# 202\_坚强励志的演讲稿5篇范文

来源：网络 作者：倾听心灵 更新时间：2025-04-27

*演讲稿所谓针对性，首先是作者提出的问题是听众所关心的问题，评论和论辨要有雄辩的逻辑力量，要能为听众所接受并心悦诚服，这样，才能起到应有的社会效果。小编在这里给大家分享一些20\_坚强励志的演讲稿范文，希望对大家能有所帮助。20\_坚强励志的演讲...*

演讲稿所谓针对性，首先是作者提出的问题是听众所关心的问题，评论和论辨要有雄辩的逻辑力量，要能为听众所接受并心悦诚服，这样，才能起到应有的社会效果。小编在这里给大家分享一些20\_坚强励志的演讲稿范文，希望对大家能有所帮助。

**20\_坚强励志的演讲稿范文1**

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家好!

今天我演讲的题目是《坚强面对生活》。

在生活中，我们难免有时高兴，有时悲伤，高兴地时候，我们也不必压抑自己的感情，该笑时就笑，让自己充满信心，乐观向上。俗话说：“笑一笑，十年少，愁一愁，白了头。”因而我们面对生活，应有一种积极乐观的态度。其实，我们度过一天时，心情高兴，一天的时间会逝去，心情愁闷，一天的时间也会逝去，那么为何不高兴地度过每一天呢?

我们遇到挫折时，微笑是成功的起点;遇到烦恼时，微笑是思想上的解脱;心情舒畅时，微笑是愉悦的表现。

当见到久别了的朋友，激动之情难于言表时，微笑便是表达感情的最好方式;当朋友陷于困境时，给他一个微笑，这是对他的最大鼓励;当相互之间产生误会时，给对方一个微笑，便是误会烟消云散的最好方法;当自己遇到挫折时，微笑面对困难，能使自己重新树立生活的信心。

**20\_坚强励志的演讲稿范文2**

各位老师，同学们：

大家好!

我国古代著名思想家孟子说过：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。”爱国诗人陆游也曾说：“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”这些话都生动地说明了意志力的重要性。有着坚强意志的人，在社会中一定能够占得重要的位置，并为他人所敬仰。

坚强意志是成功的保证。

《钢铁是怎样炼成的》中的主人公保尔·柯察金，双目失明，半身瘫痪。在巨大的挫折面前，柯察金没有放弃。不能上战场，他就毅然决然地拿起笔和纸，用文字加入了战争。最终，保尔·柯察金成功地写出了《暴风雨中的儿女》一书，他以坚强的意志，成就了自己的人生，实现了自己的人生价值。

坚强意志是成才的基石。

歌德巴赫猜想，被誉为“数学皇冠上最耀眼的明珠”，为了摘取这颗明珠，著名数学家陈景润，不顾嘲笑和\_\_谤，在没有电灯的六平方米的斗室之内进行着艰苦的研究工作，他尽管重病缠身，却仍然专心致志地向“哥德巴赫猜想”这个数学的城堡挺进，终于获得了重大成就。

贝多芬，这位19世纪最伟大的音乐家，作为作曲家，他偏偏在最辉煌的时候双耳失聪，但是他“扼住了命运的咽喉”，凭借顽强的毅力，为我们留下了《英雄交响曲》、《田园交响曲》、《献给爱丽丝》等不朽名篇。尤其是《命运交响曲》，犹如自己人生的真实写照。

如果一个人缺乏意志力，那么，即使他生活的条件再好，天资禀赋再高，也只是一事无成，历史上的江淹，就给了我们一个最真实的例子。历史总会出现惊人的相似之处，发现笑气的戴维到了后半生也是碌碌无为。

**20\_坚强励志的演讲稿范文3**

亲爱的老师，同学们：

大家好!

我是一个女生，我没有倾国的容貌，没有显赫的身世，也没有不可一世的权力。我只是生活在世俗里的一个平凡女子。

我要学会一个人面对残忍的世界，要坚强。

可以允许自己堕落一阵，但不可以从此沉沦，我还有梦，明天总会来的。

看淡拥有，不刻意追求某些东西，落叶归根，属于我的，总会回来。

伤心了难过了，一个人静静，不在任何人面前掉眼泪，我不能原谅我的懦弱。

奢侈一点，把微笑留给每一个人，即使后面住着悲伤。

任何时候都不刻意解释自己，哪怕是误会。自己明白就行了，没有必要让无所谓的人理解自己。

不刻意的装饰自己，那是给别人看的，而真的在乎我的人不会在乎这些。

跌倒了没人扶，我就自己爬起来，难过了没人安慰，我就告诉自己要坚强，哭了没人疼，我就自己擦眼泪。

可以原谅，可以不在乎，可以放弃，可以遗忘，可是不可以不爱自己，要高傲的生活。

我可以为一个人努力，付出，但不会改变。如果真的在乎我，他会包容我。

无论做什么，记得是为自己而做，那就毫无怨言。

面对困境，也不要悲观厌世。

在人生的任何时候都不怕重头再来，每一个看似低的起点，都是通往更高峰的必经之路。

让自己更平和一点，更豁达一点，对于身边的过错，让自己更宽容一点。人人都有他的难处，何必强求于人。

作为女孩子，首先要争取经济独立，然后才有资格谈争取什么，15到25岁，争取读书以及旅游机会，25到35对，努力工作，积极进修，组织家庭，开始储蓄，必需活泼乐观，不厌其烦地工作…这双手虽小，但属于我，作出成绩来，享受成果，不知多开心…

坏事总是不断发生，可还是有很多办法来解决困难。永远不要忘记学进修学问，拓阔胸襟。人生所有烦恼的会不多不少永远追随，只不过学识涵养可以使一个人更加理智冷静地分析处理这些难题而已。

失去的东西，其实从来未曾真正地属于你，也不必惋惜。潇洒一点。生活中无论有什么闪失，统统是自己的错，与人无尤，从错处学习改过，精益求精，直至不犯同一错误，从不把过失推诿到他人肩膀上去，免得失去学乖的机会。

浪漫是一种自我修养，是生活的格调。不管自己已婚未婚，什么年龄，总要保持有一种少女般浪漫情怀。

爱情很美好，但是，生活永远比爱情要长，而生活，是需要智慧。乐观，阳光，凡事往好处想。

对一个城市的留恋，其实只是留恋那里的人和事，更多的，是沉淀在那个城市里自己最好的年华。不管在什么地方，生活都有喜有悲，没有必要羡慕别人增添自己的烦恼。

法国有句谚语：爱人在身旁，处处是天堂。幸福不是因为得到的多，而是计较的少。苦苦追求没有得到的，不懂得珍惜拥有的，结果只是徒劳伤命。

《庄子》里有句话叫做夏虫不可语于冰，意思是说对于夏天的虫子，无论你怎样与它谈论冬天的冰雪，它也不会明白。同理，当我们总是责怪别人无法理解自己的时候，请静下心，各人有各人的思维限制，思维不同，很难一致，所以，我们都是互相眼里的夏虫

对生活多一点耐心，信心与坚持。不要总是半途而废。

为了梦想努力拼搏，回头看，你会发现那些苦难，后来成为了你人生的财富。未来掌握在自己的手中。

有得有失，才是人生，切忌忿忿不平。做人最忌无休止地自怨自艾，招人讨嫌。爱自己，就如同朝阳升起。

**20\_坚强励志的演讲稿范文4**

老师们、同学们：

大家上午好!今天在国旗下跟大家分享一篇学生的文章，题目是《你不勇敢，没人替你坚强》。

进入大学已经半年了，这半年来我都没有回顾过高中那段艰难的日子，都是在迷茫和盲目中匆匆度过了半年大学的时光。可是现在想起来，在高中那段我努力的时期才是我过的最充实的日子，每天都有人帮你安排该做的事情，只要按要求老老实实的用功就会出成绩。

在亲身经历高中的时候觉得很痛苦，但是当你坚强熬过这段日子，日后回想起来却很幸福很快乐。这是我在高三有段时间成绩维持瓶颈，快要坚持不下去时，我的语文老师给我写评语时开导我的一句话。现在想来，我很庆幸我能坚持下来。

其实，没多少人是真正对学习感兴趣，并且极度的渴望学知识的，也许很多人是身不由己，迫于各方面的压力才来学校读书。而且同样的我也是这样，我内心对学习是厌恶的，我在高中的时候还因为各种原因被原来的高中开除，在当地没有学校接收才来到金东方。来到这里开始也并没有发奋读书，只是在学校混日子。我爸妈当时已经对我心灰意冷，只要求我安分把高中读完，毕业随便找个能读的大学就行。不过我比较幸运，我的转折点是从高二时和周老师因为一件小事吵过一次后开始的，我开始意识到我从小到大就在给自己的父母丢脸，让他们在亲戚朋友面前没有面子。想着想着，我脑海里突然冒出一个念头，我想看看如果我努力，我到底能做到多优秀，我想至少人生也有一次让他们骄傲一回。就这样，我开始用功，开始坚持，开始进步，最后让所有人都吃惊。如果你从心底厌恶学习，那么就给自己找个能说服自己的理由，也可以说是信仰，带着自己的坚持上路，你才能最终坚持下来。

从任何时候开始用功都不晚，可是不要想着一蹴而就，在你努力的过程中会有一段一段的瓶颈，也许你努力了，你的成绩仍然毫无进展，甚至有时候出现退步，这都是很正常的，而且最关键的就是这个时期，你很可能因为这样的失败而迷茫或者动摇决心。我高二连续4次考过年级21名，高三上学期开学的时候成绩一路下滑从9名到33名，从33名到46名。在我这两段时期，我都出现过想要放弃的念头，但是后来我咬牙坚持了下来，并且成绩越是纹丝不动，越是一落千丈，我越是不服，越是用功。所以我高二期末的时候考到了年级第6全班第2，高三在46名后一场考试考出了应届第1，年级第6的成绩，并且超过了我们班那个从高一一直霸占全班第1的学霸。我用我自己的数据为你们证明了如果努力了没有成果，那么坚持下去一定会有惊喜发现。你们要记住任何事情到了最后都是好的，如果不好，说明还没到最后。如果你们从现在努力，比我多一年的时间用功，那么到高考的\'时候，相信我，你们一定会比我优秀。

**20\_坚强励志的演讲稿范文5**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

有些人认为智慧有利于取得成功，有些人认为努力有利于获得成就，还有的人认为坚强有利于获取胜利。但是在我看来，拥有坚持不懈的毅力和永不言弃的意志才是成功的关键。

毅力是一种难能可贵的精神品质，是一种来自内心深处的强大力量，是一种足以震慑灵魂的强大灵力，是一种激励我们勇往直前的不懈动力，是一种支撑我们不断奋斗的后备力量。

可是真正的毅力到底指的是什么呢?在生活中，如果我们能对一件事情有着长久的热情和持久的兴趣，那就是毅力。在生命中，如果我们对待任何事情都可以始终如一，不忘初心，那就是毅力。在人生路途当中，如果我们拥有持久的恒劲，坚定的决心，那就是毅力。但是对于毅力，人们往往有一个误区，那就是人们喜欢把一两天的坚持当作是毅力来看，把一两日的热情当成是毅力来对待。可是人们不知道的是，毅力是一种日复一日，年复一年的坚持与坚守，是一种持久长久的努力与奋斗。简单来说，毅力就是要把生活当成一场马拉松来奔跑，当成一场持久战来来坚持，当成一个日常习惯来坚守。

一说到成功人士，一见到励志故事，想必大家最先想到的就是阿里巴巴的创办者马云吧!的确，马爸爸从一个一无所有的小人物，走到今天这个腰缠万贯，名声在外的商业巨头，他的实力是不容小觑的。可是谁又曾想过马云所经历的那些苦难呢，谁又知道马云心底的苦楚呢?在那个资源匮乏，技术匮乏的时代，马云碰了多少壁，遭受了多少质疑，忍受了多少白眼，才得以走到今天这一步啊!正是因为马云有对梦想的渴望，有对成功的志在必得，所以他才至死不渝的坚持着，努力着。可也正是因为他有着从不放弃的毅力，有着从不妥协的毅力，有着永不言弃的毅力，他才得以抵达成功的彼岸，才可以打开成功的大门。

在人生的战场上，我们都应该向马云学习，学习他坚持不懈的精神，学习他勇往直前的品质。正所谓：“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”我们只有通过自已不懈的努力，不懈的坚持，才能取得成功。我们只有拥有超人的毅力，超强的志气，才能做到“会当凌绝顶，一览众山小。”

**20\_坚强励志的演讲稿范文**

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！