# 最新女生要做到自尊,自爱,自信,自强的句子(三篇)

来源：网络 作者：蓝色心情 更新时间：2024-06-18

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。女生要做到自尊,自爱,自信,自强的句子篇一自信自强自爱自尊演讲稿1尊敬...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**女生要做到自尊,自爱,自信,自强的句子篇一**

自信自强自爱自尊演讲稿1

尊敬的各位评委老师，亲爱的同学们，大家晚上好!

今天我演讲的题目是“自立自强，立志成才”。人生的成功，不在于拿一副好牌，而在于怎样将牌打好，好怎样才能把牌打好了呢?我认为首先要有无缺憾的人格，其次是否要有明确的目标，第三是要有坚强的毅力。

无缺憾的人格并不是说你必须要怎样伟大，怎样崇高。起码要凡事不违背良心，对得起社会。康熙皇帝说过，国家用人，当以德为本，才艺为末。就如时不时见诸报端的贪官，如陈良宇、王怀忠、程维高之流。这样的人就算再有才干，对国家民族又有什么好处?

有了无缺憾的人格这个首要条件之后，成功的第二个要素是要有明确的目标。天蓝是因为它不能不蓝，太阳从来都在高处等着你，只要我们目标恒定，信念不动摇，成功就离我们很近很近。苏武牧羊的例子没人不知，今天我给大家讲南宋史学家郑樵的故事……

北宋末年，半壁江山在金兵连环打击下已是风雨飘摇。年青的郑樵认为如此昏暗不明的仕途会埋没自己的读书志向，因此不愿下山应试。由于北方金兵在攻破宋京都时抢走了大部分四库全书。于是乎郑樵决定以布衣学者的身份为朝廷编著一部集天下书为一书的大史书。那一年，他才27岁，在以后的31年里，他掏了种种诱惑，比如开始和他一起和他一起著书的哥哥郑厚就实在耐不住寂寞，下山参加科举，继而走上仕途;他挡住了种种压力，比如在朝中权臣打击之下几乎也丝毫没有支援自己的目标——编大史书。在他57岁那年，完成了这部巨著——《通志》他是第一个以山林穷儒的身份靠自己成为名垂千古的伟大史学家，梁启超高度评价郑樵对史学的贡献可与左丘明、司马迁相提并论，鼎足而三。郑樵的成功就在于他三十多年目标经络坚定，从来不曾有一丝的动摇。

除此之外，我认为成功的第三个要素是坚强的毅力。从拿破仑说：最困难之时就是离成功不远的时候。做事情要有毅力，在很多时候，往往我们只要在坚持一下，再坚持一点儿，成功就在面前。

命运像一架电梯，按钮在你自己插足，也在别人目光中，我们的一切都江堰市必须由我们自己控制。我认为，只要有无缺憾的人格。目标责任制，坚强的毅力，一定会成功，自立自强、成为有才有德的人。

我的演讲到此结束，谢谢!

自信自强自爱自尊演讲稿2

各位老师，同学们，大家好!

美国著名作家海伦、凯勒说过，对于凌驾于命运之上的人来说，信心是命运的主宰，人之所以“能”，是因为信“能”-----信心是人的征服者，它战胜了人，又存在于人的心中，每个人都渴望成功，为成功而拼搏，就像前往一个遥远的圣地，道路艰难且漫长，你用什么去战胜胆怯从而达到光明的未来?心理学认为：自信就是自己相信自己，就是对自己应该做的事情有必胜的决心和意志，就是对自己未来永远充满希望的心理体验，自信，是成功的基石!“我自信，我快乐”即是真理。

自信，是一种明亮而不刺眼的光辉，一种圆润而不逆耳的声响，一种骄傲而不自负的姿态，也是一种不向周围申诉求告的大气，一种理会哄闹的微笑，一种洗刷了偏激的淡漠，一种并不陡峭的高山，我自信，我快乐-----即使每个人的背后都有无数这样那样的故事，光鲜，或者不堪的，他们都像一摞摞日记本里反复强调的那样，前一句写了愤或忧伤，后一句一定要跟上“我相信明天不是这样”，微笑着去唱生活的歌谣，不去埋怨生活给予的太多坎坷，我们需要的是自信面对。

自信，不止像企鹅那样静静地站在海边翘首以盼机会的来临，而是如雄鹰一般不停的翻飞翱翔，相信自己一定能够;自信，不是面对峰回路转，杂草丛生的前途枉自感叹，而是勇敢的向前，披荆斩棘，举步探索;自信，不是拘泥于命运的禁锢，听凭命运摆布的提线木偶，而是奋力敲击其神秘的门扉，使之洞开一个新的天地···

在这个世界上，一星陨落，黯然不了星光灿烂;一花凋零，荒芜不了整个春天，所以如果你想画满一面长墙，除了相信自己能调出最微妙的色彩，没有别的事情对描绘更有意义;如果你想用镜头记录每朵花的姿态，除了相信自己能寻找到一路花香的街道，没有别的机会能为神奇的念头而增色-----不要迟疑，要像惊蛰时的声响一样，像花朵萌发时的色彩一样，像千千万万不为人知却又结结实实发生的故事一样，一个敢于为自己纵情描绘的长卷，终会有挥毫泼墨的尾声！

最后，每一个曾经、马上、即将面对考验的同学，请努力，请一直努力，骄傲地昂头说：我自信，我快乐!

自信自强自爱自尊演讲稿3

尊敬的老师、亲爱的同学们：大家好!

矫健的苍鹰扇动着双翅,翱翔在高空,无畏的目光点亮我们前进的道路,寻找自己的天堂。它自信,得到诗人的讴歌;它自强,受到英雄的敬仰。苍鹰尚且如此,满腔热血的我们又该如何主宰自己的人生呢?

生活中有这样一个故事:

一位中国留学生以优异的成绩考入了美国一所着名的大学。怀揣着梦想,他告别了父母,远离了家乡。但是,入学不久,他就提出了退学。理由很简单:生活饮食不习惯,父母所给的生活费已经花完。

回到家乡的机场,迎接他的是年近花甲的父亲,当他看到久违的父亲就高兴的扑过去,父亲一腿部,儿子扑了个空,一个趔趄摔倒在地。父亲看着尴尬的儿子深情的说:“孩子,这个世界上没有任何人可以做你的靠山,你若想在激烈的竞争中立于不败之地,任何时候都不能丧失那个叫自立、自信、自强的生命支点,一切全靠你自己。”说完,父亲塞给儿子一张返程机票。

这位学生没跨进家门就直接登上了返回美国的航班,返校不久,他获得了学院里的最高奖学金,且有数篇论文 陆续发表在有国际影响的刊物上。

上面的故事告诉我们一个道理:每个人出生在什么样的家庭,有多少财产,有什么样的父亲并不重要,重要的是我们不能将希望寄托于他人，必要时给自己一个趔趄,只要不言放弃,自信、自强就没有实现不了的事。

同学们,想想吧!想想含辛茹苦的父母,想想他们那双饱含期待的眼神――我们要自信!

同学们,看看吧!看看身边的勇士们,看看他们在知识的海洋中如何拼搏进取的――我们更要自强!

罗马的雄伟并非一日建成的,成功更非一蹴而就的。为了明天灿烂的笑容,让我们用知识武装自己,完善自己,只有全心奋斗,才能满心收获。让我们高挂“长风破浪会有时,直挂云帆济沧海”的船帆;让我们树立“会当凌绝顶,一览众山小”的决心;让我们唱响“我的未来不是梦,我认真的过每一分钟,我的未来不是梦,我的心跟着希望在走”

亲爱的同学们,在希望的田野上,让我们用青春播下种子,用汗水浇灌茁壮的禾苗,用勤奋呵护怒放的花蕾,爱的果实终将属于我们。

亲爱的同学们,让我们手牵手,团结起来;肩并肩,振作起来;心连心,自信、自强起来,一起同行那美好的人生路!

自信自强自爱自尊演讲稿4

尊敬的老师、亲爱的同学们：大家好!

自信、自强是人生一盏明灯，它照耀我们成材，照耀我们走向成熟的人生。

先讲个真实的故事吧!

俄国著名戏剧家斯坦尼拉夫斯基，有一天在排演一出话剧时，女主角突然因故不能演出了。斯坦尼拉夫斯基实在找不到人，只好叫他的大姐来担任这个角色，他的大姐以前只是负责管理服装、道具之类工作。现在突然演主角，便产生一种自卑胆怯的心理。演得极差，这引起了斯坦尼拉夫斯基的烦躁和不满，一次他突然停下排练说：“这场戏是全剧的关键，如果女主角仍然演得这样差劲儿。整个戏不能在排了!”这时全场寂然，倔犟的大姐久久没有说话，突然，她抬起头来：“排练!”一扫以前的自卑羞怯和拘谨，演得非常自信、非常真实、斯坦尼拉夫斯基高兴地说：“我们又拥有一位新的表演艺术家了”这是一个发入深思的故事，为什么同一个人前后有天壤之别呢?

同学们，人生的道路固然坎坷，但绝不能因为它的坎坷，就使我们健美的躯体变得弯曲。生活的道路固然漫长，但绝不能因为它的漫长，就使我们求索的脚步变得迟缓，叹息的杯盏里只有消沉的苦酒而自信的乐谱中才有奋发的音符。自卑只能使你成为生活的努力!而自信，却能使你成为生活的主人!

自信吧!亲爱的同学们。在人生的海洋里，驾着你事业的航船，摇动你奋斗的双浆，扬起你自信的风帆就一定能到达理想的彼岸!

自信自强自爱自尊演讲稿5

亲爱的同学和老师们，你们好!我是工商管理学院财务管理专业的程玲。今天，我很高兴地站在这里，跟大家分享我自己作为一名川大学子，关于文化方面“自觉、自信、自强”的理解和感悟。

“一个国家如果硬实力不行，可能一大就垮;而如果软实力不行，那就会不打自败。”今年3月，党的\_\_届三中全会作出了要努力提升文化自觉、增强文化自信、是安县文化自强的战略部署。作为一名关心国家时政的大学生,我们首先应该搞清楚什么是“文化自觉”、“文化自信”、“文化自强”。

“文化自觉”，从语义上讲，是指对文化的自我觉悟。这个文化，既是民族的，也是国家的，还是阶层的、地域的、乃至团体的、个人的。对于整个人类来说，文化的自觉就是要清楚的认识到文化和文明于人类的意义必不可少。我们大家可以反过来想一想，如果人类失去文化的自觉，那么世界将会变成一个什么样子?很显然，如果真是那样的话，人类便会陷入迷茫、杂乱无序、良莠不分、失去自我，甚至重返愚蛮。这里我引用的是著名学者冯骥才的观点。自己想一想，的确如此。如果没有文化自觉，人类就无法掌握前人的成果，人类文化就谈不上传承和升华，也就是说，每一代人辛辛苦苦摸索世界后得到的成果到了下一代便作废，重新从零开始。而如果我们没有站在巨人的肩膀上，那么人类进化的脚步就会停下甚至往回走。国家层面的文化自觉也是如此。国家必须对本民族文化的起源、形成、演变、特质和发展趋势的理性把握，以及对本民族与其他民族文化关系的理性把握。国家对其民族文化的自觉我想应该是体现在国家里每一个人的身上。从小学起直到现在以至将来，我们一直在培养这样的文化自觉。文化自觉，我个人觉得国家其实做得挺成功。我记得小学的时候，有一门《社会》课，它就跟我们讲中华民族的发展史，现在我还记得小学老师告诉我，夏朝是我国第一个封建王朝，清朝是最后一个。初中、高中则对世界文化的发展史有了大概的了解。在我父辈的那个年代，《政治》是高考中不论文科理科都必须要考的重要科目。现在呢，在研究生考试中依然如此。但是有点让人懊恼的是，这样的文化自觉常常是被强制灌进我们脑子里去的。我初中的时候很不喜欢历史，我不理解为什么人们要反复强调那些革命往事，更别提那些几千年前的事了。后来跟我说，人要不断地学习历史，从中总结经验，才有可能不走过去已经证明是错误的老路。历史文化使人进步。现在我想，这应该就是文化自觉的力量吧!

然而很多人虽然已经深刻了解了我们的民族文化，但是从心理上讲，并不十分认同，更别说以其为荣了，这就涉及到我接下来要讲的另一个方面——“文化自信”。

“文化自信”，是对自身文化价值生命力的认同肯定和信念。我们可以从不同的层面来理解它。首先，文化自信表现为对既有文化优良传统的肯定与坚持。正因为如此，中华几千年的文明才得以成为人类历史上唯一的源流相继、从未中断的文化体系。这个意义上的文化自信，是民族文化的标志所在，也是民族自信心和自豪感的源泉。其次，文化自信还表现在对待外来文化的理性态度和开发过的胸襟。在外来文化面前树立正确的额心态，不卑不亢，能够辩证的取舍。现在其实很多人对我们自己的文化不够自信，总觉得我们自己的文化落后、腐朽，而一些发达国家的文化就先进、科学似的，其实我觉得这样的想法对于我们的先祖们来说其实是挺可悲的。其实我们应该有足够的自信。不要觉得中国人过圣诞节是因为圣诞节更棒，其实外国友人们现在也会庆祝春节的。我们觉得自己的文化不如别人，但是你看到了吗?孔子学院开到了世界许多国家，美国拍了极具中国元素的电影“功夫熊猫”，韩国赶在我们前面将端午节申请为他们的非物质文化遗产。其实，我们该有足够的自信，我们自己的一些文化也很棒，我们应该是自信的中华儿女!不仅仅是指民族文化，拿近一点来说，校园文化也是如此。川大有丰富的校史文化，从清朝末期到新中国成立再到改革开放的今天;汶川地震时，第一支赶赴灾区的救援队正是川大师生自发组成的，华西医学院师生更是用他们的知识去帮助灾民;川大每年会毕业很多优秀的学子，朱德、郭沫若，更有大量的企业家、学者、专家们他们不仅是我们的骄傲，也是祖国人民的骄傲。我们背后有强有力的学校作支撑，我们就更应当是积极、自信的川大学子!

接下来我要谈的就是“文化自强”。“文化自强”，就是一个民族、国家和政党自我努力，积极向上，不断增强自身文化竞争力和影响力，始终保持一种文化活力，建设成为文化强国的实践过程。文化自觉、文化自信的最终目的在于实现文化自强。我们永远不该忘记撒切尔夫人那尖锐而又引人深思的断言：“一个只能出口电视机，而不是思想观念的国家，成不了世界大国。”的确，大国的崛起不仅仅是经济的崛起和发展，更是思想的彰显和文化的兴盛。如何实现文化自强呢?从大的方面来讲，首先要对文化道路、文化方向、文化灵魂有着正确的把我。选择什么样的文化发展道路，就能培育出与之相适应的文化发展道路，因此，我们走的是中国特色社会主义文化道路。其次就是国家应该推动文化创造、文化传播，促进文化产业的发展。

而从我个人的角度，我认为，文化建设首先靠的是行动的力量，不是我们每天喊一喊口号，时不时地抨击一下、愤青一下就可以取得进步的。看到老人跌倒在地，我们更应该去扶，而不是去围观，去事后指责。在学校里，我们周围总是能听到一些抱怨的声音。当抱怨学校学习氛围不够浓的时候，你是在翘课睡觉看小说打游戏吗?当你觉得寝室不够整洁卫生的时候，你去清扫整理了吗?如果你对现状不满，请用你的行动去改变它。其次，文化建设应该有每一个人出力。那种“文化建设是少数人的事情，我们普通民众过好自己的日子就行”的观点是极端错误的。因为我们是群居动物，必须与他人、与社会发生密切的关联，国家的、社会的、学校的事情，也就是我们每一个人的事情。

时代的众人肩负在我们这一代人身上，我们当代大学生作为社会上的知识阶层，更是义不容辞。所以就站出来吧，拿出我们的力量，逐渐地从7080后们拿到我们的接力棒，去冲刺中国灿烂美好的未来!

自信自强自爱自尊演讲稿中学生

**女生要做到自尊,自爱,自信,自强的句子篇二**

尊敬领导、各位同志:

大家好！我是来人力资源科的管佳琦。我演讲的的题目是“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。

自尊是健康人格的基石，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·佛雷基在比赛前，都会想到寝室天花板上贴着的那张用英文着“it（我能行）”的大报纸。佛雷基说：“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，面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。

1951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、自信自强的重机人吧！

谢谢大家！

**女生要做到自尊,自爱,自信,自强的句子篇三**

中学生演讲稿：自尊自爱自信自强

尊敬的老师、各位同学:

大家好！我是来自初xx班的xx。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。

自尊是健康人格的基石，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·佛雷基在比赛前，都会想到寝室天花板上贴着的那张用英文着“it（我能行）”的大报纸。佛雷基说：“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，面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。

1951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！

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