# 2024年直面挫折演讲稿(优秀13篇)

来源：网络 作者：逝水流年 更新时间：2024-04-03

*演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。优质的演讲稿该怎么样去写呢？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。直面挫折演讲稿篇一亲爱的老师、同学...*

演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。优质的演讲稿该怎么样去写呢？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**直面挫折演讲稿篇一**

亲爱的老师、同学们：

生命是宝贵的，也是美好的。砖缝里顽强生长的小苗，绝境中奋力求生的飞蛾，野火中茁壮成长的小草，这一幅幅动人的画面，无不展示着它们对生命的热爱。

记得有一次，我们家的菜地里长满了小草，把菜都覆盖了，妈妈便把它们全锄掉了，一把火烧了。可是谁也没有想到，今年春天，那些被火烧得一干二净的小草，竟然抽出了新的嫩芽，在阳光和春雨的滋润下，不屈向上，茁壮成长。即使有石头挡住它们的去路，它们也毫不畏惧，勇敢地冲破阻碍，探出脑袋。看见这样的情景，我真正明白了“野火烧不尽，春风吹又生”的意思。

有一次，妈妈给我买了四条鱼。一看到鱼儿，我心里别提多高兴了。因为鱼儿那光溜溜的身子在水里自由自在地游着，时而跳跃，时而钻入水底，非常调皮可爱。特别是煮熟的时候，那香味把我吸引地口水直流。有一天，我想吃鱼，伸手就抓到一条鱼。那鱼儿，别提多调皮了，它的尾巴上下左右乱摇动。过了一会儿，我感到它在我的手里挣扎，我感到一股生命的力量在我手中跃动，那样强烈，那样鲜明！

看到小草和鱼儿，使我明白了：它们那顽强的生命力，向我展示着它不屈向上的精神。我们要向它们学习，不要遇到一些挫折，就垂头丧气，要挺起胸膛来面对，敢于和困难作斗争，知难而进。人只有在挫折中成长，才能成为一个出色的人，使生命变得有价值。

**直面挫折演讲稿篇二**

亲爱的老师，同学们：

大家好！

人的一生没有一马平川，一帆风顺。都会在人生的道路上遇到大大小小的挫折。而正是这些大大小小的挫折才谱就了人生那道平凡而又动听的歌。

面对挫折，我们不应该有畏惧的心理，而应该心不烦，意不乱地去解开过去，面对现实，创造未来。从挫折中，我们明白了生活来之不易，从而对每一份收获都弥足珍重，拿破仑曾说过这样一句话：最困难之时，就是离成功不远之日。成功是经过多次磨练而成的，所以我们应该好好珍惜。遇到挫折，我们只要相信了自己，才会有勇气去迎接挑战，才不会在困难和挫折面前打退堂鼓。学会面对挫折，也是生命的一种馈赠，因为人们真正的奋起，往往起于挫折之后。

成长，需要挫折，锻炼意志，使人能屈能伸。挫折过后，你可以回头想想战胜困难的经历，那会是难忘的记忆，发出感慨。

我的演讲完毕。

谢谢大家！

**直面挫折演讲稿篇三**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

有人说，挫折会使万物变得意志消沉，如同行尸走肉一般，所以，我在这否定，并不是所有的都是那么不争气，因为我相信，大家都会正确认识挫折的概念，正如我举的例子，挫折使我们更加坚强，更加自由，更加美丽!

在我看来，挫折未尝不是件好事，因为它使人从无知走向成熟，从腐朽走向明朗，从脆弱走向坚强!

所以，我说：“挫折是美丽的!”

人的一生，没有播种，何来收获;没有辛苦，何来成功;没有磨难，何来辉煌。其实，挫折也是一种美丽，挫折也能使人生走向完美，关键看我们能否战胜它，顽强地面对。

当我们登到半山腰时，我已经疲惫不堪了，但我鼓足勇气，告诉自己一定要加油。姐姐也在一旁为我鼓励。于是我又充满自信地向大山奔去。可是正当我高兴时，我一脚踩到了一块小石子，于是我的脚就不听使唤地滑了下去，石子跑了，而我却去踩了个空，整个身子都扑倒在地上。我感到一阵疼痛，好不容易地站起来却看到自己的衣服都弄得一身泥土，而膝盖上也破了皮，血也有点流出来了。姐姐看到我弄成这样，一边帮我拍衣服，一边安慰说：”血都流出来了，我们还是赶紧回家吧，膝盖疼吗?“我想了一会儿说：“不，我们一定要登上山顶，都走了一半路程了，怎么能半途而废呢，一定要看到太阳的升起，这点小伤没有关系的。”姐姐听我这样说，也就爽快地答应了。

我咬紧牙关，努力地爬着，在路边摘了一些草把血擦干净了。又一步一步艰难地爬着。豆大的汗珠顺着我的脸颊滚落了下来。但我坚强地面对挫折，不辞辛劳，皇天不负有心人。我和姐姐终于爬到了山顶。我看到了那绚丽无比的太阳，茂密的树林遮挡了太阳的笑脸。但我热泪盈眶，放声对太阳说：“我终于看到你了，我亲爱的太阳。”太阳似乎看到了这一切，慈祥的笑容，笑得更加灿烂了，洒满了每一个角落。

挫折是一种美丽，曲折，能加速人的意志的成熟;挫折，能培育人的性格的成熟，能承受失败的痛苦，才能得到成功的快乐。

挫折对于天才是一块垫脚石，对能干的`人是一笔财富，对弱者是一个万丈深渊。

什么是美丽的?是美景吗?不，美景也会随着时间消失。一切“美”的事物都是短暂的，而人们从未发现，其实挫折也美丽。

“挫折这把犁刀一方面割破了你的心，一方面掘出了新的水源”

“我不怕挫折，我只怕配不上那高贵的挫折。”前南非总统曼德拉成功之前，曾遭遇到一个天大的挫折——被白人关在监狱里三下多年。出狱后竞选总统成功后，他并没有怪罪于当年关押他的白人，他反而说：“谢谢你们，在三十多年里将我的急躁改变为坚毅。”挫折给了他成功的机会。曼德拉感谢挫折，感谢这些高贵的挫折。

挫折如雾一般缠绕在人生的山峰上，非但不会将山峰隐藏，反倒增添了几分神秘的色彩。

人生如一杯浓郁的咖啡，挫折便如浸泡我们的沸水。人生如一颗颗珍珠，挫折便如打磨我们的蚌。人生如一朵朵坚韧的梅花，挫折便如那冰冷的风雪。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”让我们借助挫折的翅膀转化成自强的动力飞向成功的顶峰吧!

**直面挫折演讲稿篇四**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

也许，我们还会因为那些执著的主人公而品出感悟……，当我郑重地翻过《老人与海》这本书的最后一页时，我的心灵深深地被震撼了。

主人公是一位叫圣地亚哥的老渔夫，他连续84天捕鱼一无所获的情况下，第85天依然怀着信心出海，黄天不负有人心，他终于钓上了一条比船还大的大马林鱼，不料，在折返渔港的途中，却遭到了凶残的鲨鱼群袭击，一切注定打不赢的战争，他却用尽一切方法与之搏斗，几经周折回到海港时，昔日硕大的马林鱼只是一副光秃秃的鱼骨架。

故事的结局是哀伤的，我的眼睛有些潮湿。如果不是因为感动，那是什么打湿了我的双眸?如果不是因为执著，那是什么震撼了我的心灵?我不能不为这位花甲老人萧然起敬。

人可以被毁灭，但不能被打败，这是老人的心声，这是英雄的宣言，这也是我们所缺少的。

月有阴晴圆缺，人有悲欢离合，人生难免有不如意，在每个人的一生中，随时都会碰到湍流和险境，如果低下头来，看到的只是险恶与绝望，在眩晕之中失去了生命的斗志，就会使自己坠入地狱里，而如果我们抬起头，看到的则是一片辽远的天空，那是一个充满希望的并让我们飞翔的天地。

至始至终，在困难挫折面前，老人并没有低头，没有气馁，而是坚韧不拨地与之奋斗，他让我们明白的是什么叫“打不败”的精神，什么叫“长风破浪会有时，直挂风帆济沧海”。面对挫折，我们却显得如此不堪一击。在挫折面前，悲观者看到的是“黑云压城城欲摧”

一个个生命的典范让我们明白，我们要敢于面对各种挫折，只因这种种考验给我们带来宝贵的人生特质。最软弱的果子最先落地。我们要做生活的强者，命运在自己手中，一时之痛，不能证明一世的不振，倘若我们在失败时浑浑噩噩，一蹶不振，只会失意又丧志，不要因一次的挫折而折断人生奋进的脊梁，也不要为一次的失败而放弃人生的追求，而应“吃一堑长一智”，有搏击风雨的勇气，在痛苦的磨难和调整中向新目标冲刺。

花盆里长不出苍松，鸟笼里飞不出雄鹰，让我们记住老师的话，让我们微笑着面对失败与挫折，迎接新的挑战吧。

**直面挫折演讲稿篇五**

敬爱的老师，亲爱的同学：

人生的道路是坎坷曲折的，对于时时袭来的挫折、失败，我们要从容应对，才能到达胜利的彼岸。

有这么一位伟大的科学家，他发明的电灯给全世界带来了光明。大家必须猜出来了吧!没错，他就是赫赫有名的家喻户晓的爱迪生。他在发明电灯的过程中，仅灯丝这一项，就经历了上千次失败的考验。

可是他并没有因为失败而放弃，他并没有因为一次、两次……甚至一千次的失败而失去信心。最终，他最终在一次又一次的失败中获得了最终的成功。“不经历风雨，怎样能见到彩虹;不经历失败，怎样能走向成功!”世界上没有人能随随便便取得了意想不到的成功，而取得成功的人，都是付出了艰辛的劳动，经历了失败的历练。

古今中外无数的成功者，都以他们生动的人生经历，向我们展示了挫折的宝贵。“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”。缺少挫折的人生，不是强悍的人生，仅有经历挫折，人生才能趋于完美。世上没有恒常的失败，也就没有永远的成功。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”人生的道路上不仅仅有开满鲜花的康庄大道，还有长满荆棘的羊肠小道。我们要微笑着应对成功，更要微笑着应对挫折。

同学们，在人生的道路上，让我们知难而进，跌倒后再把起来，失败后再鼓起勇气去奋斗，才能迎来鲜花和掌声，才能创造人生的辉煌。彩虹总在风雨后，无限风光在险峰!

**直面挫折演讲稿篇六**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好。

我的演讲主题是——勇于面对挫折。

人生漫漫如流水，有高处，有低谷，有湍流，有险滩。弯弯曲曲，百转千回。然而，有的人能屈能伸，可包可容，无畏于岁月的跌宕起伏，无畏于挫折的千锤百炼，不甘于人生的淡忘沉淀，迎难而上，从而乘风破浪名扬千里；有的人却知难而退，溃败于人生的挫折面前，迷失在山重水复间。

乌江岸上，沾满血迹的长剑，染红了江面。四面的楚歌仍然在耳边回荡，只有那孤苦的战马和满地的盔甲聆听。项羽，在征战的路上马失前蹄，功亏一篑。面对挫折，他没有选择去面对，更不用说击败挫折了。只是想着无颜见江东父老，却未想过东山再起，即使是“死亦为鬼雄”，也无法在延续“力拔山兮”的美名。

古今多少英雄豪杰，都因为无法面对挫折，而在历史的长河中沉没，被岁月淡忘。简陋的房内，一担柴草，一张苦胆，是他的必备用品。勾践，同样是遇到挫折，他选择了面对，并铭记它，克服它。尝一口那干涩的苦胆，耳边就萦绕起夫差的笑语；躺在那刺骨的柴薪上，脑中就浮现出吴王面前的一跪。古今多少英雄豪杰，能去勇于面对挫折，击败挫折的，才能被历史所铭记。

同样的，鲁迅、乔布斯、海伦凯勒、贝多芬、马云、李想、丁磊……，一批又一批的后起之秀用行动告诉我们，遇到挫折，要勇于面对，勇于挑战。不去面对，只有可能失败，而面对挫折，或许还能成功，即使失败了，我们也可以理直气壮的说：我面对了，我努力了！没有什么可以让我遗憾的！

同学们且不说那一代又一代的名人，我们应当从自我做起，深刻的反省，是否经常把难题推过于明天，或置之不理；是否见到不易的就不去思考，是否避重就轻等。还有许多，我们应当一一列出来，逐一面对，攻克。

下面我给大家提几个建议：第一，沉着冷静，不慌不怒；第二，增强自信，提高勇气；第三，审时度势，迂回取胜。所谓迂回取胜，即目标不变，方法变了。如果做到这些，相信同学们将会在学习上、生活上有很大的飞跃。我的演讲到此结束，谢谢大家！

**直面挫折演讲稿篇七**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是：《坦然面对挫折》。

我们的成长道路坎坷崎岖、充满荆棘。遭遇到挫折，我们应该怎样面对？是一蹶不振，还是笑对痛苦？当代阿里巴巴创始人马云用他的传奇给了我们答案。求学时，第一次高考落榜他数学只考了1分；第二次高考失利他的总分离录取线还差140分；直到第三次才考取一个普通的专科；创业时，他开过翻译社、卖过袜子，受尽嘲讽与白眼，可他却从未放弃，把挫折当作财富，从中不断汲取经验，坚持努力，最终成功创建全球最大电子商务网站，他本人被著名的“世界经济论坛”选为“未来领袖”，同时也成为50年来第一位登上《福布斯》封面人物的中国企业家。

在我们成长的过程中，挫折无处不在，对一时受挫而放大痛苦，那么只会让我们日益消沉，就像“力拔山兮气盖世”的西楚霸王项羽，仅一次战败就自刎乌江，留下了“至今思项羽，不肯过江东”的千古遗憾。在挫折与失败面前痛哭、悔恨、怨天尤人，或者在痛苦中沉湎不能自拔这不是我们这代莘莘学子的选择。面对苦难挫折，我们会坦然面对，用顽强的毅力，演绎不一样的精彩。就像当年红军战士翻五岭，过乌江；四渡赤水，越过乌蒙；巧渡金沙江，飞夺泸定桥；爬雪山过草地，短短一年时间里，靠着双脚，完成了举世无双、惊天动地的万里长征，创造人类历史上的伟大奇迹。

面对挫折苦难，我们不仅不能气馁，而且还要学会感谢挫折和苦难，是它让我们发现了自己的不足，使我们更加坚强。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。成功就是要经历挫折和磨练，才能走向辉煌。中国历史上这些灿烂的文明成果，无一不是因作者饱受苦难而成。只有经历过苦难的磨练，生命的火花才会闪光发亮，只有在苦难中奋进，生活的花朵才会鲜艳芬芳！

泰戈尔曾说过：当你为错过太阳而流泪痛哭时，你便错过了满天繁星。也许在你为一次不起眼的失败而悔恨时，你便错过了拼搏的另一个机会。遭遇挫折，就当它是一阵清风，让它从你的耳旁轻轻吹过；遭遇挫折，就当它是微不足道的小浪，不要让它在你的心中掀起惊涛骇浪；遭遇挫折，就当痛苦是你眼中的一粒尘埃，眨一眨眼，流一滴泪，就足以将它淹没！

擦掉眼中的泪水，继续前进吧，让挫折成为我们收获成功的奠基石！不经历风雨，怎么能见彩虹，只有在挫折的洗礼下，我们才能更加茁壮成长！

我的演讲完毕，谢谢大家！

**直面挫折演讲稿篇八**

尊敬的老师，同学们：

大家好！

今天我发言的`题目是《战胜挫折，走向成功》。

古人云：人生不如意，十有八九。挫折是人生的必然，是指个体在从事有目的的活动中，遇到了障碍或干扰，导致其动机不能实现，需要不能满足时产生的情绪反应。如同人生的影子，它将伴随着每一个人前进的脚步。虽然谁都期望一生中一帆风顺，事事如意，但是或早或迟，或大或小，总难免遇害上各式各样的挫折。

认真准备考试，却没有得到理想的成绩；以诚待人，却换来嘲讽的目光……这些困难都会给我们造成挫折感。面对这些失败，我们会难过，会哭泣，然而，困难不会因泪水退却，人生的磨难也从来不会给出软弱的心灵让座，不能让沮丧把青春的果实泡得霉烂。是逃避，还是奋起？我想大多数人会选择后者。挫折能使人真正的保持聪明和清醒。当遇到挫折和不如意时，越是回避越难以解脱，只有敢于直面它，掌握和运用正确的方法，这才能逐渐走向成熟。 作为重点中学的学生，中考、高考的落榜应该是较大的挫折之一吧！落榜时，多年的努力付诸东流，那种痛苦是无法用言语来形容的。落榜带来的创伤是难以愈合，但是我们能做的就只是哭泣，沉沦吗？相信大家都听过张继的《枫桥夜泊》吧！这首流传千古的名诗正是他科举落榜后写的。他名落孙山的痛苦，侵蚀了他饱经苍桑的心，细细地品尝过那不幸，感受格外深刻，这才把无奈的愁情表达得格外传神。千百年后，人们不一定记得当年身穿红袍，骑马游街的状元爷，可却都传颂着落榜的张继的《枫桥夜泊》。挫折并不可怕，平静的湖面练不聘书精悍的水手，安逸的生活造不出时代的伟人。只有经历风风雨雨，才能真正实现每个人的人生价值。

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，曾益其所不能挫折不仅是一种难得锻炼，也是上天赋予我们的一笔财富。成绩不好，我们可以找出其中的原因，解决它；把挫折带给我们的苦闷和焦虑化做一种动力，激励我们前进！将情感和精力投入到另一种受艰苦的劳动中，用身心的忙碌去占据有限的思维空间，去潜消内心的痛苦。这样可以迫使自己暂时离开挫折的情境。居里夫人年轻时，由于贫富的差距而被爱人抛弃，可她却没有整日沉浸在痛苦中，而是毅然去了巴黎留学，进行艰苦的科学研究。如果，居里夫人当年没有将挫折带来的苦闷化做动力，那么我们的历史上就有可能失去一位杰出的女科学家。历史上，司马迁受宫刑而历作《史记》；孙膑挫而著兵法；诺贝乐深受的姑娘突然嫁给了坟墓，他转移挫折的方法是把精力完全转向自然科学。

如果说人生是一座大山，挫折就是人在攀登大山中难以把握，难以预期的崎岖山径。只有经得起考验，受到了挫折的磨砺，甩得脱挫折的梦魇，勇于征服攀登中的所有困难，才能取得最后的成功。不要让挫折成为我们前进的绊脚石，让挫折点燃我们心中的信念之火，让我们的心灵充分感受人生的价值和生命的真谛，最终走向成功的彼岸！

**直面挫折演讲稿篇九**

尊敬的\'老师们，亲爱的同学们：

大家好!

上小学的时候，不知为什么，我对数学就是不感兴趣，也许这是女孩子的通病吧。每次上数学课都有一种来电的感觉，只是电流太猛，把我点晕了，所以我学数学学得一塌糊涂。

那夜虽然有锈闪耀，月光相伴，可是我依然会无眠，渐渐的，我的眼睛模糊了，我似乎看见了屋角的蜘蛛在织网，失败了再来一次，经历过无数次失败，又无数次重新再来，是呀，走过炎热的夏天，度过伤感的秋天，熬过冷酷的冬天，灿烂明媚的春天还会远吗?虽然我这次我失败了，但它已成为历史，我相信，只要我奋发向前，终究有一天，胜利会属于我，面对挫折，我会勇往直前!

**直面挫折演讲稿篇十**

人生之路不是一马平川，有坦途就有坎坷，有甜蜜就有苦涩。

人生之路，从来都与挫折相伴而行。然而，挫折对于强者来说是一块块垫脚石，是通向成功的一级级阶梯;对于弱者则是一道道绊脚石，会把弱者跌得鼻青脸肿。

挫折，有时候也会像一座沙漠，试图使人迷失方向。然自信者手中始终会握着一枚“指南针”，他永远不会迷失方向，勇往直前地向着目标进发;而失意者整天却像一个无头苍蝇，撞到哪儿算哪儿，一辈子也走不出“沙漠”。

人的一生也不可能顺顺利利，总会遇到一些风风雨雨。要经历风雨，就必须把自己磨练成一个对待困难不折不挠的强者，在哪里跌倒就在哪里爬起来。没有人会甘于做弱者，让生命流失在无声的岁月间。

要成功，就要长期等待而不焦躁，态度从容却保持敏锐，不怕挫折且充满希望。

要成功，就要时时怀着得意淡然、失意坦然的乐观态度，笑对自己的挫折和苦难，去做，去努力，去争取成功!

愿我们每个人都能积极面对人生道路上的挫折，在挫折中不断超越自我，铸就人生的辉煌!

**直面挫折演讲稿篇十一**

昨天晚上，我正在吃饭，电视上正播放体育新闻。这时，我看到一则报导：足协杯决赛首回合，恒大客场0比2不敌贵州人和，埃尔克森染红，穆里奇吃黄牌。我顿时就蒙了：不可能吧。结果当我看回放时，越看越气愤：下半场连丢两场，场上为人数方面恒大少打1人。我都不知道说什么好，下一回合两主力黄牌停赛，只有孔卡和一帮优秀的国内球员打拼，胜算不大。

吃完饭关掉电视后，我的心情久久不能平静，对恒大的夺冠前景很是担扰。为了平静心情，我开始读语文教辅资料上的内容。当我读到《紫藤萝瀑布》时，里面的一段话记我记忆深刻：不能让昨天的不幸把人压垮，每个人都应该像紫藤萝的花朵一样，以饱满的生命力，投入到生命的长河中去。就在那一刻，我突然明白了什么，像中了邪似的地不断朗读，每读一遍都有很深的感悟。恒大的情景不也和现在一样吗？虽然折了兵输了比赛，但夺冠之心不能压垮。输了没关系，次回合要像紫藤萝花一样，以饱满的生命力投入到比赛中。况且恒大拥有众多国内球员，而他们曾在两个月前有大爆发的惊人表现，为什么不指望他们呢而且0比2落后的情况下翻盘并不缺乏前车之鉴：11月份的世界杯附加赛，法国在客场0比2不敌乌拉圭的情况下主场3比0翻盘；20xx－20xx赛季欧冠联赛8强，巴塞罗那在客场0：2不敌ac米兰的情况下主场4比0翻盘；而20xx－20xx年南美解放者杯，我同样是目睹了一支球队在客场0比2落后的情况下5比0翻盘的好戏……这些事例足已来宽慰恒大。小小一点挫折不可怕，只要像紫藤萝花一样以饱满的生命力投入生命的长河中去，任何奇迹都有可能发生。

其实，在世界上名人中，没有人没受过挫折。著名的雕刻家罗丹曾说过：“世界上并不缺少美，而是缺少发现美的人”这句脍炙人口的话，可在他青年时代，三次考艺术学院都没考进，他的亲戚曾对他的前途不抱以任何希望。而就是他这种人创作了世界闻名的《沉思者》，雕塑其沉思的情景，至今令我们回味无穷。而在我国古代也不缺乏此类人才，李白就是个很好的例子。小学时，李白成绩很差，再加上孩童天性好动贪玩，经不住失败和贪玩的诱惑的李白便逃学了，后来发生的事情大家都很清楚。长大成人的李白写了不少脍炙人口的好诗。《蜀道难》的“地崩山摧壮士死，然后天梯石钩连。上有六龙回日之高标，下有冲逆折之回川。”让人清晰地认识了蜀地群山那高耸陡峭的险阻；《将进酒》的“人生得意须尽欢，莫使金樽空对月。”又表现出李白豪迈的个性和其怀才不遇的一腔悲情；《北风行》的“黄河捧土尚可塞，北风雨雪恨难哉。”则表达了李白对战争的极度厌恶以及对人民的由衷同情；而《梦游天姥吟留别》的“安能摧眉折腰事权贵，使我不得开心颜”更实现了李白狷介狂放的性格……拥有“诗仙”之称的李白能写出众多如此绝世名作，杂言相间，兼用骚体，信手拈来，笔随兴至，靠的就是他人生道路上的点点挫折所凝结而成。

“不经风雨，怎能见彩虹。”这句话不仅是《真心英雄》的歌词，还是一句哲言。要想获得成功，必须经历磨难，没有人能随随便便成功。因为磨难，人生才能充满荣耀；因为坎坷，人生才能充实起来；因为挫折，人生才能绽放出无限的光芒！

**直面挫折演讲稿篇十二**

大家好：

挫折，就像人生道路上的一块巨石;挫折，就像光明大道上的一片黑暗;挫折，就像广阔平原上的一座山峰。挫折，是人生道路上的低谷，会使人们前进的\'步伐受到阻碍。但是也没有哪一个人能不经历挫折，而我也不例外。

时光之轮回转到一个月之前，那正是期中考试前夕，同学们正在拼命地复习。下课时出去玩的人少了，在教室里背课文的人多了;自习课上聊天的人少了，安静地写作业的人多;眼保健操前抄作业的人少了，考试的人多了。看到同学们这么认真，老师们也干劲十足，检查力度也增大了，由于我们班的历史成绩普低，所以班主任乔老师也很注重历史知识的普查。

那是一个极为普通的下午，下了第二节课后，乔老师抱着一沓历史练习册，满脸怒气地走了进来，她把练习册往地上一摔：“怨不得你们历史差，你们看看你们的作业是怎么做的。”紧接着，她又公布了没有完成历史作业的名单：“马杰、李阔、白宇。”当听到我的名字时，我的心“咯噔”一下，心绪顿时混乱起来，“为什么会有我?我的历史练习册哪一节没做?是第12课还是第13课?”

终于轮到我了，随着手指的翻动，12课和13课的空白展现在眼前，那白色就像雪花一样刺眼。“啪”的一声，耳光重重的落在了我的脸上，我的脸就像被火烧了一样，火辣辣的痛。“怎么你也开始不写作业了?我还说你是好学生呢!12课和13课多会儿都留了，你怎么还没写?”乔老师满脸怒气。

我低下了头，满面愧疚。

又是两声“啪”“啪”，我的脸上绽开了一朵红花。“你下节体育课不要上了，留在班里补做业吧!”乔老师冷冷的丢下一句话，转身离去。

我坐在空荡荡的教室里，抚摸着那红肿的脸颊，看着那刺眼的练习册，心中充满了愧疚，放在座套下的那张三好学生奖状似乎也失去了平时炫丽的光彩，“我怎么也不写作业了?是懒惰?还是真的自甘堕落?你知不知道，你辜负了家长，老师的太多期望，你是一个要脸的孩子，但你怎么能干出这种不要脸的事!”我自言自语，“想要让别人看得起你，只有一个办法，那就是好好学习，才能恢复你在别人心中的地位。”从此，我发愤苦读，终于在期中考试取得了全年级第21的优异成绩。父母笑了，老师笑了，我——也笑了。

挫折，一个永恒的话题。虽然人们总是去躲避挫折，但是从古到今，还没有那一个人能不经历挫折和失败。相反，人们正是在不断地认识挫折、战胜挫折的过程中成长和发展的。让我们把挫折这块绊脚石变成垫脚石，去创造一个更加辉煌的明天。

谢谢大家。

**直面挫折演讲稿篇十三**

亲爱的老师、同学们：

人生这一辈子，总会遇到些不顺心的\'是，不是挫折就是烦恼，不是恐惧就是悲哀，生生世世，每一个人总会面对挫折，荣誉鼓励，打击的时候，可是生命总不能使这些吧?虽说不是，和人开一下玩笑，捉弄一下人还是可以的。

人生啊，生么事都有，由又又有什么事都有可能发生，总之一句话，在人生的路上总会遇到绊脚石，阻挡你的前进的道路，只有遇到挫折，你才会成功，有了幸福。

天降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，幸福乱其所为，增益其所不能也。没有经历过大大小小的挫折的人是不会有事业上的成功，每一个人的成功都要面对失败，也就是挫折。

在我以前的生活中，面对无数次的挫折，在以前的一次考试中，我一下子道了第三十多名，当时我一下子就傻了，我一想，平时我都在二十多名左右，而这次的打击太突然了。只是我考的最烂的一次，在那时我应该怎样面对父母?我从那里呆呆的做着，后来我想通了，这一次只不过是个小小的考验，以后还有机会，对这一次就当给我一个教训了，我们要吸取教训，总结经验，以后好好的发挥，人生最宝贵的就是挫折，去磨练自己吧!让自己从心中就成长起来!

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn