# 自我突破作文600字[本站推荐]

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2024-08-13

*第一篇：自我突破作文600字[本站推荐]在这个世界上，任何事物都是没有极限的，只要你有勇气，有决心，就能最大限度激发自己的潜能，去突破自己的极限。突破自我，方能成就自我。下面给大家分享一些自我突破作文600字，希望对大家有帮助。自我突破作...*

**第一篇：自我突破作文600字[本站推荐]**

在这个世界上，任何事物都是没有极限的，只要你有勇气，有决心，就能最大限度激发自己的潜能，去突破自己的极限。突破自我，方能成就自我。下面给大家分享一些自我突破作文600字，希望对大家有帮助。

自我突破作文600字1

老师又布置作文了，要求写一篇克服困难的事情。看到这个题目，我想起了我一年前写作文时的情景。

不知道为什么我对写作文有一种天生的恐惧。一想到要交作文我就头疼，一定会拖延到要交作业的最后一天在家长的反复催促下才动笔。可面对白纸，我常常急得抓耳挠腮，不停拍打脑门，感觉脑子一片空白，无从下手。

我很笨吗?我的思维和动手能力其实是很敏捷的，许多疑难的奥数题我都能自己做出来。乐高拼插玩具甚至魔方我都能轻易还原。

我的语言很贫乏吗?可是我讲出的笑话经常能让小伙伴捧腹大笑。我还就因为爱在课堂上和周围同学交头接耳被老师批评。

我不知道写作方法吗?我曾经接受过系统的培训，还听过作文36计等讲座，知道写景作文可以采取移步换景，写人要有抓住人物的外貌、动作等细节描写，记事作文不能写成流水账，要把事情的起因、经过、高潮、结局按照逻辑顺序有条理地描写出来。多引用一些成语、名人名言、歇后语等能让作文更生动。

我的积累贫乏吗?谁说我的阅读少了，我看过的图书少说有好几百本了。百万字的小说《斗罗大陆》我一个星期的时间就阅读完了。此外，我每天阅读的微信公众号不计其数。走到哪就听到哪的喜马拉雅广播剧《植物大战僵尸故事》不也是一种积累吗?

我偏科，我意志不够坚强?对于处于起步初级阶段的人来说，是不应该偏科的。如果对某一科没有兴趣，那一定是投入的时间和精力不够。由于训练不够，每当要写作时，我就感到别扭，渐渐地也就失去了兴趣。以至于每次谈到写作，我就害怕，就畏难，就产生了精神障碍，拖延症也随之而来。

世上无难事，只要肯登攀。

妈妈说，那些每天都更新微信公众号的人都是很辛苦的，他们会害怕写作吗?事实上，写作已经成为了他们生活的一部分，他们会以苦为乐的。你害怕写作，根源在于积累和训练不够。找到了问题的原因，问题就好解决了。在接下来的日子里，会督促我做一些改变。

首先，要准备一个采蜜本。把我所看到的有价值的词句摘抄下来，并经常复习。就算我以前看了大部头的《斗罗大陆》，我从中又学到了什么呢?合上书后，似乎什么都没有得到!由于我的时间有限，对于这种没有营养价值的书我应该少看或者不看。就算是我看了优秀作文选，只看一遍就够了吗?这一遍了，我只是有选择性地挑选有趣的故事进行阅读吧。鲁迅先生曾经说过：“删掉枝叶的人，最终也得不到花果。”

其次，养成早晨大声朗读的习惯。大声读书有很多好处，比如能集中精力，有利于记忆，有利于形成语感，有利于开发右脑，有利于改变性格等，大声读书最大的好处就是能提高写作能力。

最后，养成坚持写日记的习惯。就像每天要坚持走5000步一样，每天都写200字的内容，无论内容好坏，贵在坚持。这就像是医学中的脱敏疗法，当老师再布置600字的作文时，还会害怕吗?那不是像吃饭一样自然的事情吗?

说到做到。刚开始突破自己的时候比较难，但我是一个有自制力的人，为了写好作文，我拼了。渐渐地，我发现在自己身上发生了一些妙不可言的变化。以前那些在眼前在耳朵边一晃而过的优美词句慢慢地我也能说了，也能用了。以前我只关注自己感兴趣的非常狭窄的小领域，比如兵器等，渐渐地，我的注意力转移到了生活的方方面面。

就这样，我坚持了将近一年的时间。如今，再碰到写作文这样的作业时，我总能会心一笑，从容以对。我坚信，面对困难，我不再被困难吓倒，我会有意识地寻求解决办法，相信困难终究会被战胜。

自我突破作文600字2

六月三十号，我们校园里人声鼎沸;多功能厅里，更是人山人海。这是在干什么?原来学校又迎来了一批新的毕业生(别忘了，我也在)，正在举行毕业典礼呢!多么隆重的一天啊!同学们一个个喜气洋洋的。不过，对我来说，也是一个特殊的日子——“突破”日。

已“长大”的我依然如小时候一样，依然害羞，不敢表现。街舞表演?不想去;班干部竞选演讲?不敢去;学校才艺表演?逃……不过，这次毕业典礼，我却站上了舞台。

典礼前夕，我刚考完毕业考试，和同学们打扫了下考场，便准备回家，这时，老师叫住了我和小李，把两张纸交给我们，布置了一项特殊的作业——我俩将代表班级在毕业典礼上表演相声!我真想一口回绝，然后撒腿就跑。可是，当我看到老师那信任的微笑和小李那坚定的眼神，我咬咬牙，把心一横，便答应了下来。就这样，不知练习了多少次，这一天，到了。

除了我们班，还有1、3、4班要表演。我们的相声是第三个节目，我望着“黑压压”的人群，还没上台呢，腿就软啦，“忘词了怎么办?手抖了怎么办?摔了一跤怎么办?……我正胡思乱想着，马上就要到我们了。我立刻给自己打气，“忘词啦，继续说呗，手抖又怎样，摔了就爬起来，管他的……”轮到我们了，我和小李在“万众瞩目”之下上了台。一双双好奇的眼睛让我的腿又成软面条了。我深吸一口气，端正了下心态，开始了表演。真是度秒如年啊!终于演完啦，台下也响起雷鸣般的掌声。虽然下了台，可我的腿还在抖。不过，心里的石头总算落了地，总算突破自我了啊!

其实，想要突破自我并不难。只要你敢做，敢去尝试，去挑战。失败了，更没关系，用得到的经验，养精蓄锐，时机一到便出击!

美国，有独立日。而我，有突破日!

自我突破作文600字3

我努力着，奋斗着，只为有一天，化蛹成蝶。

——题记

快期末考试了。我却住院了。

在医院一住就是二十多天。寂寞至极的我无聊时便看看电视，似乎脱离了学校的学习生活。一天下午，妈妈拿着一沓试卷给我，说，学校里段考了，试卷我给你拿过来了，你写一下，摸一下底吧。我同意，写起了数学。不料，这条路是如此之艰难。12道选择题，我竟有4道不会。更别谈后面的解答题了。写着写着，我万念俱灰，不禁落下泪来：这次期末考试可怎么办啊?

二十多天很快就过去了，我又回到了学校。生物、地理，我的课连上也没上完。惶恐不安的我只能盯着书发呆。直到班主任给我安排了补课。

补课的我思维敏捷，知识理解的快。没过几天，主要科目就补好了。但，时间似乎不够了。因为，我返校的这周，已是最后一星期，下周就是期末考试。

时间就是一切。我这时才发觉。但布莱克曾说：“辛勤的蜜蜂用没有时间悲哀。”为了节约时间，我每天凌晨3点起床，写各科老师为我留下的堆积如山的试卷。但我住校，老师会查寝啊。我有一个LED小灯。我灵机一动，把它夹在红领巾上，再把红领巾吊在我的书本上方。这样，光照范围小，老师发觉不到，还影响不到舍友，真是个好主意。

补完地理的第二天，班里地理考试。忐忑不安的我，认真答题，第一个提前交卷，也是第一名，也是满分。当我知道我满分时，我惊讶的心砰砰直跳。也是从那时起，我心中萌发了一个念头：我为什么不突破自我，创造一次奇迹?

我更加勤奋起来，抓住了一切可利用的、为数不多的时间。午休、大课间、体育课……尽我所能的刷题，寻找着漏洞与破绽。每天，我都收获满满;每天，我都倍感充实。就这样，我心中竟逐渐有了自信，有了期待。

决胜的日子到了。共考三天。我平静地坐在考场上，临危不惧。家长给我定的目标是班级前十五名，但是，我心中却有一种预感：我会突破我自己。紧张的答题，激情的作文。答完试卷，合上笔盖的那一刻，心中竟有种胜利后利刃入鞘的自豪感。

我期待着成绩。后来得知，班级第四，其中，语文年级第一。

始终没有忘记班主任告诉我成绩时的欣喜：一个落了20多天课的人，期末考试不但没有脱班级后腿，竟然还进步了!要知道，我身处竞争激烈的民办学校。期中考试时，我还是班级第八名呢。

回到家，是父母不可置信的表情。对此，我只是浅浅一笑，一切都在预料之中。

突破自我，创造奇迹。化蛹成蝶，需要汗水与奋斗。文学巨匠萧伯纳曾说过：“胜利不是雪花，不会自然落在头上。”是的，突破自我，奇迹的光环将你笼罩。但拨开繁花与阳光，你会发现，成功其实是由汗水浇灌而成的。

自我突破作文600字4

我是一个小小的花蕾，不愿躲在叶片中，我要突破花片的包裹，为春天染上一点属于我的清香。我知道，美丽的蝴蝶能在万紫千红中翩翩起舞，那是它挣脱了蛹壳的束缚，翠绿的秀竹能在春光中婆娑摇曳，那是它顶破了笋壳给它的紧箍。由此，我暗下决心：自我突破!

有人用怀疑的眼光看着我，有人用世俗的偏见议论我，但我毫不在乎，我充满了勇气。我信奉雷马克的名言“勇气是年轻人最漂亮的装饰。”我青春，我也爱漂亮。因此，我用勇气来装饰自己，让自己成为一朵最艳丽的花，开放在花味沁人心脾的花园中。

我参加了“鸿羽文学社”竞选，年段参加300多人，我不紧张，不害怕，因为我不想错过每一次属于我的机会。我要试试自己的实力，自己的勇气。我不想独自坐在寒风中望着前面的朝阳升起。我相信自己也有那份能力和才气，甚至还有更多的热情和勇气。我不想哪一天后悔地对自己说“对不起!”虽然我没被选上，但我不气馁，我相信自己在不断地突破中，总有一天能当上会员的。

我尽力捕捉每一个机会，总想使自己多一点突破，多一点创新。于是，我偷偷投稿，虽然一直没有回音，但我还是努力使自己微笑起来，让别人知道我是一个阳光女孩。

并不是我的每次突破都失败，我也有成功的时候呀!比如英语竞赛一等奖，舞蹈比赛一等奖，推新人大赛二等奖(而且是自编自蹈的)……

我深深感到，极大的快乐应在极大的“苦难”中去获得。有价值，有意义，有收获，有成果的人生，应该时时充满“挑战性”。因此，我跃跃欲试使自己从安逸，平静中挣脱，而后从奋进中获得自由飞奔的乐趣。

也许，有人认为这样很难，很累。但我喜欢，我不断从“自我突破”中，步上一个又一个台阶，创造一个崭新的自我!

自我突破作文600字5

李嘉诚说过：“鸡蛋，从外打破是食物，从内打破是生命。”而人生亦是如此，从外打破是压力，从内打破是成长。如果我们能从内打破，突破自己，就能够获得一种成长，一种新生。

突破自己，需要勇气。

众所周知，蛹化蝶是一个艰难的过程。倘若有人好心帮助它们破蛹而出，蝶的翅膀就会皱缩在一起，难以打开。只有当它们自己突破自己，怀着勇气，忍痛挤过那窄窄的蛹道，翅膀才能够支撑起它们飞行，而人亦是如此。如果我们没有像它们那样怀着勇气，勇敢地迈出痛苦却不得不承受的一步去突破自己，就不会有够硬的翅膀支撑我们在天空中飞翔。因此，当我们怀着勇气去突破自己后，再遇见同样的困难也将毫不畏惧。

突破自己，需要毅力。

从小失明失聪的海伦·凯勒是凭借其顽强的毅力才有了今天的成就。她在小的时候也曾拒绝过学习盲文，但她最终选择接纳自己并自学了更多的语言和其他知识，成功地突破了自己。突破自己必然是一个艰难的过程，一个盲人学习的过程必然比健全人辛苦，然而无数像海伦一样活生生的例子正摆在我们的面前。因此我们要有坚定自己的信念，秉持超人的毅力去完成一个个未知的挑战，突破一道道难关，不断突破自己，超越自己，用自己的双手为自己撑起一片不一样的天空。这样当我们回首时，才会矫首昂视道：“我无悔!”

突破自己，需要思考。

鲁班造锯的时候最初无论如何也造不出理想的锯子，直到有一天他被带齿的的植物给划伤了。看着手上的出血口，他陷入了深思。随后，他创新地将这些齿融入了锯子中，果不其然令锋利的锯子锯开了木头。他的思考，他的自我突破令世界上又多了一个有用的工具，因此世人感激他。我们突破自己时也需要不断思考，从细微之处得到启发，刻苦钻研。但不仅仅是如此，我们固然要有一战到底的毅力、入微的观察、仔细的思考，但我们更应该偶尔驻足思考方向是否正确。要知道，路走对了才能成功，倘若错了，停下来就是进步，若能往回走，那我们离成功也就不远了。

突破自己，怀着勇气昂首前行!

突破自己，秉持毅力一战到底!

突破自己，仔细思考，让自己离成功更近!

突破自己，让自己获得一种成长，一种新生!

自我突破作文600字

**第二篇：如何突破自我演讲稿**

尊敬的老师、同学们：

大家好!今天我演讲的题目是：“突破自我”。

人们常说自信能使人看起来有吸引力。不自信的人是害羞和丑陋的。所以那些不自信的人需要不断的训练，去突破自己的极限，去完成不可能的事情，成为一个自信的人。

我曾经是一个非常缺乏自信的人。我总是喜欢沉浸在自己的思想中。我很少与人交流，无法表达自己。

有时我钦佩那些能大胆说出自己想法的人。他们的自信让他们充满魅力，我很佩服。我也想尝试这样的行为。

但是我一直无法做到，因为我太害怕了，我害怕我说不出好话来，会被人比较嘲笑，所以每次我有机会的时候，都会选择逃避。

随着时间的推移，缺点变得越来越严重。我渐渐变得自卑，看不起自己，但我的内心也在挣扎，因为我不想这样做。

然后有一天我终于有了改变这一切的决心，再也不能在这样的自卑中继续下去，我必须做出改变。

所以我一直在寻找的东西我不敢做,强迫自己去做的,从一开始的紧张,不舒服,不适应最后我逐渐习惯了自己的变化,这个过程是艰难的,但是结果是好的,我终于摆脱了不自信,困难时,我曾经认为的飞跃。

人就是这样，只有把自己推向极限，才能迸发出最大的力量。我希望每个不自信的人都能像我一样，努力突破自我，发挥自己最大的潜力，成为一个自信而有魅力的人。

谢谢大家!

**第三篇：演讲稿—突破自我**

突破自我

大家好！真的希望自己可以做一只鹰，用自己的那轻盈而逐渐矫健的翅膀，徜徉在青山绿水间，翱翔在高空白云中，去一步步地接近目的地，实现自己的梦想。所以，很高兴同大家一起成长，突破自我，挑战自我，进行思维的碰撞和心灵的交流。

我今天演讲的题目是《突破自我》，俗话说得好，自信的人最具有魅力，自信是一个人的最基本的表现力。对于不自信、缺乏勇气的人来说，自然需要不断地去锤炼，去突破自我，超越自己，才能获得自信和勇气。曾经的我，是那么的不自信，过分胆怯，没有勇气。过分地活在自己的世界里，不愿意与外界交流，不愿意去展现自己。其实，这些都源于不自信，当我看到别人镇定从容地处理一件事，阐述自己的想法时，我真的心里有一种颤动，充满了羡慕嫉妒恨，羡慕别人的挥洒自如、侃侃而谈，嫉妒别人的镇定自若。可是，我在行动上还是被一种“反动”的思想占据了我的大部分脑袋，我当时也在想，也许我的能力还不够，不能让别人看笑话，还是下次再说吧。可是，很可悲，当机会真正砸到我的面前时，我还是过分地纠结、犹豫、彷徨，而让机会溜走。随着时间的积累，这一反动思想将会成为一大恶性肿瘤，而我也将会越变越自卑，于是我在想，我难道真的就这样在沉默中灭忙吗？后来，我下定决心，我一定要好好锤炼自己，只有这样，我才能在沉默中爆发，才能实现自己的梦想。

美国总统富兰克林说过这样一句很有名的话：“The only thing we have to fear is fear itself.”世界上唯一让人感到恐惧的事情就是恐惧本身，也就是说，恐惧只是人的主观意识，并没有真正意义上的恐惧。你越是害怕做的事情，你就越要去突破、去挑战，你越是缺乏的方面，你就越要去弥补、去完善，这样，你才会变得更优秀，让自己跨上更高的台阶。

我们每个人的能力都是无穷无尽的，记得《报任安书》中有段话非常经典：古者富贵而名摩灭，不可胜记，唯倜傥非常之人称焉。盖文王拘而演《周易》；仲尼厄而作《春秋》；屈原放逐，乃赋《离骚》；左丘失明，厥有《国语》；孙子膑脚，《兵法》修列；不韦迁蜀，世传《吕览》；韩非囚秦，《说难》《孤愤》；《诗》三百篇，大底圣贤发愤之所为作也。所以我们只有不断地去突破自我，挑战自我，成功并没有我们想象中的那么难。

所以人有时候就是冲动一下，狠狠地逼自己一把，才会知道自己的潜力有多大，自己有多优秀，慢慢地你就会发现自己真的很不错。谢谢！

**第四篇：业务员如何自我突破**

业务员如何自我突破

曾经有人对业务人做了个“世俗”的等级划分，把业务人员划分为：新手、熟手、老手、高手、专家。

新手是这个金字塔的低端，人员众多，流动频繁，他们是最富有激情同时也是最迷茫的一族，他们渴望成为领域的佼佼者，但未来会怎样，没有明确的方向。在大多数的时候，他们甚至会怀疑自己是否选错了行，从而想到退却。

新手在一个行业或公司做上一年半载就能成为熟手，他们对行业、产品、公司基本熟悉，能够自我分析和解决问题，如果持之以恒，可以承载公司更多的使命，发展为公司的主管或者经理，也就是老手。

从新手成为老手当然是要付出相当的努力，一般而言，老手已经进入公司的中间管理层，他们更多的是带领团队去完成销售指标。因此除了自己竭心尽力，还必须能够加强队伍的力量，在培养人、训练人中扮演重要的角色;他们开始面临更多的动态环境，必须学会处理各种突发事件。而另外一方面，他们中的一部分人开始享受高薪和加班加点的苦乐生活。

“千军易得，一将难求”，这里的“将”恐怕指的就是高手。而从老手成为高手，既要完成心灵的磨练，突破自我发展的各种瓶颈，又要“百炼成钢”，在业务及管理中游刃有余。高手在某个领域的出类拔萃足以使其成为猎头争夺的目标了。

高手是将，专家就是帅了。在任何一个公司，专家级的人物凤毛麟角。往往他们的职位就是总监，或是老板了。

“不想当元帅的士兵不是好士兵”，不想成为“专家”的业务人同样不是好的业务人员。业务人的职业发展道路有如登山，一个台阶比一个台阶难爬，然而“一览众山小”却是共同的目标。在现实中，我们经常看到有人“独步天下”，更多的人却在等待、在迷茫。特别是当我们成为“熟手”，或者成为“老手”后，想要向上发展感觉特别的难，甚至无助无力。那么，业务人，我们该如何自我突破呢?我愿在此与大家交流我的观点。

一、绷紧神经

这里的“绷紧神经”是要求我们时刻关注自己的销售，始终绷紧销售神经，并因此能不断挖掘销售的潜力。要知道，是否成为“专家”，也是需要优秀的销售数据来说话的。销售人员首先明白应该是“成王败寇”的道理。这句话有时候未免偏激，但大多数情况下确实是至理名言。前因而后果，成功失败一定有它必然的原因。

战场有战场的规则，商场亦然。我们身处其中，就必然要遵从其基本的游戏规则。所以如果你的销售数据不够好，就不要去为自己寻找借口;如果你的业绩一直提不上去，首先想到的应该是正视现实，想办法去提升它。

业务是一种要求“全力以赴、尽力而为”的工作。绷紧神经会使你关注自己的每一笔生意，并能从中发现另一个销售的机会。

绷紧神经同时也会让你体会到销售的乐趣：它永远在你期望或不经意中出现，给你酸甜苦辣的感受;它也似乎永无止境，一直让你探索新的、更新的模式来获取回报。

“不以物喜不以己悲”是中国的古人所推崇的生活理念，而现在运用到销售中就应该是，时刻保持清醒的头脑。要知道，当你取得小的胜利而举杯欢庆的时候，对手正在酝酿一场足以让你付出百倍代价才能夺回的市场战役呢!

时刻保有危机感是对这一要求最好的注解。这种危机感应该是自发的，决非为工作的得失而忧心忡忡，而是一种本能的牵挂。

现在我们应该不难理解，为什么很多的CEO要求必须具有“强壮的心脏”，为什么很多的老板在成功之前都经过了超出常人想象的付出。我们也不难理解，为什么华为的任正非先生的危机意识会那么强烈，而《华为的冬天》也能引起很大的共鸣。

如果我们的销售人员能够时刻保持这种压力，那么对于生意中的每一个细节，他必然会

非常关注;他每天思考的一定是如何更快地提高销售能力，如何去达成最大的覆盖率;他一定会花很多的时间来研究他的客户，使每次的销售活动更加有的放矢;他也一定会上班早一些，下班迟一些„„

你一定学习了《世界上最伟大的推销员》，你的身边也一定有比你优秀的业务同事，想想他们为什么会比大家做得出色，也许最根本的原因在于，他比大家更专心自己地工作。

二、独当一面

如果你想步步高升，就应该能够独当一面。

我们经常看到身边的业务同事，他们业务工作做的不错，但几年下来，职业上很难有大的进展，在销售局面上也很难有大的突破。

这一类的业务人已经积累了一定的经验，成为很好的执行者，也能够根据市场的变化进行一定的判断，但却往往受制于知识、经历、阅历的因素，缺乏全面负责的心态，做事起来自然有所欠缺，很难让上司真正放心，进而无法委以重任。

一个业务人员，其实从你踏上岗位的第一天起，就应该养成承担责任的习惯。没有一个上司或者老板喜欢一个总是寻找借口的人，换成是你，你愿意你的下属经常为自己寻找开脱的理由吗?

业务人在任何时候不要仅仅作问题的提出者，重要的是做问题的建议者、解决者。试想，如果你的工作都要上司来思考的话，上司敢把你放到更高的岗位上去吗?

承担责任另一个要求是要以高出自身职位的标准来要求自己。在很多时候，做这个事情是非常痛苦的，但是想象一下，如果二年后我们还停留在现在的职业和收入水平，那不是更悲哀呢!

三、未雨绸缪

业务人面临很多的机会，我们身边的朋友，有些入行几年之后就有大的改观，生活和眼界都得到大的发展;而有些朋友依然在原地踏步，陷入职业的迷团。

所以业务人要非常重视自己的职业规划，“静观通神”，我们需要在繁忙的工作中能够冷静下来，思考自己未来的发展道路。

我们是否认真想过，二年以后，我们的业务做得怎样，我们应该发展到什么样的阶段?我们距离这个阶段还要培养什么样的素质?如果能够看到几年后的高度，现在就要着手去实践它。

“董事会关注产业、总裁关注行业、总经理关注企业、员工关注职业”，更高的视角只会让我们心胸开阔，为人处事会更加得心应手。

成为领导者的业务人必须在没有成为领导者之前就养成自己的习惯和风格。特别是要养成坚强的性格和承受压力的韧性。

有个公司经理，他的手下有一位高级业务代表，悟性不错，销售做的也很扎实。在半年后，经理准备提拔他起来做业务主任。后来被老总否决了。老总为此专门给经理说明：“公司对每个业务人员的绩效是非常清楚的，也知道他做的不错。但是要把他推动管理的岗位还为时尚早。因为要成为管理者，必须有足够的耐心和承受压力的能力。我们要培养他，也要考验他!”

所以朋友，如果你经常有怀才不遇的抱怨，建议你也能冷静看看，是否这个时候是公司有意安排的考验呢!

**第五篇：演讲稿—突破自我**

突破自己

大家早上好！真的希望自己可以做一只曾无与二的凤凰，用自己的那轻盈而逐渐矫健的翅膀，畅荡在青山绿水间，翱翔在高空白云中，去一步步地接近目的地，实现自己的梦想。所以，很高兴加入大爱，同家人们一起成长，突破自我，挑战自我，进行思维的碰撞和心灵的交流。

我今天演讲的题目是《突破自我》，俗话说得好，自信的人最具有魅力，自信是一个人的最基本的表现力。对于不自信、缺乏勇气的人来说，自然需要不断地去锤炼，去突破自我，超越自己，才能获得自信和勇气。就以我的亲身体会来说吧，曾经的我，是那么的不自信，过分胆怯，没有勇气。认识我的人都说我是个文静、腼腆的女孩，我朋友们都一致认为我过分地活在自己的世界里，不愿意与外界交流，不愿意去展现自己。其实，这些都源于不自信，当我看到别人镇定从容地站在舞台上表达自己的观点，阐述自己的想法时，我真的心里有一种颤动，充满了羡慕嫉妒恨啦，羡慕别人的挥洒自如、侃侃而谈，嫉妒别人的镇定自若，很自己的胆小如鼠。可是，我在行动上还是被一种“反动”的思想占据了我的大部分脑袋，我当时也在想，也许机会还没有真正来临吧，当机会真正飘来的时候，我一定会紧紧抓住它，还是下次再说吧。可是，很可悲，当机会真正砸到我的面前时，我还是过分地纠结、犹豫、彷徨，而让机会溜走。记得去年，英语助教说，她马上就要回美国了，希望大家准备一个Talent Show，给她留下一点以后值得回忆的东西。当时我准备了一首我最喜欢的歌曲，虽然之前就已经唱得滚瓜烂熟了，但是，我还是有事没事，哼上一遍练习一下，但是真的很遗憾，最后一节课，我并没有上去演唱，因为我又在编织着各种荒谬的借口—别人都唱的那么棒，那么强，你有什么资格同他们竞争，要是没唱好的话，肯定会被别人嘲笑的„„时过境迁以后，我又开始后悔，懊恼自己“为什么当时顾虑那么多，既然做好了准备，为什么就不去尝试一下呢？不去你怎么就判定自己做不到呢？”随着时间的积累，这一反动思想将会成为一大恶性肿瘤，而我也将会越变越自卑，患上抑郁症也是很有可能的呀，于是我在想，我难道真的就这样让自己在沉默中灭忙吗？后来，我下定决心，我一定要好好锤炼自己，只有这样，我才能在沉默中爆发呀，才能实现自己的梦想。

美国总统富兰克林说过这样一句很有名的话：“The only thing we have to fear is fear itself.”世界上唯一让人感到恐惧的事情就是恐惧本身，也就是说，恐惧只是人的主观意识，并没有真正意义上的恐惧。你越是害怕做的事情，你就越要去突破、去挑战，你越是缺乏的方面，你就越要去弥补、去完善，这样，你才会变得更优秀，让自己跨上更高的台阶。试想一下，作为大学生的我们，如果连最基本的自信和勇气都没有的话，一心只读圣贤书是远远不够的。在这个竞争如此激烈、信息更换如此频繁、知识日新月异的时代里，我们需要全方位地修炼自己，完善自己，拥有足够的自信和能力去跟上时代的节奏和步伐，具备大学生所应该具备的素质。我们没每个人的能力都是无穷无尽的，我们只有不断地去突破自我，挑战自我，困难并没有我们想象中的那么复杂，就像今天我站在大爱的这个舞台上，并没有我原以为的那么紧张和恐惧，相反，是它让我拥有这样一个美好的机会，来突破我以前不敢突破的方面，此时此刻，此人此景，旭日东升，清风拂面，家人鼓励，共同加油！最后，送大家一句话，人有时候就是冲动一下，狠狠地逼自己一把，才会知道自己的潜力有多大，然后自己去挖掘，慢慢地你会看到一股清泉流淌在心田。谢谢！

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