

照顾好自己名言 我自己演讲稿(大全10篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

照顾好自己名言篇一

我演讲的题目是：《保持自己特有的芬芳，我找到了自身的美点》

首先，我请大家不要笑。能否回答我一个简单的问题：大家看我美不美？……答案可能不一，说我美的，可能是“有眼无珠”；说我不美的可能与我看法一致。但是，我和大家一样，“爱美之心人皆有之”。曾几何时，我羡慕别人的优雅和潇洒；曾几何时，我向往别人的灵敏聪颖。仔细想来，那都是别人的，自己难道就一无所有？自己还是有的，于是我就高高兴兴地去找！

昨天考试，我失败了，哭了，接着我又笑了，我想，我有一千个理由哭，也有一千零一个理由笑，因为还有下一次。前天赛场上跌倒了，接着我又笑着爬起来了，笑着迎了上去，到达了终点，我又笑了。还有一些老师、同学们都说我值得笑。为什么呢？我认为胜利是不相信眼泪的，眼泪不能取得胜利。只有笑着前进，乐观地前进，才能到达光辉的顶点，这才是我们大学生应具备的胆识和雄心。这就是我找到的自身的美点——乐观。这决不是阿q精神胜利法，它是青年人向“自惭形秽”的挑战！

承认自己的弱点，固然是伟大之举。但乐观地找出美点并战

胜弱点，保持发展自己特有的芬芳，则更伟大！

同学们，乐观是看到美点、保持和发展美点的好钥匙啊！我们不要“自惭形秽”，可以大胆设想：也许登月计划的实施者和登月者就在我们这群学生中间；也许获得“小罗伯克韦尔奖”和“诺贝尔奖”的博士也在我们当中，也许十年以后，高速公路行驶的将是由我们自行设计制造的汽车……也许……，当然还有更多的也许。有人会问，你这不是有点狂了吗？不，这决不是狂！

让我数数家珍吧！“寒冬噎酸童，雪夜围破毡”的曹雪芹乐观地相信自己有能力写出“一把辛酸泪”，没有去乞讨而是乐观伴他写成《红楼梦》。“身无分文，心忧天下”的32岁的毛泽东在遭军阀赵恒惕逮捕的情况下，他坦然自若，乐观地回忆学生时代的生活：“恰同学少年，风华正茂，书生意气，挥斥方遒，指点江山，激扬文字，粪土当年万户侯。曾记否，到中流击水，浪遏飞舟？”这是何等的乐观啊！“六月而孤”的周恩来，“处境最艰，学费时不济”，但他找到了自身美点，相信自己能“为中华之崛起而读书”。还有多次落考的翻译苏阿芒，青年女作家竹林，乐观地看到自己是块文艺领域的料，保持和发展自己特有的芬芳……从上面这些人和事中我们可以分析得出一个结论：乐观能让我们正确认识自己，克服困难，甩掉烦恼和自卑，焕发出勇气和力量，让自己的身上从出特有的芳香。

同学们，让我们都有一双乐观的眼睛！

谢谢大家。

照顾好自己名言篇二

当你赤赤裸裸的离开这个世界的时候，你可否会觉得遗憾，因为你竟没有一点值得骄傲的事情，值得他们记住你的事情。

直到我找到公益这条路，一开始我觉得公益是有钱人的事情，我没钱没势的，怎么可能做的了公益，可是我现在做了，而且从公益中找到了我自己，找到了我存在的意义，广西巴马的公益行，更加坚定了我做公益的信念。

一个四五岁的孩子带着弟弟妹妹去上学，一个住在悬崖边从没出过门的家庭，一个极度缺水的村庄，这一切的一切，都让我心疼，可是看到我们筹到到的衣服、凉鞋、善款，让孩子们露出天真的笑脸，我真的感觉很幸福，那种幸福感没办法用言语表达。

公益不止是有钱人的事情，是我们每个人都可以参与的，江一燕参与捐赠40万，一所山区幼儿园得以建成，很多人都会觉得明星就该做这样的事情。

我们一缕阳光捐赠了五所图书馆，很多都觉得我们很有钱，事实是我们的每一分钱都是募捐过来的，我们提倡全民公益，《日行一善，一元一捐》，你不用捐很多钱，每日捐一元就是在做公益，爱汇聚，方成善。

一元钱，我们做了爱心午餐，做了爱心图书馆，接下来我们要一元捐款来筹建山区希望小学。当然你也可以选择不捐款而是去不断的参加公益活动，宣传公益事迹，这样也是在做公益。

加入我们日行一善，虽不能保证你的名字可以刻在希望小学的校碑上，但是多年以后你可以骄傲的告诉你的后代这所希望小学你有参与捐款，你将不是赤裸裸的离开这个世界，而是带着骄傲和荣誉的离开。

最后希望我们所有人都明白生活不止是活着，而是找到自己存在的意义。

照顾好自己名言篇三

大家上午好。

今天我演讲的题目是“做最好的自己。”

一天清早，一位园丁走进花园，发现一大片的花草树木竟然都奄奄一息，了无生气。

惊讶之余，他问榕树究竟发生了什么，榕树说它不想活下去了，因为他无法像松树那样高大雄伟。松树也沮丧地告诉园丁它想自我了断，因为他不像苹果树那样，能结出丰硕的果实。一旁的苹果树也在抱怨，说他自己不能像槐树一样，散发着沁人心脾的芳香。

没错，要做就做最好的自己！同学们，快乐不是别人给予的，它需要我们去创造。只要你用心发现，你也能从自己的生活中发现许多快乐。忘我的读书，投入的学习，赛场的拼搏，潜心的做好每件事，那就是青春、阳光、充实、快乐！

做事情不能患得患失，要有勇气做应该做的事，要有勇气改变可以改变的事情，要有勇气接受这些事情可能带来的风险。

做一个真实的人是需要勇气的。做最好的自己，还要有出色的判断力，持久的内驱力，踏实的精神，顽强的意志，足够真诚和坦白，这样才能众人的信任，并在人际关系、团队合作和交流沟通方面取得成功。

我们要做辛勤的淘金者，从闪动在白杨叶子的光点里，把握住阳光的语言节奏；我们应像朴实的'农夫，把手指插进松软的泥土里，感知温暖的语言力度。在和阳光的对话中，我们感到光明、温暖、向上的力量。真诚坦白的人，才是值得信任的人。

真正的成功人士并不是仅仅靠知识、创意等外在素质赢得成功，他们成功的经验在于，他们具备了某些最根本的、最有价值的素质或品格，他们始终相信，做最好的自己，才能有更灿烂的明天。

信念，是一缕阳光，一种语言，一种引领人向前、向上的语言。

尼采说：“人惟有找到生存的理由，才能承受任何境遇”。成功就是做最好的自己。

同学们，大半学期已经过去了，我们收获很多，也留下不少遗憾和教训。回望与反思，我们不禁感慨时间过得太快，我们被时间催促着往前赶，脚步只是匆匆又匆匆。

让我们调整好自己的心态，快乐的学习，快乐的生活，用最优异的成绩，做最好的自己！

谢谢！

照顾好自己名言篇四

大家早上好！今天我讲话的主题是自己的事情自己做。

“五·一”是全世界劳动人民的节日。劳动创造了世界，创造了人类，创造了我们今天的幸福生活。是劳动，建成了今天的万丈高楼；是劳动，使浩瀚的荒原变成了亩亩良田。劳动者用勤劳的双手和智慧，编织了这个五彩斑斓的世界，创造了人类的文明。

可是在平时生活中我们不难发现，有的同学可以说是根本不爱劳动，连自己的事情都做不了。有的同学他们懒得收拾书包、收拾桌子，甚至于懒得洗脸、洗脚，在家里一切都由家长做。有的同学还会逃避下午的值日和老师布置的作业。不

爱劳动的孩子，他们也很难爱学习，也会怕做作业，怕思考问题。

- 1、假期里能认真完成各科作业，并做好相应的预习和复习工作。
- 2、不玩火，不玩电，不做危险性的游戏，外出时注意交通安全。
- 3、讲文明，讲礼貌，孝敬父母和长辈，能帮助家里做些力所能及的家务活。

愿每位同学都能合理地安排自己的时间，做到学习、娱乐、休息三不误，过一个快乐、有意义的“五一”！我的讲话到此结束，谢谢大家。

照顾好自己名言篇五

1. 说自己的话，做自己的事，做好自己便是成功。只要每日比前日好就是幸福。
2. 我不允许你削苹果，我怕血，所以我不会让你的血有流出来的可能！
3. 一个女人就是一朵花。有的女人像水仙花，这样的女人是最适合娶回来放在家里的，她不张扬，也不娇贵；她很安心于小小的环境，并愿意为此开出一片风景。
4. 我不允许你生气，有我在你会很开心的，哪怕是天塌了，我也要先把逗笑！
5. 我从来没有像你这样一个教我如此深受震撼的女人。
6. 嗯哼，没时间休息的人总会腾出时间来生病。

7. 谁都不想给世界留下一个落寞的背影。面朝太阳，勇敢的向前进，去挑战一些自己不敢去突破的难题，你一定会有意外的收获！

8. 朋友圈好像越来越不能表达自己的情感。在广州，生病了。一个人很无助没有人关心的感觉真糟糕。很想家里人，很想。

9. 每一天醒来，你的清影就在我眼前转。不管手里干什么事，一会儿，准走神儿了，呆呆的只想你，算着你什么时候回来。

10. 很庆幸，我生病了！

11. 是啊...要是你在，我就不用生了病发了烧还挺着不去医院。要是你在，我就不用像个男生一样喝酒还照顾别人。要是你在，我肚子疼的时候你就会去给我冲红糖水。要是你在，我冬天冰凉的手有你牵就不用总插口袋。要是你在，不会打伞的我就不用打着雨伞撞到别人。要是你在，我就不会躲在被窝里因想念和误会哭泣。是啊要是你在，我打球出汗了就有人给我递上水和毛巾。要是你在，我哥们就不会拉着自己媳妇儿跟我显摆。要是你在，我就不敢总是翘课跑去昏天黑地玩游戏。要是你在，我就不会每天看着你买给我的东西发呆。要是你在，我就不用抽好多好多烟把自己弄得咳嗽。要是你在，我就不用每天都担心你今天过得好不好。要是你在，我就每天每天都牵着你的手一直一直走。

12. 花时间做游戏：记着游戏是任何你仅仅因为它感觉好而从事的活动。提醒你自己你应当花时间做游戏。

13. 活下去，活出一个好气质，活出一个好态度，为了做人，为了做事，珍惜别人，做好自己，世事珍惜，每一个点滴，都是生命的感恩，每一个时差，都是人生的感动。

14. 没有人能为你做什么，生命是自己的。靠自己去成功的人更幸福。远离懒惰，依赖。走自己的路，幸福就在前方！

17. 尽管这世界带给我满身的伤，我依然会好好的爱自己，我依然会赞美太阳！

18. 世上所有的事不是非黑即白的，也不是只有对和错的，做自己想做的事就好。

19. 你走了，带着我全部的爱走了，只是一句分手。我忍着眼泪看着你的背影，好想最后在抱你一次，好想在对你说一次我爱你。

20. 有一些保养，有一些气质，有一点内涵，有一点智慧，有一片爱心，有博大的胸怀和女性本能的慈爱心。这样的女人永远不老，永远美丽！

21. 简单点说，爱自己就是对自己的欣赏和喜欢，因为这个世界上你是独一无二的，你就是这个世界的唯一。但是，爱自己，并不是盲目自恋，而是能够认识到自己的缺点，坦然地接受自己的一切，不论是优点或是缺点。

22. 得不到的付出，要懂得适可而止，在没有确定能不能得到的情况下，千万不要轻易放弃。

23. 答：自己看轻自己

24. 只要和你一起，我不管要付出怎样大的代价。情路即使受着外在因素影响跌跌撞撞男人却一直坚定执拗地向爱人说。

25. 我亲爱的自己，咱们以后乐观积极，让负面情绪通通去死吧。先跟过去握手言和，然后再与它好好道个别。再过半个月你也17了，让你的17岁撒满阳光，展开双臂和心怀接受每一个下一秒的可能。拼了劲的学习，走吧再也别回头了，你想要的你都值得。#总有一天，无论你在哪，也都能照顾好自己，那这一生也不算白活过。

27. 冬天用自己的体温来温暖老婆冰冷的手脚。
28. 我不允许你孤单，我的爱和思念会时刻陪在你左右，有它们陪你，你不会感到孤单！
29. 你必须暗自努力，才能在人前显得轻松如意。
30. 长姐如母有时候也是为你操碎了心今天没时间去机场送你一个人在国外照顾好自己最重要等你平安归来！
31. 假设论证、对比论证，作者用假设论证推理出只看到自己的优点或缺点带来的后果，增强了文章的说服力；用对比论证是正确错误分明是非曲直明确，令人影响深刻。
32. 除了生老病死，人生里真正重要的事，其实没有几件。没必要为了小事愁容满面，也没必要去跟小人争个长短。记得对自己好点儿。
33. 给女朋友发感动说说
34. 不喜欢别人对我说“好好照顾自己”。要么给我打钱，要么别来烦我。
35. 时间会证明究竟有多少人在意你。
36. 你使我第一次懂得了思恋的滋味，也第一次懂得了全身心的骚动和欢娱。白天有你就有梦，夜晚有梦就有你。你要好好照顾你自己，要是偶尔打喷嚏，那就代表我想你了。
37. 你不需要活的像任何人，你只需要活的像自己。
38. 没有我的日子，记得好好照顾自己
39. 岁月的磨练，告诉我们，平凡中的陪伴最心安，懂你的人最温暖。日久见人心，甜言蜜语悦耳，但不一定中用，身

边要有‘逆耳’的真正朋友。

40. 能让女朋友心疼的说说

41. 你一定要多多努力，好好生活，做一个可爱的人，做一个闪闪发光的人，不将就，不依赖，对过往的苦难情深义重，但绝不回头。

42. 生活并非想象中那样完美，父亲的辛勤是我们无法体会的，我们虽不能与父亲分担生活的艰辛、创业的艰难，但我们在生活上可以少让父亲为自己操心。当父亲生病时，我们是否应担起责任，照顾父亲？要知道，哪怕一句关心的话语，哪怕一碗自己泡好的方便面，都会慰藉父亲曾为我们百般焦虑的心。

43. 上学期间生病发烧超开心！放假期间生病发烧会有种想死的冲动。

44. 亲爱的自己，永远不要为难自己，比如不吃饭、哭泣、自闭、抑郁，这些都是傻瓜才做的事。

45. 除了老板外，没有人真正需要和公司同生共死，只有照顾好自己的人，才能照顾好家人，才能真正的对世界有好处，看好自己的职场利益，这是每个人能做的最大奉献。

46. 和你一起总会令我忘记时间存在。明明已经整天结伴，男人送女人至家门外依旧一脸依依不舍道别说。

49. 遵从了自己的心确定了要转身离开却做不到不掉眼泪我已经记不清爱情本应该是什么样子但仍然相信终有一人会为我停留满足我所有的期待在这之前我会努力照顾好自己。

50. 我答应不会让任何人伤害你，包括我自己在内，相信我！我会给你幸福。

照顾好自己名言篇六

大家上午好！

我是xxx[]我要跟大家讲的是“做自己”，这个词看上去可能有一点广泛，什么叫做自己，我的看法就是做好自己，不要盲目的去跟风，不要不盲目的去跟进潮流，现在这种多样的学生社会环境，我们一定要稳住自己，这也是我们现在首要的一个东西，很多时候不是说一件事情我们去跟别人别，其实就是做好自己就行了，为什么一定要去跟别人比呢，这是有问题的，怎么说呢，我们现在处于在学校学习的阶段很多东西容易被带偏，可以是学习，也可以是自己的三观，做自己其实还是需要发觉自己的最想要什么。

这个很简单我们在做做一件事情的时候，做好了是不是自己也能够感觉到进步，这就是我所说的，自己能客观的去看自己，不要盲目的去跟进一些什么东西，就觉一个例子吧，比如说我们在平时的学习中就一直在学习，有时候我就会看到这么一个现象，反正我觉得这就是一个很好例子，我们班上xx同学成绩和很好，在自习的时候往往就会复习的很快，这跟个人的接受能力还是有关的，可是很多同学每次看到xx同学在复习什么，就都跟着一起，我看来这是没办法理解的，我们在学习的时候一定要根据自己的接受能力来，不能xx同学在复习，或者在学习什么东西，我们就跟着一起，这并没有是没用。

为什么我说做自己这很重要，其实主要就是我们现在在这样的环境下已经看到了太多的东西了，不是每一件事情都适合我们，我们一直在强调一件事情不要跟风，跟风是很不好的，我——一直觉得这是现在大家普遍存在的一个缺点，做好自己其实没有那么难，我们做一件事情或许会有同学，或许会有朋友给予我们不同的意见我们要做的就是采纳跟不采纳，这对于我来说是很难的反正，不知道大家怎么去看待这么一件

事情，我们做一件事情一定要主管一点，一定是先考虑自己最会开始想的，我们坐一些事情我们一直在根据自己的思路在决定这件好事情，在计划这件事情，我所以一定是要坚定自己所想，再一个就是相信自己的判断，没必要的时候就不要做一些犹豫。

当然做好自己不仅仅是一味的自以为是，当我们足够有信心时就要去相信自己，这也是对自己的负责，这就是一种态度，我们也要去看别人的思路，也要去发现别人一些好的想法，这是必然的也是一名学生的素养，那么久让我们真正的“做自己”吧！

照顾好自己名言篇七

1. 生活的路上，自己照顾好自己。
2. 今年冬天会很冷，现在就要多添衣，照顾好自己，你的秋裤准备好了吗？重感情的人啊日子终究不会好过信任依赖念旧分分钟戳中泪点把你虐的万劫不复却还大声告诉自己对不起我爱你就怕自己走着走着迷失了自己。
3. 你永远不知道自己在别人眼里有多少个版本！只要做好自己，就行。
4. 一切都靠自己不要对任何人有期待给自己一个时间，给自己一个微笑。
6. 以后要一个人微笑着认真的努力的活下去，照顾好自己，想要的要自己给得起自己，别再想着依靠男人了，他们什么都给不了你，只有你自己能懂得自己要的是什么，只有你自己明白，一个人，没有爱的日子里，活的应该有多潇洒。该放弃的东西和人一定不可以恋恋不舍，因为最后痛苦的除了自己还有谁呢。加油吧，王晓瑶！

7. 爱情是什么，我不懂。我只是知道，能和你在一起，那便是最快乐的事情。

8. 新鲜感就像汽水中的气泡，时间把它摇啊摇只剩下糖水你说能不腻吗。

9. 安妮宝贝说过：能做自己喜欢的事就是幸福。所以，对于聪明女人来说，让自己开心才是真正的爱自己。因为心情可以长久地影响女人的容貌。

10. 做一个安静的人，不争不抢，就算没有人关心，也要好好爱自己。

11. 一个人也可以快快乐乐的，只是偶尔觉得孤单；一个人也可以四处疯玩，只是静下来觉得寂寞，一个人时却找不到幸福的感觉，你才是幸福的来源。

12. 建立一个你能要求提供情感支持的小组。同意彼此要“随叫随到”。只有在被要求时才提供建议。不中断倾诉地倾听。轮流倾诉和倾听。

13. 再见。感觉自己今年白过了一年。没有找到合适的人，工作也没有转正。希望新的一年能够好好过，心想事成。

14. 你伤心了可以回到家，家的温暖可以让你忘了疼，而我呢，我走到哪都是自己一个人，我只能自己哭，自己疼。

15. 你生活在别人的眼神里，就迷失在自己的心路上，你永远无法满足所有人，不必为了取悦这个世界而扭曲自己。

16. 每一天都是崭新的一天，我们要坚强，要努力，要疯狂，要微笑！

17. 亲爱的陌生人晚上要少熬夜，躺在床上也不要来回刷手

机。胃不好就少吃辣少喝冷饮，受了委屈就哭出来学会珍惜身边的人，如果还没有人牵你的手，自己要照顾好自己。

18. 照顾好自己好心情，不要让它学坏了。作者：兔小正

19. 最亲爱的自己，辛苦了。往后的日子里，好好爱自己。

20. 努力的意义，就是以后的日子里，放眼望去，全部都是自己喜欢的人和事。愿你天黑有灯，下雨有伞，余生有良人作伴。

21. 不怕在自己的梦想里跌倒，只怕在别人的奇迹中迷路。只做自己梦想的主人，不做别人奇迹的听众。

22. 做一个特别简单的人，不期待突如其来的好运，经营好自己，珍惜眼前的时光。往事不回头，未来不将就，你若盛开，蝴蝶自来。

23. 权志龙!!!老子翻你一张张照片流泪了!!!你要为我的青春负责!!!你要照顾好自己!!天天开心!!!听到了吗!!!

25. 假如可以的话，我愿意花去生命中的每一分每一秒，陪着你。

26. 是我错了，只要我们之间有矛盾，都是我错了。

27. 工作室也是一直在进步呢，未来想要怎么样，得靠自己去努力奋斗!

28. 如果你该生病，你就生病；如果你该死去，你就死去。

29. 有一个最少两年内需要达成的目标。有目标的人生不会太无聊。

30. 你在外面要照顾好自己天气冷了多穿几件!呵呵，我收到

啦。。。。

31. 善待自己，心疼自己。

32. 不知道你有没有照顾好自己？有没有按时吃饭，胃还痛吗？有没有按时喝药？天冷的时候有没有多穿衣服？有没有出去鬼混？喝酒有没有胃疼？每天抽多少烟？是不是每天又熬到凌晨？跟谁在一起？去了哪？回过家吗？想过我吗？这些我都想知道，而且我想告诉你我好想你，好想抱抱你。想知道你什么时候来找我。哦对了，我没有你，关心是假的，喜欢你也是假的，想你是真的。

33. 总会有一天，会有一个好姑娘，愿意跟你牵着手，愿意陪你看电影，催你快点关电脑，用脚踢你起床，一边炒菜，一边大声抱怨，为什么从来吃不到你做的饭，看着网上的好衣裳流口水，却把你打扮得人模狗样，在遇到这样的好姑娘之前，你要做的，就是不断加油，让自己配得上这样的好姑娘。

34. 相识八年，虽然走的路不同，但感情未曾变过，在你们面前我可以轻松做自己。今日一别，我们各奔东西，三个人三座城，你们要照顾好自己。

照顾好自己名言篇八

大家早上好！今天我在国旗下讲话的题目是：让我们学会关爱自己。

古语云：“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼。”关爱别人是我们中华民族的美德，但在这里，我更希望同学们能学会关爱自己。

在做早操的时候，你是否真地为了锻炼好自己的身体而做？

又或是我们只有在有老师监督、有同学检查的时候我们才应付去做？我经常跟我的学生说，你们不要为了做给老师看才去随便做一下，你们应该真地为了自己去自觉做好两操，希望同学们认真做好两操，而不是敷衍了事。

就让我们学会关爱自己，从做好两操做起。

照顾好自己名言篇九

演讲这种事情我是十分喜欢参加的，但喜欢参加与能完成好是两回事，所以大家凑合听吧。

“对，我听说了你要升旗演讲。”

“不是那个，我要在班里演讲。”

这个故事不光是为了活跃一下气氛，也是为了引出我今天的主题“做自己”。这句话听起来简单做起来却并不容易，试想一下要是让我们写一篇学习计划那我们可能就会写“我要以英俊聪明伟大正义的当代阳光高中生格小贱同学为榜样努力学习，听着别劲吧，但要把名字改为明年高考状元的名字是不是很搭呀，虽然这很有可能还是我的名字。所以说不要学习他人，做自己吧，因为我们每个人都是一个奇迹。如果每个人是一本书那么请不要做自己父母的后传。也不要做你儿女的前传，更不要做那些被部分人认为榜样的外传，做自己的自传吧。努力使自己成为一个全新系列的第一部。

各位不要放弃因为只要心脏的搏动还没有停止我们就从未彻底失败，不要畏惧前方的荆棘因为它们是在为你阻挡那些妄图效仿你的人，不要怀疑你的梦想因为未攀登过的高山常常被神秘的乌云所笼罩，不要畏惧别人的嘲笑与诅咒，他们是惧怕你的光芒射入他们混沌的内心。

我们现在痛苦悲伤，我们现在被黑暗笼罩我们现在蜷缩在角

落遍体鳞伤，朋友，请忍受住吧，让我们用不屈的精神与天地角逐，让我们顽强的斗志与魔鬼抗争，让我们的希望之火照亮通往未来的道路，站起来抬起头我们注定成功，大跨步向前走，未来向我们招手，我们是我们自传的作者，我们是我们自己的主人，我们是捍卫我们梦想的战士，我们是未来的一切，因为我们是我们自己，世界因我们而不同。

照顾好自己名言篇十

今天我要演讲的题目是《用心工作，要保持良好心态》，《用力只能合格，用心才能优秀》这本书相信大家都已经看过了，用力只能合格，用心才会优秀，那么用心工作时保持什么样的态度最好呢？书中说要有阳光的心态，我觉得还远远不足。

首先，我们要有学习的心态。学习很重要，学习很重要，有输入才会有输出，所谓活到老学到老，人的一生无时不刻都在学习，如果有人问我，人活在这世界上最重要的是什么？我会毫不犹豫的说：“学习”。

其次，要有归零心态。重新开始，第一次相对来说比较容易，蛋第二次却不容易，原因是不能归零，听到过这么一句话：“往往一个企业的失败是因为它曾经成功过”。这句话用在我们身上也同样适用的，在公司为你安排新的岗位或调换工作时往往不能正视自己新的工作位置而导致严重的后果。

三，积极的心态，一切事物都有两面性，在工作中拥有积极的心态你看到的永远会是事物好的一面，书中说的小故事进京赶考的两个秀才路上遇见棺材的故事就能很好地说明，两个人对于见棺材这件事的态度不同导致他们最后得到的结果更是不同。有这么一句话“积极地心态就像太阳，照到哪里哪里亮，消极的心态像月亮，初一十五不一样，不是没有阳光，因为你总低着头，不是没有绿洲，因为你心中一片沙漠”。

四，付出的心态。有付出就会有回报，这是一种因果关系，如果你为工作而努力付出就必定会得到相应的回报，付出的心态就是领导者的态度，是为自己做事的态度，我们要懂得舍和的关系，舍就是付出，舍本身就是得，小舍小得，大舍大得，付出总会有结果。

五，坚持的心态。为什么百分之九十的人不能获得成功？为什么？因为他们不能坚持，坚持的态度就是在遇到坎坷的时候反映出来的，而不是顺利的时候，遇到瓶颈的时候还要坚持，直到突破瓶颈达到新的高峰，人的一生可以说最大的敌人就是自己，成功的人士每天都在不断的和自己做斗争，每天都在和自己的坏习惯斗争，所以我们在工作中一定要战胜自己的弱点，坚持就是胜利。

六，合作的态度。当今社会是一个团队的社会，个人的力量始终使有限的，团队的力量是无穷的，一加一就等于十一，再加一就等于一百一十一，这就是团队的力量，而我们要做的就是努力的融入公司这个大的团队里，贡献自己的一份力量。

七，就是谦虚的态度。取人之长，补己之短，在工作中时刻保持一份谦虚的态度是必不可少的，虚心使人进步，骄傲使人落后，越谦虚的人越会获得别人的尊重，谦虚就是人类最大的成就，同事之间谦虚不自傲，虚心请教自己不懂的地方，和同事相处务必要自己成为一个谦虚的人。

八，也是最后一点，就是感恩的态度。要感恩生变的一切，感恩所有的批评，感恩所有的坎坷与困难，因为是它们促使了我们进步；要感恩父母，是你们把我带到这个美丽的世界；要感恩公司，感谢公司提供给我这么好的平台；要感恩我们的上属，感谢你们给了我们进步的方向，给了我们帮助，给了我们鼓励；要感恩我们的伙伴，是大家的一起努力我们才会有信心奔向美好的未来。我们要感恩一切。

有这么一段话：“良好的心态，来自于刻苦学习，潜心修养。学理论，方知人格之圣洁，正气之凛然，坚守之高尚，创新之伟大；学历史，方知沧桑之悠久，社会之繁杂，责任之沉重，事业之重大；学法律，方知规矩之方圆，法典之严密，公正之可贵，廉洁之重要；学科学，方知宇宙之浩瀚，天地之壮阔，气象之万千，探索之艰难；学文艺，方知自然之美妙，生活之多彩，情感之细腻，技艺之雄奇。”所以要在工作中保持好的心态还是要学习的，努力提高自己的修养，学习良好的心态，把它用到工作中去，用心的去工作，为公司贡献出属于自己的一份力量。