

关于挫折的演讲（35 篇）

关于挫折的演讲（精选 35 篇）

关于挫折的演讲 篇 1

亲爱的老师、同学们：

光阴似箭，我们从盘缠学步，牙牙学语到现在志向无边的青少年。在我们的成长的道路上经历了许许多多的挫折与快乐，但是他们能让我们十分快乐，也能让我们变得十分的坚强，也能让我们吓得魂飞魄散。

挫折，我想这两个字大家并不陌生，可是大家千万不要小看这两个字，这两个字可以让人变得十分坚强，也可以让人吓得魂飞魄散。但是这些是不可避免的，这只是看你怎么面对它们的。我想大家一定遇到过挫折。

在小学的时候，我在期末考试完，我的心情十分的高兴，这是因为我考完试认为我考得十分的好。可是当考试成绩发下来的时候，我呆住了，我的脑子觉得像一道闪电划过我的脑子。我的语文和数学都不及格，我的心情就像从天堂一下子掉到了地狱，我当时十分伤心，我马上跑到我的座位是去了。这是我的班主任来了她来到我的身边说：“曹军鹏，没事的，这一次买考好没什么大不了的，人生的道路上谁没有遇到挫折呢?不要伤心了，下一回努力就行了。”我说：“噢”。我回家的时候，我看到路上的行人在准备过年的`喜庆的气氛，但是在我的眼里却十分的悲伤。突然，我听见了一首歌，我不知不觉得停下来了，我站在那里仔细地听：心若在，门将在，大不了从头再来……突然，我的心情好里一大半。过了几天，我的心情又难受了，这是我的妈妈带我去看《喜羊羊与灰太狼之虎虎生威》，我看到了美羊羊唱的左手右手。我听完了心里十分的开心。

快乐，这两个字我们大家想听的一个词。因为我们需要它。

在我们成长的道路上时一定会有挫折和快乐的。不管是挫折还是快乐，我们都要用快乐的心情来面对，这样才能让我们快乐成长。

关于挫折的演讲 篇2

尊敬的老师，同学们：

大家好！

我今天演讲的题目是《微笑面对失败》。生活中，失败是常有的，它是一个考验，也是一个转折点，这个转折点好比是条岔道，

这条岔道分出了两条路，而这两条路就需要我们去选择它。如果你选择灰心丧气，这条路将通向彻底的失败，我们应该选择另一条路——微笑面对，它使我们吸取教训，走上奋起拼搏之路。

我很喜欢看一部动漫——游戏王，我想大家都会问：这部动漫很好看吗？不就是打几张牌吗？对，正是这样。可这其中的内容却深入人心，正是它教会了我如何面对失败，十代是决斗学校的普普通通的学生，他从小资质就没其他人高，平庸的资质让他在学习中

注定要遭到更多的失败，以致于他在无数次失败中成长。可他并没有放弃，他以超越常人的毅力，不断的练习，再练习。在不断的尝试中，他终于成功了。在一次决斗中，他与号称天才决斗家的明日香相遇，这场看似一边倒的决斗，却有出乎预料的结果。自信满满的明日香早把这场决斗当作儿戏，而十代却把这次决斗当作神圣的一战，能和天才决斗家决斗，是多么兴奋的事啊！两人带着不同的心态来到了决斗场。被人们所看好的明日香却眉头紧锁，而早已被注定的失败者一十代，却是镇定自若，满脸笑容。那笑，就像是午后绚烂的阳光，温暖人心。

决斗中的时代有如神助，而明日香在强大的十代面前，是那么的微不足道。整个比赛异常顺利，十代已压倒性的优势战胜了明日香。明日香输了，输的很彻底，她不知道自己为什么会输给一个“门外汉”？其实，他就是输在没有经历过失败，没有接受失败的能力。而十代却把每一次失败都当作一笔巨大的财富，累积失败带来的经验，享受失败带来的快乐，最终走向了胜利。

十代从什么都不懂的“门外汉”，走向威风的决斗王者的路程是万分艰辛的，他做到了用微笑面对失败，他告诉我们：天才不一定是成功者，而敢于用微笑面对失败的人，一定是成功者！

我的演讲完毕，谢谢大家！

关于挫折的演讲 篇3

亲爱的老师，同学们：

大家好！

在人生道路上没有什么是一帆风顺的，回望道路上的脚印，会有种甜，虽然这是由伤痕积累而成的。在站起身时早已是遍体鳞伤，但我们绝不后悔，这是我们的选择，不是吗？

记得有一次考试我怀着非常自信的情感进入考场考试，回到家里自信满满的告诉妈妈我肯定第一，可当成绩下来，一切又好像是梦。残酷的现实嘲笑着我，卷面上的'分数在讽刺着我，讽刺着我的自不量力，骄傲自满。周围同学们的嘲笑讽刺让我无地自容。自从那以后的一个月，我由如行尸走肉，对任何事情都不上心，妈妈却没有安慰我而是把我狠狠的批评了一顿“你凭什么这样，你又有什么资格！”这句话狠狠的击在我的心头久久不散，却也触动了我。

是啊，我凭什么这样落魄呢？我又有什么资格这样？我反复的问着自己，渴望找到答案，在反复的提问中我找到了答案，是因为我懦弱我面对不了现实，那些分数才会成为了我的梦魇。在此时心底总会有个声音告诉自己“克服它战胜它，不要被他打败。”我理智起来，反省自己，如果自己再谦虚一些、认真一些、努力一些，就可以考好了呢？我尝试着，在离考试只剩一个月的时间里进行了“魔鬼训练。”终于在这次考试中我获得“迟来”的第一。

在这些年里我已经历过了不少的挫折，但我没有像那一次的落魄无力，我选择打败他，随着越来越多的挫折，我也随着她们成长起来。

我的演讲完毕。

谢谢大家

关于挫折的演讲 篇 4

大家好!我演讲的题目是决不轻言放弃，勇敢面对挫折。

我们正前行在人生奋斗的征途中，万里长征，我们刚刚起步。
就在这起步的阶段，我们获得过掌声，也遭逢过挫折。

面对成功，无疑要胜而不骄，再接再厉;而面对挫折，我们则要
坚定地说，切莫放弃。

亚伯拉罕·林肯先生，24岁经商失败，26岁恋人死去，27岁精神崩溃，中年时代多次竞选参议员和副总统，均告失败。或许只有这些，才能算得上人生中真正的挫折。

可面对这么多挫折，林肯并没有放弃自己的追求，而是仍旧坚持不懈地努力。最终，他成为了美国第十六任总统。正是因为决不在挫折面前轻言放弃，林肯最终实现了自己的理想。

战胜挫折走向成功的，不仅仅只有林肯总统一人。

著名作家马克·吐温还是一名文学爱好者时写了一般自我感觉很好的小说他满怀信心的送到书商那里不料竟遭到书商的冷嘲热讽：难吃的菜吃一口就够了这是我见过的最烂的书稿像你这样的作者这一辈子也别想找出愿意出版你的书的人。别浪费时间了趁早干点别的活儿把!多年以后马克吐温再次见到了那位书商对他说：这些年来我日日夜夜都在想怎样摆脱折磨你方解心头之恨事实上我正是这么熬过来的。马克吐温此时的调侃活脱脱的证明了人们最出色的工作往往是在逆境与挫折中做出来的。然而，有些人，对于挫折，却总是抱有消极的思想。

生活中，我们经常在报纸与新闻中看到有人因为生活中的挫折而自杀。我想不明白，是什么样的挫折，可以让人放弃身上最宝贵的财富&&生命!好死不如赖活着，活着，就代表着希望，代表着一切都可以从头开始。而死亡呢?能带来什么?解脱?你自己是解脱了，你的亲人呢?你的朋友呢?你所爱的和爱你的人呢?你给他们带来的除了悲伤，除了难过，还有吗?这是多么自私的一种做法啊!为什么，不能用自己的双手，来克服那一个个挫折呢?命运，是掌握在我们自己的手中的!

挫折，在成长过程中，也是市场会遇见的。

如今的我们，将理想分成了几个小目标，一个一个地去奋斗、去努力。倘若我们因为一点小小的挫折就轻易说放弃，那些目标又有什么意义?上苍赋予我们生命，就是要我们去不懈地拼搏埃

同学们，决不轻言放弃，勇敢面对挫折是一种美德，更是一种积极的人生态度。我们无法创造命运，但我们可以用实际行动改变命运，我们可以向命运中的艰难困苦挑战。不被挫折所吓倒，不言放弃，终能历经风雨见彩虹，谱写精彩的人生。

桑兰摔残了肢体，张海迪高位截瘫，海伦&凯勒的生命中没有光明与黑暗，可她们从未放弃自己对美好理想的追求。正是不轻言放弃，勇敢面对挫折让她们有了壮美的人生，赢得了世人的尊重。

白驹过隙，流水无痕。在匆匆忙忙的尘世中，我们能做的只有不懈地努力，不懈地奋斗，最终实现自己的理想。这，才是我们生命的意义。

无论前面的路多么坎坷，决不轻言放弃，勇敢面对挫折将永远是我们人生追求的永恒动力。

我的演讲完毕，谢谢大家！

关于挫折的演讲 篇5

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家好！

慌乱中，我想起这几天一直下大雨。是我一时的自满导致了这盆草的衰败，要怪我！我赶紧把花盆搬回房间，把盆里剩下的水倒掉，小心翼翼的照看，想办法挽回。

雨水摧毁了这些生物。而区区几棵小草，又怎能抵挡风暴的肆意吞噬？它们也被错开了，根部略黄。和我一样，他们也失去了意志，甚至想在遭受挫折后放弃前进的希望。对他们来说，生活的希望渺茫，就像我对成功的把握越来越小一样。如果我早知道自己的努力会失败，为什么不提前放弃以节省精力？

格拉斯的努力与我的观点相悖。我每天照顾他们两次。晴天会带他们出去接受阳光浴，雨天会带他们回屋避雨。一个月过去了，我惊喜的发现他们活了过来，比以前活的更强壮，长的更高。这种现象让我心动：连小草都能忍受挫折，长得更强壮，我也没有遭受过生命的摧残。我怎么会这么容易放弃？挫折不一定会给人带来困难和障碍，更多的是经验和训练。如果你挺过了挫折，你会比普通人更有勇气，更有修养。在最后的`真正较量中，成功只能属于那些受过挫折的人。

我想通了，我要前进，我不能后退！重新拿出自己的教材，开始用笑声和挫败感来锤炼。

感谢那个自虐的人，他教会了我谦逊。

感谢那个刁难我的人，他让我明白了自己的不足。

感谢那个伤害我的人，他让我的心变得更强大。

感觉挫折让我成长。

关于挫折的演讲 篇6

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

挫折如刀，砍去我们的傲气。

挫折如风，刮去我们的娇气。

挫折如鼓，激起我们的勇气。

挫折本是坏事，可他带给我的好处却比一帆风顺多上千百倍……

我第一次面对挫折大概是在三年级……

小学三年级学校才正式开设了英语课，刚开始接触这门学科时，我并没有对这博大精深，妙趣横生的文化产生一丝半点的兴趣，学习成绩自然也总是在及格线上徘徊。直到期中考试，我的成绩才引起了老师和家长的注意。在他们的淳淳教导下，我感到了压力，也第一次尝到了挫折的辛酸滋味。在挫折的重压之下，我开始了痛苦的补习。经过了无数个只有台灯陪伴的夜晚，我终于在期末考试中回到了前十名。

我的军功章有挫折的一半，是它的力量帮我渡过了难关。还帮我培养了对英语的兴趣。使我受益匪浅。

其实挫折很美丽。

我有生之年遇到的最难克服的挫折是和电脑有关的，我不说大家可能也猜出来——上网成瘾。

一旦遭遇这种挫折就很难拔出，所以那段“戒毒”的日子成了我最不堪的回忆……

那段时间，我的学习成绩急剧下滑，上课光想着电脑，下课也萎靡不振。家长语重心长的教导和老师亲切的鼓励终于在我心中激起了滔天巨浪。经过一段时间的努力，我摆脱了网隐。

这次经历使我的自制力大大增强，这会使我终生受益。

说了这么多，最后用政治书上的话结尾吧：挫折并不可怕，可怕的是没有战胜挫折的勇气，有了这种勇气，挫折也会美丽！

关于挫折的演讲 篇7

尊敬的老师，同学们：大家好！今天我发言的题目是《直面挫折，走向成功》。

只有经历地狱般的磨练，才能拥有创造天堂的力量；只有流过血的手指，才能弹出世间的绝唱。

&&泰戈尔

生活不可能一帆风顺，生命不可能只有幸福。

在我们的生活中，挫折并不少见，它是智者的无价之宝，弱者的无底深渊。还记得《老人与海》中那个倔强的老渔夫吗？他的信条是：人不是生来被打败的，你尽可以消灭他，但是却不能打败他。现实生活中又何尝没有这样的渔夫？南非前总统曼德拉用同样的信念实现了理想。正因为有了种种挫折的磨砺，他们的生命才显得熠熠生辉。

孟子有言：天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。可见，挫折是锻炼意志、增强能力的绝好机会，关键在于我们如何对待它。

林肯的父亲是个农民，家境极为贫穷。林肯断断续续地接受正规教育的时间，加起来还不足1年。但林肯从小就养成了热爱知识、追求学问、善良正直和不畏艰难的好品质。他买不起纸和笔，就用木炭在木板上写字，用小木棍在地上练字。他抓紧一切时间看书学习，练习讲演。林肯失过业，做过工人，当过律师。从29岁起，他开始竞选议员和总统，前后尝试过11次，失败过9次。最后一次成功是在他51岁那年，他终于问鼎白宫，并取得了辉煌的业绩，马克思称之为全世界的一位英雄。

面对各种各样的挫折，林肯没有选择放弃，他的锲而不舍最终成就了一段非凡的历史。在命运的惊涛骇浪里，生存还是毁灭，这是一个问题。大海里没有礁石就激不起浪花，生活中经不住挫折就成不了强者。

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》。音乐大师贝多芬，双耳失聪却谱写出美妙的乐章；文学巨匠弥尔顿，双目失明中写下不朽的诗篇；司马迁忍辱负重接受宫刑，最终创作出堪称史家之绝唱，无韵之离骚的《史记》；塞万提斯在海盗窝里度过了悲苦罹难的一生，而当《堂吉可德》问世的那一刻，世界破涕为笑！这样的榜样还有许许多多，他们的故事启示着我们：要正确对待挫折，积极地面对人生。正如贝多芬的座右铭所言：我要扼住生命的咽喉，它休想使我屈服！对于我们青年一代，挫折是必不可少的人生一课，只有跨过一道又一道坎，我们才能奔向成功的终点。我坚信，宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。

让我们一起勇敢地接受挑战，向着美好的生活迈步前进！

关于挫折的演讲 篇 8

成长的道路往往不会一帆风顺，一次次考试的失利也许就是作为学生的我们所面对最大的挫折了。

泪水啪嗒啪嗒的打透了那张 60 分的卷子，脑海里不断浮现出那些不眠的晚上我复习功课时的情景。我把书上的公式、知识点全部背了下来，该做的练习题也全部做完，可成绩不但没有上升反而还下降了。我觉得自己根本对数学是毫无天赋可言，再多的努力也是徒劳的。

就在这时，一只小绿虫进入了我的视线，在我的卷子上来回走动，像散步一样，还不时向我扭动着身子仿佛在嘲讽我：“你的分可真低呀！”我便用笔尖一下子将它挑翻在地，蔑视地看着它心说：“小家伙，敢冒犯人类，得到惩罚了吧！”它似乎听懂了我的话，但又想证明什么？它将身体倒向一侧，然后用腿一蹬，一个闪亮的空中翻身立了起来，并快速爬到那醒目的60分上，围着60字迹转圈。我估计它是在向我示弱，是在羞辱我，嘲笑我还不如一只小小的爬虫，遇到点挫折就一蹶不振了。我，一个堂堂的人类怎能被一个小小的爬虫所欺辱，于是我便拿起一块橡皮狠狠地向它掷去，可是它已经消失得无影无踪了。当我再一次拿起橡皮，发现它被紧紧的挤在橡皮的一个小洞里。它那八条头发丝般的玲珑小腿，用尽全身之力，使尽全身解数，才露出两条腿，它先用两条前腿扒住洞口，然后再用其余的小腿紧紧的扒住橡皮的内侧，一次次锲而不舍的奋力向上攀爬，终于从“山谷”里爬了出来。

小虫的执着打动了我，那种弱小生命所释放出的强大的毅力彻底令我清醒过来，面对着这份被泪水浸湿的试卷，面对着几乎消失的信心，我振作起来，不禁想起冰心老人所说的“成功的花，人们只惊羡她现时的明艳，然而当初她的芽儿，浸透了奋斗的泪泉，洒遍了牺牲的血雨”。再一次的考试失利只能说明我还不够努力，我相信只要我面对每一次挫折都不轻言放弃，努力向前，我一定能收获风雨后彩虹的绚烂和辉煌。

相信大家都听过《真心英雄》吧!里面有一句歌词“不经历风雨，哪能见彩虹?”

这句歌词已早成为了“名言”。

这句歌词现在的含义已成为“不经历挫折，不会见到成功”。
是呀！生活如果没有挫折，你不会走向成功。

记的有一次，我还是上小学一年级，那次，老师让拼音考试，我小时候学的拼音特别不好，比如：ei 和 ie 分不清，b 和 d 分不清.....所以，我的那次考试只考了 45 分，我望着别人试卷上鲜红的 100 分，我的心也被刺痛了。我回到家里告诉妈妈：“妈妈，我只考了 45 分，呜呜.....别人都考了 100 分，呜呜.....”妈妈微笑了，说：“别哭了，孩子，来，让我看看卷子。”我掏出卷子，妈妈看了说：“下次继续努力，还有机会。”我停止了哭泣，妈妈又说：“以后咱们一起在晚上学习，好吗？”我答应了。

从那以后，每天晚上我和妈妈的屋子里传来：“a 、 o 、 e 、 i 、 u 、 ü.....”我每天晚上和妈妈一起练习，我的拼音水平有了很大的提高。

直到五年级的一次拼音基础卷子的出现，我下定决心一定要考好。那天考试，我行云如流水般的做着试卷。终于，分数出来了，我考了 95 分！我那一天一直激动不已，马上回到家，告诉妈妈。我一直以为是妈妈的力量，而妈妈却说：“孩子，这不是我的力量，这是你不怕挫折的力量啊！”我回忆了一下，你个曾经拼音考试不及格，只考了 45 分的孩子还是现在考 95 分的我吗？妈妈又说：“你不经历困难，哪能走向成功？”

是啊！不经历风雨，哪能见彩虹？生活中处处充满挫折，不要害怕，克服挫折你就能成功。要记住那句话“不经历风雨，哪能见彩

虹？”

关于挫折的演讲 篇 10

中考在即，校园里小树林边常有一个十四五岁的男孩在那里紧张而又稳重地复习着课本知识，这男孩就是我。

可是三年前，我并非如此，我的改变全因为那一次挫折。

玩过了小学，我走过了初中，由于有几分灵产，我的成绩倒也不错，于是我持着聪明的护照继续逍遥。

一天，老师对我说：过几天要举行数学竞赛，你要好好干，准备得个名次。我一听，心想：哼，我还用好好干吗？凭我那聪明劲儿，特等奖非我莫属。有了这点自信，在别人积极翻阅各种资料时，我却活跃在篮球场上。

竞赛那天，转眼即到。我心不在焉地拿起资料膘了几眼，看了几道难题，就觉得不用再费劲了。

赛场上，我傻眼了，且不说试题之难，有些数学符号我也从未见过。我勉强做了几个题，虽在试卷上留了一大片空白。可我仍认为自己做的题是百分之百正确。我想，自己不会做的，别人也不会比我强。卜课铃响了，我信心十足地交了卷子。

关于挫折的演讲 篇 11

在青春路上，我们总会面对大大小小的问题、挫折，也会因这些挫折而感到失意、沮丧，感到迷茫、困惑，甚至会对当初的梦想质疑，不再相信。但在我看来，挫折不过是人生路上我所经历的一个又一个的门槛。虽会因它们受伤、不知所措，但也会因它们激发出无穷的斗志和向上攀登的欲望。

我所经历的挫折中，更多的是来自考试，在小学时，我不是一个很好的学生，是一个每次在考试后才会后悔、叹息的孩子。我那时不明白学习的意义，只是认为学习就是为了让父母和老师对我更好，所以一直都是“为父母学习”的一种状态，因此在每一次考试后，我的成绩都是呈断崖式的下滑，在那以前，我都没有遇到过挫折，直至一次考试结束后，我忽然发现：和我一向亲密无间的好朋友渐渐疏远了我，我无法理解，为什么我会从过去和伙伴亲密无间变得形只单影？

我也无法描述当时我的心情，只是有一种深深的挫败感和无力感，后来我下定决心，一定要做的比以前更好！在经过一系列“发奋”后，成绩终于好了很多，我也真正体会到战胜挫折的滋味。当然我那时也并不会明白挫折的真正宝贵之处，也不会真正明白挫折只不过是我一次次跌倒又爬起的过程，它的珍贵在于：可以让我真正明白我的能力不是很优秀，我需要再进一步努力！

当我面对挫折的时候，我内心会像他人一样惧怕、会无助、会觉得我也就这样了、我要完了，但我觉得挫折的意义正是在于此，它会让我们最真实地体会到绝望、无助的滋味，会让我们直面弱小，但它又不杜绝希望，它让我们每个人都能在失败过后又燃起奋斗的火苗。挫折在我看来是很珍贵的，它像一个真正的朋友一样，告诉你自身的缺点，它会让你最直观地看到你的不足，或许在十年甚至几十年后，你会真正地感谢挫折，它让你真正看到了自己当年因为要战胜它而付出的辛苦、汗水，让你真正感受到当时为了战胜挫折不顾一切的自己，让你为你当时的执着、努力、倔强感到骄傲！

这就是我面对挫折的全部感受，我从挫折身上只学到了一句话：“不要怕，战胜它”！

关于挫折的演讲 篇 12

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！如何让自己的人生变得更加绚烂？唯一的方法是经历风雨的洗礼，然后带着伤痕获得重生。你所经历的每一场风雨，都是成人礼的一部分，检验你的阅历和成长。毫无波澜的死海注定不会比汹涌的大海壮阔，你的人生，也会因为风雨而精彩。

就像保尔·柯察金一样，不因虚度年而悔恨，不因碌碌无为而羞耻，他全身瘫痪之后生活无法自理，那时候已经感觉到自己是个废人，对生活充满了失望，最终面对挫折，迎难而上，战胜病魔，完成了巨著《钢铁是怎样炼成的》。

挫折并不可怕，可怕的是你还没尝试着打败它就溃不成军。海

伦&凯勒也是从小面对挫折，她说假如给她三天光明，她的明天会变得辉煌起来。同样，我们的成长过程曲折坎坷，总是伴随着辛酸与烦恼，而挫折好比一块锋利的磨刀石，只有经历折磨，我们的生命才能闪耀出夺目的光芒。挫折其实是一笔财富，多少次艰辛的求索，多少次淋漓的跌倒与爬起，都如同花开花落一般，为我们今后的人生道路作了铺垫。成长的过程好比沿着沙滩走，一排排歪歪曲曲的脚印，记录着我们成长的足迹，只有经受了挫折，我们的双腿才会更加有力，人生的足迹才能更加坚实。

一生坎坷的苏轼，在莫听穿林打叶声、一蓑烟雨任生的心态中，获了轻杖芒鞋轻胜马的怡然自得之乐，享受着但原人长久，千里共婵娟的浪漫诗意。坎坷一生，却旷达一世。他终究是快乐的。

人生道路上，有苦有甜，有苦有笑，有失败也有成功。面对挫折与失败，也许有人会一蹶不振，因此而自卑，自暴自弃。但是你是否知道沙子成为珍珠的过程是多么艰辛，世界上不存在一帆风顺的人。相信自己；你也是一颗闪亮的珍珠。宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来，只有经历一番寒彻骨，才有梅花扑鼻香。在困境中坚持不懈，勇敢的面对困难，最终会苦尽甘来的。

人生如品茶，微苦过后必有回甘。人生如博弈，舍去之后必然有得。奋斗的路上少不了伤痕，但你也并不孤单。

我敢于面对风雨，是因为在涸辙之中，仍有人与我相濡以沫；我敢于迎难而上，是因为在寒冬的冰天雪地里我以最炽热的希望期待着明天的太阳。我不畏惧，尽管是荆棘遍地，前途遥遥，但有一双手在远方等着抚慰我的累累伤痕；我不害怕，尽管水瘦山寒，雨冷风凄，但有一双深情注视的眼，陪着我蹒跚艰难的步履。面对风雨，心怀希望。念念不忘，必有回响。不忘初心，方得始终。

关于挫折的演讲 篇 13

生命的车轮向前滚动着，路上布满荆棘。车轮经过了一次又一次的挫折后，滚得更稳更成熟了，这便是快乐。挫折是石，敲碎你的想象；挫折是火，燃烧你的心灵；挫折是水，洗涤你的思想。

遇到挫折的时候，也许会抱怨人生对你的不公。但是，当成功的时候，你会认为：此时的挫折已是你人生中一道靓丽的风景，人生因为有它而精彩，生命因为有它而快乐。难道挫折真是快乐的源泉吗？是的，我相信！古今中外，多少名人的故事不胜枚举，他们深刻地诠释了有一种快乐叫挫折！美国著名发明家爱迪生，他在发明电灯时，失败了上千次，但他没有向挫折低头，仍然坚持到底。功夫不负有心人，他终于完成了自己的发明。成功那刻，他的内心充满了喜悦，因为他的发明已经载入了人类的科技史册，这便是挫折中的快乐。司马迁已经功成名就，但挫折还是没有忘记它，在他为李陵辩护遭受宫刑之后，仍然发愤著书，编写出被鲁迅评为史家之绝唱，无韵之离骚的《史记》。这便是挫折中的快乐。贝多芬虽然在二十八岁时听力减弱，在五十岁时双耳失聪，但他并没有向挫折低头，终于创作了大量举世闻名的音乐作品。这便是挫折中的快乐。

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来经过暴风雨的洗礼，才会雨后这般阳光明媚；经过黎明前的黑暗，才会有美丽的晨曦。挫折好比是晚上明亮的星星，它将预示着明天将会是晴朗的一天。挫折好比成长中的劲敌，战胜它，人生才会绚丽灿烂！

一个人的生命中如果没有挫折，他的生命就像一杯平淡无奇的白开水，寡淡无味。在这个大千世界里，没有挫折，便没有成功，更不会品尝到成功的喜悦与快乐。在这个大千世界里，挫折也是快乐的，有一种快乐叫挫折。我们应该懂得珍惜生命的挫折，领略挫折带给我们的成功，感受挫折带给我们的无限快乐吧！

关于挫折的演讲 篇 14

不经历风雨，怎能见彩虹，在挫折中成长，学会的不仅是承担，更是坚强。

那是一个下雨过后的晴天，天边出现了一道绚烂的彩虹，镶在天上，但却又若隐若现，刚刚下过的是一场特大的暴风雨，记得那时我躺在床上，关闭的窗户外，还有着呼啸的风声和大雨倾盆的声音。第二天，好像是为了散去暴风雨对我的阴影似得，爸妈领我去爬山了。我呼吸着郊外的空气，纯净还带着大自然泥土的芬芳，顿时，烦恼全无，仅有的只是愉快的心情，我望见了一朵倒了的花，以为是哪个不文明的游客踩了一脚似的，也没再去看。

就这样，我们一行三人，在中午时，登上了山顶，我望了望天边的太阳，看着阳光洒满了整个山顶，但却有一株芽特别的闪耀。

我被吸引了过去，蹲了下来，仔细看，那似乎是一株刚破土而出没几天的芽，芽上是嫩绿的，但却十分挺拔，在这周围似乎只有它一株芽，所以显得很突出，妈妈向我走了过来，看我干什么，她发现那是一株刚破土而出没几天的芽时，惊叹道：昨天下了那么大的暴雨，它居然还那么挺拔。我呆了一呆，用新的眼光打量着它。那小小的芽径似乎有着无穷的力量，好像下一秒就要将芽撑爆，它左右的叶子，精神而又舒张，像一个人站立在阳光下，伸平双臂，昂首挺胸。

它，到底遇见了多少挫折，它为什么还在成长？从它钻出泥土时，从它在久水源的阳光下，从它在暴风雨过后依然挺立的姿态上。我看到了它的坚强，它的承担，它，在挫折中成长，没有放弃。

因为它知道不经历风雨，怎能见彩虹在挫折中成长，会让他变得坚强，会让它具有搏击暴风雨的能力。

关于挫折的演讲 篇 15

亲爱的老师们，同学们：

大家好!我今天演讲的题目是《微笑面对失败》。生活中，失败是常有的，它是一个考验，也是一个转折点，这个转折点好比是条岔道，这条岔道分出了两条路，而这两条路就需要我们去选择它。如果你选择灰心丧气，这条路将通向彻底的失败，我们应该选择另一条路——微笑面对，它使我们吸取教训，走上奋起拼搏之路。

我很喜欢看一部动漫《游戏王》，我想大家都会问：这部动漫很好看吗?不就是打几张牌吗?对，正是这样。可这其中的内容却深入人心，正是它教会了我如何面对失败，十代是决斗学校的普普通通的学生，他从小资质就没其他人高，平庸的资质让他在学习中

注定要遭到更多的失败，以致于他在无数次失败中成长。可他并没有放弃，他以超越常人的毅力，不断的练习，再练习。在不断的尝试中，他终于成功了。在一次决斗中，他与号称天才决斗家的明日香相遇，这场看似一边倒的决斗，却有出乎预料的结果。自信满满的明日香早把这场决斗当作儿戏，而十代却把这次决斗当作神圣的一战，能和天才决斗家决斗，是多么兴奋的事啊!两人带着不同的心态来到了决斗场。被人们所看好的明日香却眉头紧锁，而早已被注定的失败者——十代，却是镇定自若，满脸笑容。那笑，就像是午后绚烂的阳光，温暖人心。

决斗中的时代有如神助，而明日香在强大的十代面前，是那么的微不足道。整个比赛异常顺利，十代已压倒性的优势战胜了明日香。明日香输了，输的很彻底，她不知道自己为什么会输给一个门外汉？其实，他就是输在没有经历过失败，没有接受失败的能力。而十代却把每一次失败都当作一笔巨大的财富，累积失败带来的经验，享受失败带来的快乐，最终走向了胜利。

十代从什么都不懂的门外汉，走向威风的决斗王者的路程是万分艰辛的，他做到了用微笑面对失败，他告诉我们：天才不一定是成功者，而敢于用微笑面对失败的人，一定是成功者！

我的演讲完毕，谢谢大家！

关于挫折的演讲 篇 16

挫折是什么？依靠的人说：挫折是高不可攀的山峰；懦弱的人说：挫折是无法跳出的黑暗；而我要说：挫折是令你振奋的强心剂；挫折是能激发你潜能的法宝。

那是在我上小学二年级的时候，班主任给我一个锻炼的机会，让我当中队的学习委员，我可高兴了，整天神气活现地戴着“两道杠”，但是不久我就感到了压力，因为我有一个缺点就是马虎、丢三落四。不仅仅自己经常忘带作业，有一次还弄丢了同学的作业。为此老师十分生气，当着全班同学的面严厉地批评了我。下课后，一些淘气的同学也来挖苦、讥讽我，他们喊着要撤了我的学习委员。我又羞愧又气恼，强忍着夺眶而出的泪水跑出了教室，一个人孤零零地蹲在花坛旁，想着老师失望的表情，想着同学刺人的话语，我真不想当班干部了，却又有些犹豫，毕竟我喜欢为大家服务，渴望成为老师的小帮手。

就在这时，我无意中看到脚边的花坛上爬过来一只黑亮的不知名的小甲壳虫。若是平时我必须会把它抓住，放在火柴盒里饲养，但这天我可没有那样的好情绪，便用手指把它弹到一边，它先是把身体团成一个球，不一会儿，又探出头和几只细细的腿，停顿片刻，又慢吞吞地从原路爬了过来。这不知趣的家伙，没看我烦着吗？这次我搞恶作剧，索性把它翻了个个儿，让它来个八脚朝天。那小虫真是倔强，小腿不停地又蹬又揣，最后借助一个小土坷拉才翻过身，居然又径直地向原路奔去，原先花坛上有几粒米，它必须把米粒当成自己的午餐了。这次我不忍心阻止小虫了。看着它如愿以偿地抱住米粒，又顶着米朝着大概是它家的方向爬去。小虫最后实现了它的愿望，一只小虫还能为实现自己的愿望而不懈努力，我碰到这么点挫折，就承受不住，真丢人。此刻我的心境如雨过天晴般开朗起

来，我昂起了头，不再委屈和气恼，因为我明白只要坚持，我必须能够像这只小甲虫一样不畏挫折，实现理想。

此刻我高兴地告诉你，我仍然是班干部一个称职的、细心的、有威信的班干部。

经历了这件事，我明白挫折并不必须是坏事情，个性是对于我们这些一帆风顺的孩子，挫折能够把我们磨练得更坚强，让我们勇敢地成长。相信我，不久的将来我们这些经历过挫折的孩子将成为国家的栋梁。

关于挫折的演讲 篇 17

亲爱的老师、同学们：

大家好！

我是来自_的_，今天给大家演讲的题目是：直面面对挫折，勇于面对人生。

古人云：大海上没有礁石激不起风浪，人生中没有挫折成不了强者。挫折失意磨难痛苦，把我们挡在人生道路上难以行走，但仔细想想挫折其实并不可怕，只要我们够勇敢，够坚强，能够勇于和挫折作斗争，必定会到达成功的那一端。

古往今来，在我们身边有许多这样面对挫折时勇往直前的事例，如：贝多芬，德国最伟大的音乐家之一，出身于德国波恩平民家庭，很早就显露了音乐上的才能，八岁开始登台演出，他一生坎坷，没有建立家庭，二十六岁时开始耳聋，晚年全聋，这对于一个音乐家而言是多么残忍！但这样的打击并没有使他意志消沉，在一切进步思想都遭禁止的封建复辟年代里，依旧坚守“自由、平等”的政治信念，通过言论和作品，为共和思想奋臂呐喊，创作出了不朽名作《第九交响曲》。

霍金，是本世纪享有国际盛誉的伟人之一。他在大学学习后期，开始患“肌肉萎缩性脊髓侧索硬化症”，半身不遂，禁锢在一张轮椅上长达 20 年之久，但他并没有被这挫折所打-倒，反而身残志不残，勇于面对人生，克服了残废之患而成为国际物理界的超新星，他不能写，甚至口齿不清，却依然不放弃而解开了宇宙之谜。

像这样的例子还有很多，曹雪芹、薄松龄在贫困交加中留下了《红楼梦》、《聊斋志异》的不朽之作；大家熟悉的奥斯特洛夫斯基，瘫痪在床双目失明，口述了鼓舞人心的《钢铁是怎样炼成的》；美国的林肯经过多次挫折仍不放弃，终于当上了美国第__届总统。他们都与困难、挫折、失败相抗争，不屈不挠，坚定信念，自强不息，从而才有了各自的辉煌成就。

同学们，听到这里，你的心里是否有一种感触？的确，人生并不是一帆风顺的，我们可能会遇到各种各样的挫折。就好比现在站在主席台上的我来说，我此刻的内心是非常紧张的，以前我是个比较含蓄的女孩，很少参加活动，当我得知有这样一次难得的机会时，我也想像其他同学那样勇于展示自己，于是主动参与，并为此积极做准备。我的心里既开心又不安，我所不安的是我不知道自己能否胜任这一次演讲，我也曾经犹豫过，彷徨过，甚至想过放弃这一次难得的机会，可是我最终还是选择了站在主席台上。也许它对你们来说没有什么，但是对我来说却是一次巨大的挑战。我不知道自己做了多少次思想斗争才有了这个决定，但是我知道逃避是解决不了任何问题的，既然无法逃避，那就勇敢去面对！今天我已做到，已经成功挑战了自己，我相信你们也一定能做到！

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。
。如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/995323241002011140>