# 最新挫折作文演讲稿(七篇)

来源：网络 作者：落花无言 更新时间：2024-08-02

*演讲稿具有宣传，鼓动，教育和欣赏等作用，它可以把演讲者的观点，主张与思想感情传达给听众以及读者，使他们信服并在思想感情上产生共鸣。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。挫折作...*

演讲稿具有宣传，鼓动，教育和欣赏等作用，它可以把演讲者的观点，主张与思想感情传达给听众以及读者，使他们信服并在思想感情上产生共鸣。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。

**挫折作文演讲稿篇一**

每个人，都只是芸芸众生中的一员，就如同茫茫原野中的一棵草，\_大海中的一滴水。同样，每个人都无法预料未来是什么模样，是圆或是方?我们每个人都会历经艰难险阻，在挫折中沉浮。然而，无力改变外在环境的我们却可以改变自己的态度和内心。

我的身边就有这样一些朋友，他们似乎没有什么烦恼，脸上总挂着无忧无虑的笑。他们遇事从容不迫，宠辱不惊，也更加坚强，能够坦然面对生活，勇敢接受挑战。

举个例子，我们班级的领跑者——蒋同学，他高一入学时成绩仅算是中等，然而却一步一步在进步着，从年级两百多名到前二十，他的脚步仍然不曾停止，不因一次的成绩优异而骄傲自满，也不因同学们或惊羡或赞叹的话语而得意，更没有因一次失误而灰心丧气，他总是微微一笑，然后埋下头去，耕耘在知识的海洋中。

微笑面对生活的人，生活也会回以他微笑。

成绩考砸了，你也许会受到父母的责备，但是，你也可以借机找到你知识中的漏洞;遭到了失败与挫折，伤心失意的你其实正在向成功不断迈进;受到批评了，你也许会感到羞愧愤怒，但同时，你也就认识到了自己的缺点，向你的成长之路迈进一步。

换一个角度看世界，你的人生也许会截然不同。

试想一下，如果贝多芬因为失聪便放弃了音乐，又怎会有《命运》《田园》等不朽名曲响彻世界;如果爱因斯坦因世人的质疑便放弃了探索，相对论从何而来?如果莱特兄弟因挫折而放弃实验，又怎么会有飞机在九州四海遨游?

愿望受阻以后，人生未必就是一片荒凉，倒有可能重新被葱绿覆盖，出现新的转机。每一个获得成功的人，都必定经历了常人所不曾经历的巨大挫折。适时地转换心态，微笑面对挫折，人生才会更加美好。

微笑拥有一种神秘的力量。它能使全身瘫痪的人成就精彩人生;能使失去一条腿的舞者在舞台上转出最美的旋律，能使每个人的人生都拥有一片晴空。

时常思考，时常微笑，其实挫折并不算什么。

如果梦想被挫折轻易地打倒，那必定是你信心不足，执着不够。

时间不会管我们是否迷茫徘徊，它会一直冷静地流淌着。

我们无法使挫折停止，但却能使心态改变。

相信自己，一个敢于微笑面对挫折的人，终会有一片属于自己的天空。

**挫折作文演讲稿篇二**

当你目睹了彩虹的绚烂，可曾想到它所经受的风雨?

当你欣赏着蝴蝶的灵动，可曾忆起它破茧时的苦痛?

当你惊叹于古树的繁茂，可曾念及它扎根所历的艰辛?

没有谁的人生可以一帆风顺，挫折在所难免。你成功与否的差别仅仅在于那挫折是成为了你的绊脚石还是一笔享之不尽的人生财富。

挫折是什么?它是人生的必然，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，其需要不能满足时产生的情绪反应。面对这种挫折情绪，我们又将如何转化为对己有利的价值呢?古往今来，有许多成功人士都是经历了巨大的挫折，历经磨难而后奋发图强，成就一番伟业而名留青史。

美国第32任总统罗斯福，史上唯一连任4届的美国总统，执政12年之久，其影响力之深远并非仅在他不凡的政绩，更源于他遭受挫折后的豁达态度以及不气馁的追逐理想的精神。她的成功并非一蹴而就，只是在挫折面前他从未低头。继副总统竞选失败，更糟糕的事接憧而至——他患上了脊髓灰质炎，可能将导致终生残疾。当命运的噩耗传来，仿佛遭受了无力回天的挫折打压，然而他始终能坦然面对。她住进了疗养院，积极治疗。在那笑声震天的疗养院里，他把降临的厄运当做磨炼自己的机遇，接受今后拄拐行走的事实，并决心用拐杖走向人生的巅峰。他亦成功了，那拐杖纵曾成为对他竞选不利的凭证，却也是人民拥戴他的象征。于他而言，挫折早已不再是磨难，而是他人生的财富，他亦因此创造出了更大的价值。

还记得那个忍辱负重的越王勾践吗?公园前494年战败，被吴王夫差所俘，三年的奴役，一个君王的尊严被践踏，却只能逆来顺受、无从抵抗。放弃吗?这样的生活哪怕对于一个常人也生不如死，但他终没有屈服，所有曾受的苦痛都成为使他内心更强大的力量。三年卧薪尝胆，苦心人天不负，在公园前473年他终于杀得胜利，成为了一代霸主。这样的挫折对一个人来说无疑走到了绝境，可他能正视自己的失败，并将这段经历转化为自己人生独特的财富，卷土重来，取得成功。这需要决心，需要斗志，需要异于常人的艰辛付出。

“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其胫骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，增益其所不能。”挫折是你人生路上注定要经历的砍，跌倒了不算什么，但一定要爬起来奋勇前行，而那些曾经受过的伤便是日后回首你最大的骄傲。那个法兰西第一帝国的主宰，拿破仑曾说：“光荣的成功不在于永不失败，而在于屡仆屡起。”正因如此，才有了他叱咤风云的时代。

人生不在于漫长，而在于精彩。没有风雨怎知彩虹之美丽。那些你比别人多遭受的挫折，终将成为你人生的财富。所以，别再因为遇挫折而垂头丧气、畏缩不前，请拿出你们的勇气与信念，去打败挫折、战胜挫折，走向成功的彼岸。

**挫折作文演讲稿篇三**

亲爱的老师们、同学们：

大家好!

太阳面对重重阻碍自己散发关莽的云雾，没有为此黯然神伤，透过重重云雾，最终将阳光洒向大地，实现自己的人生价值。

张艺谋就是个很好的例子。张艺谋儿时，在\_期间因父亲的原因而被派到咸阳棉花厂工作，做最苦最累的活，他没有因此而感到沮丧失落，正是因为他在咸阳棉花厂的经历，让他拥有了非常丰富的生活经历，让他体会到了冷暖炎凉，后来恢复高考制度时，张艺谋凭着一封真诚的饱含对拍摄的热爱的信和30多件她他的作品被北京电影学院破格录取，如今张艺谋已是中国着名导演。

加入张艺谋儿时没有派入棉花厂做最苦最累的活，那么张艺谋对这个社会的印象或许还停留在儿时单纯快乐的记忆中，便不会有他现在他对社会的精确认识，不会有丰富生活经历，那么我们也不会看到张艺谋拍出的哪一个更深入人心的角色，那一幕幕看似无情却暗含温情，看似冷淡却已波涛汹涌的场景，那一部部震撼观众内心给观众留下深刻印记的作品，又假如张艺谋在面对校派去做最苦最累的工作这一挫折而黯然神伤，认为前路茫茫，前途无量，那么又哪来那精致的30件作品和饱含他对拍摄的热爱的那封信，他又如何被北京电影学院破格录取，学习专业知识，拍摄专业作品呢?

可以说正是儿时的张艺谋被派出棉花厂工作这一挫折成就了现在的张艺谋，正是挫折丰富了他镜头下的一棵小草都有了独特的含义，张艺谋一次次的获得导演大奖，每次他都感谢了很多了，我想最应该感谢的是成长路上儿时的挫折吧，正是这份挫折使他实现了自己的人生价值。

成长路上都会有挫折陪伴，没有谁在成长路途中不会遇到挫折，面对挫折有人黯然神伤，有人却把挫折当做垫脚石，凭借着一块块垫脚石实现了自己的人生价值，生活所给予我们的挫折，都是生活送给我们的包裹丑陋的礼物，所以我们不必因自己前进路上的挫折黯然神伤，因为在成长路上只有经历了挫折，才能实现我们的人生价值。

我的演讲完毕。谢谢大家!

**挫折作文演讲稿篇四**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

平原不出骏马，陡崖间认现琪骥，小林中多见寒鸦，山顶端可寻銮凤，挫折，人生中一笔宝贵的财富，它永远激励着人们奋勇前进。漫漫历史长河，淘不尽千古英雄，岁月的长风，吹不老倾城的容颜。勾践因被俘，所以卧薪尝胆，终一鸣惊人，打败吴国成为一代名君;司马迁被汉武帝处以宫型，所以忍辱负重奋笔疾书写成鲁迅笔下“史家之绝唱，无韵之离骚”的千古佳作《史记》;海伦凯勒先天性失明而不断努力，打败自我，成为世界著名作家……

谁不是在挫折中一步步走过来的呢?它们或大或小，或多或少，那么，我有没有做到遇到挫折时勇敢面对呢?我陷入了深思……学自行车摔倒，我自己爬起来，把自行车扶正再继续，直到学会;考试失利，我自我反省，从中找出自己的缺点与不足，争取下次考好;遇到同学们的非议，我会一笑置之，不再计较一些鸡毛蒜皮的小事。

著名作家巴尔扎克说：“挫折对于勇敢的人来说，是一块垫脚石;而对于懦弱的人来说，则是无底深渊，是啊，一次次地挫折并不会给你带来毁灭性的灾害，就算这一次你失败了，也不代表你下一次的失败，相反，它还会成为一段文字被记录在你人生最精彩的地方，也许多年以后会渐渐淡忘，但它永远都是那段文字，永远都在那个地方永远地提醒你”胜不骄，败不馁“。

既然失败是暂时的，那就不必再羡慕别人的成功或讥讽别人的失败，有句话讲得好：“成功者，掌声和鲜花或许掩去了自我，失败者，落魄的外衣下保藏的可能是一个高傲的灵魂。”是的，李白诗云：“秦王扫六合，虎势何雄哉。”东周列国詹何却说：“见义勇为真汉子，莫将成败论英雄。”

烈焰消去，残阳依旧，没有悲伤，没有哀愁。世界之大，我们所受的挫折不过冰山一角。人生就是疯狂地奔跑然后华丽地跌倒。无论以怎样的姿势跌倒在哪埯，都不算丢人。人生的遗憾，不曾奔跑过，时间一旦错过，便永不能回转，不要等到迟暮才云悔恨，人生的高度，都是跌倒经历垫起来的，你的字典里没有“怕苦”和“怕疼”。

我们战胜挫折，在明天，另一个希望也许正在悄悄孕育着。太阳的光芒驱散黑去照亮大地，在一片灿烂的金色中，成功迈着成熟稳重的步伐，向着战胜挫折，战胜困难，战胜绝境的人们缓缓走来。

我笑迎挫折，与挫折携手共赴梦中的未来。

**挫折作文演讲稿篇五**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

人们常常认为财富是金钱、名誉、势力，然而真正的财富并不局限于此。它还包括知识、智慧……挫折使有志者找到未来的路，挫折使人获得真知，挫折还能使人积累丰富的经验。总之，挫折是人生的一笔财富。

挫折对有志者来说是一笔财富。苏联“宇宙之父”乔尔科夫斯基，少年时患猩红热病而耳聋，被赶出学校。但是他依靠图书馆自学，显示了惊人的数学才能，成为人人皆知的数学天才。他的事例让我们认识到，即使遇到了挫折，但只要有未来的志向，也一定能够克服它。

挫折使人获得真知。德国诗人海涅生前最后一年是在“被褥的坟墓”里度过的，他手足不能动，眼睛半瞎，但生命之火不灭，引出了大量誉满人间的优秀诗篇。这使他明白，也许没有声音的世界更能静心思考，但“被褥的坟墓”绝难予人灵感，一颗坚强的心才是根本。所以，我们不应该惧怕挫折，其实挫折是人生的一笔财富。

挫折是人积累经验。挫折是人生中不可避免的。在人的一生中，会有许多挫折来到你的面前，但你不应该放弃而是应该努力去克服它，挑战自我。在积累挫折的过程中，你能总结出许多经验，这样才能促使你达到你的目标。米勒是十九世纪著名的作家，他生于农家，小时跟别人学画，但他不喜欢他老师的艺术风格，于是就离开了他的老师。后来，他在巴黎以画裸体来养活自己，慢慢地他对画画感到厌倦，就离开了巴黎。在农村，他虽然未能摆脱贫困，但美丽的大自然和淳朴的农民和农家生活，激起了他的画作激情。他忍受了一切艰难，坚持创作，创作出了许多著名的作品，如《播种者》等。从中他积累了丰富的经验，让他明白人的一生都会遇到千辛万苦，甚至疾病、死亡。不怕困难、挫折，努力奋斗，一定能书写灿烂的人生。是的，挫折是人生的一笔财富。

挫折能使人的性格更坚韧。人生不可能是一帆风顺的，每个人在生活中都会遇到挫折，但有人选择了放弃而不是勇于尝试。放弃的人一定不会有所收获。而尝试的人必定会取得成功。巴尔扎克曾说过：“痛苦对于天才是一块垫脚石，对于能干的人是一笔财富。”敢于尝试，一定会有更强的自信力。因此，当遇到挫折时，要勇于克服它。当遇到失败时不要放弃。当遇到苦难时，你不要抱怨，因为这注定是你的命运。挫折使一个人变更为得坚强，让你走向未来发展的可持续道路。

所以千万不要害怕挫折，因为只有面对挫折，积累挫折，尝试挫折，让它成为你人生的财富，你才能成为一个真正富有的人!

**挫折作文演讲稿篇六**

尊敬的各位领导、老师们：

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!

**挫折作文演讲稿篇七**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

成功是一件光荣的事情，因为它是经过不断的积累发挥，最终实现自己的理想的所谓成功。人们往往看到的只是名人成功的那一刻，看到成功者脸上的微笑，但谁会看到成功背后的磨难、挫折呢。有的人只能接受成功带给他的兴奋喜悦，而不能接受挑战，不能面对挫折，他又何尝想过，没有不断从挫折走过来，哪来的鲜花和掌声。因此有句话“失败是成功之母”。

挫折有如一堵墙，有了持之以恒、不屈不挠精神作为凿壁的武器，再加上艰苦奋斗做磨石，有谁还会被这看似坚硬的墙阻拦呢?

挫折又好似埋藏着无数财宝的石和土，而那些寻宝的人只是手握藏宝图--这个纸上谈兵的器械，这样是永远不会发现和拥有闪耀着金色光芒的珠宝。

生命总是在挫折中茁壮成长为可以遮风蔽雨的大树，岁月总是在挫折中延长而发出耀眼的光芒。

有的人认识到挫折，却不敢去接触它，总怕挫折会像顽皮的孩子一样和他开玩笑。有的人和它接触了一段时间却要离开它，嫌弃它太刚强而无法和它融洽相处，而只有少数朋友欣赏它、爱护它，并长期和它和谐相处，是这少部分人感动了挫折，使它化为荣耀的成功。他们不断取长补短，最终是这少部分人取得了最大的胜利。

挫折也如成功一样，是人生中一道亮丽的风景，我们应感激挫折，面对它，带着乐观的心态接受它，面对挑战，我们更加应该坦然，真诚祝愿每个人都能和挫折做朋友，一起同甘共苦、生死与共，一起拼搏，创造美好的未来。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找