

# 自强自立演讲稿 自立自强演讲稿(优秀5篇)

演讲稿具有宣传，鼓动，教育和欣赏等作用，它可以把演讲者的观点，主张与思想感情传达给听众以及读者，使他们信服并在思想感情上产生共鸣。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很难吧。下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

## 自强自立演讲稿篇一

大家上午好！我是来自初xx班的。我的题目是“自尊自爱自信自强”。

在很久以前，有一个少年想要明白人的尊严究竟是什么，于是去请教一位智者。智者没有回答他的问题，却让他做三件事：第一件事是让他脱光衣服到市集去走一趟。少年听后大吃一惊。第二件事是让他去奉承一位富人，并且让那位富人赏给他一写钱，少年听后满脸疑惑。第三件事是如果少年的叔叔当了大官，让少年到处去炫耀，有的人会对他另眼相看，少年听后，扭头就走。

相信这位少年已经得到了答案。尊严就是要尊重自己、爱护自己，同时，还要让别人也尊重自己。

自尊是人格的基石，是一种对自己人格的重视和肯定的情感，自尊就是尊重自己、爱护自己、从身体、仪表到行为、心灵，维护自己作为一个人的尊严，不做有损人格的事情，不向别人卑躬屈膝，也不容许别人歧视或侮辱自己。

悲观叹息不能使我们前进一步，而自强不息却可以改善我们的不足。

在我们大家身边，自信自强的例子有许许多多。

前世纪重量级拳王乔·弗雷基在比赛前，都会想到寝室天花板上贴着的那张用英文着“yes.i can do it(我能行)”的大报纸。弗雷基说：“哪怕是受到猛烈的一击，只要想到这几个字，便会产生一种奇妙的力量。”从而打败对手。大家熟悉霍金吧，这也是一个映像深刻的人物。他从小体弱多病，花临绝症而树立了良好的信心，凭着这一点自信，居然出现了奇迹，战胜了许多病魔。

当然，也有许多就差一点信心而与成功擦肩而过的事例。

20xx年，英国一位女医生弗兰克林在衍射的照片中发现dna的螺旋结构，经研究，她提出大胆的假说，并以此为题作了一次出色的。但许多人怀疑照片的真实性，在这些压力下，她动摇了，想了想，一个普通医生怎么能有这么大的研究呢？便公开否认了自己的假说。后来，另外两位科学家在这个领域取得了重大的成果。并获得了诺贝尔奖。但比弗兰克林晚了两年。中国体坛上曾经有一位耀眼的新星，由于缺乏自信，也最终败了下来。

成功可能是属于你的，但也可能与你擦肩而过，这都要看你自己到底有没有信心将成功夺过来。

在这里，我想告诉大家：自尊使我们能更好的立身社会，自信使我们的人身更有价值。我们应该实事求是的认识自己。让我们共同誓言：作一个脚踏实地、自尊自爱、自信自强的中学生吧！

谢谢大家！

## 自强自立演讲稿篇二

荀子说：锲而舍之，朽木不折；锲而不舍，金石可镂。人生充

满未知，命运总是颠沛流离，若要经得住大风大浪，一颗坚毅的心必不可少！坚毅可以磨练性格，锻炼意志。雪，越是寒冷，越是晶莹。在风雨中不敢怒放的花朵，在阳光下结不出丰硕的果实。

麦当劳有许多成功的经营理念，其中有一条便是坚毅。麦当劳创始人雷克罗克常说：世上没有东西可以取代坚毅的地位。有才能而失败的人比比皆是，才华横溢却不思进取者众多，受过教育但潦倒终生的也屡见不鲜。唯有坚毅的人无所不能。两年前一个研究生的故事足以震撼我们。何国英，这个xx校园最具有影响力的人物，这个在几年间被绝症一再光顾，两次大手术，一次又一次化疗，如同风中之叶的女孩，只是因为对生命的坚持，对学业的执着，和对家人及朋友的爱，坚持着异常艰辛的科学研究，直至在生命的最后通过硕士论文答辩，安然地离开。常人难以做到的坚毅，她却做得如此完美。

坚毅是人的精魂，失去坚毅的品格，即使活着也只是行尸走肉。坚毅支撑着我们的人生，而自强可以使我们短暂的人生更加精彩。

面对事业的挫折，人生旅途的失误，理想的破灭，有很多人啜泣，但现实生活是严酷的冷漠的，它对身处逆境者从来没有抛洒过同情的泪水生活不相信眼泪，命运呼唤自强！

什么是自强？自强介于自卑与自负的两个极端间。自强是自己努力向上，在思想上有不断进取的精神，在行动上有所拼搏力争的劲头。坚持还是放弃，时常是一念之差。许多人在不幸中远离自暴自弃，演奏出生命的最强音，18个月大时就失去听觉的海伦凯勒，以自强的信念坚定地走着人生的每一步，为残疾人事业不懈奋斗。像这样的人的名字还有很多，他们用行动来震撼时代。

自立是自强的更高境界，是一种执着追求的信念。莎士比亚

出身名门，家财万贯，但他没有沉溺在家中的奢侈生活，而是独立谋生，非凡而广泛的人生经历塑造了他的精神，也为后来的作品奠定了基础。任何一个成功的人。其后都有着他们的拼搏进取，坚毅奋斗的历程。

那么我们呢？五千年的历史赋予了我们辉煌的文明，然而自近代以来，蒙羞和屈辱几乎取代了一切。但还是有人站了出来。他们反抗击碎了祖国是东亚病夫的说法，建立了新的国家。

可是生活在安定时代的我们，没有了战火，没有了贫穷，难道就应该做一个在精神上没有断奶的幼儿，生活在没有独立人格、没有人生理想、没有自强精神的世界中吗？不该，不能，天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。作为新时代的年轻人，我们脚下的路还很长很长。同学们，让坚毅成为我们的信念，让自强成为我们的脊住。为了自己的理想，不懈拼搏吧！

### **自强自立演讲稿篇三**

小时候，我出生在一个富裕的家庭。父母虽然是普通农民，但他们的勤劳善良让我有了无忧无虑的童年。然而，那天出了事故，一切都变了。人们常说：“天有不测风云，人各有志”。那是十几年前的第一个月，在我生日的那天晚上，我得到了一个晴天霹雳的坏消息：父亲因为一次意外失去了左臂，从这样的一个夜晚开始，我在幼小的心灵中播下了坚强的种子！

突如其来的变化让我的家人陷入悲痛之中。爸爸每天吃很多药，妈妈苍白的脸让我很难过。所以，我一直想用自己的力量为这个家做点什么。从那以后，爸爸的洗衣、剪指甲……都是我做的！我学会了做所有的家务，而其他人仍然在父母的双重照顾下长大。就这样，慢慢的，我开始承担起家里的重活。不知道什么时候才能看到这一天的“阳光”，但我知

道成长的艰辛已经为它奠定了基础。

那年夏天，妈妈又得了重病，越来越严重。父亲攒了些钱，最后决定带母亲去鞍山看病。由于当时哥哥还在上大学，家里的一切都落在了我的肩上。每天都要上学，在家喂猪喂几十只鸡。我必须做作业和做饭。虽然我很累，但我知道我必须坚持，因为不仅我的父亲，我的母亲都需要一个依靠的灵魂。我想成为一个坚强的孩子。让他们感到欣慰。但是，天灾人祸是无法避免的。一场无情的大雨从蘑菇棚里倾泻而下，父母们努力工作以求摆脱困境。中午放学回来，我简直不敢相信这一切。所有的细菌都起泡了，意味着这半年的辛苦和一万多块钱都白费了，眼泪和雨水混在一起，站在雨中真的很茫然。但冷静下来后，我向邻居求助，希望尽可能挽回一些损失。我和来帮忙的邻居一起工作。让雨水打湿他的衣服。一双小手被木板切开。然而，我根本无法照顾它。最后，经过我的努力，父母回来的时候，我挽回了一大半的损失。

从上小学那天起，我就是最后一个交学费的。但是我从来没有抱怨过，因为我知道父亲在尽最大努力不让我辍学。当然，每当我处于最困难的时候，我也想退学，但是当我想到父母最大的希望，我和哥哥就能上大学。为了不辜负父母的期望，我放弃了这个想法，我更加珍惜这个难得的学习机会，因为我知道这个机会来之不易。

每年寒暑假，我都在不同的地方工作。虽然有时候会被老板批评，但我明白这也是一种成长的方式。每天回家都会努力的笑着告诉爸妈我不累，但是再坚强也会在角落偷偷哭。哭过之后，我会给父母留下一张笑脸。把眼泪咽到肚子里，告诉自己明天会更好。也许你不知道，每次我把打工的钱交到父母手里，真的有一种同龄人感受不到的成功感。所以在学习的时候，我会克服自己的弱点，努力提高成绩。除了工作和做家务，我更注重学习。虽然工作了一整天拖着疲惫的身体回家，但我也坚持学习到深夜。今年中考，考上了我梦寐以求的岫岩高中。进入高中后，我更加注重学习，因为对我

来说，学习上的这个难度根本不算什么。这次考试，我考进了全校100名学生的名单，这是我对父母最好的奖励。看着父母的笑容，我觉得比以往任何时候都开心。我能问心无愧，对得起父母养育我的艰辛。

每个人的人生都是不一样的，所以我不会抱怨自己过早的承受了人生的痛苦。虽然，我也羡慕同龄人的华丽服饰和无忧无虑的生活……我也渴望成长的快乐，但我知道，草木的盛开是它成长的必经之路。我相信在我的生命中会有那么一个瞬间，它会美丽的绽放，但它会在后面到来，我坚信在暴风雨过后，我会看到更美丽的彩虹！

## 自强自立演讲稿篇四

在孩子们的心中，父母就像是一堵永不倒塌的墙。可是，没有哪一个人永远做孩子，也没有哪一个人永远站在家庭的屋檐下。踏入人生，离开父母的港湾，离开亲友的帮助，是人生的成长之路。我们必须学会自立。

生活上需要自立。我们现在还没有成年，暂时不需要自己去打工养活自己，但我们最基本的自立本领就是我们能够自理，管理好自己的零用钱，自己的事情自己做，自己煮饭等等。成年后，就要懂得自力更生，自己养活自己。社会上流传着这样一句话：“真正懂得教育孩子的家长，给予孩子的绝不是万贯家财，而是一笔自立自强的精神财富。”美国五百家大公司之一的总裁斯坦利先生是世界巨富，他让孩子懂得如何理财，如何赚钱，如何对待金钱，同时告诉孩子，自己辛苦挣得的钱是最珍贵的，要学会自己自立。

学习上需要自立。当今有很多学生并不把学习看成是自己的事，经常要父母监督着、责备着来学习。有的人埋怨自己的父母不是大学生，自己比别人落后就觉得理所当然，但其实，学习最终还是要靠自己。诚然，古今中外“将门虎子”屡见不鲜，居里夫人的女儿是科学家、诺贝尔奖获得者；三苏同

是“唐宋八大家”……他们从小就受到父母的熏陶，使他们对某门学科产生兴趣，这是他们成才原因之一。我国数学家张广厚的父亲是个目不识丁的矿工，家境贫寒，然而张广厚在艰难中自强不息，靠自己的努力，刻苦攻关，在数学研究方面取得了卓越的成就。可见，他们的成功绝非靠父母遗传，而是靠自己的努力。常言道：“师傅领进门，修行在个人。”父母、老师给我们指明方向，指出学习方法，他们也不可能一辈子伴随着我们走，进一步地学习、钻研就要靠自己了。

工作上需要自立。俗语说：“在家靠父母，出外靠朋友。”但这句话，在现在的社会中已经不大适用了。当今社会需要竞争，需要真材实料，需要diy(自己动手做)人才，那些“走后门”的人已经没有什么地位了。在工作上自立，就要懂得自己找工作，靠自己的力量步步高升，善于在领导面前展现自己的才华，不整天哀叹怀才不遇，自立自主地完成任务，自立解决困难，勇于尝试等等。要如雨果所说：“我宁愿靠自己的力量，打开我的前途，而不愿求有力者垂青。”要相信“我就是我自身的主宰！”杨澜读大四时去应聘央视主持人，面对如林的强手，她毅然对评委说：“不管你们选不选我，但我今天一定要把自己表现出来。”她也确实这样做了，结果，她击败了众多强手，如愿以偿。宋代著名散文家苏洵曾将自己精心撰写的22篇文章拿给翰林学士欧阳修看，得到了欧阳修的赏识，并将其推荐给朝廷。

正是因为生活这个火炉，我才有机会学会自立，正是因为自立，我可以走的更远，飞得更高。

## 自强自立演讲稿篇五

自立就是自己的事情自己干，明确自己的责任，并勇于承担自己的责任。我们应该要从我们平时在做的小事做起，从自己的能够做的事情做起，努力的做一个能够自立的人。

众所周知的作家张海迪，他5岁就患上了脊髓病，可怜的她从此胸部以下全部瘫痪，在如此大的打击下，她没有放弃、没有失望，而是勇敢地站了起来。从那时起，她用超人的毅力开始了她独立的人生。因为残疾使她无法像常人一样上学，于是她便在家中自学了中学的全部课程。除此之外她还自学了大学英语、日语、德语和世界语，并攻读了大学和研究生的部分课程。

从那以后，张海迪走上了从事文学创作之路，先后翻译了《海边诊所》等数十万字的英文小说。编著了《生命的追问》等书籍。她的众多作品先后在各国出版。在我们的身边也有一个自立、自强的好榜样，他名叫小江，他家境优越，生活无忧无虑，但他在上中学时就自觉培养自立的能力。进入大学之后，他开始尝试勤工俭学，先后做过推销员、家教、服务员等工作，在实践中学到了不少东西。

临毕业时，某著名公司来学校招聘人才，经过面试和考察很快相中了他。这些事例都告诉我们，只有自立、自强，才能创造出美好的未来；也只有自立、自强，才能让我们战胜自己的命运。如果我们一直生活在家庭、学校的保护伞下，那么我们做人是失败的，我们的命运将是悲苦的。

有这么一对夫妇，他们晚年得子，十分高兴，把儿子视为掌上明珠。捧在手上怕飞，含在口里怕化，儿子长大后什么事情都不让他干，结果，他们的儿子连最基本的生活也不能自理。一天，夫妇俩要出远门，怕儿子饿着，于是，就想了一个办法，烙了一张大饼，套在儿子的颈上，告诉他想吃时就咬一口，但等他们俩夫妻回家时，儿子还是饿死了。原来，他只知道吃颈前的饼，不知道把饼转过来吃。

从中告诉我们，依赖会使我们的人生充满悲剧；会使人缺乏独立自主的能力和勇气；丧失人格；甚至走上违法犯罪的道路；贪图享受的人，也是不可能在社会生活中自立的。



我们要自立，首先，应树立自立的观念，为自己定一个可行的自立目标；其次，要立足于当前生活、学习中的问题，从我们身边的小事做起；同时，要培养自己的自立能力，也要大胆的投身到社会实践。

因为只有在社会生活中反复的锻炼、不断实践，才能逐步提高我们的自立的能力。让我们全面地看待自己，让我们的人生充满自立意识，让我们的生活从此与众不同，让我们一起享受自立带给我们的无穷乐趣。俗话说的好：“滴自己的汗，吃自己的饭，自己的事情自己干，靠人靠天靠祖上，不算是好汉！”这句话充分说明了我们应该自己的事情自己干，勇于承担自己的责任。

朋友，驱走我们的依赖心理，让我们用轻松的脚步走向自立的世界，用自己的双手去创造属于我们自己的世界，让我们以后的人生更加灿烂和美好。