最新演讲稿勇于面对挫折(实用14篇)

环保工作需要广泛宣传,使人们意识到环保的重要性和紧迫性。为了让大家更好地理解通讯稿的写作技巧和要点,小编特意选取了一些范文,供大家欣赏和学习。

演讲稿勇于面对挫折篇一

人生有很多选择,不同的选择带来的不同结果会给你不同的人生。苍鹰威严一生,是要选择广阔的天空去争取;狮子赢了一辈子,是选择广阔的土地去拼搏换来的;鲸鱼一生都在游泳,那是为了选择无边无际的海洋。不同的选择导致不同的人生。所以,选择决定人生。

选择需要勇敢,勇敢的选择改变自己的人生。达尔文说人的祖先是猴子。我相信,但是我很奇怪为什么还有人和猴子,就是选择不一样,就是勇敢不勇敢。在古代,猴子安全地生活在树上。他们从未到过陆地,也不敢到达。他们不知道在陆地上会遇到什么。他们很害怕。其中,有勇敢的,也有胆小的。当勇敢的人选择来到陆地,就会进化成今天的人。他们勇敢地克服各种困难,成为聪明人。他们有能力对抗其他事物,改变自己的生活和后代;胆小的选择留在树上,也就是今天的猴子。他们还是和以前一样,面对强大敌人的侵略毫无抵抗之力。他们及其后代的生活就这样决定了。

面对选择,勇者努力创造辉煌,胆怯者被岁月掩埋。所以,选择需要勇敢。选择需要智慧,智慧的选择改变人的一生。当今社会面临着许多选择,这些选择往往充满诱惑和危险,需要明智的选择。有时候需要选择融入,有时候需要选择反抗。这就像把胡萝卜、鸡蛋、咖啡放进开水里一样。在沸水中,胡萝卜变软,它选择接受它们;当鸡蛋变硬时,它选择抵抗;咖啡和水混合,它选择融入。在选择面前,不同的情况下必然有不同的选择,他们不同的选择也带来不同的结果。

我们也要面对不同的情况,在社会生活中选择不同的选择,这是智慧的选择。

选择需要理性,理性的选择改变人的一生。第三年的生活忙碌而充实。甚至下课后,教室里都是"沙沙"声,但这只是一种人。在人生的这个关键时刻,有竞争,必然会导致痛苦,但这种痛苦只是短暂的。面对这短暂的苦难,人们理性地选择面对,坚持,选择挑战;盲人选择荒凉,浪费,放纵。苦难是短暂的。经过苦难,理性的人获得成功和快乐。盲人得到的是失败和悲伤。面对生活中的选择,我们需要理性地面对。

人生有不同的选择,也正是因为选择不同,世界上才会有不同的人。刘洋选择坚持太空梦想,成为中国太空飞行第一女;谭跃选择了坚持对知识的追求,成为无数人崇拜的"站立的神";当鲁迅选择弃医从文时,他成了一个激进的革命者,备受推崇。因为不同的选择,勇敢的选择,理性的选择,我们尊重的人会被抚养长大,生活会更充实,更精彩。

人生因选择不同而不同。所以,在我的人生中,我愿意用勇气、智慧、理性去选择,相信我会走的更辉煌更好。选择成就人生。

演讲稿勇于面对挫折篇二

亲爱的老师、同学们:

谁不希望生活能够风平浪静;谁不希望生活能够一帆风顺;谁不希望生活能够晴空万里;谁不希望生活能够无由无虑。

如果没有挫折,我们的人生就会变得枯燥无味;如果没有挫折, 成功的价值就大大降低;如果没有挫折,人的生命就会变得很 脆弱;如果没有挫折,人们就不会学会坚强是什么;如果没有 挫折,当人们谈到成功时,又怎么会感慨道:"谈何容 易"呢。

我喜欢一个人端着一杯散发着淡淡香味的茶,坐在阳台上,拿着一本书细品,细品茶的甘淳,细品书的情感,也细品书中人物所遇到的挫折。

面对挫折,需要的是我们勇敢的面对。

保尔·柯察金面对疾病的缠绕,仍不放弃为国家贡献出自己的力量;贝多芬面对失聪这一沉重的打击,仍能坚持创作出一曲又一曲不朽的作品;爱迪生经过不断的实验,面对着几十次的失败,仍坚持自己的实验,最后成功发明了电灯。

所以说,成功是需要有挫折的激动,而生活也需要有挫折的激励。

我们生活在这大千世界里,如果没有了挫折,人们就不会懂得珍惜自己拥有的一切。如果生活中没有挫折,人们就不会懂得生命的宝贵,如果没有经历生老病死,人们就不会去珍惜生命,只会任意踩踏生命。如果生活中没有挫折,人们就不会进取,就不会懂得成功的价值,没有进取,人生就缺乏了生命力,生活只会变得枯燥无味。

所以,生活中需要挫折,没有挫折就不会有五彩缤纷的人生,不经历挫折,生命就会黯然失色,而成功也会失去它原有的 光彩。

生活需要挫折的点缀,才会有成功的光辉。

演讲稿勇于面对挫折篇三

亲爱的老师,同学们:

大家好!

生活就是一个五味瓶,而挫折就是其中独特的一味,缺少了它所带来的痛苦,生活便会变得昏暗;生活是一张调色板,而挫折就是那深沉的底色,没有了它的陪衬,所有明亮的色采也显不出美丽;生活是一条奔跑的小溪,而挫折就是其中的颗颗小石子,没有了有了他们磨练,就少了一份历练。

生活是如此的美好,可是这甜蜜中也需要一点点苦味——挫折。

"我知道你这次在期中考试是没有考好,或许对你来讲是一次很大的打击,但是要知道,每一个人都会经历挫折的,没有哪一个成功的人是一帆风顺的,也没有哪一个人会马马虎虎的成功的。孩子,挫折对强者来讲只不过是个垫脚石罢了,但对弱者,它是一个绊脚石,它可以一下子把一个人的信心击碎。孩子,你想一想,他仕途不顺,可他还有'长风破浪会有时,直挂云帆济沧海'的豪情,孩子,把心放宽些吧。挫折带给你痛苦的同时也会给你意想不到的收获的。"班主任拉着我的手苦口婆心的说下了这番话,心里顿时涌上一种莫名的感觉,是感动,是委屈?都不重要了,一切重新开始!

每天的清晨我不孤单,只因有星斗伴着我;每天的晚上我不孤单,只因有月亮陪伴我,渐渐地,我的成绩有了提高在第3次月考试,考得了好成绩。我饱尝了艰辛,也收获了学习带给我的喜悦。

老师,也谢谢你,是你让我知道,生活需要挫折,而我们所做的就是要克服挫折!

我的演讲终了。

谢谢大家!

演讲稿勇于面对挫折篇四

我独自坐在窗前,眼睛凝视着远方。眼睛,已经哭得红肿;眼泪还在流。我没有眼泪。让泪水流到我的嘴里。它们是涩的。让眼泪湿了,就把分数差的卷子发出来。

不知道坐在窗边多久了,只知道太阳落山了,月亮升起来了。 我没有时间去想这些,但我还是会去想这次考试。老师看成 绩的时候,我的心怦怦直跳。我越害怕事情,就越无法回避。 不能直视老师布满血丝的眼睛,不能看可怜兮兮的分数。我 不敢相信这是我自己的成就,但我必须相信事实摆在我眼前, 我失败了。

月光惨淡,像流水一样,静静地洒在桌子上,映得我脸色苍白。我想起了我的父母,这个时候他们可能还在努力;我想起了早年父母在黑暗中劳作的身影;记得每次出发前父母关心的话。现在. 我为他们的关心感到惭愧。

窗外,月亮已经高高升起;窗口保持不变。痛苦的相遇让我觉得自己太优雅了。我抬起头,试图伸展我的大脑。突然,一个挺拔的身影映入我的眼帘。我会留意的。原来是窗外的杨树,是经过反复风雨袭击才存活下来的杨树。它比以前更高更直。我突然想到居里夫人,爱迪生……一阵冷风吹过,书页沙沙作响,打断了我的思绪。我冷战了一下,脑子很清楚:不行,我绝不能退缩,我要夺回应有的成绩。失败只意味着昨天和过去。过去的一切只能变成零。我想重新开始,用新的态度面对失败,迎接下一个挑战。

爱的泪水化作一股空气的力量,涌入我的全身。我看着被泪水浸湿的试卷,擦干眼泪,握着笔,开始认真总结······我希望这次失败成为我的动力。

窗外,皎洁的月光流泻千里,星星不知道什么时候出来了,调皮的眨着眼睛,脸上露出了灿烂的笑容!

演讲稿勇于面对挫折篇五

敬爱的老师,亲爱的同学们:

大家好!今天我的演讲主题是: 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xxx岸上,沾满血迹的长剑,染红了xxx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xxx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xxx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xxx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xxx[]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!

在我们的成长过程中,既充满了成功的愉快,也会遇到各种各样的挫折。比如早上因起床晚,上学迟到而被老师批评;期末考试,尽管做了比较充分的准备可成绩却不理想;参加班干部竞选,自以为很有希望,结果却意外落选;课堂上没能回答出老师的提问;明明做了好事却被同学老师误会等等。这时,我们往往会产生焦虑、失望、忧虑、担心、痛苦等情绪反应。

问题是当我们遭遇挫折、身陷逆境时,我们该怎么办?不同的人此时会有不同的反应,也因此就有了不同的命运。弱者往往是心灰意冷,神xxx黯然,从此可能一蹶不振、一事无成;而强者却能保持冷静,心中的希望之火不熄,从而能发现新的机遇,获取新的成功。

那么如何来面对挫折呢?

首先,应该明白挫折不可避免。古人云:"百年人生,逆境十之xxx"[]在生活中,在学习上,我们不可能一帆风顺,事事如愿,总会遇到各种干扰和阻力。躲避挫折是不可能的,关

键是要正视它,要以宽阔的胸襟,以平常的心态去面对它。

其次,应该认识到挫折能够磨练我们的意志。挫折虽是件坏事,但它又能变成好事,它能增强我们的信心,能够磨练我们的意志。挫折是通向成功彼岸的必经之路,能让我们内心深处激起希望与力量。有这样一则故事:草地上有一个昆虫的蛹,被一个小孩发现并带回了家。过了几天,蛹上出现了一道小裂缝,里面的蝴蝶挣扎了好长时间,身子似乎被卡住了,一直出不来。天真的孩子看到蛹中的蝴蝶痛苦挣扎的样子十分不忍。于是,他便拿起剪xxx把蛹壳剪开,帮助蝴蝶脱蛹出来。然而,由于这只蝴蝶没有经过破蛹前必须经过的痛苦挣扎,以致出壳后身躯臃肿,翅膀干瘪,根本飞不起来,不久就死了。这个故事说明了一个人生的道理,要想获得成功就必须承受痛苦和挫折。挫折是对人的磨炼,也是一个人成长的必经之路。

另外, 要学会战胜挫折。

- 1、是要分析产生挫折的原因,特别是要分析自身的主观原因,找到战胜挫折的方法。
- 2、是要有战胜挫折的勇气和毅力。俗话说: "困难是xxx簧, 看你强不强,你强它就弱,你弱它就强。"要想战胜挫折, 走出逆境,就一定要有坚定的信心和顽强的毅力。
- 3、是要树立远大理想。古人说"人无远虑,必有近忧"。没有远大志向的人,必然是"小人常戚戚"。对于我们中学生来说,就是要树立为中华之崛起而读书的志向,只有树立远大理想,才能经受得起种种挫折的考验。

有位哲人说:如果一个人没有品尝过饥渴的滋味,就不可能深深体味到食物和水的甘甜。同样,任何人在一生中不可能总是一帆风顺,事事成功和如意,总会遇到一些挫折和失败。只有学会自我调整,勇敢地走出情绪的低谷,对任何事物,

作好两种准备,即胜不骄、败不馁,不断吸取和总结经验教训,才能为最后的成功垫铺台阶。

同学们,挫折、失败并不可怕,可怕的是在挫折、失败面前一蹶不振。请铭两幅对联,希望它成为你的座右铭:

自古雄才多磨难,从来纨绔少伟男。

宝剑锋从磨砺出,梅花香自苦寒来。

让我们勇敢地面对挫折,去迎接人生道路上的种种挑战吧!

大会主席、各位评判、各位来宾以及各位同学:

大家早上好!今天,我的演讲题目是:失败,不怕!

同学们,你们尝过失败的滋味吗?你很努力,很用心地学习可是考试成绩不理想;你每天幸勤苦练,参加比赛却榜上无名;你兴致勃勃地下厨却烧了一手的焦菜······这些都叫失败。

失败了,我们是多么地沮丧、伤心、痛苦啊!就像一个泄了气的气球,我们失去所有的力量。然而,要是我们能痛定思痛,在思想上做一个急转弯,把失败当作"一个不太满意的结果",或者是"一种考验"、"一种成长过程",这样,心里不就舒服多了吗?更何况人的一生不可能永远一帆风顺,难免要经历一些风霜雨露,荆棘载途,又或者承受一些挫折与失败,只不过有的人栽跟头栽得多一些,有的人栽得少一点而已。

相信在座的每一位都知道"失败是成功之母"吧!没有一个成功的人不曾经历过失败,而且许多伟人更是从无数次的挫败中诞生的。音乐家贝多xxx就是一个典型的例子。他的大部分名曲都是在他聋了之后才完成的。到底他是怎么完成的呢?那全是因为他拒绝向命运屈服!虽然他听不见任何声音,可是乐

曲却依然在心中回旋。他是用心灵来写曲阿!

也许,你们会认为这是一件困难的事吧?但是,有志者事竟成。 成功不是偶然,失败更不是命运。法国名将拿破仑也这么说 过,在它的词典里头是找不到"不可能"这个词儿,因为他 坚信:事在人为!所以,当我们失败了,何不把气馁与痛苦化 为为动力,提起勇气面对失败,正视失败,再持着屡败屡战 的精神,继续奋斗,把"不可能"变成"可能",把"不成 功"变成"成功"!

最后,我以大发明家爱迪生曾说过的一句话来结束我今天的演讲:当你想放弃的时候,往往不会知道成功离你有多近。如果你成功,那是因为你比别人多了一分坚持。请你坚信:野草遮不住太阳的光芒,困难挡不住勇敢者的脚步。只要你肯付出,不怕失败,"成功"总有一天会属于你的!

谢谢!

演讲稿勇于面对挫折篇六

我们都是尘世凡间的普通人,与其仰望天际漂泊的云彩,不如做一枝倾情绽放的花朵,用简单快乐之心,淡视风云变幻,笑迎雪雨冰霜;不避生活常态,不畏他人嘲讽;盛开时无须肆意遮掩,凋零时坦然面对凄凉;散发着自己的芬芳,坚守着自己的故事;用装扮世界来体现内涵,用愉悦众生来诠释美丽。

装得谦卑是为了隐藏骄傲;表现出痴狂而忘了智慧;庆祝胜利时却失去了初衷;取得进步时受到了各种诱惑;为了真理而追求知识却忽略去提升高贵的灵魂;与并非真正需要的人为友;吸收知识时良莠不分;爱那些轻视我们的人而且帮助那些威胁我们的人。所有这些都是人生的重负。

走在熟悉的路上,往往会忽略了细微之处不可多得的美丽;

而走在陌生的路上,却又会因为迷恋途中的.景致而耽误了行程。身边的人每天都在为自己默默付出,我们往往视而不见; 而刚认识的人只要对自己好那么一点点,我们就会受宠若惊! 糖放得太多了就会感觉到苦,爱得太深了就会感觉到平淡。

演讲稿勇于面对挫折篇七

我叫蒋敏,是四川成都彭州市公安局民警。

我出生在风景如画的北川县小坝乡。我曾经有一个幸福的家庭,有疼爱我的丈夫,还有活泼可爱的女儿睿睿,全家人其乐融融。我还有一个亲亲热热的大家庭——母亲、外婆、奶奶、叔叔、舅舅和舅妈······他们都生活在我的老家北川县城。

5月12日地震发生时,我正在上班,忙着核对全局民警的工资 材料。突然,公安局的大楼剧烈晃动起来,我跟着大家从摇 晃的楼道跌跌撞撞地跑了出去。

各部门的情况迅速向市局指挥中心聚集:很短时间内,统计的伤亡人数不断攀升。紧接着,我们全警出动。我随巡逻小组上街巡逻、察看灾情、维持秩序、救助群众。

一路上,我不断看见惊慌的人们,动不了的车子,严重裂缝的房子,甚至还有刚刚被转移到空地上就要临盆的孕妇……一座城市,就在一瞬间改变了模样。那一刻,我才真切地意识到,这是一场灾难!

我已经顾不上和家人联系了,和同事们一起忙着救人,安抚 受惊的群众。一直到4点钟,我才知道这次地震震中不是彭州, 而是汶川。我的心一下子揪了起来:彭州离汶川那么远,损 失都那么重。那么,离汶川仅仅一山之隔的北川呢?也不知 道妈妈、女儿、奶奶、外婆她们现在怎么样了?!我急得不 得了,一个劲儿地给丈夫和北川的家里打电话,可惜直到电 池用完了,也没有联系上任何亲人。 晚上10点,雨下得很大。我只知道在成都的丈夫平安,而北川的家里仍然没有一点消息。当晚11点多,有个老同学问我,是不是搭他的便车回北川?我真想和她一起回去!可是我不能走,也走不开。同事们忙得不可开交,我走了,我的工作交给谁?我对同学说:"你回去见到我的家人,一定帮我把他们接出来。"

当天晚上,我和同事们在公安局的指挥中心,守着三部抢出来的值班电话,向不断打来电话的焦虑群众澄清谣言、通报信息、解除疑惑、安抚人心。

整整一夜,我没有吃一口东西,没有合一下眼。

13日下午,我终于接到了舅舅从北川打来的电话,舅舅哭着告诉我:我们家的房子倒了,有10个亲人下落不明。舅舅的话让我难以置信。我抱着一线希望和丈夫商量,由他回北川寻找亲人,一定要把他们接到彭州来。

怀着极度焦虑、复杂的心情,我不断地用做事来冲淡自己的担忧。抬水、搬方便面、接电话、给大量的电池充电,我全身心地做好每一件事情,以消磨自己的担心。

15日凌晨,丈夫从北川回来了。很久,丈夫只说了一句:"敏敏,你还是挺幸运的。"看见他走得已经明显肿胀的双脚,我心头充满了不祥的预感。

第二天,我看见了丈夫用手机拍下的灾后老家的画面:原本5层的楼房,已经下陷了3层,顶楼的一角直接压在了临近一幢楼房的3楼。到处是砖块和断裂的预制板,亲人们的.住房全部被滑坡的山体所掩埋。那一刻,我的眼泪一下子就流出来了。我明白,其实丈夫跑遍了北川县城,根本没有亲人们生还的消息!

公安局民警演讲稿:面对灾难,我选择坚强

睿睿,我的乖女儿,你在哪里?妈妈实在太忙了,只好把你送到外婆家。你两岁了,妈妈却只为你过了一次生日。半个月前,你和外婆回北川,车要开动时,你哭着喊"我要妈妈,我要妈妈"的样子,让我一想起来就要掉眼泪。睿睿,妈妈已经为你联系好了彭州的幼儿园,正打算接你到身边来,你要等着妈妈!

这五天里,我不晓得时间是怎么过的,不想吃任何东西,甚至想不起来自己做了些什么。

选择,我必须对摆在我面前的两条路进行选择:要么,回一趟北川。看一看我曾生活多年的家乡,看一看我们曾经其乐融融但已经不复存在的家,去寻找哪怕还有一线生存希望的亲人们;要么,选择留下。继续我难舍难离的公安工作,继续帮助灾区人民,把自己的爱留给那些生还的人们。

时间一天天过去,我听到了越来越多的噩耗:我们公安局白水河派出所两位失踪的民警依然没有音信;民警马莉、王小军的父亲在地震中遇难;我以前的老领导、北川县公安局擂鼓派出所所长勾云章,在这次地震中失去了妻子和孩子。我在为战友们的不幸遭遇悲伤的同时,也被他们的坚强深深地震撼!我的同事任大姐在地震中失去了5岁的女儿,但她还一直安慰其他失去亲人的同事:"当警察要坚强些,走了的人就走了,活着的人要好好活。"这些痛失亲人的战友们,依然忍着悲伤,继续战斗在抗震救灾的第一线,把自己的生命和热血融入抗震救灾的生死拼搏中。

组织上知道我的遭遇后,安排我休息。地震以来,我已经不分白天黑夜。我希望自己很忙,我觉得只有不断工作才能将自己麻痹。只要我一闭上眼睛,就会想到母亲和女儿,我必须要干活!

16日晚上10点,我打起十二分精神,继续到天彭中学的安置点发放物资,维持治安秩序。一进校门,我就看见一群小志

愿者在这里忙碌。天已经很黑了,他们都没有回家,还在搬运救灾食物和水。这些平日里连家务都不怎么做的孩子,今 天却主动地搬运着二三十斤重的物品,用稚嫩的肩膀扛起了 原本不属于他们的责任。那一刻,我只有感动。

我顺着安置灾民的教室一间一间挨着看、挨着走、挨着问,想尽一切办法帮助他们、安慰他们。

坝子里,一位和我奶奶差不多岁数的老大爷正颤巍巍地踩在 板凳上晾毛巾。我急忙上前帮他晾好,叮嘱大爷要注意安全。

走到三楼的一间教室,一位年轻的妈妈,正用一小碗水,把毛巾打湿,给自己的娃娃擦洗身体。我问这位妈妈,你的小孩有多大?她说五个月。我急忙拧干毛巾,递到大姐手里,叮嘱她,不要把娃娃冻感冒了。

那一刻,我突然想到了我的亲人们。我想,只要他们能从废墟里活着走出来,就一定会有好心的警察、好心的医生、好心的志愿者像我们一样关心他们、照顾他们。因为在灾难面前,所有的人都是一家人。

公安局民警演讲稿:面对灾难,我选择坚强

走出帐篷的时候,我问旁边的同事: "这个娃娃有没有两岁?"她回答: "大概就两岁。"话音刚落,我眼前一黑,什么也不知道了。

突如其来的灾难让我失去了许多亲人,又让我拥有了更多的亲人!面对灾难,我是不幸的,而我又是幸运的。是全社会给我的爱,温暖着我、支撑着我熬过了最痛苦的时刻。有爱,就有希望;有爱,我们就会更加坚强。当我们的泪流在一起的时候,当我们的心连在一起的时候,当我们的力量凝聚在一起的时候,就没有什么可以压垮我们!

谢谢大家!

演讲稿勇于面对挫折篇八

天高任鸟飞,海阔凭鱼跃。每个人都怀揣着一个属于自己的梦想。

我们的梦想,也许是二十岁的豪情壮志;也许是青春期的迷茫与冲动;也许只是一份平淡的渴望:渴望掌声,渴望成功。无数的可能,无数的希望,因为我们的青春岁月充满奇迹,我们心中大大小小的梦,在生活的每一个角落里芬芳弥漫。

人们常说,有志者,事竟成;还有人说,最贫的是无才,最贱的是无志。由此可见立志的重要性,所以,人不可没有梦想。雄鹰和母鸡都有一对翅膀,但雄鹰可以搏击蓝天,而母鸡只能扑腾于庭院。其根本原因就在于,母鸡的理想是一把米糠,雄鹰的理想是展翅翱翔!所以,我们立志就要立大志,志当存高远!

我们青年人好幻想,每个人都有自己美好的梦想。但如果不经过奋斗,那梦想终究是梦想,绝无实现的可能。大家一定听说过蜀鄙二僧朝南海的故事。穷和尚和富和尚都立志要去南海,结果穷和尚凭一瓶一钵去成了南海,而富和尚数年来欲买舟而下,犹未能也。原因何在?就在于穷和尚勇于立志,更勇于践志;富和尚则只敢想,却不敢做。

心动不如行动,努力永远不会太迟!让我们马上行动起来吧!做一件事情,只要开始行动就可算是获得了成功的一半。演讲大师齐格勒曾说过这么一段充满哲理的话:

世界上牵引力最大的火车头停在铁轨上,为了防滑,只需在它的八个驱动轮前面各塞一块一寸见方的木块,这个庞然大物就无法动弹。然而,一旦火车头开始启动,这小小的木块就再也挡不住它了;当它的时速达到100公里时,一堵5英尺

厚的钢筋混泥土墙也能被它轻而易举地撞穿! 从几块小木块就可令其无法动弹到能撞穿一堵钢筋混泥土墙, 火车头威力变得如此巨大, 原因不是别的, 就因为它动起来了。

其实,人的威力也会变得巨大无比,许多令人难以想象的障碍也会被你轻松地突破。当然前提是:你必须开始奋斗。奋斗是万物之父,一个人无论做什么事情,只要你肯努力奋斗,是没有不成功的。一个人要想做好一件事情,成就一番大事业,就必须一心一意地做,必须少说些漂亮话,多做些日常平凡的小事情。

人都有惰性,都有太多的欲望,有时难免战胜不了身心的卷怠,抵御不住世俗的诱惑。很多人因此半途而废,功亏一篑。我也是如此,做事总喜欢往后拖。一件事情明明可以在今天完成,却偏偏要拖到明天甚至后天。只有早日改掉这个陋习,我才能离成功更近。

古希腊最著名的雄辩家狄摩西尼原有口吃毛病,他每天口含一石子对着大海演讲,经过艰苦卓绝的努力而成为一位伟大的演说家。他为了使自己能专心一致的工作,剪掉了自己一大半头发,这使他很长时间不能出门,不能会客,于是工作效率大为提高。当一个人没有退路可逃时,他就只能一门心思地朝前奔了。我们应该向狄摩西尼学习,斩断自己的退路,破釜沉舟,勇往直前!

演讲稿勇于面对挫折篇九

亲爱的同学们:

大家好,今天我演讲的题目是《微笑面对挫折》。

今天是9月x号,是我们步入新学年,新初三的开端。也许,在这一年中,我们会付出无法估量的艰辛,但我们同时会收获成功后的喜悦和挫折后的沮丧。微笑着面对挫折,是我们

在这一学年中勇夺胜利的法宝。只有时时刻刻微笑着才能撑起你的信心,扬起自信的风帆,一直拼搏下去,使你成为困难面前的勇士!

爱迪生为了研究,失败过无数次;居里夫人为了"镭"的研制成功,遭受过许多挫折;袁隆平为了"杂交水稻",经受了难以想象的打击。然而,他们挺过来了,他们微笑着面对,微笑着成功。

如果大家把我们现在遇到的困难认为是人生中最大的挫折的话,那也只是大题小做。我们对于挫折的理解,就像对爱情的朦胧无知一样,正真的挫折可能还比我们现在的情形复杂上千,上万倍。看一下林肯的一生,你便会理解什么叫做正真的挫折和微笑的力量。

亚伯拉罕·林肯,美国第十六界总统:22岁,生意失败。23岁,竞选议员失败。24岁,生意再次失败。25岁,当选议员。26岁,情人去世。27岁,精神崩溃。29岁,竞选州议长失败。37岁,当选国会众议员。39岁,国会众议员连任失败。46岁,竞选参议员失败。47岁,竞选副总统失败。49岁,竞选参议员再次失败。51岁,当选美国总统。

巴尔扎克说过:"世界上的事情永远不是绝对的,结果因人而异,苦难对于天才是一块垫脚石,对能干的人是一笔财富,对于弱者是一个万丈深渊。"我们要微笑的面对挫折,面对失败,对于生活的强者来说,挫折是永远的垫脚石。

拿破仑说过"避免失败的最好方法,就是决心获得下一次成功。"可见,面对挫折的勇气,便是从微笑中汲取的。我们不能只停留在失败的痛苦当中,做无所谓的挣扎。坚信你的痛苦只有过去,而明天是充满希望的!微笑面对挫折,迎接新一次的挑战。生活中,没有永远的胜者,也没有永远的败者!

实际上,这将是我们人生中的第一次挑战,一次挑战所有的

艰辛, 所有的挫折的旅途。

挫折的含义很是广泛:每一次上课被老师叫起,手足无措,是一种挫折;当你作业中的叉号比别人多时,是一种挫折;体育课上,你的球技比别人差了一大截时,也是一种挫折;考试后,你的三位数比你同水平的人低,也是一种挫折。

挫折出现后,可置内心的百感交集于不顾,抓住自己内心的信心与乐观的力量,冷静的去思考,沉着的去面对!

同学们,生活就是由这许许多多的挫折构成。生活的阳光来自于每个人内心的百折不挠,顽强不屈的.抗争精神。不愿臣服于做挫折的奴隶,而要成为它的主人。这就是我们的使命!

演讲稿勇于面对挫折篇十

尊敬的老师们,亲爱的同学们:

大家好!

凡事要看积极的一面,如果事情糟糕到极点,请用乐观的心态去面对,它的趋势就是变好。以乐观的心态去面对生活,给予自己希望,让生命重焕光彩。

乐观的生活态度,收获友谊,赢得尊重。在一次盛大宴会上,一个平日对卡内基很有意见的商人在背地里大肆抨击卡内基,当时卡内基也听到他的高谈阔论,可那人还浑然不知。这使得宴会的主人都很尴尬,而卡内基却脸上始终挂着微笑,等那人发现卡内基时,想偷偷溜走,卡内基却笑着走上前并跟他握手,说:"谢谢你指出我的缺点。"卡内基这一举动使他们俩从此成为了好朋友。卡内基用乐观、真诚的态度面对这一切,他收获了真挚的友谊,赢得了在场所有人的尊重。

朋友们, 让我们拥有乐观的生活态度, 让生活更丰富多彩,

更加美好。

演讲稿勇于面对挫折篇十一

大家好!

我是四一班白雨桐, 我今天演讲的题目是《面对挫折》

春华秋实,花红柳绿,我们在学校老师、家长精心的呵护下健康快乐的成长着,我们有肯德基、麦当劳、游乐场…我们和上一辈艰苦的生活相比,是多么幸福啊。可是在现在优越的生活条件下还有许多不良现象:昨天《今日说法》中讲,山东某县一名年仅8岁的小姑娘因被邻居怀疑偷钱而服毒自尽。某市小学生因考试不及格被罚款而自杀,因考试成绩不理想受到家长批评而离家出走等等,我们经常听到诸如此类报道,虽然这是一个社会问题,也是一个教育的大问题,但是从我们学生自身方面而讲挫折教育、培养耐挫能力、提高心理承受能力是多么的重要。

挫折教育是指在困难的'环境中经受锻炼,摆脱困境,培养一种迎着困难而上的坚强意志和吃苦耐劳的精神。其目的是磨练我们的意志,增强体魄,以提高我们的生存能力和适应能力。其实早已经有很多中外伟人为我们做了很好的榜样:如音乐家贝多芬在生活极度困难,耳朵聋了的困境下与命运奋力抗争,谱写了至今仍鼓舞了很多人的《命运交响曲》;爱迪生为了发明电灯不知试验了几千次,不知失败了多少次,才最终找到了钨丝。纵观中外名人的成功都不是一帆风顺的,不经风雨哪能见彩虹。

"人生能有几回搏!"这话固然深刻,但"人生总有几回挫!"也许更有普遍意义。我们在学习、生活当中,遇到挫折是经常的,不可避免的,应该正确对待所遇到的困难和挫折,认识到困难和挫折是我们生活中的一部分,学会如何应付所遇到的挫折,提高挫折耐受力。从这个意义上说,挫折

对我们来说是一种成熟和成功的"催化剂",我们要以健康的心理从容地面对它,自信地战胜它,成功就离我们很近了。同学们,让我们一起努力创造我们绚丽的人生!

我的演讲到此结束,谢谢大家。

演讲稿勇于面对挫折篇十二

青春是一团火,笑容与彩霞飞映,汗水伴露珠潇洒,脉搏跳动着奔腾的节奏,智慧弹奏着优美的旋律!青春用它火一样的热忱,全身心地投入,获得动人的笑颜。

青春是一条河,平静时,泉水叮咚响,绵绵诉说着青春的故事;激荡时,汹涌澎湃,激情放射出绚烂的光芒。

青春是璀璨的夜空,犹如月色般美丽的抱负,也有数不清的 幻想之星。只是青春的月亮比夜空的月亮更圆,青春的月亮 比夜空的月亮更耀眼,青春的星星比夜空的星星更繁,青春 的星星比夜空的星星更亮。

青春是一条山路,它时而展现青春盎然的图景,时而滋长浸满血泪的毒草,它会为你指引一个光明的前景,也会设下陷阱使你堕落。但是,是水手何惧惊涛骇浪,是樵夫何怕荆棘深涧,只要我们把准前进的目标,头顶的阳光一定是灿烂的!

然而,曾几何时,我们这些带着彩色的梦走进校园的莘莘学子们却拥着青春,在壮丽岁月里,高喊着:平平淡淡才是真。旦有人认为"与世无争,恬淡一生"便可无忧无虑的生存,颇有要把老庄的"无为"思想发扬光大之势。是什么使我们充满青春活力的校园生活减退了缤纷的色彩呢?又是什么使我们真实的熔浆凝固,不再有来自内心深处的热血沸腾?是因为我们没有走进梦想中的象牙塔?是因为我们未走出自我困惑的地带?还是因为我们的心真的不再年轻,确实把一切都看的平淡了呢?然而我要说不!都不是!主宰世界的是我们,放弃世界

的仍然是我们。

不再回头的不只是那古老的辰光,也不只是那些个夜晚的星群和月亮,还有我们流逝着的青春。所以请拒绝平淡,告别无为,让我们的青春在阳光下真正的飞扬起来,激荡起来!

让我们在阳光明媚的日子,愉快地歌唱;在花开的日子里,遨游知识海洋,一起编织梦想;在飘雨的季节里,用心情的音符,谱写青春悦耳的篇章!任前方荆棘丛生我们将持之以恒。茫茫学海中,我们要做勇敢的水手,乘风破浪,共赴前程。青春的脚步如行云流水,青春的岁月需要知识的滋养。让我们把握生命中的每一天,向着成功的彼岸前行。

不再为落叶伤感,为春雨掉泪;也不再满不在乎于地挥退夏日的艳阳,让残冬的雪来装饰自己的面纱;岁月可使皮肤起皱,而失去热情,就也可以使灵魂起皱,让生命失去激情。所以,我们要用智慧和勇气扬起理想的风帆,用青春和生命奏响时代的强音。

演讲稿勇于面对挫折篇十三

亲爱的同学们:

早上好! 我是来自高一(2) 班的陈xx[]今天我国旗下

讲话

的题目是《为梦想拼搏,让青春闪光》。

当花开花落与草木枯荣带走了一年年的春夏秋冬,当岁月车 轮终于驶过充满天真与缤纷的童年,当旧岁长辞懵懂与我们 渐行渐远,我们迎来了人生中最美好的年华————青春。 青春绚烂而短暂,需要我们用奋斗与拼搏去充实;青春美丽 而无情,需要我们用坚持与努力去谱写。青春如歌,梦想就 是那一个跳动的音符; 梦想如舟, 拼搏就是支撑它远行的浆。

,终能抵达成功的彼岸。

高中三年,一路上风雨也好,艳阳也罢,只要我们始终坚持自己的信念,勇往直前,终会到达胜利的彼岸。青春不朽,青春万岁,让我们一起为梦想拼搏,让青春闪光!高三的学长学姐们即将奔赴高考战场,在此我们也祝福学长学姐们在高考中金榜题名,载誉凯旋。

演讲稿勇于面对挫折篇十四

敬爱的老师,亲爱的同学们:

大家好

我的演讲主题是——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!