

2023年逆境演讲稿(模板16篇)

参加典礼不仅是一种仪式行为，更是对于人们情感表达和社会关系的拉近。在写致辞时，可以参考下面这些经典范文，从而增加自己的写作水平和创作思路。

逆境演讲稿篇一

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

有人说逆境出英才，有人却说顺境出英才；

出自

百口，皆有百种看法，很可谓智者见智，众说纷纭。

逆境是每个人都不可避免的，同时又是每个人都惧怕的。因为逆境也曾埋没多少志士豪杰，诸如一代枭雄刘备，西楚霸王项羽等，他们都是因为逆境而最终霸业未完身先死，为后人悲歌惋惜。他们都曾叱咤风云，众人皆知，可未成功便是不完人。谁又能说他们不能逆流而上，谁敢说他们不是逆中豪杰，但结果却不尽人意。在我看来，他们皆是“逆”的牺牲品，因为他们在逆境中未能出头，却被埋没其中。

从历史的角度来看，顺逆境在于当事人如何应变，智者才睡永恒的’。

来说，就是顺境是暂时的，而新事物注定要取代旧事物的。用《易经》的

思想

来解释，则是物极必反，否极泰来。纵观世界，此类事件屈指可数，太多太多，如希特勒……他们都曾傲视群雄，唯我独尊，最终却落到身败名裂，一无是处。道理是很简单的，他们身处顺境，却干着逆潮流的事，当然，必败。

当然顺境中成事者也不在少数。就拿

中国

古代君王来说吧，李世民，赵匡胤当数其中，他们都是民心所向，百姓认可的君主，而他们功高却懂得惜人对事，顺境的他们一举成名，当称人杰。

其实，成功者，莫过于运筹帷幄，志存高远。我认为，心态决定着有志者的命运，而无志者无需大谈心态，因为结果都得是无志则亡。

逆境演讲稿篇二

敬爱的教师，亲爱的同学：

大家好：

“生活在逆境中的人苦心成长。”这是我在一

篇

报道看到中的。瞧，一支古森林探险队出发了。

途遇峡谷，他们弃车翻越；途经溪流，他们赤脚过河。他们的水不够了，大家互相分一点，到了“弹尽粮绝”的那一刻，他们喝叶子上的雨水。翻山时，一位队员不细心将指南针掉下峡谷，他们迷失了前进的方向，但他们仍凭着自己的感觉让自己重返正途。他们中有一人生病了，队长怕其传染给其

他人，便决定放弃他，却遭众人反对作罢，他们互相搀扶，战胜了死亡的威胁。

走了一天一夜的路，大家都很累，进来时，听森林附近一户人家说，这儿藏着一个隐蔽多年的杀人犯，大家听后毛骨悚然。晚上大家都休息了，这个杀人犯想偷些金钱食物，多亏一名队员机警，趁这个杀人犯不备将其打倒在地，又是他们听了这个杀人犯的处境之后，很是同情可怜他，化解了他心中的仇恨，还把自己为数不多的硬币和干粮送给了他。

意志意义深远，令我折衷敬佩。

就是这样一支探险队，在逆境中苦苦挣扎49天。他们用坚强不息谱写了生命交响曲；他们用正义爱心讴歌了这个世纪。考试失利，我的心境十分郁闷，但当我看到这儿，我觉得没有一切比这般更加残酷。

在逆境中成长中的人们不仅仅激发了自己的斗志，并且还诠释了人生的含义。逆境就像一朵花，开得娇艳，必然要付出努力。逆境越逆，花开更美。

逆境演讲稿篇三

每个人都是在不同的环境和不同的是长大的。有的人是在困难中长大的，有的是在幸福中长大的，有的人是在欢笑中长大的。而我，一个平平凡凡的女孩，却是在无数的逆境中长大的。

有一次，我六岁的时候，妈妈到外婆家去了，在那边住了一个星期，还没有回来。而家中却想一个垃圾堆，到处是纸屑，脏衣服。地上，桌子上，电器上全是一层厚厚的灰了，空气很难闻。

爸爸说：小宇，今天我们来搞卫生大扫除吧！你看，家里都

这么脏了，妈妈还没有回来，那么大扫除的任务我们就来负责吧！好不好啊！”我想了一会儿说：好。”于是我和爸爸分好了工，我拖地。扫地。抹电器，爸爸洗衣。整理房间。

说做就做，我拿起了扫把扫地，每次扫了这里，过了一会儿又有垃圾了，于是，我回想起妈妈以前扫地的方法，我也学着照做，过了一会儿，地扫完了，我打了一小桶水，拿着笨重的拖把往水桶里浸了浸，然后使出了全身的力气，把拖把拿了出来，在地上不停地拖，刚拖完这里，又不知怎么的自己又踩了几个脚印，总是拖不干净，拖了这里有脏了那里。爸爸连忙告诉了我拖地的方法，原来拖地也是要有顺序的，终于，地也拖完了。接下来，当然是抹电器了，我用湿抹布抹了电视，电视桌，抹冰箱的时候，怎么也够不着，我站在沙发上，还没站好，有溜了下来，我真像一只热锅上的蚂蚁，我向四周扫视了一会儿，突然我的眼睛定住了，我看见了一张凳子，我把凳子搬来，站在凳子上，一下子就够着了。

大约过了两小时的战斗，大扫除终于弄完了，家里也焕然一新了。虽然我在大扫除的时候，遇到了许多困难，但是我都勇气的去面对。通过这次大扫除，我也知道了平时妈妈地辛苦了。

刚好，这时候，妈妈回来了，看了看家里，说：这是谁打扫的，怎么这么干净啊？”我高兴地说：妈妈，是我打扫的。”妈妈听了，简直不敢相信，说：小宇，真乖，你长大。”我听了这句话，高兴地笑了。

逆境演讲稿篇四

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

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！有时候我也会害怕，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！

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。

在生活中，我不断地自己激励！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。我知道我要克服胆怯，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xxx□重要的是我们自己对的认识，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。

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。

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！

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

逆境演讲稿篇五

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

，把整个生命和全部精力都献给了世界上最壮丽的事业——为解放全人类而奋斗。

读完这本书，我的眼睛有些潮湿。如果不是因为感动，是什么打湿了我的双眸？如果不是因为执著，那么是什么震撼了我的心灵？我不能不为这位最可爱的英雄感动、落泪。

“人最宝贵的是生命。生命每个人只有一次。人的一生应当这样度过：回首往事，他不会因为虚度年华而悔恨，也不会因卑鄙庸俗而羞愧；临终之际，他能够说：‘我的整个生命和全部精力，都献给了世界上最壮丽的事业——为解放全人类而奋斗’。”这是保尔的“生命格言”，已经在人们中间广泛流传，耳熟能详。细细品来，说得多好啊！

人的生命只有一次，要热爱生命，珍惜时间。而且，在人生的旅程中，不可能是一帆风顺，时时都有鲜花和掌声，也会有惊涛骇浪、急流险滩，要学会克服这些困难，作乐观向上、性格开朗的人，像保尔一样，在逆境中磨炼自己，不怕困难，勇往直前！

感受着保尔的

精神

，思考着自己的过去，我的心理充满了惭愧和自责。曾几何

时，自己因为小小的瞌睡虫，就丧失了学习奥数的决心；一次做主持人的梦想得不到实现，就坐在楼梯上号啕大哭，回家还和父母耍小姐脾气……今天，英雄保尔的故事让我真真懂得了人生的含义，懂得了我们只有有一股像保尔·柯察金那样不屈不挠的

精神

，才能排除各种人生道路上的种种艰难险阻，达到胜利的彼岸，才能真正成为一名生活的强者，实现人生的价值。

钢铁是怎样炼成的？是保尔在无数的逆境中，用战刀、步枪和手中的钢笔以及心中不灭的信念提炼出来的！

读懂保尔，我便知道，原来生活需要

精神

，需要信念。只要坚信自己心中的信念，坚持不懈地走下去，就一定能战胜每一次困难，冲破逆境，迎来成功的一天。

逆境演讲稿篇六

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

顺境、逆境一字之差，含义却又天壤之别。有人说，逆境中成长出的人才更优秀。顺境易使人安于现状，贪图享乐。我却认为对于顺境与逆境无需太过狭隘地去判断孰优孰劣。左右人生方向，如何成长发展从根本上说都是取决于自己的。

首先从顺、逆境定义说起，旁人看来的顺境与逆境从很大程度上都是出自于自己的臆测的，我们可以换个角度从当事人的想法来看问题。就拿张海迪说起吧！在我们常人看来，她所遭遇的逆境不仅是难以战胜的，同样还是无可转圜的。可是

她却说：“是的，一开始我是觉得上天对我不公，可这更让我有动力直面人生，鼓起勇气去战胜它。”此时，客观上逆境仍旧存在，但从主观上，她已经接受并能够驾驭自己的命运，心理上的逆境已经不存在了。很多时候如何看待一个问题，看待逆境与顺境不同的心态，结果大有不同。

关于究竟是那种环境更容易出人才，我认为这也是无定论的。当然我们都必须承认生活在逆境中的人会有动力努力地学习、工作来改变自己甚至整个家庭的命运。可是这不代表顺境中出来的人才就少。处在顺境中的人往往有更好的物质条件，更能为自己创造更好的机遇。宋庆龄女士并没有因为出身名门，处于顺境就沾染上懒散虚荣的恶习，反而借优良的环境，不断的提高自己，成为了一代女性的楷模。究其根本，关键并非顺境或逆境，关键是处于不同环境中的人本身。冰心同样也是很好的例子，良好的家庭环境为她深造直至最后的成功奠定了扎实的基础。美国国务卿希拉里从小家境殷实，父亲对她严格要求为她日后的成功如虎添翼。她们都来自不同的背景，却都是社会英才。因为顺境也好逆境也罢，控制自己人生方向的始终是自己。

我认为，无论顺境或是逆境都是上天对我们的恩赐。若不是历经千辛万苦，饱尝人生冷暖，瞎子阿炳的二胡永远不可能拉出《二泉映月》那般深沉悲怆的旋律。若不是千锤百炼，不向命运低头也不会有千手观音的灿烂辉煌，阿炳也好，那些聋哑的舞者也好，他们都是从逆境中成长，受过磨砺后才换来了凤凰涅槃般的美丽。所以逆境对于她们是一种鞭策一种激励。并非不曾痛苦，而是她们成功地做了人生的舵手，征服了逆境这片海洋。

逆境中不妥协，不对命运低头，顺境中依然头脑清醒，正确把握人生，顺境与逆境都无本质差别，不同的是面对她们的我们罢了。

逆境演讲稿篇七

每个人都是在不同的环境和不同的环境中长大的。有的人是在困难中长大的，有的人是在幸福中长大的，有的人是在欢笑中长大的。而我，一个平平凡凡的女孩，却是在无数的逆境中长大的。

有一次，我六岁的时候，妈妈到外婆家去了，在那边住了一个星期，还没有回来。而家中却堆了一个垃圾堆，到处是纸屑，脏衣服。地上，桌子上，电器上全是一层厚厚的灰了，空气很难闻。

爸爸说：小宇，今天我们来搞卫生大扫除吧！你看，家里都这么脏了，妈妈还没有回来，那么大扫除的任务我们就来负责吧！好不好啊！”我想了一会儿说：好。”于是我和爸爸分好了工，我拖地。扫地。抹电器，爸爸洗衣。整理房间。

说做就做，我拿起了扫把扫地，每次扫了这里，过了一会儿又有垃圾了，于是，我回想起妈妈以前扫地的方法，我也学着照做，过了一会儿，地扫完了，我打了一小桶水，拿着笨重的拖把往水桶里浸了浸，然后使出了全身的力气，把拖把拿了出来，在地上不停地拖，刚拖完这里，又不知怎么的自己又踩了几个脚印，总是拖不干净，拖了这里有脏了那里。爸爸连忙告诉了我拖地的方法，原来拖地也是要有顺序的，终于，地也拖完了。接下来，当然是抹电器了，我用湿抹布抹了电视，电视桌，抹冰箱的时候，怎么也够不着，我站在沙发上，还没站好，有溜了下来，我真像一只热锅上的蚂蚁，我向四周扫视了一会儿，突然我的眼睛定住了，我看见了一张凳子，我把凳子搬来，站在凳子上，一下子就够着了。

大约过了两小时的战斗，大扫除终于弄完了，家里也焕然一新了。虽然我在大扫除的时候，遇到了许多困难，但是我都勇敢的去面对。通过这次大扫除，我也知道了平时妈妈地辛苦了。

刚好，这时候，妈妈回来了，看了看家里，说：“这是谁打扫的，怎么这么干净啊？”我高兴地说：“妈妈，是我打扫的。”妈妈听了，简直不敢相信，说：“小宇，真乖，你长大了。”我听了这句话，高兴地笑了。

逆境演讲稿篇八

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

莎士比亚曾说过“逆境使人发奋向上。”无独有偶，中国古代魏派也曾说过：“逆则生，顺则夭矣。”人类社会发展至今，有很多关于“逆境成才”的名言，也有很多例子阐述了逆境成才的道理。

“高山之巅无美树，多伤于阳；大树底下无美草，多伤于阴。”不错的，艰难的环境比顺境更能激发人。贝多芬一生多灾多难，十七岁得了天花，二十六岁失聪，在爱情上也屡次受挫。他就是在这一个又一个的困难中创作了一篇又一篇巨作。

有人做过这样一个实验：将一只青蛙突然扔进一锅热水中，青蛙会立即跳出，死里逃生。若将青蛙放于温水中，慢慢加热，当青蛙察觉高温危及生命时，却已来不及逃生，葬身于锅底。青蛙亦此，人亦此。在顺境中人更容易堕落，失败。逆境能磨炼人的品质。南非第一位黑人总统，被白人监禁在狱中27年，1990年，曼德拉从监狱中以胜利者的身份从监狱走出，1993年，曼德拉当选总统。曼德拉入狱前是一个脾气火爆的人，狱中的27年磨砺了他的品格，使得他更有耐心。逆境蕴藏着成功的机遇。古人云：祸兮福之所倚。1791年深秋法军进攻荷兰，荷兰掘开运河。犹豫之间，拿破仑得知树上蜘蛛大量突出似结网，他判断马上将会有寒潮来袭，于是发出停止撤退，准备进攻的命令。不久，果然寒风劲吹，一夜之间河水冰封，法军踏进瓦尔河，一举攻克荷兰要塞乌得

勒支城。避免功亏一篑。所以，只要在危机时刻再坚持一下，挺过最煎熬的一段，那么紧挨着的可能是机遇的光顾，奇迹的出现。

“故天将降大任于世人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，行拂乱其所为，增益其所不能。”所以。当我们遭遇逆境不要气馁，不要失去斗志，要知道，逆境出人才。

我的演讲结束，谢谢大家！

逆境演讲稿篇九

仰望星空，那似乎没有杂质的星辰在银河中闪烁，给了我们无限的遐想，那明净的星空里放飞了多少人的梦想。

世界万物都有属于自己的一片天，寻找自己的梦想并为之奋斗，你的人生就有了希望。

你难道没有看到过这样的光亮吗？起初是悄然安静的，花骨朵儿还安详地睡在浅绿色的摇篮里。风儿轻轻地抚过它们，一种香甜的梦的气息就在空气中微微弥漫，不禁让人跟着它们一起安睡。

然后，在某场春雨过后，“轰”地一声，花骨朵儿又像伞兵一样，争先恐后地散开。霎时间，蓬蓬勃勃的光亮就浸染了漫山遍野。

这种光亮，或许就是花儿的梦想——烂漫而畅情地开放生命之光。为了自己的梦想，它毫无怨言地忍受一场场大风大雨的洗礼，为了梦想，它时时刻刻都在坚定着心中那个开花的渴望。

正如洁白的云朵也会染上污秽，明亮的太阳有时也会被乌云遮住。然而青春的热血将如晨曦之光刺破黑暗，青春的鼓手

也将欢快的节奏敲响。高扬的青春旗帜将我们的梦想再次擦亮。在我萌动的梦想中，开始激荡着一股属于青春的正能量。

历史上的成功者告诉我们，即使再累，也要怀揣着梦想上路。史学家司马迁在逆境中完成了被誉为“史家之绝唱，无韵之离骚”的《史记》；因为怀揣着科学研究的梦想，居里夫人成功地提取出了“镭”；因为怀揣着艺术的梦想，杨丽萍才练就了让世人叹服的“孔雀舞”。是的，有太多太多的人为了梦想而奋斗，又有太多太多的人因为怀揣着梦想而成功。

“成功的花儿，人们只惊羡它现时的明艳，然而当初它的芽儿，浸透了奋斗的泪泉，洒遍了牺牲的血雨。”冰心的这句名言是对梦想最好的诠释。芽儿为了梦想，洒遍了牺牲的血雨，最终开出了明艳的花。梦想和生命同在，它在人们的记忆中永不凋零。

海阔凭鱼跃，天高任鸟飞。让我们扬起青春的旗帜，让梦想在岁月的海洋里扬帆起航吧！

关于直面压力梦想起航演讲稿

逆境演讲稿篇十

松柏不会因霜雪的压力而低下头来；雄鹰不会因烈风的压力而止步云霄；骏马不会因缰绳的压力而放弃驰骋疆场。人更应该如此，在成长道路上要直面压力，奋勇前行。

只有经历地狱般的磨练，才能练出创造天堂的力量。直面压力，绝境处逢生。在中国文坛中有这么一位，他因患脊髓灰质炎而不得不在轮椅上度过一生，那时他仅有20岁。面对生活带给他的压力，他选择直面压力，他开始重新拾起钢笔，继续写作。最终他取得成就他的我与地坛感动了无数人，他就是史铁生。他用自己的行动告诉我们，直面压力，即便身处绝境，也会获得重生。

只有流过血的手指才能弹出世间的绝唱。直面压力，走过坎坷向成功。新东方创始人俞敏洪在高中阶段的成绩并不尽如人意，他高考连续三次失利，连他的任课教师都劝她放弃。面对在校学习的巨大压力，他依然选择再次参加高考。最终他以优异的成绩被北大西语系录取。毕业后，他继续奋勇前行，选择自主创业，到目前，新东方在世界企业中名列前茅，他因直面压力才最终取得成功。古往今来，因直面压力而取得成功的人数不胜数，孔子流亡于陈蔡而作春秋，司马迁因受宫刑而作史记，曹雪芹家道中落著红楼，他们对于世间、人生所出现的压力并没有选择逃避，而是去面对，去挑战，去战胜！最终名垂青史。

如今是快节奏的时代，人们的生活中时不时就会出现压力，有些人选择直面，那么将会取得成功。有些人选择逃避，那么将会被打倒，就像前一阵风靡网络的佛系少年，就是典型的逃避者，若每个人都选择佛系，无论是对自身还是社会，都是有危害的。

风华正茂的我们，面对压力无权闲适、无法逃避，唯有战胜才可证明，正如泰戈尔所说，我不期望苦难会有所止境，而希望我具备一颗坚强的心灵，让我们在以后的路途中不畏艰辛，直面压力，奋勇前行，走出一条属于我们自己的成功之路。

逆境演讲稿篇十一

尊敬的老师，亲爱的同学：

早上好

在这激情似火的盛夏，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。

面对它们，我们感到痛苦，我们感到忧愁。到底该如何去获得那一颗宁静与祥和的心？！！

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。

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！

逆境演讲稿篇十二

多少名人在历经磨难之后才焕发出耀眼的光芒；多少巅峰人物在苦难之后俯瞰众人；他（她）们在一路之中懂得许许多多。逆境，人才更多。

许多人，在逆境之中努力奋斗，他（她）们肩负着自己的梦，和国家的梦。他（她）们身上散发着难以隐藏的芳香。宋濂，‘家贫，无从致书以观’他艰苦好学，也许在我们现在这种行为还受到嘲笑。但是，他的求学成果可谓是现在的我们无法达到的顶端。“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟。”这是宋濂用一生经历告诉我们的一个真理。他的一生都在讴歌这一曲人类文明的硕果——学习。然后，他一步步的登上了顶峰。青蛙在热水中跃出苦海，却在温水中死亡。安逸之人如现在的人。他（她）们碌碌无为，却不懂得奋斗。在这个竞争频繁的世界中，他（她）们，能却只能生活在最底层。深深地悲哀，是因为他（她）亲手葬送了自己的一片绚丽未来。“不经历风雨，怎能见彩虹。”古今中外，无数的伟人志人，用尽一生的精力向我们诠释了这一真理。温室中的花朵是经历不起风吹雨打的。唯一真诚、坚韧的`在生活中体验那些辛苦，我们才能不惧怕风雨的肆虐，唯有努力、辛劳的去学习，我们才能燃起一盏夜中的灯；唯有努力地向前奔跑，我们才能够到达胜利的终点。逆境，是我们成长的沃土。我们在逆境之中生根，发芽。因为我们活在逆境之中，所以我们要经历风雨的摧残。为了真正地屹立不倒，我们要努力的伸展生命的根须。或许，你想像不到生活的艰辛与困苦。但是，总有一天你会经历这些苦难。也只有经历了，你才可以

在这个处处充满竞争的社会生存。不逃避，才能懂得万物的艰辛；不放弃，才能品尝生活的甜蜜；不在溺爱中被风雨吞噬，才能见到美好明天！懦弱的人得不到世人的赞扬，只有奋力前冲、不怕艰苦的勇者才能戴上鲜艳的花环。

逆境，下一秒就是我们最要感激！因为，逆境出人才！

逆境演讲稿篇十三

本文目录

1. 逆境演讲稿
2. 大学生演讲稿——面对生活，直面逆境
3. 大学生励志演讲稿： 面对生活 直面逆境
4. 生活演讲稿： 面对生活 直面逆境

在这激情似火的盛夏，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。

面对它们，我们感到痛苦，我们感到忧愁。到底该如何去获得那一颗宁静与祥和的心?!! 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!

逆境演讲稿（2） | [返回目录](#)

从这不难看出，在逆境面前，我们需要一种坦然、正视的心态。

逆境演讲稿（3） | [返回目录](#)

各位老师、亲爱的同学们：

大家好！

今天，我的演讲题目是“ 面对生活 直面逆境 ”。

在这激情似火的盛夏，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。面对它们,我们感到痛苦,我们感到忧愁。到底该如何去获得那一颗宁静与祥和的心?!!

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。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！

我的演讲完毕！谢谢大家！

逆境演讲稿（4） | 返回目录

在这激情似火的盛夏，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。

面对它们，我们感到痛苦，我们感到忧愁。到底该如何去获得那一颗宁静与祥和的心?!!

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!

逆境演讲稿篇十四

尊敬的老师，亲爱的同学：

大家下午好！

漫漫的人生旅途中，总会有或隐或现的坎坷，亦为逆境。

一生的经历似一段在静动不定、难以预料的汪洋，从此岸(生命的启程)到亦远亦近的彼岸(生命的终结)，这样的航程。

在这一处的海港，纵是风平浪静，沉寂恍如隔世，可却难料谁知下一处不会是彤云密布，风云卷地。寂静的时候可能还能够独当一面，狂风骤雨的时候还经得住坎坷的侵蚀吗？在应对逆境的困惑还能淡定无惧吗？当狂风在你耳边呼啸时，你只当它微风拂面；当暴雨在你眼前倾泻时，你只当它屋檐滴水；当闪电在你头顶肆虐时，你只当它萤火流逝。当逆境在你身处摧残时，你只当它完美前奏。

逆境挑战着你的'未来，在胜利的巅峰为你而创造着专属你的奇迹；磨砺锻造着你的唯美的事迹，成就着绝对的荣誉。逆境是那湍急的水流，虽然是危险万分，但也是惟一通往胜利的道路，不是每个人都能够得到胜利的光芒，而逆境不妨把它看做对每个渴望得到胜利的挑战者的历练或是考验。

不管是如何令人绝望的逆境，只要微笑着走向逆境，无论它以什么方式回敬，它会报以平坦吗——相信可能吧！无论它是以什么态度回敬，它会报以加倍的困惑吗——也不要抱怨！它会报以崎岖吗？它会以幸福吗？它会报以不幸吗？它会报以雪霜吗？在逆境面前的，绝对不能够自我被自我打败。否则就陷入了领个更加无助的逆境。

战胜了自我的内心恐惧，是一种理智的胜利；征服了自我的弱小，是一种人生的成熟。

选择了奋斗，也就选择了坎坷。选择了胜利也就选择了逆境。

人，决不能在逆境面前屈服。

逆境演讲稿篇十五

敬爱的老师，亲爱的同学们！

大家好！

每个人的心底都有一个属于自己的梦，或虚幻，或真实，或咫尺，或天涯。当然，我也有一个梦，一个关于教育的梦。老师们，请你们跟随我的脚步，去追寻属于自己的教育之梦吧。今天我演讲的题目就是：寻梦，向青草更青处漫溯——我的成长使命。

其实，成为一名教师，并非我自愿。中学填志愿时，妈妈说：填师范吧。哦，那就师范吧。于是，懵懵懂懂读了师范，于是，糊里糊涂成了一名小学教师。曾几何时，我也为没有大学的青春而叹息，更为囊中的羞涩而抱怨。但是，当“上帝向你关上一扇门的同时，一定会为你打开一扇窗。”我失去了漂亮的光环，却拥有了孩子们带给我的那份简单的快乐。我们一起跳绳、踢毽子，一起在乒乓球台前鏖战，一起去野炊、踏青。我更珍惜孩子们带给我的那些许感动：下雨时，送来的一把小花伞；口渴时，端来的一杯水；外出学习时，电话里传来的一声声暖暖的问候……这样的日子，我徜徉在自己追寻幸福的梦中，洗却铅华，简单而满足。

带着这份简单的满足，我开始在书中寻找自己的人生目标。在书里，我经历过秦汉明月的洗礼，备受唐风宋雨的滋润，让他们尽情散落在我人生的岁月里。在“草树知春不久归，百般红紫斗芳菲”中，我流连于春之风韵，在“为赋新词强说愁，而今识尽愁滋味”中尝尽人生之百态，在“捧着一颗心来，不带半根草去”中领悟教育之真谛……静读是福，在

无数个夜晚，寻着一路书香，我不断地丰富着自己的教育之梦。

一路风尘一路歌，我在小语课堂上探索已过十年。一路走来，在一次次赛课活动中，我经常是屡战屡败，但我依然屡败屡战。因为我深知，蝴蝶没有破茧前的鼓动，哪有成蝶后的欢悦？这无数次的失败让我找到了成功的方向，那就是吃透课标，认定目标，把名师，名课的思想渗透在平时扎扎实实的教学活动中……暮然回首，发现自己的语文课堂也聆听到了孩子花开的声音，也感受到了孩子成长拔节的力量。原来我的语文课堂在逐渐成长。

演讲到这儿，我不禁要问：我的成长使命是什么？我们的成长使命是什么？那就是追寻，不断地追寻属于自己心中那份教育的梦想。

寻幸福之梦，是执孩子们之手，与之偕老的生死允诺；寻书香之梦，是腹有诗书气自华的文采飞扬；寻课堂之梦，是面对峰回路转，劈荆斩棘、举步向前的坚定力量。寻梦，向青草更青处漫溯！

逆境演讲稿篇十六

敬爱的教师，亲爱的同学：

大家好！

别林斯基说过：“逆境是最好的大学。”的确，每一个强者，都必须经过这所“大学”的进修才能成为真正意义上的人才。在我看来，逆境成就强者，逆境造就人才。

纵观古今中外，逆境造就人才的事例太多太多。

球王贝利在喜得贵子时有记者祝贺说：“你的儿子长得多壮

实，将来必须会成为像你一样的体育明星。”贝利不假思索地回答：“狮子要是不饿的话，是不会去捕猎的。我儿子不可能成为一名优秀的球星，因为他此刻就很富有，缺乏先天竞争意识，而我小时候是很贫穷的。”正是少时贫困潦倒的家境，才造就了球王贝利。他追逐梦想，努力奋斗，为获取成功在逆境中艰难前行，最终取得成功，而他的儿子，先天有父亲所留的巨资家产，在温室顺境中欢乐地成长，想像其父一样成就事业的确够难。所以逆境是强者的成才之路。

逆境中，许多磨难都是我们无法预知的。有弱者也许会因磨难过大、压力过重而无法继续前行，败在成才的路上。而经受住这些磨难的强者却因此而变得更强。他们征服着每一个困难，在自我的成才之路上披荆斩棘。

顺境与逆境或许都能成就人才，但逆境中更能体味人生的千姿百态，更能磨炼人生的意志，更能造就强者。