

最新运气和能力的句子 培养孩子抗挫折能力演讲稿(模板6篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

运气和能力的句子篇一

教学目的：

- 1、让家长明确在家庭教育中培养学生健全人格的重要性。
- 2、让家长明白如何培养孩子的抗挫能力。

教学重点、难点：

通过研现，让家长明白怎样培养孩子的抗挫能力。

一、导入。

各位家长，你们好。首先欢迎你们来到我们的家长学校参加活动，感谢你们在百忙之中来到学校，和我们共同关注孩子的学习情况，关心孩子的发展情况。大家都想做合格的家长，都想给孩子最好的教育。对孩子的教育面很广，今天我们就选择其中的一点来进行探讨。我们共同探讨的问题是：如何培养孩子的抗挫能力。

二、让家长共同探讨，明确在家庭教育中培养孩子健全人格的重要性。

要想引导未成年人走正确的人生道路，必须教育孩子首先成为一个“人”。大家可能会说，难道我的孩子不是“人”吗？非也，大家所说的“人”是生理学意义上的“人”。我这里想说的“人”是一个综合型的“人”，既有健康的身体，又有健康的心理，高尚的品质，一定的知识才能。这样的“人”，具有随时迎接挫折，经历痛苦的思想准备。这样的教育就应该从小孩子抓起，从小培养他们在挫折中成长的能力。

因此，培养学生健全的人格是极为重要的。作为家庭应责无旁贷地加强培养孩子们从小面对挫折的能力，让他们在风雨中健康成长。

三、共同研现：如何培养孩子的抗挫能力

1、引导孩子正确地认识自我，了解自我引导孩子正确地认识自我，了解自己的优点、缺点、爱好、性格、习惯等，学会自我调控、自我反思、自觉学习，找出与别人的差距，取人之长，补己之短。只有他们在了解自我，认识自我的基础上，才能不断的完善自我：正确的对待自己，与他人友好相处，更好的学习，勇敢的面对失败。特别是学习暂时困难的孩子，他们本赏毡乏自信心，导致他们形成自卑感，严重的影响着他们身心活动和学习能力，使原有的聪明才智不能正常的发挥。面对这样的孩子，更加要帮助他们认识自我，了解自我，面对现实，找找原因之所在，在认清自己之后，以清醒的头脑，良好的心态，调节自我，战胜自我，树立信心。要以“失败是成功之母”为动力，迎接新的挑战。

2、用典型的事例进行“我能行”的教育。

人无完人，各有所长，各有所好，只要有信心，就会体现自我能行的价值。“相信自己，我并不比别人笨，别人能做到的事，我也能做到。”久而久之，孩子们从小懂得长处要发扬，短处要弥补，这样能促使自己健康成长。

3、亲近孩子，教其反思

在家庭教育中，家长言语难免有可能会伤害学生，在这种情况下，如果孩子没有健康的思想和承受能力，就不能正确面对，就会导致不良后果。特别是一些性格内向型孩子，他们不善言表，更容易造成不良后果。面对这样的孩子，家长要多开导他、启发他，鼓励他们自我检查、反思，使他了解自己的不足，认识自我的不对，找出与别人的差距和误区以及自己存在的问题。从小进行了解自我，认识自我，完善自我的教育，养成自我反思的良好生存习惯，他们就会成为一个身心健康的人。

（二）、遇到困难，学会解决

现在的小孩子上学、放学都是父母或爷爷、奶奶接送，连自己的小书包都是父母或爷爷、奶奶背，这些接送孩子上学的人成了孩子们的书童；有的孩子穿衣、吃饭、洗漱都是父母包办，这样的孩子事事依赖于父母，他们娇气得很，独立生活能力和承受压力的能力差，更谈不上解决困难、处理问题的能力了。一旦父母不在孩子们身边，遇到困难他们措手不及。因此，家长就应该进行一些简单的解决困难，处理问题的能力培养。

边的小事抓起。希望家长随时与教师保持沟通，教育孩子遇到困难不要害怕，要有随时迎接困难的思想准备，学会动脑、用脑，解决身边的小事、小问题，用智慧去战胜困难。

（三）、誓探打击，学会面对

人生的致命点就是经受不了挫折的打击，有的人一旦遇到一点小麻烦，遇到一点小挫折，就不能接受，不能正确地对待。有的人是想不通，情绪低落，闷闷不乐，沉默寡言，十分无助的样子；有的人是发泄，性格暴躁，把所有的气都往别人身上发，一个人在生活中总会遇到一些麻烦事，烦心事，总

会誓探一些大小不同的打击，小学生也不例外。然而多数孩子娇生惯养，在困难和挫折面前哭哭啼啼，依赖家长和老师。如何培养孩子面对家庭、学校、社会诸方面带来的打击？这个问题不得不引起我们的关注。

1、学会面对自己

当自己誓探打击以后，要保持清醒的头脑，多想想造成自己誓探打击的原因。如果是自己造成的，就要勇敢的面对自己，敢于承担自己的责任，告诉孩子：人无完人，孰能无过。有则改之，无则加勉。知错就改，才是好孩子。

2、学会面对父母

天下所有的父母都望子成龙，望女成凤。当家长看到孩子学习成绩考差时，不懂得教育的父母就会生气地批评孩子，有的孩子不能接受父母的批评教育，与家长产生抵触，不服从家长，甚至于向家长示威。其实，挫折和打击并不可怕，怕的是遇到挫折和打击不知道想办法应付。我们要学会迎接挫折和打击，也要学会对付挫折和打击，只有那些敢于面对同学，面对教师，面对父母，面对社会，面对困难，面对人生坎坷的人，才是真正勇敢的人，是最了不起的人，是人们最敬佩的人。

（四）、心中不愉，学会交流沟通

交流和沟通使矛盾化解；交流和沟通使人愉悦；交流和沟通使人进步；交流和沟通使人健康。只有善于交流和沟通的人，才能做一个真正健康的人。而有的小学生内向，不善于表达和沟通，誓蹄打击，闷在心里，关在屋里，不愿见人。长期下去，思想压力大，包袱重，使其身心不能健康成长。面对这样的孩子，告诉他，要做一个性格开朗的人，心中有什么不愉快的事找伙伴、信懒的人说一说、摆一摆，在交流中对方会帮助你解决疑难、排除困惑。要学会自我排解，学会交

流、沟通，争取别人对你的支持、帮助、理解、排扰。切忌有事闷在心中。

四。结束语

家长们，培养孩子抗挫能力的方法，从理论上讲很多，但并不是每一种都适合你的孩子。因为人都是有个性化的，每个孩子都有他不同于别人的地方，真正高明的父母不会生搬硬套别人的方法来用于自己的孩子，他们往往根据自己孩子的缺点，在众多的方法中选择一些最适合于自己孩子的方法，从而达到事半功倍之效。让每位对孩子充满希望的家长都掌握好教育孩子的方法，把握住教育孩子的良机，同孩子一起成长。让你的孩子拥有健全的人格，快乐的人生！

运气和能力的句子篇二

责任胜于能力这本书讲明了一个道理，就是说，一个人无论能力大小，主要看你对工作、对事情，有没有责任心，敢不敢负责任，就算是你能力再大如果骄傲自满，不负责任，很容易办的事情，也可能办不好，这就说明，一个缺乏责任感的人，或者一个不负责任的人，首先失去了领导对自己的基本认可，其次也失去了同事对自己的信任与尊重，所以责任有至高无上的价值，是人生的一种追求，责任就是对自己所负使命的忠诚和守信，责任是出色完成任务的根底！

在酒店里，每个人都有不同的工作岗位，同时也担负着不同的责任，我是一名服务员，我就有责任去做好服务工作，使顾客满意，如果我是一名管理者，那么我就要做好管理工作，认真做好自己所分管的工作，如果我是一名企业领导者，我就有责任带领职工把经济效益搞上去，提高职工福利待遇。一个人无论能力大小，只要能够勇敢地担负起责任，认认真真地做好分内工作，完成领导交给的各项工作，你所做的一切就有价值，就会成功，就会获得尊重。所以没有做不好的工作，只有不负责任的人，责任能够让人战胜恐惧，战胜各种

消极情绪，因为在责任面前，人们都会变得勇敢、坚强，责任就是一个人的最高境界，是做人的准则。

我认为，责任从大道理说，就是最基本的职业精神，从小的来说即一个人做事的基本准则。只有负责任的人，才有资格成为优秀团队中的一员；缺乏责任心的人，也就没有了发挥才能的舞台，成就不了事业的同时，只能整日沉溺于怨天尤人的自我责备中。

一个人的工作做的好坏，最关键的一点就在于有没有责任感，是否认真履行了自己的责任。人的一生必须承担着各种各样的责任，社会的、家庭的、工作的、朋友的等等。人不能逃避责任，对于自己应承担的责任要勇于承担，放弃自己应承担的责任时，就等于放弃了生活，也将被生活所放弃。责任可以使人坚强，责任可以发挥自己的潜能，能力永远由责任来承载。责任可以改变对待工作的态度，而对待工作的态度，决定你的工作成绩，正如书中所说的假如你热爱工作，那你的生活就是天堂，假如你讨厌工作，那你的生活就是地狱。我们在工作中，就是要清醒、明确的认识到自己的职责，履行好自己的职责，发挥自己的能力，克服困难完成工作，认识到、了解到自己的责任，清楚自己的职责，并承担自己所在工作岗位的责任，那么工作就由被动转化为积极主动，并能够在烦躁的工作中找到乐趣！

有些事情并不是需要很费力才能完成的。做与不做之间的差距就在于责任。简单的说，按时上班准时点到等一些工作上的小事，真正能做到的并不是所有的人。违反酒店规章制度，说到本质就是一种不负责的表现，首先是对自己酒店和工作的不负责，更是对自己的不负责。没有做不好的工作，只有不负责的人。责任承载着能力，一个充满责任感的人，才有机会充分展现自己的能力。

经常听别人说责任重于泰山。可以说一个人的成功，与一个酒店和企业的成功一样，都来自于追求卓越的精神和不断超

越自身的努力。从某种意义上讲，责任，已经成为人的一种立足之本，成为酒店生存发展的重要能力。就算自己是一个自由职业者也难免要和各种团队和人员发生往来，在这个过程中，责任感是最基本的能力，如果你缺乏责任，团队不会接纳你，同事不会帮助你，搭档不愿意与你共事，朋友不愿意与你往来~你最终将被这个社会抛弃。有能力的人很多，但是有能力又有责任的人却不多。能力跟责任兼备的人才是酒店和企业所需要的。

尤其是本书的最后一章谈到：责任就是荣誉，为荣誉而工作，就是主动争取做得更多，承担更多的责任；为荣誉而工作，就是全力以赴，全身心的做事；为荣誉而工作，就是为酒店分担忧虑，给领导减轻压力，给上级以支持，给同事以帮助；为荣誉而工作，就是自发地履行你的职责，让努力成为一种习惯。努力工作，忠诚于企业，在捍卫企业荣誉的同时，也树立了自己的荣誉。自己会受到人们的尊敬。

人可以清贫、可以碌碌无为，但我们不可以没有责任。任何时候，我们都不能放弃自己所肩负的责任，放弃责任就等于放弃了自我！

运气和能力的句子篇三

有什么办法呢？

有人建议：如果有一个人能找到加西亚将军的话，那么这个人一定是罗文。于是总统找来罗文中尉，交给他一份写给加西亚将军的信。而我们要说的故事重点当然不是罗文中尉如何坐船到达古巴，如何步履艰难徒步穿越危机四伏的岛国将信交给加西亚将军的过程，整个过程自然有许多意想不到的危险因素需要排除，这与个人的努力相关联，但是在这位中尉迫切希望完成任务的心中，却有着绝对的不屈不挠的精神。

实际上，罗文本人是极具个人能力和冒险精神的，但人们更应该意识到，取得成功最重要的因素并不是他杰出的军事才能，而在于他优良的道德品质——对任务的责任感和自动自发的积极性。

在这个世界上，并不缺乏有能力的人，那种既有能力又有责任感的人，才是每一个企业都渴求的理想人才。能力，是一个人进入职业的先决条件，也是能否胜任工作的主要条件。无论从事什么职业总要有一定能力作保证。没有适者生存的能力，根本谈不到进入职业工作，对个人来讲也就无所谓职业生涯而言。而在工作中，无论在哪个部门、哪个岗位，都不能轻视自己的工作，要勇敢的负起责任。一个拥有强烈责任感的人，才能够充分激发自身的潜能，并将自己的能力充分发挥在最有价值的地方，为企业创造财富，为自己赢得发展机会。

所以，能力永远由责任来承载，而责任本身就是一种能力。

咱们中石油集团一直倡导的“三老四严”的传统，不仅仅是一种品德，更是一种能力，而且是其他所有能力的统帅与核心。有了责任感，我们的能力才会有用武之地，有了责任感，我们才会有正确的努力方向，有了责任感，我们的行为才有目标，责任感促使我们利用现有的能力朝着目标勇敢前行，最终实现目标。缺乏责任意识，其他的能力就失去了用武之地，所以说，责任是胜于能力的。无论我们有多么优秀的能力，只有通过尽职尽责的工作才能完美地展现。

记得1968年墨西哥奥运会上参加马拉松赛跑的约翰·亚卡威么？在赛跑中不慎跌倒致使腿受伤，然而他依然坚持着，拖着摔伤且流血的腿，一拐一拐地跑完了全程。他说“国家派我来比赛，不仅是为起跑而已”，是的，他肩负着国家赋予的使命来参加比赛，即使拿不到冠军，但强烈的责任感使他不允许自己当逃兵。在责任心的引导和驱使下，我们将自身仅有的能力发挥到极致，创造尽可能大的价值和财富，个人

价值也会得到实现，而我们的人生也会因此更加精彩。所以，一个人拥有多强的能力并不重要，重要的是他能否将这些能力充分的发挥出来。

不知道大家有没有注意到咱们身边会有这种现象发生：“用b级人才办a级事情”，“用a级人才却办不成b级事情”。一个人是不是人才固然很关键，但最关键的还在于，这个人才是不是一个真正负责任的人。在工作上，领导更愿意信任一个能力一般却有强烈责任感的人，而不愿重用一個马马虎虎、视责任为无物的人，哪怕他能力非凡。因此，一名有强烈责任意识的职工不论能力怎样，都会受到领导的重视，领导也会乐意在这种人身上投资。一个人的能力再强，如果他不愿意付出，他就不能为企业创造价值；而一个愿意为企业全身心付出的员工，即使能力稍逊一筹，他也能通过努力、为企业创造出的价值来。因此，无论在什么岗位，我们都要认清自己所处的位置，清醒地意识到自己的责任，牢记自己的责任，用奋斗承担起这份责任，勇敢地扛起它，用自身的能力尽职尽责地工作，让自己的更加完美地展现出来。

责任就是做好你被赋予的任何有意义的事情，如果我们放弃了对自己的责任，就背弃了对我们所负使命的忠诚和信守。人可以不伟大，人也可以清贫，但我们不可以没有责任。任何时候，我们都不能放弃肩上的责任，扛着它，就是扛自己生命的信念。我们的家庭需要责任，因为责任让家庭充满爱。我们的社会需要责任，因为责任能够让社会平安，稳健地发展。我们的企业需要责任，因为责任让企业更有凝聚力、战斗力和竞争力！

只有能力，没有责任心和敬业的精神，我们还能走多远？

运气和能力的句子篇四

大家好！

听了我以上的、或许是你我他以前类似的生活经历，亲爱的朋友，你的感受是什么？而我的感受，借用用赵本山的话说，那就是“悲哀啊！”遵规守纪、诚实守信这些本来就是我们每个社会成员和组织最起码的道德底线，然后时至今日，做好本职工作却成了最难能可贵的承诺，担起应有的职责却成了最值得歌颂的道德！我还能说什么呢？但是，尽管这样，作为一个宣传工作者，作为一个新时代的青年人，我还是愿意与在座的有着健康人格的朋友一样，让职责永驻心间！

要造血，就得承担职责。那我们就应做些什么或是能够做些什么呢？其实很简单，简单得只有这么一句话做好本来就应做的事情吧！

家庭的事是我们就应做好的。有个朋友跟我聊了件事，婚后一段时刻对婚姻很不满意，曾想过离婚；此刻有了孩子，再没这想法了，个性是每当看着孩子熟睡的样貌，就觉得自己很快乐。当晚他在博客里写道：人活着，更多的不是为自己，而是为了别人，为了职责！什么是婚姻？什么是家庭？作为这个以亲情维系的家庭一员，不是索取，不是坐享其成，而是职责与付出！婚姻需要维护，家庭需要建设，选取了丈夫、妻子、父亲、母亲的主角，当然，那里也就应包括成年之后的尚未独立出去的孩子。既然是这样，那么就请扮演好，多问问自己为家人做了些什么？当您终年在事业上奔波，当您终日在饭局上应酬，当您夜夜在歌厅里狂欢，当您常常在牌桌上沉迷，当您……请记住，您失责了！深夜回家的时候，请轻点声，千万别惊醒爱人和孩子甜蜜的梦，正因在他梦里的你们的一家人是在一齐的；开家长会的时候，请坐后排点，正因您没有权利去多过问什么，更没有权利批评孩子的表现。常回家看看吧，哪怕是拉拉呱，散散步，看看电视！一句话，负起职责，做你就应做的事！

应做的事，这就是不平凡的人生，也终将成就成功的事业！

运气和能力的句子篇五

大家好！

曾经在一篇文章中看到过这样一段话：一个孩子的失败，对一个教师来说，只是几十分之一的失败，但对于一个家庭来说，就是百分之百的失败。这段话使我深深地体会到教师的责任之重大。

有人把教师比作“蜡烛”，燃烧了自己，照亮了学生；有人把教师比作“春蚕”，“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干”；这些褒奖之词都是社会对教师责任的赞美与肯定。

有些事情并不是需要很费力才能完成的。做与不做之间的差距就在于——责任。简单的说，按时上班准时点到等一些工作上的小事，真正能做到的并不是所有的人。违反学校规章制度，说到本质就是一种不负责的表现，首先是对自己学校和工作的不负责，更是对自己的不负责。没有做不好的工作，只有不负责的人。责任承载着能力，一个充满责任感的人，才有机会充分展现自己的能力。

实践证明，一个有责任意识的教师，在人生道路上也比较容易有所作为。从古代的孔子、孟子，到近代的徐特立、陶行知，到现代的魏书生、王西文等千千万万优秀教师，人们都能感受到一种品格，一种境界，这就是一名教师的责任。

其实，在我们文峰小学这个教育大家庭中，不论是学校领导，还是老师们都有很强的责任意识。大家不断加强自我教育，对工作认真负责，不断更新知识，不断探索科学的教学方法，积极参与教研活动。例如，本学期我们在校领导的倡导下，开展了提高课堂效率的活动。通过学习反思，并结合我校实际，积极探索着提高教育教学质量的新课堂教学模式。学校搭建起新的教育平台，教师们积极参与，在实践中探索，而这背后的决定因素是事业心、责任心和敬业精神。

哲学家爱默生说：“责任具有至高无上的价值，它是一种伟大的品格，在所有价值中它处于最高的位置。”我们的老师即使身体不适；即使生活遇到困难；即使孩子生病；即使老人需要照顾；都不会离开工作岗位，不会离开自己的学生。这是责任意识的推动，这是一个对国家对社会对家庭对学生有着高度责任感的教师所为。正因如此，文峰小学才有了美好的今天，而她的明天将会更加绚丽多彩。

教师是一种社会职业，它可以是一些人所热爱的事业，也可以是谋生的手段。可以是高尚的，也可以是平凡的。让我们用我们的真心、真情、真爱去实践我们所肩负的责任。“敬业才能成就事业，尽责才能赢得尊严。”作为新时期的人民教师，让我们在开展解放思想大讨论的活动中，听从责任的召唤，尽职尽责，从自己做起，从现在做起，从细节做起，努力做一名责任心强的教师。

运气和能力的句子篇六

大家好！

一个人无论能力大小，主要看你对工作、对事情，有没有责任心，敢不敢负责任，就算是你能力再大如果骄傲自满，不负责任，很容易办的事情，也可能办不好，这就说明，一个缺乏责任感的人，或者一个不负责任的人，首先失去了领导对自己的基本认可，其次也失去了同事对自己的信任与尊重，所以责任有至高无上的价值，是人生的一种追求，责任就是对自己所负使命的忠诚和守信，责任是出色完成任务的根底！

在酒店里，每个人都有不同的工作岗位，同时也担负着不同的责任，我是一名服务员，我就有责任去做好服务工作，使顾客满意，如果我是一名管理者，那么我就要做好管理工作，认真做好自己所分管的工作，如果我是一名企业领导者，我就有责任带领职工把经济效益搞上去，提高职工福利待遇。一个人无论能力大小，只要能够勇敢地担负起责任，认认真

真地做好分内工作，完成领导交给的各项工作，你所做的一切就有价值，就会成功，就会获得尊重。所以没有做不好的工作，只有不负责的人，责任能够让人战胜恐惧，战胜各种消极情绪，因为在责任面前，人们都会变得勇敢、坚强，责任就是一个人的最高境界，是做人的准则。

我认为，“责任”从大道理说，就是最基本的职业精神，从小的来说即一个人做事的基本准则。只有负责任的人，才有资格成为优秀团队中的一员；缺乏责任心的人，也就没有了发挥才能的舞台，成就不了事业的同时，只能整日沉溺于“怨天尤人”的自我责备中。

一个人的工作做的好坏，最关键的一点就在于有没有责任感，是否认真履行了自己的责任。人的一生必须承担着各种各样的责任，社会的、家庭的、工作的、朋友的等等。人不能逃避责任，对于自己应承担的责任要勇于承担，放弃自己应承担的责任时，就等于放弃了生活，也将被生活所放弃。责任可以使人坚强，责任可以发挥自己的潜能，能力~永远由责任来承载。责任可以改变对待工作的态度，而对待工作的态度，决定你的工作成绩，正如书中所说的“假如你热爱工作，那你的生活就是天堂，假如你讨厌工作，那你的生活就是地狱”。我们在工作中，就是要清醒、明确的认识到自己的职责，履行好自己的职责，发挥自己的能力，克服困难完成工作，认识到、了解到自己的责任，清楚自己的职责，并承担自己所在工作岗位的责任，那么工作就由被动转化为积极主动，并能够在烦躁的工作中找到乐趣！

有些事情并不是需要很费力才能完成的，做与不做之间的差距就在于——责任。简单的说，按时上班准时点到等一些工作上的小事，真正能做到的并不是所有的人。违反酒店规章制度，说到本质就是一种不负责的表现，首先是对自己酒店和工作的不负责，更是对自己的不负责。没有做不好的工作，只有不负责的人。责任承载着能力，一个充满责任感的人，才有机会充分展现自己的能力。

经常听别人说责任重于泰山。可以说一个人的成功，与一个酒店和企业的成功一样，都来自于追求卓越的精神和不断超越自身的努力。从某种意义上讲，责任，已经成为人的一种立足之本，成为酒店生存发展的重要能力。就算自己是一个自由职业者也难免要和各种团队和人员发生往来，在这个过程中，责任感是最基本的能力，如果你缺乏责任，团队不会接纳你，同事不会帮助你，搭档不愿意与你共事，朋友不愿意与你往来~你最终将被这个社会抛弃。有能力的人很多，但是有能力又有责任的人却不多。能力跟责任兼备的人才是酒店和企业所需要的。

尤其是本书的最后一章谈到：责任就是荣誉，为荣誉而工作，就是主动争取做得更多，承担更多的责任；为荣誉而工作，就是全力以赴，全身心的做事；为荣誉而工作，就是为酒店分担忧虑，给领导减轻压力，给上级以支持，给同事以帮助；为荣誉而工作，就是自发地履行你的职责，让努力成为一种习惯。努力工作，忠诚于企业，在捍卫企业荣誉的同时，也树立了自己的荣誉，自己会受到人们的尊敬。

“人可以清贫、可以碌碌无为，但我们不可以没有责任”。任何时候，我们都不能放弃自己所肩负的责任，放弃责任就等于是放弃了自我！