

自信坚强演讲稿 自立自信自强的演讲稿(汇总17篇)

通过学习英语，我们可以更深入地了解其他文化，拓宽我们的视野和思维方式。以下是一些精选的典礼总结范文，它们展示了典礼的意义和价值，希望能给大家带来一些思考和体会。

自信坚强演讲稿篇一

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天我演讲的主题是《青春当自强》。

毛泽东同志曾号召青年人“自己动手，丰衣足食。”蒲松龄也说过：有志者事竟成，破釜沉舟百二秦关终属楚；苦心人天不负，卧薪尝胆三千越甲可吞吴。由此可见，青春当自强啊！

青春当自强。古人云“天行健，君子以自强不息。”青春有了自强才能多姿多彩，意气风发，一日看尽长安花。美国著名作家海伦凯勒从小失去了视力与听力，但是她并没有因此而气馁，而是在寂静与黑暗之中振作起来，最终在19岁时考上了哈佛大学，再塑了自己的精神生命，成就了自己不平凡青春。是啊，不因幸运而固步自封，不因厄运而一蹶不振。真正的强者，善于从顺境中找到阴影，从逆境中找到光亮，时时校准自己前进的目标。可以试想，如果海伦凯勒向困难低头，没有在自己的豆蔻年华自强，还会有美好的明天吗？答案一定是不会。穷且益坚，不坠青云之志，青春当自强。

古人又云“志在林泉，胸怀廊庙。”青春当自强的意义还在

于能够实现中华民族的伟大复兴。少年强，则国强。走在中国特色社会主义发展的道路上，正直青春年少的我们更应自强，扛起国家未来发展的重担，让祖国屹立于世界民族之林。唯有自强，才能兴邦。唯有在青春年华里自强才能帮助我国成为社会主义现代化强国。所以，青春当自强。

没有被放逐的痛苦，就没有勇闯天涯的胆气，没有用的生命做抵押的拼搏，就不具备自强独立的狼性。青春真是因此，才当自强。

我的演讲完了，谢谢大家！

自信坚强演讲稿篇二

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家早上好。

今天我国旗下讲话的主题是：自律、自理、自主、自强

首先说一说自律，自律就意味着可以控制并支配自己的行为。古今中外不少名人都大力主张自律，孔子曾说：“躬自厚而薄责于人，则远怨矣。”然而，随着时代进步，生活改善，我们的自律意识却明显下降了。在教室里，我们看到老师在认真地上课，同学们却在下面偷偷讲话，做小动作；在校门口，教学楼的转角处，你总会看到被随意丢弃的餐巾纸、水果皮自律不是一件容易的事情，能够自我约束，需要与自身的懈怠、放任、颓丧进行不懈的抗争。都说世间最顽固的敌人是自己，只要我们多自我反省，自我约束，就一定能战胜自己。

自理、自立，简单地说就是自己独立、自己动手，丰衣足食。在人类的成长中最简单也最基础。然而这最简单的要求，并非人人愿做，更并非人人能做好。试问：你是否会自己整理

好自己的房间；你是否能主动帮父母做一些力所能及的家务呢？古人训：“一屋不扫何以扫天下”。人的一生曲折而漫长，面临的事情很多很突然，没有什么是可以让你永久依靠的，只有自理、自立才能经受住任何考验。自强，历来就是中华民族精神的脊梁。天行健，君子以自强不息。因为有这自强不息的民族精神，华夏文明才得以独领风骚，中华儿女才得以雪洗国耻，东方巨龙才得以昂首腾飞。贝多芬说：我要扼住命运的咽喉！后来，他成了音乐家。司马迁说：“死有重于鸿毛，亦有重于泰山！”后来，他名垂青史。他们都用自强构建了自己人生亮丽的风景。

同学们，我们正走在前进的道路上，新世纪需要的是具有积极进取精神、人格健全，具有自主性、独立性和创造性的人才。让我们从现在开始，在四中的摇篮里、勇于创新，成为一个充满自尊、自信的优秀中学生。

自信坚强演讲稿篇三

尊敬的老师，亲爱的同学们：

这几天我一写完作业就一头扎进书海，认真读起了教育类书籍《托起心中的太阳》，其中短篇小说《“跳水女皇”的第一次》深深吸引了我。

在书中，我第一次见到了陈。

上小学的一天，陈去跳水馆报名。教练看她的脚趾离得太远，不适合跳水，就回去了。但她坚持要参加，教练让她跳下10米高的平台。虽然她当时不会游泳，胆子也不大，但还是勇敢地跳了下去。最后，她如愿以偿，成为了跳水队的一员。因为家境贫寒，她每天空腹去体校，但从不抱怨，也从不放弃。凭着自信和自强，她一步步爬上了成功的巅峰，被誉为“跳水皇后”。

看完这个故事，不禁想起上次组装模型飞机的情景。刚好是我生日，阿姨给我买了一套模型飞机的零件。我一看到这个全新的东西，就开始兴致勃勃的工作，很快就把机翼、机身、尾翼和运动轴组装在一起，一个模型飞机开始成型。我赶紧装上电池，心想：哈哈，我的飞机终于可以在蓝天翱翔了。我小心翼翼地把飞机放在空地上，打开电源。没想到还在原地。我拿起飞机，从头到尾仔细检查了几次。我又打开了电源。虽然我希望它能飞，但它还是老老实实的呆在那里。我很沮丧，把它扔进了玩具箱，再也没碰过它。

现在仔细想想，陈是多么的自信，多么的执着，多么的努力才获得了世界冠军。和她比，我好渺小。我就此打住吗？“不，我能做到，我会成功的！”我不停地告诉自己取回扔在角落里的模型飞机，对照装配电路图检查一个又一个安装好的零件。“哦，原来是电机装反了！”我马上改正，把连杆扭了几下，不松不紧。最后，模型飞机在空中有节奏地盘旋，动作优美，声音和谐。我骄傲，我骄傲：“成功！我的模型飞机终于飞了！”

“人生能有几拍！”每个人只有一次生命，不多也不少。是陈教会了我，人要活得自信，要自强，就一定会写出人生的美好篇章。跳水皇后，你永远是我的模特。

自信坚强演讲稿篇四

朋友们：

大家好！

也许你对“一个成功男人的背后，一定有一个伟大的女人支撑着他”这句话并不陌生。不用说，就是基于这样的认识，很多女人选择牺牲自己，通过男人实现自己的价值，通过丈夫的荣耀照亮自己，把丈夫当成自己的神。有这样一个真实的故事：我大学时的朋友小文——，在各方面都是一个绝对

优秀的女性。当她出现在电视屏幕上时，千千万万上万的观众钦佩她的迷人魅力；当她与外宾洽谈业务时，年轻漂亮的女翻译会感到惭愧。她是那种外贵内秀的女人。作为一个涉外公司的经理，正是因为她太优秀了，所以大老爷的老公自卑，抑郁，心理不平衡。结果完美的小家庭出现了裂痕。为了家庭稳定和丈夫的宠爱，她辞去了经理的工作，成为了一名普通员工，把所有的时间和精力都投入到了丈夫、家庭和丈夫的事业上。不久，丈夫去美国留学，她带女儿去当了三年淑女。当她在等丈夫办理赴美留学手续的时候，一封充满愧疚、自责和谩骂的信向她走来，但在这份充满激情的论文之后，她看到的只是丈夫有外遇这一赤裸裸的事实。她惊呆了，觉得自己好像掉进了深渊。她不能接受这样致命的打击。然而，凭着她本能的善良，她做了一个女人在这种情况下所能采取的最宽容的行动。

我以为这样会把老公的心带回来，但是老公还是想和她分手。这一次，她彻底崩溃了，从一个善良优雅的知识女性，变成了一个可怕的怨妇。她苦笑着说：“我想到了市场上的女人在这种情况下应该采取的所有报复手段。说到这个分数，女人不分高低，都是一样的。”

听起来像古代京剧，丈夫成名，找到新欢；他的妻子老了，被遗弃了。其实这部低俗的剧已经演了几千年了，只是我们常常没有想到自己会成为一个剧作家，这就是女人的执着，女人的愚蠢。

对男人来说，忠孝自古难行；对女人来说，幸福和成功是一对敌人。一个想要幸福成功的女人，无疑是上帝的宠儿，但对于大多数女人来说，似乎只有一个人要选择。

我们不常听到——，“我为他牺牲了一切”，“为了孩子我不得不放弃事业”，“我们都有自己的事业，但为了他，我只能选择贤妻良母”。有多少女人是“责无旁贷”、“自然而然”地在家庭中圈定自己，把自己绑在丈夫身上，把自己

所有的性格和才华外化给家庭的？丈夫的幸福就是她的幸福，丈夫的悲哀就是她的悲哀，丈夫的一切就是她的一切，丈夫就是她的上帝。

的确，做女人是坎坷的。从豆蔻年华的少女，到慈爱的妻子，到勤劳的母亲，再到鬓角斑白的老妇人，都有很大的起伏。理想与现实的错位，事业与家庭的冲突，油盐酱醋的拖累。但是有些女人并不是被这些东西说服，而是追求真善美来达到自尊自信自强！

自信坚强演讲稿篇五

亲爱的老师们，同学们：

大家好！

天行健，君子自强不息；正如地球的容量是可以容纳的一样，一个绅士必须不断地培养自己的美德来承担这个世界。作为21世纪的接班人，我们应该永远坚持自己的梦想。有这么一句话：“想在这个世界上成功，就要坚持下去，死了也离不开手。”

自我提升有助于实现梦想。几个月前，阿里巴巴在美国上市，阿里巴巴执行董事长马云成为热门话题，成为中国新首富，身价218亿美元。最初阿里巴巴刚成立，只有8个人，现在已经达到1万多人。今天的一切成就，都源于马云的坚持和信念。马云有句名言：“今天是残酷的，明天更是残酷，后天是美好的，但大多数人死在明晚。”意在告诉我们，成功的汗水是甜的。还有一位传奇的荷兰自行车手，名叫莫尼克范德沃斯特。为了准备20年后的里约奥运会她说她有信心，我觉得我们没有理由不信任她。

自强不息，民族之梦。“年轻的时候会遇到光明，年轻的时候会遇到爱情，到了暮年，心依旧广阔。他一生追求革命、

爱情、信仰，走遍战场、田野、教室。人民的满意是你一生中最美的勋章。”他就是龚全珍，中国十大风云人物之一。她也是第四个国家道德模范，她的生活充满了传奇和挫折。称赞她是“老阿姨”。她用自己的爱为人民解释了一个人的道德品质和目的，也创造了一个民族梦想的守护者。我们向老阿姨致敬。

自强不息，成就一个人学习的梦想。熊十力的老老师有这样一句话：“要学，就要立志成为一流的学者。就像上战场，一定要背过身去。你不能计较你的富贵，你也不能对你的艰辛生气。”中国20世纪中叶的数学家陈景润，孜孜不倦、煞费苦心，日夜研究“21”。经过他的努力，他成功地证明了“21”，他的成就来之不易。在这样的情况下，他背过身去，总是在心里想着。他的精神值得后人学习和发扬。

只要你努力自强，平凡的人生就能走出不平凡的路。我们在挫折中成长，多少坎坷阻碍我们前进；多少汗水滋润着我们的脊背；多少泪水盈满了我们的眼眶。然而，我们从不放弃梦想，我们总是坚定不移地前进，没有遗憾。我们坚定不移、快乐而坚定地走下去，不要忘记你的首创精神，以达到你的最终目标。

成功来自于创造奇迹的坚持和毅力。

我的演讲结束了。

谢谢大家！

自信坚强演讲稿篇六

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

有这样一个故事：一个男孩在草地发现了一个蛹，幼小的蝴蝶正拼命想从中钻出来。看到它异常艰辛，男孩于心不忍，就帮忙把蛹剪开了。幼小的蝴蝶抖动着翅膀想飞，却发现翅膀无力根本飞不起来，一阵风雨过来，蝴蝶无法逃避，最后以死亡告终。人生也同样充满苦难与挫折，成功没有捷径可走，但并不是每个人都会为走向成功全力以赴。人们在渴望成功的同时，也渴望能够少一分努力，多一分收获。而事实上要获取真正的成功，每个人都必须经历艰辛。

在崎岖不平的人生路上，你是否想过全力以赴？你是否充满“会当水击三千里”的勇气？你是否抱着“虽九死其犹未悔”的勇气？你是否能笃定地喊出“我能行”？自信是一种伟大的力量，小征泽尔在音乐会上坚信自己的正确指挥，荣获了大赛的桂冠；爱因斯坦在《百人驳相对论》一书面前坚定不移，为人类寻找到了真理。不要因为害怕失败或是避免危险而成为胆小鬼，否则生命会因为谨慎和小心而失去色彩，这是一个张扬个性的年代，拥有自信，演绎自我，点亮属于自己的那片天地。未来属于每一个怀揣梦想的人，不生活在别人的限定之中，哪怕最后的结果是失败，也比碌碌无为、蹉跎一生的人充实。

作家张海迪儿时是个快乐的孩子，可是在她五岁的时候突然患上了脊髓血管瘤，病情反复发作，五年中做了三次大手术，最后高位截瘫。爸爸给张海迪买来书籍、本子和笔，告诉她上天不会关上你所有的窗户，在父母的爱心和鼓舞下，她决心振作起来，做一个生活的强者。后来，张海迪又读了十几种医学专著，同时向有经验的医生请教，学会了针灸等医术，并为人们无偿治疗，被群众称为“当代保尔”。成功不是“中彩”，梦想需要汗水和心血的浇灌。从这个意义上说，张海迪依然年轻热血。《周易》中说“天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物”，君子应该像天宇一样运行不息，即使颠沛流离，也不屈不挠；君子应该力求进步，刚毅坚卓，发愤图强，永不停息，容载万物。

回眸历史长河，历史上不能自强不息的事件有如恒河沙数，留给后人的总是太多的遗憾。一代英豪刘玄德，乃蜀汉开国皇帝，但其子刘禅，从小不刚健敢为，连旷世之奇才诸葛亮也对他无可奈何，最终父之基业丧乎其手，而刘禅竟也还乐不思蜀，实属可悲。又如东吴周郎文武双全，也是当世豪杰，其子周胤从小在父辈的光辉与照拂下也不自立自强，凭借父亲之功，横行霸道，荒于政事，最终堕落于市井之中。大浪淘沙抹去了历史的阴影，然而审视自我，作为当代的中学生，我们终将有一天要走入社会，用双手捧起明天的太阳。

自立自强是立身之本，唯有自立自强，小小的树苗才能成为参天的大树，弱马驹才能成为千里马，也唯有如此一个人才能茁壮地成长，动心忍性，增益其所不能！“三十功名尘与土，八千里路云和月。莫等闲白了少年头，空悲切！”年少当自强，我们每个人都应该在跌倒中不断爬起，不断成长。

自信坚强演讲稿篇七

尊敬的老师，亲爱的同学们：

每一本书都是一场深刻的心灵之路！每一次读书，每一次领悟，每一次蜕变！

一本好书，就像一位益友！第一次为读书着迷的时候，因为我的固执孤僻没什么朋友，而读书时是我头一次感受到除父母外所给予的炽热的爱！她温柔，文雅，带着一丝恬静；她耐心，友善，与她对话就如我理想中的好友那般亲切！

一本好书，就像一位老师，一步一步，一点一点地向我们传授他们的知识！就像冰心说的“成功的花儿，人们往往只惊羡于她现时的明艳，殊不知成功的背后是多少汗水和奋斗的泪泉”，他们曾经和我们一样平凡，但不懈的努力让他们终于靠近他们的梦想，又毫不吝啬地把它们写下来，好让更多努力却还未成功的人儿拥有更多成功的秘籍或是丰富的知识！

一本书，或许会让我们瞬间成长，忘记烦恼，怀着喜悦的心情继续披荆斩棘，勇敢前行！感谢，那些奋斗过或仍在奋斗的 authors！

谁的青春不迷茫？其实我们都一样，至于眼下，就让我们在这适合拼搏的年纪丢弃那颗贪玩的心，迎风远舵，且珍惜沿途风景，许我以微笑问候！

昨天的我很傻，今天的我很努力，明天的我必定很成功！

自信坚强演讲稿篇八

尊敬的各位领导，老师，亲爱的同学们：

大家好！

我演讲的题目是：胜利永远属于自强者。

人生立志难不难？不难。一分钟我们就可以立下许多志向。可是，怎样的人才能实现自己的志向呢？答案就是一个：只有自强不息者才能实现自己的志向。“天行健、君子以自强不息”，自强者有健康的心理素质，坚定的品格意志和自强不息的进取精神。

自强不息者，他们面对挫折和失败，坚强地站起来，用自己毅力，勇气和智慧扬起自强的风帆，向着自己的目标，驶向胜利的彼岸。

自强不息者努力向上，在思想上有不断进取的精神，在行动上拼搏力争的劲头。坚持还是放弃，时常是一念之差。许多人在不幸中自强不息，演奏出生命的最强音。18个月大时就失去听觉的海伦·凯勒，以自强不息的信念坚定地走着人生的每一步，为残疾人事业不懈奋斗。一群聋哑人，自强不息，为我们演绎了精彩绝伦的千手观音。

自强不息是人的精魂，失去自强不息的品格，即使活着也只是行尸走肉。自强不息支撑着我们的人生，自强不息可以使我们短暂的人生更加精彩。伟大的革命家马克思身处逆境，自强不息，奋发努力，呕心沥血，花了整整四十年，才有巨著《资本论》的问世。

面对事业的挫折，人生旅途的失误，理想的破灭，有很多人哭泣，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！晚年的曹雪芹生活穷苦，到了举家食粥的境地。可他仍自强不息，《红楼梦》就是他“披阅十载，增删五次”，“字字看来皆是血，十年辛苦不寻常”的产物。

亲爱的同学们！今天，我们聚集在这里，让寒冷的冬天为我们作证，今后不管你身在何处，请记住自强不息，胜利的彼岸就会向我们敞开。自强不息是一种执着追求的信念。“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。”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，让自强不息成为我们的. 脊柱。为了自己的理想，自强不息，向着胜利不懈拼搏吧！

谢谢大家！

自信坚强演讲稿篇九

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天，我给大家演讲的题目是：做一个自信，自立，自强的人。

自信，自立与自强，是人生中的三盏明灯。自信，让我们保持一种健康的心理状态；自立，让我们学会独立；自强，让

我们努力向上，奋发图强。而正是这三盏明灯，照耀我们成才，照耀我们走向成熟的人生。

我先给大家讲三个真实的故事吧。

小泽征尔是世界著名的交响乐指挥家。在一次世界优秀指挥家大赛的决赛中，他按照评委会给的乐谱指挥演奏，敏锐地发现了不和谐的声音。起初，他以为是乐队演奏出了错误，就停下来重新演奏，但还是不对。他觉得是乐谱有问题。这时，在场的作曲家和评委会的权威人士坚持说乐谱绝对没有问题，是他错了。面对一大批音乐大师和权威人士，他思考再三，最后斩钉截铁地大声说：“不！一定是乐谱错了！”话音刚落，评委席上的评委们立即站起来，报以热烈的掌声，祝贺他大赛夺魁。

原来，这是评委们精心设计的“圈套”，以此来检验指挥家在发现乐谱错误并遭到权威人士“否定”的情况下，能否坚持自己的正确主张。前两位参加决赛的指挥家虽然也发现了错误，但终因随声附和权威们的意见而被淘汰。小泽征尔却因充满自信而摘取了世界指挥家大赛的桂冠。

海伦—凯勒

美国盲聋女作家、教育家。

幼时患病，两耳失聪，双目失明。七岁时，安妮·沙利文担任她的家庭教师，从此成了她的良师益友，相处达50年。在沙利文帮助之下，进入大学学习，以优异成绩毕业。在大学期间，写了《我生命的故事》，讲述她如何战胜病残，给成千上万的残疾人和正常人带来鼓舞。这本书被译成50种文字，在世界各国流传。以后又写了许多文字和几部自传性小说，表明黑暗与寂静并不存在。后来凯勒成了卓越的社会改革家，到美国各地，到欧洲、亚洲发表演说，为盲人、聋哑人筹集资金。二战期间，又访问多所医院，慰问失明士兵，她的精

神受人们崇敬。64年被授于美国公民最高荣誉 - 总统自由勋章，次年又被推选为世界十名杰出妇女之一。

爱迪生出身低微、生活贫困，他的“学历”是一生只上过3个月的小学，老师因为总被他古怪的问题问得张口结舌，竟然当他母亲的面说他是傻瓜、将来不会有什么出息。爱迪生虽未受过良好的学校教育，但凭个人奋斗和非凡才智，自信，自强，自立获得巨大成功。他自学成才，以坚韧不拔的毅力、罕有的热情和精力从千万次的失败中站了起来，克服了数不清的困难，成为美国发明家、企业家。他发明自动电报帮电机，留声机；实验并改进了电灯（白炽灯）和电话。在他的一生中，平均每15天就有一项新发明，他因此而被誉为“发明大王”。

读到这里，同学们一定都会问：为什么他们都这么杰出呢？告诉你们吧。因为他们自信，自立，自强。

小泽征尔摘取了世界指挥家大赛的桂冠。正是因为他充满自信；海伦·凯勒之所以被推选为世界十名杰出妇女之一，正是因为她自强的精神受人们崇敬；爱迪生出身低微、生活贫困。只有三个月小学学历，但能够发明这么多东西，并不是因为他有特别聪明的大脑。而是因为他凭个人奋斗和非凡才智，以及自信，自强，自立在获得的。

同学们，有志者事竟成。只要我们自信，自强，自立。就一定会成功的。

我的演讲完毕，谢谢大家！

自信坚强演讲稿篇十

同学们：

大家好！

今天我发音的题目是：少年当自强，壮志报家国。

自古以来就有精忠报国”的岳飞，”忠负不渝的诸葛亮，“誓死不从”的文天祥，他们以仅有的力量，一心只为国家强，内心始终坚守热爱自己的国家，身处当今时代，科学的创新是当务之急，但作为青少年的我们还无法达到如此高度，我们能做的仅有心怀壮志，将青春许给家国。

在冬奥会上，全红蝉近乎完美的未现震惊了世界。年仅14岁的她从小开始练习跳水，为的’是长大后报效祖国。少年有梦，心系祖国。

我们每个人都有自己内心的坚守，但我们每个人的梦想都只有一个报答祖国，作一个对社会有贡献的人。

我们幼年时期就有梦想，如做飞行员探索天空，推动航天事业的发展；做科学家研究事物规律，促生救死扶伤，做教师培养人才……在潜意识里，我们都想对国家有用的人。

从前我们的祖国因为落后而被压迫，人民疾若不堪，让我们知道“落后就要挨打”的事实。现在国家发展起来了，给我们提供了安定的社会环境，良好的学习象围，难道我们就可以躺在已有的成果上睡大觉了吗？非也。世界在发展，各国都在努力向前，我们的国家当然不能停滞不前，否则会再次经历那些苦难。上有前辈前扑后继的为国效力，下有我青少年胸怀壮志，学习文化知识，将来也成为国家的顶染柱。

张桂梅一生致力于华坪女高她想让每个贫困的女孩子都读书，想让她们走出山区，走向社会，她的目的只有一个：女孩子也要有见识，也有报效国家能力。但她却拒绝了大学毕业后在家做全职太太的学生的捐款。我想，张桂梅老人一定很失望，她推出去学生应该上进努力，而不是做“全职太太”。

我们不能安于现状，要时刻有使命感，责任感。哪怕我们的

力量很渺小，但众人拾柴火焰高”，只要我们的心中都怀揣着梦想，我们一定能将国家发展得更好。

行动起来吧！我们青少年是国家的希望，是国家的延续，我们要承担起社会的责任，响应国家的号召。

行动起来吧！从今天开始，做一个对他人有用的人，我们只有从小事做起，从身边做起，未来才能担得起重任。

行动起来吧！少年当自强，壮志报家国。

我的讲话完毕，谢谢大家

自信坚强演讲稿篇十一

自尊自信自强是中华民族的传统美德。是支持着中国人自立于世界民族之林的一种精神，一种信念，一种境界。下面是本站小编为大家整理的几篇自尊自信自强的演讲稿，希望能帮到你哟。

尊敬的老师、各位同学：

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。少年听后大花一惊。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。

自尊是花人格的基石，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花，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！

尊敬的xx□

记得在很久以前，我读过一本忘记名字的书，上边记载过这样一件事：在拉丁美洲马提尼克岛上，斐尔贝拉人有这样一种习俗——从不弯腰。他们从不弯腰，即使最贵重的物品失落在地上，也从不弯腰去拾，而是拔下插在背上的一个竹夹，挺着腰用竹夹夹取。据说，产生这种习俗是因受过异族的欺凌所致。17世纪中，马提尼克岛被法国人占领，入侵者经常欺侮斐尔贝拉人，有一个族人在被侵略者当马骑时，猛地将侵略者摔出很远并发誓：“我们斐尔贝拉人要永远站着，不弯腰。”从此，他们就养成了不弯腰的习惯。这一独特而朴素的习俗，简洁而坚定的表达了捍卫民族精神的渴望，也反应了人类对于生存的一种权利要求，这就是自尊自爱。

自尊，顾名思义，就是自己尊重自己。一个有自尊的人是不会去向别人卑躬屈膝，也不会让别人去歧视和侮辱自己。自爱，就是自己懂得爱护自己和珍惜自己的名誉，树立一个良好的个人信誉。自尊是自爱的目标，自爱是自尊的表现，要自尊必须自爱。自尊自爱是为了建立和维护自己的尊严，自尊自爱是维护个人乃至民族尊严的前提。一个自尊自爱的人应该是有理想，有抱负，有气节，有人格，有个性，有主见，有毅力的人。不是吗？我觉得这说的十分的对啊！

“士可杀不可辱！”“宁为玉碎，不为瓦全！”“宁可站着死，不可跪着生！”这些都是自尊和自爱的精髓意义所在啊。然而，有好些人依然是为了功名利禄而贬低了自己的自尊，他们为了那些荣华富贵而把自尊和自爱踩在脚下，还有的是为了一

己私欲出卖了自尊……捧上捧下，损人利己丧尽天良！我们要做到的就想是上边所说的斐尔坝拉人为了不让外族人看贬了，从此就不在弯着腰，就连捡东西都是拿竹夹夹起，这种精神是十分值得我们学习的。

人生的价值应包含着自尊和自爱，如果没有自尊自爱，生命还有什么意义呢？

其实，要做到自尊自爱是必须懂得自强的，自强应该是自尊和自爱的体现吧。自强是应该有自强不息和百折不挠的精神所带动的，是要有超越自我，有战胜困难的勇气和信心。一个强者不仅有他的才华，重要的是他有自强的气息，不畏寒言，有勇于承担重担的大无畏精神！

谢谢大家！

尊敬的xx□

命运攥在自己手里的，所以我们自己的事情自己做。要得到社会的肯定、别人的认可、人们的尊重信任，使自己生活幸福快乐，就必须学会自尊、自立、自强、自信。

学会自尊。自尊就是尊重自己的人格。不管在什么环境下，不向别人卑躬屈节，也不容许别人歧视侮辱。不要管别人怎么看待，自己首先要做到自尊自爱，要想得到别人的尊重，首先要尊重自己。种瓜得瓜，种豆得豆。自己应该从力所能及去帮助别人中寻找互爱，这既能体现自己的人生价值，也能得到社会的尊重，显示自己的人格魅力，树立积极向上的价值观。

学会自立。自立，就是依靠自己的力量，在生活和事业上努力奋斗。一个人在社会中生活，不但在生活上要自立，在事业上也要自立。我们常说“自力更生”，就是说要依靠自己的力量，改变原来的状况。一个人的成长过程中，当然需要

各方面的帮助，但是，归根到底，只有依靠自己的力量，才能提高和发展。特别是在身处逆境、身处困境的情况下，更要坚持“自立”的精神，别人的帮助只有在你自己努力的基础上才能有作用。

学会自强。自强就是自己努力向上，不自惭形秽，永远不懈怠，不向挫折屈服。自胜者强，自强者胜。世上没有不劳而获的事情，如果一分耕耘一分收获的话，吃苦和流汗才是最佳的选择，只有具备不言败和永不屈服的不挠精神，勇于挑战，才能闯出一片属于自己的事业和天地，树立敢于拼搏的精神。

学会自信。自信就是坚定不移地相信自己的能力。信心是开启成功大门的钥匙，克服自卑的心理，敢于去尝试。凡事自己首先应该先树立起信心，不要轻易地言放弃，坚信“我能行”。我们有的同学在上课时不认真听讲，轻易放弃学习机会，缺乏自信，这是大忌。事情在做完后才能知道结果，信心是战胜一切的力量，必须树立唯我必行，非我不可的精神。

美国总统罗斯福曾说过：“除非你默许，否则没有人能将你当作是下等人”。相信自己，因为“天生我才必有用”，珍惜自己，因为这世上只有一个自己，如果我们连自己都不珍惜，又会去珍惜谁？如果我们连自己都不能看重自己，肯定自己的存在，又怎么去要求别人来肯定我们呢？有句话是这样说的：“伟人的必要气质，是他自以为必须伟大起来。”可见，在别人肯定你之前，你先要肯定自己。“自信”能产生一种强大的力量，它能够在困难和失败的环境下给人以勇气、给人以希望，我们常说，“坚持下去，就是胜利”，就是“自信”的力量。

同学们，一个人的成功主要不在于要有多高的天赋、多好的环境，而在于是否有坚定的意志、坚强的决心、执著的追求和崇高的理想。在人生的道路上，成功往往是属于对事业、对生活都充满自信和希望的人。只有奏起健康、完整生命

之歌，用生命真心地拥抱生活，用微笑去面对生活，用汗水代替泪水去永不停滞的拼搏努力，这样幸福和快乐才会永远环绕在每个人的周围，让我们一起携手超越自我，营造一个完美的阳光世界。

谢谢大家！

自信坚强演讲稿篇十二

亲爱的老师们，同学们：

大家好！

草被风暴吹走后还能茂盛，因为它自力更生；过了山路十八弯，河流终于流入大海，因为自力更生；鹰可以在羽毛丰满之前在蓝天翱翔，因为它们是自力更生的。

自力更生是成功的基石。

梅兰芳有一次去跟老师学美术，老师不收他，说他死鱼一样的眼睛，不是学话剧的料，但梅兰芳没有放弃。他的眼睛每天跟着池塘里的鱼游，跟着天空中的鸟，不停地练习，因为他在不断地为自己的梦想奋斗，努力地脚踏实地。经过这么多艰苦的奋斗，终于，上帝没有帮助任何人，成为娱乐圈最出名最受欢迎的京剧大师。试想一下，如果他一开始就放弃了，没有自立，而是用金钱贿赂别人，怎么可能脚踏实地，有辉煌的演艺事业呢？所以，自力更生是成功的基石。

自力更生让人努力。

杨光，一个从未沐浴阳光的人。他小时候失明，这对一个音乐爱好者来说是一个很大的打击。但他并没有放弃对音乐的激情，对生活的热爱，也没有逃避天意。而是用实际行动挑

战天堂，登上了星光大道的舞台，一个看似不可能实现的梦想。但他在家里不断努力，自强不息，练习着踏上台阶的步伐，练习着如何正确自然地对待别人的表情和动作。此外，他热衷于音乐，努力工作，最终走上了星光大道的舞台，实现了自己的梦想，证明了自己是一个对别人有用的人。如果他不自力更生，自力更生，因此沮丧，他就不会为无法实现的梦想而奋斗，他就不会成功。所以，自力更生让人努力。

在我们的人生道路上，困难和挫折在等着我们，我们必须站在自己的脚上，通过我们脚踏实地、艰苦奋斗、大胆挑战自己的命运，让自己成功，在自己的蓝天上翱翔！

自信坚强演讲稿篇十三

尊敬的xx□

命运攥在自己手里的，所以我们自己的事情自己做。要得到社会的肯定、别人的认可、人们的尊重信任，使自己生活幸福快乐，就必须学会自尊、自立、自强、自信。

学会自尊。自尊就是尊重自己的人格。不管在什么环境下，不向别人卑躬屈节，也不容许别人歧视侮辱。不要管别人怎么看待，自己首先要做到自尊自爱，要想得到别人的尊重，首先要尊重自己。种瓜得瓜，种豆得豆。自己应该从力所能及去帮助别人中寻找互爱，这既能体现自己的人生价值，也能得到社会的尊重，显示自己的人格魅力，树立积极向上的价值观。

学会自立。自立，就是依靠自己的力量，在生活 and 事业上努力奋斗。一个人在社会中生活，不但在生活上要自立，在事业上也要自立。我们常说“自力更生”，就是说要依靠自己的力量，改变原来的状况。一个人的成长过程中，当然需要各方面的帮助，但是，归根到底，只有依靠自己的力量，才能提高和发展。特别是在身处逆境、身处困境的情况下，更要

坚持自立”的精神，别人的帮助只有在你自己努力的基础上才能有作用。

学会自强。自强就是自己努力向上，不自惭形秽，永远不懈怠，不向挫折屈服。自胜者强，自强者胜。世上没有不劳而获的事情，如果一分耕耘一分收获的话，吃苦和流汗才是最佳的选择，只有具备不言败和永不屈服的不挠精神，勇于挑战，才能闯出一片属于自己的事业和天地，树立敢于拼搏的精神。

学会自信。自信就是坚定不移地相信自己的能力。信心是开启成功大门的钥匙，克服自卑的心理，敢于去尝试。凡事自己首先应该先树立起信心，不要轻易地言放弃，坚信我能行”。我们有的同学在上课时不认真听讲，轻易放弃学习机会，缺乏自信，这是大忌。事情在做完后才能知道结果，信心是战胜一切的力量，必须树立唯我必行，非我不可的精神。

美国总统罗斯福曾说过：除非你默许，否则没有人能将你当作是下等人”。相信自己，因为天生我材必有用”，珍惜自己，因为这世上只有一个自己，如果我们连自己都不珍惜，又会去珍惜谁？如果我们连自己都不能看重自己，肯定自己的存在，又怎么去要求别人来肯定我们呢？有句话是这样说的：伟人的必要气质，是他自以为必须伟大起来。”可见，在别人肯定你之前，你先要肯定自己。自信”能产生一种强大的力量，它能够在困难和失败的环境下给人以勇气、给人以希望，我们常说，坚持下去，就是胜利”，就是自信”的力量。

同学们，一个人的成功主要不在于要有多高的天赋、多好的环境，而在于是否有坚定的意志、坚强的决心、执著的追求和崇高的理想。在人生的道路上，成功往往是属于对事业、对生活都充满自信和希望的人。只有奏起健康、完整的生命之歌，用生命真心地拥抱生活，用微笑去面对生活，用汗水代替泪水去永不停滞的拼搏努力，这样幸福和快乐才会永远环绕在每个人的周围，让我们一起携手超越自我，营造一个

完美的阳光世界。

谢谢大家！

自信坚强演讲稿篇十四

尊敬的老师、亲爱的同学们：

爱迪生曾说过：“自信是成功的第一秘诀”。没错，在生活中，我们处处都离不开自信心。一个人没有信心的人，注定是一个被社会所抛弃的人，一个被成功所抛弃的人，一个被自己所抛弃的人！所以，我们能够毫不犹豫地说：自信心是一个人的灵魂！自信不等同于自大。它是一种坚毅，拥有跨越生死的力量。自信从不盲从，它是刻苦磨炼出的本事凝结而成。本事好比王冠，它仅有镶嵌上自信这颗熠熠生辉的钻石，才会变得夺目而华美。同样的，没有本事的陪衬，任凭信心再怎样灿烂，也像是失去绿叶的鲜花，价值大打折扣。

相信大家都听过“胸有成竹”这个成语故事吧！北宋画家文同擅长画竹子，每次动笔时无需思考便自称一幅栩栩如生的竹子图。他是怎样做到的呢？原先，他每日观察屋旁的竹林，春夏秋冬，雷打不动。久而久之，竹枝的长短粗细，叶子的形态颜色，他都谙熟于心，自然也就把竹子画得出神入化。

这，就是自信的力量！

试问，若没有信心去支持他、去鼓励他，纵然文同有着惊天动地之才，然不信自己实力又有何用？他也只会湮没在中华漫漫五千年的历史烟尘中了。

自信能够穿越时空，它来去如风，却又在每个人身边停留。只是如……

自信是什么？是惊雷，是飞雪，是骤风，横扫一切拖沓、迟

滞、忧郁与懒惰。自信是战鼓，是号角，是旌旗，催人勇往直前，大胆挺进，日日精进。自信是阳光，是雨露，是琼浆，助人思维敏捷，精神抖擞，挥洒一切。自信使潜能释放，使困难后退，使目标逼近。正如乔·吉拉德—世界吉斯尼汽车销售冠军，是世界上最伟大的销售员，他连续12年荣登世界吉斯尼记录大全世界销售第一的宝座，他所保持的世界汽车销售纪录：连续12年平均每天销售6辆车，至今无人能破。乔·吉拉德，因售出13000多辆汽车创造了商品销售最高纪录而被载入吉尼斯大全。他曾经连续15年成为世界上售出新汽车最多的人，其中6年平均每年售出汽车1300辆。

乔·吉拉德也是全球最受欢迎的演讲大师，曾为众多世界500强企业精英传授他的宝贵经验，来自世界各地数以百万的人们被他的演讲所感动，被他的事迹所激励。

三十五岁以前，乔·吉拉德是个全盘的失败者，他患有相当严重的口吃，换过四十个工作仍一事无成，甚至曾经当过小偷，开过赌场；然而，谁能想象得到，象这样一个谁都不看好，而且是背了一身债务几乎走投无路的人，竟然能够在短短三年内爬上世界第一，并被吉尼斯世界纪录称为“世界上最伟大的推销员”。他是怎样做到的呢？虚心学习、努力执着、注重服务与真诚分享是乔·吉拉德四个最重要的成功关键。销售是需要智慧和策略的事业。但在我们看来，信心和执着最重要，因为按照预测推断没人会想到乔吉拉德后来的辉煌！由此可以推断，如果你的出身比乔吉拉德强，没有偷过东西，如果你不口吃，那你没有理由不成功，除非你自己没有信心，除非你真的没有努力过，奋斗过！

自信的人生不一般，不一般的人生有自信。要相信自己，相信人生。

谢谢大家。

自信坚强演讲稿篇十五

尊敬的老师，亲爱的同学们：

很久以前，一个少年想知道什么是人的尊严，于是去请教智者。智者没有回答他的问题，而是要求他做三件事：第一件事是让他脱下衣服去市场。少年吃了一惊。第二件事是让他拍一个有钱人的马屁，让有钱人给他一大笔钱。少年听了之后，百思不得其解。第三件事是，如果小姨夫成为大官，让小姨夫到处出风头，有人会对他特别尊敬或者有新的看法。听了他的话，他转过头，离开了。

我相信这个少年已经得到了答案。尊严意味着尊重和爱自己，同时也让别人尊重自己。

自尊是健康人格的基石，是重视和肯定自己人格的情绪。自尊就是尊重自己，关心自己，从身体和外貌到行为和灵魂，维护自己作为人的尊严，不做任何有损自己人格的事，不向别人低头，不允许别人歧视或侮辱自己。

悲观的叹息并不能让我们前进，但自我提升可以改善我们的缺点。

我们身边有很多自信自强的例子。

它（我能做到）”。弗里奇说：“即使你受到重创，光是想到这些话就会产生一种奇妙的力量。“从而击败对手。大家都很熟悉霍金，他也是一个很深刻的人物。他从小体弱多病，面临着绝症，建立了良好的信心。有了这种自信，奇迹出现了，许多疾病被克服了。

当然，也有很多情况几乎失去信心，错过了成功。

1951年，英国女医生富兰克林在衍射照片中发现了dna的螺旋

结构。经过研究，她提出了一个大胆的假设，并就这个话题发表了精彩的演讲。然而，许多人怀疑照片的真实性。在这些压力下，她动摇了，思考了一下。一个普通医生怎么可能做这么多研究？他公开否认了自己的假设。后来，另外两位科学家在这个领域取得了巨大的成就。并获得诺贝尔奖。但是比富兰克林晚了两年。中国体育界曾经有一个耀眼的新星，因为缺乏自信而被打败。

成功也许属于你，但也可能从你身边擦肩而过，这取决于你是否有信心赢得它。

在这里，我想告诉你：自尊让我们更好的站在社会上，自信让我们更有价值。我们应该从事实中认识自己。让我们一起宣誓：做一个踏实、自尊、自信、自强的中学生！

谢谢大家！

自信坚强演讲稿篇十六

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

天行健，君子以自强不息。挫折，这个词大家一定不陌生。挫折，对于人们来说，是绊脚石，是人生旅程中的障碍。“世界上的事情永远不是绝对的，结果完全因人而异。苦难对于天才是一块垫脚石，对于能干的人是一笔财富，对于弱者是万丈深渊。”巴尔扎克说过。

爱迪生经历挫折发明了电灯，居里夫人经历了一个又一个挫折才找到了镭元素，他们之所以成功是因为他们敢于面对挫折，敢于向挫折挑战。英国杰出科学家霍金一生经历的挫折数不胜数。命运对霍金是非常残酷的，但面对挫折，霍金以顽强的毅力战胜了挫折。21岁时，年轻的霍金患上了罕见的

萎缩性脊髓侧索硬化症，即卢伽雷氏症。医生说最起码只能活上2、3年，面对挫折，如果它对命运说，“算了，反正只能活一年了”也许他可能就这样碌碌无为地死去。但面对挫折，他没有自暴自弃。面对疾病，他顽强地拼搏着，与疾病做着斗争。可他依然坚强地活着，而且他还发表了科学著作《时间简史—从大爆炸到黑洞》，发行量达到1000万册，他成为了大教授，科学家。医生称这是医学史上的奇迹，其实这靠的是他的勇气，面对挫折不退缩的勇气和自强不息的精神，如若他不是意志坚定，他早就死了。受挫折的过程往往就是获得真知的过程。

走过崎岖小路，才能真正体味生活的欢乐；穿过茫茫迷雾，才能深切感受阳光的明媚。不经风雨，怎见彩虹；不吃一堑，难长一智！屈原曾作《九问》，我今天写的《挫折九问》为我的人生指明了方向。我明白了什么是挫折，我再也不会害怕挫折，我知道了挫折的真正内涵——获得真知。最后我还要说一句：道路是曲折的，但前途是光明的。一个人在挫折面前绝对不能退缩，面对挫折，要敢于与挫折作斗争。面对挫折，不能害怕，要从挫折背后找到战胜挫折的勇气和自强不息的精神。

我的演讲完毕，谢谢大家！

自信坚强演讲稿篇十七

尊敬的xx□

命运攥在自己手里的，所以我们自己的事情自己做。要得到社会的肯定、别人的认可、人们的尊重信任，使自己生活幸福快乐，就必须学会自尊、自立、自强、自信。

学会自尊。自尊就是尊重自己的人格。不管在什么环境下，不向别人卑躬屈节，也不容许别人歧视侮辱。不要管别人怎么看待，自己首先要做到自尊自爱，要想得到别人的尊重，

首先要尊重自己。种瓜得瓜，种豆得豆。自己应该从力所能及去帮助别人中寻找互爱，这既能体现自己的人生价值，也能得到社会的尊重，显示自己的人格魅力，树立积极向上的价值观。

学会自立。自立，就是依靠自己的力量，在生活和事业上努力奋斗。一个人在社会中生活，不但在生活上要自立，在事业上也要自立。我们常说“自力更生”，就是说要依靠自己的力量，改变原来的状况。一个人的成长过程中，当然需要各方面的帮助，但是，归根到底，只有依靠自己的力量，才能提高和发展。特别是在身处逆境、身处困境的情况下，更要坚持自立”的精神，别人的帮助只有在你自己努力的基础上才能有作用。

学会自强。自强就是自己努力向上，不自惭形秽，永远不懈怠，不向挫折屈服。自胜者强，自强者胜。世上没有不劳而获的事情，如果一分耕耘一分收获的话，吃苦和流汗才是最佳的选择，只有具备不言败和永不屈服的不挠精神，勇于挑战，才能闯出一片属于自己的事业和天地，树立敢于拼搏的精神。

学会自信。自信就是坚定不移地相信自己的能力。信心是开启成功大门的钥匙，克服自卑的心理，敢于去尝试。凡事自己首先应该先树立起信心，不要轻易地言放弃，坚信我能行”。我们有的同学在上课时不认真听讲，轻易放弃学习机会，缺乏自信，这是大忌。事情在做完后才能知道结果，信心是战胜一切的力量，必须树立唯我必行，非我不可的精神。

美国总统罗斯福曾说过：“除非你默许，否则没有人能将你当作是下等人”。相信自己，因为天生我材必有用”，珍惜自己，因为这世上只有一个自己，如果我们连自己都不珍惜，又会去珍惜谁？如果我们连自己都不能看重自己，肯定自己的存在，又怎么去要求别人来肯定我们呢？有句话是这样说的：伟人的必要气质，是他自以为必须伟大起来。”可见，在别

人肯定你之前，你先要肯定自己。自信”能产生一种强大的力量，它能够在困难和失败的环境下给人以勇气、给人以希望，我们常说，坚持下去，就是胜利”，就是自信”的力量。

同学们，一个人的成功主要不在于要有多高的天赋、多好的环境，而在于是否有坚定的意志、坚强的决心、执著的追求和崇高的理想。在人生的道路上，成功往往是属于对事业、对生活都充满自信和希望的人。只有奏起健康、完整的生命之歌，用生命真心地拥抱生活，用微笑去面对生活，用汗水代替泪水去永不停滞的拼搏努力，这样幸福和快乐才会永远环绕在每个人的周围，让我们一起携手超越自我，营造一个完美的阳光世界。

谢谢大家！

演讲稿演讲稿可以起到整理演讲者的思路、提示演讲的内容、限定演讲的速度的作用。在当今社会生活中，我们使用上演讲稿的情况与日俱增，那要怎么写好演讲.....