

2023年职场突破自我的句子(优秀5篇)

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。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

职场突破自我的句子篇一

大家好！

我今天演讲的题目是《突破伴我前行》。蝴蝶若没有突破，就只是不起眼的毛毛虫；竹笋若没有突破，就只能蜷居在土里，无人问津；我们若没有突破，就只能原地踏步，碌碌终生。因此，我们的一生都离不开突破。梅兰芳正是因为突破自己才成为家喻户晓的戏曲家；胡适正是因为突破传统的刻板框架才开创了白话文的先河；贝多芬正是因为突破了古典主义音乐的束缚才成为一代钢琴大家，闻名世界。

突破，可以帮助你实现自身价值，激发你的潜力和内驱力；突破，可以让你赢得他人的尊重，获得荣誉和称赞，从而激发前进的动力；突破，有时还可以推动科技进步，促进社会发展。屠呦呦从《黄帝内经》中获得启发，带领科研团队度过无数个忙忙碌碌的日日夜夜，经过一次又一次严密的试验和考证，不断尝试、不断创新、不断突破，终于研制出了青蒿素，拯救了全球数以万计疟疾患者的性命，成就了自我，获得了诺贝尔医学奖，试想，如果当初没有她的一次次突破，就没有如今中国在这个领域的国际地位，屠呦呦也不会成为妇孺皆知的伟人。

如果不突破，就只会固步自封、止步不前。突破是必不可少的，不突破只会带来短暂的安逸快乐和长期的原地踏步，你

就只有坐以待毙。在一片黑暗沉寂中，突破是一道惊天的闪电，照亮了黑暗；不突破就只有在沉默中死亡，清朝的闭关锁国就是一个很好的例子。

突破伴我们前行，既需要“不走寻常路”的勇气，也需要坚持不懈的行动。北京十一中学的校长李希贵，敢于打破传统教学的桎梏，发明“走班制”等先进的制度，使学生充分发挥自己的兴趣，尽情张扬个性。李希贵还主张给学生减负，给他们充分的时间阅读，抛开传统的“应试教育”而主张“素质教育”，这正是这个时代所需要的。如今李希贵已经是三十多间学校的总校长，但仍坚持不懈地奋斗。

突破伴我们前行，还需要百折不挠、努力奋斗、敢于创新的精神。中美贸易战进行得如火如荼，面对美国对手机芯片的技术封锁，华为不曾放弃，而是自行研究出属于自己公司的5g芯片，屡战屡败，但屡败屡战，让美国束手无策。虽然我们不能改变世界，但我们能在解题中寻找一种新的方法，在日常生活中敢于创新，也是值得敬佩的。

李嘉诚说过：“鸡蛋从外打破是食物，从内打破是生命。”我们不应该利用外界压力打破蛋壳，而应该从自身突破，不断成长，成长为独击苍穹的雄鹰。

谢谢大家！

职场突破自我的句子篇二

大家好！

如果一个人一直束缚于自身的惯性思维，那么，那个人就永远无法进步。

今天，老师让我们玩了两个游戏，一个是“数青蛙”，另一个则是“嘴巴手指不一样”。“嘴巴手指不一样”是让我们

嘴巴说出的数字与手做出的数字不一样。才刚开始，我就被淘汰了。

老师开始讲作文了，讲出了惯性思维的害处，我听着，不由得沉思起来。

“一代女帝”武则天与“巾帼女子”花木兰都是打破惯性思维的人。人尽皆知，在古时，女子的地位低下，男人占有主要地位。那把金色的龙椅上，坐的也总是男子。在武则天还没有出现前，谁敢相信皇帝竟然也可以是女子？让我们做个假设，假如武则天因为世人的惯性思维与自己的思维所束缚，一心只想着世上只有男子才能穿上龙袍，那么，武则天可能只是一个宠妃，不可能成为后来的一代女帝。

花木兰也是如此。你可以去问问现代人，去参军的女兵有多少，肯定有，但很少。连现代都如此，别提古代了。让我们再做一个假设，如果花木兰没有打破自己的惯性思维，看着父亲，她也许有过替父出征的想法，但立刻被否定了。那么，她也只能眼睁睁地看着父亲战死沙场，却无能为力。

其实，突破常规并没有什么困难，只要你勇敢走出这一步，相信你一定有意想不到的收获。

职场突破自我的句子篇三

人类最大的敌人，其实就是自己，只有突破自己，超越自己，才能成就不一样的未来。下面是本站小编为大家整理的几篇突破自我的演讲稿范文，希望能帮到你哟。

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亡吗？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：古者富贵而名磨灭，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！

亲爱的朋友们：

大家好！我演讲的题目是《战胜自己，超越自我》

人生是战场，而自己正是这场硬仗中的主角！

人生的旅途本来就是起伏不定的，而生命也是由欢笑和泪水编织而成的，就像电影中的角色，不管是主角、配角或是临时演员，只要尽本分，把戏演好，向困难挑战，超越自己，就是懂得生命真谛的人。

你看过《汪洋中的一条船》吗？书中的主角——郑丰喜先生就是一位能突破现状，能超越自己，追求更完善的人生的人。他不因双腿弯曲，不良于行，而成天自怨自艾，反而凭着毅力、信心向自己挑战。他虽然也曾遭到失败，但以信心做反看，以毅力当前锋，终于战胜了自己，战胜了双腿，成为一位超越自己的成功者。

失败并不可耻，可耻的是不再勇敢地站起来，接受挑战，而一味的逃避，不敢面对现实！

“天上下雨地上滑，自己跌倒自己爬。”

当你遇到困难时，无须自怨自艾，也无须别人“拉一把”才从泥淖中爬起来，重要的是要有挑战的心，自己救自己。跌倒了，自己爬起来，再迈开步伐，再奔向前去。

有些人生活在这世界上，连生存的目的是什么，都感到迷惑。其实，上天给我们的生命，绝不是平白无故的。

常常问一些人，最近过得怎样。回答几乎都是千篇一律：“没有，混口饭吃。”“还是小职员一个。”为什么他们总是如此说呢？那是因为他们缺少了自我挑战，自我突破的想法，总是以为安于现状即是福。这样的人，再过十年也是停留在原地，无法前进。

向自我挑战，即是超越现在的我，迈向一个新的我，不是停留不进，也不是安于现状。

就拿我们学生来说吧，月考时，能突破自我，向原来的成绩挑战，只要有进步，哪怕是进步个两三分，也算是挑战成功啊！否则最后一名是你，成绩老是停在原地，那多难堪啊！

人生的，崎岖不平，只有向自我挑战才能往前行。且把自我挑战当成一把锐利的刀，用它去斩除旅程中的荆棘，超越巅峰，超越自己！

你看过不倒翁吗？它那屡仆屡起的精神，才是我们应该学习的。虽然我们的生命有限，但能学习打败原来的我，展现新的好的我，也就是一种突破。

不是吗？

人生的旅程，有无数的挫折。可是挫折只是生命旅程中小小的插曲。被挫折击倒的人，如果不再重新振作，便无法实现自我。遇着挫折无须惧怕，那正是向自我挑战的好机会。

朋友，拾取信心，向自我挑战吧！打破从前的不良记录，就从现在开始。把挑战当指南针，失败当试金石，勇敢地向自己挑战，并战胜自己，超越自我！

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r22;r22;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！

职场突破自我的句子篇四

大家好！

这天我演讲的题目是“磨难也是一种财富”。

也许你曾抱怨过上帝是捉弄人的，他对你吝啬幸福，却让痛苦折磨着你，日日夜夜，疲惫不堪，换来的只是滚烫的泪珠。但苦尽甘来后，当你揭开那沉重的幕纱，你会看清，上帝其实是公平的，磨难也是一种财富。

以前有人做了这样一个试验。他点清了一座山林中的红羊后，把山中的狼全部捕捉起来，让红羊没有敌人。照理说，红羊就应是悠闲自得、快乐地生活了，但事与愿违，红羊为了争夺一小片土地、甚至一棵青草而搏斗，由原先一支整齐的队伍变为一盘散沙。

因为人们捕获了狼，红羊没有了给它们造成生命威胁的动物，而自相残杀直至消亡，失去了危机。同时也失去了生机。可见，在生态环境中，没有磨难就不会有生态平衡的系统。

张海迪胸部以下失去知觉，但这些困难没有_她，反而使她有了更为远大的目标，学习掌握了德语、日语、英语。她为什么能取得常人都不容易取得的成就呢因为她在承受巨大挫折的同时，也将挫折化为了动力，让挫折成为自己的奴隶，再一次战胜了磨难。

人生如一块璞玉，这是上帝赐予你的财富，这块璞玉中有着酸甜苦辣，也许痛苦过后便是幸福，这是上帝给予你的机遇。只有自己努力来雕琢这块璞玉，才能使它成为完美无瑕的艺术品。

当你遇到挫折、困难时，不妨想想，上帝是公平的，有时磨难也是一种财富。

职场突破自我的句子篇五

大家好！

校园，是梦开始的地方；老师，是梦的引路人；梦想，或遥不可及，或触手可摸；即使结果不如人意，但过程难以忘怀；感谢校园，感谢老师，有梦，人生才会完整，才会幸福！

种下这颗梦想的种子，还是在学校开设活力课堂的课本剧中。我想：如果不是立才学校，我可能从来没想到把成为一名演

员当做自己的梦想。

最初，我报课本剧是想锻炼意志，学习为人处事。可谁想到，我竟然收获了一份巨大的惊喜，老师选我当课本剧的主角，扮演一个五岁的孩子，并有一个可爱的名字“大毛”。从背台词到揣摩角色，我渐渐开始喜欢上这个“大毛”，演戏成了我校园生活中必不可少的一部分。有时回到了家里，还在自娱自乐地演着。我想：既然老师把这个宝贵的机会给我，我就一定要珍惜，不能辜负老师对我的期望。于是，排练的时候，我尽力把最好的状态表现出来。

“好了，再来最后一遍就结束。”老师大声地喊着。开始表演，第一场，第二场……慢慢地，又到了那个场景，我深呼吸，一鼓作气势如虎，带着愤恨的语气，脱口而出，老师当场说“ok”过关了！”我心里的大石头顿时就落下了，恐怕只有亲身经历过的人才能体会到我当时的心情，别提有多激动了。

多亏了老师的一番话，让我突破了自我，让我有了信心，是老师让我对演戏有了新的认识，是学校让我找到了梦的道路。

立才学校每一位老师的言传身教，让我明白了：梦想没有捷径，如果有，那条捷径的名字一定叫做“努力”。