# 幸福的演讲稿

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2024-06-12

*幸福的演讲稿范文锦集七篇 演讲稿是为了在会议或重要活动上表达自己意见、看法或汇报思想工作情况而事先准备好的文稿。在不断进步的社会中，在很多情况下我们需要用到演讲稿，那么，怎么去写演讲稿呢？下面是小编为大家整理的幸福的演讲稿7篇，希望能够帮助...*

幸福的演讲稿范文锦集七篇

演讲稿是为了在会议或重要活动上表达自己意见、看法或汇报思想工作情况而事先准备好的文稿。在不断进步的社会中，在很多情况下我们需要用到演讲稿，那么，怎么去写演讲稿呢？下面是小编为大家整理的幸福的演讲稿7篇，希望能够帮助到大家。

幸福的演讲稿 篇1

还记得那首歌吗？——你是幸福的，我就是快乐的。幸福是什么呢？幸福又在哪呢？幸福，是您在茶余饭后享受悠闲的时光时；幸福，是您在节假日全家老小欢聚一堂；幸福，是您孝敬父母、教育孩子享受天伦之乐……幸福就存在于这平淡、真实的生活瞬间。可是，您是否想过，我们幸福的生活都来源于我们的健康、我们的安全！只有我们安全了，我们的家庭才是快乐的、圆满的。

翻开厚厚的《人身伤亡事故汇编》，血淋淋的事实我们不愿再次提起，却又无法回避。一起起触目惊心的人身触电事故，让我们久久不能平静。而当您知道这是一位年迈父母唯一健康的儿子（女儿），这是一位即将共同担负起抚育责任的年轻妻子或的丈夫，这是一位从未谋面孩子的父亲时……我们不仅仅是惋惜，不仅仅是沉痛，强烈的震撼使我们沉默。因为，在一定程度上，我们就是他们，他们就是我们。生命，也许是再庸常不过，但再平常的生命都不该被这么无情的剥夺。

是的，“除不可抗力，所有的隐患都可以预防，任何事故均可避免。”我们无法回避事故之后的现实，但是我们完全可以避免事故的发生。从《安全工作规程》的出台到《安全生产法》的实施，国家、政府、企业都把安全放在一个极其重要的位置，难道这些惨痛的教训，不足以让我们为自己负起这安全的责任？难道这些擦肩而逝的幸福，不足以唤起我们对生命的珍惜吗？

“安全生产，人人有责”，在您工作前，可否想过他人和自己的生命价值，可否想过自己的行为和工作将会带来的后果？别再一而再、再而三的放任了：设备老化了没人管，总拿资金短缺做盾牌；电线裸露了不处理，工作太忙也成了理由；工作未完就走人，我不负责有人负；……无休止的放任，结果便是无休止的事故。那么，请您记住吧，在您的身后有一个温暖幸福的家，家里的每个人都祈盼您的平安归来，也许我们今天就不会为生命的脆弱而感叹。

安全，就象空气，与我们的生活、工作息息相关；安全，犹如阳光，我们无法承受失去它的痛苦。安全，它联系着我们每一个人。尊重、爱护、关心他人，就是尊重、爱护、关心我们自己。

生命，对于我们每一个人来说都只有一次，你是安全的，我就是幸福的。让我们认真地感悟生命的价值，理解安全的意义，让我们每一个人都在自己的心中植下一棵安全树，让所有的人都在安全的大树下分享树荫，共同抵挡风雨！

幸福的演讲稿 篇2

当生活终于把我送出大学校门、推进社会大潮的时候，我把所有对教师职业的热情与憧憬装进简单的行囊，迫不及待的奔向现在的工作单位，贵阳市第九中学，一所坐落在南明河畔的省重点高中。还记得那时，我的背包是一抹梦幻般的玫瑰色。

工作没多久我就发现，现实并不像伊甸园的菩提果那般完美和甜蜜。当我绞尽脑汁同一个个不谙世事却自命不凡的孩子斗智斗勇的时候，当这个物欲横流的世界向清贫的我发起无数次诱惑攻击的时候，尤其是当我惊恐的发现自己在以双倍的速度衰老的时候——我彻底的迷惘了！梦想与现实究竟有多大的差距？难道教师就是要顶着天底下最大的赞美光环，去过最不幸福的生活吗？我找不到答案。记得那时，我在日记本里写下这样一首七绝：镜中形容渐斑驳，湘江夙愿已模糊。已觉奇葩天一方，敢问何处是归途？

不久，一位下乡支教的同事因故要离岗一段时间，学校便派我去代班，我欣然应召。很喜欢米兰昆德拉的一本书《生活在别处》，我想，既然眼前的困惑纷乱无力驱散，那么离开吧，在别处的生活中也许能找到一块心灵的空地，去播种幸福的种子。于是，我拿起背包，踏上了支教的征途，只是背包上那梦幻般的玫瑰色此时已褪变为一抹尴尬的绯红。

在我就快压制不住山路十八弯的眩晕时，客车终于到达目的地——黔西南的一所苗寨中学。眼前简陋的校舍，与校舍背后青绿的山水、白亮的天幕，构成了一幅纯美的风景。

在一位民办教师的引领下，我很快就见到了我的学生。那是十来个农家少年，邋遢的衣服、粗糙的皮肤，似乎无法让人心生怜爱。但我看见了他们的眼睛，黑得没有一点杂质，亮得生动了并不精致的五官，强烈的求知欲望像火一样喷射出来似乎要点燃我的全身……。很久没有看到过这样的眼睛了，里面分明藏着自己儿时还未数清的星斗啊。感怀之下，我回头与站在身旁的民办教师相视一笑，发现他的眼睛虽然少了几分清澈和炽热，却多了一份宽厚和从容。

在来的路上就听人介绍，苗寨没有开发以前非常穷困，就是现在，人均年收入也不到700元。很多人家里平常最好的菜就是鸡蛋，只有过节才能吃上肉。站在讲台上，我实在不忍心去感受这些美丽的眸子背后背负着怎样沉重的贫穷，更无法想象这些民办教师、山区教师扎根讲台的那份艰难和坚定。欲望的沟壑是永远填不平的，与他们相比，身为城市人的我居然还在抱怨清贫。原来，我已经生活得很幸福了；原来，幸福可以简单到三餐既定，宿起舂粮。

接下来的这两周是我短短七年教学生涯里最难忘的时光了。因为我深深的爱上了这帮农家少年，他们身上有朴实单纯的浪漫，有谦虚羞涩的沉静，有自尊自立的刚硬……他们用清澈的眸子洗去了我所有的浮躁，用憨直的笑声唤醒了我所有的热忱，叫我怎能不爱！于是，我带领着这帮苗寨少年畅游了远古，看见大漠天涯，丝绸古道上的驼队把四大发明送给了世界；听见春夜琵琶，长安城里的飞花将唐诗宋词撒遍了天下。他们就这样跟随着我领略了鸿鹄高飞，横绝四海的开阔，感受到铁马长嘶千里月，旌旗风卷万重云的雄壮。课堂上的我，与其说是教书授课，不如说是激情演讲，竭尽全力的引领他们在文学的海洋里畅游，在智慧的高峰上远眺！单纯可爱的孩子啊，他们奉我为神明，而我也着实被自己的热情震撼了。一种身为人师的使命感和备受信赖的价值感油然而生！

其实我很清楚，这次下乡支教是替同事代班，它与我的教学成绩丝毫不挂钩，与我的职称评定也不相干。但看着课桌后这些渴求和崇敬的眼神，我竟然巴不得竭尽全力把所有的知识掏空了倒在讲台上。这种对学生不由自主的爱使我深深的陶醉着。原来，不计功利的全心付出，也可以是一种幸福。原来，幸福就隐藏在我激情授课时嘴角的唾沫星里，隐藏在我奋笔疾书时飘洒的粉尘中。

支教的日子简单又充实，两周的时间很快就要过去了。我一面享受着苗寨人的热情款待，一面却又想念起批萨炸鸡的浓香来。所以，当接我回城的汽车开到校舍前的时候，虽然心有万种不舍，但一想起省城的美食，不争气的肠胃就代替大脑雀跃起来。于是，快速的打包、快速的登车、快速的驶向寨门——可汽车还没驶出苗寨，我就不得不跳下了来——我可爱的学生啊，与我只相处了两周的学生，他们，张着直直红红的眼睛、捧着大大小小的礼物、滴着晶晶亮亮的汗水，在这白晃晃的烈日下，早已恭候多时！愧疚与惶惑中，我如同一个当红的明星被簇拥在人群里，不知留了多少言、收了多少礼。印象最深的是一个皮肤黝黑的苗家少女，穿着一件已经洗得看不清图案的蜡染布衫，躲在人群的后面，等大家都与我告过别后，才半低着头走过来，递给我一个画着笑脸的鸡蛋壳，背面写着四个歪歪扭扭的字——祝您幸福。我的心就像被蜜蜂蛰了一下，酸疼得不行，她却满怀歉意的说：老师，鸡蛋被我吃了……我一把将她揽入怀中，眼泪顿时夺眶而出，一种复杂的感怀和痛楚让我在这初秋的耀阳下久久不能自已。

然而我毕竟是要离开的，当回城的汽车驶出寨门时，我享受完了这次隆重的送别仪式。怀里褪色的背包已被礼物塞满了，我一路小心翼翼的抱着，抱着这份厚重的师生情，抱着这份沉甸甸的祝福。过去迷茫困惑的思绪渐渐清晰起来，我想，我找到了答案。原来，幸福一直真实的在我身边守候着，它就在这一双双清亮美丽的眼睛里，就在那一抹刚露出红晕的花蕾中，就在这爱与被爱的传递间……那么，何必去抱怨生活清贫？桃李争奇斗艳时，我就是最富有的人。何必去悲叹工作辛劳？蛋壳上的那张笑脸，足以鼓舞我疲惫的身躯。何必去哀伤容颜老去？每一滴青春的汗，都滋养着另一个更为青春的生命！

透过蒙着泪光的视线，我看见怀里的背包，似乎又变成了以前那种梦幻般的玫瑰色。打开车窗，在初秋的风中，我幸福的笑了。

幸福的演讲稿 篇3

非常开心能够在一刻演讲，跟大家一起聊一聊我多年来我的心路历程，希望能够帮助你在生活中过的更开心。

首先跟大家谈一谈——到底人有没有命运？有，怎么可能没有，生下来该长多高多壮，生在什么样的家庭，生在哪里，这已经决定了你命运的一大部分。但是我们也有看到，生在完全相同家庭，同样的父母、姐妹、兄弟，但彼此命运的差别天差地远。

在一个转弯处你选这个选那个，对未来有好大不同，我们怎样能够有智慧选择对自己最好的道路呢？了解自己。

如果你看到自己的个性，自己的惯性，是一个不知名的写好的程序在推动你时，那个时候你可以醒来了。如果我们任由命运的程序来主宰人生，没有办法回观自己做出不同的选择以及反应模式，那你就只能被命运牵着鼻子走。

怎样让人生更加的顺流，怎样创造你想要的人生，你就必须不断了解自己，理解自己。怎样理解自己？对我而言，最好的修行道场就是我所有的人际关系。

我跟我父母的关系，走了很长很长一段路，后来，我修复了。根据我的观察和经验，此刻你生命当中的任何难题，任何让你痛苦的事件或者人，多多少少都跟你和父母之间未完成的课题有关。

如果你觉得你的父亲一辈子没有认可你，那么你一生都在追求别人的认同，如果你觉母亲没有以你想要的方式爱你，你可能一生都在亲密关系里挣扎，认为对方始终没有给你，你想要的那份爱和关怀。

我们每个人跟父母之间都有一些未完成的命题，怎么样修复与父母的关系？最重要的一步是你必须长大。

在此，我归结了两大块常见的父母问题。

今天在座的各位成人，谁没父母不能活呢？而且你现在还需要父母的认同吗？不需要了。但是我们还是在沿袭童年的程序，必须一定要父母认同我，才能活下去，这在我们的基因里面已经建立。我们需要小学同学的认同，需要同事的认同，需要爱人的认同，需要闺蜜的认同，不断的追求认同，非常辛苦。

其实你不需要任何人的认同，就能够活得很好，你要看到这一点，不断在生活当中观察自己，是不是因为没有得到别人的认同而在那里纠结，有没有因为想要获得别人的认同而付出极大代价?

为什么怨恨父母？因为小的时候他们没有好好照顾我们，可能父母很想把你送到全托，可能父母在你很小的时候就离婚了，可能一方改嫁或者另了，你跟他的关系很淡薄，他很少来看你，他们太忙了，没有办法给你所需要的帮助和爱。所以你不断疏远他们，用冷漠对待他们。

我讲这两大问题，一是长大了还非常需要父母认同，二是长大了还在怨恨父母小时候没有好好对待你，拜托，你现在几岁了。

我讲一个比较灵性的观点，你身上的血与肉完全来自于你的父亲母亲，他们把你带到这个世界上，你的能量跟他们息息相关，我们每个人每天都在努力的希望更有名更有钱更快乐更幸福，如果你跟你父母关系不好，你都不要想幸福快乐这四个字。因为他们是你能量的来源，生命的源头，你剪断了跟生命源头的连接，你怎么可能有快乐跟健康呢？

以成人的方式对待和看待他们，就是我不需要父母的认同了，所以当他管制我的时候，当他干涉我的时候，我也可以用成人的方式告诉他们：“爸爸妈妈，我已经长大了，我结不结婚是我的事情，我要不要孩子是我的事情，我去哪里工作是我的事情，我可以爱你们，但你们不可以这样限制我管理我，否则对不起，我必须跟你疏远。”让父母有机会去检讨一下自己，他们究竟把儿女当成什么，他们把儿女当成他们的财产。

另外一类父母，可能就是不懂爱的人，因为他们没有被他们的父母用他想要的方式爱过，他的内在爱缺乏，你让他怎么样爱你，他爱不出来。所以你现在长大成人，用旁人的眼光看你的父母，他们也不容易啊，年轻的时候都过过苦日子，小的时候他的父母也没有善待他，所以当我小的时候，他们也没有善待我。知道了，然后原谅他们。

用成人的方式对待这两种父母，不管怎样，你一定要感恩父母，要跪谢父母恩，不管他们对你好或不好，不管你几岁他们就不管你了，不管你几岁他们就离世了，你要告诉自己：“爸爸我原谅你，妈妈我原谅你，我爱你。其实我也没有资格说原谅不原谅，我只能说非常感谢你把我带到这个世上来，让我能够体验做人的经验，我感谢你。”能做到这一点，你灵性成长会大跃进一步，你的幸福快乐指数也会提高很多很多。

亲密关系是人生最好的道场，你跟父母的关系可以检验出你这个人成熟不成熟，你跟亲密爱人之间的关系，可以检验你这个人到底有多爱自己，因为你的爱人就是一面镜子，映照出你最不想看见自己的那部分。

为什么恋爱开始的时候很甜蜜，因为很新鲜，在彼此身上看到的全部都是美好的东西，可渐渐，当两个人越熟悉以后就相反了，以前是黄金投射，把最美好的幻想放在对方身上，接下来是阴影投射，把自己不喜欢的东西投射在对方身上。

我们常常说，我成长了，我修了，他还在那里做他的大老爷，我该怎么办。其实说这话的人，你没有真正接纳他，你没有真正回到自己身上。

我的建议很简单，把你对对方的关注和期望全部收回，多关注自己，你对他的很多期望，其实对他来说是不公平的，因为通往坟墓的道路是由期望铺成的，有期望就会有失望，然后你就会指责他，因为你对他有期望。

怎么样收回期望？要真真切切认识到，所有的问题在于我们自己的内在。我之所以对他有这样的期望，是因为我的内在还缺乏一份稳定的爱，小时候父母没有给我。而我是唯一可以给我自己这份爱的人。不断企图通过亲密关系疗愈自己内在的伤痛，对双方来讲都是一种折磨。

今天我很高兴我生命中最重要的两个人，我亲爱的儿子女儿俊男美女在现场，第一次来听我演讲，你们站起来让叔叔阿姨看看你们好不好。他们两个比较害羞，不像他们妈妈比较喜欢舞台，他们是我的心肝宝贝，我这一生的骄傲。

我先从反方面来说，为什么我们会与孩子有那么多问题，就是因为父母把两样东西放在了孩子身上，第一是恐惧，第二是匮乏（自卑感）。

恐惧就是我害怕孩子出什么事情，我就一定活不下去了。匮乏就是“孩子啊，妈妈不出色，爸爸没什么成就，所以一辈子的希望都在你身上了”，我就是被这两种能量养大的。

我妈妈有很多恐惧，所以对我严加控制，从头到脚。比如，对我的婚姻包办。年轻时有人给我介绍对象，我妈妈说这个不要，那个不行。我觉得很奇怪，怎么变成你不要。从结婚到离婚，她都完全参与，我在她面前没有隐私。母亲非常严格地控制我。

我爸爸很匮乏，所以把很多希望都放在我身上，很小的时候，他就把一双大手放在我的肩上说“女儿啊，你一定要出人头地，光宗耀祖，因为爸爸的希望都在你的身上”，这对我来讲是多么大的压力。

我对我的孩子是散养的方式，让他们自己长大。当然，我提供给他们一个很安全，很有爱，支持他们的环境，但是我发现，在我对孩子的教养过程中，会不自觉地把我跟我父母未完成的议题放在他们身上。也就是我一开始讲的，我们生命当中所有挫败、痛苦、纠结，各方面的东西其实都是来自于我们跟父母未完成的议题。

像我儿子小时候比较顽皮，可到了青少年以后其实他很乖，我儿子是非常乖的一个小孩子，跟妈妈也很亲。这说明我跟我父亲的关系还是比较好的，我父亲让我在这个世上很有安全感，如果你父亲跟你安全感不好，那你会对这个世界充满了恐惧感，对金钱也会有恐惧。只有你发现你的父亲真的是在支持你，在爱你，以一种你无法理解或者看不见的方式，你能看到这一点，你对这个世界对金钱的匮乏和恐惧才会下降。

我母亲很不认同我的工作，对我很保持距离。有一次回台北的飞机上，我在那里哭，我女儿才7岁，问我妈妈哭什么，我说真希望姥姥不是因为我不是她想象的样子，就切断我对她的爱而惩罚我。我不知道她能不能听懂，我跟女儿说“妈妈一定不会这样对你，你不管是什么样子，妈妈都接纳你爱你”。

那个时候她很小，很好控制，也很乖。可是等到她长到十几岁，有了自己的生活，很早就谈了男朋友，常常很晚才回家，在男朋友家流连忘返。我觉得心里很不平衡。我个人是反对早恋的，可是她决定她要恋爱，有一次她回家，我就告诉她，“你眼里就没有我这个妈，我们不要做母女了，你就当没有我这个妈好了。”把门关上不理她。她说“你为什么要这样子？妈妈”，然后就哭了。

突然我发现我怎么完全在用我妈妈对我的方式在对待女儿？好可怕，在那一刹那，我终于放下了。她哥哥跟我说，“你不能让她这么早恋爱，你要阻止她”。我说“今天妹妹想恋爱，妈妈如果阻止她，她就会对我说谎”。我不想要那样的母女关系。因为我曾经跟我母亲经历过那样的关系，所以我真的放下了。

如果看了我的书，听了我的演讲，还是做不到怎么办？很多人说做不到，甚至上一些老师的课，在课上哭得死去活来，和母亲和解了。可回到生活当中，母亲开始唠叨，就又受不了了，怎样做到？

第一，承认这件事情的责任在自己身上，因为同样的事情发生在不同人的身上，人的反应是完全不同的。

第二，我愿意看到这件事情的发生，是因为我背后有一个旧有的创伤要去疗愈。

第三，找一个能够真正活出你想要状态的人，以他作为榜样，试着用他的方法来看世界，看周遭的人。比如，马云在你现在创业失败的时候，马云会怎么做，雷军会怎么做，用他们的思维，激赏思想的力量，思想是很有力量的，换一套他们的思想，来面对你生命中的困境。

我现在的生命越来越舒服就在于，我觉得生命、老天、宇宙之道，它没有必要为难我，有的时候如果我没有得到我想要的东西，是因为它有更好的东西要给我。

所以我的生命当中没有绝对要的东西，也没有绝对不要的东西，大家能理解吗？就是因为没有什么非要不可和非不要不可的东西，生命就是非常顺溜的。

很多时候我看到很多人非常非常顽固，执着于他们的信念和思想，所以像一刻为什么这么棒，它请一些某个领域非常有成就的人来分享他们的思想，告诉你激赏思想的力量，给大家一些激励。

幸福的演讲稿 篇4

美好的夜晚，当你沐浴着闪烁的灯光漫步街头时，当你面对电视享受精彩的节目时，你可否想到，那些远离亲人、驻守生产一线的电力工人们？那些在家中守望着他们安全归来的家属们？

我的丈夫是一位边远地区的变电运行工，常常是十天半个月才能回一趟家，即使回到家里，不是倒头就睡，就是疲惫不堪。我既要工作，又要照看孩子。有时是多么想让他为我分担一份家务啊？哪怕是做一些象拣菜淘米之类的小事也可以。可是，每当我想到他肩上那沉甸甸的安全重担，想到他一个月才能回一两次家，想到他那消瘦疲惫的样子，我对他的一些埋怨也烟消云散。是啊，他所从事的变电运行工作性质，要求他时时刻刻都要百分之百的集中精力，百分之百的小心谨慎，百分之百的紧绷安全之弦，自己多承担点家务也是应该的，还有什么比让他安安全全的回家更重要的呢？因此，我平日尽力做好家务，照顾好老人、孩子，尽量不让他为家庭事务分心，给丈夫营造一个舒心、安心、放心的工作环境。

他安全，就是我安全；他平安，就是我最大的心愿。

记得那个八月的午夜，我的预产期提前，强忍着临产的阵痛，给远在200多公里之外的丈夫打电话，在电话不通的情况下，我拨通了调度组的电话，才知道当时正值庆阳市抗旱的紧要关头，他们此时正在进行扬黄灌溉工程的送电操作，痛苦与无奈的泪水模糊了我的双眼。我知道，也许此刻，汩汩的黄河水正流向千家万户的水窖，那里是一个没有手机、传呼存在的地方，是一个没有自来水、没有新鲜蔬菜的落后的地方。午夜12点，我想此刻他该是多么的忙碌，也许还没有来得及吃一口饭，没有来得及喝一口水，我要让他安心地进行倒闸操作。想到这里，我没有让调度组的大姐帮我转电话，我相信自己能够挺到天亮，能够安全的走进医院，心中默想，还有一个星期他就休班了，让他走进家门时，看到我们母子平安的等着他，他该有多么的惊喜。但是，第二天清晨，就在我准备赶往医院的时候，迎面遇到了匆忙焦急的丈夫，尽管我一夜未眠极度疲惫，但我对意外归来的坚强后盾深感欣慰。丈夫说，是调度组的同志将我临产的消息告诉他的，也是工区领导深夜打电话催促他回家，在变电站人员少工作紧的情况下还给他放了半个月的假。当女儿顺利地出生后，在产床旁守侯的丈夫也睡着了。丈夫归来时的焦急与现在的安祥，让我深深体会到，那位深夜催促职工回家的主任 良苦用心，如果我的丈夫坚守工作岗位，心不在工作那才是安全的隐患，一个星期后他带着喜糖高兴的提前返回了工作岗位。

我明白，搞好安全生产就必须保证后院的幸福安宁，往往领导的一声问候，亲人的一个电话，都能使我们忘记艰难，安心工作。

其实，我的丈夫只是电力职工中的普通一员，没有惊天动地的业绩，而我也只是尽到了一名电力职工和家属应尽的责任和义务。在我们的身边，还有许许多多平凡的家庭，有夫妻双双把先进劳模当的李娟、史润林，还有默默无闻爱岗敬业的王选歧家庭、、、他们都为电力事业的发展作出自己的贡献。我常常想，有多少电力工人，他们把自己的生命，把妻子、儿女的幸福，都交给了这一根根电杆，一条条银线。如果说，电力企业是那一座座铁塔，那么职工就是那一件件的塔材，他们的妻子、儿女就是那塔下的拉线，相互依靠、相互支撑……

有一首歌是这样：你是幸福的，我就是快乐的。在这里，我想说，你是安全的，我就是幸福的。

幸福的演讲稿 篇5

人活着不是为了痛苦，而是追求幸福，作为教书育人的教师自然也不例外。影响教师的人生幸福指数的因素很多，所教学生集体的学业是否成功，学习生活是否幸福，教师本身的工作是否愉悦，是一个至关重要的因素。教师要给学生以幸福，自己应先成为一个幸福的人，一个懂得如何创造幸福的人。有了幸福的教师，才可能有幸福的学习，才可能有幸福的学生。那么，怎样做，才能成为一个幸福的教师呢？

作为教师，要获得生活的幸福，我认为应该调整个人的工作生活方式：

1、在规定时间内完成规定的工作任务，不要轻易地透支生命去做于己不利，于人未必有力的所谓“奉献”。

2、要善于利用双休日，寒暑假和每天紧张工作之余的闲暇时间进行自我保健、游戏、娱乐、健身等活动，以调整身心、保持精神与身体的.健康状态。没有健康的身体，去谈幸福是不可能的，脱离生存环境谈师德问题是没有意义的，脱离事业发展进行师德修养是不起作用的。

3、保持心理的平衡和身体的健康只是善待自己最基本的要素，在专业知识上不断获得发展，在教学技能上不断取得进步，在道德层次上不断求得升华，使自己真正做到“与时俱进”，永不落伍，才是真正善待自己。

4、如果准备以教师为终生职业的话，我们还应该放弃不必要的攀比之心，善于从自己的职业优势中寻找人生的乐趣。不与经商者比财富，不与从政者比地位，不与他人比花天酒地，任凭“你黄洋街上炮声隆，我自然不动”，做自己该做的工作。

当我们从平凡的不能再平凡的教学生涯中感受到越来越多的乐趣的时候，当我们的内心的幸福溢于言表的时候，我们就能够用自己美好的心境，去创设学生的美好心境，用自己的幸福去营造学生的幸福。

善待学生就是善待自己。使学生感受到学习的快乐与成长的幸福的教师是最幸福的教师。那么，怎样善待学生呢？

1、善待学生就要爱他们，要了解他们。对一个好教师而言，只有了解了每一个学生的特点，才能引导他们成为有个性、有志向、有智慧的完整的人。

2、善待学生就要公平对待每一位学生，把所有学生视为自己的子弟。公平，这是孩子信赖教师的基础。

3、善待学生就要尊重他们的人格和创造精神，与他们平等相处，不盛气凌人，用信任和关切激发他们的求知欲和创造欲。

人有七情六欲，教师也是人，而不是神，有时也会闹情绪，也会悲伤，相处多了，矛盾在所难免。善待同仁，不仅是一种为人处事的态度，而且还是一门高深的学问。善待同仁可以多一些情谊，少一些纠纷；多一些合作，少一些竞争；多一些赞赏，少一些埋怨；多一些关怀，少一些冷漠。

在同事中寻找良师益友，在同事中找合作伙伴，在同事的经历中吸取经验教训，虚心向他人学习，取人之长，补己之短，无论是对自己、对他人还是对学校这个大集体，都是一件高价值的事情。

身为一名教师，我们就拥有了一份以爱为主题的职业，爱自己，也爱他人；播种着爱，也收获着爱；播种着幸福，同时更收获着幸福。幸福教师应微笑对待同事和学生，教师间的微笑可以使同事之间气氛融洽，更可以消除自己工作中的疲劳，减轻心理上的压力。透过微笑学生们会接纳你，会喜欢你，使他们以一种积极向上的心态面对学习与生活，也会使你的教学变得轻松自如，效果明显。给同事一份微笑，给学生一份微笑，生活也会回报你一份微笑，也许你的幸福就从这儿开始了。

快乐本为感觉，幸福取决于心情，教师工作性质更是如此。只要我们尽心尽力，追求心中完善的境界，无愧于“人民教师”这个关荣的称呼，纵然我们不刻意追求幸福，真正的幸福将会常驻我们的心中。

幸福的演讲稿 篇6

尊敬的各位领导、老师：

大家好，今天我演讲的题目是《让教育绽放幸福》，“有一种态度叫享受，有一种感觉叫幸福，学会面带微笑才能享受生活，懂得播种快乐才能收获幸福。”教育的幸福源自那些与我们朝夕相伴的孩子们。我们与学生一起欢笑、一起思考、一起成长，一路走来，我们感受到教育的幸福。享受教育，你就多了一份快乐的心情，你会把每一次挫折看成是考验，你会把每一种困难看成是磨练，而你，时时刻刻都能听到花开的声音。

幸福的教育需要爱与责任，回顾教育历程，分享教育幸福。20xx年，我初为人师，担任五所村小的英语教师，每个班一周只能上一节英语课。每当我推着自行车走进学校的大门时，总能听见学生欢呼雀跃的声音：英语老师来啦，太好啦！每当此时，我都感到莫名的幸福，肩上更多了一份责任。我要精心的上好这难得的一节课，对得起学生一周的期盼。不论上班的路多么难走，不论天气多么不好，我都要准时到达，因为那里有孩子们在等着我，我幸福着!

科任工作结束后，我调任中心小学，有幸成为二年三班的班主任。班主任的工作简单而繁琐，我是个要强的人，而且性子急。我曾为学生的不学习而大动肝火，曾为学生的思想工作而绞尽脑汁，也曾为学生的不理解而大动肝火。又一次，我的咽喉炎犯了，当我用嘶哑的声音艰难的讲课时，有一只小手举了起来，“老师，你别讲课了，你先休息吧，给我们留点作业，我们能管住自己的！”那节课教室里是那样的安静。中午，我的讲桌上摆了很多治疗嗓子的药，金嗓子，西瓜霜含片等，我流着幸福的眼泪，我的嗓子挺不住了，带着对这群孩子的眷恋与不舍，我离开了这个班级。

等我的嗓子恢复了以后，我又重新回到了工作一线，接受了一个更大的挑战，六年三班的班主任。还有一个多月的时间这个班就毕业了，这个时期的孩子是最不好管理的，他们就如脱缰的野马一样，况且教高年级学生的经验我也不是很多，我犹豫了，接还是不接。但我心底里的一个声音战胜了我自己：你是老师，你还害怕学生吗？第一节课，我就与学生做了心灵的沟通，说说他们喜欢什么样的老师，让他们每人给我写了一封信“老师，我想对您说”，通过这封信，我拉近了学生与我的距离，初步了解了他们的个性。第一天下班我就马不停蹄地对班里的三个男生进行了家访，俗话说：请贼先擒王。这三个孩子是班里最不听话爱打架闹事的孩子。天色已晚，走在回家的路上，累并幸福着，我期待着他们的转变，期待着他们能早日的接受我，不排斥我。慢慢的，班级的纪律明显好转，学生安静了很多。毕业考试的前一天，我走进教室，学生们已经全来了，“砰”的一声，彩带飘舞，掌声响起，黑板上面写着几个大字“老师我爱您”，我的眼睛湿润了，幸福与感动，我的付出得到了汇报，这么短的时间我赢得了孩子们的心，蛋糕飞舞，弄得我满身满脸全是，我毫不在乎，那一刻我和学生一起疯狂。这个令人担心的班级终于渡过了毕业的最后时间，有几名同学考试成绩在全年组名利前茅，紧绷着的一根弦终于松了下来，我把孩子们安全的送走了，我对得起孩子们，对得起自己，也对得起他们的前任班主任陈老师，我成功了，从未有过的满足，我幸福着！

转眼间，又迎来了活泼可爱的学前班孩子，有一次我和小朋友们聊天。我无意间问道：谁想让老师来抱一抱？话音刚落，四十多个孩子把我围的水泄不通，我和孩子们抱成了一团，孩子们是那样的开心，我又何尝不是呢，我是那样的幸福着！

做一个幸福的教师，感受教育的幸福。“路慢慢其修远兮，吾将上下而求索”，这是我心灵的牧歌，路在远方，我在路上。如果你是真心的热爱教育事业，那么教育就能绽放幸福，那么，我们如歌的生命也会因这幸福而曼妙飞扬！

幸福的演讲稿 篇7

曾有这样一个调查：世界上谁最幸福？在上万个答案中，有四个最精彩：吹着哨欣赏自己刚完成的作品的艺术家；给婴儿洗澡的母亲；正在沙地上堆城堡的孩子；劳累了几小时终于救活了一个病人的大夫。而我的幸福，就是在深井作业时，心有阳光；从矿井上来，看见阳光。

心有阳光，是一种积极进取的人生态度，是一份乐观拼搏的境界追求，是面临困境时淡淡的一丝微笑，是遇到挫折时一张张自信的脸庞，是对未来永不言弃的精神力量。

阳光不仅仅指脸上绽放的笑容，它源于内心的一种感悟，源于内在的一种沉淀，更是对人生的一种解读。阳光，是温暖的感受，是积极的状态，是向上的精神，是思想的多彩和个性的完善，是言谈举止自然流淌出的浓浓爱意，更是一种人生开阔而明朗的境界。

很多时候，人生或际遇，并非自己能安排，在上帝面前人无助得像一架木偶，两臂的绳线并不在自己手头。我和我的祖辈都是煤矿工人。我经常问自己：我幸福吗？我曾经觉得自己不幸福，总是感慨上天对自己的不公。我觉得幸福离我很远，遥不可及。很多时候，瓦斯泄漏、山体滑坡、坑道塌方让我的生命并不属于自己。

一天傍晚，我坐在一块石头上小憩，夕阳暖暖的照在我身上。一棵白……

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找