# 自立自强意思 自强自立心得体会(通用15篇)

来源：网络 作者：逝水流年 更新时间：2024-10-14

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。自立自强意思篇一自强自...*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**自立自强意思篇一**

自强自立是一种积极向上的人生态度和价值观念，也是一种能力和素养的体现。自强自立的人拥有独立思考的能力，勇于面对挑战和困难，在逆境中坚持追求，不仅能够实现个人的价值，还能够为社会作出贡献。通过自强自立的实践，我深刻体会到了自强自立的重要性与意义，下面我将以五段式连贯的方式介绍我的体会。

首先，自强自立需要具备一颗坚强的内心和积极的心态。在追求自强自立的过程中，我们难免会遇到各种困难和压力，有时甚至会失败和受伤。但只要我们拥有坚强的内心和积极的心态，就能够坚持下去，不轻言放弃。比如，我曾经受到一次彻头彻尾的失败，我本可以因此而心灰意冷，但我选择了以更积极的心态去面对，从失败中汲取教训，并重新审视自己的不足之处，最终重新崛起。正是因为坚强的内心和积极的心态，我才能够在逆境中一次次取得成功，实现自己的目标。

其次，自强自立需要培养良好的学习和工作习惯。只有具备良好的学习和工作习惯，我们才能在学习和工作中有条不紊地进行，提高效率和质量。例如，我每天坚持制定学习和工作计划，并按计划执行，我认真听讲，积极做笔记，及时复习巩固，这就使我能够在各个领域取得优异的成绩。同时，我每天都会坚持锻炼身体，保持良好的身体状态，这使我在工作中精力充沛，能够更好地应对各种挑战和困难。良好的学习和工作习惯是自强自立的基础，只有培养这些习惯，我们才能够实现自己的梦想和目标。

第三，自强自立需要不断学习和成长。在快速发展的现代社会，我们必须不断适应新的环境和变化，掌握新的知识和技能，才能够不断提高自己的竞争力。例如，我曾经主修计算机专业，但随着社会的不断进步和发展，计算机已经不再是一个热门的专业，于是我决定再次学习新的技能，我选择了学习人工智能和数据分析相关的知识，通过自学和参加培训班，我不断提高自己的能力，为自己的职业发展奠定了基础。通过不断学习和成长，我不仅实现了自己的职业发展，还为社会做出了一份贡献。

第四，自强自立需要注重培养与他人合作的能力。在现代社会，没有哪个人可以独立完成所有的任务和工作，与他人合作是取得成功的关键。通过与他人合作，我们可以共同解决问题，取得更好的成果。例如，我曾经参加过一个团队项目，在这个项目中，我学会了与他人相互配合，互相帮助，共同解决问题。通过与他人合作，我们不仅取得了团队项目的成功，还建立起了深厚的友谊。注重培养与他人合作的能力，不仅能够帮助我们更好地进行工作和学习，还能够提高我们的人际交往能力，使我们成为一个全面发展的人。

最后，自强自立需要时刻保持谦虚和感恩的心态。在追求自强自立的过程中，我们不能忘记自己的根源和来之不易的一切。我们要时刻保持谦虚的心态，不骄不躁，不自满自足；同时要感恩身边的一切，感谢父母的养育之恩，感谢老师的教导之恩，感谢社会的关爱之恩。只有保持谦虚和感恩的心态，我们才能够做到心存敬畏，不忘初心，牢记使命，在自强自立的道路上不断前行。

总之，自强自立是一种积极向上的人生态度和价值观念，也是一种能力和素养的体现。通过自强自立的实践，我深刻体会到了自强自立的重要性与意义。拥有坚强的内心和积极的心态、良好的学习和工作习惯、不断学习和成长、注重培养与他人合作的能力以及保持谦虚和感恩的心态，将使我们走上一条充实而幸福的人生之路。只有不断自强自立，我们才能够在逆境中坚持追求，不轻言放弃，最终实现个人的价值，为社会作出贡献。

**自立自强意思篇二**

教师借用劳技课上的材料要求学生安装较为复杂的小车模型。时间限制很紧，工作有一定难度。学生在安装过程中可以讨论、可以翻看说明，可以参照其他同学的，还可以举手询问老师。

（学生操作）。

教师小调查，学生在安装过程中自己翻看说明完成，参照其他同学的，举手询问老师的各占多少比例。

师：同学们，在刚才的活动中，有些同学一看时间那么紧，配件又那么复杂，干脆不去做了，有的同学动了一下手，觉得说明复杂，干脆就参照别人，要么就问老师。小小的活动可以或多或少地反映出一个人的依赖性来。有些同学可能会不以为然：依赖点有什么关系啊？然而，近百年来，就是依赖和懦弱让中国蒙受了莫大的耻辱。

（二）自主探究。

教师展示课件。背景音乐是《男儿当自强》，依次展示外国列强对我国羞辱的图片：如东亚病夫、“华人与狗不能进入”、美国珍珠港的中文告示“垃圾桶在此”等。

师：百年的屈辱让中国人在国外更加勤奋更加努力，面对法国学生的轻蔑，徐悲鸿用出色的画展赢回了尊严；面对美国邮递员的歧视，吉鸿昌将一块写有“我是中国人的”木板挂在了胸前……他们深深地明白：一个国家一个民族只有先自立自强，才能在国际上有一席之地！

**自立自强意思篇三**

自强自立是一种勇敢的精神，是一种坚持不懈的力量，是追求自身价值的信念。在现代都市生活中，这种精神显得愈发重要。在自强自立的道路上，我有着自己的一些心得体会。

首先，自强自立需要积极的心态。在追求自身价值的路上，我们不可避免地会面临挫折和困难。这时，一颗坚定的心是十分重要的。面对问题，我们应该用积极的态度去解决，不断寻找解决问题的方法和策略，以战胜困难。同时，要有一颗持之以恒的心，不论遇到什么困境，都要坚持下去。

其次，自强自立需要完善的自我管理能力。一个自强自立的人，首先要有良好的自我管理能力。自我管理包括时间管理、财务管理、情绪管理等方面。时间管理是高效自强自立的基础。合理规划时间，合理安排学习和工作，将时间用在刀刃上，才能提高学习和工作效率。财务管理是保证自强自立顺利发展的关键。要学会储蓄和理性消费，合理规划家庭财务，避免过度消费和浪费。情绪管理是自强自立的内在支撑。正确处理情绪、保持心态稳定，才能更好地应对生活中的各种挑战。

再次，自强自立需要良好的人际关系。在现代社会，人际关系是自强自立的重要组成部分。一个人如果在社交上能够得到别人的认同和支持，那么他在追寻自己的价值和目标时就能更容易获得帮助和机会。而要建立良好的人际关系，首先要学会尊重他人，理解他人，并给予他人帮助，积极参与团队活动，培养团队合作精神。与此同时，我们要学会自我宣传和展示自己的特长，提升自己的影响力，以便在竞争激烈的社会中更好地发挥个人优势。

最后，自强自立需要正确的人生观和价值观。一个自强自立的人必须有正确的人生观和价值观。正确的人生观是明确自己的人生目标和追求的方向，树立正确的人生价值观，坚定信仰，明确生活的意义。只有有了这些，才能在自强自立的道路上不迷失，做到知道自己要什么，怎样追求，以及如何与他人和谐相处。

总之，自强自立是一种追求自身价值的精神，它需要我们树立积极的心态，完善自我管理能力，保持良好的人际关系，培养正确的人生观和价值观。我相信，只要我们坚持自强自立，不断探索和努力，就能够在人生的道路上取得自己的成功。

**自立自强意思篇四**

作为大学生，我们面临着许多挑战和压力，而自强自立成为我们在大学中必须具备的重要品质。自强自立意味着独立思考和追求个人的目标，同时也意味着克服自身的不足，提升自己的能力。本文将重点探讨大学生自强自立的重要性及其个人心得体会。

大学生自强自立的重要性不仅体现在个人的成长，也对社会有着积极影响。首先，自强自立能够培养我们独立思考的能力，不依赖他人的意见和决策。这样做不仅能够增加我们的自信心，更能够让我们在面对困境时进行积极应对。其次，自强自立让我们更加注重个人的目标和理想，明确自己的方向并为之努力。这样的精神将不断推动我们进步和成长。最后，自强自立也是社会需求的表现。现代社会对人才的需求不仅仅要求具备专业知识，更加强调拥有个人能力、创新精神和自我发展的能力。因此，大学生自强自立不仅能够为个人带来机会，也能够为社会提供更多的贡献。

要实现自强自立，我们需要在行动中付诸实践。首先，要明确个人目标和理想，为之努力奋斗。明确目标后，我们可以通过制定计划并持之以恒地执行来实现它们。其次，要大胆尝试和接受挑战。只有在不断挑战自己、突破自己的舒适区时，我们才能获得更多的成长与进步。此外，积极主动地学习、掌握专业知识和技能也是实现自强自立的关键。与此同时，要不断完善自己的软实力，如沟通能力、合作能力和领导能力。最后，我们还要保持乐观的心态，克服困难和挫折。自强自立的道路上会遇到各种困难，只有坚持乐观向上，才能战胜困难并取得成功。

在大学的几年里，我逐渐认识到自强自立的重要性，并付诸实践。首先，我明确了自己的目标，即成为一名优秀的工程师。为了实现这个目标，我制定了详细的计划。我每天坚持学习专业知识，并参加各种实践活动，以提升自己的实践能力。同时，我也不断充电提升自己的软实力，如加强沟通能力和协作能力。尽管在实践过程中遇到了许多挑战和困难，但我始终保持乐观向上的心态，坚持不懈地努力。经过多次尝试和努力，我逐渐取得了一些成绩，也深刻体会到了自强自立带来的成就感和满足感。

第五段：结论。

自强自立是大学生必须具备的重要品质，它对个人的成长和社会的发展都有着积极的影响。通过明确个人的目标和理想，并付诸实践，大学生可以在培养独立思考能力、提升专业知识和软实力的同时，实现自己的自我发展。在自强自立的道路上，困难和挫折是难以避免的，但只要保持乐观向上的心态，坚持不懈地努力，我们终将能够迈向成功。因此，让我们每个大学生都积极拥抱自强自立的精神，为个人的成长和社会的进步做出贡献。

**自立自强意思篇五**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

9月12日，河南中医学院校园里贴出一张海报，说该校二年级一位女同学，以前靠捡破烂挣生活费读完高中；考上大学后每月生活费不到80元，却用别人给她捐的几千元钱成立了一个“贫困生基金”，帮助其他贫困同学。

20xx年夏天，离高考只有几个月了。一天晚上，河南南阳邓州市第四高中的晚自习早已结束，大多数同学们都睡了。高三（2）班的班主任丁老师拿起手电筒开始安全巡查。

在教学楼前的一个垃圾池边，他突然看到有个人影在时蹲时起，不停地寻找着什么，便走过去，原来是女学生白x。

看到老师，白x尴尬地站在那里，她左手提着一个塑料编织袋，右手刚拾起一个啤酒瓶。丁老师的眼睛湿润了，这孩子家里穷，有几次都差点辍学，她这是在偷偷捡破烂换生活费，供自己上学呀！

白x在家排行老二，妹妹和哥哥都辍学了，只有白x坚持着读到高中。高中三年，白x吃最便宜的馒头和稀面汤，一天的伙食费只有1元钱左右，加上其他花销，每月住校的生活费总共不到50元。可即使这样，到高三最后一个学期，家里还是供不起她，走投无路的白x开始偷偷地捡破烂。

她把捡到的废纸、废瓶子和废塑料等积攒起来，每星期卖一次，能卖10元钱左右。这些钱，就是她一星期的生活费。有时候，她还能剩下一点点，给母亲买几个水果吃。

就这样，用捡破烂换来的生活费，白x度过了高中最后的生活，考上河南中医学院。

20xx年9月8日，白x到河南中医学院报到。原来她计算着交完钱还剩下100多元，足够自己用一个多月了。可没想到，她没把保险费算进去，等把报到手续全部办完时，兜里只剩70多元了。

新生入校首先是军训，勤工助学的事儿，一时还找不到，白x就拿着70元钱开始了她的大学生活。她又像高中时那样，只吃馒头、面条，把一天的伙食费控制在两元以内。

消息传到班长赵x耳朵里，他坐不住了，开始动员班里其他同学捐款。几天下来，同学们捐了600元钱。可当赵x把这些捐款交给白x时，她坚决不要同学们的捐款。她说：“同学们的心意我领了，可有的同学比我还苦哩，我咋能收他们捐的钱？老师正帮我联系勤工助学岗位，我能自己挣钱养活自己。这些钱还是退给大家吧。”

说服不了白x，赵x又让辅导员陈国富老师做她的工作。但陈老师同样也遭到了拒绝。最后陈老师说，这钱是同学们的一片心意，如果退回去，会伤了同学们的心。如果你不收，可以用这些钱成立一个小基金会，专门帮助贫困同学。白x同意了。

20xx年11月20日，以白x名字命名的“白x贫困生基金”，在河南中医学院第一临床医学院成立。基本资金是白x同班同学捐给她的600元钱，然后全校师生以及社会人士也纷纷捐款。

四川名山县电力公司老技师何云锦，给白x写来一封信，同时汇来500元捐款。白x立即把钱交给了基金会。福建莆田南山广化寺的释法凯大师给白x寄来了1000元钱，白x把汇款单和身份证交给陈老师，让取出来入进基金会……这样的捐款还有很多笔，甚至是在信中夹寄的几元钱，白x都一分不留，直接列入到贫困生基金会的账上。

不用别人的捐款，白x自己的生活费全部靠打工去挣。她现在打两份工，一份是学校提供的打扫实验楼卫生，每月50元报酬；另一份是校外一个餐馆，每天5元钱，外加一顿免费午饭。白x说：“虽然国家和社会对我们贫困生关心帮助，可主要还得靠自己。我现在一个月打工能有150元左右的收入，够我自己用了。”

“贫困生基金”成立以来，已经有49人从中借到了紧急救助款。尤其是今年4月25日到6月中旬，学院因非典实行封闭管理，过去靠业余时间外出打工挣生活费的同学断了生活。

**自立自强意思篇六**

小学生行为规范要求我们：要自强自立，虚心学习别人的长处，弥补自己的短处。拿破仑说，“人多不足以倚赖，要生存只有靠自己；若要一事做得好，就应自己动手”。通过认真学习和理解新规范，我认为，我们小学生现在的任务不仅是学习，更重要的是要学会自强自立。下面我想给大家讲一个小故事。有一个叫张鑫的人，他的眼前是一条被父母铺好了的金光大道，他一切的一切都被他的父母安排的井井有条。他们给他制了一张表格，上面记载着他的学习和玩耍时间。你一定会问：“这不是挺好吗？有一定的时间规律，并且大部分时间都在学习！”别急，请接着往下听。他每天起床的\'时候，妈妈早已找出最最舒服的衣服给他穿；晚上，妈妈早早地打好了一盆热气腾腾的洗脚水，等着儿子把脚伸进去泡；睡觉的时候，妈妈又把晒了一天的暖烘烘的被窝铺好，等着宝贝钻进去；夜里，妈妈还三番两次地来看儿子睡得是否暖和。就这样，他的父母整天围着他后面转，张鑫过着衣来伸手、饭来张口的日子，虽然在学习上取得了很好的成绩，但同时也成了小区闻名的“小皇帝”。光阴似箭、日月如梭，转眼间，张鑫以优异的成绩考上了重点中学。刚入学，就开展了军训活动，每天6点起床、21：30睡觉，从起床到睡觉，除了吃饭和午休，几乎都在进行军事训练，长期受宠的张鑫被军训折磨地瘦了一圈，整天头昏脑胀，每日的个人卫生也是做得一塌糊涂，通过观察张鑫的日常活动发现，他的动手能力还停留在小学二年级水平，由此他的自信心受到很大的打击，学习成绩也节节下降。初中毕业后，张鑫没能考上好的高中，他的父母经过深深的反省，终于明白，是自己害了儿子。多么聪明的一个孩子，多么乖巧的一个儿子，他的前途就断送在了娇生惯养中。如果在他还是小孩子的时候他的爸爸妈妈能让他养成自强自立的好习惯，说不定他现在已经是一位名人了，娇生惯养就好比是一场大水，冲垮了他眼前的黄金大道。同学们，我们是未来的主人，一个人将来在社会上能否立足，能否成为一个对社会有用的人，要看他小时候是否可以自强自立，我们要从小养成自强自立的好习惯。让我们齐声呼喊：“我们要做自强自立的‘小主人’！”。指导老师刘佳媛争做自强自立的“小主人”作文800字。

小学生作文（中国大学网。

请保留文章来源信息和原文链接！

**自立自强意思篇七**

自疫情爆发以来，全国上下万众一心，共同抗击疫情。在这场没有硝烟的战斗中，我们感受到了团结的力量，也领悟到了自立自强的重要性。我认为，在共同抗疫中，每个人都应该发挥自己的力量，从自身做起，保护好自己，同时也积极投身到抗疫的事业中去，与国家一起自立自强。

首先，自立自强要从个人做起。在这场抗疫战斗中，个体的防护是至关重要的。我们每个人都要认识到自身的健康和安全是最重要的。为此，我们需要高度重视个人的健康管理，做好以下几个方面的工作：坚持锻炼身体，增强免疫力；合理饮食，注意膳食搭配；保持良好的个人卫生习惯，勤洗手，多通风；避免前往人员密集处。只有个人做好自我保护，才能更好地保护身边的人，从而共同抗击疫情。

其次，自立自强要意识到责任与担当。作为一个公民，我们有义务为国家和社会做出贡献。在疫情期间，我们可以积极投身到志愿者队伍中，为疫情防控提供力所能及的帮助。无论是宣传防疫知识，还是帮助医院搬运物资，都是对抗疫事业的有益贡献。同时，我们也应该自觉遵守疫情防控的政策和规定，切实做到打疫苗、佩戴口罩、保持社交距离等防护措施，从而阻断病毒的传播链，保护自己和他人。

此外，自立自强还需要培养自己的综合素养。在疫情之下，很多人面临工作与学习的中断与变动，这就需要我们具备自主学习的能力和品质。疫情期间，利用网络资源，我们可以追赶学习进度，开展自主学习，提升自身素质和能力。同时，我们还可以参加在线课程、网络讲座等，拓宽视野，增长知识。面对困难和挑战，自立自强的人会更好地适应环境变化，积极应对，从而实现个人的成长和进步。

最后，自立自强也需要一颗团结协作的心。面对疫情，只有全社会共同团结，形成合力，才能战胜病毒，最大限度地减少疫情对社会的破坏。在这个过程中，各行各业的人们展现出了巨大的勇气和责任。医护人员用自己的智慧和勇气，守护着每一个病患的生命；科研人员不断攻关，争分夺秒研发疫苗；志愿者奔赴一线，默默奉献。每个人的努力和付出都是抗疫的重要力量，只有共同团结起来，才能共克时艰，最终战胜疫情。

在共同抗疫自立自强的过程中，我们深刻认识到自身的力量和责任。自维护个人健康，到积极参与抗疫，再到不断提升自己的综合素质，最终形成一道坚不可摧的防线。只有共同努力，才能战胜疫情，实现国家的伟大复兴。让我们把这次疫情视为一次历史的洗礼，从中汲取力量和智慧，不断自立自强，践行共同抗疫的心得体会。

**自立自强意思篇八**

随着高等教育的普及与国家发展的进步，大学生已经成为社会的主力军和未来的希望。在大学期间，我们应该注重自强自立，培养积极的心态和独立解决问题的能力。下面，我将从目标确定、时间管理、自我驱动、团队合作和成长发展五个方面，分享我对大学生自强自立的心得和体会。

首先，目标确定是大学生自强自立的第一步。在大学中，我们需要树立明确的目标，明确自己想要达到的成就。要想取得上佳的学业成绩，我们需要设定一个具体的学习目标，并为之努力。在设定学习目标时，要避免模糊的目标，例如“提高成绩”，而是要设定明确的目标，如“每学期达到前10%的成绩”。在设定学习目标后，我们可以拆解目标，制定相应的计划，并确立每天或每周的具体任务清单。只有有目标，才能更好地规划和管理自己的学业生活，实现自强自立。

其次，时间管理对于大学生自立自强至关重要。时间是有限的资源，合理利用时间可以使我们更好地安排学习和生活。要想管理好时间，我们需要制定合理的学习计划，并将学习和娱乐生活进行有效的分配。可以采用番茄钟等时间管理工具，将学习时间划分为小的时间段，集中注意力，提高学习效率。同时，要避免拖延症，合理安排任务的优先级，制定紧迫感和自律感，避免浪费时间和精力。通过合理的时间规划和管理，我们能够赋予自己更多的时间，更好地实现自强自立。

第三，自我驱动是大学生自强自立的重要品质。大学生活注重自主学习和自我发展，我们需要培养内在的动力，主动寻求学习和成长的机会。自我驱动是对自己的要求和激励，同时也是对自身能力的肯定。在学习中遇到困难时，我们要敢于面对挑战，积极思考解决问题的方法，并主动向老师和同学请教。同时，参加社团活动和志愿者工作，培养个人的兴趣爱好和实践能力，不断开拓自己的视野和能力。自我驱动使我们能够更好地适应各种环境和挑战，实现自己的理想和目标。

第四，团队合作是大学生自强自立的必备能力。在大学中，我们常常需要和他人合作完成各种任务和项目，这要求我们具备良好的团队合作精神。与他人合作时，我们要注重沟通和理解，尊重不同的意见和思考，相互配合和协调。通过有效的团队合作，我们能够更好地发挥自己的优势，弥补自身的不足，实现工作目标和个人成长。在团队合作中，我们要学会倾听和批评，并根据团队的目标，合理分配任务和资源。团队的成功是每个成员积极参与和共同努力的结果。

最后，成长发展是大学生自强自立的终极目标。大学是一个人成长的重要阶段，我们要克服困难和挑战，不断突破自己的局限，培养终身学习的习惯和兴趣。我们要保持积极的心态，勇于追求新的知识和技能，并将学习转化为实际行动。通过实践和实践，我们能够不断提升自己的价值和能力，实现自己的人生目标和理想。

综上所述，大学生自强自立不仅需要目标确定、时间管理、自我驱动、团队合作和成长发展等各方面的努力，还需要注重实践和行动。只有通过积极的实践和不断的尝试，大学生才能真正实现自己的自立和自强，为社会的发展和未来的成就贡献力量。让我们在大学期间努力奋斗，不断进步，成为真正的自强自立的大学生。

**自立自强意思篇九**

在我们中国的家庭中，每个家长都很宠爱自己的孩子，现在的我们真是生在蜜罐里，长在蜜罐里。而溺爱对于我们而言，却是一副枷锁，是一个圈套,是一条绳，它是一种危险的暗号。但想要成功，就必须学会自立自强!

纵观历史长河，志士之人以自强修身，励志成才，成就悠悠爱国之梦。自立自强是我们在行走自己的人生路上必须拥有的精神。

荆棘挡不住鲜花的怒放,乌云挡不住炙热的阳光。心跳的声音是冲锋的号角,是鸣奏者不息的节拍。正所谓;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,增益其所不能。自立自强,此则生存之基也。

自强不是狂妄自大,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。

所以,让我们行动起来,培养自己自强自立的好习惯,去迎接属于自己五彩斑斓的未来吧!

我的演讲到此结束，谢谢大家。

**自立自强意思篇十**

大学生是社会的中坚力量，他们的发展不仅关系到个人的未来，也关系到国家的繁荣和进步。在现代社会中，自强自立成为了大学生发展的关键。自强自立意味着一个人要有坚定的目标和坚韧的意志，不仅要有独立思考和创新能力，还要有勤奋学习和不断进取的精神。作为一名大学生，自强自立更是重要的品质和能力，下面我将分享一些个人的心得体会。

第二段：培养自强自立的态度和意识。

要培养自强自立的态度和意识，首先要树立正确的人生观和价值观。大学生是成长的阶段，我们要立足于自己的兴趣和特长，确定自己的人生目标，并且努力向目标迈进。同时，要保持积极的心态，面对困难和挫折时要坚持不懈，相信自己的能力和潜力。只有坚持自强自立的态度和意识，我们才能更好地面对生活和工作中的各种挑战。

第三段：发展自强自立的能力和素质。

自强自立不仅仅是一种态度和意识，更是一种能力和素质的体现。大学生要具备自主学习的能力，不只是应付考试，更要追求知识的深度和广度。要注重实践能力的培养，通过实践锻炼来提高自己的动手能力和创新能力。同时，要培养良好的人际交往能力，学会与人合作、沟通和互助。只有不断培养和提高自强自立的能力和素质，我们才能更好地适应社会发展的要求。

第四段：建立自强自立的生活方式和习惯。

要自强自立，就要建立一种正确的生活方式和良好的习惯。大学生要注重时间管理，合理安排时间，充实自己的生活和学习。要养成良好的生活习惯，包括饮食、作息和运动等方面。同时，要注重养成正确的价值观和行为规范，遵守社会规则和道德准则。只有以积极向上的生活方式和良好的习惯去面对生活，我们才能更好地实现自己的价值和梦想。

第五段：自强自立与个人、社会、国家的关系。

自强自立不仅关乎个人的发展，也关系到社会和国家的进步。一个自强自立的大学生，不仅能为自己的个人发展打下坚实的基础，还能为社会的发展做出积极的贡献。同时，自强自立的大学生也是社会中的领军人物和榜样，他们的成功经验和成果将对其他人起到示范和鼓舞的作用。自强自立的大学生将推动社会的进步和发展，为国家的繁荣做出贡献。

总结：

自强自立是现代大学生发展的关键，培养自强自立的态度和意识，发展自强自立的能力和素质，建立自强自立的生活方式和习惯，将有助于个人的全面发展。同时，自强自立的大学生对于社会和国家的发展也具有积极的影响力。作为一名大学生，我们要不断学习和完善自己，坚持自强自立的信念，为自己、为他人、为社会和国家做出应有的贡献。只有不断自强自立，我们才能在竞争激烈的社会中立于不败之地，实现自己的人生价值。

**自立自强意思篇十一**

尊敬的各位评委、各位老师：

大家好！我是来自xxx班的xx，很荣幸能站在这里，今天我为大家演讲的题目是：今日自立自强，明日书人生华章。

滚滚长江气磅礴,亘古男儿当自强。励志成才是吾向，报效祖国书华章。

纵观历史之长河，志士仁人以自强修身，励志成才，成就悠悠爱国之梦。

古人云：穷且益坚，不坠青云之志。屈原正道直行，忠而被谤，满含爱国之情，无人理解，但他学会了坚强，乃赋离骚，在中国历史中留下了浓墨重彩的一笔；司马迁直言纳谏，却遭腐刑，但他以自己特有的历史责任感和使命感，拖着疲惫的身躯，使史家之绝唱无韵之离骚的史记横空出世；陆游赤肝义胆，报效祖国乃他一生之追求，即使年老体衰，仍夜阑卧听风催雨，铁马冰河入梦来。他们正是用坚强来面对苦难，自立自强，从而在人生道路上书写绚丽篇章，在生命的史诗中长久挺立，在历史的长河中激荡起遥远的绝响。

横看近代之时事，天之骄子以自强修身，励志成才，铸就铮铮赤子心。

苟利国家生死以，岂因祸福避趋之，面对千疮百孔的祖国，林则徐呐喊道，挽救国家危亡乃他一生之所求；大江歌罢掉头东，邃密群科济世穷，在日本求学之路上，周恩来创作此诗以激励自己努力奋斗，为中华之崛起而读书，为中华之腾飞而努力。在他的心里国为重家为轻；五年回国路，十年两弹成，钱学森的爱国之情让人感动，在刀光剑影的环境中，他的牺牲精神足以激励我们自立自强立志成才。他们正是用执着之心来面对困难，用一颗爱国之心书写人生华章，用一颗坚强之心在生命的灿烂星空中绽放流光溢彩。

历史的车轮滚滚前进，从古至今，永不停息，自强的大浪汹涌澎湃，斗志弥坚。

人生不是用来打败的，关于命运，休论公道，史铁生在我与地坛中这样写道。他自己也是这样践行着，身体的残疾挡不了他在文学创作道路上的脚步，在长期深沉的思考中，探寻人生的真谛。当命运的绳索无情地缚住双臂，当别人的目光叹息生命的悲哀，刘伟，一位执着的梦想家，用双脚在琴键上写下自立自强。那变幻的旋律，正是他努力飞翔的轨迹。

在人生的路途中，朝着报效祖国的目标努力。由此，整装待发，扬鞭策马。

我的演讲结束了，谢谢大家。

**自立自强意思篇十二**

随着新冠病毒的全球爆发，人类面临着前所未有的挑战，各国纷纷采取措施进行疫情防控。在这场严峻的疫情面前，我们深深地感受到了共同抗疫所带来的自立自强的力量。以下是我个人的一些心得体会。

首先，共同抗疫教会了我们团结合作的重要性。疫情没有国界，任何一国都无法独善其身。只有通过国际合作，才能更好地阻断病毒的传播。在这次抗疫过程中，各国纷纷援助他国，共享疫苗和医疗资源。而且全球科研人员也开展了合作，分享经验和疫情信息。这种团结合作的力量，不仅加快了疫苗的研发和分发进程，也有效地减轻了各个国家的疫情压力。

其次，共同抗疫让我们认识到自立自强的重要性。中国在疫情爆发初期以及后续的防控工作中，提倡了自力更生、自给自足，充分体现了自立自强的理念。疫情期间，中国迅速调整了生产产业布局，加快发展自身的科研实力，并加强了内需市场的发展。这一系列举措，为抗疫工作提供了强大的技术和物质支持，不仅保障了国内的疫情防控，也为全球抗疫作出了贡献。同时，中国还坚持为了人类共同利益，将新冠疫苗作为全球公共产品，积极为发展中国家提供帮助。这种自立自强的精神，体现了中国人民对于未来的自信和承担责任的担当。

第三，共同抗疫让我们认识到个人责任的重要性。疫情期间，每个人都承担着防控疫情的个人责任。我们需要做好个人防护，如戴口罩、勤洗手、保持社交距离等，以减少病毒传播的风险。此外，我们还需要自觉配合政府的疫情防控措施，如居家隔离、接受核酸检测等。只有每个人都履行好自己的责任，才能更好地控制疫情的发展。在这个过程中，我们深深意识到每个人的行动都能对整体形势产生积极的影响，每个环节的个人责任都是共同抗疫的有力支撑。

第四，共同抗疫让我们更加重视公共卫生与疫情防控。在疫情暴发后，各国都加大了公共卫生的投入和力度。这不仅体现在医疗体系的改善和加强，还包括对疫情防控的高度警惕和重视。疫情过程中，我们不断强化疫情监测和早期警报体系，推动全球联防联控。同时，也加强了科普宣传，提高了公众对于疫情防控的认知和理解。这种对公共卫生和疫情防控的重视，无疑为以后应对类似疫情提供了更加坚实的基础。

最后，共同抗疫让我们更加珍惜生活和健康。疫情期间，我们经历了长时间的封锁和隔离，生活受到一定的限制。这让我们更加珍惜平常的生活和健康的重要性。我们意识到，健康是最重要的财富，没有健康就没有其他的价值。因此，我们更加注重提高自身的身体素质和免疫力，保护自己和家人的健康。同时，也更加懂得享受平淡的生活和身边的幸福，学会感恩和珍惜每一个拥有的美好时刻。

总之，共同抗疫自立自强的经历让我们深刻体会到团结合作、自立自强、个人责任、公共卫生和珍惜生活与健康等方面的重要性。这些体会将对我们今后的生活和工作产生深远的影响，让我们更加坚定地面对未来的挑战。我们期待未来，期待更美好的明天！

**自立自强意思篇十三**

1、全心全意依靠自身，在自己当中有着一切，假如说，那样的人还不幸福快乐，你又能相信谁呢。

2、姑娘，你要经得起谎言，受得起敷衍，忍得住欺骗，忘得了诺言，最后用笑来伪装掉下的泪。

3、面前是多少难甘事，自古以来男子汉当自强。

4、真真正正的人生，仅有在通过艰辛精堪的抗争以后才可以完成。

5、生命不止，拼搏进取。

6、不成功是坚毅的最终磨练。

7、男子汉外出志，其亲为谋身。

8、对自身不信任，还会继续信赖哪些真知。

9、一切勤则易，凡事惰则难。

10、自强不断，乃好运之母。

11、杰出的考试成绩和辛勤的劳动是成正比例的，有一分工作就会有一分收获，日积月累，从少到多，惊喜就此后造就出去。

12、系统，君子以自强不断。

13、有志诚可口可乐，立即宜自强。

14、人生就像一块调色板，有明亮，也有灰暗，谁都希望五彩缤纷，有的结果并不尽然。

15、对人不尊重，最先便是对自身的不尊重。

16、女孩害怕在应当独立自强的岁月犯花痴，男孩子害怕在自立自强的岁月玩游戏！

17、不要轻易让自己掉眼泪，你笑，全世界跟着笑；你哭，全世界只有你一个人在哭。

18、最强者能共命运的飓风斗争。

19、君子在下位则多谤，在上台则多誉；奸险小人在下位则多誉，在上台则多谤。

20、人，谁都想依靠最强者，但真真正正可以依靠的仅有自身。

21、在这个全世界，获得成功的人是这些勤奋找寻她们要想机遇的人，假如没有机遇，她们便去造就机遇。

22、一个人不仅有豪情壮志，又不可以自以为是狂妄自大，独立自强是生活的基本准则。

23、苦和甜来源于外部，顽强则来源于心里，来源于一个人的自身勤奋。

24、出名的艺术大师反为美名所束缚，因此这些人最初的创作通常是较好的。

25、夫君子之旅，俭以养德，静以修身，非淡泊何以明智，非平静何以致诚。

26、人生宛如一本书，愚昧者匆匆越过，聪明的人细细地阅读文章。之所以。由于她们只有读它一次。

27、慷慨大方老公志，可以耀光芒。

28、骐骥筋力成，意在千万里外。

29、人生好似小故事，关键的并没有在有多久，反而是在有多么好。

30、把好好活着的每一天当作人生的最后一天。

31、就是我的，伟大的祖国！都是你的，我的这心、这生命；假如我不爱你，伟大的祖国，我可以爱哪一个人。

32、假如你充足顽强，你就是空前绝后的。

33、我意在删述，垂交相辉映千古。

34、你需要在额上出汗，以资得到你的吐司面包。

35、人们在独自一人时最顽强。

36、锦城虽好乐，比不上回故乡；欢乐世界虽好，非多做停留的地方，归去来兮。

37、如何观念，就会有如何的生活。

38、一个人的真真正正杰出独到之处就取决于他可以结识到自身的微不足道。

39、我每天都把鞋带系的紧紧的，因为我知道没有人会蹲下来帮我系，甚至没有人会停下来等我。

40、任何打击都不应该成为你堕落的借口，你改变不了这个世界，但你可以改变自己。

**自立自强意思篇十四**

小时候，我出生在一个富裕的家庭。父母虽然是普通农民，但他们的勤劳善良让我有了无忧无虑的童年。然而，那天出了事故，一切都变了。人们常说：“天有不测风云，人各有志”。那是十几年前的第一个月，在我生日的那天晚上，我得到了一个晴天霹雳的坏消息：父亲因为一次意外失去了左臂，从这样的一个夜晚开始，我在幼小的心灵中播下了坚强的种子！

突如其来的变化让我的家人陷入悲痛之中。爸爸每天吃很多药，妈妈苍白的脸让我很难过。所以，我一直想用自己的力量为这个家做点什么。从那以后，爸爸的洗衣、剪指甲……都是我做的！我学会了做所有的家务，而其他人仍然在父母的双重照顾下长大。就这样，慢慢的，我开始承担起家里的重活。不知道什么时候才能看到这一天的“阳光”，但我知道成长的艰辛已经为它奠定了基础。

那年夏天，妈妈又得了重病，越来越严重。父亲攒了些钱，最后决定带母亲去鞍山看病。由于当时哥哥还在上大学，家里的一切都落在了我的肩上。每天都要上学，在家喂猪喂几十只鸡。我必须做作业和做饭。虽然我很累，但我知道我必须坚持，因为不仅我的父亲，我的母亲都需要一个依靠的灵魂。我想成为一个坚强的孩子。让他们感到欣慰。但是，天灾人祸是无法避免的。一场无情的大雨从蘑菇棚里倾泻而下，父母们努力工作以求摆脱困境。中午放学回来，我简直不敢相信这一切。所有的细菌都起泡了，意味着这半年的辛苦和一万多块钱都白费了，眼泪和雨水混在一起，站在雨中真的很茫然。但冷静下来后，我向邻居求助，希望尽可能挽回一些损失。我和来帮忙的邻居一起工作。让雨水打湿他的衣服。一双小手被木板切开。然而，我根本无法照顾它。最后，经过我的努力，父母回来的时候，我挽回了一大半的损失。

从上小学那天起，我就是最后一个交学费的。但是我从来没有抱怨过，因为我知道父亲在尽最大努力不让我辍学。当然，每当我处于最困难的时候，我也想退学，但是当我想到父母最大的希望，我和哥哥就能上大学。为了不辜负父母的期望，我放弃了这个想法，我更加珍惜这个难得的学习机会，因为我知道这个机会来之不易。

每年寒暑假，我都在不同的地方工作。虽然有时候会被老板批评，但我明白这也是一种成长的方式。每天回家都会努力的笑着告诉爸妈我不累，但是再坚强也会在角落偷偷哭。哭过之后，我会给父母留下一张笑脸。把眼泪咽到肚子里，告诉自己明天会更好。也许你不知道，每次我把打工的钱交到父母手里，真的有一种同龄人感受不到的成功感。所以在学习的时候，我会克服自己的弱点，努力提高成绩。除了工作和做家务，我更注重学习。虽然工作了一整天拖着疲惫的身体回家，但我也坚持学习到深夜。今年中考，考上了我梦寐以求的岫岩高中。进入高中后，我更加注重学习，因为对我来说，学习上的这个难度根本不算什么。这次考试，我考进了全校100名学生的名单，这是我对父母最好的奖励。看着父母的笑容，我觉得比以往任何时候都开心。我能问心无愧，对得起父母养育我的艰辛。

每个人的人生都是不一样的，所以我不会抱怨自己过早的承受了人生的痛苦。虽然，我也羡慕同龄人的华丽服饰和无忧无虑的生活……我也渴望成长的快乐，但我知道，草木的盛开是它成长的必经之路。我相信在我的生命中会有那么一个瞬间，它会美丽的绽放，但它会在后面到来，我坚信在暴风雨过后，我会看到更美丽的彩虹！

**自立自强意思篇十五**

1、生活真像这杯浓酒，不经三番五次的提炼呵，就不会这样可口！

2、人的一生，是很短的，短暂的岁月要求我好好领会生活的进程……

3、只有刚强的人，才有神圣的意志，凡是战斗的人，就能取得胜利。

4、人的一生可能燃烧也可能腐朽，我不能腐朽，我愿意燃烧起来！

5、一个人的价值，应该看他贡献什么，而不应当看他取得什么。

6、共同的事业，共同的斗争，可以使人们产生忍受一切的力量。

7、生活真 象这杯浓酒，不经三番五次的提炼呵，就不会这样可口！

8、希望是附丽于存在的，有存在，便有希望，有希望，便是光明。

9、谁若游戏人生，他就一事无成；谁不主宰自己，永远是一个奴隶。

10、充满着欢乐与斗争精神的人们，永远带着欢乐，欢迎雷霆与阳光。

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！