

2023年在没有自信的日子里 永不消失的自信读后感(通用9篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

在没有自信的日子里篇一

其实大家都还在

都还在那个最初的地方

只是

在等着我们的一个回头……

……

对我们来说，每个人出现在我们生命里都很特别，曾经的无话不说成了如今的无话可说，那些亲切的一声问候，不知从什么时候开始让我们觉得一阵寒酸。

但是我们都知道我们还是朋友，我们虽然有了新朋友，但是老朋友还在，并且永远都在那里。

还记得毕业的场景吗？一群人围着一桌热气腾腾的饭菜，平日里不怎么喝酒的他们全都像变了个人似的，一杯一杯下肚，满含热泪，像亲兄弟似的拥在一起，哭在一起，平时最在乎形象的他也什么都不在乎了，最后东倒西歪，吐了一地，神志不清嘴里还念着：喝了这杯酒，我就不欠大家的了。

其实，我们谁都不欠谁的！

我们欠的是青春里这场说好的相聚，最后我们因为忙，于是跟彼此错过了。这样的错过其实并不怕，但怕的是我们还没来得及好好告别，有的朋友已成了永别。

我们的青春、热血、勇气、梦想，每个人都会迷茫，但都坚强走到了今天，成长中每一次低头都是对自己的肯定，好在我们还一直相信未来；青春的路上我们并不孤单，希望我的热血，可以给每一个期待未来的你一丝勇气！

如果有一天我们发现，一直拼命的我们开始没朋友了，那就记得回头，有人永远在最初的那个地方等着我们，他们只是在盼望着我们一个简单的回头。

地平线是遥不可及的，但我们却用青春成全了这份爱——梦想和未来，黄昏过后就是璀璨，黎明过后就是曙光，烈日梧桐树下无言的我们最懂，轻风中骑单车的我们最懂，十八岁的我们最懂。

如果我们在工作上、生活上有了难处，不要去相信生活，也不要怀疑自己，回头看看，大家一定会在那里，拥抱一定会有的，温暖一定会有的，因为大家把彼此当做一辈子的朋友。感谢大家曾出现在彼此生命里那么多年，在我们最最无助的时候要永远明白：

还是有人在乎我们的，虽然他们没有说！

在没有自信的日子里篇二

“书香涵泳，润泽人生”，读一本好的励志书本，犹如交了一个好的朋友，在弥漫的书香中，细细品味自己的人生。让自己在喧嚣的城市中，静下心来寻找属于自己的精神支柱。最近我利用业余时间读了保罗·汉纳的《自信的力量》这本

书，它让我爱不释手，深受启发。

澳大利亚最受欢迎的励志演说家保罗·汉纳，带你走向事业成功，寻找生活之美！它是一本这样的书，它告诉你，你必须回到你最初的梦想，并且专注于它。它还将告诉你，别人的一切态度都无所谓，你必须相信你和自己的目标。更重要的是，它还教你如何找到自己生命中的闪光点，并且一直坚持自己的目标，走向成功的终点。保罗利用真实平易近人的文字给人讲述身边的真实的事情。保罗的魔力就是他能使你相信，你得到的会比你能想象到的.还要多得多！他不只在说要做一个积极的思想者——他展示给你怎样能完全改变你的生活和你的工作。他会告诉你如何最简单地去拥有信念，并且打开成功的大门！在现实生活中，许多人对自己缺乏自信，包括我自己。当遇到事情时，会对自己存有质疑，或许在心理默默地说：“我可以做这样的事情吗？我有这样的能力吗？我行吗？”往往这样的心底之音束缚了自己。让自己处于了弱势，屈服了害怕。不具有自信的力量是件可怕的事情，往往去做任何事都会胆颤，没有成功的把握。这样的人或许在生活中是失败者，不会受到成功的青睐。我也是这样的，做任何事情都会有所顾虑，真的很怕自己的结果就是失败。读到这样的一句话：“缺乏自信的人往往都是失败者，不惧怕失败的人往往是成功者”。它触动了我的心灵，让我很是感动。

在没有自信的日子里篇三

有一天，珍妮去饰品店买了一个绿色的蝴蝶结，店主告诉她：“你戴上这蝴蝶结真的漂亮极了！”珍妮虽然有些不信，但她感到非常高兴。昂起头走了出去，这是她第一次雄赳赳气昂昂的走正步。

珍妮走出教室，遇到了老师，老师微笑的对她说：“珍妮，你昂着头走起来真美，我希望你一直这样！”老师拍了拍她的肩膀，同学们都欣赏的看着她。

那一天，她得到了许多人的赞赏。她认为这是蝴蝶结的功劳，是蝴蝶结把她变美了。

当她回到家时，这才发现，她头上根本没有那个蝴蝶结。她急急忙忙的奔向小饰品店，或许自己掉到路上了。

结果，到了饰品店。店主说：“早上你慌慌忙忙的跑出去，蝴蝶结就掉了，你不知道吗？”这时候，店主把蝴蝶结给了珍妮。

但，从此珍妮没有戴过它。因为她突然明白了，这一天的赞赏和自己的好感觉和这个蝴蝶结没有丝毫关系！

当读完这则小故事时，你是否知道文章最后的寓意？是的，就是两个字——自信！做到自信其实很简单，就是昂起头，挺起胸膛，雄赳赳气昂昂的走下去，这就是自信！故事主人公珍妮因为店主的一句话，自信了起来，但她误认为是蝴蝶结把她变美了，她终于明白了事实，别人的赞赏声是因为这个平时羞怯的小女孩有一天挺起了胸膛，拥有了自信！

说起自信，我自己其实也被胆怯给击倒过。那是学校的竞选比赛，是在学校的五楼大厅进行的，我的面前是一排评委。稿子我原来是背的挺熟的，但一进入五楼大厅，手心就出汗了。我一紧张就会忘记稿子。坐下来，我只能一遍又一遍的读着，背诵着这篇稿子。可一读到我的名字时，我紧张了。脑子中一片空白，就这样进了讲台。开始，我还不是那么忐忑，但到最后几句，我的嘴越来越不利索，不知道怎样说下去。只能在脑子中凭空想象了几个字，疙疙瘩瘩的串成了几句话，敷衍了事了下来。

结果，这次没有成功，我落选了。这场本来可以成功的一次演讲我就这样失败了。

其实，面对这次的演讲，我应该大胆的站出来，自信的完成

这次演讲。可是，就是缺乏自信，我失败了。不过我不气馁，只要有机会，我都会尽量的参与。

自信是成功的基石，想要成功，首先要学会自信。怎样增强自信呢？

每天对着镜子笑一笑，最重要的就是挺胸，昂头，展示你的微笑，让别人看到你的笑脸。把这种情绪传递给其他人。让全世界都在你的笑容中荡漾。

所以，从现在开始，昂起你的头，笑一笑。做每一件事都能够带着自信的心态。我们相信，你昂起头，会很美！

在没有自信的日子里篇四

- 1、庸人费心将是消磨时光，能人费尽心计利用时间。
- 2、缺乏自信常常是性格软弱和事业不能成功的主要原因。
- 3、君志所向，一往无前，愈挫愈勇，再接再厉。
- 4、从来不跌倒不算光彩，每次跌倒后能再站起来，才是最大的荣耀。
- 5、其实输并不可怕，可怕的是输了就鼓不起勇气面对世界。
- 6、我们对自己抱有的信心，将使别人对我们萌生信心的绿芽。
- 7、信心是人的征服者；它战胜了人，又存在于人的心中。
- 8、人性最可怜的就是：我们总是梦想着天边的一座奇妙的玫瑰园，而不去欣赏今天就开在我们窗口的玫瑰。
- 9、苦想没盼头，苦干有奔头。

- 10、才华其实就是把与人相同的聪明用到与众不同的地方。
- 11、成功的条件在于勇气和自信，而勇气和自信乃是由健全的思想 and 健康的体魄而来。
- 12、坚决的信心，能使平凡的人们，做出惊人的事业。
- 13、任何人都应该有自尊心、自信心、独立性，不然就是奴才。但自尊不是轻人，自信不是自满，独立不是孤立。
- 14、只要目标向前，你可以到任何的地方。
- 15、不要只因一次挫败，就忘记你原先决定想达到的远方。
- 16、人须有自信之能力，当从自己良心上认定是非，不可以众人之是非为从违。
- 17、人生有一道难题，那就是如何使一寸光阴等于一寸生命。
- 18、命运掌握在自己的手中，一切只能靠自己。
- 19、为明天做准备的最好方法就是集中你所有智慧，所有的热忱，把今天的工作做得尽善尽美。
- 20、如果没有自信心的话，你永远也不会有快乐。
- 21、忧伤回首看，优悉四处瞧，自信向上望。
- 22、做对的事情比把事情做对重要。
- 23、没有失败，只有暂时的不成功。
- 24、请一定要有自信。你就是一道风景，没必要在别人风景里面仰视。

25、人的生命似洪水在奔流，不遇着岛屿、暗礁，难以激起美丽的浪花。

26、人们似乎每天在接受命运的安排，实际上人们每天在安排着自己的命运。

27、任何人都应该有自尊心，自信心，独立性，不然就是奴才。

28、有信心的人，可以化渺小为伟大，化平庸为神奇。

29、行动是治愈恐惧的良药，而犹豫拖延将不断滋养恐惧。

30、自律可以帮助你做你不想做但又必须做的事情。

31、一个做主角的非有天才不可。可是天才在于自信，在于自己的力量。

32、美好的生命应该充满期待、惊喜和感激。

33、只有满怀自信的人，才能在任何地方都怀有自信沉浸在生活中，并实现自己底意志。

34、缺乏一种自信的精神，这往往导致一些本来是萌芽了的天才走向自我扼杀。

35、自信是一个人的胆，有了这个胆，你就会所向披靡！

36、伟大的事业不是靠力气速度和身体的敏捷完成的，而是靠性格意志和知识的力量完成的。

37、自信者不疑人，人亦信之。自疑者不信人，人亦疑之。

38、用笑脸来迎接悲惨的厄运，用百倍的勇气来应付一切的不幸。

39、坚信自己的思想，相信自己心里认准的东西也一定适合于他人这就是天才。

40、人生舞台的大幕随时都可能拉开，关键是你愿意表演，还是选择躲避。

41、天生我材心有用。

42、无论才能知识多么卓著，如果缺乏热情，则无异纸上画饼充饥，无补于事。

43、如果你被幸运之神遗忘，请不要悲伤，相信阳光总会有一天会照耀在你的身上。

44、让我们将事前的忧虑，换为事前的思考和计划吧！

45、如果你觉得现在走的辛苦，那就证明你在走上坡路！

46、我只有一个忠告给你，做你自己的主人。

47、立志是事业的大门，工作是登门入室的的旅途。

48、在人之上，要看得起别人；在人之下，要看得起自己。

49、我要努力，以最好姿态出现在当初否定我的人面前。

50、自信与自靠是坚强的柱石。

51、当一个小小的心念变成成为行为时，便能成了习惯；从而形成性格，而性格就决定你一生的成败。

52、关心自己的'灵魂，从来不早，也不会晚。

53、自信是英雄的本质。

54、相信就是强大。怀疑只会抑制能力，而信仰却是力量。

55、外在压力增加时，就应增强内在的动力。

56、忍别人所不能忍的痛，吃别人所别人所不能吃的苦，终能收获别人收获不到的收获。

57、生活本是痛苦，是思想和哲理使其升华。

58、再烦，也别忘微笑；再急，也要注意语气；再苦，也别忘坚持；再累，也要爱自己。

在没有自信的日子里篇五

【自信的秘密】由美国罗伯特·安东尼博士著，在书中透露了他在众多研讨会上传授的秘诀，它们已成功地改变了数千人的命运。成功的商务人士、优秀的运动员以及显赫的社会名流等，他们都深知“自信的程度决定成功的高度”这一真谛！它如同一支强化剂，困惑迷茫的，不满足于现状的，希望改变的，却还无从下手或者犹豫不决时，坐在电脑前，慢慢品读，细细咀嚼，思考作者的建议。

在世界各个角落，人们都在寻觅、祈祷、张望和挣扎，力求实现自信和一精一神上的超越，获得他们渴望的物质条件。他们不知道，除了自己之外没有其他个人或一团一体可以帮助他们，包括他的家人、朋友、老板、政一府和宗教信仰。原因很简单，而正因为简单所以被大多数人遗忘。圣贤提醒他的信徒道：“不要东张西望，天堂就在你心里。”人类天生具有选择和实现梦想的能力，在两千多年后的今天，许多人仍未明白这个道理。

按照一精一神磁一性一定律，在你需求或渴望的引力作用下，你会将你一直最想得到的东西吸引到你的身边。在此我们必须回顾前面提到过的话：你并非自己所认为的那种人，但是，

只要你想成为怎样的人，你就会成为怎样的人。如果你曾读过成功人士的传记，你会发现他们通常都善假于物，擅于借助他人之力来实现自己的目标。换句话说，他们善于通过别人的帮助或帮助别人的方式，来达成自己的目标。

很多人都不知道，帮助别人也有助于自己的成功。你可以在帮助他人的同时实现自己的目标。

赞美 [praise]

人们是如此地喜欢那如音乐般悦耳的赞美之一声！许多人不惜一切只为听到它。他们宁愿失去金钱、卖命地工作、毫不爱一惜自己的身一体，只为那赞美之词。就像吸毒的瘾君子需要静脉注射一样，为了满足毒瘾不惜走上绝路。他们在“售卖”赞美的“毒贩”间穿梭，对“被认可”的感觉逐渐上瘾。上瘾的程度越深，他们就会越多地把自己生活方向的决定权交给别人。

驹赞美的追求意味着你必须不断证明自己的价值。每当你犯了错误或你认为所做的事没有达到别人的要求，你就会感觉自己“不如”别人。你因为没有做到你认为应该做的事而责怪自己或感到内疚。你不停地问自己：“我做得够好吗？”但总想做到足够好的人，会强制一性一地形成一种“要比别人好”的需求。烦恼由此产生，并不断叠加。在各方面不管你如何努力去超越别人，你仍感觉不够，因为在你眼里总会有一些你认为比自己优秀的人存在。他们的钱比你多，房子比你的大；他们比你更有声望，身一体素质比你要好……一切对比的结果都显示出，这是一场你永远都无法获胜的游戏。

赞美最有害的后果是它会让你对自己的行为产生认同感。你做了好的事情，赞美会说你很好；犯了错误或表现不好，赞美就会说你不好。只要你不符合赞美你的那些人的标准，你就觉得自己令他们失望了，自责之感油然而生。而结果是，那些赞美你的人将你置于一个受他们控制的位置。如果你了

解他们的意图，他们就会满足你的需要，但当他们想从你身上得到的东西超出你愿意或能够给予的范围时，他们就会停止赞美，任自责的情感去折磨你。他们知道，只要能使你感到自责，你就会赴汤蹈火只为重新获得他们的认可。

想要获得真正的自由和自信，你必须停止对赞美的'追求。如果你想改掉这个坏习惯，就得丢弃认为别人比自己优秀的念头。不要以任何理由去仰视任何人，这样你才能逃脱追求他人认可的怪圈，不再受到赞美的诱一惑或责备的胁迫。

认可[recognition]

赞美和认可这两个词有着完全不同的意义。这里我们所说的“认可”，是对事实的评论。它既不是称赞，也不是价值评判。认可，顾名思义，即承认某个人以他目前的意识水平，已经达到他/她能力范围内最好的水平。

赞美和认可最大的区别是，前者是一种价值一性一评价。当你因为某人为你效劳而赞美他“很棒”时，你其实是在告诉他，如果他满足不了你的要求就“很逊”。举个例子，孩子送给你一束花，你不应该说：“你是个好孩子，因为你送了花给我。”如果你这样说，你就是在告诉他：如果没有送花给你，他就是个坏孩子。相反你应该说：“谢谢你送的花，我非常喜欢。”这样，你就只是对孩子的行为表示了认可，而没对孩子本身做出任何价值评价。

成人和年轻人，尤其是孩子，他们更愿意听到认可之词，而非那甜蜜的赞美之音。他们需要确认自己是否在周围人的生活中占据着特殊的一席之地。他们想要被当作一个真正的人来对待，因为真实的自己而被别人认可，而不是因为他符合别人的标准而被接受。当通过努力得到别人的认同时，他们会感觉自己是作为一个人而被认可，而不是因为自己的行为而被评价。他们会认为，无论是否符合其他人的标准，自己都是一个独特而有价值的个体。

赞美和认可之间的区别可能很微妙，但对自信心的树立来说两者都非常重要。当人们需要得到别人的认可才能确认自己的价值时，如果他没有听到有关认可的只字片语，他就会转身投向赞美的怀抱，变成它的囚徒。

只要你真的想要树立百分之百的自信，就没有什么可以阻挡你。你错误地认为依赖、一操一纵、顺从、攀比和竞争是你幸福的源泉。除非让自己从这样的想法中解放出来，否则你创造不了自己想要的生活。只有当你决定去做所有你力所能及之事时，你才能从一精一神和肉一体上得到解放，才能得到你一直梦寐以求的自信。我们的问题是：到底是选择束缚或自一由？答案在你自己的手里。

在没有自信的日子里篇六

《自信的力量》这本书所有的故事都是围绕“自信”这个主题来写。书中虽然都是简短的小故事但是却给人很深刻的见解。

在这本书中我明白自信是多么的重要，若没了自信，有再聪明的脑袋，再努力的工作，也是一事无成。只要自信充足，确信自己有一技之长，并向着这个特长去拼搏，终究有一天，再多的讥笑也会成为服从。因为生活永远垂青有自信的人，有时候我们会发现这样一群人，他们不管在什么场合，都能够使自己身边的人快乐欢畅。同样自信在生活和工作中发挥着举足轻重的作用，书中有这样一个故事：英国著名影星斯特鲁是在拳脚相加的家庭环境中长大的，由于他的相貌一般，学习成绩也很普通，所以高中没有毕业的时候便辍学了，在街头当混混。直到20岁的时候，他才醒悟反思：“不行，不能再这样下去了。如果在这样下去岂不是和自己的父母一样吗？不行，我一定要成功！”斯特鲁在面对一千八百次的失败，最终成为闻名国际的超级巨星。

试想一下：你能面对一千多次的失败，仍然痴心不改吗？但是斯特鲁能，能做到别人做不到的事，所以他能成功。以后

在生活和工作中遇到困难是在所难免的，只要肯付出许多次的努力，就有胜利的希望。只要你敢尝试，你就一定能！

在没有自信的日子里篇七

我一直不怀疑有这样的幻觉，在我的前面，一直有一个永不消失的背影，一个永不回头的背影。不论我怎样叫他，怎样幸福或痛苦的叫，就是不回头。他一直走在我的前面，我跟着他，就像一头学步的小牛犊，尾随一头老耕牛。

这是我的父亲，如今，一个人从他耕作的土地上，卸下犁铧，用背影把犁铧套在我的身上，让我尾随他的背影，一直走下去。只是，他藏在深灰色土布褂子里的那些旧事情，那些乡土深埋着的苍茫，不因为他的仙逝而消逝，也不因为他的不回头，不替我在贴近故土的每一次，都要生动地回忆他给我的过去。他那宽厚的背影，是一坡滚动着汗粒挣扎着厚望的乡土，我一厘不剩地践踏过，也膜拜过。只是，他如今给我的永远是一个背影，我只能一个人在心里，永远悲凉地叫下去。望着他的背影，我理解了那些生活在山里的人，对生命最简单的认识。我也听长辈的人说过，所有人在生命走到尽头了，是决不能回头看身后活着的人，特别是他最想牵挂的最想看见的亲人。谁也解释不清楚，这些蕴藏在乡土和生命里的隐秘，是怎样一种生命的哲学。而我的感觉，是来自乡土深处的那种温暖那种亲切，先是从庄稼的身上开始，更多的时候，还是从先人的背影深刻感觉的。所以，我不能简单地诠释有关生命的含义，也不能简单地说出父亲这一生命意义的意义，就像我至今也不敢在父亲的坟上，立一块石碑，写上碑文，这朽刻在心碑上的生命，不能用简单的文字就能书写出来。父亲生命的消失，留给我的背影，是我终生的疼痛，是一种超越肉体超越生理意义上的疼，这精神上的疼，会伴随我的一生。就像我的'父亲，他一生一直在精神上为我心疼一样。我不敢说，父亲是世界上最懂得心疼人的人，但至少在我的身上，这种心疼一直在覆盖着我，庇护着我。可以说，为了我他可以用一生的时间，像磨刀石一样，磨损他

的身体。面对父亲的背影，就让我想起村庄西头最边上的老宅子，和它靠近山脚下那一崴子的山坡地，宅子与坡地之间的距离，构成了父亲一生的活动空间，他一生存放在泥土裂缝里的生命档案，就是围绕这些辑写的。山里人的生活很简单，只过一种有吃有穿的日子就行，乐于平淡，乐于满足，对于生活总保持一种清贫的方式。而我常想，这些深居山里的人，不论是现辈的还是老辈的都安于清贫乐道，都情愿过活简朴而艰辛的生活，这是为了什么？他们一生都在山石上磨损，在泥土里消耗，而从来不图回报。

当我尾随父亲的背影，走进他最热爱的那一块坡地时，我会看见那一坡玉米的身子，挣扎得厉害，晃动着的呻吟；我也看见了那头老牛，拉辕的犁绳深深勒进它的肩胛，它的目光深处，满含一片山g的雨水，以及我的伤痛。我说不出我的伤有多痛，就像我说不出父亲这一生藏匿在泥土里多少隐痛。可我能感觉，他的背影背着一生的牵挂，也背着我一生的隐痛。我一直相信他的背影就在我的前面，即使他不回头看我一眼，也能感觉到他那慈祥的目光一直温暖地落在我的身上。

我也一直相信这些带着迷信的传说，若是谁梦见了某位去世的亲人，回头看了一眼，谁就会大病一场，甚至也会跟着去。虽然它带着迷信的色彩，不足为信，但它依然活在现实的大山里，活在我们中间。即使是这样，我走出大山多年的心，还是想让父亲转过背影，回头看我一眼。其实，他也很想回头看我一眼，只是民间的风吹得太强劲，让他回不了头。

而我，一直是这样跟着他的背影走……

文档为doc格式

在没有自信的日子里篇八

我今天看了一个小故事，感触非常大，决定和大家分享一下：故事的主人公是珍妮，她是一个害羞的女孩，总是低着头，

因为她总是觉得自己不够美。

有一天，珍妮去饰品店买了一个绿色的蝴蝶结，店主告诉她：“你戴上这蝴蝶结真的漂亮极了！”珍妮虽然有些不信，但她感到非常高兴。昂起头走了出去，这是她第一次雄赳赳气昂昂的走正步。

珍妮走出教室，遇到了老师，老师微笑的对她说：“珍妮，你昂着头走起来真美，我希望你一直这样！”老师拍了拍她的肩膀，同学们都欣赏的看着她。

那一天，她得到了许多人的赞赏。她认为这是蝴蝶结的功劳，是蝴蝶结把她变美了。

当她回到家时，这才发现，她头上根本没有那个蝴蝶结。她急急忙忙的奔向小饰品店，或许自己掉到路上了。

结果，到了饰品店。店主说：“早上你慌慌忙忙的跑出去，蝴蝶结就掉了，你不知道吗？”这时候，店主把蝴蝶结给了珍妮。

但，从此珍妮没有戴过它。因为她突然明白了，这一天的赞赏和自己的好感觉和这个蝴蝶结没有丝毫关系！

当读完这则小故事时，你是否知道文章最后的寓意？是的，就是两个字——自信！做到自信其实非常简单，就是昂起头，挺起胸膛，雄赳赳气昂昂的’走下去，这就是自信！故事主人公珍妮因为店主的一句话，自信了起来，但她误认为是蝴蝶结把她变美了，她终于明白了事实，别人的赞赏声是因为这个平时羞怯的小女孩有一天挺起了胸膛，拥有了自信！

说起自信，我自己其实也被胆怯给击倒过。那是学校的竞选比赛，是在学校的五楼大厅进行的，我的面前是一排评委。稿子我原来是背的挺熟的，但一进入五楼大厅，手心就出汗

了。我一紧张就会忘记稿子。坐下来，我只能一遍又一遍的读着，背诵着这篇稿子。可一读到我的名字时，我紧张了。脑子中一片空白，就这样进了讲台。开始，我还不是那么忐忑，但到最后几句，我的嘴越来越不利索，不知道该怎么说下去。只能在脑子中凭空想象了几个字，疙疙瘩瘩的串成了几句话，敷衍了事了下来。

结果，这次没有成功，我落选了。这场本来可以成功的一次演讲我就这样失败了。

其实，面对这次的演讲，我应该大胆的站出来，自信的完成这次演讲。可是，就是缺乏自信，我失败了。不过我不气馁，只要有机会，我都会尽量的参与。

怎样增强自信呢？每天对着镜子笑一笑，最重要的就是挺胸，昂头，展示你的微笑，让别人看到你的笑脸。把这种情绪传递给其他人。让全世界都在你的笑容中荡漾。所以，从现在开始，昂起你的头，笑一笑。做每一件事都能够带着自信的心态。咱们相信，你昂起头，会非常美！

在没有自信的日子里篇九

今天，老师让我们收看安徽公共频道播出的《学习方法与考试心理学术交流研讨会》的讲座。其中，给我留下印象最深的是“怎样灵活运用考后心理与技巧”这部分内容。

每当我们考完试，总有一个和别人对答案的习惯，可是我们只要发现自己的答案和别人不一样时，经常会认为自己写出的答案是错误的，这是一种不自信的心理，并且这种心理会充分影响到下一次考试的成绩，所以，我们只要一走出考场，就应当把考题统统忘掉，做好迎接下一次考试的准备。

信心是决定一个人成败的关键，如果一个人没有信心，成绩也不会理想的。

今天，老师让我们收看安徽公共频道播出的《学习方法与考试心理学术交流研讨会》的讲座。其中，给我留下印象最深的是“怎样灵活运用考后心理与技巧”这部分内容。

每当我们考完试，总有一个和别人对答案的习惯，可是我们只要发现自己的答案和别人不一样时，经常会认为自己写出的答案是错误的，这是一种不自信的心理，并且这种心理会充分影响到下一次考试的成绩，所以，我们只要一走出考场，就应当把考题统统忘掉，做好迎接下一次考试的准备。

信心是决定一个人成败的关键，如果一个人没有信心，成绩也不会理想的。