

团结自强演讲稿(汇总10篇)

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来看看吧。

团结自强演讲稿篇一

大家好！

我是。今天我演讲的题目是《盛开的民族之花》。

蔚蓝的天空，因为有了白云的点缀，才不会寂寞。宽广的大地，因为有了万物的装点，才显得春意盎然。一个家庭，一个单位，乃至整个国家，只有互相依存，互相促进，才能构建永恒的和谐。

今天，我们欢聚一堂，共同唱响民族团结一家亲的主题！

让我们怀着一颗感恩的心，永世不忘党的恩情，不忘祖国的温暖，不忘各族人民团结奋斗的精神！我们的国家是一个统一的多民族国家，56个民族的共同奋斗创造了中华民族辉煌历史和璀璨文明。在五千多年的历史长河中，中国民族形成了以爱国主义为核心的团结统一，爱好和平，勤劳勇敢，自强不息的伟大民族精神。

新中国成立以来，各民族经济文化联系更加紧密、交流更加频繁，相互学习 共同发展、共同进步。

青年英雄李潇、纳振东见义勇为的事迹通过媒体的报道传遍了宁夏南北，回汉各族人民为英雄的行为深深感动。

党和国家的民族区域自治制度 民族教育的各项优惠政策

“5.12”地震中各族人民的救援；哈密先进模范刘玉莲阿姨；还有发身在我身边 滴水在大海中才能得到永生，生命在团结中才能绽放光芒。让我们每个人都投入到伟大的民族团结进步这一洪流中去，团结进取、弘扬正气、争做民族团结的楷模。就像歌中唱到的：“五十六个民族，五十六枝花，五十六个兄弟姐妹是一家”一样。亲爱的各族兄弟姐妹们，让我们携起手来，共同用心、用爱，去传承各族人民永远一家亲的传统，不断谱写民族团结事业的崭新篇章！

同学们好！

1、反对民族压迫和民族歧视。在中国的历史发展上，长期存在着民族压迫和民族歧视制度。新中国成立后，通过对民族地区进行民主改造和社会主义改造，从根本上废除了这一反动制度，开辟了民族平等团结的新纪元。此外，中国共产党和政府还运用行政和法律等手段禁止一切形式的民族压迫和歧视行为。

2、维护促进民族团结。民族团结包括不同民族之间的团结，也包含着民族内部的团结。

3、各族人民齐心协力，共同促进祖国的发展繁荣。民族团结是社会主义社会发展进步的必要前提。在漫长的历史发展进程中，中华民族共同开拓了祖国的大好山河，创造了灿烂的中华文化，形成了谁也离不开谁的密切关系。在社会主义现代化的今天，56个民族要进一步巩固和发展这一关系，团结一致，形成强大的合力，共同推进中国的现代化进程。

4、反对民族分裂，维护祖国统一。民族团结是社会安定、国家昌盛和民族进步繁荣的必要条件。中国的民族团结与国家统一有着内在的联系。民族团结的原则要求各族人民热爱祖国、维护统一，反对一切破坏团结、分裂祖国的活动。

孔子曰：“人能弘道，非道宏人。”曾子说：“士不可以弘

毅，任重而道远。”然而，在这所谓的道义背后，在一桩桩英雄事迹之中，始终有一个千年不变的精神内容存在，这便是一民族精神。民族精神是一个在民族适应环境，改造世界，形成自己特有语言，习俗和人文传统的长期发展历程中，表现出来富有生命力的优秀思想，高尚品格和坚定志向，民族精神是一个民族赖以生存和发展的精神支撑。

在五千多年的发展中，中华民族形成了以爱国主义为核心的团结统一、爱好和平、勤劳勇敢、自强不息的伟大民族精神，先有孟子的“养浩然之气”，“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”，范仲淹的“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”，后有井冈山精神、长征精神、延安精神、抗洪精神，等等一切为祖国，为人民勇往直前，艰苦奋斗，无私奉献的精神永远值得我们去学习。而在实现中华民族伟大复兴的征途上，继承和发扬优秀的民族精神，无疑更具有现实意义。

在日常的生活、学习、交往中，我们一定要尊重不同民族的风俗习惯，看到不同民族的优点和长处，用一种宽容心态去对待不同民族的人们。

要坚决杜绝狭隘的民族观，牢记中华民族是一个大家庭，56个民族谁也离不开谁，每个民族的成员都是中华人民共和国公民，公民身份决定了谁都不具有特殊性，所以要互帮互助才能共同进步。借用俄国著名的革命民主主义哲学家别林斯基说的一句话：谁要不属于自己的祖国，那么他也不属于人类。

所以，中我们要牢牢记住：维护祖国统一、民族团结是公民的最基本要求。是我们义不容辞的责任，是每一个中国人肩负的政治要求和历史使命。

团结自强演讲稿篇二

大家好！

很久以前有两个朋友想穿越沙漠，当他们喝完最后一滴水时，一个朋友绝望了，他无助地坐在那儿渴望能够邂逅哪一救星来拯救绝望的他，而另一个朋友则不断地为自己鼓劲，给自己信心，给自己力量，这个生存的目标在引诱他，他不气馁地寻求着出路，拼命给自己加油呐喊……最后，这个朋友死在了沙漠中，而他成功地存活了下来，成为了一个有名的冒险家。

学会为自己鼓劲，就是给成功之路上多放置一块垫脚石。任何人都是被上帝咬过一口的苹果，上帝是公平的，正因为如此，才让乌龟顶着自不量力的骂名，自信地接受了高傲的兔子的挑战，路途漫漫，乌龟给自己鼓劲成了动力的源泉，让它毫无争议的战胜了目空一切的兔子。学会为自己鼓劲，才能看见成功，才能触及成功。艺术大师xx的鼎盛是在其辞世之后的一百多年，当时xx800幅油画，700多幅素描无人问津，仅仅卖出了可怜的一幅，他气馁了，不断怀疑自己的能力，所以□xx遗憾地错过了他应有的及时的成功，只有他的灵魂才看见了他的成功，这种遗憾多么令人惋惜啊！为自己鼓劲，让自己穿过困难的荆棘；为自己鼓劲，让自己跨越困难的沟壑；为自己鼓劲，让自己战胜骇人的巨浪；为自己鼓劲，让自己翱翔在苍穹的宁静中；为自己鼓劲，让自己稽留在成功的王国中。

让我们把这一份信念深入自己细胞的每一个罅隙中，变对成功眷恋不舍为牢牢把握，让我们为自己鼓劲，让我们穿越障碍，走向成功！为自己鼓劲小草怀着坚强的信念破土发芽；花儿抱着惊人的毅力含苞欲放；小树揣着刚劲的意志茁壮成长。是什么使它们风雨侵衣骨更硬，野菜充饥志越坚呢？是为自己鼓劲的意念。

我是一个快乐的男生，当别人向我讨教快乐的秘诀时，我总会笑着回答“为自己鼓劲”。而为我鼓劲的中流砥柱，就是“歌”。在路上、学校、家里总荡漾着我的歌，它能让我快乐地面对每一天的生活。还记得那次，我参加学校里组织

的一场比赛。大家都认为我一定能夺冠。可物及必反，我失败了。那时的我犹如一个泄了气的皮球，把自己关在房间里，泪水冲破了闸门的决堤，一泻而下。这时，是歌让我重新找回了信心，我拿起笔筒，站在阳台上，面对着楼下所有的人，一阵开场白之后，我开始陶醉其中，尽情的酣歌起来。我的梦想，伴随笑容而坚强，大声地歌唱，越过了辽阔的海洋，我的梦想啊！伴随着笑容而坚强。这世界充满了想象，乘着音乐一起飞翔。经过所有快乐悲伤，谢谢你陪在我身旁。快乐是我的能量，点亮自己的光芒，想唱就唱，唱得响亮，不怕风雨的阻挡。快乐是我的能量，点亮自己的光芒，每一个期望的目光都在见证我成长……唱到这儿，我不禁再次流下了泪水，但这并不是为失望而流泪，而为了自己再坚强而流泪，我品尝着那一滴滴咸咸的泪，但它们却是我一个个甜甜的人生经验。使我在将来的人生之路上越战越勇，我就这样不断地为自己鼓劲，走出了人生中的一个小小的水洼，再次找回了快乐和信心。

朋友们！来吧！让我们用自己的方式为自己鼓劲。它犹如大海中的航标让你不再徘徊；它犹如一曲美妙的旋律让你忘记忧伤；它犹如一股潺潺的清泉让你重拾坚强。

来吧！让我们一起高举为自己鼓劲的旗帜，跨过重重的困境，驶向成功的彼岸。

团结自强演讲稿篇三

大家好！

古人云：“天生我材必有用”。我们每个人都有自己的闪光点，然而不是每个人都有一个人灿烂人生的，成功取决于自信，反之，如果连你自己都不敢相信，那么你只能在自卑中走向“灭亡”。

自信的人敢于抓住机遇，创造辉煌。战国时期的甘罗在年

仅12岁的时候就担任秦国的丞相，声名闻达于诸侯。那么他为什么那么年轻就名声显赫，才智过人呢？原因就是源于他的自信、机智与果断。当时秦王欲派使者出使燕、赵两国，满朝文武竟无一人请缨。甘罗毛遂自荐，奉命出使，他凭着高度的自信和超人的雄辩才华，无畏的勇气震慑燕赵之王，不费一兵一卒获得11座城池，从此甘罗名震天下。如果甘罗没有足够的自信，敢于承担重任，那么即使他有非凡的才华也无法演绎如此精彩的传奇，但如果他失去了这种自信，他会有如此的成就吗？能脱颖而出吗？自信者抓住机遇成就了梦想。

自信的人所向披靡，天下无敌。西汉的骠骑大将军霍去病不迷信前人，敢于相信自我，开创了奇兵突袭的先河，以弱冠之龄立下了“封狼居胥”的不朽奇功，至今仍为万人所敬仰。美国的罗斯福是美国历史第一位蝉联四届总统的伟人，在经济危机的狂潮中这位身残志坚的老人，以自己的自信和乐观带领美国走出困境，挽救了美国，终于迎来了“柳暗花明”的艳阳天。自信就是这样一股所向披靡、坚忍不拔、攻坚克难的王者之气。

我们所追求崇高的自信应该是：黑暗时，像一盏明灯，指引我们走向光明；失败时，像一支催化剂，化作巨大的动力使人奋发，走向成功；失意时，像寒冬的阳光，能驱散阴云，布洒温暖。

当然自信并不等同于自负，自信可以帮助你走向成功，但盲目的自信却会转为自负，让你目空一切，夜郎自大，在孤独与狂妄中走向消亡。

“自信人生两百年，会当击水三千里”，作为新时代的我们更应该充满自信，应该具有指点江山、激扬文字的自信和豪情，坚信“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”，为了人生的辉煌，为了民族的强盛，为了祖国的繁荣，让我们永葆自信，拥抱那不落的太阳。

扬帆学海，探宝书山，驰骋人生！

团结自强演讲稿篇四

五月的天山南北，微风拂面，大地充满了无限生机与活力。泽普县迎来了第27个民族团结教育月。民族团结教育月年年有，可是今年的民族团结教育月具有极为特殊的意义。今天我们隆重欢聚一堂，以演讲的方式歌颂民族团结，礼赞民族团结先进个人王燕娜的感人事迹。今天我演讲的主题是：大爱不分民族感天动地。

家住乌鲁木齐高新区桂林路社区的王燕娜，为了挽救我县维吾尔族学生毛南江年轻而宝贵的生命，无偿将自己的肾捐献。并表示要自强不息，继续为加强民族团结，共建和谐社会作出自己的贡献。

是什么原因让出生在小康之家的汉族少女王艳娜不顾亲人的反对，不顾未婚夫分手的威胁，毅然无偿捐肾挽救维吾尔族高三学生毛兰江生命呢？原因在于她心灵无私天地宽，心中有大爱。

我认为王燕娜做出了平常人难以做到的不平凡的事，为新时代青年树立了民族团结和道德建设的榜样。

今年5月，是自治区第26个、我县第27个民族团结教育月。我希望全县各族干部群众和团员青年，努力向王燕娜学习，学习她无私奉献，情注社会的优秀品格，学习她用血肉深情维护民族团结大好局面的高尚道德情操。人人心中有一种超越血缘、亲情、民族的大爱，有无私博大的胸怀和闪耀人性光芒的大爱，弘扬中华民族乐善好施、扶危济困的传统美德。为泽普全面建设小康社会、构建社会主义和谐社会以及权限的发展、进步、繁荣、稳定营造良好的环境气氛，做出新的贡献。

一曲优美动听的《我们好地方》，唱出了两千二百万天山儿女的心声。在党的民族政策光辉照耀下，大地安定祥和，到处奏响民族团结的凯歌。

民族团结月，凝铸同志兄弟情。生活着维吾尔、汉、哈萨克、回、蒙古等47个民族，数百年来，在抵御外敌入侵、反对分裂祖国的斗争中，各族人民结下了兄弟般的深厚情谊。

新中国成立以后，党中央和自治区各级党委、政府高度重视民族宗教工作，贯彻以马克思主义民族观为指导的民族宗教政策和民族区域自治制度，坚持以民族团结促进社会稳定和经济发展，建立“平等、团结、互助、进步”的新型民族关系。

民族团结，社会政治稳定，党和政府一心一意谋发展，聚精会神搞建设，人民安居乐业，各项事业蒸蒸日上，中华民族的伟大复兴指日可待。相反，民族纷争不断，社会不安。党和政府要花大量的精力来维护社会政治稳定，一心一意谋发展，聚精会神搞建设将受到极大的影响，各族群众惶惶不可终日，安居乐业根本谈不上，各项事业功亏一篑，中华民族的伟大复兴只是一个美好的梦想，遥遥无期。这样还会再次沦为他人任意宰割的羔羊。民族纷争不断，社会不安，我们的明天就是科索沃、巴勒斯坦、伊拉克。这绝不是危言耸听。

中国民族团结，社会政治稳定，西方敌对势力最不愿意看到。民族纷争不断，社会不安，国力衰弱，人民受苦受难，正中他们的下怀。所以为们要从对人民负责、对历史负责、对中华民族负责的高度，来认识和对待民族团结。

为此我们要向王燕娜那样心灵无私天地宽，心中有大爱。从现在做起，从点滴做起，从自我做起，牢固树立“三个离不开”的思想，象爱护自己眼睛一样爱护民族团结，象珍惜自己生命一样珍惜民族团结。坚决不说不利于民族团结的话，坚决不做不利于民族团结的事。在“一反三维”、打击“三

股势力”的斗争中立场坚定、旗帜鲜明。

团结自强演讲稿篇五

同学们好！

- 1、反对民族压迫和民族歧视。在中国的历史发展上，长期存在着民族压迫和民族歧视制度。新中国成立后，通过对民族地区进行民主改造和社会主义改造，从根本上废除了这一反动制度，开辟了民族平等团结的新纪元。此外，中国共产党和政府还运用行政和法律等手段禁止一切形式的民族压迫和歧视行为。
- 2、维护促进民族团结。民族团结包括不同民族之间的团结，也包含着民族内部的团结。
- 3、各族人民齐心协力，共同促进祖国的发展繁荣。民族团结是社会主义社会发展进步的必要前提。在漫长的历史发展进程中，中华民族共同开拓了祖国的大好山河，创造了灿烂的中华文化，形成了谁也离不开谁的密切关系。在社会主义现代化的今天，56个民族要进一步巩固和发展这一关系，团结一致，形成强大的合力，共同推进中国的现代化进程。
- 4、反对民族分裂，维护祖国统一。民族团结是社会安定、国家昌盛和民族进步繁荣的必要条件。中国的民族团结与国家统一有着内在的联系。民族团结的原则要求各族人民热爱祖国、维护统一，反对一切破坏团结、分裂祖国的活动。

孔子曰：“人能弘道，非道宏人。”曾子说：“士不可以弘毅，任重而道远。”然而，在这所谓的道义背后，在一桩桩英雄事迹之中，始终有一个千年不变的精神内容存在，这便是一民族精神。民族精神是一个在民族适应环境，改造世界，形成自己特有语言，习俗和人文传统的长期发展历程中，表现出来富有生命力的优秀思想，高尚品格和坚定志向，民族

精神是一个民族赖以生存和发展的精神支撑。

在五千多年的发展中，中华民族形成了以爱国主义为核心的团结统一、爱好和平、勤劳勇敢、自强不息的伟大民族精神，先有孟子的“养浩然之气”，“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”，范仲淹的“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”，后有井冈山精神、长征精神、延安精神、抗洪精神，等等一切为祖国，为人民勇往直前，艰苦奋斗，无私奉献的精神永远值得我们去学习。而在实现中华民族伟大复兴的征途上，继承和发扬优秀的民族精神，无疑更具有现实意义。

在日常的生活、学习、交往中，我们一定要尊重不同民族的风俗习惯，看到不同民族的优点和长处，用一种宽容心态去对待不同民族的人们。

要坚决杜绝狭隘的民族观，牢记中华民族是一个大家庭，56个民族谁也离不开谁，每个民族的成员都是中华人民共和国公民，公民身份决定了谁都不具有特殊性，所以要互帮互助才能共同进步。借用俄国著名的革命民主主义哲学家别林斯基说的一句话：谁要不属于自己的祖国，那么他也不属于人类。

所以，我们要牢牢记住：维护祖国统一、民族团结是公民的最基本要求。是我们义不容辞的责任，是每一个中国人肩负的政治要求和历史使命。

团结自强演讲稿篇六

敬爱的老师，亲爱的同学们，你们好！

今天我演讲的题目是《自信，让你成功》。

世界上没有任何力量能像自信这样，有如此巨大的影响。自信让你在挫折来临时选择微笑，选择面对，选择冷静。

我们每个人像渴望呼吸那样渴望成功。像呼吸那样自然地将梦想融入生命；像享受生命那样将追求梦想的信念洒在人生的每个角落。同学们，只要有自信，成功自然会来到你的身边。

在成功的道路上有很多坎坷，我们不要退缩、不要气馁。成功本身就是酸甜苦辣的大集合。人生的旅途上处处长满了荆棘，鼓起你的勇气，大步向前。请相信，路是人踏出来的，别说“不行”，自信让你成功。

在课堂上，要踊跃发言，不必紧张，不必害怕。勇敢发表自己的见解，即使未必正确，没有人会讥讽你；即使说得结结巴巴，投向你的只会是敬佩的目光，同学们也会在心里为你鼓掌。

同学们，不要让美好的青春在“不自信”中蹉跎过去。让我们举步踏入长满荆棘也充满阳光的大路，让生命散发光和热。自信，会让你成功！

团结自强演讲稿篇七

尊敬的各位领导、各位同志：

大家好！我们是来自克州三小三年级的学生。我叫白克江，柯族，今年9岁了；我叫孜拉来，维吾尔族，今年八岁半。我们都是炎黄子孙，我们都有一颗中国心。我们演讲的题目叫《反对xx-xx□维护祖国统一》。

维：56个民族共同奋斗创造了中华民族的光辉历史和璀璨文明。团结统一是我国的一项基本的民族政策。地区的稳定事关祖国边防巩固，社会长治久安。

汉：少数民族的发展事关建设有中国特色的社会主义事业的

成败。没有少数民族的发展，就不可能有中华民族的振兴。

柯：中华民族这个大家庭，各族人民就如同亲姐妹，各民族互相合作、互相支持，就能共同发展、共同繁荣。

维：在学校里，我们尊敬老师、团结同学；放学后，我们与汉族柯族小朋友一起做游戏。不会做的作业向各族小朋友请教，我们的汉语进步得很快。

柯：在我生病时，汉族老师给我打电话问候我，维族同学给我送来香甜的葡萄，心里像冬天的太阳般温暖。

汉：老师教导我们“三个离不开思想”。我知道少数民族离不开汉族，汉族离不开少数民族，各个少数民族互相离不开。如果没有各个民族的共同努力，就没有电力、水利矿产资源的开发利用；如果没有维族，就不会有美丽的阿德莱斯，香喷喷烤羊肉；如果离开了柯族就缺少了肥美的牛羊肉，美味的奶疙瘩。

敬爱的老师、亲爱的同学们：

你们好，我是一小五·5班的学生。我的名字叫张虎，我演讲的题目是《维护民族团结，从我做起》。

每年5月春暖花开时，新疆各地的民族团结教育蔚然成风。说到民族团结，我的眼前忽然闪现《冰山上来客》那熟悉的电影画面，那悠扬的旋律“花儿为什么这样会红……”在脑海里一遍遍回放。因为在我们身边也住着一群，同样信仰伊斯兰教的教民。他们的孩子和我同上一所小学，一个班级。同在蓝天下，我们牵手同行。

有一天，我曾高兴的对爸爸说：“我们班新转来两位哈萨克族姐妹。”也许语言不通，刚开始她们对同学们的关心显得很冷漠。独坐静想，她们需要的仅仅是尊重。不胜其烦的.打

扰让谁也会不高兴的。我试着用一颗理解的心去对待她们，真的获得意外惊喜：原来她们是那样的热情善良。不会的问题我们共同探讨，灿烂的笑容花儿般绽放。有一次，姐姐指着墙上的画问我：“张虎是谁？”我说就是我呀！她用本民族的文字把我的名字写在纸上。我珍藏着，虽然现在还无法读懂，但是相信有一天我能。

同学们，打消你的疑虑吧，现在就行动起来。走进这些少数民族同学的心中！将心比心，你会觉得天更蓝，地更宽。我们的未来更令人憧憬。在这片和平的土地上，让民族之花盛开，让花儿更红。至情无言，大爱无声。我们是祖国的未来，让社会变得更加和谐安定，请付诸行动吧。维护民族团结，从我做起，从身边做起！

团结自强演讲稿篇八

尊敬的各位老师、各位同学：

大家好！我是伊拉湖中心校一年级五班的买合丽娅·尼亚孜，很高兴能参加这次演讲比赛。今天，我演讲的题目是《盛开的民族团结之花》。

蔚蓝的天空，因为有了白云的点缀，才不会寂寞；宽广的大地，因为有了万物的装点，才显得生机盎然。在由56个民族构成的祖国大家庭里，在多民族聚居、美丽富饶的新疆，我们只有互相依存，互相促进，团结一心，共同发展，才能构建永久的和谐。

现在我们新疆形势一片大好，自从中央新疆工作会议召开以来，内地众多省份纷纷来我们的家乡新疆接洽援疆事宜，无论是新闻里还是老师们都在说：新疆迎来了大发展、大繁荣的最好时机，一幅副支持新疆跨越式发展的宏伟蓝图正在被绘制。国家的关怀，远在内地的祖国人民的支持不是春风胜

似春风，吹绿了新疆各族人民心底的希望、吹开了新疆各族人民心底的最美的花儿。这是一朵民族团结的花儿，这是一朵幸福的花儿，就像天山上盛开的雪莲花，迎风摇曳、尽情绽放。

尔族人，但是他又是不普通的，因为叔叔正凭着他的所作所为感动着贵州、感动着新疆、感动着中国。八年来，阿里木叔叔把主要靠卖羊肉串攒下的10多万元，全部捐赠资助了上百名贫困学生。人们亲切地称他为：烤羊肉串的“慈善家”。他的事迹已经深深地烙在了在各族人民的心中，在全国营造出“人人求团结、处处讲团结、事事谋团结”的浓厚氛围，民族团结之花在这里纵情怒放。

在我们这个多民族的大家庭中民族团结是理所当然的事情，各族人民之间的关心和爱护是天经地义的。让我们心连心，手挽手，为新疆的安定团结贡献自己的一片爱心，为祖国的繁荣昌盛携手共进！让我们向阿里木叔叔学习，用自己的真情和行动浇灌一朵朵民族团结之花，让民族团结之花开得像火一样红！

我的演讲结束，谢谢大家！

团结自强演讲稿篇九

我今天演讲的题目是《如何保持积极乐观的职业心态》。

一位心理学家想知道人的心态对行为到底会产生什么样的影响。于是他做了一个实验。

首先，他让十个人穿过一间黑暗的房子。在他的引导下，这十个人都成功地穿了过去。

然后，心理学家打开房内的一盏灯。在昏黄的灯光下，这些人看清了房内的一切，都惊出了一身冷汗。这间房子的地面

是一个大水池，水池里有十几条大鳄鱼。水池上方搭着一座窄窄的小木桥，刚才他们就是从小桥上走过去的。

心理学家问：“现在。你们当中还有谁愿意再次穿过这间房子呢？”没有人应答。过了很久，有两个胆大的站了出来。

其中一个小心翼翼地走了过去。速度比第一次慢了许多；另一个木桥，走到一半时，竟趴下了。再也不敢向前移动半步。心理学家又打开房内的另外九盏灯，灯光把房里照得如同白昼。这时，人们看见小木桥下方装有一张安全网，由于网线颜色极浅，他们刚才根本没有看见。

现在，有谁愿意通过这座小木桥呢？”心理学家问道。这次有八个人站了出来。

你们为何不愿意呢？”心理学家问剩下的两个人这张安全网牢固吗？”这两个人异口同声地问。很多时候。成功就像通过这座小木桥，失败的原因恐怕不是力量薄弱、智能低下，而是由于周围环境的威慑一面对险境。很多人早就失去了平衡的心态，慌了手脚，乱了方寸。

保持良好的心态才会在逆境中崛起。保持良好的心态才能取得成功，从古至今概莫能外。贝多芬一生不乏坎坷挫折，在他人眼里贝多芬不过是一个又聋又疯的音乐痴。双耳失聪对于一个投身音乐事业的人来说已是一种致命的打击。他人的不理解与内心的孤寂更增添贝多芬内心的抑郁。可他没有被击倒。挣扎于痛苦的深渊中他爆发出内心所有的愤懑。我要扼住命运的咽喉人生总有坎坷。纵然前方荆棘铺路。也要时时燃起心中那盏不灭的心灵之灯指引我们走出心灵的困惑。充分发挥我们人类特有的主观能动性。让强烈的精神意识把我们从黑暗中解救出来，摒除外界的干扰。走向成功的殿堂。

心态决定命运。心态改变命运！

为什么拿破仑能够顶住压力而叱咤风云?为什么海伦·凯勒在双目失明的情况下。心中依然有光明之梦?这都是健康心态所起的作用!心态是我们真正的主人。它能使我们成功。也能使我们失败。同一件事由具有两种不同心态的人去做,其结果可能截然不同。心态改变人的命运。不要因为消极心态而使我们自己成为一个失败者。要知道,成功永远属于那些抱有积极心态并付诸行动的人。如果你想改变自己的世界,改变自己的命运。那从现在开始改变自己的心态吧!

团结自强演讲稿篇十

大家好!

今天我演讲的题目是《扬起自信的风帆》

自信是做人的根本,自信是展现自我风采的勇气,自信是成功的基础。缺乏自信的人是自卑的人,盲目自信的人是自大的人,只有自尊,自爱的人才是具有自信的人。

生活中缺乏自信的太多了,往往都以我不行为借口,这是不敢面对生活,不敢面对挫折和困难的一种借口,难道自信面对生活,困难和挫折真的很困难吗?答案是否定的,因为自信本质不是虚伪,不是回避,而是自然流露,他不需要华丽的外表去装扮,是内在美的一种状态,也是自尊,自爱,自强的一种象征,是展现魅力的体现,所以自信不是一种困难的事,而在于自己是否有勇气。

自信是人生的美的体现,它是真美,也是人间的大美,它是成功人士身上的一种气质,也是内在的素养。判断一个人,最根本看他有没有自信,因为自大,自卑是人生的缺陷,视成功的绊脚石,是步入深渊的陷阱。自信,也是一种民族和国家精神的体现,因为你的行为决定了你国家的文明,所以抬起你的头,不要畏惧,不要胆怯,要自尊,自爱,自强,更要有自信。

自信是一种气节，古往今来有多少名人之所以被后人称赞，是因为他们有民族气节□xx在接济xx国粮食时，宁可饿死也不要外国人的帮助，这种精神足以展现民族的自信，所以我们要发扬自信。

谢谢大家！