

2023年成长战胜挫折演讲稿 战胜挫折演讲稿(汇总9篇)

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

成长战胜挫折演讲稿篇一

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。

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！

成长战胜挫折演讲稿篇二

大家好！

在漫漫人生路上，坎坎坷坷的路，悲欢离合情，因此任何人都不能超越，无论你是伟人还是平民，能够一帆风顺固然喜。未能如愿以尝也未必不是一件好事。曾经，泪水模糊了双眼，流逝着忧伤与无助。哭泣中我听到了挫折因胜利而发出的“窃笑”。挫折并不代表失去一切，相反，失去的东西会以另一种东西被偿给你。

那回——我迷蒙的视线中出现了令人豁然心动的一幕；在暴风雨侵袭大地的那一天，路边的一株小草以它柔弱的身躯抵抗着风雨的冲刷，自始到终以自己最灿烂的微笑，立于风雨之中。我才发现，原来生命还可以如此笑对挫折。

绚丽的彩虹只有在风雨洗礼之后才会出现，莫邪之剑只有经过心血与烈火的铸炼才会锋利无比，璀璨的宝石有经过岁月的煎熬和痛苦的磨砺才会显示出独特的光彩……也许在未知的道路上，还会有更多的挫折，更多的风雨，也许我纤细的双手很难撑起一片晴空，也许我稚嫩的双肩很难承担太我的

负荷。但我相信，即便在通向成功的道路上撞得遍体鳞伤，我依然可以凭着执着与恒心去迎接那个充满光明的季节，那个天高任我飞的世界。既然生命选择了我，那就让我用我的热情去点燃生命的火把，尽管生活中会有挫折，那就让我在挫折中磨炼，歌唱着走进每一个明亮和阴暗的日子。

挫折与人生朝夕相守，所以困难挫折带来的痛苦并不可怕。而且又因为，痛苦本身事实上也是一种“清醒剂”，它能使躁动的肉变得清醒……可怕的是遭遇了挫折而一不振，自暴自弃，陷人病苦的泥潭里不能自拔。为了拥有欢乐却摆脱不了挫折的痛苦的身影，终为痛苦所累，又何言欢乐？事实是一个善于承受能够承受挫折的痛苦的人，人生的步履往往显得沉稳，人生的硕果因此也永远相伴在身边。大挫折面前能够保持和取得胜利时同样的心情，保持一个人恬淡平和的心境，是大智若愚，是彻悟世情和愉悦人生的自然流露，是谈懂了人生的旅程中有雨天也有晴天的大度。一个人能经常保持一种健康的心境，就需要自己提升灵魂，修炼道德聚集能量，就需要留往风趣和乐观。马克思说过：“一种美好的心情，比十副良药更能解除生理上的疼痛。”

人生没有永远的挫折，只是暂时的通不过而已。只要想飞从现在开始就应该用心准备，用丰厚的羽毛，自信的雄姿，等待着那划过天空展翅高飞的`瞬间。

我的演讲完毕。

谢谢大家！

成长战胜挫折演讲稿篇三

在丰富多彩的生活中，难免少不了挫折，有的人面对挫折自强不息，而有的人面对挫折就半途而废，没有毅力其实，我面对挫折又何尝不是呢？不过，一直到那天，我才明白。

以前，面对挫折的我一直都在逃避，不敢面对在小学五年级的时候，我的成绩仍然平平常常，说实在的，我父母与我都没有想过要去考甚至是读重点中学，现在回想起来，逃避困难也是原因之一吧！

记得有一次，天空蓝得那样迷人，让人翘首眺望；蓝得那样纯洁，让人放飞理想；蓝得那样神秘，让人浮想联翩。鸟儿自由地飞翔，迎着困难而上，或许当时的我连一只鸟儿都不如吧！每一次遇到难题，心里总是在想：管他的，等一下抄下同学的。

每次，每次渐渐地，失去了自立，总是依赖别人，成绩可想而知，面对困难一直一直在逃避，真不像初升的太阳。一直到五年级下期，父母见我的成绩一直在退，便寻问我原因，此时妈妈给我讲了她小时候的一件事来：她生活在农村。

每一次下雨，河沟里面涨满了水，她也曾想过退缩，但看见她的同学都可以迎着困难而上，她还是鼓起勇气去挑战从此，她不会为了任何一件事而放弃听着，听着，泪水已经流了下来，当时，我的心被感动了，被那种坚强所感动，我对妈妈说：妈妈，我知道该怎么做了。

从此，面对困难的我，绝不会放弃，我的心就像雨后的天空，出现了一道最绚丽的彩虹！六年级，我开始奋斗了，无论遇到什么样的困难，我都执着一直到现在，不，一直到我的一生一世自从那天起，我开始自信，雨后的天空真是太美了！

面对挫折，就如同面对一个内心深处的你，只要不灰心，不放弃，你一定会战胜的！战胜挫折，拥抱成功！

成长战胜挫折演讲稿篇四

演讲稿是作为在特定的情境中供口语表达使用的文稿。在现

在社会，演讲稿在演讲中起到的作用越来越大，那么，怎么去写演讲稿呢？下面是小编精心整理的战胜挫折，放飞理想演讲稿，希望对大家有所帮助。

到演讲主题之后我一直在想，何为起点？何为终点？生命有起点，人生中处处是起点。生命有终点，可人生有吗？如果有，那古人的思想对我们所起的深刻影响不正代表着一种生命力吗？我继而又想到了一个问题：何为人生？一本书上说，人生就是出生的喜悦不属于你，死去的悲伤也不属于你，只有活着的那一份艰辛属于你。一本书上又说，没有追求，没有作为的人生不能称之为人生。

我们以相同的方式来到世上，经历了不同的人生经历之后相聚于北林，我们，一定想要活出自己的人生，在相同的起跑线上，大家一定都编织着自己的梦想。可是大家有谁知道梦想的彼岸在何方？终点，和未来一样不可预知。这中间我们会怎样总是充满神秘。

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。

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

成长战胜挫折演讲稿篇五

大家好!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，十有八九。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！

成长战胜挫折演讲稿篇六

世界上没有完全平坦的路，而人生的道路上也一样；有谁没有在人生的道路上留下失败后摔倒的痕迹，有谁没有在人生道路上遇到过挫折？而最重要的是你怎样去看挫折与失败。当然我也是在这条都路上摔倒了一次又一次。

记得给我打击最大的一次就是收到中学的录取通知书。不是我自大，也不是我认为此刻的学校不好，而是我认为我能够到达更好的学校。回到家后，我望着桌面上被我团成一团后

又展开的信封，我呆了、颓唐了、不知所措了。就这样浑浑噩噩的过了好几天，我不知为何又有了动力。

“喂！你到了那样的学校没得混了！”电脑桌面上弹出一个对话框。他的话让我愤怒不已，而我又毫不留情的反驳回去“对，我不是去混的，虽然我进入了这所学校，但我必须会比你、你们做得更好！”他无言以对，我也开始了尽力的学习。多是、做练习，甚至连平时最不爱听的妈妈的唠叨，我也认真的去听，因为，我明白她是在把她毕生的经验讲给我听。考试后，几个不一样学校的同学聚在一块，谈谈成绩谈谈变化。当我们都把成绩说出来是，我心里悬着的一块石头落地了，我超过了以往班上学习最好的人。而他们，也都说我长大了、成熟了。

也许是因为上一学期我的成绩太好，而我也太过松懈了，所以看起来有一点不着调的样貌。寒假里没有想暑假时那样认真的、一笔一划的去写作业，去学习。

我，再一次竞赛中败下阵来，没有了动力。大雾笼罩了我的长个世界，我看不清前方的目标。在梦中，突然听到了妈妈常说的一句话“孩子、成绩只属于过去，而你的前方还有很长的路要走，不要停留在那里。”梦中惊醒，一下子明白了很多。第二天清晨，见到妈妈，她说：“孩子，你的眼睛比放假前明亮了许多，应当能够看得更远吧？”当时没有反应过来，此刻却觉得这句话饶有风味。是的，妈妈的话语如同阳光一般将我的世界里的大雾照散。恩、我必须会努力做得更好。

是啊！没有人的的人生道路上不留下失败后摔倒的痕迹，没有人的的人生道路上没遇到过挫折。有人摔倒了就爬不起来了，遇到挫折后就无法重新振作了。但但我就是在一次又一次的摔倒后又爬起来，遇到挫折后又重新振作中，一点一点的成长着，蜕变着。

成长战胜挫折演讲稿篇七

大家好！

夏衍曾说过：“种子不落在肥土而落在瓦砾中，有生命力的种子决不会悲观和叹气，因为有了阻力才有磨炼。”契诃夫也说过：“困难与折磨对于人来说，是一把打向坯料的锤，打掉的应是脆弱的铁屑，锻成的将是锋利的钢刀。”由此看来，痛苦、挫折不仅是困难，更是成功的基石。

每个人都渴望成功，但通往成功的道路上充满了挫折，它们如恶魔一般对你虎视眈眈，并随时都有可能扑向你，将你打败；它们手中仿佛有一套枷锁，将成功牢牢的锁住。但如果你能将挫折打败，就会成为成功新的主人。

回首世界历史，穿越时空隧道；无数成功者的经历告诉我们，没有挫折这只拦路虎挡路，他们的成功将没有意义！

春秋后期，南方的吴越两国强盛起来，展开了激烈的争霸战。在一次激战中，越军惨败，几乎全军覆没，越王勾践屈辱求和，夫妻俩为吴王守墓、牧马，当奴仆侍奉吴王。三年时间忍辱负重，才赢得吴王信任，回到越国。回国后，他决心报仇，洗雪国耻。他每天晚上睡在柴草上，用戈矛做枕头；睡觉前、起身后、吃饭时，都要尝尝苦胆的滋味，以提醒自己不忘亡国之耻。由于勾践坚定了报仇雪耻的信念，又发奋图强，终于在公元前473年一举打败吴国。吴王夫差自杀身亡，勾践重新跃上了皇帝的宝座，成为春秋末年的霸主。

越王勾践的成功离不开他战略战术运用得当，但更应该取决于吴王夫差赐给他的挫折；倘若吴王没有攻打越国，勾践继续做他的皇帝，他没有经历过挫折——不了解挫折带来的这种苦难，他是否会成为一代明君？他是否能够成为春秋霸主中的佼佼者？他是否会成为现代历史教科书中家喻户晓的人物？大家都知道，答案是否定的。

好了，我们再聊一聊著名科学家爱迪生，这个影响世界的人。爱迪生一生中发明了许多东西，他也因此功成名就——建了自己的工厂，但他并不是好运的，幸运女神仿佛在捉弄他：那是一个隆冬的夜晚，爱迪生的工厂突然失火。顷刻之间，做唱片用的材料赛璐珞，化学品及大量的可燃物品全部燃烧起来。他所有的财产都在大火中烧光。爱迪生看到熊熊烈火吞噬了整个工厂时，他竟兴奋地大叫起来：“这样的大火，真是百年难得一见啊！”并随后找来了他的家人，来观看这样的大火。这时的爱迪生已经67岁了，人们都在揣测，这场大火也许烧去了爱迪生所有的希望，他可能受不了这样的打击；可能他将从此心灰意冷地沉寂下去了。

可爱迪生却出乎人们的意料——他立即重建了工厂，在一个多月后发明了留声机。正是因为爱迪生面对挫折不畏惧，勇敢前进，才发明了留声机；假若他受不了这次的挫折而放弃的话，那么，世界上也就不会有一项伟大的发明，那么，人们也会多一份寂寞。人的一生，不会一帆风顺，挫折是必不可少的，它就像泥土，弱者被它活埋，而强者拿它垫脚。你的一生中一定会有挫折，那就战胜挫折，走向成功！记住，生活因挫折而精彩！

我的演讲结束，谢谢！

成长战胜挫折演讲稿篇八

大家好！

人的一生充满了挫折和困难，在有些时候让自己受一些挫折，也是有好处的。

挫折其实像所有的事物一样，也有两面性一好一坏。它不但会给人们丧失信心和勇气，使人们自悲，也会把磨难和困难带给人们。但是，只要人们通过磨难，克服困难人们就会充满自信，并会寻回勇气。但是通过磨难也是要有真本领的，

不是随随便便就可以克服的。

挫折的好处有，但要在度过挫折后你才会发现，不然就不能体会出挫折的好处何在。挫折过后，你可以从中吸取教训，获得经验，变得更勇敢，从此不再惧怕挫折，至少也不会被挫折吓软腿。

在生活中，学习中，我们就要给自己挫折。

在考试结束后，无论考得好差，先要保持镇定，并分析出不该错的题和会做却没做对的题，在心中自己告诫自己下次不能再这样，并在心中批评自己一番。这样的话下次就会吸取教训，下次就能进步，取得成功。

其实挫折可分为三类，一类是生活中的困难造成的，另一种则是自己给自己施放的，还有一种是亲人、老师朋友之间给你的压力转变成的。

第三种挫折在你灰心丧气的时候可以让我们反省自己，再鼓起勇气；在你为自己的成功高兴过度时的一个警告，示意你不要高兴过头，那样下次就不能的到成功了。

挫折也不完全是坏的它是两面的，它也能帮助我们，但也会害我们要掌控好挫折。记住，在必要的时候需要给自己一些挫折，这样会更好一些。

谢谢大家！

成长战胜挫折演讲稿篇九

人生旅途不可能一帆风顺，磨难、坎坷也是难免的，但是遭遇挫折，我们不要气馁、妥协，我们要勇敢地同它们战斗，成就一个辉煌的人生，让苦难成为我们人生中的一个转折点，成就我们不平凡的人生。

枣树被砍后真的来年枝头结满了枣子，母鸡浸了水后，果然又开始生蛋了。世上的万物实在有些奇怪，竟然应了那句“苦难是金”的老话。

历史上也有一些仁人志士，当他们遭受挫折时，他们没有逃避，而是勇敢的面对。音乐巨匠贝多芬双耳失聪，后来又经历母亲去世、女朋友和他分手的打击，但是他没有气馁，还说出要扼住命运的咽喉，最后弹出《命运交响曲》；越王勾践败于吴国后，他忍下胯下之辱，最后终成复国大业；而司马迁在遭受宫刑之后，愤然写下“史家之绝唱，无韵之离骚”的《史记》。

这些伟人难道是天生的吗？不，因为他们历经坎坷、艰难困苦，才取得了不平凡的人生，如果他们当时没有经历那些挫折，他们的人生也就不会这样，所以说，是挫折造就了那些伟人，成就了他们的人生。他们面对挫折不卑不亢，把挫折踩在了脚下，成就了一个不平凡的自己。

漫漫人生，茫茫人海，挫折随时都会与你相伴，不管你愿不愿意；所以，我们面对挫折时，不应该放大痛苦，应缩小痛苦，让挫折失败，学一学伟人，要记得“不经历风雨，怎能见彩虹”还有“不经一番彻骨寒，哪得梅花扑鼻香”。人生就是这样，要过平凡人生还是伟大人生，完全是自己的选择。