# 自信演讲稿五分钟

来源：网络 作者：心上花开 更新时间：2025-03-18

*自信演讲稿五分钟(精选12篇)自信演讲稿五分钟要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的自信演讲稿五分钟样本能让你事半功倍，下面分享【自信演讲稿五分钟(精选12篇)】，供你选择借鉴。>自信演讲稿五分钟篇1大家早上好，我演讲的...*

自信演讲稿五分钟(精选12篇)

自信演讲稿五分钟要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的自信演讲稿五分钟样本能让你事半功倍，下面分享【自信演讲稿五分钟(精选12篇)】，供你选择借鉴。

>自信演讲稿五分钟篇1

大家早上好，我演讲的主题：珍惜青春

青春是生命中最美好的时光。青春因为拥有无数个美丽的梦幻而变得光芒四射！青春是颗不老的心，是天真激荡的魂灵，是人生快乐的真谛，青春是团结向上，朝气蓬勃，积极进取，美与力量的象征！在人生的十字路口，它作为人生旅途中的重要标志，导航着命运的前程。

青春是美好而短暂的，人们对于拥有的东西，往往是在拥有的时候不去珍惜，而失去时才发现其价值！

珍惜青春，就要学会承受。承受困难与挫折，包容与压力、义务与责任。

珍惜青春，就要学会吃苦。青春是人生中最需要奋斗的阶段，尽管需要付出艰辛。

珍惜青春，就要坚持追寻，一个停止了追求的青年，注定是一个失败的人，只能在无聊与寂静中湮没。

珍惜青春，贵在由崇高的理想与执著的追求，乐于助人，乐于奉献。在挫折中完善，在奋进中成熟，在工作岗位上闪光！

珍惜青春，就要心胸宽广，困难时不要怨天尤人，妄自菲薄，顺利时也不要沾沾自喜，忘乎所以！要记住，美丽的容颜只是青春的剪影，美德与修养却贯穿生命的始终。青春似流水，悔恨白了头。人生的路是漫长了，它不象平坦的柏油路，那样笔直，也不象一潭湖水那样宁静，各式各样的困难、挫折、失败、委屈……随时都会向我们挑战。

珍惜青春，把握自己，塑造人生，勤奋与毅力是成功的基石。不断的探索、实践、追求、超越、必将赢得一个美妙的青春，精彩的人生！

我的演讲到此结束，谢谢大家。

>自信演讲稿五分钟篇2

亲爱的老师，同学们：

大家好！

还记得以前总能在学校报刊栏上清楚的看到七个字：今天，你自信了吗？大多数人选择默默的走开以致逃避，这是因为他们缺少自信，那么从现在开始，做一个自信的人吧！

自信是成功的奠基石。只有学会自信，你才会成功。当今社会，自信是必不可少的因素，这也是成功者与失败者的差距。成功者，相信自己能够做好，相信能成功，就是一个自信的人，一个成功的人，而失败者明明和成功者有相同的条件，但却整天唉声叹气，不是担心这个就是担心那个，到最后还是失败了。

成功者和失败者相比，缺乏一种品质，就是自信。相信你现在一定愿意做一个自信的人吧！但做一个自信的人，需要具备一定的精神或品质。不然，凭什么自信呢？

做一个自信的人，要有坚持不懈的精神和持之以恒的动力。你知道“滴水穿石”吗？就是一滴水，一滴水地落在石头上，日日夜夜的不停歇，永不放弃向着一个目标前进，努力，拼搏，最后才会形成“滴水穿石”的故事。

这不由得让我们想起，红军长征的故事，当时的现实多么残酷，情况多么危急，正是凭着毛泽东的正确指导，广大红军战士才有了自信，完成了长征的壮举，迎来了新中国，中国人民才会站起来。

可是长征说起来容易，做起来难呀！前面有恶劣的自然环境，红军自己吃不饱，穿不暖，有时都没有地方睡，走到哪儿，睡到哪儿。后面有敌人的追兵，天上有敌人的飞机，地上有敌人的大炮，长征的胜利，对于红军来说，简直是个人间奇迹；对于全世界来说，是一个难以想象的现实。

在毛泽东正确的指导之下，相信外国列强总有一天会被赶出去的，中国一定会强大的。毛泽东不仅有自信心，而且有坚持不懈的精神和持之以恒的动力，才会成功。

自信是一道绚丽的彩虹，装点着天空；自信是一朵美丽的小花，装饰着大地；自信是一幅优美的图画，展示着灿烂图景。从现在起，让我们一起做一个自信的人吧。

我的演讲完毕。

谢谢大家！

>自信演讲稿五分钟篇3

尊敬的老师，同学们，

大家好!

今天我演讲的题目是《扬起自信的风帆 》

在漫漫的人生旅途上，我们哭过、笑过、成功过、失败过。当种.种情形摆在我们眼前时，我们又该如何抉择呢?是的，人生并没有人们所期待的一帆风顺，面对成功，人们总是欣喜万分，因为它是我们努力的认可;面对失败，人们总是黯然神伤。但我们真的没必要因为失败而心灰意冷，不是有句付出总会有回报的话吗?所以挫折是难免会有的，但自信却是我们不可遗弃的。

人生的航程本来就是有波浪，有涟漪;人生的道路上一样也会有坎坷，有崎岖。我们应该坚信付出就会有回报的真谛，同时既不要因成功而沾沾自喜，也不要因失败而闷闷 不乐，要以一种积极向上的生活态度来面对成功与失败，从而以成功或失败作为契机，并以此当成新的开始。

在我的记忆里，曾有一个人令我钦佩不已。他从小热爱音乐，在他的世界里到处充满着悦耳动人的旋律。但天不从人愿，偏偏让他成了聋人，使他向往美好世界的道路上又增添了一堵厚重而严实的墙。难以想象的是他并不是因为前途困难而退缩，而是以积极的态度接受命运的挑战，坚持不懈的创作，终于，他的努力得到了人们由衷的赞赏，他也因此成为了闻名世界的音乐家。也许你们早已猜到，没错，他就是为世界创出无数动人乐曲的伟大音乐家贝多芬!从他的人生中，我明白了人生并不是那么不堪一击，阻碍我们的是在于我们是否有坚强的意志和信念。我相信，只要我们真诚地付出就没有任何事能难倒我们!

同学们，让我们扬起自信的风帆，越过波涛汹涌的大海，抚平微风荡漾的涟漪。你会发现，成功的彼岸就在不远的前方。笑对人生，以自信来面对我们可能遭遇的挫折与痛苦。 生命是一张白纸，当自信为他披上五颜六色的新装时，生命才充满活力!

我的演讲到此结束，谢谢大家!

>自信演讲稿五分钟篇4

老师们，同学们

大家好!

今天十分荣幸可以由我来为大家做几分钟的演讲。

首先，想问大家一道题，这道题是曾经微软公司的面试题，有一个斜边为底，长为10，高为6的直角三角形，问其面积。想必不少人答案都是30，其实这是不可能出现的三角，在初三，各位在圆的三大基本定理的圆周角定理的推论中会学到，再此我就不解释了，在微软的面试中有很多人中也想到了这一点，但终因不敢质疑而面试失败。

是的，我今天的主题就是自信。

这让我想到了世界音乐大师小泽征尔，在他的人生历程中，自信无疑是重要的一个成功因素。小泽征尔成名之前，在一次世界优秀指挥家大赛上，他发现了不和谐的声音，觉得乐谱有错。这时，评委们却坚持说乐谱没有问题。面对这些权威人士，小泽征尔斩钉截铁地说：“不!一定是乐谱错了!”话音刚落，评委们便报以热烈的掌声。原来，这正是比赛的一部分，小泽征尔的勇敢、自信征服了所有评委。正是因为相信自己，小泽征尔才果断地跳过了“圈套”。这次的夺魁，是他的自信为他赢得了胜利。

自信是成功的第一步，在自信者眼中，只有真理，没有权威。

在牛顿那个时代，牛顿被称之为这世上最伟大的物理学家，在他之后的一百六十多年里，大家一致认为，在这广袤的宇宙空间之中，上至星辰大海，下到汽车轮船，没有什么是牛顿的理论所解决不了的。这个理论直接持续了一百六十多年，到他故去很久以后。科学家突然发现了一个震惊整个物理学界的一个实验结果。就是牛顿认为呀，如果我们在移动中去扔一个球，那个球的速度，一定要快于原地去投掷它，而光也如是，若我今天奔跑着去投射一束光，那个光的速度必然快于我在原地打一束手电，可实验告诉我们，错了!光的速度居然是不变的，无关你的光源运动速度。所有的物理学家都傻了，全蒙了，这怎么可能呢?因为大家明白这直接指向的是牛顿所构建的这栋物理大厦出现问题了。呼啦啦，大厦将倾，就像我们辛苦盖起一栋摩天大楼，在你马上要封顶的那一刻，庆功宴都准备好了，你一看图纸发现地基没打好。怎么办呢?所有人都不知道答案。

直到几十年以后，一个叫做爱因斯坦的年轻人，他发现了问题的根源所在，但他清楚的知道，现在要解决这个问题，他还需要一门数学工具。于是他又花了十年的时间去重修数学，而这门数学就叫做黎曼几何。之后才有了我们称之为现代物理学大厦的广义相对论。爱因斯坦的“相对论”发表之后，有人曾炮制了一本《百人驳相对论》，网罗了一批所谓名流对这一理论进行声势浩大的挞伐。因为，牛顿都错了，他能行吗?可是，爱因斯坦自信自己的理论必然正确，对哒伐不屑一顾。他说：“假如我的理论是错的，一个人反驳就够了，一百个零加起来还是零。”他坚定了必胜的信念，坚持研究，终于使“相对论”成为20世纪的伟大理论，为世人所瞩目。

哪此刻何为自信?

它是扶大厦之将倾的力量，它能力挽狂澜。他将人类带到了一个更全新的领域，他向我们揭示原来这世间真的有时空穿梭的可能。

说了这么多

我想告诉大家，我们一定要相信自己。同学们，初中必定是一个峥嵘岁月。希望从今天开始，从现在开始，我们都可以把汗水的积累转化为骄傲、自信的资本。以舍我其谁的雄心壮志面对我们应该面对的每一次挑战。让我们的初中生活成为人生绚丽多彩的回忆，谢谢。

>自信演讲稿五分钟篇5

当你有自信时，就是你勇敢时;当你勇敢时，就是你成功时。——题记

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，竞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，除非你对自己没有信心，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。

>自信演讲稿五分钟篇6

首先，让我们来听一个小故事。拿破仑曾被流放到一个小岛上，逃出来后，法国国王派大军去捉拿他，随从都劝他快跑，拿破仑却说：“跑什么，我是他们的元帅，他们是我的士兵，为什么要跑呢?”拿破仑迎着捉他的.军队走过去，仍然以元帅的气度指挥他们，最后军队反而跟着他回去捉国王了。

这个故事告诉我们：自信能孕育信任，你能通过充满信心的活动使别人对你和你的意见也产生信心。

那么，我们该如何培养自己的自信呢?大家不妨来尝试以下几种方法：

方法一：心理暗示练习“我能行”。在做事和做作业以前，暗示自己“试一试，我也能行”、“我能出色完成这项工作”。这就产生了“我要努力把这件事做好”的信念，自然就会想出“如何去完成这项工作”的方法，排除各种困难，直至成功。

方法二：行走时抬头、挺胸，步子迈得有弹性。心理学家告诉我们，懒惰的姿势和缓慢的步伐，能滋长人的消极思想;而改变走路的姿势和速度可以改变心态。快速走路能表现出超凡的信心，仿佛在告诉整个世界：“我要到一个重要的地方去办一件很重要的事，更重要的是我会在20分钟内成功。”因此抬头挺胸走快一点，你就会感到自己信心在滋长。

方法三：抬起双眼，目视前方，眼神要正视别人。正视别人等于告诉人家，我很自信，我肯定比你强。不正视别人通常意味着：在你旁边我感到很自卑，我感到什么都不如你，甚至怕你。因而要经常练习正视别人，使自己的眼睛为自己工作，就是让自己的眼神专注别人，以增强自信。同时，与人讲话看着别人的眼睛也是一种礼貌的表现。

方法四：当众发言。当众发言是克服羞怯心理、增强人的自信心、提升热忱的有效突破口。这种办法可以说是克服自卑的最有效的办法。想一想，你的自卑心理是否多次发生在这样的情况下?你应明白：当众讲话，谁都会害怕，只是程度不同而已。所以你不要放过每次当众发言的机会。不敢当众发言，是怯场，缺乏自信。当众发言练习，既壮大胆量，又练就口才，是信心的“维他命”。所以请同学们在上课时尽量争取当众发言，畅谈自己的见解，不要怕说错，这样恐惧感就会逐渐消除，就会不断增加信心，下次发言会更容易。

其实，学习、生活中的许多问题、困难，恰恰是因为我们的信心不足，一旦获得了信心，许多问题就将迎刃而解。希望大家努力尝试，积极体验。请记住：“自信，是使人走向成功的第一秘诀。”

>自信演讲稿五分钟篇7

如果说人是一辆奔驰的汽车，自信便是那给予动力的汽油;如果说人是田野中的一株菊，自信便是充满生命力的光和热;如果说人是一跃而起的鱼儿，自信便是浩瀚无垠的大海。人亦要有梦，有梦亦要敢追求，有追求要充分自信，自信才是梦想的真正动力。

闪耀的T台上，名模们尽展风采，因为自信，他们敢于秀自己。舞台上的表演者们，尽显其能卖力演出，因为自信，他们敢于上台，敢于追求梦想，正因为自信的力量，他们才敢于追求成功，梦想有了自信的动力会无忧的策马奔腾，滋阴犹如源泉，能够给干渴的人带来希望，能够给落寞的人带来动力，能够让梦想飞得更高飘得更远，能够让我们不再彷徨不再迷茫。自信犹如黑夜里的一盏灯，给惧怕和哦按的我们带来明亮，不再害怕，迎着梦想一路向前，自信犹如沙漠里的一股清泉，给极度干渴的我们带来重生的希望，不在绝望，重归力量一路奔跑。自信犹如阴天连绵里的一把伞，给寒冷的我们带来清扬的温暖，不在无助，怀揣能量勇往直前。

自信，是一种成长的力量，让失望，彷徨，迷茫随微散去，让我们勇敢的跨过荆棘，让梦想随着热气球一起升空，不再惧怕。

>自信演讲稿五分钟篇8

尊敬的老师，同学们：大家好!

高尔基曾指出：“只有满怀自信的人，才能在任何地方都沉浸在生活之中，并实现自己的意志。”正是自信，伴随着这位“无产阶级艺术最杰出的代表”终生奋斗，走向成功。

女科学家麦克林托克在冷遇面前，乐观而自信的表示：“我所做的研究没有人表示赞同，那也没有关系，只要明白自己是正确的，你就不会对此介意，它早晚会脱颖而出的。”自信陪伴着她走过了一段段曲折的道路，指引她走上了诺贝尔生物学奖的领奖台。

然而，同学们，不要因此而走向另一个极端，堕入自负的泥坑。其实，自卑与自负都来源于自身力量的错误评估。被自卑腐蚀过的心灵，犹如冰封雪冻的荒野，开不出娇艳的生命之花;自负滋生的心田，也只会萌生茅草丛丛，终不能结出丰硕的理想果实。

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。谁一生下来便会走路、会写字?知识靠积累，勇气靠磨炼。别再红着脸，腼腆地说：“我不行。”课堂上，有问题时只管站起来发言，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。因为你远比只敢在课桌上点点评评、窃窃私语的人了不起。别说“我不行”。一个生活的勇士，是敢于在别人面前展露自己的缺点的。

万事总是开头难，义无反顾地面对挑战迈出决定性的第一步，紧接着会有第二步、第三步，别说“我不行”。

运动场上，请迈开步伐去拼搏、奋斗吧，别因为身体孱弱而退缩。经不起波浪的鱼儿永远不能跃出水面;只会躲在安乐窝中的雏鹰终究无法在苍穹中翱翔。不要害怕跌倒，它只会使你的脚步更踏实、矫健;不必担心失败，失败乃是成功之母。通往胜利的路上充满着坎坷，爱迪生为发明电灯曾试验过1000多种灯丝，每次失败，他都不气馁，当有人嘲笑时，他却自豪地说：“我发现了1000多种物质不适合做灯丝。”这是怎样的勇气和自信啊!朋友，困难在强者面前只能是纸老虎。当你成功时，你就会发现：“这并不难，我行。”

不要让美好的青春在一片“不行”声中蹉跎过去，等到醒悟时，双鬓已斑白。莫让一生碌碌无为，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，是走向成功的伴侣，是战胜困难的利剑，是达向理想彼岸的舟楫。有了它，就迈出了成功的第一步;有了它，就走上了义无反顾的追求路。

曾几何时，刘邦、项羽目睹秦始皇浩浩荡荡的出游队伍、富丽华美的车帐、八面凛凛的威风，随生雄心万丈的自信：“大丈夫当如此也”，“彼可取而代也”。于是，汉高祖立千秋帝王大业，楚霸王成万古悲壮英雄。诗人李白自信，他发出了“天生我才必有用，千金散尽还复来”、“仰天大笑出门去，我辈岂是蓬蒿人”的浩叹，便有壮丽辉煌的诗章千古流传。巴尔扎克自信，放弃家人为他选定的职业，毅然走上创作道路，终有惊天动地的《人间喜剧》彪炳千秋。一代伟人毛泽东更自信，他高唱“自信人生二百年，会当击水三千里”、“数风流人物，还看今朝”，万水千山，披荆斩棘，铸造了共和国的辉煌，带来了亿万人民的幸福……

有了自信，中华民族便有了无数追求成功的动人的故事：“头悬梁，锥刺骨”、“凿壁偷光”、“囊萤映雪”……有了自信，一双脚便能穷尽大漠沙海，脚下就飘起“丝绸之路”，身后就有“丝路花雨”;有了自信，一双手便能雕绘出莫高窟的金碧辉煌，筑起葛洲坝“截断巫山云雨”，托起“神州号”飞船遨游神秘的天宇。

自信不是狂妄自大，也不是心血来潮，更不是“宁信度，勿自信也”形而上学的固执。它是理想进取中折射出的生命的灵光，是孜孜追求路途中永恒的生命潮汐，是成功碑塔下第一块灵活辩证的基石。

自信吧，朋友!有了自信，才会拥有自我，才会拥有成功，才会拥有辉煌灿烂的人生!

>自信演讲稿五分钟篇9

老师、同学们，大家好!

我是高一四班的杜小珊。今天我演讲的题目是《自信的第一步》。

新年的鞭炮声还在耳边萦绕，亲朋好友的打闹嬉笑还在眼前浮现，但寒假已过，春天已到，我们必须投入到紧张的学习中去。在这个短暂但多彩的寒假生活中，我也受益良多，不仅是在学识方面的，更多的是为人处事方面。 学校寒假开展的实践调查活动对我来说不仅是一次接触社会的机会，也是生活中的一种挑战。下面我回顾一下我完成调查报告的过程，在谈谈我的心得体会。

调查那天，我原以为自己可以很勇敢地去停止别人的脚步，去问别人问题，配合我填表，可是我错了，大街上人来人往，我却拿着一大叠问卷不知所措。当我意识到自己在浪费时间，决心勇敢地去面对。我鼓起勇气向一位年轻的女士走去，可是还没走到她面前，她便朝我挥了挥手说：“我不做调查的。”边说边后退，我只好尴尬地站在那里。第一次出师不利，这多少打击了我的自信心。我在那愣了几分钟，重新鼓起勇气去问第二个人。这位男士虽然接受了我的调查，但却没有多大耐心，到最后他怎么也不肯再写，任凭我怎么苦心地劝他，他就是不愿配合，什么也不说就走了。受到如此“款待”我的信心顿时又被摔得支离破碎，自己的眼泪在眼眶里打转，真想就这样放弃了，因为人们做事情都期待回报。但是我厌恶自己的懦弱，既然走出第一步了，何不走下去呢?没人知道成功在哪里，就算是踏上第一百步、第一千步，仍然可能是荆棘布满前途，也许成功就藏在拐角后面，除非拐了弯，要么谁都不知道成功还有多远。那时我想起卡耐基说过的一句话：你今天敢面对的人有多少，你以后的成功就会多大。我于是拾起破碎的信心，调整好心情后，再一次勇敢地站在别人面前，面带微笑地问：“不好意思先生，打扰您一下，可以麻烦你填一下这份表吗?”这句话也不知道说了多少次，才有人帮我填写了一份，即使是一份，我也成功了。付出一份心酸，自然收获一份喜悦，人生并没有一直顺风的航船。

事后我常常想，遇到困难与挫折时，不能轻易妥协，不能轻易放弃。这时更需要的是自己积极的心态，尤其是耐心，而耐心是一个人意志力的体现。 挫折如拦路猛虎，你强它则弱，你弱他则强。据说老虎不吃喝醉酒的人，它在旁边看你酒醒后的神态。如果你胆小，它就吃掉你，它要显示的是自己的虎威。对于无所畏惧的人来说，虎威焉存?

作为涉世不深的学生，一旦步入社会，总觉得处处碰壁，正是这厚壁让我们成长，让我们坚强。也许每个人都渴望成功，那么就要敢于面对失败。除此之外，要寻找方法，世间万物皆有规律，只要找到规律，并执着行动的人方可迈向成功。通过这次实践活动，我也更为成熟和坚强，也加深了对生活的体味。

冬日的寒冷与萧条依然存在，我却默默地用热情去触及我身边的事物，用热情去打破人与人之间的隔阂，浇灌出自信之花，让它绽放在宽敞的人生路边，留下缕缕芳香，伴随我们成长。

谢谢大家!

>自信演讲稿五分钟篇10

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！我是\_\_。今天，我演讲的题目是”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：第一件事是让他脱掉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，那么别人会对他另眼相看。

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”Yes，I can do 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演讲。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！

>自信演讲稿五分钟篇11

在前行的道路上，总有一盏明灯指引你正确的方向;在人生的天空中，总有一抹绚烂的彩虹，照亮你不懈努力的心灵;在肥沃的心田上，总有一株坚韧的小草，支撑着你永不放弃。那就是自信。带着自信上路，描绘出属于自己的异彩纷呈的人生画卷。

大千世界，芸芸众生，没有一个人是完美无暇的。事事都有各自的缺点和长处，正如玫瑰一样，虽然娇艳欲滴，却依然是美丽与刺同在。再洁白的珍珠也会有细小的沙粒镶嵌其中，就连照耀万物，赐予光明的太阳也会有黑子的存在。但是，面对那些与生俱来，无法改变的劣势缺点，我们不应该妄自菲薄，而是要努力看到我们自身的长处，带着自信去走好人生的每一步。

正如著名的残障教育家海伦·凯勒一样。在她三岁时，上天似乎将一切不公的待遇都强加给这个弱小而又无辜的女孩，让她失去了听力，视觉以及说话的能力，将她推入一个深不见底的漆黑的深渊。然而这一切都没有将其压垮，她充满自信的对待每一天。她认为生命是如此的美好，她感谢上天给了她生存的权力，她用自己充满自信的心灵让漆黑的命运熠熠发光。

还有那个我曾在电视上所看到的无臂青年——刘伟。似火般的年龄，爽朗的笑容，坚强的面孔无不透露着他对人生的自信。他灵巧的双脚可以做任何正常人用双手所能做的事情，甚至他还可以用双脚弹奏钢琴。那些无法改变的缺失和痛苦似乎都被这个勇敢的青年用这些自信的音符驱赶地无影无踪。

还有著名的雕塑家罗丹，从小就长的身材矮小窃面貌不佳，常常受到同伴的欺辱和嘲笑，但他并没有因此而颓废和沮丧，他知道这一切自己都无法改变，他所能做的就是充满自信的去面对生活中的不公，努力地朝着自己的目标去奋斗，终于，他成功了，他成为一个享誉世界的著名雕塑家。

所以，当我们面对那些已无法改变的坏的遭遇，不要轻易的沮丧放弃，而是要努力看到自己优秀的一面，要以自信为帆，勤奋作浆，在人生的汪洋大海中乘风破浪，最终才能够驶向成功的彼岸。

我的演讲完毕，谢谢大家!

>自信演讲稿五分钟篇12

这个是由自信创造的\'，有了自信，便有了无穷尽的力量。

——题记

穿越历史洪泽，回眸过往。看一代文学宗师韩愈如何以无与伦比的自信铸起自己的仕途。

他初次应试，便名落孙山，可他并不因此就萎靡不振。他始终相信着自己。当他再次应试时，面对着相同的考题，他竟把原来那篇相同的文章一字不漏地递到同一个考官手中，也正是这位考官，对大胆呈上相同文章的年轻人大为赏识，把他列为了榜首。在某些人眼中，这是荒.唐的也罢，放肆的也罢。总而言之，他成功了，靠的是什么?自信!无与伦比的自信!

成功与失败很大方面上取决于自信。持之以恒且坚定不移的自信才是胜利的关键。倘若没有势如破竹般的自信心，即使个人能力再怎么强，想要成功，也是望尘莫及的。大家别忘了——讥笑中的的瓦特，冷眼中的牛顿，被退学的托尔斯泰……

假如他们都在打击中失去了信心，那么，如此之多的科学、文学的宝藏怎么会从他们手中被挖掘出来?并发出万丈赤芒?正因为他们都是自信者，他们的非凡成就才会让人错愕!才会让人纳罕!

不要在言行举止之间都认为自己卑微渺小。“天生我材必有用，”倘若失去信心，伴随自己一生的，便只有失败而已!

不要让所谓的“自知之明”束缚了手脚。要去勇于尝试。自信会在努力和成功之间搭起一座坚实的桥梁，只要有了自信，便拥有了无穷尽的力量来挣脱枷锁。创造属于自己的一切!

世界本由自信创造，有了自信，便有了力量。相信自己，抬头望去，手托起了一片天。

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！