

最新音乐蒲公英教案反思 蒲公英教学反思 (优秀6篇)

演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

演讲稿格式篇一

1、内容上的现实性

演讲稿是为了说明一定的观点和态度的。

2、情感上的说服力

演讲的目的和作用就在于打动听众，使听者对讲话者的观点或态度产生认可或同情。

3、特定情景性

演讲稿是为演讲服务的，不同的演讲有不同的目的、情绪，有不同的场合和不同的听众，这些构成演讲的情景，演讲稿的写作要与这些特定情景相适合。

4、语言、结构

演讲稿还要在情绪上具有较强的感染力，语言上做到生动感人。演讲稿的结构。演讲稿的结构通常包括开场白、正文、结尾三部分。

开场白是演讲稿中很重要的部分。好的开场白能够紧紧地抓住听众的注意力，为整场演讲的成功打下基础。常用的开场

白有点明主题、交代背景、提出问题等。不论哪种开场白，目的都是使听众立即了解演讲主题、引入正文、引起思考等。

演讲稿的正文也是整篇演讲的主体。主体必须有重点、有层次、有中心语句。因为演讲材料是通过口头表达的，为了便于听众理解，各段落应上下连贯，段与段之间有适当的过渡和照应。

结尾是演讲内容的收束。它起着深化主题的作用。结尾的方法有归纳法、引文法、反问法等。归纳法是概括一篇演讲的中心思想，总结强调主要观点；引文法则是引用名言警句，升华主题、留下思考；反问法是以问句引发听众思考和对演讲者观点的认同。

同学们，大家好：

如果你对自己有疑惑，那么我来告诉你：就像每一片叶子都有它独特的形状，每一朵花儿都有它独特的香味，我们每一个人都是世上独一无二的个体，在这个世界上，没有两个人是完全一样的。

我们每一个人的存有，都有自己的价值与意义，别人能够比我好，也能够比我差，但没有人能够取代我。美国少年天使肯尼，一出生就因为身体畸形截掉双腿，后来又发现切口的根部被癌细胞侵入，只好把腰部以下的身体全部切除。但是，肯尼并没有向病魔低头，他在家人的协助下向自己的生命挑战，拼命练习生存技能，使得自己日渐独立，能跟常人一样上学，甚至还学会了溜滑板、溜冰。肯尼的生命是美丽的、动人的。

有时候我们以为遭遇到的危机使我们走投无路了，却在事后发现这是生命的转机。美丽的生命在于勇于更新，且愿意努力学习。化蛹为蝶，才能使生命焕然一新。人的一生也需要蜕变才能成长。每一次蜕变都回带你走进人生的新领域、新

境界，使你获得新的感受、新的惊喜。健康的我们，更要学会容忍自己的不足和缺点。

俗话说人无完人。正因为这样，我们才要持续学习、持续提升自己。如何在正视不足和缺点的前提下，采取积极的行动来补充不足、克服缺点呢？一方面要准确和别人做比较，理解到自己在群体中处于什么样的位置，寻找以后努力的方向；另一方面要准确理解自己。不要只从不同的方面平价自己，却看不到自己的优点，老觉得“某某的学习比我好，某某的书法比我好，某某的琴比我弹得好”，而实际上每个人身上都有自己的闪光点：学习好的可能体育不如你，书法好的可能学习不如你，不要一味给自己挑毛病。既能够看到闪光点，也能够看到不足之处，对自己的理解才会全面，才能更好的取长补短。台湾作家琼瑶，小时候除了语文外，其他学科成绩并不好。

有一次，数学考试她只考了20分，学校发给她一张“通知单”，要她拿回去给父母盖章。捱到深夜，她鼓足勇气拿着通知书交给母亲。母亲整个脸色都阴暗下去，将他好好责骂了一顿。她绝望的给母亲写了一封长信，服毒自杀，幸亏抢救即时，才没有造成终身的遗憾。从死神手中逃回来的她，分析了自己的长处与短处，下决心取长补短，专心写作。父母默认了她的追求，她开始发挥自己写作方面的长处，真正追求自己的事业，最终取得了令人羡慕的成就。

所以我们要多鼓励自己：“成绩单不漂亮没关系，只要我努力，就是一名好学生！”“基础不好没关系，只要我每天都有进步，就是一种成功！”“我的生活是充满阳光的，努力的我最美丽！”这样自信的度过每一天，你会越来越体验到：我的人生是非常有价值的，我是最棒的！

我的演讲完毕，谢谢大家！演讲稿范文

同学们好：

我始终相信任何一个人想要改变自己的人生，想要改变自己的命运，的法宝或者说的力量，就是去实行奋斗，我相信在座的各位同学坐在这儿也是来吸取这种力量。

俞敏洪励志演讲稿：相信奋斗的力量

我们每一个人出生都不一样，以前年轻的时候，抱怨自己生长在一个贫困家庭。以前年轻的时候抱怨过自己的父母，什么也不能给我。混遍北大整整七年，没有一个女人爱上我的时候，我发现我的很多同学都已经谈了好几次恋爱。有的同学已经娶上了美丽的女人，成立了美好的家庭。当我发现至少每个同学都拥有一个健康身体的时候，我在大学三年级的时候得了肺结核。发现好像所有的生活黑暗和不如意都集中在你一个人身上，幸亏在这样的过程中间我始终没有放弃自己身上的力量，这个力量就是我觉得只要努力，只要奋斗，只要给我充足的时间，我应该能够改变自己的命运，我应该能够让自己的生活变得更好。而这种感觉来自于什么地方呢，就是来自于我从小在农村的那种生活，来自于我自己高考的启示，因为对于我来说，农村孩子长大可能的归宿就是在农村。

我十四岁初中毕业，紧接着命运就对我做出了宣判，当时中国有一个政策，叫做贫下中农子女，一家只能有一个上高中，我姐上了高中，所以就轮不到我。所以其实我在十四岁的时候就认认真真地当过一回农民，在那个时候我就料定了自己这辈子大概只能在农村待着了。但是，老天给了我一个非常好的机会，这个机会就是“四人帮”粉碎以后，教育政策立刻就改变了。我们的初中老师想起了我，说俞敏洪是一直喜欢读书的人，我们是不是能够把他破例地重新放到高中里面来。我妈听说我这个事情以后就非常地兴奋，就找公社大队的领导和学校的校长去持续地说，说我儿子就是能够来的，所以我这辈子我最感激的就是我妈。这就是我的第一次机会，这个不是我奋斗来的，是党和国家给我的。高中毕业的时候，其实整个班全是农民，因为我们就是农村中学，几乎没有一

个人会有信心说能考上大学，但是这个时候我碰上了一个好老师。这个老师现在还在南京，已经八十岁了，他在我们复习高考的时候，高二的时候就对我们说了一句话，他说我知道你们在座的小子没有一个能考上大学的，你们以后一定都是农民，但是我依然要求你们每一个人都去考大学，因为当你们以后回到农村，在田头劳动的时候，当你拄着锄头仰望蓝天，叹息自己命运悲哀的时候，你会想起来，你以前为了改变自己的命运而奋斗过一次。这句话，我到今天还能记得，大家想想这个印象多深，所以我就认定了自己一定要考大学，第二是我认定了一定要让这个老师失望一次。但这仅仅一次美好的愿望，我高考第一年出来以后，英语分数只考了33分，即使当年这个录取的英语分数线也不高，最低大专录取分数线就是我们江苏有一个地区师范学院，只有40分，但是我只考了33分，差了7分，那么我就想，如果我再努力一年，我也许就超过40分了，也许我就进这个大专去了，所以我就边干农活边复习。当时农村连电灯都还没有，在煤油灯底下复习，我就是在高考复习的第二年眼睛近视了，所以第二年去高考的时候考出来，考了55分，我拿到这个分数就特别高兴，为什么呢，我想录取分数线是40分，我是55分，那么我无论如何能够进那个师范学院了。结果分数线下来以后，师范学院的分数线提到了60分，结果又差了5分。高考两次失败以后反而让我增加了信心，我就觉得我非要考第三年不可，所以我就跟我母亲说，第三年我无论如何不干农活，就是说一定要每天，所有的时间都交给我，但是我母亲就说我再给你一年时间，但是我们家确实很穷，所以第三年如果你再考不上的话，你就只能是老老实实回来当农民。所以我第三年就拼命了，每天早上六点起来，晚上十二点睡觉，到第三年参加高考的时候，成绩一出来我就发现我的成绩超过了北京大学的录取分数线，所以后来就有幸跟撒贝宁这样的名人成了校友。其实北京大学这四个字在我脑袋中连闪都没闪过，所以这个例子给同学们又一个启示。什么启示呢？人是要有梦想的，但是你梦想再大，你不去努力是不管用的，就像你爬山的时候，就算你不看那个山头，你只要知道自己在向上爬，只要你爬的路是对的，你到达山头仅仅一个时间问题。所以，回

想我自己的生命，我觉得往往是我生活中带来的一些失败，最后促使我反弹起来，又够着了一个新的目标。

我后来在八十年代末的时候想要出国去读书，但是我联系几十个大学，十几个大学给我发录取通知书，没有一个大学给我发奖学金，都说你只能自己出钱了，而当时我在北大的工资，连奖金带基本工资加起来大概一个月二百块钱，换成美元，三十美元左右。美国的最低学费一个大学大概三万美金，还不算你的生活费，我算了一下，一百年不吃不喝都不够。所以我就想到了我应该要赚更多的钱，怎么赚更多的钱呢？人有了需求就会有想法，有了想法就会有创新。当时刚好中国的外语培训业已经开始轰轰烈烈地起来了，所以我就想我为什么不自己办一个培训班呢？所以就有了新东方。新东方完全不是我理想的产物，有人说俞老师你做新东方，是不是想到了你要为中国教育要做贡献，我想到的就是我要钱。但是今天的我，倒真的实实在在想要为中国的培训事业，和中国的教育做点事情了。为什么？因为你有了这样的实力，你有了这样力量，你有了这样的基础，那自然你就会做，所以我们不用去想太多。很多你没有想到的事情可能会做到，那么为什么会做到呢？就是因为你在持续地改变自己。我们永远不可能说我们站在这个舞台的中央，你就坐着，天上就掉下馅饼来，永远不可能！这个世界上有偶然的运气，有必然的运气，如果你把偶然的运气当做必然的运气，你的生命就会越来越差。但是一个人能够追求必然的运气，什么叫必然的运气，必然运气就是通过自己的努力，踏踏实实地使自己达到了某一个状态，达到了某一个境界，用你这个状态，用你这个境界，用你这个身价去换取你所需要的东西，二十五年前我在北大拿一百多块钱的工资，这就是我的身价。十五年前的我在新东方我能挣的钱也就是勉强能够养活自己，但是今天的我已经算是中国的在美国比较好的上市公司的老总之一，这个东西是我自己通过努力得来的，所以就不太容易被人剥夺，这个东西是我自己努力得来的，所以我得到了心安理得。这个东西是我努力得来的，所以我更加相信努力的力量，为我自己的后半辈子，我还会去持续持续地继续努

力，这就是一个正向的，积极心态的循环。比如说现在的小年轻，我常常觉得很痛苦，为什么呢？第一个，虚荣心特别地强，虚荣心强他注重的什么呢？他注重的不是自己生活的状态，他注重的是周边人跟自己的比较以后，我能不能胜过周边人。比如说中国人结婚以后，中国的女人比自己的丈夫，比的最多的就是你看你看，你的同学怎么怎么样了。你看你看，隔壁的老张怎么样了，完了以后你看你这个窝囊废，到现在还这个样子。她从来不去想这个丈夫本身的好处在什么地方，他的优缺点在什么地方，她是通过个人比较，而比较的标准又特别地庸俗，不是比较对方更有钱，就是比较对方地位更高了。隔壁老张都升了局长了，你这窝囊废，你跟他是同班同学，你现在还是个处长，你看你怎么活的，还不如我嫁给老张算了，好面子就变成了一个人奋斗的动力，而不是说真正的追求幸福的这个心态去变成自己奋斗的动力，所以现在比如说很多年轻人都是贷款，买房买车，完了变成了房奴和车奴，完了生活就被毁掉了。为什么呢？因为你在年纪轻轻的时候就背上了负担以后，你有了一份工作你就不敢扔了，（被）锁在一份工作上当然很好，表面上你很专注，但是另外一个方向就是，你失去了一切让自己的生命能够在其它方向腾飞的机会。我当初之所以敢从北大出来，当初我自信地从北大出来，很简单，我没房没车，北大给我安排的当时的宿舍就是十平米的宿舍，我想这十平米的宿舍不住也罢。所以出来，天地都在我身边，就这种感觉，所以你不怕丢。一个人要不怕丢，因为你怕丢什么东西都不可能得到，你想谈恋爱你就可能失恋了。你想找工作你就可能会失业了。你要想高兴就可能会失落。你想创业你就可能会失败，所以失可能比你得还要更加地重要。

至于说我们的家庭背景，我在大学演讲的时候会遇到很多学生来跟我讨论问题，有同学说俞老师你看，你看我的同学，他们拥有无数的社会资源，现在社会资源越来越集中，完了像我们这样穷人家来的孩子，我们已经争取不到这个机会，这个世界是如此地不公平，我们这些人该怎么办？这个世界从来就没有公平过，即使你到美国，也不可能有这样的公平，

但是中国其实还有另外一个好处，中国从来没有社会，真正的社会阶层等级概念。你从一个最普通的老百姓，只要你愿意奋斗出来，你就会被人一视同仁。所以即使我们会发现周围有资源的人会让你更早地拥有资源，但是人生不是百米赛跑，让他们先得到好了，你给自己一辈子，这个自信人生二百年，会当击水三千里，我们也许活不到二百年，但是一百年总能够吧。所以在我大学毕业的时候，全班同学毕业典礼上，大家每个人都要上去表态，我上去说的我到今天还依稀记得。我说同学们大家都很厉害，你们的学习成绩都那么好，但是请大家相信我不会放弃自己，你们做了五年的事情，我做十年，你们做十年的我做二十年，你们做二十年的我做四十年，实在不行，这辈子我要保持健康心态，保持心情愉快，身体健康，到了八十岁以后，把你们一个一个送走了，我再走。

其实人生奋斗没法比，每个人都有自己的事业，每个人都有自己的生活，最重要的什么呢？你跟自己比，就你跟自己比，你的今天是不是比昨天好，你的明天是不是比今天好，你的明年会不会比今年好，十年以后的你会不会比十年前站在这的今天的你要更好。还有的同学很有意思来问我说俞老师你看，我这个长相不怎么样，也影响了我的事业发展。比如说我去求职面试的时候，人家老板一看我长得这副挫样，他就不要我了。我说你敢这么说，说明你内心还是有点自信的，所以人是什么呢，人在三十岁以前长相可能是有一定的关系的。女孩子就算你再漂亮，过了三十岁你还能说老娘长得很妖娆吗？这感觉不对吧？就是说人是要有一点外表上的干净利落的感觉，但是到此为止了。一个男人天天在镜子面前花半个小时打扮自己，我真看到过这样的男人，半个小时都不止，我觉得男人连镜子都不应该照的。你要知道，你这么好的时间你不用在让自己的生命变得更加有魅力上面，有什么用呢？你再打扮，你能不老吗？你再打扮到年纪大了，你能皱纹不上脸吗？当你皱纹上脸的（时候），皱纹中透露出的是庸俗还是透露出的是智慧，这全是你现在要做的事情，所以同学们长相跟你没关系。有一次一个小男孩，我在演讲的时

候跑上来，很矮。他说俞老师，我这样一个人，在男人堆里找不到自己，在女人堆里我也找不到自己，实在太矮了，他说你看我这辈子怎么办？我说，你知道鲁迅多高吗？1米58。你知道*多高吗？1米57。你知道拿破仑多高吗？1米56。我说你多高，他说我1米55，我说你知道你应该变成什么样的人了吧。

演讲稿格式篇二

包括以下几个方面：

1、介绍自己应聘的基本条件

竞聘者在介绍自己的情况时，一定要有针对性，针对竞聘的岗位来介绍自己的学历，经历，政治素质，业务能力，已有政绩等。并非面面俱到，而是要根据自己竞聘职务的职能情况有所取舍。

例：

一是具有吃苦耐劳、默默无闻的敬业精神。我是从农村走出来的，深深懂得“宝剑锋从磨砺出”，“梅花香自苦寒来”的道理。经过近十年的独立生活，我已经养成了吃苦耐劳的习惯。这些年来，我爱岗敬业，工作踏踏实实，兢兢业业，一丝不苟，不管干什么从不讲价钱，更不怨天尤人，干一行，爱一行，专一行，高标准、严要求，努力把工作做到最好。

2、表明自己任职后的打算

最主要的还是你在任职后的打算，因此，一定要用简明扼要的语言亮明自己的观点，也就是说，要紧紧围绕着听众关心的热点、难点问题、提出明确的工作目标和切实可行的措施。

如：

假如组织信任，同志们支持，让我当选副局长，我将摆正位置，协调好关系，按照区委、区政府、市局、和分局党委的工作部署，围绕“抓班子、带队伍、促工作、保平安”的工作思路，以“发案少、秩序好、群众满意”为目标，结合我局的实际情况，做好以下几个方面的工作。

3、结尾方法

(1) 表明对竞聘成败的态度。例如：作为这次竞聘上岗的积极参与者，我希望在竞争中获得成功。但是，我绝不会回避失败。不管最后结果如何，我都将“堂堂正正做人，兢兢业业做事”。

(2) 表达自己对竞聘上岗的信心。

我今天的演讲虽然是毛遂自荐，但绝不是王婆卖瓜、自卖自夸。我只想向各位领导展示一个真实的我。我相信，凭着我的政治素质，我的爱岗敬业、脚踏实地的精神，我的工作热情，我的管理经验，我一定能把副处长的工作做好。如果各位有疑虑，那就请给我一个机会，我决不会让大家失望。

(3) 希望得到评选者的支持。如：各位领导、各位评委、请相信我，投我一票！我将是一位合格的大队长。

演讲稿格式篇三

大家好！

好日子是春节，快乐时光是春节，快乐回忆是春节！春节是爸爸妈妈聊天的时间，是阿姨们逛街的黄金时间，也是我们孩子玩耍的时间！

你看，春节是一首歌，轻快动人。我们和兄弟姐妹、弟弟妹妹们一起快乐地走在山路上。凉爽的风滑过我们的脸庞，感

觉就像一条细细的丝绸从我们身边经过；静静的听着周围的声音，包括我们的脚步声，风吹过的声音，麻雀的叫声，动人的声音交织成一首美丽的诗。

你看，春节是一首诗，里面有各种各样的欢乐。那场比赛里有我们清脆、甜美、爽朗的笑容；招待客人时有爸爸妈妈忙碌的声音和影子；还有爷爷奶奶坐在家里悠闲的看报的样子，那种喜悦真的像是一首诗！

看，春节是一个多彩的春天，一个充满激情的夏天，一个忙碌而充实的秋天和一个充满活力的冬天！

谢谢。

演讲稿格式篇四

你们好！

每个人都有自己的理想，有的想当士兵，保家护国；有的人想当老师，培育人才；有个人想当医生，救死扶伤……而我就想当一名基因专家！

当我成了基因专家，我要竭尽自己所能，为人类服务。

现今世界上仍有不少国家，地区，人民还没有解决温饱问题，像非洲，贫困山区等地方，温饱成了决定他们生存的关键。当我成了基因专家后，我要做的第一件事就是替他们解决温饱问题。我会在粮食的脱氧核糖核酸（也就是dna）上做文章，改变这些植物的基因链，使粮食的得到原来30倍产量。此外，我还要在脱氧核糖核酸双股螺旋线中再添加人体各部分所需的营养基因，使人体各部分得到良的简化，更好的吸收，再而，我要使这种粮食的种子的成长期缩短，一个季度一收割。

这就是我的理想，一个远大而崇高的理想。我知道要实现这

个理想十分不容易，为了早日实现这个理想，我愿从今天起努力学习，不懈努力。因为我知道，要成为一个基因专家，必须要有渊博的知识方可。

我的演讲结束了，谢谢大家。

演讲稿格式篇五

你们好！我是红会一矿的一名工残职工，我叫王锦旗，67年出生，甘肃通渭人。今天，很荣幸能够借此机会，与矿工兄弟们相聚一堂，用我自己的亲身经历作为教材，警示你们在今后的工作中，一定要把安全放在工作的首位。接下来，我就给你们讲讲我的经历。

还记得，那是1986年的夏天，那年我刚满19岁，当时，由于家里兄弟姐妹比较多，家境非常不好，由于高考落榜，只能被迫出门打工，不远千里来到靖远矿区，很荣幸的成为一名煤矿工人。我现在还能依然清晰地记得，那时，我所在的单位是南采区采煤五队，工种是一名采煤工，那时小伙子年轻力壮，把心思全部都放在工作中，一心想通过自己的双手多挣些钱，然后，成家娶媳妇，我想，这也是每一名在坐的煤矿工人的共同心愿吧。

92年的那个深秋，那是我人生的重大转折，它毁灭了我的梦想，扼杀了原本属于我的幸福。清晰的记得那天是10月15日，看似平凡却又不平凡的一个夜班，我一如往常一样认真的开完班前会，值班队长安排好当班的任务后，穿好工作服戴好安全帽，坐着人车顺利的进入到109工作面，准备开始夜班的工作，看着昏暗幽深的巷道，心中不禁想起再过一周就是孩子一岁的生日了，要赶快把班上完，就可以回家给孩子过生日了，想想就心里就美滋滋的。然后，我随即开始了队长给我安排的任务，一切工作都进展顺利，可是，就在工作进行到即将结束的时候，心里不禁一丝窃喜，今天又可以下个早班喽，心里正得意的时候。突然，矿压来临，随即顶板瞬时

塌落，在我还没有来的急反应的时候，冒落的顶板早已重重的砸在我的身上，将我压埋在最底部，那一刻，我感觉到死神已经来到我的身边，我拼命的大声呼喊“救命”然而，却无人应答。顿时，我只感觉大脑一片空白，于是我整个人就失去了知觉。

不知过了多久，当我醒来的时候，已经是第二天的下午了，我已经躺在了靖煤总院的急救室里，睁开眼睛的时候，看到矿上大大小小的领导，还有一起工作的工友们都围坐在我的床头，拉着我的手急切的询问我受伤部位感觉如何，顿时，全身上下疼痛交加，就在我准备伸伸腿的时候，不祥的预感突然涌上心头，我的下肢已经毫无知觉，用手去摸我的双腿，好像已经不是自己的了，双腿早已变得冰凉，那一刻，我感觉我的天都塌了，我不知该怎么去面对我早已年迈的父母，家中结婚刚满2年的妻子，还有我那刚满1岁的女儿，悔恨的泪水顿时将我整个人都淹没了，我再也无能为力去挽回这惨痛的结局，然而，这一切都是我亲手毁灭的，在工作中，安全意识淡薄，思想麻痹大意，抱有严重的侥幸心理，没有对周围环境进行勘察，才导致这次事故的发生。

静静的躺在病床上，我的脑海中还不断闪现出事那天被压埋的景象，我后悔当初自己的工作的不认真，没有勘察工作面周围的环境，思想意识松懈，没有注意到矿压前的预兆，事故发生后，没能及时逃离现场，这才导致这起严重的矿压事故，致使我追悔莫及，不仅给我造成了我身体上疼痛，心理上造成了永远无法愈合的伤口，更是给我的家人更是带来了天大的灾难，打破了我那原本完整的幸福……作为一个男人，失去了双腿，就意味着完全丧失了劳动力啊，我只能在轮椅上度过我的后半辈子，这种痛苦，任何人都将无法去理解，可是，还有什么办法呢？我只有认命了，为了我那年幼的孩子，我必须活下来。

然而，接下来，我将要面对的是无数次的手术和无止境的康复训练，在手术的过程中，腰部共缝28针，腰椎处钢板固定

有一尺多长，可是，这并没有减轻我的痛苦，腿部依然没有恢复知觉。那一刻，我对自己彻底失望了。看到妻子不远千里，从老家也赶到了医院，抱着我刚满一岁的女儿，我痛恨我自己的所作所为，酿成今天无法挽回的局面。不仅给自己造成了伤痛，更是家人带来了前所未有的困境。妻子那年23岁，我26岁，孩子刚满一岁，本应该开始享受一家三口的幸福，却被这一场突如其来事故毁灭了我所有的希望。有时间，一个人躺在病床上我脑海中千万遍闪现出死的念头，却每一次都被孩子那一声声稚嫩的“爸爸、爸爸”所彻底奔溃，为了我年幼的孩子，我也要坚强的活着。由于生活上的不便，这并没有让妻子离我而去，反而决定留下来照顾我和孩子，然而，一切并没有像她想中的那么简单，每月仅仅200元的生活费，昂贵的医疗费更是让我无力承担，生活上更是困境重重，不仅如此，妻子还要照顾生病在床的我，还要代年幼的孩子，生活上的困境让她操碎了心，妻子每天的工作忙忙碌碌，每隔2个小时就要给我翻一次身，她就用她那原本瘦弱的肩膀帮助我翻身，为了防止身体压烂，每天都要擦洗一遍身体，还要抽出时间照顾那个刚满1岁的孩子，妻子承担起了本不是这个年纪应该承受的一切，微薄的收入和精神上的压力早已无法支撑起这个家庭的重担，可是，这日子还得继续一天天过啊。

记得，那是我受伤后的第一个春节，在医院的每天，除了打针吃药，就是康复训练，每一天都过得忙忙碌碌，妻子早已面容消瘦，瘦骨如风。我们似乎早已忘记了春节的即将到来，在除夕那天，病房了空无一人，只有我和我的妻子，还有满地乱跑的孩子开心的拿着从楼道里捡来的玩具，蹲在我的病床边玩耍。突然间，窗外传来了震天的鞭炮声，妻子起抬头诧异的望向窗外，那一刻，万家灯火显得格外刺眼，瞬间，眼泪就将她变成了个泪人，那一刻，我的心犹如在滴血，我紧紧的抱着妻子和我的孩子，泪水又一次的滑落，我对不起妻子和我那年幼的孩子，没有给他们创造好的生活条件，而是让他们跟着我一起吃苦，我陷入深深的悔恨之中，受伤后的第一个春节，没有鞭炮；没有瓜子；没有糖；只有流不完

那悔恨的眼泪……然而，一年又一年，一家人还是咬着牙坚持了下来。

现如今我的孩子已经22岁了，名叫王小霞□20xx年公司也为我们伤残职工解决了子女工作问题，孩子现已经在选煤楼上班两年了，在此，我想代表所有红会一矿的工残职工向企业表示感谢。虽然生活一天比一天好起来，但是，身体上的不便却依然困扰着我的生活，记得，那天女儿要去上夜班，背我上床睡觉后，就去上班了。可是睡到半夜，我翻了个身，不慎从床上跌落到床下时，惊醒了梦中的妻子，由于妻子常年累月抱我上床和翻身，妻子的腰也日渐疼痛不止，早已不能再抱起我沉重的身体，每天都是女儿抱我上床，可是，现在女儿去上班了，那可怎么办啊？没办法，妻子也只能把被褥放在地上，让我睡在上面，我和妻子就在地上度过了漫长的一夜，那夜，我们回忆起了许多那些我们一起过的苦日子，都一步一步的挺下来了。直到凌晨的时候，女儿才拖着疲惫的身体回家了，看到这一幕，赶快将我从地上抱到床上，给我盖好被子。哎，都是自己不争气的身体，给家人带来多么大的麻烦，就是那么一次事故，造成了我一辈子的痛苦。

现在，孩子也一天天长大了，上班了很争气，为改善家里的条件，一个班都不落的坚持每天上班，家庭条件得到了很大的改善。孩子总是念叨的，要带我和妻子出去转转，可是，由于身体的不方便，我只能拒绝孩子的提议，我知道孩子的内心多么希望我们可以和她一起出去转转。我知道，其实孩子小的时候，每次看到别的同学的爸爸都可以牵着孩子的手送他们去上学，孩子的内心是多么的渴望，希望有一天我可以站在她的面前，牵着她的手送她去上学，作为父亲，我连这一点小小的要求都无法完成，这是我作为一个父亲的失职。可是，孩子却从来都没有埋怨过，只是静静站在我的轮椅旁，大声说“爸爸的轮椅好，我喜欢坐在爸爸的轮椅上。”善意的谎言已经无法抹平我内心的起伏，我无意间看过孩子的日记；上面写着“我最大心愿就是爸爸可以站起来，向别人的爸爸一样可以牵着我的手送我去上学。”那年孩子才7岁，是

我抹杀了孩子那幼小心灵的愿望，如今又一次无情的拒绝了孩子，做为父亲，我无时无刻没有深深的自责我自己。

你们也知道，现在的医疗费用犹如天价一样，随便的感冒、发烧只要进了医院，都得花上几百块钱，可是，像我这样的病人，每天都得吃药，幸好矿上给解决了部分医药费，减轻了我的经济负担。可是，由于长期吃药治疗，直接造成我的肾脏衰弱，糖尿病、高血压也随之而来，原本那时健壮的身体，如今也被病魔日益消磨的不堪一击了，身体一天不如一天，没办法，也只能依赖药物治疗了。然而，病痛的折磨远远比不上心理上那道永远无法抹去的伤痛，因为一次的疏忽大意，酿成了我半生的追悔莫及。

安全对于煤矿工人来说是何等的重要，一次小小的安全事故将会毁灭你的一生。其实，我很不愿来到这个台上，来讲述我那些痛苦的回忆，当听说2·28和3·17事故，矿区的安全形势不荣乐观，我矿安全形势如此被动，在女儿和工会领导的鼓励下，我决定来到这里，为我热爱的煤矿奉献出自己的一点微薄力量，用我自己的亲身经历，来让在坐的你们以此为戒，在工作中严格按章作业，杜绝三违现象的发生，牢固“红线”意识，把安全工作作为首要任务，确保矿区安全高效的生产。希望你们可以永记班前会上你们的誓言，“高高兴兴上班去，平平安安回家来”，对企业负责，对家庭负责，愿你们在今后的工作中，家庭和睦、工作顺利，谢谢大家！再见。