# 挫折自信成长作文800字(精选8篇)

来源：网络 作者：落梅无痕 更新时间：2025-05-13

*挫折自信成长作文800字1春风带来远处梨花的幽香；鸟儿带来宛转悠扬的天籁之音；蓝天带来棉花般飘动的白云。这一切都显得那么温馨、那么醉人。这不是一个值得伤感、惆怅的季节，而我却流下一行行眼泪。这不是伤心的泪水，而是因感动流下的喜悦泪水。一个人...*

**挫折自信成长作文800字1**

春风带来远处梨花的幽香；鸟儿带来宛转悠扬的天籁之音；蓝天带来棉花般飘动的白云。这一切都显得那么温馨、那么醉人。这不是一个值得伤感、惆怅的季节，而我却流下一行行眼泪。这不是伤心的泪水，而是因感动流下的喜悦泪水。

一个人首先要有自信，有了自信，我们的命运才能由自己去主宰，学习才能泰然处之的面对，所以，我经常告诫自己：“我是一个坚强的女孩！”面对学习上的种种困难，生活中的喜怒哀乐，我们都应该以足够的自信，饱满热情的态度来应对，可是我偏偏在有些时候做得不够好，为此，我常常郁闷、苦恼，因为现实总是那么残酷，那么不尽人意，那么让人无助。于是，我心里不由得暗暗发誓，一定要找回自己的自信，要不然我以后的人生道路应该怎么走呢？

每一次的考试都成了我的心里负担，在学习上，我变成了一个胆小鬼，每当成绩一下来，还不等老师公布成绩，我的心里就忐忑不安，脸上的表情总是显得那么焦虑，我很清楚，也很明白，我这是对自己缺乏自信，本应该属于我的自信，却被另一个懦弱的自己给吞噬了。

我有时候在想，自信是什么嘞？自信就是蝴蝶在风中炫耀自己美丽翅膀的舞姿吗？自信就是一个女孩给镜子中的自我一个欣赏的微笑吗？自信就是一个考生胸有成竹地迈进考场、尽情挥洒手中的钢笔，挥洒自如地答题吗？

唉……，每当想起这些，我总是百思不得其解，明明自信就在自己的脑海里，在自己的身上，可我总是在一味的寻找，在关键的时候，没有好好的把握住它，正确的应用它，我能成为一个自信的人吗？此时，我的耳边仿佛又想起妈妈曾经说过的一句话：宝贝，你要相信自己，只要你努力去做，就没有做不到的事情。妈妈的话鼓励着我，鞭策着我，所以我一定要变得更加坚强，更加自信！那样我今后的人生道路才会灿烂、精彩。

从此，我舍去了懦弱和忧伤，增加了自信和坚强，我已不再害怕考卷上的分数是多或者少了。只要我坚持了，努力了，对于不理想的分数，我已能忍住眼泪的泛滥，慢慢清理自己做得不好的，在心里默默的为下一步作打算。我学会了自我鼓励：相信自己是自信的、坚强的，不至于被偶尔一两回的不理想分数而打倒。

不管风吹雨打，胜似闲庭信步。漫漫风雨人生路，走过去都要自信面对。我很感动，自己终于能变得如此坚强此时，能有阳光般的自信。这自信，将一直伴随着我，直至一生。

我将为自己拥有自信的生命而感动！

**挫折自信成长作文800字2**

生命中有许多挫折，生命看似十分脆弱。手轻轻一折，花草就凋零枯萎了;脚轻轻一踩，蚂蚁就粉身碎骨了;武器随便一挥，动物就很快死亡了……生命是如此的弱不禁风啊!可是，大自然中的另一番景象却让我们看到了生命的顽强：大兴安岭火灾后，绿荫荫的树林变成光秃秃的树干，一些林业专家判了它们的死刑，谁知，第二年春天，焦黑的树干都长出了新芽。

被折断的花草剩余的部分还可以继续生长，甚至开出更加绚彩美丽的花朵;被踩死的蚂蚁的后代仍能生息繁衍;战死疆场的英雄，虽死尤生，人们把他们的英勇形象永刻心中，让他们的精神发扬光大，生命得到了延续;火灾过后，焦黑的树干又长出新生的芽儿……“你可以毁灭他，但不能消灭他的精神和意志。”海明威的话诠释了这一切。

命运与挫折密不可分，人类无法摆脱挫折和痛苦的遭遇，然而若能正确对待挫折和痛苦，把握命运，抓住机遇，往往有可能获得“新生”。盲聋哑女海伦·凯勒一出生就很悲惨，天生残疾，曾经濒临死亡和完全绝望的她在懂得了生命的真谛之后，顽强地活了下来，并抓紧时间学习，成为世界著名的女作家。她身残志不残，顽强地面对生命中的挫折，战胜了命运。明末清初，京剧界有三位著名的演员，一个是瞎子，一个是哑巴，还有一个是跛子。然而他们坚持不懈，勤学苦练，最终在艺术上取得了惊人的成就，成为当时的名角，被称为梨园“三怪”。他们挑战命运，突破极限，获得了成功。

然而，现在却有人经不起一点点挫折和痛苦，一次的失败，一度的失意，一时的想不开……都会令他们悲哀、绝望、胆怯，甚至轻视生命。报纸报道：一些大学生因考试不及格而自寻短路，一个小学生因被老师留下完成作业而上吊自尽……这何尝不是一种悲哀?我们这一代人如此的脆弱，怎么能担当起建设祖国的大任呢?

当乌云布满天空之时，悲观的人看到的是“黑云压城城欲摧”，乐观的人想到的是“甲光向日金鳞开”。不经历风雨，怎能见彩虹?我们只有笑对命运中的挫折，顽强地鼓起勇气生存，才能显现出生命的辉煌，人生的灿烂!

**挫折自信成长作文800字3**

雄鹰被扔下悬崖，才能学会振翅飞翔;花儿凋零，才能结出果实。我在时光的长廊中来回游走，去寻找一种名叫挫折的幸福。

我向长廊的前方瞭望，快步走去。刹那间，一个名字海伦凯勒如闪电般现入脑海，越发清晰可见，最后拨云见日。幼时的高烧，使她陷入无尽的黑暗，人生短短几个月的光明，似乎成为她对人间最美的留念。随后的漆黑似乎可以成为一个离开世界的理由，但她没有。在安妮沙利文的精心培育下，她成长了起来。但更多是因为她自己。放弃过，恼怒过，心酸过，但最后海伦坚持了下来，并得到了一种名叫坚强的力量，假如给她三天光明，能做的事情远不及你我，可思想才智的黑暗难道不比聋盲更可怕，若不是强大的内心，坚强的一生，又怎有传世的佳作，又怎会千古留名?

白驹过隙，那个被夺去翅膀的男孩刘伟，无疑是一颗极亮的星。少年时，一场事故，上帝残忍地夺去了他的双臂，没有手，生活仿佛无法继续。不，刘伟开始尝试用脚写字，辛苦练习，上帝为他打开了一扇窗。他的字迹工整漂亮，让人羡慕。之后，他又学会用双脚打字。他愿与命运斗争竟又和钢琴定下不解之缘，他以脚代手，学会钢琴演奏，短短几年时间完成了别人想都不敢想的事情。刘伟仍没有停下脚步，他再一次以坚韧的毅力学会游泳，残奥会上，那个折翼的天使轻松自如，犹如一条鱼一般，荣获金牌，令人拍案叫绝，是什么成就了刘伟?挫折。如果不是挫折，他一定也与普通人一样过着平凡的日子。

海伦凯勒和刘伟承受了天大的挫折，那我们遇到的困难又算什么?

刚进入初中，体育课上的赛跑是我最头疼的事情，我甚至可以跑出倒数的好成绩。逐渐地我放也认识到体育的重要性。便请求爸爸同意我一起与他一起晨练。于是每个星期天都如此，我们一直跑到水库，休息时就唠唠嗑，一学期加上一个寒假，我终干可以赶上别的同学了，我也不再拖后腿。阳光中总在风雨后，请相信有彩虹，一切坚持都会有收获，

走出长廊，纵观历史，哪个成功者，生命中没有挫折，在无涯荒野的时间验证中，挫折也是一种幸福。

**挫折自信成长作文800字4**

朋友们，今天我们来谈谈——微笑。如果你不是常年呆在数百米深的太平洋底下，或呆在北极的冰雪里睡觉，你一定随处可见微笑在不同地点、时间传递。

今天我们来特别讨论，当微笑与失败、挫折约会的时候，会碰出怎样的火花。首先，我们再回味一下一个众所周知的，经典故事——取了1093项发明专利的发明大王，一对，就是爱迪生，谁敢说他不是成功者？他的1093次的成功至今也没有谁能超越。可他也是失败者。你看，他经历十年，饱尝几万次的失败，才成功改造镍铁碱蓄电池。其间，他劝慰一些气馁的同事：“我们并未失败，我们现在已经晓得有1000种方法是行不通的。”“失败是我们需要的，它和成功一样有价值。”你看，要是爱先生不以微笑的心态去面对，他能笑到最后吗？有些人总是说，我笑不出来呀，生活对我太不公平了，成功必须努力，可我努力却总不能成功！为什么嘛？！这种时候我咋笑？我们来分析分析，分析之前，我们也要听一个故事：一个人听说某地有金矿，便倾家当荡产买了一部钻机。他满怀信心，可好几个月过去了，也不见一点希望，他说服自己又坚持了一段时间，可他已没资金和信心，就放弃了，便把昂贵的钻机以废铁的价格卖了。后来那个收废品的人堪查了地势去开采，发现再住下钻几尺，就有丰富的金矿。我当时特惋息，那年青人真笨！可谁也不知道后来发生了什么，谁也不知下一秒是失败还是成功。所以，假如我们笑一笑，咬紧呀，坚持最后的希望，说不定，成功就藏在了你微笑后面。所以，当你觉得你够努力，但仍不见成效的时候，再坚持试试。

上帝把成功撒下来，每个人身边藏了一些，在上帝给你时，要看你对挫折哭哭啼啼，悲悲切切，灰心不已，哭得跟个黄脸婆一样，本来上帝想让你成功的，看你那样，我的妈呀，毫无自信和仪态，马上闪得跟火箭似的另找新欢去了。

所以，微笑与挫折相撞，你的选择不仅能体现自信，也体现了你的魅力、气度和胸怀。所以，微笑是一种信念。

遇到挫折时，笑一笑，亦能惊落一地梅花。那种魅力，谁都会之赏心悦目。

**挫折自信成长作文800字5**

人之一世，殊为不易。在看似平坦的人生旅途中充满了种种荆棘，往往使人痛不欲生。痛苦之于人，犹狂风之于陋屋，巨浪之于孤舟，水舌之于心脏。百世沧桑，不知有多少心胸狭隘之人因受挫折放大痛苦而一蹶不振；人世千年，更不知有多少意志薄弱之人因受挫放大痛苦而志气消沉；万古旷世，又不知有多少内心懦弱的人因受挫放大痛苦而葬身于万劫不复的深渊……面对挫折，我们不应放大痛苦，而应直面人生，缩小痛苦，直至成功的一天。

“老当亦壮，宁移白首之心；穷且益坚，不坠青云之志。”初唐四杰之一的王勃，可谓：“时运不济，命途多舛，”然而直面挫折，他却能达人知命，笑看人生。试想，如果没有王勃开朗阔达的胸襟，哪能有他吟放出“海内存知己，天涯若比邻”的千古绝唱？

“安能摧眉折腰事权贵，使我不得开心颜”的浪漫诗仙李白，在遭遇仕途不顺的挫折后，他沉寂了吗？消沉了吗？没有。“长安市上酒家眠，”笑对痛苦，面对挫折他拂袖而去，遍访名山，终于成就了他千古飘逸的浪漫情怀！

由此看来，面对挫折，我们不应过分地沉迷于痛苦失意的阴影中不能自拔；面对挫折，我们不应整日浸泡在悲伤痛苦的泥陷中越陷越深；面对挫折，我们不应长期颓废不振而迷失眼前的方向。遭遇挫折，缩小痛苦，才是明智的选择。相反，若一味沉迷于挫折的痛苦中，结果将不堪设想。

刘备面对失去二弟的挫折，因兄弟之情无法释怀，放大痛苦，结果在痛苦中做出错误决定，贸然出兵伐吴，落得“白帝托孤”的千古悲剧。可悲可悲！

前事不忘，后事之师。古人已经为我们做出了太多的榜样，也留下了太多的遗恨。在现在竞争日益加剧的社会里，挫折无处不在。若因一时受挫而放大痛苦，将会终身遗憾。遭遇挫折，就当它是一阵清风，让它从你耳边轻轻吹过；遭遇挫折，就当它为一阵微不足道的小浪，不要让它在你心中击起惊涛骇浪；遭遇挫折，就当痛苦是你眼中的一颗尘粒，眨一眨眼，流一滴泪，就足以将它淹没。

遭遇挫折，不应放大痛苦。擦一擦额上的汗，拭一拭眼中欲滴的泪，继续前进吧！相信总有一天你会看见蓝蓝的天，白白的云，青青的草，还有你嘴角边的甜甜的笑。

**挫折自信成长作文800字6**

成功的先决条件是对自己有信心，敢于迈出第一步。如果你不尝试，你怎么知道你能做到？

我对自己说过无数次：“来吧，相信自己，你能做到！”这样的鼓励将伴随我直到今天，也将伴随我走向成功。

我仍然记得那一天，数学老师要求我们自愿报名参加学校的数学竞赛。学生们渴望一个一个地尝试，我的心也痒痒的。在奥林匹克数学方面，我认为我不是很差，我的同学也很强。我似乎有点低人一等。当我报名时，如果我在比赛中一个问题都不能回答，我该怎么办？但是，如果我有能力不参加，那就太遗憾了。我应该为此后悔一阵子。我的心很纠结，经过激烈的思想斗争，我终于决定相信自己一次，并向老师报了名。

站在教室门口，我紧张得双腿发软，手心开始冒汗。我闭上眼睛，心里默默地为自己打气：“没关系，别紧张，加油，相信自己，你能做到的！”然后睁开眼睛，抬起头，挺直身体，进入举行比赛的教室。

试卷发给了我。我粗略地浏览了一下，觉得应该没什么大问题。我从零开始。旅行的前半部分进行得很顺利，没有遇到任何困难。这基本上是一种常见的锻炼方式。当我放松时，从我心中溢出的紧张和恐惧暂时被抑制了。到了下半年，问题逐渐变得困难起来。这时，一个“路障”出现了，我绞尽脑汁，但仍然毫无头绪。随着时间的推移，我变得有点激动。我的钢笔在微积分纸上写字和画画。我额头上的汗越来越多，大滴大滴的往下滚。在恍惚中，我似乎听到自己心里有个声音在说，“冷静下来，好好想想。你能行的！”我觉得好像被注射了镇静剂。不一会儿，我理清了思路，写得更流畅了。

一周后，结果出来了，我出乎意料地表现出色，甚至获得了“一等奖”的好成绩。

“相信你自己，你能做到！”我经常对自己说，自信是走向成功的第一步，是成功的基础，也是成功的起点。因为我相信自己，我只会让自己抓住机会，也有可能成功，过上更加辉煌的生活！

**挫折自信成长作文800字7**

我有一个哥哥，他好像从出生起就很优秀。比同龄人早一两个月学会走路说话；在别人学习一至十有这几个数时，他已经可以轻易的算十以内数的加减了；上学时，他的成绩一直都名列前茅，无可挑剔。作为家中次子，我经常被拿去和他比较，我辛辛苦苦得到的A，在他的A+面前黯然失色。因此，我一直活在他的阴影下，感到自卑；直到那次，我才体会到，我也很优秀。

数学，是一门我擅长但并不顶尖的学科。课堂作业，什么难题我都做得出来；考场上，我却屡屡失利。

一次考试后，我又拿下了和往常无异的“八字头”试卷，见到没上九十，我无奈的叹口气。好友小郑找我聊天：“考得不错啊，为啥叹气？”我回答：“我哥没下过九十分，我却总八十多，我好弱啊。”他问：“你平时那么厉害，怎么考试老不行？”我说：“我考试的时候老紧张，担心考不好，做题时犹豫，常常把对的改成错的。”小郑回应：“你要放松，不要老想你哥的事情，考试就行！”

我好像大悟了，内心也没之前沉重了。但是，在下一次考试中，我还是紧张，以致于又没有考好。

他又来找我聊天，问我成绩一事，我如实回答。他给了我一个秘诀：感到紧张时，几次深呼吸，在心中默念“我很优秀”。

不知秘诀是否有用，我还是担心。

期末考试如约而至，在我拿到试卷时，心跳急剧加快，眼睛开始冒花，做题时像往常一样心神不定。这时，小郑跺了下地面，我看着他，并读懂了他的唇语：秘诀。

我使用了秘诀，心情逐渐平复下来，进入考试的情境，我之前的紧张荡然无存，我的思路越来越清晰，手越来越快，铃响，考试结束。

第二天，我得知了自己的成绩：满分！我热泪盈眶，欣喜万分，好似范进中了举人。哥哥也几乎没考过满分，但我做到了。我深刻地意识到：原来，我也很优秀。

从那之后，我比起自卑，更多的是自信，成绩也水涨船高。

**挫折自信成长作文800字8**

总说人生如梦，梦中也有险阻；总说人生如戏，戏里也有角逐。行于世站于现实，挫折当已是看惯、看淡、看倦、看烦，每当前路雾霾转身尘埃，只得金鸡独立勉强过来。

伏尔泰曾说：“人生布满了荆棘，我们唯一的办法是从那些荆棘上快速跨过，”前路险阻，已无退路，每当处在现实和希望的错口便开始踌躇，担心跨不过去，担心迈不开脚，担心如果就地一跃又会跌倒，那么我们面对挫折时，何不相信自己？

相信自己能够挺过去，给自己一个适当的目标，我们渴望远方，我们向往美好，我们选择前行。英国一个小女孩的母亲从小教育她，只追前一名，这一个单纯的思想使她不断前进，每次都努力奋起，即便学习很苦、进步很苦，还会面对否定、嘲笑，但她相信，只要勇敢地朝目标迈进，就一定会战胜挫折，走向成功。选定一个小目标，逐步实现它，进而逐步实现大的目标，就像参加马拉松比赛，每个拐角每个标牌都可以成为战胜挫折，收获成功的推进力量。

相信自己能够挺过去，给自已一个正确的方向。汪国真说：“既然选择了远方，便只顾风雨兼程”；“既然目标是地平线，那么留给世界的只能是背影”。战胜挫折是为了什么？我们都会这样审问自己。为了给自己一个交代？为了丰衣足食？为了扬名天下？或者只是一种不可或缺的生命历程？想来都不是如此，其实，不论面对的挫折是什么，我们直面它，抗击它的最根本目的，便是去到我们最初想要去的地方，怎能忘记初心，在半路就返航？因而，直面挫折，相信自己，标明方向，跨过挫折、超越自我。

相信自己能够挺过去，给自己找寻方法。丹麦童话作家安徒生曾被批判，被讽刺，从幼时被视为“天才”的神坛上重重跌落，本该从此一蹶不振的他，没有就此搁笔，止步不前，而是选择不断完善，不断进步，最终那些徜徉在海中的精灵，插上翅膀翩飞至万代不衰。面对挫折，找好方法，完善修补、迈向成功。

人生在世，谁都会有面对挫折的时刻。相信自己吧，用目标和方向进行指引，用正确的方法作为驱动，战胜挫折，收获成功！

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