# 焦虑的演讲稿范文汇总3篇

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2025-02-01

*演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。 演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。演讲稿是人们在工作和社会生活中经常使用的一种文体。以下是小编整理的焦虑的演讲稿范文汇总...*

演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。 演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。演讲稿是人们在工作和社会生活中经常使用的一种文体。以下是小编整理的焦虑的演讲稿范文汇总三篇，仅供参考，大家一起来看看吧。

**焦虑的演讲稿1**

有人认为，美是富裕，美是苗条的身材;反之，又有人认为，丑是贫穷，丑是难看的外貌。我却认为，美丑与贫富和外貌是没有关系的。美是一颗无比善良的心，丑是一颗充满黑暗的心……

在一个阳光灿烂的日子里，我遇见了一位“奇丑无比”的小姐。她开着奔驰轿车，身材苗条，看起来挺漂亮的。但是，一件小事却把她的丑完全暴露出来了，远远盖过她的美。她把剥剩下的橘子皮，毫无顾忌地扔出车窗外，正好砸在一位阿姨身上，而她没有道歉之意。那位阿姨本不想把这件事闹大，只是随口说了声：“快跟我说对不起!”“想要我跟你说对不起，作梦吧你!是你自己无声无息地站在我车旁，橘子皮又没长眼睛!”“那你也不能乱扔果皮，这道理，三岁小孩都知道!”就这样，她们争得面红耳赤。作为旁观者，我清楚地知道，扔橘子皮的那位小姐，就算她富裕，就算她长得美丽，穿得时髦，内心也已是一片黑暗，阳光不会射入她的心，她也不会觉得阳光是那样的七彩和温暖。

而在另一件事上，我又遇见了美。

一次，我家雇了一个钟点工，是我妈医院的护工，听说她家里很困难。不一会儿，钟点工阿姨来了。她是三四十岁的中年妇女，短头发，艰辛的生活，辛勤的劳动，使她头上过早地有了白头发，她脸上皱纹很多，但笑容却和蔼亲切。还没等我们说让她干什么，她自己就忙活起来了。她洗碗、扫地、拖地、擦门窗，每样工作都做得一丝不苟，不像其他钟点工一样拖时间，希望赚更多的钱。她不浪费时间，尽力做更多的事情。到时间了，妈妈发给她工钱。她笑了，笑得那么甜。此刻，我觉得，她的心灵如那皎洁的月光，清澈的溪水一般明亮、洁净。她勤勤恳恳地工作，为的是养家糊口，她的心是善良的，她拥有尊严，她值得我们尊重，她是最美的。

这两件小事，使我启示颇深，它让我明白：美丑的评价，不能只看外貌，还得看他的心灵是否美丽。

**焦虑的演讲稿2**

爱美是人的天性，人人都向往美，追求美，渴望建立一个只有美而没有丑的世界，这恐怕是幻想中的天国了。在这个世界里，大自然缔造了美丽的蝴蝶，也缔造了丑陋的苍蝇;缔造了芳花，也缔造了毒草;给予人生的喜悦，同时又给予人生的遗憾……

美与丑总是形影相随，还往往集于一身。你看，自然界中，兔子虽然善良，但太懦弱，老虎虽然勇敢，但太凶残……历代名人中，庞士元面丑而心智，张易之面秀而心恶……可以说，有时美中见丑，有时又丑中见美。

如何来正确理解美与丑呢?我觉得美可以表现在优良品德、高尚情操的内心美上，也可以表现在衣着漂亮、仪表美观的外表美上。当然，内心美和外表美是相辅相成的，而任何时候，都是内心美比外表美更为重要。

且看，海虞北路上一个个椭圆形的花坛里摆放形态各异的花儿，美丽至极，成了常熟城里一道最亮丽的风景线。这时，一位看上去风度翩翩、绅士般的青年男士迎面走来，伸手摘起一朵鲜花，献给自己的亲友。这一举动引起了我的注意，我觉得，他虽然穿得一尘不染，且面目清秀，但他一点儿也不“美”，心胸是那样的狭窄，一心只为自己的利益着想。

再看看那些大清早就起来为人们服务的清洁工，他们身穿橘黄色服制，貌不惊人，全身脏兮兮的，但所到之处，都一尘不染。我觉得，他们虽然相貌不美但有一颗纯洁的心灵，这才是真正的“美”，这才是令人敬佩之“美”。

同学们，让我们摆正“美”与“丑”的关系。让我们的生活更美好，让我们的心灵更纯洁。

**焦虑的演讲稿3**

因为上一次期末考试集体失利，所以本学期冀老师和郝老师一起出台了一项规定——进行阶段性测试(每学完两个单元就进行一次小测验)。

今天距第一次语文小测验已经过去两天了。

这两天同学们惶惶不安，生怕自己考得很糟糕。据我班“探子”——张宝之得到的可靠“情报”，冀老师已经将试卷全部判完了，并且从老师脸上凝重的表情预测，应该是整体考得不怎么样，上90分的可能寥寥无几。

哦——不要不要!这消息对我无异于就是一个沉重地打击。依目前形势来看，估计我是凶多吉少。

记得考完试后，我和别的同学对答案时就发现，自己至少因粗心丢了六分，此刻，瞬间觉得哪一道题都可能有错!完了完了，恐怕这回是要摊上事了。

我的脑海仿佛浮现出了妈妈拎着手板一分一分跟我算账;爸爸则坐在沙发上一言不发地盯着我看，那恨铁不成钢的眼神直盯得我汗毛都竖了起来;还有老师大声的斥责，同学们的嘲笑与讥讽……

突然，一声清脆的铃声让我回过了神来，先前还活蹦乱跳的同学们，此刻都像霜打的茄子一般，一下子变得无精打采起来。

只见张瑾豪在桌子侧面的铁皮上一直搓手，李振钥则双手合十，一直默默地说着什么考神和什么佛祖，再看付尚儒正用水壶中的水清洗自己的手，以图减轻疼痛。

这时冀老师背着一个小黑包包，手中拿着一摞试卷，一脸严肃地步入教室，我瞪大了双眼看着老师手里的试卷，心里像揣了小兔子一样怦怦乱跳，手心里也直冒冷汗。

我看着老师那严肃的神情，好像周围的空气一下子变冷了，我的身体不由自主地颤抖了起来，我仿佛看到老师满脸失望地当着全班同学的面点名请我去“喝茶”，从办公室出来后，同学们看我的眼神也变了，一脸轻蔑与鄙夷，还不时窃窃私语着，有的甚至冲我指指点点地嘲笑和讥讽着……我的脸顿时烧了起来。哎!真是考前很开心，考中不认真，考后特苦恼。

试卷发下来了，可我却紧闭双眼不敢去看，可“丑媳妇早晚也得见公婆”啊!再说该来的总会来的，又能逃得了几时，还不如勇敢去面对。几经思想斗争，终于，我一咬牙，一跺脚，决定看看究竟，我小心翼翼地睁开一只眼，心仿佛漏跳了一拍——83。5分!

谢天谢地!考过80分了，我浑身紧绷的弦暂时松了一下。可是那一个个鲜红的“×”却刺痛了我的双眼，在试卷上耀武扬威地嘲笑着我前段时间的松懈和考试时的粗枝大叶。

“业精于勤荒于嬉，行成于思毁于随。”我一定要吸取这个惨痛的教训，吃一堑长一智，不重蹈覆辙，在下个阶段的学习中刻苦努力，争取来个真正的“开门红”。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！