

坚强演讲稿(通用9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。那么演讲稿怎么写才恰当呢？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

坚强演讲稿篇一

大家好！

初中毕业后，她背着行囊去追寻自己的梦想。一个人，踏着沉重的步伐，背负着沉甸甸的希望，头顶着炙热的太阳。她明白了孟子曰：天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身的含义。这是一个神圣的使命。

当她承载着父母的希望，去闯，才发现自己需要坚强！

当她在通往神圣天堂的征途上，才知道这个梦想很奢望，甚至会让父母为之遍体鳞伤！

以前的她喜欢着黛玉葬花的柔情、娇滴，现在的她像着花木兰替父从军的自强。每天在校都重复着单调、枯燥的生活节奏：吃饭、读书、睡觉，在其中她生了一身寂寥，她的心容不下流失的过客，因为只有信念！有时的她会因为营养不足出现身体虚脱的状况，可她为了替父母减轻经济负担，为了省下每一分钱，用好每一分钱，力行着节俭。生活的压力与无奈，使她明白了“适者生存，不适者淘汰”的道理。于是，她懂得了用知识武装自己。

为了改变命运，为了父母，为了一个执著，为了一次美丽的蜕变，她一个劲的努力。在解答不了题时，她一个劲地哭了，同桌诧异地看着她，安慰着她，可孰知这是她的寂寞？她抱

怨着自己的笨，捶打着自己，她想起了辛勤劳作的父母，泪如雨下。想着妈妈因劳累过度，脚痛得呻吟的场景；想着爸爸娇小的身影，为了她，爸爸带病挣钱，那瘦削的背影，日益佝偻。一幕幕的情景，都残酷的鞭挞在她的心里！爸爸，您给的坚强，我都牢牢记在心里。

妈妈，我要轻轻地告诉您：您的女儿很坚强！当您听到书殿的钟声敲响，那就是我到达了最圣洁的天堂。

我要担负着我的行囊，去追逐我未完成的梦想！

坚强演讲稿篇二

常言道：“自古英雄多磨难，从来纨绔少伟男。”中国历史上的无数事实已充分证明了这一点。一个人适当地经受一些磨难，对于其自身的成长和事业的成功都是有帮助的。

磨难有两种情况。一种是来自外部，这是自我无法预料的。如，某个突发事件导致自然环境、社会环境以及家庭环境的突变；或外部的巨大打击，使人的身心遭受严重伤害等。这也就是人们常说的逆境。逆境有利于砥砺人们的坚强品格，有利于磨练人们的意志。当然也会使一些意志薄弱者失去信心，自暴自弃，从此一蹶不振。还有一种磨难是来自内部，即自我磨难，这是人自觉地、有意识地给自己施加压力，自找“苦”吃、找“罪”受的过程。对于处在“顺境”中的人们，应当加强自我磨难，这是自我修养的重要步骤，有利于磨练出坚强的意志品质，为事业的发展打下基础。

在现代社会中成长起来的孩子，由于从小受到家长的精心照料、全心呵护，很少体验到生活的艰辛。有些家长只让孩子专心读书，其他的事全都包办，从各个方面尽量满足孩子的要求，一切为孩子着想，不肯让孩子受一点地委曲。可是，人生的道路还很长，难免会遇上大风大浪，会碰到艰难困苦。如果不从现在开始有意识地磨练意志，进行吃“苦”磨练，

那么，他们长大后就很难适应社会，无法经受生活的考验。今日的短视，将会导致明日的苦难。我们今天的磨难、吃苦，是为了将来少吃苦或不吃苦。说白了，就是将来遇到苦也不觉苦，能以坚定的信念、顽强的意志、乐观的精神去迎接任何风浪的冲击。

俗话说：“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”只有从日常生活中的点滴小事做起，不断磨练自己的意志，经得住困难的考验，才能锤炼出百折不挠的精神，才能使自己在突发事件中沉着冷静，有较强的应变力和心理承受力。

尤其是如今生活在现代都市里的孩子们，优越的生活条件使他们失去了经受艰苦环境磨练的机会，使一些人的意志松懈、性格懦弱、经不起风雨。孟子说：“生于忧患，死于安乐。”作为一个生活在“顺境”中的人，决不应当使自己满足于现实；停滞在安乐之中。尽管目前我们不需要花太多的精力去战胜恶劣的环境，但我们必须花很大的精力去战胜自己、去战胜存在于自身内部的困难，如懒惰、散漫、贪玩、任性。管不住自己、怕吃苦。没主见、爱着急等不良性格特征。其实，日常学习和生活中的许多看似平常的小事，也都需要有意志来完成。

我们每天都在生活、学习和工作，因而，自我磨难就要从日常生活的具体小事做起。三国时刘备说过一句名言：“勿以恶小而为之。勿以善小而不为。”这两句话告诫我们，日常生活小事不可忽视。首先，由小可以见大。一个人的精神境界和思想品质往往可以从小事中表现出来。其次，由小可以变大。大事往往都是从小事演变而来的。俗话讲；百丈之台起于一石，千里之堤溃于蚁穴。积少可以成多，量变可以引起质变。所以，小学生要磨练坚强的意志，必须从日常生活中的一点一滴的小事做起。

第一，在日常生活中，要鼓励自己战胜自我，超越自我。要自觉地克服自身存在的每一个缺点、错误，弥补每一个不足。

如：学习上的被动性、生活中的懒惰思想、极强的依赖感和没有耐心等。

力，坚持自己的事情自己做，包括洗衣、做饭、打扫卫生等。当遇到困难时，不要急于找他们帮忙，而是要认真思考，争取自己解决。

执行，持之以恒，坚持不懈。当有外力吸引时，你仍能按照原来的计划完成学习任务，以此锻炼自己的毅力。

第四，每天坚持体育锻炼，特别是进行一些运动量大的锻炼。在酷暑、严寒时，仍坚持到户外练习，也可以练习长跑、冬泳、洗冷水澡等。

第五，当遇到学习上的失败、生活上的失意或人际关系的和谐时，千万不要灰心，要把这些暂时的困难当作是对自己的考验。要认真分析问题产生的原因，正视现实，认识自己。如果是自己的错误，就要勇敢地承认，并接受别人的批评。把挫折作为一种新的动力，鼓起勇气，克服困难，继续前进。当你走出这片低谷之后，会突然发现自己又来到了一个新的境界。

当然，日常生活中的小事还有很多，只要你增加了自我磨练的意识，就能够自觉地加以锻炼。特别是先从上述几方面入手。一定会有所收获，一定会成为生活的强者。

坚强演讲稿篇三

大家好！

不害怕痛苦是坚强的，不害怕死亡更坚强！坚强，是一种精神，更是一种美！

我是一个个子不高、长着圆圆的娃娃脸的女孩，像小白兔一

样娇小，所以私自以自己像小白兔一样可爱而高兴。但是，那次以后，我知道我错了，我远远比不上小白兔，因为我从没向往过、也从没学会坚强，小白兔的美，不仅仅因为外在的可爱，而坚强才是你真正的美！

每次去我家的兔棚时，我都会被小白兔们的活蹦乱跳的可爱劲所感染，我们便如同朋友般快乐的玩耍。可是那天我再次找我可爱的朋友玩时，它们带给我的不再是开心，而是伤心及感动。

那天，我所看到得不再是兔笼，而如同古战场一般，小白兔们如同英勇的战士，而敌人是那场瘟疫。在落后的国家里，没有实力，战士在英勇，也战胜不了敌人，就像小白兔，它永远战胜不了病魔，除非他有“实力”——抵抗病魔的免疫力。

在这个古战场中，我看见了让我记忆深刻、最感动的战士，她嘴里吐着血，是被敌人打中了，那鲜红的血深深地烙在我的心上，但她并没有倒下，她还在坚持爬动，她在与死亡作斗争，她想活下来，好好的活着，在生命的最后，她的挣扎是他坚强精神的象征，她的坚强让我真正看到了她的美。

也许结局很凄惨，但这个故事很美，美在于你的坚强。

坚强是你真正的美，你的真美吸引了我，我佩服你。

我的演讲完毕。

谢谢大家！

坚强演讲稿篇四

大家好！

儿时的我，曾经问妈妈：“妈妈，坚强是什么？”妈妈总是微笑着回答：“坚强就是不怕困难，微笑面对困难，输得起，当然也赢得起！”这时，我会似懂非懂地点点头。而现在，我真的体会到了坚强的意义。

这件事就发生在今天，我们学校举行“牵手美文，经典诵读”活动，我激动不已。

前几天，我听到这个消息时，早已跃跃欲试。经过老师的选拔，我和我的几个朋友被选为领诵。我心中无比自豪！排练时，同学们都很认真，都拿出自己的表现，只想为班级争光，尽自己的一份力！

活动这天，同学们都精心准备着。正式表演了，大家都拿出自己的朗读水平，展示自己的才华！

朗诵完毕，同学们都信心满满的以为第一名非我班莫属。可是，比赛结果出来后，却事与愿违，我们班是全六年级中分数最低的一个班级。这消息宛若一道晴天霹雳，重重地劈到我们的头顶上。我们的希望彻底破灭，人一下就像从天堂坠入到地狱，那种失望的感觉真的无法形容！

这时，老师把我们叫到跟前，心痛的对我们说：“孩子们，别哭了！咱们虽然输了，但在老师的心中，你们永远是最棒的！我们重在参与，我们享受的是这个过程！结果对我们来说无所谓！咱们要赢得起，也要输得起！你们懂了没有？”“嗯！”我点了点头。

老师的这番话，让我恍然大悟：“是呀！在漫漫的成长道路上，人生怎么可能一帆风顺呢？我要赢得起，也要输得起！在摔倒的地方再重新站起来，朝着理想的目标前进！”在这一刻，我学会了坚强！

学会坚强！

我们要学会坚强！我们不可以这么胆小，我们以后的路还有很长，我们不可以在这里半途而废，我们不需要别人的可怜，我们有我们自己来可怜自己。

我们要学会坚强！我们是新中国，我们是未来的希望，我们在国旗下宣誓，我们要坚强！我们不可以放弃，至少为了我们的祖国。

我们要学会坚强！我们不能一直生活在别人的世界里，我们不能依赖别人，我们要靠自己，我们有自己的生活，我们要学会自立，因为我们有自己独特的性格。

学会坚强！

我们要学会坚强！在未来的路上，会有很多挫折，我们不能就此放弃，我们要走自己的路，可是你并不孤独，要知道，你，并不是一个人，有那么多的朋友在支持你，来吧，加油！

我们要学会坚强，如今的社会上，也许有很多人很多事都不如你意，可是你不能放弃，我们要乐观面对生活，要知道有一个有一句话是这么说的：伟大的心胸，应该表现出这样的气概——用笑脸来迎接悲惨的厄运，用百倍的勇气来应付一切的不幸。是啊！我们要坚强！

学会坚强！

我们不能这么懦弱，要知道，有那么多革命烈士为了新中国抛头颅洒热血，不能在我们这一代的手里携手供让，我们要坚强，我们不能辜负了那些革命前辈，我们不能放弃，加油！

我们一定要“学会坚强”！

坚强演讲稿篇五

大家好！

在我深深的脑海中，我永远也忘不了那个地方，那个人。

想起在我老家住的那段日子，我便不由自主地想起一个人——林大伯。

林大伯住的房子非常简陋，一张一个人都难以睡下的小床，两张陈旧的椅子，一扇摇动起来就会发出“吱吱”的叫声的门。如果要我住在这样子的地方，我是肯定会极力反对的，可林大伯却住得异常舒适。

他的儿子在一年前的车祸中去世了，接着他的老伴因重病加身且伤心过度也去世了。只剩下他一个人孤苦伶仃地生活着。

林大伯自己有一些田地，他一直以种卖蔬菜为生。他卖的蔬菜一直都是很便宜的，每当有人买他的菜的时候，他总是会回以灿烂的笑容，这让他满脸的皱纹更加突显。

有一次，我看他如此地可怜，便把我的零用钱用纸皮装着，偷偷地放在他的菜篮子里，然后悄悄地溜走。他回到家后，发现了纸皮里的钱，于是便放下手中的农活，到处去询问这些钱的来由。他挨家挨户地去问，却怎么也问不到。当他问到我家的时候，我坦荡地告诉他是我放的，还想着他会感谢。可是，他却对我说：“小朋友，这钱我不能要，你还是拿回去吧！”我对他说：“这钱是我给您的，您一定要收下。”就这样，我们争执了很久。最终，我还是争不过他，便对他说：“好吧，好吧，就当是我给您买一些菜吧！”他这才收下钱，回家去拿了一些等价的蔬菜过来给我，并留下一个灿烂的笑容。看到他满脸的皱纹，我不禁心里一振，想：是什么力量让他这样生活下去呢？哦！一定是坚强！我也要做一个坚强的人！

我会永远铭记着：在我老家，有一个让我懂得坚强，学会坚强的人——林大伯！

坚强演讲稿篇六

大家好！

生活就像海洋，只有意志坚强的人，才能到达彼岸。——马克思

世界上最坚强的东西是什么？是血肉之躯里深藏着的意志，摆在面前的是这样一个人的履历：他，21岁时做生意失败；22岁时，角逐州议员落选；24岁时，做生意再次失败；26岁，爱侣去世；27岁时，一度精神崩溃，曾想到自杀；34岁时，再次落选；45岁时，提名副总统落选；49岁时，角逐联邦众议院再一次落选；52岁时，当选美国第十六届总统。这个人，就是阿伯拉罕·林肯——美国历史上最伟大的总统之一。

无疑，林肯的举动给全世界的人们树立了一个很好的榜样，他用行动向我们证明了没有什么是不可能的。很多人看到这则故事，都对林肯表示敬仰，可的是到最后的淡淡一笑与抛于脑后。很多时候，我们有目标，也准备去实现，却因种种原因最终选择放弃。很多时候，不是我们没有能力，而是不懂得怎样展示自己。也许你会说，如果每个人都像林肯那样，那不是每个人都可以成为伟大的人甚至总统吗？我要说的是你那样做了，至少会比现在过得更幸福。也许你是一个知足常乐的人，也许你对权力、金钱、荣誉通通都不在乎，也许你想做一个低调的人，但是，不是人人都能低调的起来，可以低调的理由是随时都能高调。又或者你对林肯抱有嘲讽态度，或许你会说何必再一棵树上吊死，可是，至少人家努力过，有一个明确的目标，可你呢？连努力也不曾奢侈过。

在这个世界上，有才的人有很多，懂得用才的人却寥寥无几，那些少数的人成为了科学家、语言家等，剩下的只成为了平

凡人。不是每个人都能成为ceo，也不是每个人都能成为李嘉诚，更不是每个梦想都有机会去实现，但只要努力，有一颗坚强面对挫折的心，成功也会向你招手的。想在的人都在说自己不够坚强，不能承受命运的挑战，说社会太复杂，人心太冷漠，遭遇个什么事都会哭个不停，你何不坚强一点呢？振作下去，上帝也会和你成为朋友。

相信每个人都认识著名的塞林格吧！他被誉为永远的“守望者”，在他前期的写作中，作品都不是太理想，没有什么独到之处，经历了多次拒稿，但他以坚强、持之以恒、越挫越勇的斗志，迎难而上的自信，让他最终能脱颖而出，成为著名的小说作家，这才有了现在无人不知，无人不晓的《麦田里的守望者》，这让我们不得不再次相信是金子终会发光，坚强的意志会冲去所有的遮蔽。

也许你难以相信，但这的确是事实，你不要抱怨现在的社会，也不要怨恨别人，别人对你的打击也许会让你成功，许多次的失败不过在锻炼你的意志力，你要告诉自己：我能挺过去，明天睁开眼，也许我就是各大报纸争相报道的明星了。这个世界，一夜成名的人有很多，你不要怀疑自己，你也可能是那个幸运儿。

朋友们，请记住：坚强铸就人生。在困难来临的时候，不要逃避，用坚强之心、努力之剑向它发起挑战，成功也必定离你不远，相信自己，你就是人生的成功者。

坚强演讲稿篇七

秋风渐渐的萧瑟，天气渐渐地冷寒，但我们却无所畏惧，因为我们始终有一颗坚强的心，为我们战胜寒冷驱走阴霾。

只有坚强才会充满希望，只有坚强才会坚定我们的信仰，才会让我们无所畏惧，乘风破浪奔向我们的理想，创造属于我

们的辉煌。

坚强是懦弱的反义词，它不但能战胜懦弱，更能战胜自我，给我们劈开荆棘，把炼狱般的煎熬当成洗礼，经受生之痛，死之舞，不失对生活的微笑。

坚强，就是把对生命的眷恋，对美好的向往，转化成一种信念，一种执着，督促我们不断向前，战胜前面的一切困难，到达幸福的彼岸。

坚强，让我们放弃忧伤，不再彷徨，迎着风浪，向着我们的梦想起航，在孤独中点亮一盏心灵的灯，指引我们寻找光明。

坚强，是让我们更好的珍惜亲朋，永不放弃，永远珍惜，用我们坚强的目光坚定他们一颗温暖的心。

坚强，就是责任，让我们对工作始终充满热情，充满激情，不畏惧困难，把工作完美的做完。

坚强，就是为了让我们更加珍惜生命，不在孤独中迷失自己，不在困难中放弃自己，不再失落中找寻自己，体验困难，在磨难中历练自己，认知自己，鼓励自己，在无常中感知生命本质，学会宁与安详，学会用乐观的心笑看云起云散花开花落。

同学们：

1994年初，有篇《夏令营中的较量》的报道，引起社会的强烈反响。

报道表明，中国孩子和日本孩子相比，暴露出意志和生存能力的薄弱，以及自立、自强、吃苦耐劳精神的缺乏。

这就暴露出我国教育(包括家庭、学校和社会教育)的弱点。

当前，绝大多数孩子是独生子女，在家是“小皇帝”、“小公主”。

家长们既望子成龙，又娇惯溺爱，致使有些同学懒惰、懦弱、自私。

学校教育长期存在重分数、轻能力的现象，社会教育又偏于营养增智，缺少磨练性活动。

这些弊端使同学们养成了依赖性强，独立性差，经不起挫折，缺乏克服困难的勇气与毅力。

这种状况是非常令人担忧的

少年儿童是祖国的花朵，未来的希望，将要面对国际激烈竞争的挑战，担负起强壮民族脊梁的重担，所以我们从小就要养成艰苦奋斗、勤劳朴素的好习惯。

艰苦奋斗、勤劳朴素是中华民族的优良传统。

艰苦奋斗，意味着学习上孜孜不倦，刻苦努力；生活上勤劳朴素，吃苦耐劳；意志上坚韧不拔，奋发向上。

为此，同学们要认真学习中国现代史，去追溯前辈艰苦创业的历史，探寻事业成功的奥妙，理解艰苦奋斗的真谛，从而养成艰苦朴素、勤俭节约的好习惯，成为合格的跨世纪建设者和接班人。

同学们，这就要求大家从小事做起，从自身做起，从现在做起，做到“三不”、“三提倡”、“五节约”，即不比吃、不比穿、不摆阔；提倡吃得科学，穿得整洁，学习刻苦；节约一滴水、一度电、一分钱、一张纸、一粒米。

因而，同学们在日常生活中要学会帮爸爸妈妈做家务，积极

参加社会服务、公益劳动等各项活动，还要严格要求自己，在不断实践中，付出艰辛的劳动，在经受挫折和磨难中，形成勇敢、坚毅的心理素质，懂得团结合作、友爱互助精神的可贵。

同学们，鹰的翅膀是在搏击风浪中练硬的，挺拔的松柏是在傲霜斗雪中成长的。

愿大家勇做翱翔蓝天的雄鹰，不做贪图安逸的麻雀；要做山巅松柏，不做温室花朵。

谢谢大家！

在灾难面前，或许多数人会选择迅速逃离，少数人会选择舍己救人，不过经过了这次汶川大地震，大家的观念会就此改变，灾难面前我们应该学会坚强勇敢地面对，怀有一颗希望的心。

邹雯樱，一个来自藏族的12岁小姑娘，在地震发生时，身为班长和学校少先队大队长的她，不顾自己生命危险主动帮助老师组织同学撤离，当时她已经跑到了二楼的楼梯口，为了救助其他的同学，就再也没有回来了！

在灾难的面前，我们能像邹雯樱那样不顾自己生命安危救助同学吗？

地震中，“最美的微笑”是谁的？是一个名叫唐沁的10岁女孩，她那甜甜的微笑感动了所有的人，可谁知道她的微笑是忍着剧痛的，尽管倒塌的校舍砸断了她的左腿，输液管悬在头顶，可她还是面对着镜头，灿烂地笑了！

在灾难面前，我们能像唐沁一样忍着剧痛露出甜美的微笑吗？

在汶川地震中年龄最小的救人小英雄——林浩，在地震发生

的那一刻，正走在教学楼走廊里的他被从上面滑落的两名同学砸倒在地。

作为班长，

当他看见一位女同学昏倒在走廊上，就转身去把那位女同学背出废墟交给校长，又回到废墟把另一个男同学背了出来，结果，林浩头部多处被砸破，左手臂严重拉伤。

医生给他检查完身体后，他拒绝救助站人员帮助，自己穿好衣服，和姐姐、妹妹一起从映秀镇步行7个多小时，安全撤离到都江堰。

9岁. 12岁. 13岁……如花般的年龄，正需要被人呵护的年纪。

然而灾难当前，这些年幼的孩子，却用坚强和勇敢，诠释着生命的坚不可摧，闪耀着人性的熠熠光辉。

坚强演讲稿篇八

大家好！

观钱塘潮者，赏其潮头也；着奇文者，一波三折也；伟大在世羨煞后生者，三起三落也：这些人，正是因为把自己的失败和挫折用另一种眼光去看待，才会有伟大的成就，这种眼光是乐观，这种感觉就是幸福。

“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”李白这首铿锵有力的诗，写出了他的信念：一定会越过大海，到遍寻的一片光明的地方”这不仅是他的信念，而他是把眼前的一道道难关看成是一个超越，那么自己就会有幸福的感觉。

海伦凯勒，一生都过着无光无声无语的日子，终日生活在黑

暗寂静的日子里，可想而知他的世界里有多少黑暗和恐惧，而他最终却成为了著名的女作家，在黑暗的世界里给全世界带来了光明，让每一个人都为之动容，他靠的是毅力来挑战困难，把挫折当成是别样的幸福。

所以当我们失败时，当我们遇到挫折时，笑对挫折，当我们想退缩时，想想这些人，想想这些“幸福”的滋味，相信，一定可以冲过任何坎坷失败，一定会笑着面对挫折，因为，我们的心中知道：挫折，其实也是一种幸福！

坚强演讲稿篇九

下课铃声响起了，同学们都匆匆的跑到操场上去玩耍，班里就只剩下我一个人。

我绞尽脑汁的在解决这题数学题，可是怎样也做不出来，碰巧，我们的数学教师，从我们班走廊经过，看见班里就剩下我一个人，她不妨走了进来，问我怎样不跟其他的同学一齐去室外走走，我低着头说，我做不出这道数学题，教师听了，很乐意的说，我能够帮忙你。

我听了急忙的说，教师多谢您能帮忙我，可是，我想自我做出这道题，教师说，能够啊，可是你想做出这道题就必须理解这道题的意思，慢慢的，教师很最新的帮我理解这道题的意思，我一向很笨拙，听不懂，但教师也没有骂我一句话，她只是一向反反复复的讲解给我听，因为她明白我理解本事很差，所以她一向反复的讲解给我听，我慢慢的，也听懂了很多道理。

教师说，你理解了题目意思，此刻就要开始做这道题了，我很认真的看着题目，最终，我算出这道题的答案，可是，是错误的，教师面带笑容跟我说，你这道题答案错了，但你的格式是正确的，只要你硬着头皮去完成这件事，教师相信你，必须会成功的，我听了教师这句话，立刻对自我充满了百倍

的信心，这一次比上一次还要认真，还要仔细，最终，我算出这道题的答案了，教师在一旁也为我高兴。

教师，说得对，只要你硬着头皮去完成这件事，就必须会成功。没想到我如此的坚强，能硬着头皮闯过去。