

2023年面对黑暗演讲稿(精选7篇)

演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

面对黑暗演讲稿篇一

大家好!我是五(6)班的___，今天我发言的题目是《战胜挫折，走向成功》。

古人云：人生不如意，十有89。挫折是人生的必然，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，需要不能满足时产生的情绪反应。如同人生的影子，它将伴随着每一个人前进的脚步。虽然谁都期望一生中一帆风顺，事事如意，但是或早或迟，或大或小，总难免遇害上各式各样的挫折。认真准备考试，却没有得到理想的成绩;以诚待人，却换来嘲讽的目光……这些困难都会给我们造成挫折感。面对这些失败，我们会难过，会哭泣，然而，困难不会因泪水退却，人生的磨难也从来不会给出软弱的心灵让座，不能让沮丧把青春的果实泡得霉烂。是逃避，还是奋起?我想大多数人会选择后者。挫折能使人真正的保持聪明和清醒。当遇到挫折和不如意时，越是回避越难以解脱，只有敢于直面它，掌握和运用正确的方法，这才能逐渐走向成熟。

作为重点中学的学生，中考、高考的落榜应该是较大的挫折之一吧!落榜时，多年的努力付诸东流，那种痛苦是无法用言语来形容的。落榜带来的创伤是难以愈合，但是我们能做的就只是哭泣，沉沦吗?相信大家都听过张继的《枫桥夜泊》吧!这首流传千古的名诗正是他科举落榜后写的。他名落孙山的痛苦，侵蚀了他饱经苍桑的心，细细地品尝过那不幸，感受格外深刻，这才把无奈的愁情表达得格外传神。千百年后，

人们不一定记得当年身穿红袍，骑马游街的状元爷，可却都传颂着落榜的张继的《枫桥夜泊》。挫折并不可怕，平静的湖面练不聘书精悍的水手，安逸的生活造不出时代的伟人。只有经历风风雨雨，才能真正实现每个人的人生价值。

天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。挫折不仅是一种难得锻炼，也是上天赋予我们的一笔财富。成绩不好，我们可以找出其中的原因，解决它；把挫折带给我们的苦闷和焦虑化做一种动力，激励我们前进！将情感和精力投入到另一种受艰苦的劳动中，用身心的忙碌去占据有限的思维空间，去潜消内心的痛苦。这样可以迫使自己暂时离开挫折的情境。居里夫人年轻时，由于贫富的差距而被爱人抛弃，可她却没有整日沉浸在痛苦中，而是毅然去了巴黎留学，进行艰苦的科学研究。如果，居里夫人当年没有将挫折带来的苦闷化做动力，那么我们的历史上就有可能失去一位杰出的女科学家。历史上，司马迁受宫刑而历作《史记》；孙臆挫而着兵法；诺贝尔深受的姑娘突然嫁给了坟墓，他转移挫折的方法是把精力完全转向自然科学。

如果说人生是一座大山，挫折就是人在攀登大山中难以把握，难以预期的崎岖山径。只有经得起考验，受到了挫折的磨砺，甩得脱挫折的梦魇，勇于征服攀登中的所有困难，才能取得最后的成功。不要让挫折成为我们前进的绊脚石，让挫折点燃我们心中的信念之火，让我们的心灵充分感受人生的价值和生命的真谛，最终走向成功的彼岸！

面对黑暗演讲稿篇二

大家好

我的演讲主题是一一勇于面对挫折。

人生漫漫如流水，有高处，有低谷，有湍流，有险滩。弯弯

曲曲，百转千回。然而，有的人能屈能伸，可包可容，无畏于岁月的跌宕起伏，无畏于挫折的千锤百炼，不甘于人生的淡忘沉淀，迎难而上，从而乘风破浪名扬千里；有的人却知难而退，溃败于人生的挫折面前，迷失在山重水复间。

乌江岸上，沾满血迹的长剑，染红了江面。四面的楚歌仍然在耳边回荡，只有那孤苦的战马和满地的盔甲聆听。项羽，在征战的路上马失前蹄，功亏一篑。面对挫折，他没有选择去面对，更不用说击败挫折了。只是想着无颜见江东父老，却未想过东山再起，即使是“死亦为鬼雄”，也无法在延续“力拔山兮”的美名。

古今多少英雄豪杰，都因为无法面对挫折，而在历史的长河中沉没，被岁月淡忘。简陋的房内，一担柴草，一张苦胆，是他的必备用品。勾践，同样是遇到挫折，他选择了面对，并铭记它，克服它。尝一口那干涩的苦胆，耳边就萦绕起夫差的笑语；躺在那刺骨的柴薪上，脑中就浮现出吴王面前的一跪。古今多少英雄豪杰，能去勇于面对挫折，击败挫折的，才能被历史所铭记。

同样的，鲁迅、乔布斯、海伦凯勒、贝多芬、马云、李想、丁磊……，一批又一批的后起之秀用行动告诉我们，遇到挫折，要勇于面对，勇于挑战。不去面对，只有可能失败，而面对挫折，或许还能成功，即使失败了，我们也可以理直气壮的说：我面对了，我努力了！没有什么可以让我遗憾的！

同学们且不说那一代又一代的名人，我们应当从自我做起，深刻的反省，是否经常把难题推过于明天，或置之不理；是否见到不易的就不去思考，是否避重就轻等。还有许多，我们应当一一列出来，逐一面对，攻克。

下面我给大家提几个建议：

第一，沉着冷静，不慌不怒；

第二，增强自信，提高勇气；

第三，审时度势，迂回取胜。所谓迂回取胜，即目标不变，方法变了。如果做到这些，相信同学们将会在学习上、生活上有很大的飞跃。我的演讲到此结束，谢谢大家！

面对黑暗演讲稿篇三

失败，每个人都会经历。其实并不可怕，只是走向成功的第一步。

失败是成功之母。伟大的发明家爱迪生一生发明了1000多项发明，却失败了上万次。爱迪生在制作电灯的时候，以极大的毅力、信心和耐心，试验了1600多种材料，制作了碳带、铂丝等金属细丝，但都以失败告终。面对失败和冷嘲热讽，爱迪生没有它就退休了。爱迪生经过13个月的努力，尝试了6000多种材料，测试了7000多次。最后他发现可以用棉线做灯丝，灯丝烧坏需要45个小时。这是人类第一盏实用电灯。还有一种玩具叫“不倒翁”。“不倒翁”的重心在下面，所以不管怎么推戳，一旦放开，它马上又会站起来，所以永远不会趴下。人生就是这样，因为不断的煎熬，人才能变得坚强。你从失败中学到的远远超过你从成功经验中学到的。

“失败是成功之母”不仅应该是我们最喜欢的座右铭，更重要的是，它应该是我们行动的指南。“剑锋磨砺，梅花香自苦寒来”，利在失败，升在勤奋。这是有志青年成才的途径。

我们常说失败是成功之母。如果一个人的成长过程一直很顺利，没有经历过失败痛苦，那么前方等他的注定是更大的失败。历史上的伟人也有从无数次失败中成功的，比如司马迁、陈景润、爱迪生、居里夫人等等。诸如此类的例子不胜枚举。的确，在人生的道路上，失败是每个人都必须经历的人生过程，是我们最宝贵的精神财富之一。别林斯基说：“不幸的是，它是最好的大学，培根认为奇迹往往发生

在运气不好的时候。

正因为如此，在我们的日常生活中，面对逆境要挺身而出，不怕失败，从跌倒的地方站起来。

所以，不愿意面对失败不如不愿意承认失败可取。人生最大的失败是永远不失败，也永远不敢失败。事实上，如果你能把失败作为人生的必修课之一，你会发现几乎所有失败的经历都会给你带来一些意想不到的好处。把失败作为你人生成功的基础，是你最好的选择。

失败不代表你是失败者，而是你没有成功；

失败不代表你一事无成，而是你获得了经验；失败不代表你是一个呆板的傻瓜，而是你有坚定的信念；失败不代表你要一直压抑不开心，只代表你愿意尝试。

面对黑暗演讲稿篇四

大家好！

大树面对狂风时，不退缩，不软弱；花儿面对暴雨时，不害怕，不却步；航船面对大浪时，不畏惧，不放弃。而我，面对挫折时，想过退缩，想过逃避。但是，最终，我依然打败了它们。

当我踏进青春洋溢的中学校园的大门，我的心里无比愉悦与兴奋，但也感受到了一丝学习压力和生活节奏的变快。微风夹着一阵浓浓的桂花香轻悠悠的绕过我的鼻尖，带我走进了明亮的教室。

我的青春校园时光从这里开始。

我小学成绩还不错，所以在第一次测试时，我并没有太过担

忧我的成绩，当老师念到我的名字时，我迈着轻快的步伐走上前去。试卷接过一看，我嘴角淡淡上扬的自信顿时消失了，映入眼帘的是那鲜红而又刺眼的“107”，怎么会…考的这么差。我一直对自己的考试目标很高，这次连班级前十名都没占到。心里莫名的很不是滋味，再一看错的题目，更是让我痛心疾首，全是些不该错的简单问题。经过这次考试，我暗暗地下决心，争取下次一定要考好！我开始每天做练习，就这样刻苦了七天，终于迎来了第二次单元测试。但当我再次看到那100分的卷子我只打了88时，我突然开始怀疑自己，我是不是本来就是差生，本就该如此？下午的地理课让我更加苦恼猜测不堪。

由于老师喊交作业时我在做其他事，以至于全班同学作业都交了，唯独我没交。老师将我批评了一顿。我就很不争气的哭了一节课，因为我从来没被老师骂过。

考试屡屡失利，被老师骂，这对于一个脆弱不堪且自尊心很强的女生来说，是一件足以让她自信心土崩瓦解的事情。

体育课，我坐在大树下的草地上，又是一阵微风吹过，带着桂花香，但香味似乎变淡了许多。我想了许久，想过放松自己，放松学习，因为我感受到很大的学习压力，中考只求个普通高中算了。但我也想过再接再厉，努力做的`更好，考上龙泉，为我自己，也为让妈妈开心，因为她为我做了太多太多，特别是在我生病的这几年。

最终我还是选择了再接再厉，不能因为一时的挫折就放弃，退缩。我想，成功，挫折，喜悦，难过，这些就是青春给我的见面礼吧，它们只是想让我磨砺的更成熟，更坚强。

一阵浓浓的桂花香味袭来，带着一丝丝甜甜的又有一点涩的青春滋味。

面对黑暗演讲稿篇五

亲爱的同学们，你们好！今天我演讲的题目是《微笑面对失败》。

生活中，失败是常有的，它是一个考验，也是一个转折点，这个转折点好比是个分岔口，这条岔道分出了两条路，而这两条路就需要我们去选择它。如果你选择灰心丧气，这条路将通向彻底的失败，我们应该选择另一条路——微笑面对，它使我们吸取教训，走上奋起拼搏之路。

当你做某件事情失败了，心情肯定糟透了。就好象一只无家可归的流浪狗。当傍晚夕阳西下时，喧嚣的城市亮起了让人眼花缭乱的霓虹灯。而小狗只能步在嘈杂的商店旁，身处闹市却感到萧索荒凉。下雨了，小狗狂奔向已倒闭的商店躲雨，甩掉身上雨水，却还是湿淋淋的。天下这么大，却容不下我一只小狗……失败后的心情就好象被世界抛弃一样无助，心空荡荡如也。突然发现原来我是这么不行，一点也坚强，顷刻间泪水像断了线的珠子悄无声息地侵犯我的眼睛，占领我的脸。急促的呼吸促使鼻涕一会儿露面，一会儿玩藏猫猫。好吧！就让悔恨的泪水冲刷掉心中的伤痛，尽情发泄吧！

短暂的'发泄后，回头想想：失败是生活中、学习上难免存在的。一个人一生中不可能没有经历过失败的折磨。而地球也不会因为失败而停止转动，四季更不会因此而停止更替。所以请用微笑来面对失败吧！

失败就好似生活中的一个片段，如果缺少了它，生活就失去色彩，失去生机与活力。正是因为有了它，生活才如此美丽。正因为有了它，才让人们感到成功是多么来之不易。失败的惆怅用微笑去迎接能豁然开朗，心胸荡漾；失败的悔恨用微笑去面对能忘掉忧愁，重新认识自我；失败的不光荣用微笑去面对能驱逐自卑，树立自信。失败就好比一块挡路石，微笑就是自信大锤，一锤下去，失败变得粉身碎骨，看到了成功的

道路。

天才不一定是成功者，而敢于用微笑面对失败的人，一定是成功者！

面对黑暗演讲稿篇六

大家好！

在这激情似火的日子，伴着缕缕金色阳光，三秦学子们齐聚一堂，用自信谱写豪迈，用魅力抒发胸怀，更用智慧、理性、希望展现大学生的风采！

站在这里，此时此刻，我心中依然在不断地鼓励自己。为什么？因为面对这次比赛，我一直深感压力与恐惧！我害怕失败，害怕失败后无法面对那一双双期待的眼神；但是，我告诉我自己，面对生活，我需要这样一种心态：直面逆境，不做生活的屈服者！

说起逆境，我们大家的思维定势都会联想到一些大悲大苦的故事。故事中主人公的经历，总是常人无法想象和承受的。其实我们大家的生活并没有多少大坎坷，大痛苦；相反，我今天所要谈的逆境，就像前面我自己的例子一样，是我们大家生活中经常可以碰到的琐事与烦恼。

举一例子。有时，我们会因为与朋友的关系搞不好而发愁；有时，我们会因为感到社团领导交给自己的任务太难，而身感压力；还有时，我们会因为学业成绩的不满意，而哀声连连。诸如次类的琐事与烦恼才真正构成了我们生活中常见的逆境。

请随我一起回顾我曾经的一个故事。大二的时候，我满怀信心的要在学校举办一次“大学生成功心理学”的演讲，但是，在筹办的过程中我却遇到了以下困难：首先，这次历时两天、每天四小时的演讲需要记忆的材料量很大，10张vcd□6本书，

不仅要浓缩，还要有系统性、层次性以及趣味性；其次，我为了把宣传工作做好，需要完成近20张海报，6条横幅，50张多媒体幻灯片的制作；最后，就是那一颗恐惧演讲失败而惴惴不安、几欲放弃的心。当时，面对这些困难，身处逆境的我，该当如何?!

我不断地自我激励!首先，我努力摆正心态，去面对这次演讲的困难与压力;同时，也考虑到演讲的各种意外和后果。我克服胆怯，去迎击那些有形和无形的障碍。在逆境面前，我坦然得挺直了腰板!这一举动，为我理性的分析困难，寻找对策，从而获得演讲的最终成功，奠定了坚实的基础!

从这不难看出，在逆境面前，我们需要一种坦然、正视的心态。

心理学家研究发现：人类在面对逆境的压力和困苦时，只有坦然正视的心态，才会让人做出理性的分析，正确的抉择，从而引发潜力，化逆境为顺境!

朋友们，人之一生，不如意者十有八九。重要的是我们自己对自我的认识，对环境的理解。环境不能决定我们的命运，相反，我们自己对环境的态度，才真正决定我们的成功与失败。

万事需要一种积极向上的状态。面对生活中的逆境，请不要退缩!沮丧时，让我们引亢高歌;悲伤时，让我们开怀大笑;自卑时，让我们换上新装;恐惧时，让我们勇往直前!

我亲爱的朋友们，面对生活，请直面逆境!因为只有这样，我们才是生活中真正的不屈者!

我的演讲完毕，谢谢大家!

面对黑暗演讲稿篇七

大家好！

那是小学五年级的期末考试。

早晨，我满怀信心的来到学校。天气很炎热，火辣辣的太阳把大地烤的发烫。整个人都仿佛在一个巨大的桑拿房蒸着桑拿，原本热闹的教室此时此刻也静寂无声，仿佛这样就能消除内心的燥热。但是即将面对期末考的我却怎么也静不下心来。

我拖着沉重的脚步，回到家里，站在家门口，我不知道该不该进去。

几天后，成绩出来了。

是啊，我幡然醒悟，一次挫折算什么，如果我像现在这样沮丧，才是真正的被挫折击倒，只有重新振作起来才能做得更好。挫折就是人生的考验，只有经历了困境，之后的成功才会更加可贵。只有面对挫折永不低头，永不放弃的人才能取得最后的成功。我一定会继续努力战胜挫折。

孟子说过：“天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，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。”所以，面对挫折的时候，我选择勇往直前，重新振作！