# 最新挫折的演讲稿(模板8篇)

来源：网络 作者：空谷幽兰 更新时间：2025-05-24

*演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？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。挫折的演...*

演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？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。

**挫折的演讲稿篇一**

童年是一条五彩的小河，淙淙唱响着欢乐的歌声。童年是一朵稚嫩的小花，透着几分质朴与羞涩。童年是一首壮丽的诗篇，以供未来的眼睛读上个千遍万遍。童年是美好的，童年因为有了挫折才绚丽多彩。如果说童年是一首妙不可言的歌曲，那么转瞬即逝的时光则是其中必不可少的音韵。如果说童年是一张月谱，那么童年则是一个个跃然纸上的音符。

然而，阿廖沙的童年却是悲惨的。作者追朔过去了的童年，曾说过这样一句话: “这悲惨的童年生活仿佛是由一个宅心仁厚、品性诚实的天才用美妙动听的语言描述出来的一个梦幻动听的童话故事”父亲的死亡，带给了小阿廖沙无边的黑暗与凄凉。年仅四岁的他，默默的承受着不该背负的责任与压力。就这样，他来到了外祖父家。陌生的环境、寄人篱下的生活全部毫无保留的呈现在了他的面前。一种厚重的、丰富多彩的、离奇古怪的生活在此拉开了帘幕。

高尔基，以自己为原型根据早年的生活经历真实描绘了俄国社会的生活。展现了充满残酷、野蛮、愚昧甚至令人窒息的生活。表现了新一代人民抗拒黑暗奴役的崇高理想与追求，也表现了他们对自由与光明的无限向往与憧憬。

然而，这一切一切的受害者，都是无辜的阿廖沙。在他那一个懵懂的本应充满了欢声笑语的季节。他在背后承受了太多太多了。他冷眼望着发生的一切挫折，但是他并没有向命运低头。在人间，他很快就融入了这个社会。

我们要学习阿廖沙的那种在绝境前坚强不屈的品质。在这个纸醉金迷的世界，往往许多时候，不努力就是选择了灭亡。

人生就像一条长长的路，我们就是一只背着重壳的蜗牛。在壳里面装着我们的理想、誓言以及关于过去的执念。我们在路上爬行，去寻找传说中的天堂。能够坚持到底的人不多，半途而废的人也不少。但无论是坚持或是放弃，这两种人活得都不轻松。那些坚持的人哀叹希望的渺茫；那些放弃的人却已经失去了希望。

也许我们都无法明白现在要死要活的学习的意义。但是我们已经为此付出了太多的汗水与眼泪。毕竟成功从不等人。为了自己的从前、现在、未来负责吧！就在这迫在眉睫的期末考试中。

记住，社会不容我们休息，我们只能一路向前走，不回头。因为天堂未必在前方，但是地狱一定在后头！

挫折让我们遍体鳞伤，挫折又让我们在心灵上完成了一次永恒的跨越。意志——应该在残酷与无情中更加坚强。生命是一江春水，跌宕起伏，书写了热情与奔放，教人在激情中意气风发；生命是一条瀑布，宣誓了坚强与不屈，教人在挫折中不懈努力。

“青春须早为，岂能长少年。” 童年因挫折而精彩，那就让我们勇敢的去面对挫折，在挫折中奋进。童年因挫折而流光溢彩！

**挫折的演讲稿篇二**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

是一朵花，就应该点缀春天，而不是想着结出硕果；

是一棵树，就应该让果实挂满枝头，而不是花枝招展；

是一滴水，就应该投入大海的怀抱，而不是误陷泥沟。

世界上的万事万物，都有自己的位置，星星不回复在水面上游来游去，鱼儿不会在天上自在玩耍。同样，万事万物都应该正确认识自己，正确定位，然后在自己的位置上活出不一样的精彩人生。

正确认识自己的短处，却不是自怨自艾。

骆驼生性笨拙，不如猴子一样的肢体灵活，舞动自由，所以他应该认识到，自身的短处不是缺陷，而是一项生而有之的不完美。每一物都有自己的不完美，猫不能上树，人不能披着翅膀飞翔，无须太过介怀，放开一些，面对真实的自己。

正确认识自己的长处，也并非好高骛远。

骆驼身体庞大，脚踏实地，吃苦耐劳，这些闪光点足以让它在不知疲苦的行走在炎热干燥、广袤无垠的大漠上时获得无数行人的赞誉，商人的青睐。“沙漠之舟”的美名，不是谁都有，而它，恰恰是唯一的那一个。

猫会抓老鼠，为民除害。

人有思维，可以行走，可以创造；

世间万物，都有其圆缺，对于自身的长处，应该在正确的地方，大展其才，使其被发挥的淋漓尽致。

正确认识自己的能力、智慧，不卑不亢的生活在这个世界上，当别人获得绚烂时，为他人鼓一鼓掌，当自己遭受挫折时，加一加油。

有人说垃圾是放错位置的资源，可以循坏再生，那每一个人，不论男女、种族、出身，都是一颗未探明方向的“天体”，或许会使星星永恒，或是星云浪漫，或是流星璀璨，只有正确认识自己，把握自己，才能砥砺自己，发展自己。

没有人是无用的，没有人是完美的，但愿每个人找到自己的天体属性，在属于自己的天空中任意驰骋。

正确认识自己，合适的才是最好的，无需被别人看好，但自己一定要活得好看！

**挫折的演讲稿篇三**

大家好!我想说，人生的路途不可能总是一帆风顺的，挫折和失败也是人生的`一部分，要把每一次挫折都当成往深处扎根的机会，让生命之树茁壮成长，让生命之火熊熊燃烧。只有经历挫折的磨砺中超越苦难的人，才是真正珍重生命，热爱生活、执着于人生，做生活的强者。

挫折和成功就好像钟摆的两端，谁也离不开谁。在人生的旅途中，有成功的欢乐，也有失败的考验。面对挫折，有人不知所措了，甚至为了逃避困难与挫折，轻易放弃自己的生命，也有人直面生活的挑战，不折不挠，勇敢前行。

在人生的路途中挫折是在所难免的，而我也面对过一些挫折，那就是在做数学题时，却被一道题目给卡住了，我想了很久都没想出来，我知道这是一次挫折，我一定要克服它，于是我鼓足了胆向老师请教，老师那认真地讲解让我听得都入神了，最终我克服了这道难做的数学题。

在面对挫折时我都喜欢听郑智化的一首歌《水手》，每当那旋律在我耳边响起，我都会有一种热血澎湃的感觉，让我也跟这他一块唱：“听见水手说，他说风雨中这点痛算什么，擦干泪不要问，至少我们还有梦……”听了他的歌，使我心情也得到了舒展，内心也得到了净化，郑智化是一个残疾人但他战胜了挫折最终成为了明星，告诉我们应该像水手一样，面对挫折永不放弃。

挫折关照人生，总是与人生相随。往往有这样的情况：成果未得，先尝苦果;壮志未酬，先遭失败。一个人追求的目标越高，越是好强上进，就越能敏地感受到挫折。年轻的朋友，你的人生如果是一把劈刑的“刀“，那么挫折就是一块不可或缺的“石头“。朋友，勇敢地面对挫折磨砺，让青春的“刀\'，更锋利些吧！

面对挫折的消极性，有人常慨叹：“生活真难呀！“而那些真正懂得人生意义的人，会给自己提出这样的任务：战胜挫折，面对挫折，把自己锻炼的更加成熟和坚强。人生从它自身的逻辑出发，要求人们增强生活的勇气饿，要战胜挫折。无数伟人正是在层层叠叠的困境和挫折中锻炼了勇气和肝识。人生要求人们正视挫折，增强自信心，不为一时的挫折所压服;人生要求我们变通进取，从挫折中不断总结教训，产生创造性变迁。年轻朋友勇敢的满对挫折磨砺，让青春的“刀“更锋利些吧！

**挫折的演讲稿篇四**

挫折是什么？是滋润生活的雨露；是坚强者的台阶；是懦弱者的拦路虎……生活，有了挫折才美丽！平时，“逆境”与“挫折”令人们“谈虎色变”！这次，《挫折也美丽》主题活动，让我认识到——挫折是把“双刃剑”！

我抱着希望走出考场，期待着进入希望杯复赛的喜讯……可是，我却没在那名单上看见“朱徐嘉怡”四个字，失望刹那间溢满全身，不争气的泪水从眼眶里漫出来。

忐忑环绕着我，面对“100”题，我坚定地告诉自己：去年的失败，会成为我成功的契机！“进复赛了！”妈妈看似平淡的语言中有掩饰不住的激动！我更是激动得一蹦三尺高，我并不是为进复赛而激动，而是在挫折中成长的我！我在挫折中收获的不只是经验，更多的是面对失败的方法，我的词典里不会再有“气馁”！

**挫折的演讲稿篇五**

亲爱的老师、同学们：

生活如同一个五彩缤纷的世界，其中蕴含着许许多多。有追梦的艰辛、成功的喜悦、孤独的寂寞……然而，这种种都使我们的生活多姿多彩，但是在我眼里这都不是最重要的，在我眼里，最重要的是那痛苦而又快乐的挫折。

虽然人人希望时时幸运、事事顺利，但是，“万事如意”“心想事成”毕竟只是人们的一种美好愿望。从古至今，没有那个人能不经历挫折和失败。相反，人们正是在不断经历挫折、战胜挫折的过程中发展起来的。

刚从学校回来的我，拿着满是红叉的试卷，拉开家门，默默的走了进去，我独自站在阳楼上，两眼凝视着远方。眼，已哭得红肿;泪，还在流着。我没有擦，让泪流到嘴边，涩涩的。任泪水落下。

失败只代表昨天，只能意味着过去，过去的一切只能化作零，我要重新开始，以新的姿态面对失败，迎接下次挑战。窗外，皎洁的月光一泻千里，星星也不知什么时候钻了出来，还眨着调皮的眼睛，我的脸上露出了灿烂的笑容。

挫折让人感到痛苦，让人感到艰辛，但是，我要感谢你，生活需要挫折。没有你，就没有现在坚强的我，有了你，我的生活变得更加充实。让我们一起迎着风雨在挫折中展翅高飞吧!

**挫折的演讲稿篇六**

亲爱的老师、同学们：

每个人在通往成功的道路上，都会经历各种各样的\'挫折。

挫折让人伤心，让人悲痛，但一迈过这个坎儿，前方便一片光明。感谢挫折吧，它让你接受洗礼；感谢挫折吧，它让你更加成熟；感谢挫折吧，它让你无所畏惧，勇往直前。

挫折像荆棘，一但你踏上，便会觉得疼痛难忍，但你不能大声痛哭，你要忍痛将脚从荆棘刺上拔出来，才能继续走上成功的阶梯。

挫折像沼泽，一但陷入深深的泥潭，便很难再出来，这时你要想方设法使自己保持住不再向下陷，以不变应万变。如果不冷静，慌头慌脑的话，就会越陷越深，无法自拔。

挫折像绊脚石，在你通往成功的道路上设下关卡。如果你在跌倒后爬起来，拍拍土，继续走，那么胜利的曙光就在前方。

在挫折面前，要永不退缩，才能勇往直前！

**挫折的演讲稿篇七**

挫折是什么？挫折是海鸥在狂风暴雨中的`拼搏，挫折是海燕在惊涛骇浪前的挣扎，挫折是花儿绽放时卷起的狂风，挫折是草儿嫩软时袭来的暴雨。

都说成功是收获，是欢乐，是一笔巨大的财富，挫折，亦是如此。

感谢挫折，因为挫折让我们成长。懵懂无知的我们，犹如一只小小的海鸥，在狂风暴雨中打拼。倦了，累了，缓一下气，迎难而上，用信心去战胜它，用勇气去打败它，直到胜利的那一刻，我们会感到我们长大了许多，学会勇敢去挑战挫折。

感谢挫折，因为挫折让我们欢乐。海燕，迎着海浪飞去，毫不畏惧地去战斗。或许，此时，面对海浪——自己的敌人，杀出一条血路去，唯有海燕真英雄。战胜的滋味，每个人都体验过——欢乐、激动，抑或兴奋。

感谢挫折，因为挫折告诉我们坚持的真谛。挫折，可能会让我们变得垂头丧气，也可能会给我们重新面对的勇气。因为挫折是一把双刃剑，让我们感到惊奇和刺激。镜面一转，你就看不到自己失落时的表情，鼓起勇气，奔向前去。就算你是一株被狂风吹残的花朵，仍旧无傲气地开放，那时，你会发现，原来坚持才是战胜困难的真谛。

坚持，顶住，你要像巨人扛住自己的天空，挫折并不可怕，可怕的是被吓倒。战胜了挫折，收获的信心，收获的体验，收获的坚持，收获的一切的一切，都会珍藏到你那精致的笔记本里。

**挫折的演讲稿篇八**

老师、同学们：早上好!

今天，我讲的题目是《正视挫折走向成功》。人生的道路曲折漫长，在人的一生中充满着成功与失败、欢乐与忧愁、幸福与痛苦等矛盾。而人生挫折则是一个人迈向成功中所必须认真对待的一个基本课题。只有仔细回味，把握人生,才能真正领会感悟人生的乐趣,也只有在战胜了人生挫折以后,才能真正走向成功.

第一，增强自信、蔑视挫折。战胜挫折，首先必须要有坚强的意志和高度的自信心。勇敢和自信是人生迈向成功之路的第一步。有勇敢精神的人不一定都能取得成功，但懦弱自卑、缺乏自信的人注定将一事无成。对于勇敢自信的人来说，挫折和苦难更能激发他们奋发向上的斗志和豪情;而缺乏自信和勇敢精神的人，面对挫折就可能自甘沉沦，一厥不振。不论在什么情况下，都不能动摇这样一个信念，“没有爬不过的山、没有倘不过的河，没有战胜不了的困难和挫折”。

第二，升华目标，淡化挫折。人生挫折是和人生的奋斗目标联系在一起的。一个人的人生目标是多方面的。把个人功利作为人生追求目标的人，个人的名利得失对他来说就意味着沉重的包袱;而以国家民族兴盛为己任的人，则会把名利得失看得如过眼云烟。所以，我们应当从小树立远大的志向，“为中华之崛起而读书”，即使在学习和生活上遇到些许困难与挫折，也只把它当作前进道路中的一点障碍，是为自己提供一次磨练的机会，而决不要被它们所吓倒。

第三，发愤图强，战胜挫折。要战胜挫折，关键在于自身的发愤图强，努力奋斗。古人云：“失败是成功之母，苦难乃人生财富”。其本意在于引导人们对挫折认真总结，吸取人生教训，科学地调整自己，积极寻求战胜挫折的方法。这样，挫折就如同“人生的良师”，引发我们变坏事为好事，一步一步走向成功。如果在挫折面前消极苦闷，怨天尤人，甚至自暴自弃，那么，苦难永远是苦难，挫折始终是挫折，“失败”这个妈妈无论如何是生不出“成功”这个大胖小子的。人生之路，机遇与挑战并存，成功与挫折结伴而行。我们所应做的就是善待人生，向往追求成功，但丝毫也不惧怕挫折。我们不一定能拥有一个个美丽的风景，但完全可以创造一个美好的心境，以此去努力和追求，“有志者，事竟成”，相信在我们的前方将会有坦荡的旷野和蔚蓝的天空。

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