# 2024年感谢挫折演讲稿 直面挫折演讲稿4篇(实用)

作者：蓝色心情 更新时间：2025-06-18

*感谢挫折演讲稿 直面挫折演讲稿一大家好!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...*

**感谢挫折演讲稿 直面挫折演讲稿一**

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，多少次淋泪的跌倒与爬起，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。

**感谢挫折演讲稿 直面挫折演讲稿二**

亲爱的老师、同学们：

平常的日子里，我们总是渴望过一种安宁的生命，一旦遭遇磨难，便会新生报怨命运的不公平和残酷。可实际上，正如濒临绝境是命运的恩赐一样也是命运给予众生的一份厚礼。因为磨难，才成就了时间珍贵的物品，我们的人生何尝不是如此呢?

有一个小男孩，他叫刘洋，患有先天性语言障碍，7岁的他没有说过一句话。父母带着他四处求医，却一直没有什么效果，。20xx年的3月份的一天，母亲因为承受不了生活的重压。带着衣物从家里不辞而别。这一走彻底几岁了父亲的希望，他感到再也活不下去了，决定和儿子一起离开人世。这天，父亲把农药倒在了被子里，准备让儿子喝下去。就在那一刻，奇迹发生了，7年没有讲过一句话的刘洋经哭叫着：”爸爸……我要……活下去。“;留洋的这句话是父亲惊呆了也惊醒了，他仍掉了被子，将刘洋紧紧地抱在还礼，痛哭流涕。

当死亡的阴影直逼眼前时，小小的刘洋竟突破了语言障碍的问题，喊出了自己的心事：我要活下去。

如此看来，濒临绝境非但不是民运的残酷反而是命运对生命的恩赐。

还有一名美国人，因为一次车祸而导致半身瘫痪，这似乎意味着他的下半身将永远在轮椅中度过，然而一天，一伙强盗抢了他的钱包，并点燃了他的轮椅，在这一刻，他竟然站了起来，跑完了一条街看看吧，普通因高压而成了壮观的温泉，柔软的泥高温而成了坚硬的砖，平凡的铁千锤百炼而成了锋利的宝剑……岁月的土壤里，磨难正是最肥沃的养料，我们的生命因之而郁郁葱葱。

**感谢挫折演讲稿 直面挫折演讲稿三**

挫折——一个耐人寻味的话题；挫折——一块心灵上的巨石；挫折——一把锋利的双刃剑，它可以保护自己，也可以刺伤自己。对于生活的强者来说，永远都是愈挫愈勇，对于生活的弱者来说，大部分人会一蹶不振，碌碌终生。

我就是被挫折瞄上的人，被挫折打败过的人。但是经过我和老师的努力，我终于从这个黑暗之渊爬出来了。

事情应从初一时说起。

那时的我不学无术，尤其是数学的分数是少之有少，差之又差。简直是班上的“圾品”从此我对这门功课不报太大的希望，任其自生自灭。但是有一天，一棵平凡的小草改变了我从数学生涯中的堕落。身陷石缝中的它是那么孱弱，可是它又是那么的坚韧，那么的刚强，顽强地从石缝中挣扎出来，努力地向上攀长！是它给了我信心。它那不畏强石的精神深深的感动了我。一棵弱不禁风的草都不向命运低头，我又有什么资格妥协呢此时，我心如火在熊熊燃烧，我心如风引起了惊涛骇浪，我心如潮吞没了世间万变！

一棵不起眼的小草都有如此的毅力，真是令外我望尘莫及。从此我默默地发誓：我一定要学好数学。果然应了那句古话——功夫不负有心人，在初二的第一次考试，我的数学就考了105分的好成绩，握着手中的试卷，我情不自禁地狂奔。天依然蔚蓝，落日依旧红艳，但在我的眼中，这次却与往常不同。我见过海边的落日，那是一种气势恢弘的美，我见过高山的落日，那是一种扣人心弦的美，我见过小城的落日，那是一种温馨的美，但此时的落日，是一种独一无二的美！

相信自己吧！面对挫折——你能行！

对自己说：我能行！

**感谢挫折演讲稿 直面挫折演讲稿四**

尊敬的老师、同学们：

大家好!

有人说，鲜花很美，春天很美，财富很美。可是，我认为，挫折也美丽。

古代的中国，司马迁告诉我们，挫折也美丽。司马迁生活在汉武帝时期，是一个宫廷史官。为人正直的他，不追名逐利也不攀龙附凤。对汉武帝的言行，他确实记录，不因为汉武帝是至高无上的皇帝，他毅然把汉武帝的陋行记录在史书上。汉武帝可受不了，把司马迁送进监狱，并且还施加了严酷的刑罚。你真的以为他会放弃吗?不是的!在狱的司马迁不愿自甘堕落，无论春夏还是秋冬，无论严寒还是酷暑，他都一丝不苟的创作，经过了三十多个春秋，他最终完成了伟大的著作――《史记》。

谁说挫折仅有痛，那为什么司马迁又把它变成了――《史记》。挫折带给他伟大的著作和伟大的人生。

不仅仅在中国，国外也有美丽的挫折。

小时候，爱迪生家里穷，只能在火车上卖些小东西，以此维持生活。但他很爱思考，常常为了弄懂一个小问题，而奔走于图书馆。有一次，他在火车厢里，正做一个小实验，不慎引起了火灾，被火车长扇了几个耳光，从此他两耳失聪了。失聪又能怎样样，小爱迪生更坚强了。之后，他决心要发明电灯，经过对五千多种材料的研究，最终发明了电灯。他使人们摆脱了黑暗的世界。

挫折总是这样淘气，先给你打击，再给你惊喜。老天对爱迪生开了一个玩笑――挫折，却造就了这样一位举世闻名的大发明家。

关于挫折的例子，举不胜举。哥白尼应对强大的“地心说”，冒着生命的危险，他确立了“日心说”。鲁迅先生，虽然受到军阀的绞杀，可是为了人民，为了人民能早日翻身，他以笔为匕首，向敌人投去，为中国革命奋斗着。

我认为，挫折是人生的一块永恒的基石，每个人都会遇到不如意，每个人都不会一帆风顺，有时起，有时落。司马迁、爱迪生等伟人都会遇到种种挫折，有个共同点，就是他们都能够把握挫折获得成功。中国有句古话“吃得苦中苦，方为人上人”。是啊!应对挫折要勇于战胜它;应对挫折，要勇于挑战它;应对挫折，要勇于利用它。只要你吃得这“苦”，还怕成不了“人上人”。

谁说挫折不美丽，其实它也很美丽!

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找