# 最新女人自强自立的演讲稿(4篇)

来源：网络 作者：青苔石径 更新时间：2024-06-18

*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。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。女人自强自立的演讲稿篇一典型事例：自强...*

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。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

**女人自强自立的演讲稿篇一**

典型事例：自强――永无止境的道德追求

天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物。”这是《周易》中的名句，表达了中华民族的民族精神和道德思想。

自强是什么？是努力向上，是奋发进取，是对美好未来的无限憧憬和不懈追求。自强者的精神所以可贵，在于其依靠的是自己的拼搏奋斗，而非父辈的荫庇提携。自强是自立的前提，不自强无以自立；自立是奉献的前提，不自立何谈奉献。

自强的道德精神还蕴含着与时俱进，开拓创新的内容。正如 “苟日新，日日新，又日新。”因为只有不断地革故鼎新，应时以变，才能步入更高更强的境界。

自胜者强，自强者胜。战胜别人的人只是有力量，而战胜自己的人才算坚强。自强与成功有着内在的联系，虽然自强者未必都能成功，但“不自强而功成者天下未之有也”。

自强离不开坚定的意志和坚强的决心。“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。”落第秀才蒲松龄以历史上自强者的事迹自勉，终于使自己成为一个明载史册的自强者。这个事例也道出了意志和决心对于成功的决定作用。

安逸无忧的生活总有人去向往，但困难却是人生不可避免的内容。正因为遇到种种困难，我们才会去克服，在克服困难的过程中取得进步；正因为面临种种问题，我们才会去解决，在解决问题的过程中走出新路。人惟有从这种由忧而喜、不断自强的日子里，才能真正品味到生命的意义和充满活力的人生。自强者是坚韧的。他的勇气更多地不是表现在烽火连天的战场上，而是表现在平凡平静的生活中。这是一种内在的考验。比如，当遭遇冷落时仍能泰然处之，当穷困潦倒时仍能雄心不泯，当受到误解时仍能心平气和。

自强者并不排斥他人的援手。事实上，善于取得他人的帮助，汲取他人的经验，以强化和完善自我，正是一个自强者应当具备的素质。

自强是一个永无止境的追求。旧的问题解决了，新的问题又出现了；一个困难克服了，另一个困难又来到了。人生的过程就是不断克服困难、解决问题的过程。生命不息，自强不止。一旦停止了自强的努力，生命就失去了支点，生命之火就变得黯淡无光。

理想是自强的力量之源。人的活动如果没有理想的引导和鼓舞，就会变得空虚、软弱、混乱而渺小。长征的胜利，是自强者的胜利，也是崇高理想的胜利，没有理想的支撑和激励，长征的胜利是不可想像的。无数自强者的经验都告诉我们，一个人的成功主要不在其有多高的天赋，也不在其有多好的环境，而在其是否具有坚定的意志、坚强的决心和明确的目标。只要脚踏实地，百折不挠，一步一个脚印地向着崇高的理想迈进，总会有所收获，有所成就。

祖国的强盛有赖于每一个儿女的自强，千千万万个自强者的力量汇聚在一起，必将开创中华民族伟大复兴的光辉未来。

天行健，君子自强不息。

生活中坎坷甚多，但不因此而泄气，而是更加坚定更加勇敢更加深信前进的步伐。

以一颗坚定的心，走完人生该走的路。

没有刚强之信念，哪有自强之勇气。

男儿当自强，志在四方，锐意进取，必功成名就。

立自强之志，也许一时不可取，只要其志不灭，留得青山在，不怕没柴烧。

历史上凡是能成就事业者，其间饱受折磨非常人所能及。人非圣贤，孰能无过，但有过必改，有错必纠，有恶必除。只要自己倍加努力，一定能把自己磨砺成有志之士。接受各种困苦环境的挑战，是迈向成功的阶梯。

事业来之不易，一定要珍惜光阴，不断拓新。如果胸无大志，半途而废，沉迷于享受，最终他的希望也就夭折了。

谁能踏遍坎坷，谁就能成大道，这是大自然的规律，故有天道酬勤。

谁能高瞻远瞩，谁能锲而不舍，谁能持之以恒，谁就能登高远眺，大好山河尽收眼底。

不管前进的道路上是狂风还是暴雨，都要始终坚定不移走完那段艰苦的历程。

多疑产生恐惧、多虑、举棋难定，只有放弃一切杂念，一切包袱，轻松上道，不达目标，决不罢休。前进道路上多一分理智，多一分胆识，多一分智慧，多一分气魄，你会如愿的。

只有自强才能诱发灿烂的光辉，只有自强不息才能茁壮成长，才能开花结果，艳丽人生。

(作者：林治波选自：《人民日报》，2024年12月17日第四版）案例一我有一双经历风雨的翅膀

我的父母都是普通的工人。同其他的父母一样，他们深知知识的重要。因此，我成了他们的希望，而我也立志要考上大学。

然而苦难却横亘在我的梦想之路上。我六岁那年，爸爸在加夜班的时候铁屑崩到了眼睛里，左眼失明了。我十一岁那年，爸爸因肾积血手术摘掉了左肾，再也无法进行体力劳动。我读初一时妈妈下岗了，一家的生活只剩下爸爸每月200元的工伤补助费维持。那段日子似乎空气都变得压抑。这样一个家庭是需要一个儿子来挑大梁的。那天，我毅然作出了一个决定：打工，我要自己供自己上学。

我从同学那借来五十元钱，去批发市场进了一些小装饰画，小工艺品，准备像校门口的小贩那样。没想到平时司空见惯的事情轮到自己头上竟然变得那么艰难。那天中午，我竟然没有从包里把货物拿出来。可是货如果卖不出去，我连借的五十元钱都无法偿还。第二天中午我去了一所比较远的学校门口，摆好了货物，怎么鼓励自己都不敢吆喝。好久，一个小同学走过来，问我：“这是卖的吗？”我急忙点头。那天我赚了一毛钱，是我赚到的第一个一毛钱。那一刻，我深深的体会到了赚钱的艰辛，懂得了平时爸爸交给我的那些钱里面凝聚着多少汗水和辛苦。

一个月以后，我赚到了80元钱。我用23元买了一本向往已久的《题典》。走出书店，我突然感觉天空是那么蓝。回到家爸爸诧异的问我钱是哪来的，我这才告诉了他。他什么也没说。但我看到他的嘴角在不停的颤抖，我知道他在努力控制自己的情绪。一个多星期后的中午，大家正在吃饭，爸爸突然问我：“你是从哪里进的货呀？”我很奇怪，可他看也不看我一眼，只是伸出筷子夹菜去了。不久，爸爸和我一样，开始到一所小学校门口摆地摊卖货了……我十分感激父亲，他的行为是对我无声的鼓励。而我真切的感受到，命运的火种其实就在自己的手里`……

一次，我蹲在夜市的一角吆喝着。一个八九岁的男孩被我的工艺品吸引，但他的母亲说什么也不给买，拉着他走出五六米远的时候，我突然听见她在呵斥：“看到了没有，你要是不好好学习，将来也只能摆地摊。”虽说早已习惯了被人审视的目光，也感受了自食其力的骄傲。但那一刻，我被深深的刺痛。我想到清扫楼道的妈妈，以及带病工作的父亲。他们从事着的也都是社会底层的工作，但他们是我心中最慈爱的父母，最完美的父母。我想，我一定用自己的劳动赢得别人的尊重，一定让我的父母过上幸福的日子。

每年最轻松的是寒暑假，因为时间宽裕，货品也不限于卖给小学生了。那一年寒假，我从早市批发了一丝袋粘豆包，在下午下班高峰时，我到附近的马路旁叫卖。不到俩小时，豆包全部卖光，我赚了36元钱，是我赚的最多的一天，我高兴极了。第二天，我又批发了一丝袋，也都卖光了。第三天再去那熟悉的地方卖，却少有人买。我想了想才明白，原来人们吃豆包是一种尝鲜、怀旧的心理。而一个地方的流动人员是固定的，想尝鲜的人都已经买了，生意自然就清淡下来。于是我不断的换地点，爸爸也来帮忙。二十几天，我们走遍了附近的马路，赚了600多元。那个春节是我所过得最开心的节日。父母很高兴，我想是因为他们看到自己的女儿在一天天长大……

就这样，依靠自食其力我完成了学业，并且我以高考作文满分，总分600分的成绩被哈尔滨工程大学录取。

案例二妈妈的“老儿子”

——一个少年犯的讲演

我叫戴雨，一个处在花季的女孩，现在应该生活在充满阳光充满色彩的世界里。但是，我却因诈骗被关押在看守所里。

从我记事的那一天起，爸妈就叫我“老儿子”。他们把我当成老儿子一样疼我爱我，视我为掌上明珠，从不舍得打我一下骂我一句。我感觉我的童年是金色的。然而，正是这种“依来伸手，饭来张口”的生活让我变得好吃懒做。家里的活都有姐姐来做，我连想也不想。我最大的乐趣就是吃好吃的，穿漂亮的。

爸妈也曾梦想我能考上大学，但我觉得学习很苦，每天都得写呀、算呀、背呀的，弄不好还让老师批，所以始终提不起学习的兴趣，成绩当然不理想。为了避免家长、老师的批评，考试的时候我总是打小抄。因此，我经常被老师抓住，家长也多次被请到学校。爸妈见我不是学习的料，也就由着我的性子。姐姐有时劝我几句，我连听也不听，时间一长，她也不管了。没有了学习的压力，没有了别人的督促我感到自由极了，我可以随心所欲的看电视，从“动画城”一只看到“午夜剧场”。

可随着年龄的增长，我已不满足成天闷在家里。外面的世界很精彩，我要亲自到外面去看一看。于是，一些花钱大手大脚的同学成为我的朋友。周六、周日我们总在街上闲逛。起初，父母也从不干涉，直至我与社会无业青年混在一块他们才着了急。他们要求我和那些人断绝关系，可是自小任性的我根本不听。我结交的朋友他们不喜欢，我就和他们吵。后来我一气之下离开了家，学也不上了，跟朋友在社会上混，认识下三烂的人也越来越多，走的道路也越来越邪……

有一次我从外面受了委屈，忽然想到好几个月没回家了。我拿起了电话，是妈妈接的。妈妈听见我的声音哭了，她说：“老儿子，你在哪呢？你回来吧，只要你回来，不管犯了什么错都可以原谅。你记住：只有狠心的儿女，没有狠心的爹娘。”听着妈妈的话，我才明白自己是那么狠心，那么没心没肺……我回家了，那天爸爸特意做了许多我最爱吃的东西。我很高兴，感觉好久没那么开心过了。我从家里待了一段日子，阳光般的暖意又爬上我的家庭。

好景不长，无所事事的日子让我感到无聊。书懒得读，家务活也不让我干，我想找个班上，父母说年龄小过两年再说。我总不能成天吃了睡，睡了吃了啊。不久，我又开始给那些朋友打电话了。他们答应带我出去玩，我很高兴。可是爸爸妈妈不答应。我又一次和父母吵了起来，狠心地离开了家。我们每天吃饭店，洗桑拿，玩市里最好的迪吧，夜里还要去吃烧烤。说实话，我知道父母很疼我。但是，我不再是吵着要糖吃要花戴的小姑娘了。我舍不得我的朋友，我愿意和他们一起说话，喜欢看他们听我讲新鲜事的表情，从他们那里我感受到了自己存在的价值。有时我也不知为什么，他们越反对，我越和那些朋友交往密切。就这样，家成了旅店，与父母的感情越来越淡。直至我走进看守所里，我才有一种噩梦初醒的感觉。

朋友，我们生活在一个浩繁的世界里。浩繁的世界里包含着无数的快乐与美丽。但美丽的背后总跟着丑恶的影子，美与善的缝隙间常夹着贪婪、自私、懒惰。愿人们记住这些罪恶的教训，切莫让悲剧重演。

淌自己的汗，吃自己的饭，自己的事自己干；靠天、靠地、靠祖宗，不算是好汉。

——郑板桥

如果你想让你的孩子早日能够独立，那么，你就应该教会他如何去从事工作，完成任务并取得成绩。——巴法利·弗雷德曼（美国）

自立

资料一国外父母是如何教育孩子自立的？

在发达国家的家庭里，父母都普遍重视从小培养孩子的自理能力和自强精神。之所以如此，是因为发达的市场经济社会要求孩子们必须具备这种能力和精神。惟其如此孩子长大后才能自立。

在美国，家庭教育是以培养孩子富有开拓精神，能够成为自食其力的人为出发点的。父母从孩子小时候就让他们认识劳动的价值。让孩子自己修理摩托车，到外面参加劳动。即使是富家子弟，也要出外谋生。美国的中学生有句口号：要花钱自己挣。美国前总统里根的儿子失业后，不依靠父亲的权势，而是自己谋生，自己找工作。

在瑞士，父母为了不让孩子成为无能之辈，从孩子很小的时候就培养自食其力的精神。譬如：十六七岁的姑娘，初中毕业就去一家有教养的人家当一年左右的女佣人，上午劳动下午学习。这样做一方面可以锻炼劳动能力，寻求独立谋生之路；另一方面有利于学习语言。因为瑞士有讲德语的地区，也有讲法语的地区，所以一个语言地区的姑娘通常到另起一个语言地区的人家当佣人。

在日本，在孩子很小的时候，大人就给她一种思想，不给别人添麻烦。并在生活中注意培养孩子的自理能力和自强精神。全家人外出旅行，不论多么小的孩子，都要无一例外的背一个小背包。要问为什么？父母说：“这是他们自己的东西应该自己来背。”上学后,许多学生要在业余时间参加劳动挣钱。大学中勤工俭学非常普遍,就连有钱人家的弟子也不例外。他们在饭店端盘子洗碗,在商店售货,做家庭教师等挣自己的学费。

资料二家教小故事

故事一：美国富豪洛克菲勒子女的零用钱少得可怜

富豪洛克菲勒家账本扉页上印着孩子零用钱的规定：7—8岁每周30美分；11—12周岁每周1美元；12岁以上每周3美元。零用钱每周发放一次，要求子女记清每笔支出的用途，待下次领钱时交父亲检查。洛克菲勒认为“过多的财富会给子女带来灾难”。

故事二：刘少奇主张让孩子放手做事

1964年夏，刘主席的夫人王光美同志在河北省新城县蹲点。刘少奇同志当时正在北京，她写了一封信让15岁的女儿平平送去，并嘱咐秘书不要为女儿买票，不要送他到火车站，也不要王光美同志接她，一切由孩子自理。

秘书感到很为难。心想平平毕竟是个小姑娘，而且从未走过远门。刘少奇同志看出他的心事，就说：“对孩子一是要管，二是要放。什么事管呢？不好好学习，品德不好要管。什么是放呢？吃苦耐劳的事情，经风雨，见世面的事情都要放手让孩子们去干。这样孩子可能要跌一些跤，但只有这样做，才能使他们受到锻炼，更好的成长起来。

盲人化学家侯永庚

中科院研究员1980年因糖尿病双目失明，失明后仍顽强从事物质晶体结构研究，创造了著名的“侯氏程序人要学会自立

易卜生先生曾经说过：“世界上最坚强的人就是独立的人。”是的，因为自立的个人才会有所作为，自立的国家才会不受欺负，实现繁荣富强。陶行知先生也说过：“滴自己的汗，吃自己的饭，靠人，靠天靠祖上，不算好汉。”这些无疑说明了人要学会自立，更要懂得自立。因为总有一天我们会长大，许多事情都要自己解决，自己面对。我们不能事事都依赖于他人，因为不懂的自立的就会被社会所淘汰。据报道：山东济南市的一位母亲，因为有一次她的儿子上街迷了路，这位母亲找了很久才找到。她看着儿子说：“妈在也不让你出门了。”从此以后，她的儿子不能上学，就连吃饭、洗脸也只能在床上，所有的事都不让儿子干。现在她的儿子有30多岁了，但是智力还相当于7岁的孩子一样，根本无法自立。这则报告无疑说明了一个问题，人要学会自立。

张闻天是党的高级干部，但对儿子的教育十分严格，不愿儿子因为父亲的地位产生虚荣心和依赖思想。就连他死后，也把遗嘱上的4万元，也作为党费交给党组织，丝毫没给儿子一分。因为他明白让孩子学会自立就是最好的遗产。自立也让国家走上繁荣富强。1840年鸦片战争爆发，中国沦入半殖民半封建社会，由于清政府的无能，于帝国主义签订一系列丧权辱国条约，但这些并没有打败独立自主的中国，终于在1949年10月1日建成，毛泽东主席在天安门广场说：“中国人民站了起来！”从此以后，中国能够骄傲地自立世界民族之林。

从个人到国家，自立则是坚强的后盾，青少年们快从你们的温室中出来吧，因为在温室中永远也长不大，学会自立，懂得自立，才会成为国家的栋梁之材！

自尊

美国第十六任总统亚伯拉罕·林肯出生于一个鞋匠家庭，而当时的美国社会非常看重门第。

林肯竞选总统前夕，在参议院演讲时，遭到一个参议员的羞辱。那位参议员说：“林肯先生，在你开始演讲之前，我希望你记住，你是一个鞋匠的儿子。”

那位参议员的目的就是要打击林肯的自尊心，好让他退出竞选。

此刻，人们都沉默了，静静地看着林肯，听他会说些什么来反击那位议员。

“我非常感谢你使我想起我的父亲，”林肯说，“他已经去世了。但我一定会记住你的忠告，我知道我做总统无法像我父亲做鞋匠那样做得那么好。”众人不约而同地为林肯鼓起了掌。

林肯转过头，对那个傲慢的参议员说：“据我所知，我的父亲以前也为你的家人做过鞋子，如果你的鞋子不合脚，我可以帮你改正它。虽然我不是伟大的鞋匠，但我从小就跟父亲学到了做鞋子的技术。”

接着，林肯又对所有的参议员说：“对参议院的任何人都一样，如果你们穿的那双鞋是我父亲做的，而它们需要修理或改善，我一定尽可能帮忙。但是有一件是肯定的，我无法像他那么伟大，他的手艺是无人能及的。”

说到这里，林肯流下了眼泪，所有的嘲笑都化为真诚的掌声。后来，林肯如愿以偿，当上了美国总统。作为一个出身卑微的人，林肯没有任何贵族社会的硬件，他唯一可以倚仗的只是自己出类拔卒的、扭转不利局面的才华。正是关键时刻的一次心灵燃烧使他赢得了别人的尊重，包括那位傲慢的参议员，成就了他生命的辉煌

日本著名的长跑运动员山田本一在马拉松长跑中获胜的诀窍就是目标分段法。他每次在比赛之前，都会把比赛路线仔细看一遍，沿途做好醒目的标记。比如，第一个标志是银行，第二个标志是一棵大树，第三个标志是一座红房子„„这样一直标记到终点。比赛时，他就以百米冲刺的速度奋力跑向第一个目标，等到第一个目标实现之后，再百米冲刺跑向第二个„„这样，40千米的距离被他分割成了许多小的目标，轻松地跑完每个目标，最后就到了终点。

远期目标的实现，就像马拉松赛跑一样，需要一阶一阶地向上攀登，一步一步地实现。

汉代大史学家司马迁，曾因犯颜直谏得罪了皇帝，被投进大牢，遭受了辱没人格、惨无人道的宫刑。然而，个人的奇耻大辱并没有使他一蹶不振。出狱后，他游遍祖国的名山大川，阅遍浩如烟海的经史典籍，发奋著书立说，终于完成了中国最早的一部通史《史记》，在中华民族的文化宝库中留下了一块灿烂的瑰宝。

**女人自强自立的演讲稿篇二**

读书：《简爱》、《文化苦旅》读者《2024合订本》，影视剧：《简爱》

《爱在苍茫大地》

自尊、自信、自立才能自强

邵征鸿

不知道别人读书是否有我这样的习惯，我总喜欢每隔一断时间把自己喜欢的书拿出来重温一遍，每一次的阅读，每一次的回味，都会让我对作品有着更深刻的理解，收获新的感动。

《简爱》是是勃朗特三姐妹作家之一夏洛蒂·勃朗特（1816—1855年）的成名作。今天寒假，我又不由自主把这本书拿出来重新读了一遍，感觉不过瘾，我还在网上找到这部电影，细细品味，观后，依然是感慨万千。简爱精神到哪里都不会过时，那就是自尊、自信、自立、自强和博爱。

女主人公简.爱是个孤儿，从小被寄养在舅母家里。寄人篱下，自幼受到虐待和歧视。也因此，她从小就养成了反抗不合理社会习俗的坚强个性。之后，她被迫进入罗沃德学校学习。毕业后，简.爱来到桑菲尔德庄园任家庭教师，她的自尊、自爱和自信赢得了人们的敬重。在与主人罗切斯特先生相处的过程中，两人都被对方的气质所吸引，他们经历了无数的挫折和磨难，最终走到了一起，收获了幸福。简爱如同一位灰姑娘，她坚强地面对困难，挫折，她追求男女间的平等，穷人与富人之间的平等。正如她所说的那样：““你以为，就因为我贫穷、低微、不美、矮小，我就没有灵魂，也没有心吗？不，你错了！我跟你一样有灵魂——也同样有一颗心！”（摘自《简爱》二十三章）

但是简爱又不同于神话传说中的灰姑娘，她没有靠水晶鞋帮她改变命运，她外表平凡的，经历苦难，却有着不平凡的思想，她追求平等，自由；她热爱生活，生命，追求完美，她在舅母最潦倒的时候回到舅母身边，不计前嫌，陪舅母走过生命中最后的一程，并在意外得到舅母遗产之后将大部分遗产分给了表哥表姐，可谓大爱无边，深深的感染了我甚至一代又一代的人。

不管身处何处，我愿意做个简爱那样的人，自尊，自信，自强，做个简爱那样的人，大爱无边„„

**女人自强自立的演讲稿篇三**

无庸讳言，许许多多女人正是基于这样的认识而选择了自我的牺牲，选择了靠着男人来实现其自身价值，靠着丈夫的光辉来照亮自己，把丈夫当做自己的上帝。

有这样一个真实的故事：晓雯——我大学时的一位好友，一个无论从哪方面讲都是绝对出色的女人，当她出现在电视屏幕上时，千千万万的观众都倾慕她迷人的风姿；当她同外宾洽谈生意时，年轻貌美的女翻译也会自惭形秽。她是那种在外高贵，在家妩媚的女人。做为涉外公司的经理，正因为她太出色了，才使得那大学讲师的丈夫感到自卑、压抑，感到心理失衡。于是，完美的小家庭出现了裂痕。为了家庭的稳定，为了丈夫的欢心，她辞去了经理的职务，成了一名普通的职员，而把全部的时间、精力倾注到丈夫、家庭和丈夫的事业上。不久，丈夫去美国留学，她带着女儿过了三年留守女士的生活，当她正等着丈夫为她办理留美手续的时候，一封满载着歉疚、自责和痛骂自己的信向她飞来，而在这满纸的激昂之后，她看到的仅仅是那赤裸裸的事实：丈夫有了外遇。她震惊了，感到自己仿佛坠入了深渊，她接受不了这种致命的打击。尽管如此，凭着她那本能的善良，她还是做了在这种情况下女人所能采取的最为宽容的行动——写信向丈夫说，她能理解他。

原以为这样就能把丈夫的心拉回来，可是丈夫还是要与她分手。这回，她彻底垮了，由一个善良、高雅的知识女性变成了一个可怕的怨妇。她苦笑着说：“所有市井女人在这种情况下要采取的报复方式，我都想到了，临到这个分儿上，女人们没有高低贵贱，都一样了。”

听起来就像一出古老的京戏，丈夫功成名就，另觅新欢；妻子人老珠黄，遭人遗弃。这出俗得腻人的戏事实上几千年来一直经久不衰地上演着，只不过我们常常没想到自己会成为剧中人，这就是女人的执著、女人的愚蠢。

对于男人，自古忠孝难两全；对于女人，幸福和成功是一对冤家。既要幸福又要成功的女人无疑是上帝的宠儿，但对大多数女人，好像只有二者必居其一的选择。

我们不是常常听到——“为了他，我什么都牺牲了”，“为了孩子，我只好放弃事业”，“我俩都有自己的事业，可是为了他，我只能选择贤妻良母”……有多少女人“义不容辞”“理所当然”地把自己圈在家庭里，绑在丈夫身上，把所有的人格与才能外化于家庭，只有得到丈夫的首肯，她的价值才得以实现。丈夫的喜便是她的喜，丈夫的悲便是她的悲，丈夫的一切便是她的一切，丈夫就是她的上帝。

然而，这种自我牺牲的美德，就一定能换来幸福吗？不是有许多贤妻像晓雯一样在为丈夫付出一切之后反遭丈夫的抛弃吗？不是又有许多良母在孩子长大成人之后倍感灵魂的荒凉吗？的确，做女人是坎坷的。从豆蔻年华的少女，到温情脉脉的妻子，再到含辛茹苦的母亲，两鬓斑白的老妪，其间是怎样的大起大落。理想与现实的错位，事业与家庭的冲突，油盐酱醋的拖累……但也有的女人不为这些所囿，而以对真善美的追求达到自尊、自信、自立、自强。宇宙中那广袤的空间，同样有女人的一块地、一片天。何必把自己依附于男人身上，靠着男人的光芒而发光，要知道自己就是一个会发光发热的太阳，男人不是自己的上帝，女人的上帝是自己。

虹，一个属猴的女孩子。5年内，她做过幼儿教师、大公司秘书、推销员，拍过广告，做过模特儿。现任某搬家公司经理，手下管着几十个棒小伙儿。她说：丈夫想让我平平静静地生活，到点上班，下班就回家，尽尽妇道，可我觉得没意思。不管男的女的，都要有自己的事业。夫妻间的卿卿我我也需要，但这最终解决不了什么实际问题，恩爱的夫妻也要有事业来支撑。一年前，她和丈夫分手了，丈夫对她的评价是：“我找的是妻子，你不配。”虹很潇洒地把全部积蓄给了丈夫，自己带着女儿回了娘家。别人说她傻，她说：“我愿意尝试不靠任何人去争取成功。”9个月的经营，2024元起家的虹，已经创下6台汽车，10多万元的资产。虹长得很美，很有女人魅力，这既成全她干事业，也阻碍她干事业。但她懂得，青春属于光阴，容貌属于父母，这些都是过眼烟云，唯有百折不挠的意志，锲而不舍的精神属于自己。她说：“我干事业凭的是人格的魅力，在于树立自己的风格，自己的原则，我不想让人指着我的脊梁说我是靠了什么什么。我唯一能靠的是我不懈的努力，我坚信不起眼的星星也比月亮有价值，因为它是自己照亮自己的。”

有一个普普通通的女记者，她的丈夫是国外一家大公司的经理，丈夫多次要求她出国分管一个分公司或在家做一个好太太。她却坚决地说：“今后不做老板娘，要干，就自己当老板。一旦你发现了自己，就会感到自己才是最无限而可靠的宝藏。”经过三年的努力，她终于不依靠丈夫而成为某跨国公司驻京主办。

一位合资企业女经理说得好：“男人们是带着负担去干事业，干得一本正经，干得很沉重。而女人是在随意中做自己该做的事，却做得很漂亮。”

事实雄辩地向人们证明：

“女人不是月亮”，她们理应有自己的闪光；

“女人不能只为男人活着”，她们应该有自己的追求；

“女人是完全的”，爱情和事业同等重要。

到了今天，历史终于翻开了新的一页。改革开放把中国女性，尤其是职业女性推上了时代的潮头，她们以自己奋斗的实践和骄人的业绩展示了自己的开朗、热情、自信、坚毅，她们在创业中寻找自己的位置，在拼搏中实现自我的价值，在进取中塑造自身的形象。

正因为她们又是人妻人母，她们那柔弱的肩膀，在扛起事业的同时，又要扛起家庭，因此，她们所取得的每一分成绩，都要付出比男人多一倍的艰辛，得到一分，就要耗费几分的代价。

既然性别已无法改变，那就努力使自己成为自己的上帝。不要为向往男性虚掷了女人的独特，不要以取悦男性讨得如烟的快乐……不要压抑，不要伪装，走女人该走的路，坦然地接受生活所赋予的一切，凡女人该享用的，统统笑纳；凡女人该奉献的，竭尽全力。

姐妹们，投入地做一回女人吧!以自爱的深刻，情爱的丰富，母爱的无私，博爱的平和，在酸甜苦辣的修炼中，去掉浮躁艳俗，精存刚柔合济，完善独立人格，学习发展技巧，女人才不会在岁月的流逝中陨落。

抬起头，男人女人面对的是同一片蓝天。以女人之长去扎自己的根，开自己的花，结自己的果，去收获一个同男人一样的斑斓的秋天。

要相信，女人的上帝是自己。

谢谢大家！

**女人自强自立的演讲稿篇四**

关于妇女节的演讲稿：自尊自强自立

朋友们：大家好！

或许你对于一个成功的男人背后，必有一位伟大的女性支持这句话不会感到陌生吧。无庸讳言，许许多多女人正是基于这样的认识而选择了自我的牺牲，选择了靠着男人来实现其自身价值，靠着丈夫的光辉来照亮自己，把丈夫当做自己的上帝。有这样一个真实的故事：晓雯我大学时的一位好友，一个无论从哪方面讲都是绝对出色的女人，当她出现在电视屏幕上时，千千万万的观众都倾慕她迷人的风姿；当她同外宾洽谈生意时，年轻貌美的女翻译也会自惭形秽。她是那种在外高贵，在家妩媚的女人。做为涉外公司的经理，正因为她太出色了，才使得那大学师的丈夫感到自卑、压抑，感到心理失衡。于是，完美的小家庭出现了裂痕。为了家庭的稳定，为了丈夫的欢心，她辞去了经理的职务，成了一名普通的职员，而把全部的时间、精力倾注到丈夫、家庭和丈夫的事业上。不久，丈夫去美国留学，她带着女儿过了三年留守女士的生活，当她正等着丈夫为她办理留美手续的时候，一封满载着歉疚、自责和痛骂自己的信向她飞来，而在这满纸的激昂之后，她看到的仅仅是那赤裸裸的事实：丈夫有了外遇。她震惊了，感到自己仿佛坠入了深渊，她接受不了这种致命的打击。尽管如此，凭着她那本能的善良，她还是做了在这种情况下女人所能采取的最为宽容的行动写信向丈夫说，她能理解他。

原以为这样就能把丈夫的心拉回来，可是丈夫还是要与她分手。这回，她彻底垮了，由一个善良、高雅的知识女性变成了一个可怕的怨妇。她苦笑着说：所有市井女人在这种情况下要采取的报复方式，我都想到了，临到这个分儿上，女人们没有高低贵贱，都一样了。

听起来就像一出古老的京戏，丈夫功成名就，另觅新欢；妻子人老珠黄，遭人遗弃。这出俗得腻人的戏事实上几千年来一直经久不衰地上演着，只不过我们常常没想到自己会成为剧中人，这就是女人的执着、女人的愚蠢。

对于男人，自古忠孝难两全；对于女人，幸福和成功是一对冤家。既要幸福又要成功的女人无疑是上帝的宠儿，但对大多数女人，好像只有二者必居其一的选择。

我们不是常常听到为了他，我什么都牺牲了，为了孩子，我只好放弃事业，我俩都有自己的事业，可是为了他，我只能选择贤妻良母有多少女人义不容辞理所当然地把自己圈在家庭里，绑在丈夫身上，把所有的人格与才能外化于家庭，只有得到丈夫的首肯，她的价值才得以实现。丈夫的喜便是她的喜，丈夫的悲便是她的悲，丈夫的一切便是她的一切，丈夫就是她的上帝。

然而，这种自我牺牲的美德，就一定能换来幸福吗？不是有许多贤妻像晓雯一样在为丈夫付出一切之后反遭丈夫的抛弃吗？不是又有许多良母在孩子长大成人之后倍感灵魂的荒凉吗？ 的确，做女人是坎坷的。从豆蔻年华的少女，到温情脉脉的妻子，再到含辛茹苦的母亲，两鬓斑白的老妪，其间是怎样的大起大落。理想与现实的错位，事业与家庭的冲突，油盐酱醋的拖累但也有的女人不为这些所囿，而以对真善美的追求达到自尊、自信、自立、自强！

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