# 战胜挫折演讲稿600字(7篇)

来源：网络 作者：落花人独立 更新时间：2024-10-17

*演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？...*

演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

**战胜挫折演讲稿600字篇一**

可请大家记住一句真理吧：青春，是一笔财富，我们拥有青春，这便是追求理想最宝贵的财富，没有梦想，没有追寻的青春怎么叫青春?没有彷徨，没有执著追求的青春怎么称为青春?

有信念，好样的!有追求，好样的!但是大家是否充分预见过这过程中的困难挫折呢?起点时固然有雄心壮志，终点处固然金光灿烂，但是当生活一步步将理想的锋芒磨平，那雄心壮志不照样会烟消云散吗?不要以为我们是在上大学。不是。高尔基说过：“苦难才是真正的大学。”也有一位伟人说过：“苦难是人生的必经之路。”所以当你拥有了雄心壮志的时候，同时你也要张开双臂迎接苦难。

《丘吉尔传》读过吗?这位百年才能诞生一位的演讲天才经过的是怎样的人生经历!大家或许只记得他那十分惨烈的成绩单，却不知道他那孤独的，甚至几次几乎夭折的童年。大家或许只记得他当海军大臣的荣耀，却不知道他从一名普通的骑兵到屡立奇功的战地记者经历种种九死一生的传奇经历。大家或许只记得他那压倒众人，极富煽动性的演讲，却不知道在成长过程中他每每被人嘲笑，讥讽，侮辱的时刻。甚至他那丑陋的长相，矮小的个子总被对手挂在嘴上。大家或许也还只记得他出生在一个贵族之家，应该享尽荣华，却不知道丘吉尔家族从马尔巴罗公爵到伦道夫勋爵之时，温斯顿·丘吉尔青年时所面临的窘境，等等等等。正因为丘吉尔经历的起起伏伏的政坛，坎坎坷坷的人生才成就了他那句不朽的名言：“我能奉献的只有血和泪。”这句话确实充满了血和泪啊。它是由多少苦难积淀而成。

也许有人会说：我不想成为丘吉尔那样的伟大人物，那也请记住吧：梦想的高度与苦难的程度是成正比的。所以在起点处就请准备迎接苦难吧。其实追求梦想就想长跑，苦难则是人的生理极限，遇到它只要咬咬呀坚持一会也便“守得云开月见明”了。可是却总会有人动摇。这些人站在起点时不也踌躇满志吗?着不正说明了我们要充分预见苦难，认清自我的重要性吗?

记住一句再普通不过的话吧：坚持就是胜利，相信付出就有收获，因为“有志者事竟成，破釜沉舟，百二秦关终属楚，苦心人天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴。”这便是信念的力量。

但谁没有弱点，谁没有惰性，大家的理想已经放飞，怎么可以放弃，在奔跑的路上，大家如果没有彷徨，有沮丧，就听听我送大家的一首诗吧，也作为我演讲的结束，希望能给大家一些奔向终点的力量。

假如生活欺骗了你

假如生活欺骗了你

不要忧郁，不要悲伤

痛苦只是现在

相信吧，快乐总会到来

心儿永远向着未来

尽管我们生活在忧郁的现在

一切都是瞬息，一切都将过去

而那过去了的，也将成为亲切的怀念

**战胜挫折演讲稿600字篇二**

在人生这所学校中，挫折是一门必修课。

这门课增加了我们的勇气;增强了我们的意志;坚定了我们的信念，使我们更坚强、更勇敢、更乐观我有这样的亲身体验。

我爱好民乐，喜欢琵琶。刚学它时，我遇到了许多大大小小的挫折。这些挫折几乎将我打倒，一度我准备放弃琵琶。当我心灰意冷时，一次成功的登台演出，使我得到了许多人的好评。

我笑了，这次成功使我懂得了挫折的美丽，明白了如果生活中没有挫折，生活就平淡得好似一杯白开水;如果生活中没有挫折，像一望无垠的沙漠，没有一点起伏，那么生活又有什么意义呢?

也许，你还在摇头，说这些并不能说服你，那么请看贝多芬。贝多芬双耳失聪，要知道，音乐家失去了听觉就像驾驶员失去了眼睛。但他却忍受着病痛的折磨，以一句“我要扼住命运的咽喉，决不让命运使我屈服”激励着自己，继续在音乐领域里奋斗，他创作出了不朽名曲《第九交响乐》。这不仅使他的生活有了美妙的旋律，也为全世界喜欢音乐的人们带去了精彩的生活与美的感受。

司马迁狱中写《史记》;吴承恩在科举中屡遭挫折，但他并没有放弃，写出了《西游记》;一生不得志，生活贫困的蒲松龄创作出了中国著名的文言短篇小说集《聊斋志异》;鲁迅在黑暗势力的迫害下，仍能写出众所周知的《彷徨》、《呐喊》还有全身瘫痪的奥斯特洛夫斯基和他的《钢铁是怎样炼成的》;因患小儿麻痹症而终身残疾的小提琴王子帕尔曼

当这一个个活生生的实例展现在你面前时，你还摇头吗?你还认为挫折仅仅是阻挡你前进的障碍吗?

其实，生活似大海，挫折就似大海中的波澜，赋予大海以壮丽与神秘;生活如蓝天，挫折如蓝天中的白云，星星点点，却布满天空;生活像一张白纸，挫折则像一支支画笔，为生活这张白纸描绘出美丽的图画;生活是一个乐章，挫折则是这乐章中一个个跳动的音符，奏响的优美乐章

假如你选择了蓝天，就不要渴望风和日丽;假如你选择了陆地，就不要渴望大陆平坦;假如你选择了海洋，就不要渴望一帆风顺。让我们勇敢地面对挫折，生活因为有了挫折而更加精彩!

**战胜挫折演讲稿600字篇三**

在生活中，处处都会有挫折，但是，你要是被挫折击倒了，那你就没有办法领会战胜挫折的意义了。俗话说得好：不经历风雨怎能见彩虹?没有人随随便便就能成功，我也不列外。

在一次郑老师教育沙龙的考试中，老师发下数学卷子后，我大致的看了一下题型，还不算太难，不过也不算太简单。我仔仔细细的审题，生怕自己会做错题，所以努力想每一道题该怎样去做。

当我听到老师喊收卷的时候，我愣了一下，但还是快速的写上了自己的名字，信心满满的把卷子交给了老师，这个时候，负责讲解卷子的老师进来了，(收上去的是答题卡)等老师的题讲到一半的时候，我的信心就被击垮了，心里想：这一次完蛋了，肯定考不过及格线，唉，排名一定会一落千丈的，等我下周好好复习一个星期再考试，一定会考到九十分以上的!

果然，我预料的还不错，考了五十四分。我想：从哪里摔倒就从哪里站起来，如果倒下了就说明自己已经放弃了，我一定不能被挫折击倒!

我快步走回家去，开始复习，一直复习到九点多才睡觉。“星期一，我一定要加倍努力复习，让自己考上九十分以上，排到前二百名!

在这一个星期里，我备考一直到九点，期间有很多次想到要放弃，但还是因为自己想到不能被挫折击垮而坚持了下来!终于熬到了星期六，我下定决心要考到九十分以上!

老师在一点三十分的时候准时发下了试卷与答题卡，我的心情很激动，一定要考到九十分以上去啊!我依旧按以前的方法大致的看了一下题，发现这些题我都会做，我拿出草稿纸来，一一验算，我已经下定了决心一定要考到九十分以上去!

等收卷时，我胸有成竹的把试卷给了老师，在一个半小时的讲解题型课中，我一直都很自信，屡次回答老师提出的问题。因为很多题我都做对了。等卷子发下来的时候，我发现自己考了九十八分的好成绩!

虽然人人都会面对挫折，但是，有些人面对挫折的态度是气馁，而有些人面对挫折的态度是自信。挫折并不可怕，而是要看你怎样去面对他了。挫折，每一个人都会碰到他，关键是看你怎么去对待他，如果你是信心满满的去挑战他，那就会战胜他，如果是气馁的面对他，那就会以失败而告终!!!

**战胜挫折演讲稿600字篇四**

人生在世，不如意者十之九。李白多次拜见统治者，希望得到朝廷重用，可是始终难以如愿，但是，在坎坷的遭遇面前，他在心底呐喊“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”，刘禹锡锐意改革，却因为触犯了其他达官显贵的利益，被贬到荒凉之地，在苦难降临之时，他坚信“沉舟侧畔千帆过，病树前头万木春”。他们的经历告诉我们，挫折并不可怕，可怕的是思想的沦陷。

多数时候，我们忙于琐碎的日常生活，忙于工作、学习、交际和娱乐，难得有时间想一想自己，也难得有时间想一想人生。可是，当我们遇到厄运或挫折时，忙碌的身子停了下来，挫折打断了我们所习惯的生活，同时也提供给我们了一些机会，而只要我们善于利用这个机会，肯思考，跨过眼前的挫折，就会获得一种看待人生的新眼光。

古罗马哲学家认为逆境启迪智慧，他把对苦难的认识看做觉悟的起点。而我认为人生在世，免不了要遭受失败与挫折，对之视而不见未免太过肤浅，重振志气，于新的起点扬帆起航，你就一定会站在那众人仰望的金字塔顶端。

我相信一个受尽苦难却仍然对生活充满热爱的人，他胸中一定藏着从痛苦之中提炼出来的珠宝。

感谢挫折，它装满了我多少的情绪，多少闪耀光芒的日子，多少黄昏时的悲伤，多少站在天台眺望飞鸟的清晨。

感谢挫折，它就像一束温暖的阳光，将我们这些平凡的男生女生，照耀成将来的传奇。

感谢挫折，它让我成为了一只美丽而骄傲的燕尾蝶，成功学会了坚强。

世界开始大雨滂沱，潮汛渐次逼近，当潮水涌上年代久远的堤岸，当大雨席卷烈日当头的城市，我不在害怕，在雨水滂沱的山路上，我终于体会到了什么是成长。

感谢挫折，它让我在岁月的累积里褪去了硬壳，孕育出散发光芒的珍珠来……

**战胜挫折演讲稿600字篇五**

挫折是一条幽深的溪流，阻碍着我们通往美丽的对岸，这时，就需要我们自己勇敢的架上一座独木桥。

花季的我们常常因为一些小事儿大发脾气，我们就是这样不考虑结果，不为他人着想，这也正是我们青春与可爱之处。

假期静处于家里，如笼中鸟，渴望笼外的世界。所以便邀上几位好友一起到公园溜冰，打闹。每个人都追随潮流，赶时尚。或是穿着新衣，烫了头发，拿着新款游戏机。满花园散布着活泼的孩子。

我在石板路上溜着冰，忽而发现，和我较好的两个朋友正勾肩搭背，谈论着什么新事物，我便快速冲了上去。一阵阵凉风从我身上习过，路旁景物一闪而过，鸟儿也来与我媲美，我更是起劲的滑着。很快便缩短了我们之间的距离。我正准备减下速来，却忽而像失控的汽车，难以控制脚下这双车轮，直冲冲地撞向他们。

我们一起重重摔倒在地。不仅撞伤了他们，还将他们的新款游戏机撞坏了。这下他们气不打一处来，气冲冲的责备我，一句句痛心的话像一根根利剑，深深刺痛了我的神经。竟与我大大出手，而后，便无了游兴，愤怒的回家了。

我气愤着，坐在窗前，望着窗外。忽而一只鸟摇摇晃晃重重停落在我家窗台上，我注视着，他没有其他小鸟一样轻快，一跃又摇摇晃晃飞走了。窗台窗台上竟是斑斑血迹，这才晓得是他受伤了。我又注意到，此时天空中正盘旋着一只鸟，在寻找它么?他们是朋友么?我忽而明白过来，是我错了，是我不对在先

我立即拨通了朋友的电话，几个数字竟如此清晰而沉重，“嘿，对不起，可以原谅我么?哥们?”我恳求着。“其实我也有错”我的眼睛湿润了，几点晶莹莹的东西落下其实朋友也在寻找我，他回来了

当我们遇到挫折时，当我们愤愤不平时，看看天空，静下心来，在溪流上为自己搭建一座通往变得独木桥，去看看大对岸迷人的风景。

让我们用勇气来为挫折搭桥。

**战胜挫折演讲稿600字篇六**

面对这成功，成功之后必有无数的失败与挫折，但它之所以能成功是以顽强的信念，已作自己的精神支柱。

别人有成有败是他们自己的成果，而自己有成有败却就不一样了!

在音乐方面，有不少人成为演奏家、作曲家、钢琴家!但自己在音乐上也有着成功与失败。

就拿当年考3级时，自己的节奏并不好，老师没有埋怨，反而给我加小课，单独辅导我，因当时还小不知道学，从此基础就半正半歪，一点也不牢，以及格告终了3级考试。那5级更不用说，比考3级还要失败，简直是一败涂地，老师不管我，让我自生自灭，最终还是

7级，正是我扭转乾坤的天时，但没地利，7级的曲子我也不知道怎么回事，不知不觉以一点无误的奏完了，“节奏完全正确，不赶不慢，很好!”老师表扬了我，我也没什么，说：“全靠蒙的。”考试的时候，还是那个监考官，他看见我就叹了一口气，嘴还不时地嘟囔，当演奏完时，监考官大吃一惊，嘴角抹起了笑容，大快人心的说：“进步神速，进步神速!”老师跟着我笑了，我看了老师一眼，他的右手在桌面上立起了大拇指，那大拇指挺得如同青松一样直。

这只是好的开始，真正的“好”还在后头呢，也是挫折的开始。

这是9级与10级的冲刺，这是两个难度大的曲子，不是谱子吹奏很难，而是与伴奏配合很难。没办法，只有挺起腰板，顶着寒风，硬着头皮向前走。虽然慢、冷，风刮在脸上如同刀割之痛，但人生的星光大道上没有说是一帆风顺的，只有全靠自我的信念坚持走到底的。这时候我想起一句话!――干下去，也许只有5%的成功;不干则是100%的失败。于是硬着脸，开始革命斗争，这是成功与失败的斗争，每一方的成败全取决与你自己的信念，看着吧，胜利永远属于正义信念的一方。最终成功的是正义的信念。

这场“龙凤斗”告诉着我们，信念是由你而生，也是由你而灭，成功与信念是并存的，如果没有信念，恐怕是没有成功。但是我还是要告诉你我的信念：强者生存，弱者消亡。弱肉强食的信念是世间的信念，更是我坚定的信念!

**战胜挫折演讲稿600字篇七**

“离离原上草，一岁一枯荣，野火烧不尽，春风吹又生”挫折对于野草来说是不足以让它畏惧的，当野火般的萧瑟的秋风袭来，野草枯萎了，但，它的内心并未枯萎，于是，来年春天，它仅凭着这点坚强，再一次萌发，又一次变得生机勃勃。笑对挫折的野草得以一次又一次地“复活”，而挫折对于这辉煌的生命历程来说又能算得了什么呢?

笑对挫折，成就辉煌人生。

同样像野草一样笑对挫折的还有巨人集团的老总史玉柱。巨人集团曾是个规模不小的大集团，其业绩因开发“脑白金”而突飞猛进，然而，不幸的事还是降临在了这个成功的宠儿身上，一次，集团在开发某项目的过程中，因投资不当，公司面临破产的危机。面对这样大的打击，史玉柱并没有放弃希望，而是勇敢面对，他召集员工开会，商讨解救方案，最终，在多方面的努力之下，巨人集团重新站了起来。

是什么使史玉柱的公司“复活”了呢?是他那笑对挫折，勇敢面对的乐观精神，正是因为史玉柱不屈服于挫折，他才有了如此辉煌的人生。假使，史玉柱当时选择了逃避，选择面对现实，而不是笑着迎接挫折的挑战，就不会有后来毅力不倒的巨人集团，笑对挫折，使史玉柱成为了真正的`“巨人”。

无独有偶，同样笑对挫折的成功人有很多。耳朵失聪却仍坚持创作的“乐圣”贝多芬;经历了无数次失败最终成功发明灯泡的“发明大王”爱迪生;卧薪尝胆，一举成功的越王勾践等等一些鲜明的例子都告诉我们：“挫折算不上什么可怕的东西，它最怕不怕它的人。”乐圣也好，发明大王也罢，他们成功的背后有着多少挫折和辛酸，但是，他们始终笑着面对这些坎坷，最终如明星般耀眼。

如果说“失败是成功之母”那我说：“挫折是辉煌之母。”

挫折也许是个绊脚石，但聪明的人会把它当做自己的垫脚石，把自己垫得高高的，去触摸那精彩的辉煌人生。

笑对挫折，因为挫折背后是人人都向往的辉煌人生。

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