# 2025年积极向上励志演讲稿5篇范文

来源：网络 作者：夜色微凉 更新时间：2025-07-02

*演讲活动是演讲者与听众面对面的一种交流和沟通。听众会对演讲内容及时作出反应：或表示赞同，或表示反对，或饶有兴趣，或无动于衷。小编在这里给大家分享一些20\_年积极向上励志演讲稿大全，希望对大家能有所帮助。20\_年积极向上励志演讲稿大全1亲爱的...*

演讲活动是演讲者与听众面对面的一种交流和沟通。听众会对演讲内容及时作出反应：或表示赞同，或表示反对，或饶有兴趣，或无动于衷。小编在这里给大家分享一些20\_年积极向上励志演讲稿大全，希望对大家能有所帮助。

**20\_年积极向上励志演讲稿大全1**

亲爱的老师，同学们：

大家好!

乐观是一把结实的伞，为你遮风挡雨;乐观是一件厚厚的棉衣，为你抵御严寒;乐观是一张柔软的床，你累了，让你忘记疲惫;乐观是一条干爽的毛巾，你哭了，为你拂去心中的泪水;乐观是一杯甜甜的冰红茶，你笑了，让你从嘴里甜到心里。

乐观是一种财富，是一种精神的财富，它让你在面对不幸时，不会对生活失望，对人生绝望，反而会更增一份自信，有信心战胜困难。

具有乐观精神的人，往往会把眼前的困难看作是一个个垫脚石，是通往成功道路上的基石，他们甚至会感谢老天赐予他们困难。著名科学家史蒂芬?;霍金，是一个高度残疾人，全身上下只有两根手指可以活动，但是他并每对生活失去信心，反而在科学的领域上作出了卓越的贡献。是什么让他能够支撑下去?是他的那种乐观的精神，他说，虽然自己没有了活动的自由，但是自己还拥有了许多，有爱自己的人和自己所爱的人，有爱自己的亲人、朋友……多么难得的乐观啊!他不因自己的身体的缺陷而放弃，更加奋发向上，有所作为，有所成就。乐观地面对生活，我想这就是霍金有所成就的前提吧!

然而，在我们现实生活中，悲观的人也是不少的，他们把眼前的困难看作是一个个绊脚石，他们怨天尤人，整日忧声叹气，在他们眼里，一切美好的事情都是灰暗的。我们能够经常在报道上看到：有中学生因考试失利而放弃自己的生命;有年轻人因工作不顺而放弃自己的生命;有中年人因生活的举人压力而放弃自己的生命……这些人就是因为太悲观而失去生命。为何不学着乐观一点呢?无数事实证明，乐观使学习变得更优秀，悲观是学习变得更落后;乐观使生活变得更充实，悲观使生活变得更乏味;乐观使人生变得更精彩，悲观使人生变得更无味……

**20\_年积极向上励志演讲稿大全2**

亲爱的老师，同学们：

大家好!

在漫漫的人生路途中，我们总会遇到这样那样、形式不同的难题。有的人面对这些难题一筹莫展，不知从何下手，从而被难题所打倒;而有的人却毫不畏惧它们，积极面对，解决了一个有一个的难题，并最终迎来了成功的曙光。

爱迪生是美国伟大的发明家，给人类带来了电的福音。在她的人生路途中就是难题重重。小时候，他学习成绩不好，被学校开除了，但是他的母亲不放弃他，在家里教他学习;长大后，他热爱科学发明，在火车上进行试验却惹出了祸端，被车长打成了左耳失聪。但是他并没有退缩，仍坚持着科学试验;发明电灯时，他试验过六千多种材料都不能做灯丝时，他仍不放弃，继续试验并最终找到钨丝发明了电灯。试想，如果爱迪生在面对身体残疾、发明不顺利等等难题时，不是积极地去面对，他的成功从何而来?也正是因为他在面对人生的难题时的“不抛弃，不放弃”才使他成为举世闻名的大科学家，为人类的进步做出了不可磨灭的贡献。

与爱迪生一样积极面对人生难题的人还有他——贝多芬。贝多芬是众所周知的音乐巨匠，他所谱写的《英雄交响曲》、《命运交响曲》等都是广为传颂的宏伟乐章。可是有谁知道他的后半生是在一片寂静中度过的。在他人到中年事业正如日中天的时候，命运给了他一道“难题”——双耳失聪。要知道声音是音乐人的命脉，听不到声音就无法谱曲。可是贝多芬却不想放弃自己热爱的音乐。他用嘴叼根木棒来感应音符，克服了重重困难，谱写出了《命运交响曲》。贝多芬在面对人生的磨难时没有选择放弃，而是找到了一种解决方法，并凭借着顽强的毅力，积极面对最终获得了成功。

孟子曾说过：“故天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。”古人都知道要想成才必先吃苦这一道理，更何况我们。当我们在面对人生的种种不如意时，我们都应该以一种积极地态度去面对，并积极地区寻求解决途径，那他们就一定能够迎刃而解，而我们也会一步步走向成功。积极面对人生中的难题，就是我们手中通向成功的敲门砖。

我的演讲完毕。

谢谢大家!

**20\_年积极向上励志演讲稿大全3**

尊敬的领导，亲爱的护士姐妹们

你们好!

我今天演讲的主题是“奉献真诚理解责任”。 说到理想，好像每个人都是从小开始的，我也不例外。
从小就认为护士阿姨是天使，护士阿姨的双手最柔软，笑容最美，声音最亲切。 那个时候，总是静静地模仿着阿姨给自己的布娃娃注射治疗。
渐渐长大了，心里总是担心无知的梦想，有一天梦想终于成为现实，才发现天使的工作并不简单，护理是艺术，她需要一颗愿意奉献的心和一双勤劳工作的手。

刚上班的时候，最不想做的是擦洗等基础护理，病房里有昏迷患者，大便失禁，每天床上有很多分泌物的排泄物，记得整个病房都有奇怪的气味。
我无法摆脱内心的排斥，不想接近患者，但我的老师们没有不满。 她们一天多次为患者擦拭身体，多次更换床单元也没有什么意见。 我问她们：“你们不讨厌吗? 又脏又臭。
她们只是淡淡地回答：“洗也好，不换衣服也好，都是躺着的吗?”有并发症。 ”简单的话深深地打动了我，让我明白了护士无私的奉献是什么。

当被问到现在谁的工作最伟大时，我会自豪地告诉你是我们护士的工作谁的笑容最美，我毫不犹豫地回答是我们护士的笑容。
温暖的笑容可以让生病温暖寒冷的心，让他们燃起对生活的希望。 那是因为我们能够从内心深处理解他们的疾病，理解他们的需求。
因为我们明白，所以我们学会了安静地打招呼，安静地倾听，严格地工作，因为我们总是把他们的健康放在第一位。因此，我们真的很关心他们，就像亲人一样。

就像前几天我们出院的老年患者，住院时臀部有大褥疮，骨头看起来很深，发出恶臭，她的家人也不抱治愈的希望，每天给我们吃药感到很困难。
但是我和我的同事们没有被讨厌，没有放弃，为了抵抗那种恶心，夏天我们戴上了一些厚厚的口罩，汗水湿了眼睛，湿了衣服，但是没有人退缩，马马虎虎地结束了。
我们知道这是我们的职业道德，是我们逃不掉的责任。

护理工作没有轰轰烈烈的辉煌，却用简单和平凡写满了爱的故事。病房里每天都有事情发生，不是三言两语可以讲完，那里充满了我们的自信与快乐，委屈与眼泪;是我们创造了一个又一个生命的赞歌。我爱我的职业，更爱我的岗位，因为它让我相信世上真的有奇迹。它也会让患者相信人间真的有天使。

谢谢大家!

**20\_年积极向上励志演讲稿大全4**

亲爱的老师、同学们：

挫折既人生路上的阻碍与打击，有人挑战挫折，有人逃避挫折于是也就有了不一样的人生，不是吗?

做任何事情多不可能一帆风顺，挫折是在所难免的，应该以一种勇敢顽强的心态去面对挫折，挑战人生。

具体来说，竞赛输了、考试分数不理想、身体有了病痛等等。都是我们可能遇到的挫折，将来还可能会有更多更大的挫折。将这种面对挫折的心理感受真切地写出来，告诉自己，挫折是上帝赐予
的最好的礼物，让自己在日复一日的磨砺中强大起来。

感谢挫折。

**20\_年积极向上励志演讲稿大全5**

亲爱的老师，同学们:

大家好!

世上的各种事物，全凭你自己如何去想。用健康、积极、快乐的眼光，用欣赏的态度去对待事物，你会觉得一切都是那么美好;当你用挑剔、鄙夷、悲哀的眼光，用批评的态度去看待事物，那么就只能永远生活在绝望的环境中。

心态是要靠自己去掌握，去调整的。曾经读过这样一个故事:乐观的人看半杯水，他会想，我还有半杯水。于是每天注入一滴水，终于有一天水溢出了;而悲观的人看半杯水，他想着，我只有半杯水了，于是终日愁眉不展，最后有一天水全干了。

乐观、积极的人用健康的向上的心态助自己成功，让自己快乐地活着;而悲观消极的人用病态的心态让自己永远活在阴霾里，让自己在绝望中痛苦地徘徊。

成功的心态不是在成功之后才培养出来的，成功的心态是在未成功前千百次的失败中磨练出来的。心态对于一个人来说至关重要，它决定着你的将来，你的成功与失败。

心态是我们自己掌握的，因为我们有自由的思想，自由的心灵，我们不被某种力量所约束，我们是自由的，在眠队一切不如意的事情时，我们可以用美好的心态去面对，那么我们就不会感到绝望。

成功与失败并存，希望与失望相伴，生与死相随，祸与福相依……我们掌握了自己的心态，让自己保持健康向上的热情，我们就成功了一半!

我们最大的敌人是我们自己，只要战胜自己，把握好心态，我们就是生活中的勇者!

**20\_年积极向上励志演讲稿大全**

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找