

2023年生活焦虑演讲稿(通用5篇)

演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

生活焦虑演讲稿篇一

下面是为大家带来的关于生活的演讲稿，希望大家喜欢！

不知过了多久，也许是在某个雨夜，雨滴滴落在你的躯壳上，敲击着你深藏的灵魂，让它猛的惊醒。环顾四周，同样的黑暗，从不甘心的你决心爬上去。于是，日复一日，你从谷底爬了上来。但是，那已经是在你被摔了成千上万次之后一次偶然的成功。在成功的同时，你却将微笑、开朗以及十足的好奇心遗落在了那个不知名的山谷里。已改变的对沿路的一切不再感兴趣。只知道要保持永远的紧张，永远谨慎。木然的往前走，只知道道路的尽头的“桃花源”是你这一生唯一的目的，对！是目的，却再也不是希望……路边的山泉，你不会再为之欢呼，身旁突然跑过的可爱的动物们，你也不会再为之追逐，因为这一切对你来说，不再有意义了。当时间终于迈入了最神圣的时刻，你穿过了沙漠，走过了荆棘地，来到了尽头。可是，你失望……不，是绝望了，为何人人向往的“伊甸园”只是万丈深渊？为何命运的安排总是在那幸福即将来临之时，收回了圣洁之手，背弃了所有的一切！你想再重走一次生活之路，却已经无法提出任何的勇气，只能选择人生路中唯一的结果。原来生活之路的尽头是生命的消失，可愚蠢的，你发现为着那不着实际的与从不曾出现过的幸福乐园，放弃了做为一个人的，宇宙大地之上的自我价值与真实，放弃了微笑与无悔，让那本属于自己的幸福从自己没有握紧的

手中溜走。你发誓：下一次一定要用微笑面对生活，用微笑紧抓住幸福，那样的来生一定会过得无怨无悔……生活中的人会经历成千上万次的挫折，但如果仍能对着镜中早已伤痕累累的自己露出真心的微笑时，你会发觉自己在不知不觉中变得坚强了，会发觉生活之路虽然曲折，但却异常迷人。一旦你看淡了人生，看淡了人人相争的名利，就会发现人生与生活不过如此。

只要自己是快乐的，无悔的，你就会觉得自己的一生是成功的。随着时间的推移，你也来到了人生的尽头，你虽然对人们口中的景像和实际相差太远而感到失望，但那只是一瞬的失望，而非绝望，因为你已经得到了自己想要的幸福与快乐；也学会了在挫折中变得坚强，也习惯了用微笑来面对生活，你的一生，微笑从未离开过嘴角。黑暗与不幸从未来到过你的身穿，让你这一生幸福、安宁。

所以，在你失望之时，请别忘了“失败乃成功之母”；在你绝望之时，请别忘记上天赋予人类最好的礼物——希望，因为那是让你生活下去的动力；在你对生活对人生已毫无留恋而选择逃避时，请别忘记试试用微笑来面对自己的生活，用微笑来演绎自己的人生，或许那样世界会再次向你展现它迷人的光彩。

生活焦虑演讲稿篇二

每个人都有自己的生活，每个人的生活都是与众不同、独一无二的。我喜欢我的生活，因为生活告诉我生活告诉我，他需要乐观，只有乐观才能使生活呈现出无限生机，只有乐观才能使生活多彩。小草并没有被暴雨的侵袭所吓倒；鱼儿并没有因为海水的冲击而流浪；云儿也并没有因狂风的肆虐而消散，因为它们懂得用乐观去面对生活。

生活告诉我，他需要坚强，坚强面对生活的每一次挫折，坚

强迎接生活中的每一次挑战。没有必要因落叶而悲秋，也没有必要因一次挫折而放弃抗争，因为一花凋零荒芜不了整个春天，一次挫折荒废不了整个人生。学会坚强，学会抗争。

生活告诉我，他需要爱，爱你的父母，爱你的老师，爱你的朋友，爱你身边所有的人。与次同时，你也会得到许多的关心，许多的爱护，许多的祝福。让爱走进我们的生活，让爱使我们的生活变的多姿多彩。

生活告诉我，他需要感动，为一件好事而感动，为一本好书而感动，为一个好人而感动。让我们在感动中生活，在感动中成长。

生活告诉我，他需要信任，信任是人与人沟通的桥梁，是解开一切误会的关键。其实天很蓝，阴云总要散；其实海不宽，此岸连彼岸；相知并不难，心与信相连。

生活告诉我，他需要勤奋。任何人做任何事都离不开勤奋，勤能补拙，勤出成果，勤是通往成功的阶梯。成功是勤奋的结果，只要我们勤奋探索，勤奋实践，勤奋创新，做什么事情都一定会成功！敲响的是钟声，走过的是岁月，留下的是故事，迎来的是希望，盼望的是美好，感动的是真诚这就是生活告诉我的钱是什么？权又是什么？为什么那么多人不顾性命的围着他俩转，为什么那么多人宁愿失去亲人、爱人，也不愿松开他俩的魔爪，为什么常常越有钱的人越在乎，越怕失去他俩？钱和权对不能正确认识他们的人来说是致命的毒药！

其实，天下到底有多少事与钱无关，有多少人不看钱。。。但，人，只要生活，就离不开钱。吃穿住行都需要钱。我羡慕陶潜“采菊东篱下，悠然见南山”的生活。可是没钱怎么活？没钱，哪来的房，哪来的田，哪来的粮食。。。生活没那么简单。现在的人，每合作一件事，每交一个朋友，都要看对方有没有钱，对自己有没有利。最可笑的悲哀莫过于婚

姻。为什么一个有钱的家庭总是想要与另一个有钱的家庭联姻呢？不知道他们明明很有钱，明明那么多人羡慕了，却还那么在乎呐。钱权的毒药，一旦上瘾，无可救药。生活，可不可以简单一点，再简单一点？我不是批判金钱和权力的万恶，我想说的是它们是我们生活中不可缺少的。但，我们不能做金钱和权力的奴隶。我们要正确认识它们在我们生活中的位置，那么它们将是救赎大众的解药！是为大众谋福利的朋友！

我就想过一种简单的生活。用我真诚的心去寻找属于我简单的爱情，和我爱的人厮守相依，一起去享受生活的阳光和雨露，一起去创造属于我们的幸福！我不需要很多钱，只要我的工资奖金就行。也不要权，我只要当平民。不用趋炎附势，不用狐假虎威。只做我想做的，过我想过的。但现实就是现实，有些事，应该说大多数事都由不了我做主。我们永远都被夹在门缝里，左右为难。当我理解别人时，做出让步时，谁又来理解我。矛盾中。想简单点，在再简单点……简单到一目了然，简单到只剩幸福。

生活焦虑演讲稿篇三

生活中，我们很多人都存在这样的误解：学语文，应该是学校的事，应该是老师的事，应该是学生的事。只有在语文课上，才是学语文；只有打开语文书，才是学语文。这种误解，正是因为没有理解到语文最本质的东西。

所以我要说：语文就是生活。

是的，当我们悉心倾听一个人诉说，当我们沉醉于慷慨激昂的演讲，当我们倾诉自己真实的心灵，当我们复述一个幽默的故事，当我们聚在一起畅谈一个观点，我们不就是在学语文吗？当我们阅读今天的报纸，当我们随意看到一个新颖的广告或标语，当我们醉心于时尚杂志的动听词汇，有谁能否定我们在学习语文呢！

语文就是生活，语文的点点滴滴都是生活的，都与自己一生的生活紧紧地联系着。哪怕是一个字的书写，一句话的诵读，一个句子的理解，一个意思的表达，一种语气的运用，可能成就你的事业，美化你的生活；也可能使你的生活工作没有生气和活力。语文素养的高底决定一个人生活的品质的高低：一个人无论他在何种环境中，如果他拥有较高的语文素养，必将使他的工作得心应手，锦上添花；使他现有的生活鲜活明丽，富有情趣，充满生气。

要学好语文，就要珍惜每一个生活细节，用乐观的眼睛去看世间的一切。在语文中理解生活，在生活中去学习语文，又用语文去装扮生活，这就是语文生活，它是一个开放、自由、灵活、阔大无比的空间。

语文就是思想，语文就是生活，语文就是你这个人。学习语文，就是在塑造自己的灵魂。你必须以对待整个人生的态度来对待语文，才能学好语文。

热爱语文，就是热爱生活！

生活焦虑演讲稿篇四

大家好！

什么叫生活？生活，就是一切生物为了生存和进化而进行的各种活动。简单地说，就是生存。然而，在生活中，没有永远的快乐，也没有永远的痛苦。在快乐中，我们要感谢生活，在痛苦中，我们也要感谢生活，因为生活有了快乐与痛苦才显得美丽。

大家都知道，生活并不常常是美丽如画的。远方的山峦会在暮霭中渐变成褐色；昨天的月亮圆不了今夜的梦；怒放的鲜花也会有凋零的时候。然而没有夜晚，就不会有明亮的曙光，没有昨天的月亮，就不会有今天的灿烂，没有凋零的时候，

就不会培育出新生命。就如大仲马所说的：他终于从枪林弹雨中站了起来，抚摸着流血的身体仰天大笑：“感谢上帝，让我能实实在在地感受痛苦。痛苦真好，它告诉我，我还活着，还拥有生命和希望。”是啊，能体验到身心的痛苦，这也是生活给予我们的恩赐。它告诉我们，只有活着，才会有快乐，才会有痛苦，才会有希望。不是吗？在我们的人生路上，许多喜中生悲的事还真不少呢：体检的时候，发现视力又下了；骑着车子摔倒在路中央；坐在回家的车上，却突然出了车祸；在海边嬉戏，却涌起特大海啸。一次又一次的坎坷过去了，生活让我们认识并学会了“坚强”。

有一句话说得好：当上帝关上所有的门，他会留给你一扇窗。生活也是如此，在给了你失望、坎坷、痛苦时，也给了你幸福和快乐以及丰富的体验和回味。它蕴含着无限的风光与期望，等着你去发现去探索，等着你去悲哀去享受。它不吝啬，不会关掉所有的门窗让你终生处于绝境；它不虚伪，不会用香甜的糖果迷醉你的身心，而使你迷茫了寻找的双眼；它不伪善，不做作，也不世故，不论你的身份地位如何，生活对我们一视同仁。

感谢生活，感谢它所给予我们的一切。

生活焦虑演讲稿篇五

大家早上好！

我演讲的题目是《感恩生活，勇于担当》。

四川地震，在我们心中留下了不可磨灭的伤痛。数万生命的陨落让人从心底发出一声喟叹：生命，在大自然面前竟是如此的羸弱和无奈。

当各种各样的消息铺天盖地涌入我们的视线，死亡人数不断飙升，电视上、网络上、报纸上房倒屋塌、血肉模糊的场面，

冲击着我们原本坚强的神经，让我们一次次满眼噙泪，心痛得无法呼吸。虽然我们与灾区人民素未谋面，但面对灾难却感同身受。

而我们，我们幸福地活着，让我们感恩生活吧！

同学们，尽管我们每个人都是社会微小的一份子，但我们可以担当责任，做一个有益于社会的人。什么是责任心？“有一种力量是从你跳动的心中发出的，它会指引你去做你认为重要的事，并且一定会竭尽全力，这就是责任心。”地震发生时，一位高三学生在教学楼倒塌前幸运地逃了出来。但他想起了他的同学，他不能一个人独自逃生，他转回来奔向废墟，用自己的双手，为他们挖出了一条生命道道，挽救了三十三条生命，全然不顾自己身处危境。他带给人们的感动，每每让人想起都会经受心灵的震撼，这瞬间的举动源自内心的品质。据报道，教育部已决定保送他上大学，这样的人国家定会重用。

说，多难兴邦。当祖国大地遭遇灾难，除了奉献爱心，我们更要学会感恩生活勇于担当责任，从谦卑做起，从感恩出发。作为教师，我们更加关爱我们的学生，更好地担当起教书育人的社会责任。作为学生，要珍惜今天所拥有的一切，好好学习，长大后报效祖国，担当实现民族伟大复兴的历史责任。

老师们，同学们：在鲜艳的五星红旗下，我们并肩而立！在不屈的中华大地上，我们众志成城，为我们历经磨难的民族积蓄生的力量！灾难终将去，生命依然延续。面对灾难我们选择坚强。因为坚强、刚毅是我们永远不倒的民族精神！

我的演讲完毕，谢谢大家！