虽然奋斗的道路是漫长的、是坎坷的、是长满荆棘的，但是，只要确信自己的道路是正确的，就应该勇往直前，决不回头，就应该努力奋斗，决不退缩。在这条难走的道路上，只有不断跋涉，困难的坚壁才能凿开，成功的道路才会开通。

人生要奋斗。爱因斯坦曾经说过：“对真理和知识的追求并为之奋斗，是人的最高品质之一。是的，拥有敢于奋斗这种高尚品质的人，定是一个卓越的人，一个强者。平庸的人听从命运，强者主宰自己的命运。)

两分钟励志演讲稿两分钟励志演讲稿 人生要奋斗。纵观古今中外的伟人，不都是付出了一番努力之后，才取得一番成就吗?在众多伟人的一生中，有的经受过流浪饥饿的岁月;有的遭遇过飞来横祸的摧残;也由于的承受着失败煎熬和冷嘲热讽。但是他们都凭着顽强的毅力和不屑的努力，成为了一个个、出类拔萃发人。他们中间，有的创造了史无前例的奇迹!伟人们的丰功伟绩，和他们的坚持不懈的奋斗是离不开的。有奋斗才会有成功!

人要奋斗。在奋斗精神面前，死神、苦难都失去了它们的“威力”。没有什么困难和逆境能够阻挡奋斗者前进!因为，成功的信念永远在他们心中闪现着，攀登人生高峰的目标永远激励着他们不懈努力，不懈奋斗!

人生要奋斗。在奋斗的大路上踏尽崎岖又契而不舍的人必将

能达到成功的彼岸。奋斗的旗帜只有在困苦中才能升起来，只有经过奋斗，昨天的梦想才可能成为今天的现实。

人生要奋斗，朋友们，让我们架起奋斗的桥梁，共同奔向成功的彼岸。让我们张开奋斗的翅膀，共同飞向灿烂的明天！

## 毕业生一分钟演讲稿篇三

你知道x天前，在我们的这片土地上，发生了一件什么事情？xx年5月12日14时28分，四川汶川发生7.8级地震，7.8级地震，对于久居广东地区的我们来说是一个多么陌生的概念。

1976年的唐山大地

震也是7.8级，一夜之间，仿佛四百枚广岛原子弹在距地面十六公里处的地壳中猛然爆炸，将整个唐山夷为平地，24万人死亡，16万人受伤，直接经济损失在100亿元以上。这是多么久远的记忆了，而现在历史用9219条生命，50余万间坍塌的房屋告诉我们，这样的悲剧还在上演。这近万条的生命里，有老人、小孩，还有很多如我们一样的在书堆里每日的生活的人。他们鲜活的生命在顷刻间不仅仅是凋谢那么简单，甚至于粉碎，留给我们的土地一片难以言说的血色，难以言说的荒芜。

在自然面前，我们对于人类生命的歌颂，突然间变成了一曲哀歌，生命是一个如此脆弱的东西，是的，也许就在三天前我们安静的坐着的这一刻，在四川汶川的大学生们，就是这样的，被天花板压成粉碎。

毕淑敏说“人生是没有意义的，但是你要为之确定一个意义”。在这场地震中，让我们忽略其他的纷纷扰扰来思考，生命，一如我们一般年轻的鲜活的生命有什么的意义。

80后的我们有着太多的压抑和无奈，在经济迅速膨胀，精神

愈越贫瘠的世界里，我们像缺氧的人一样艰难呼吸。

而这场地震，让我们再次审视自己，我们究竟要做的是什麼，我们能做的是什麼，既然生命可以在頃刻间灰飞烟灭，既然生命是没有意义的，我们的生命究竟為什麼而活。

我想，對於这个问题，每个同学在心中都有自己的一个标准，我们无法改变突如其来的灾难，但是我们可以改变自己的内心，改变一种面对现实的方式，用一个崭新的姿态去体会、去给自己的生命定位。

把我们对生活的不满放在一边，把我们对生活的欲求放得低一点点，把我们该做的事情梳理一遍，不要等到灾难来时，开始懊悔，很多很多来不及完成的遗憾。请把我们想象成为这场百年一遇的大地震的幸存者，把那些在地震中死去的人们当作我们最亲密的亲朋好友，当你再次看见蓝蓝的天空，你的生命在你的掌心中是多么荣幸的一件事情。

一个人只有感怀于别人的生命才能好好的审视自己的生命，我不敢说，我们的社会离不了我们每个小小的生命这样的话，但是我敢说，你的生命是你自己的全部。

关于青春，关于年轻，有太多的诗词歌赋，关于生命，更是有太多太多的哲思妙语，在这里，我仅仅是把自己的所思所想借着这个平台与大家一同分享，并真诚的祝愿我们在座的每一位同学、老师幸福。最后，让我们用热烈的掌声为我们的生活而鼓掌！谢谢大家！

## 毕业生一分钟演讲稿篇四

下午好！我演讲的题目是《信念的力量》。

有这样一种力量，它可以使人在黑暗中不停止摸索，在失败中不放弃奋斗，在挫折中不忘却追求。在它面前，天大的困

难微不足道，无边的艰险不足为奇。这种力量，就叫信念。

俄国的列宾曾经说过：没有原则的人是无用的人，没有信念的人是空虚的废物。就从我们古代说起吧：两千多年前的汉朝着名史学家司马迁，因“李陵事件”下狱，受了宫刑。应该说，人世间没有比这更大的耻辱了。可是他没有消沉，忍辱含垢，披肝沥胆，专心着述整整十一年，终于写成了《史记》那部五十二万字的鸿篇巨着。这需要多么大的毅力啊！假如他不是为了“究天下之际，通古今之变，成一家之言”，恐怕早就自尽身亡了。这就是信念的力量。

再来说说近代，我们敬爱的周恩来。他是真正称得上，为他所信仰的共产主义事业奋斗一生的人。在他生命的最后时刻，他还要求身边的工作人员为他播放《国际歌》。当那磅礴的旋律盈满一室时，他的嘴唇分明还在翕动，在吟唱！在连放三遍后，对守在身边的邓颖超同志说：“我坚信全世界共产主义一定能实现。”虽然，讲这个话的声音很细微，却给身边的人震动很大。已近弥留阶段的他，最后唱这支歌，显示了真正不移的信念。人生尽可信念不同，能够为信念奋斗终身，奉献一切，那么，就连他的敌人也会为他的人格肃然起敬。

从古说到今，让我们再说说自己身边的人物吧！她，是我处道桥公司的一名女工程师，作为市政行业中的一员，她像一颗耀眼的星星，在众多璀璨闪耀的群星中熠熠发光。她，就是马飞。马飞毕业于武汉城建学院，90年到市政管理处工作。这10多年来，她曾经做过工程资料员、质量员、施工员、项目经理。每份工作她都做都兢兢业业，一丝不苟。力求把工作做得尽善尽美是她的信念。就拿马飞担任柳西河工程的项目经理这件事来说吧。这个工程是当年度市政府实事工程之一，施工难度大，压力重。作为项目经理的马飞，精心组织人员，合理安排工序。在施工中，她始终把工程质量放在首位，严格按照施工组织设计的有关技术措施，反复向项目部全体人员进行布置和交底，使每个成员做到胸有成竹。工程一开工，马飞就日夜守在了工地上，每天晚上十点、十一点，

有时甚至一二点钟才回家，成了一个名副其实的“都市夜归人”。女项目经理如此敬业，令工地上的职工肃然起敬，于是用百倍的工作热情来表达对她的敬佩之情。最后，柳西河整治工程被评为优良工程，并获得了市“甬江建设杯”。正是因为马飞心中有着坚定的信念，她才能够先后出色的完成三市路、体育中心等项目工作，得到各级领导的好评。现在，她是市“三八”红旗手、省级优秀共产党员，也是我处女职工的榜样。

在座的各位团员青年，听着这一个个鲜活的事例，您感到信念的力量了吗？当然，我们二十一世纪的青年，应该比前人有更高的奋斗目标，更美好的理想，更坚定的信念。我们应该象他们那样，完成时代赋予的使命，肩负起我们市政事业的未来。历史是漫长的，人生是短暂的。那么，朋友们，请用牢固的信念的桅杆，高高地扬起你理想的风帆吧，为了单位的振兴发展，为了祖国的繁荣昌盛，乘风破浪，一往无前！

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 毕业生一分钟演讲稿篇五

大家好！

金无足赤，人无完人。就算是完美主义者，也不能做到完美，但拥有上进心，你可以不断向完美看齐。

爱迪生是美国的大发明家，他的一生每半个月就发明出了一件新事故，他给世界留住了声音，带来的光明，把电真正地带入了千家万户。

当记者采访他时，他只说：“我的成功，是百分之一的天才加百分之九十九的努力！”对，努力上进心成就了这代伟人，假使他没有上进心电灯在第二次的实验中就会被放弃。爱迪生也会像他父亲一样，继续靠制鞋维持生计。

一代枭雄拿破仑，出生在一个穷苦的小岛上的家庭，读完军校后最初只是一名默默无闻的炮兵少尉，到后来不可一世的法兰西第一帝国的国一，他经历了多少的努力才得来的啊！对，上进心成就了他！假使他没有上进心，他将永远只是一个炮兵少尉，法国或许也会因此被别国打败、吞并！

民间流传着这么一种看法：妻子不怕丈夫没钱、没势，但最怕丈夫没有进取心，钱和势都只是身外之物，拼搏之后，这都是可以得来的，但是没有了进取心，一个丈夫将赚不到钱，得不到势，承担不起对家庭应负的责任！

我们的国歌《义勇军进行曲》中的最后一句：“前进，前进，前进！”正也是说明了要我们不畏艰难险阻，通往直前，拥有一颗进取的心，向胜利不断进发！

完美主义者，很难做到真正的完美，但是拥有上进心的人们，他们正离完美、离成功越来越近！

谢谢大家。

## 毕业生一分钟演讲稿篇六

盲目地“个人努力”，是中国学生的通病。许多国外面试官往往会问“你能描绘一下三年（或五年）后你的事业前景吗？”我在加拿大毕业时参加了许多面试，总是回答不好这个问题。这个问题听上去很空，谁能料到三五年后的事情呢。

然而中外文化的差异可能就在于此，国内面试官们也许不太有人问这个。其实，这个问题的理念要求的是在人生的每一分钟里，都要有坚定的、清晰的奋斗目标。其核心思想是我们的“个人努力”不能盲目，甚至也不能完全听从于家长和老师，必须根据个人的潜能、理想和对就业市场的理性判断来设立目标，且此目标可以根据情况不断调整。



在进行人生设计时，还要把集体意志和需要考虑进去，努力把自己和他人凝聚成命运共同体。随着年龄增长，在进行人生设计时你会发现选择越来越少，但态度却越来越认真，设计也越来越贴近现实，这时你会发现实现目标并不难。

许多人认为，读书和生活是两个阶段，前一个阶段是成才，主要是读书，而后一个是生活阶段，就要过日子了。这种现象在女同学身上表现得尤为明显。我所遇到的不少人在没有任何工作经验的情况下就抓紧出国，其实在国外很多专业要求有工作经验，我问这些留学生为何这样安排，他们说是父母逼的，父母希望他们赶紧学完就好结婚。国外很多读研读博者都是拖家带口学习的，我们要树立终身学习的观念。

有些人在获得一份还不错的工作之后，往往有三分钟热度，一段时间后，就开始沉迷于打麻将和泡吧，并没有保持勤奋的习惯。其实勤奋不只在于大学，即使有了稳定的工作、结婚、生子后还需保证每周有两三天伏案攻读，长期坚持，会带来意外的惊喜。

留不留学完全取决于自己对就业、市场的认识，根据留学能否让事业更上一层楼判断即可，没那么复杂。

1985年，包凡一毕业后被分配到新华社。1987年，他联系到加拿大温莎大学的奖学金，最终成行。他送过外卖，做过比萨，两年后拿到硕士学位，他找到当地一家小报，但只被允许写讣告。随后，他又回到温莎大学读管理学硕士。

对于自己的留学经历，包凡一表示，当时留学生到了国外不是学完了就回来，国外有一个氛围，就是毕业后在当地要有工作。这对于文科生来说很困难，要是放在现在，我完全可以在一年半就学成回国。

现在有些大学生和我当时一样盲目，甚至比我当时还盲目。留学是为了更好地发展，有所规划和判断，留学后就不再前

途渺茫，不能带着逃难的心态走过。

## 毕业生一分钟演讲稿篇七

一辈子忙忙碌碌的，为了什么？为了吃饱，为了穿暖？为了生存，为了理想？从懂事起，就有人告诉你这辈子该有个东西，叫理想，它是你一生忙不完的追逐。于是乎，我们这辈子算是交代了，然后忙于各种不同的追逐，拼命追，拼命追。

这是一个艰辛而又痛苦的过程，大家都在经历着，包括我自己，都还没头没尾的追着。有时候会停下来，东瞅西望一番，或稍做休息，或有所改变。才发现，每个人被不同的事物所困扰着，事业啊，爱情啊，亲情啊，友情啊，各种情，各种酸涩。

在经历了短暂的小甜蜜过后，依旧不停的继续追逐，追逐那些个还没有想清楚为什么要去追的东西。然后有些人就开始感叹了，活着真累啊，有些人就开始赞叹生活的美好和和谐。的确，怎样的情绪就有怎样的一个世界观。以前总听到说，世界观是大同的，只是大家价值观不一样。

那为什么会不一样呢？还不是因为被其他的思维左右了自己。于是乎出现了很多形容人的词语，什么凤凰男’ ‘孔雀女’ ‘拜金女’ ‘猥琐男’ 人类的创造性是可怕的，一直在领教着。就像‘up’这个词，我一直以为是个介词，没想到它也可以被当成动词而且用的如此生猛。

“no love no up”

怎样，是否生猛？同意的请举手！为了能给人以更好的人生导向，于是出现了很多给人指出方向的东西，于是就有了作家，导演，演员，编剧，制作人等这些个职业。

往往人们会在其中找到自己或者别人的某些个影子，然后对

号入座感叹一番，合上书，关上电视，继续赶路，继续追逐。

当然，我不是在说我们懦弱，只是……我们更脆弱，好好生活吧。时间总是一如既往，我们的日子也是如此~不要总停留在过往里，时间久了真的会无法自拔，我们追逐的总在前方~后面的更多的是我们历尽坎坷的样子。拍拍身上的灰尘，继续往前吧。不奢求能当个好人，只要尽量不去伤害其他人，我们就很优秀了。毕竟，我们只需对自己负责的。

谢谢大家！

## 毕业生一分钟演讲稿篇八

一辈子忙忙碌碌的，为了什么？为了吃饱，为了穿暖？为了生存，为了理想？从懂事起，就有人告诉你这辈子该有个东西，叫理想，它是你一生忙不完的追逐。于是乎，我们这辈子算是交代了，然后忙于各种不同的追逐，拼命追，拼命追。

这是一个艰辛而又痛苦的过程，大家都在经历着，包括我自己，都还没头没尾的追着。有时候会停下来，东瞅西望一番，或稍做休息，或有所改变。才发现，每个人被不同的事物所困扰着，事业啊，爱情啊，亲情啊，友情啊，各种情，各种酸涩。

在经历了短暂的小甜蜜过后，依旧不停的继续追逐，追逐那些个还没有想清楚为什么要去追的东西。然后有些人就开始感叹了，活着真累啊，有些人就开始赞叹生活的美好和和谐。的确，怎样的情绪就有怎样的一个世界观。以前总听到说，世界观是大同的，只是大家价值观不一样。

那为什么会不一样呢？还不是因为被其他的思维左右了自己。于是乎出现了很多形容人的词语，什么凤凰男’ ‘孔雀女’ ‘拜金女’ ‘猥琐男’ 人类的创造性是可怕的，一直在领教着。就像‘up’这个词，我一直以为是个介词，没想到它也

可以被当成动词而且用的如此生猛。

“no love no up”

怎样，是否生猛？同意的请举手！为了能给人以更好的人生导向，于是出现了很多给人指出方向的东西，于是就有了作家，导演，演员，编剧，制作人等这些个职业。

往往人们会在其中找到自己或者别人的某些个影子，然后对号入座感叹一番，合上书，关上电视，继续赶路，继续追逐。

当然，我不是在说我们懦弱，只是……我们更脆弱，好好生活吧。时间总是一如既往，我们的日子也是如此~不要总停留在过往里，时间久了真的会无法自拔，我们追逐的总在前方~后面的更多的是我们历尽坎坷的样子。拍拍身上的灰尘，继续往前吧。不奢求能当个好人，只要尽量不去伤害其他人，我们就很优秀了。毕竟，我们只需对自己负责的。

谢谢大家！

## 毕业生一分钟演讲稿篇九

大家好，今天我演讲的题目是《坚定信念，超越自我》。

海伦·凯勒有这样一句非常形象而生动的话：“当一个人感觉到有高飞的冲动时，他将再也不会满足于在地上爬。”正是有了远大的理想，正是有一种信念，她接受了生命的挑战，创造了生命的奇迹。

她，盲聋哑集于一身的弱女子竟然毕业于哈佛大学，并用生命的全部力量奔走呼告，建起了一家家慈善机构，为残疾人造福，被评选为20世纪美国十大英雄偶像。理想和信念像熊熊燃烧的烈火使她才走出黑暗，走出死寂，理想和信念像巨大的羽翼，帮助她飞上云天。

从某种意义上说，人不是活在物质世界里，而是活在精神世界里，活在理想与信念之中。对于人的生命而言，要存活，只要一碗饭，一杯水就可以了；但是要想活得精彩，就要有精神，就要有远大的理想和坚定的信念。

理想信念使贫困的人变成富翁，使黑暗中的人看见光明，使绝境中的人看到希望，使梦想变成现实。

下面我给大家讲一个故事：

沉甸甸的水壶从队员们的手中依次传递，原来那种濒临绝望的脸上又显露出坚定的神色，一定要走出沙漠的信念支撑他们踉跄着，一步一步地向前挪动。看着那水壶，他们抿抿干裂的嘴唇，陡然增添了力量。

终于，他们死里逃生，走出茫茫无垠的沙漠，大家喜极而泣之时，久久凝视着那个给了他们信念支撑的水壶。

黑人领袖马丁·路德金有句名言：“这个世界上，没有人能够使你倒下。如果你自己的信念还站立着的话。”是的，即使在最困难的时候，也不要熄灭心中信念的火把。

同学们，不管你现在的成绩怎么样，不管你现在的基础怎么样，只要坚定信念，超越自我，你就有了努力的方向，你就有了奋斗的目标，你就有了生活的动力，你就有了成功的希望！

## 毕业生一分钟演讲稿篇十

大家好！

今天我演讲的题目是《学会感恩》。

我们这一代少年儿童，生长在幸福的港湾，在父母的庇护下

成长，很少有知道回报的。《感恩的心》这支歌，触动了我幼小的心灵。我学会了反思，懂得了感恩。

没有阳光就没有温暖，没有水源就没有生命，没有父母就没有我们自己，没有老师就没有人类的进步。

所以我要感谢你，我生命中所有的老师，让我懂得知识的宝贵；感谢你，我生命中亲密的朋友，快乐有你分享，悲伤有你倾听；感谢你，我至情至爱的亲人，在岁月途中，静静的看护着我，挡风遮雨，让我在被爱的幸福中也学会了如何去爱他人。

懂得感恩，你就会珍惜目前所拥有的一切，心存感恩，世界将会变得五彩斑斓！