

最新改变和成长的演讲稿 改变自己演讲稿 (汇总7篇)

演讲稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。在社会发展不断提速的今天，演讲稿在我们的视野里出现的频率越来越高。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？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。

改变和成长的演讲稿篇一

大家好！

我们无法改变别人，我们能做的只有改变自己，生活中我们会遇到形形色色的人，遇到各种各样的事物，我们无法知道这些人或事会影响我们多少，我们又该如何去做，未来不可预知，我们能够做的，是改变自己的心态，改变自己的作风，让自己去适应身边的事物。

柏拉图告诉弟子自己能够移山，弟子们纷纷请教方法，柏拉图笑道，说：“很简单，山若不过来，我就过去。”弟子们一片哗然。这个世界上根本就没有移山之术，唯一的一个移动山的方法就是：山不过来，我便过去。同样的道理，人不能改变环境，那么我们就改变自己。

著名的文学家托尔斯泰曾经说过：“世界上只有两种人：一种是观望者，一种是行动者。大多数人想改变这个世界，但没人想改变自己。”想要改变现状，就要改变自己；要改变自己。就得改变自己的观念。一切成就，都是从正确的观念开始的。一连串的失败，也都是从错误的观念开始的。要适应社会，适应环境，适应变化，就要学会改变自己。

一个黑人小孩在他父亲的葡萄酒厂看守橡木桶。每天早上，

他用抹布将一个个木桶擦干净，然后一排排地整齐地放好。令他生气的是，往往一夜之间，风就把他排列整齐的木桶吹得东倒西歪。

于是小男孩擦干了眼泪坐在木桶边想啊想，想了半天终于想出了一个办法，他从井边挑来一桶又一桶的清水，然后把它们倒进那些空空的橡木桶里，然后他就忐忑不安地回家睡觉了。第二天，天刚蒙蒙亮，小男孩就匆匆地爬了起来，他跑到放桶的地方一看，那些橡木桶一个一个排列得整整齐齐，没有一个被风吹倒的，也没有一个被风吹歪的。小男孩开心地笑了，他对父亲说：“要想木桶不被风吹倒，就要加重木桶的重量。”男孩的父亲赞许地微笑了。

是的，我们不能改变风，改变不了这个这个世界上的许多东西，但是我们可以改变自己，给自己加重，这样我们就可以适应变化，不被打败！

在威斯敏斯特教堂地下室里，英国圣公会主教的墓碑上写着这样一段话：当我年轻自由的时候，我的想象力没有任何局限，我梦想改变这个世界。当我渐渐成熟明智的时候，我发现这个世界是不可改变的，于是我将眼光放得短浅了一些，那就只改变我的国家吧！但是我的国家似乎也是我无法改变的。当我到了迟暮之年，抱着最后一丝努力的希望，我决定只改变我的家庭、我最亲近的人——但是，唉！他们根本不接受改变。现在我在临终之际，我才突然意识到：如果起初我只改变自己，接着我就可以依次改变我的家人。然后，在他们的激发和鼓励下，我也许能改变我的国家。再接下来，谁又知道呢，也许我连整个世界都可以改变。

人生如水，人只能去适应环境。如果不能改变环境，就改变自己，只有这样，才能克服更多的困难，战胜更多的挫折，实现自我。如果不能看到自己的缺点和不足，只是一味地埋怨环境不利，从而把改变境遇的希望寄托在改变环境上，这实在是徒劳无益。

虽然我们不能改变世界，但我们可以改变自己，让我们用爱心和智慧来面对一切环境。改变自己不容易但是也不会很难，只要有心，尽自己能力去改变，相信总有一天，我们会发现，原来一切都并不难，改变并不难。我相信我能做到，你们也要相信你们可以做到。谢谢大家，我的演讲完毕。

改变和成长的演讲稿篇二

大家下午好：

一点点，从今天开始行动！有一些人对他们的生活状况很满意，但每人都想有擅长的事情，想有为之自豪的事情。不幸的是，大部分的人没有力量驱动他们去做。他们浪费了时间和天赋，做着想要的生活的白日梦。

人们不断地选择着生活中容易的道路：风险低、不需要太多努力，而且很舒服。改变需要你走出当前的舒适区，进入未知的未来。你必须改变你自己，改变你的环境，甚至你的习惯。

改变是困难的。如果很容易，那我们就都是生活在豪宅中著名的亿万富翁了。就是因为它很难，才使得改变和提高显得很棒。改善你的生活会有很多积极的结果。例如，会让你自我感觉更好，让你成为一个更好的人、更好的父亲/母亲、朋友等。你会发现自己更开心。你需要明白的是：让自己变得更好并不会让生活中的挑战变少——但这样做会让你准备好来面对挑战。

如果你在过去尝试着改变但以失败告终，不要放弃。你还可以改变，让你的生活变得不同。下面的小贴士会让你开始行动。当你做这些事情时，你不只是在梦想生活，而且你会往争取那样生活的路上前进。用这些小贴士做准则，让你的生活朝着想要的方向发展。

拿点儿时间坐下来，把你的目标写下来。也把你想改变的原因写下来。尽量写得深入一些，因为它是你改变的基础。当你感觉太难了或你忘记了为什么它很重要时，就可以再回头看看这些内容。

对有些人而言，和他人分享心中的想法有些尴尬；但这是必要的。要想改变，你需要有人对你负责。让别人知道你尝试去做的事情会确保有人对你负责。确保这个人会一直鼓励你，不怕去问你的进展。

戒掉坏习惯很难，所以最好用好习惯代替不想要的习惯。如果你的瘾很大，那你需要采取其他步骤。如果只是坏习惯，如看facebook看得太多，那你可以把它替换成在街区散步的习惯。如果你尝试让花费在预算之内，那就和家人玩游戏来代替购物。找一些积极的事情来做来代替生活中消极的事情。

去找一个可能和你情况一样的伙伴、教练、朋友或家庭成员。如果你想开始健身，约定时间两个人一起去运动。如果你想早起，早晨互相给对方打电话，鼓励对方起床并动起来。无论你想进行什么样的活动，想方法和他人一起去做。你们会互相支持，你做什么或不做什么都可以向对方说明。

我们的屋子、工作地点，甚至我们的学校里，到处都是分散注意力的东西，让我们无法转变成我们想要成为的人。我们的手机、电脑、ipad等在我们需要的时候都是很好的工具，但是它们也会妨碍我们。我们花了太多的时间来发短信、发电子邮件、检查各种社交媒体平台。这些时间可以用来做一些富有成效的事情。减少花费在电脑上的时间。定个闹钟，当它响起来的时候，就马上离开电脑。

我知道很多人在工作时会把电视打开，我也做过，我很负罪。过去当我想工作或打扫屋子时我会打开一部电影，但是我发现每次我都是坐在沙发前看电视而不是起来采取行动。我决定用听有声书的方式来替代看电视：这样没有视觉上的东西

干扰我去做所需做的事情，而我仍然有娱乐性或教育性的内容去听。

当你失败时，很容易指出自己做错的事情，但是这样很让人沮丧。与其这样，不如对自己说，“我可以做很难的事情。”你有能力去改变，你只需要相信自己，不要被自己打败。

服务性的工作很有趣：你出去想帮助需要帮忙的人，结果你自己帮助了自己。当你为他人服务时，你的自我感觉会更好，你让别人的生活有所不同，你回馈了社会。

很多人可能跳过这步，因为这样感觉自大和自傲。不是这样！改变自己是评价你自己在生活中的位置、你在做什么，以及你为什么在做那些事情。当你改变时，即使是简单的事情，也要承认它，不要漠视它，好像它不意味着什么。它意味着一切！它意味着你真正地在做它，意味着你正在改变。

改变和成长的演讲稿篇三

本文目录

1. 改变演讲稿
2. 演讲稿：知识改变命运 岗位成就事业比赛演讲
3. 最新公众演讲稿精选：成长与改变
4. 世界地球日国旗下演讲稿《从身边做起，谁说你不能改变世界》

尊敬的领导、老师们：

大家好！

初为人师时，不知道自己肩上的责任，以为自己就是一个“孩子王”。后来，当渐渐融入教师这个角色，才感到自

己更需要的是一颗真心与挚爱。在孩子们热切的目光中，我开始在各方面提高自身素质，并且把陶行知先生的名言“捧着一颗心来，不带半根草去”当作自己的座右铭□

记得刚走上课室的那一刻，很开心又害怕，看到她们一张张可爱的脸，让我打从心里喜欢上她们。上课时她们一张张求知的眼神望着我，让我觉得很满足！

我是一片绿叶，我是一名快乐的园丁，一名平凡的幼儿教师，陪伴在身边的，是一群群稚气的孩子，还有数不尽的责任和承诺。我用辛勤的汗水，浇灌出一棵棵幼苗，给他们人生起点上以方向和力量，让他们在无微不至的呵护下茁壮成长。

每一个清晨，我用灿烂的微笑迎接孩子们和家长的到来；每一个黄昏，我以愉悦的心情将孩子们的手交到家长的手里，亲切地说一声：“明天见。”目送他们渐渐走远。多少个春夏秋冬，无数个风风雨雨，我们用博爱，滋润快乐，用智慧，开启文明，用鼓励，唤醒自信，用宽容，示范尊重，用无私，引导正义，用平凡，孕育伟大。

我热爱幼教事业，因为孩子是那樣的单纯，像一朵朵鲜花，纯洁无暇、诚实坦然。我最喜欢和他们玩游戏，他们认真、投入、绝对遵守规则；他们一脸汗水，满身尘土，发自内心的快乐洋溢在脸上，欢声笑语回荡在身旁。孩子最美，孩子最真！”吾爱童子身，莲花不染尘，骂之唯解笑，打亦不生嗔。”我愿永远和孩子在一起，永远保持圣洁的灵魂。

如今，我对自己的工作更多了一份眷恋，也更多了一份执著。在未来的岁月里，我将用真诚的爱成为孩子的支持者、合作者、引导者。我坚信，爱能让我改变一切！

改变演讲稿（2） | 返回目录

一个企业的发展壮大，靠的是良好的员工队伍，一个良好的

员工队伍，来源于员工过硬的自身素质，而素质的提高就需要员工有深厚的文化涵养和过硬的技能。我们公司发展到今天，就说明我们的员工队伍是一支作风过硬的队伍，是一支有良好素质的队伍，是一支能够撑起中国矿业明天的队伍。矿工，在某些人眼里，也许是五大三粗、一身蛮力的憨大形象。然而今天的矿山人，具有岩石一样的性格、大山一样的朴实，是一代有文化、有知识、有无穷智慧的人。看，在那飞溅的焊花下，一条条笔直的焊缝，流淌着年轻焊工辛勤的汗水。在那抢修现场，一道道的技术难题，显示出员工超人的智慧和深厚的技术功底。在那联办矿点，一专多能的复合型人才大量涌现，下了挖掘机上铲车，下了铲车上推土机，设备出了故障，又能拿出工具熟练地进行修理。就是这些矿山人，他们用昨天的青春的音符，谱写了今天一首首动人的乐章。在他们的身后，留下了多少可歌可泣的动人故事。有这么一个员工，在他很小的时候父亲由于意外事故工亡，母亲改嫁，他随着爷爷奶奶长大成人，参加工作后，虚心求教，认真学习，刻苦学习技术，很快就成为生产中的技术骨干。作为一个年轻人，他有自己朴实的想法：现在正是自己学习知识的大好时机，能够多掌握几项技能，以后就会有更大的生活空间。他凭借着从小养成的坚忍不拔的性格，契而不舍的追求，永不言败的精神，利用工作之余，用自己微薄的工资自费去郑州参加无线电培训班的学习，并买来了大量的有关书籍进行自学钻研。他成功了，他不但熟练地掌握了各种家用电器的维修技术，而且在理论也上升到一个新的层次。他没有去从事第二职业，而是利用这种技术解决工作中出现一些疑难问题，同时又利用自己的技术为矿山人提供无偿的服务。根据他的技术特点，单位对他的岗位进行了调整，使他在新的岗位上迸发着光和热。他生活的更加充实了，在追求新的目标上更加自信了。他的追求反映一种精神，体现了一种价值。这种精神不正是我们矿山人奋发向上、求知探索的精神吗？体现的不正是我们矿山人无私奉献的自身价值吗？俗话说：井没压力不出油，人没压力轻飘飘，我们每一个人，在越来越激烈的竞争中，如若感觉不到压力的存在，危机的存在，只认为“明日复明日，明日何其多”，整日混时间，

那么这种人终将一事无成，必将为竞争所淘汰。要提高自己的素质，必需自我加压，超越自我，迎接挑战，要问路在何方，路就在脚下。在90年代初，有一个科室，是清一色的年轻人，活泼好动，每日工作之余，不是在球场奔跑，就是打牌或喝酒。年轻的科长上任后，看到这种情况，深感忧虑：长期下去，会把他们毁掉的。只有初中文化的科长，在长期的工作中，深感知识之重要。因此，他就对在办公室的六个工作人员定下了“科规”，宣布了他经过深思熟虑的打算：从即日起，六人全部参加成人法律自学考试，并定下了奖惩办法。从此后，办公室再也听不到喧闹声了，只有静谧的灯光到夜半。六人中有三人都是初中或初中没毕业的文化程度，啃起书本来难度是可想而知的。然而，良好的学习氛围，比学赶帮超的互助精神，使他们创造了一个又一个的奇迹，每次统考，有及格二门课程的，三门课程的，更有甚者，一次就及格了四门课程。五年过去了，六人全部拿到了自学考试法律专业大专文凭。十多年过去了，当年的六个人，目前有一个处级，三个科级，二个是现岗位上的管理人员。宝剑利从磨砺出，梅花香自苦寒来，辛勤的汗水，付出的心血，最终在事业上得到了回报。千帆竞发，百舸争流，在这激烈竞争的浪潮中，谁主沉浮？企业的兴衰成败，谁执牛耳？残酷现实的回答：人才！我们是矿山人，但如何把自己铸就成人才，这就需要不懈的努力，不断更新知识，掌握适应企业需要的各种技能，在各自的岗位上发挥着聪明才智，这样，我们就可以自信地说：我们就是人才。在这峥嵘岁月里，在这百里采矿战线上，一个学习型团队正在形在成。一个科技兴国、知识兴矿，岗位成才的热潮正在展开，一代新型的矿山人已挺立在潮头。瞻望公司的明天，将会是更加辉煌、灿烂。数风流人物，还看今朝。

改变演讲稿（3） | 返回目录

尊敬的各位领导、各位评委、亲爱的朋友们：

大家好，我演讲的题目是“成长与改变”。

朱自清先生说：春天像刚落地的娃娃，从头到脚都是新的，它生长着；春天像小姑娘，花枝招展的笑着，走着；春天像健壮的青年，有铁一般的胳膊和腰脚，领着我们上前去！

春天之所以成为春天，是因为它改变了整个冬天。一个人从婴儿到成人的过程，是一种改变；一个国家从成长到壮大，更是一种改变。

从婴儿到成人，漫长的过程中有成长的阶梯、奋斗的方向、攀登的目标。一个民族从成长到壮大，同样有朝代的更替，年代的推移，政局的变革，体制的革新，这一切都因为它的目标是发展。发展是为了壮大，是为了进步，更是为了满足人民日益增长的物质文化生活的需要，这就是关注民生。石鼓区正是在关注民生中得以改变。

说起石鼓区角山乡三星村的改变，可以用翻天覆地来形容。解放前三星村又名“三管町”。曾流传着一首民谣：“养女莫嫁三管町，三只禾兜做餐饭，天旱半月无禾收，三年两载闹饥荒”。那时的村民，可以说是一穷二白，缺吃少穿。

新中国成立以后，三星村经历了土改、办互助组、农业合作社、人民公社的历史进程。上世纪的六七十年代，农民的温饱问题都还不能解决。没有良种、没有科技、没有电，化肥、农药紧缺只能靠计划指标供应，落后的生产力严重制约了农业生产的发展。步入80年代，农村全面实行家庭联产承包责任制。三星村村民粮食总产量首次突破了200万斤大关。

行政区划调整后，三星村划归石鼓区，更是进入了飞速发展的快车道。南改北拓，城乡一体。战略决策的前瞻性与正确性，促进了区域经济的发展，民众生活的改观。首批蔬菜生产大户产生，养殖专业户逐年增多。村民用电由一台100千伏安变压器发展到3台，实现城乡同网同价。要想富先修路。

xx年起，区党委政府投资55万元改造、扩建、硬化乡村路面，

使路面宽度达到6米，实现了村村通。“三星田园休闲农庄”、“三星农业蔬菜基地”，让你体验“qq农场现实版”，还有耳目一新的反季节蔬菜大棚、休闲垂钓中心等等。

如今的三星村旧貌换了新颜。且不说这家家有彩电，户户有摩托。大家听我来数数：手机随身带着打，屋里座机闲唠嗑。山珍海味落满桌，营养食品更是多。穿的那是时尚妆，用的全是高档货。“农家书屋”学功课，文化娱乐具特色，有线节目随你挑，出门办事有的打，农民也开小轿车。

三星村历史变迁的一幕幕，仅仅只是石鼓区万千景象的一个缩影，是社会主义新农村建设的一个写照，他见证了石鼓区沧桑巨变的激情和荣光。让我们回望石鼓区的政治、经济、文化、民生各个领域。改变无处不在，改变无时不有。

政治的改变，让行动更高效！

文化的改变，让精神更充实！

改变！

改变演讲稿（4） | 返回目录

尊敬的老师, 亲爱的同学们:

大家上午好!

同学们是否知道，每一年都有一个“地球日”，这个日子旨在唤起人类爱护地球、保护家园的意识。而今年的4月22日是第47个“世界地球日”。这个“地球日”的活动起源于美国，1969年时由美国民主党提议，并很快得到全美各地的热烈支持，于是4月22日也被定为了“地球日”。

茫茫宇宙中，地球是我们唯一的家园。这里山青水绿，鸟语

花香，有能令我们生活美好的一切。我们本该尽我们所能去爱她，但相反，许多人却为了一己私欲，以损害生态利益为代价去谋取一时的经济效益。

我国景洪，曾被人们称为镶嵌在植物王国皇冠上的绿宝石。可是，在这个绿宝石上却有许多污染严重的工厂，工厂排放的严重超标的浓烟，使天然橡胶受害，3万500株橡胶树枯死，农民们虽然怨气沸腾，却又无可奈何。无独有偶，在广西也上演了惊人相似的一幕，而且工厂的废气不仅使大面积农作物死亡，还造成多亩芒果只开花不结果，出现果荒。

窥一斑可知全豹。我国生态问题堪忧，世界也面临着巨大的环境危机。联合国公布的数表明，在土地方面，30年来全球森林面积锐减，有一半的陆地和10亿以上人口受到沙漠化的影响。在大气方面，不仅全球二氧化碳排放量翻一番，而且全球陷入温室效应。在水资源方面，目前世界上有40%的人严重缺水，如果这一趋势得不到遏制，全球近半的人将面临水荒。在生物多样性方面，自然环境的恶化也严重威胁着地球上的野生物种。如今全球12%的鸟类和四分之一的哺乳动物濒临灭绝，而过度捕捞也导致了三分之一鱼类资源枯竭。尽管现今世界已高度发展，但诸如水土流失，酸雨蔓延，淡水资源匮乏，环境污染等问题仍在严重困扰着各个国家。

当然，面对地球环境危机，世界各国也都采取措施积极应对。1970年的“地球日”活动促成了联合国第一次环境会议的召开，有力推动了世界环境保护事业的发展。“地球日”也更成为了全球所共同关注的活动。美国出台了清洁环境法和濒危动物保护法等，而我国从20世纪90年代起，每年4月22日都举办世界地球日活动，宣传环境保护。

我想我们要做的绝不应该是仅在4月的某一天为保护环境而喊口号，而应该是行动！让我们不再袖手旁观。用智慧净化生存环境，用热情传播环保的理念。我们应该心系全球，着眼身边，“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”，夏天时把空调

的温度调高一些;尽己所能，多选择公共交通;买东西时，不要层层包装，少用塑料袋;在校园中，多弯腰拣果皮纸屑，不要随地吐痰，随手关灯……这些看似点滴的小事，在你我的努力下，将会有惊人的效应。

从我做起，从现在做起，每个人把每一天都当做是地球日，就会让我们的天空更加蔚蓝，让大地更加苍翠，让空气更加清新，让我们的校园更加美丽。

改变和成长的演讲稿篇四

下面是小编为大家整理的关于改变自己演讲稿范文，欢迎阅读参考。

各位老师，各位同学，大家好。

我是初×(×)班的某某，今天我给大家演讲的主题是：抱怨不如改变自己。

在我们的生活中，总会遇到一些大大小小的挫折，有的时候，我们会用抱怨来发泄情绪，适当的抱怨当然可以缓解压力，但是过度的抱怨反而会给我们带来压力和抑郁。

使得生活始终在灰色领域徘徊，在失去信心的恐惧中迷离。

抱怨把我们丢到了世界的边缘，每一分钟都感觉会被世界抛弃。

很久之前，有一个年轻的农夫，划着小船，给另一个村子的居民-运送自家的农产品。

那天的天气酷热难耐，农夫汗流浹背，苦不堪言。

他心急火燎地划着小船，希望赶紧完成运送任务，以便在天黑之前能返回家中。

突然，农夫发现，前面有一只小船，沿河而下，迎面向自己快速驶来。

眼看两只船就要撞上了，但那只船并没有丝毫避让的意思，似乎是有意要撞翻农夫的小船。

“让开，快点让开！你这个白痴！”农夫大声地向对面喊道：“再不让开你就要撞上我了！”他的心里充满了说不完抱怨，但农夫的吼叫完全没用，尽管农夫手忙脚乱地企图让开水道，但为时已晚，那只船还是重重地撞上了他的船。

农夫被激怒了，他厉声斥责道：“你会不会驾船，这么宽的河面，你竟然撞到了我的船上！”当农夫怒目审视对方小船时，他吃惊地发现，小船上空无一人。

听他大呼小叫、厉声斥骂的只是一只挣脱了绳索、顺河漂流的空船。

其实，这不仅仅是一个故事，在多数情况下，当你抱怨的时候，

你的听众或许只是一只空船。

那个一再惹怒你的人，决不会因为你的抱怨和斥责而改变他的航向。

因此，抱怨最好的解决办法，就是改变。

一个小孩子在父亲的葡萄酒厂看守橡木桶，每天早上，他用抹布将一个个木桶擦拭干净，然后一排排整齐地摆放好。

令他生气的是：往往一夜之间，风就把他排列整齐的木桶吹得东倒西歪。

于是小男孩子就一直想啊想啊，终于想到了一个好办法，他

挑来一桶一桶的清水，然后，把它们倒进那些空空的橡木桶里，而后忐忑不安的回家了。

第二天一大早，小男孩就匆匆爬了起来，他跑到放桶的地方一看，那些木桶仍然排列得整整齐齐，没有一个被风吹倒或吹歪。

小男孩的故事告诉我们，我们改变不了风，也可以说我们改变不了世界和社会上太多的东西，但是我们可能通过改变自己，给自己不断加重，那么，这样我们就可以征服一切了。

也许当我们在抱怨作业太多，没有时间休息的时候，有人会抓紧时间，把作业做完，腾出时间给自己；也许当我们抱怨老师批卷太严格，分数太低的时候，有人会在这个时候认真分析错题，为下一次的考试做好充分的准备。

不要总是抱怨，其实大部分时候，问题是出在你自己身上。

所以，与其埋怨环境，不如改变自己。

就好比一块石头，有棱有角，从山坡滚下去势必头破血流，但如果是圆滑的鹅卵石，就顺利轻松多了。

鸭子只会“嘎嘎嘎”地抱怨，但是雄鹰只要经过磨练，就能在芸芸众生当中脱颖而出。

希望大家都能成为一只雄鹰，用最美丽的风采，来迎接更美好的未来！

尊敬的老师们，亲爱的同学们，

大家早上好！

今天，我演讲的主题是改变自己。

新学期，新开始，而我们同样也要改变自己。

在英国最古老的建筑物旁，有一块墓碑，碑文写道：“当我年轻的时候，我梦想改变这个世界；当我成熟以后，我发现我不能改变这个世界，我将目光缩短了，我决定只改变我的国家；当我进入暮年以后，我发现我不能够改变我的国家，我的最后愿望仅仅是改变一下我的家庭，但这也不可能了。

当我现在躺在床上行将就木时，我突然意识到：如果一开始我就仅仅去改变我自己，然后我可能会改变我的家庭；在家人的帮助和鼓励下，我可能为国家做一些事情；然后，谁知道呢？我甚至可能改变这个世界。

”有多少人就像这座墓的主人一样，一辈子空想改变环境，却不曾想过改变一下自己，最后碌碌无为。

改变别人是事倍功半，改变自己是事半功倍，一味地改变环境倒不如反躬自问。

近朱者赤，近墨者黑。

尊重自己必能得到别人的尊重。

当我们不再将眼睛盯着别人，回到自己的心灵世界。

将尘埃打扫干净，你会发现自己愉快了，别人也回跟着愉快。

只有改变自己，才可能改变世界。

自己鲁迅先生看到人们在病痛的折磨下而含恨离世，他想如果能成为一名救死扶伤的医生，医治病人，也许人民的生活会好起来。

于是他不辞辛苦飘洋去往日本学医。

他很努力，只希望早日学成，回国去抢救那些正处于水深火热之中的人民，但自从他在课上看到纪录片中中国人目睹自己的同胞受到侵略者迫害而毫无反应地令人吃惊的一幕时，他改变了他的认识。

他不再热衷于学医，而是拿起锋利的毛笔与侵略者做抗挣。

“医学并非一件紧要事，凡是愚弱的国民，即使体格如何健全，如何茁壮，也只能做毫无意义的示众的材料和看客。

”鲁迅抱着这种想法从仙台回到祖国，立志于改变人们的思想，让人民觉醒！他弃医从文，先改变了自己，然后用自己的笔唤醒了无数的中国人。

进而改变了整个国家。

原来，我们是可以改变自己的，当你走到绝境时，不要丧气，因为可以柳暗花明又一村，只要你肯改变，当你步入痛苦时，不要哭泣，曲折复杂的通往成功殿堂道路，有漫长，也有捷径。

只要你肯改变。

在人生的路上，我们有很多次的机会是可以改变的，我们有同样多的机会是可以成功的，细细想来，也许是一个小小的习惯，也许是一个细微的动作，也许是一个不成熟的想法，只要我们能够及时改变，改变了自己，进而改变了我们周围的同学，再改变我们的学校，直到改变我们的人生，甚至改变我们的世界，我们才不会像墓主人一样叹息。

有不少人也许转个弯就能迈入金碧辉煌的殿堂，可却在原地打转。

也有不少人，右边就是殿堂，可是他却遗憾的选择了左边。

最后，我在这里向全体同学发起倡议：

改变，从我做起！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

尊敬的老师们，亲爱的同学们，

大家早上好！

著名的文学家托尔斯泰曾经说过：“世界上只有两种人：一种是观望者，一种是行动者。

大多数人想改变这个世界，但没人想改变自己。

” 想要改变现状，就要改变自己；要改变自己。

就得改变自己的观念。

一切成就，都是从正确的观念开始的。

一连串的失败，也都是从错误的观念开始的。

要适应社会，适应环境，适应变化，就要学会改变自己。

柏拉图告诉弟子自己能够移山，弟子们纷纷请教方法，柏拉图笑道，说：“很简单，山若不过来，我就过去。

” 弟子们一片哗然。

这世界上根本就没有移山之术，唯一的一个移动山的方法就是：山不过来，我便过去。

同样的道理，人不能改变环境，那么我们就改变自己。

小男孩很委屈地哭了。

父亲摸着小男孩的头说：“孩子，不要哭，我们可以想办法去征服风。

”于是小男孩擦干了眼泪坐在木桶边想啊想，想了半天终于想出了一个办法，他从井边挑来一桶又一桶的清水，然后把它们倒进那些空空的橡木桶里，然后他就忐忑不安地回家睡觉了。

第二天，天刚蒙蒙亮，小男孩就匆匆地爬了起来，他跑到放桶的地方一看，那些橡木桶一个一个排列得整整齐齐，没有一个被风吹倒的，也没有一个被风吹歪的。

小男孩开心地笑了，他对父亲说：“要想木桶不被风吹倒，就要加重木桶的重量。

”男孩的父亲赞许地微笑了。

是的，我们不能改变风，改变不了这个这个世界上的许多东西，但是我们可以改变自己，给自己加重，这样我们就可以适应变化，不被打败！

在威斯敏斯特教堂地下室里，英国圣公会主教的墓碑上写着这样一段话：当我年轻自由的时候，我的想象力没有任何局限，我梦想改变这个世界。

当我渐渐成熟明智的时候，我发现这个世界是不可改变的，于是我将眼光放得短浅了一些，那就只改变我的国家吧！但是我的国家似乎也是我无法改变的。

当我到了年迟暮之年，抱着最后一丝努力的希望，我决定只改变我的家庭、我最亲近的人——但是，唉！他们根本不接受改变。

现在我在临终之际，我才突然意识到：如果起初我只改变自己，接着我就可以依次改变我的家人。

然后，在他们的激发和鼓励下，我也许能改变我的国家。

再接下来，谁又知道呢，也许我连整个世界都可以改变。

人生如水，人只能去适应环境。

如果不能改变环境，就改变自己，只有这样，才能克服更多的困难，战胜更多的挫折，实现自我。

如果不能看到自己的缺点和不足，只是一味地埋怨环境不利，从而把改变境遇的希望寄托在改变环境上，这实在是徒劳无益。

虽然我们不能改变世界，但我们可以改变自己，让我们用爱心和智慧来面对一切环境。

2.改变自己的工作态度

3.知识改变人生演讲稿

4.理想改变人生演讲稿

5.读书改变人生演讲稿

6.知识改变人生演讲稿模板

7.成长与改变的演讲稿

8.心态改变命运演讲稿

改变和成长的演讲稿篇五

《改变不了环境，就改变自己》 著名的文学家托尔斯泰曾经说过：“世界上只有两种人：一种是观望者，一种是行动者。大多数人想改变这个世界，但没人想改变自己。”想要改变现状，就要改变自己；要改变自己。就得改变自己的观念。一切成就，都是从正确的观念开始的。连串的失败，也都是从错误的观念开始的。要适应社会，适应环境，适应变化，就要学会改变自己。

柏拉图告诉弟子自己能够移山，弟子们纷纷请教方法，柏拉图笑道，说：“很简单，山若不过来，我就过去。”弟子们一片哗然。这世界上根本就没有移山之术，唯一的一个移动山的方法就是：山不过来，我便过去。同样的道理，人不能改变环境，那么我们就改变自己。

世界，但我们可以改变自己，让我们用爱心和智慧来面对一切环境。

改变和成长的演讲稿篇六

大家好！

再有100天，我们将迎来20__年高考，这是我们人生中面临的第一次重大考验。如果将十年寒窗，比作万米长跑，现在我们还剩下最后的100米。这是挑战自我，挑战人生，挑战极限的一段关键里程！一百天，可以突飞猛进；一百天，可以创造奇迹；一百天，可以铸就辉煌；一百天，可以赢得一生！

高考，是决定我们青春梦想能否实现的天门关；高考，是展现我们实力的大龙门；高考是知识、心理、体能的较量；高考是智力、毅力、实力的比拼。12年的寒窗苦读，12年的含辛茹苦，都将在最后的高考中接受检验。12年，为了铸造智慧的利剑，我们挥洒了多少汗水，付出了多少心血。“宝剑锋从

磨砺出，梅花香自苦寒来”，现在，距离决战的时刻仅仅剩下100天，是为宝剑淬火加锋、一展亮剑风采的时刻了。

我们的目标是什么？二战时期英国的首相丘吉尔，用充满激情的声音告诉我们：是胜利！不管多么困难也要争取胜利，不管多么危险也要夺得胜利，不管多么恐惧也要抓住胜利。因为没有胜利，便不能生存！

在这一百天，我们要有“我能成功，我必成功”的坚定信心。美国作家爱默生说：“自信是成功的第一秘诀。”中国也有一句格言：“思其败则必败，思其难则必难。信其行则可行，信其成则可成”。面对高考这严峻的挑战，我们要克服自卑、畏难的心理。“定局论”必须抛弃，高考才是定局；“悲观论”必须否定，要敢于后来居上。

在这一百天，我们要有“高考未了，奋斗不息”的顽强意志。高考仍然是千军万马过独木桥，竞争仍然十分激烈。只有基础扎实，知识全面，能力过硬的强者才能捷足先登。在这一百天，练习的难度将进一步加大，知识的容量将进一步扩充，考试的次数将更加频繁，我们只能靠顽强的意志，来应对磨炼和压力。不管遇到什么困难，不管遭受什么挫折，不管每次考试，成绩是优是劣，我们都要以积极的态度正确对待。要从困难中获得动力，从挫折中取得经验，从失误中找准方向。

在这一百天，我们要有“战胜自己，超越自己”的拼搏精神。是雄鹰就应该搏击长空，是海燕就应该勇斗风雨。拼搏，意味着这100天我们必须聚精会神听好每一堂课，在老师的指导下，夯实基础；拼搏，意味着这100天我们必须一丝不苟做好每一份试卷，在老师的讲评中，提升能力。

十年寒窗，三年风雨，一百天是新的起点，一百天是新的征程。没有汗水的挥洒，怎能收获成功的喜悦？播撒了梦想的种子，就要用心血去浇灌。机遇与挑战并存，理想与奋斗齐飞。

只有轮回的四季，没有轮回的人生。我们深信：在未来的一百天，受太阳之光华，承天地之灵气，沐春风之快意，强者必将脱颖而出。

最可爱的，不是春天微微的清风，而是从新绿中看到的希望；最美丽的，不是夏日闪耀的阳光，而是历经风雨后胜利的微笑。

为了报答父母的养育之恩，为了铸就学校明天的辉煌，为了实现自己的人生梦想，在这最后冲刺的100天，我们决心做到：珍惜100天，拼搏100天，奋斗100天！让青春在奋斗中飞扬！

在此，我代表全体同学向各位老师表示衷心的感谢。

谢谢大家！

改变和成长的演讲稿篇七

总以为别人的衣服没洗干净，为何不思考一下是不是自我的窗子没擦干净呢？别到了发现是自我窗子的问题时感到惭愧。

礁石在大海中沉寂多年，不言不语，急速驶来的船你难道也要直面礁石往上撞吗？我想你不会，因为你懂得改变自己，这样才不会触礁沉海。不要总埋怨老天不公，让自我每次都考倒数第一，先看一看自我的作业做了没，擦亮自我的窗子，看一看自我最近对学习所付出了多少，如果最近贪玩了，那么改变一下，那么倒数第一的位置也会因你而改变。

改变自己，让梦想变成现实。2008年的汶川地震，让房屋瞬间化为灰烬，也同美丽的舞者廖凡开了一个天大的玩笑，让她失去双腿，对一个舞者来说，失去双腿，无疑就意味着舞蹈之路的终止，梦想的破灭。然而，她擦亮自我的窗子，学会了适自我的轮椅舞，从而她又回到了自我喜欢的那个舞台，梦想这个帆将再次搭着她驶向成功的彼岸。

改变自己，不仅仅是自我的需要，也是他人的需要。你期望改变一下让使自我更完美，同时他人也需要一个更完美的你，所以要学会改变自己。

改变自己，让梦想变成现实，让自我更完美，让他人更喜欢，让……

改变吧，亲爱的自我！