

# 2023年逆境的演讲稿初中 在逆境中成长 演讲稿(大全9篇)

演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。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？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 逆境的演讲稿初中篇一

大家好！

人的一生，不可能时时顺心，事事如意。总是避免不了挫折，失败。然而在逆境中成长，则更可以锻炼人的身心意志，坚强成长。

在逆境中成长有助于成功。诸葛亮说过：“善败者不亡。”越王勾践，立志复仇，十年屈辱，卧薪尝胆，最终灭掉吴国，成就霸业。发明大王爱迪生，在发明电灯时经历了一千三百多次失败，毫不气馁，最终发明了钨丝电灯。可见，伟大的成功与艰苦的环境是分不开的。

在逆境中成长更能成就伟名。我国唐宋八大家之一欧阳修自由丧父，母亲靠微薄之力将其养大，于是他更加发愤图强，成为宋代名相。开国领袖毛泽东，在中国最艰苦最落后时期，勇于同敌人斗争，终于在开国大典上一声“中华人民共和国今天成立了”中，让世界的人们永远记住了他。海伦凯勒自小变为盲聋哑人，但他在困难中学会了坚强，成为了一位作家。后来人们说道：“19世纪有两个奇迹，一个是拿破仑，一个就是海伦凯勒”。

在逆境与成长中更能考验品格。影星成龙从小家贫而被送入

戏班，练武经常受伤还遭师傅毒打，可他承受住了命运的. 考验，以刚毅的性格赢得了人们的青睐。画家梵高执着画画，却被人们成为“傻子”，但他在极度抑郁的情况下，创造出了宣告自己依旧对生活乐观向上的向日葵，终成为一代名家。

孟子说过：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。”所以说逆境是通向成功的阶梯，垫脚石。最美的刺绣，往往都是以明丽的花朵映于暗淡的背景，而绝非用暗淡的花朵映于明丽的背景。超越自然的奇迹，总是在对困境的征服中出现的。让我们一起面对挫折，挑战困难，迎接成功。

## 逆境的演讲稿初中篇二

大家好，今天我要演讲的题目是《学会面对逆境》。

要学会面对逆境，这样将会克服许多以前无法克服的困难……

没有风吹雨打，哪会有秋实的成熟；没有刺骨的寒风，哪会有松柏的坚韧。在逆境中，不要一味地怨天尤人，要多考虑怎样克服困难。

逆境给人宝贵的磨炼机会。只有经得起逆境考验的人，才能成为真正的强者。古今中外的伟人，大多是抱着不屈不挠的精神，从逆境中挣扎过来的。

失聪的贝多芬，艰难跋涉于荆棘丛生的黑白键上，用手指重重地扣响了神圣的《命运》之门，挥洒出一部音乐家顽强与厄运抗争的辉煌乐章。司马迁忍受宫刑之痛完成了历史巨着《史记》。周文王受拘禁而演《周易》。“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨。”因此，逆境是强者攀登高峰的垫脚石，是弱者走向毁灭的万丈深渊。

欧美有些国家，故意将笔直的公路修造成弯道曲道。筑路费用多，开车时间费，对于视时间如金钱的颇具经济头脑的欧美人，真是“自讨苦吃”。但他们认为这很值得，因为长时间在笔直、没有任何阻碍的公路上疾驶，易使人麻痹，从而引发交通事故。有了弯道曲道的阻碍，司机须时时警醒，不敢掉以轻心。事实证明，他们的做法是明智之举。

无须赞美逆境，无须企盼逆境，但必须正视逆境，一旦身处逆境，最重要的是要有信心，有恒心，有勇气，有毅力，有实干精神，即使眼看山穷水尽，仍要想到会峰回路转，柳暗花明。自古以来，所有能成就一番大事业的人无一不是脚踏实地、努力奋斗的人。临渊羡鱼，不如退而结网。唉声叹气不是办法，幻想憧憬不是办法，只有信心十足地去干，才能走出困境。

爱迪生花了整整十个年头，经过五万次的实验，发明了蓄电池；著名科学家竺可桢七十多岁还到野外考察，获得第一手资料，直到临终的一天还不忘做科研记录。他们战胜了多少艰难困苦！

人生的价值，生命的意义，该在什么地方以什么形式体现出来，许多先进人物都为我们做出了表率与说明。不经一番风霜苦，哪得梅花扑鼻香。

让我们学会坚强，学会抗争，用奋斗走出逆境，这将会成为我们巨大的财富。我很欣赏奥斯特洛夫斯基的一句话：“人的生命，似洪水在奔流，不遇着岛屿、暗礁，难以激起美丽的浪花是的，人学会面对困难确实会做到许多事情，将会把‘重如泰山’的困难，转化成为‘轻如鸿毛’的事情。

### 逆境的演讲稿初中篇三

尊敬的老师，在场的各位同学以及对方辩友大家下午好，我是反方一辩刘彩华，今天我方的观点是 逆境更有利于人的成

长。

首先来给大家阐述一下我方的定义：逆境是指在人们可接受的范围内，在追求目标的过程中，需付出高于一般预期的努力的境遇，其包括困难与挫折，能够给人们带来考验和挑战，成长是指人在知识、内涵、经验、能力、人格等方面获得增进，从而离成熟更近一步。这里的成长强调的是过程，而成熟强调的是结果。这时，我方有必要延伸一下绝境的定义，刚才有说逆境是在人们能力可承受的范围内需付出高于一般预期努力的境遇，而绝境则是在人们能力可承受的范围之外所遭受的境遇。就好比如，没饭吃是绝境，而给的饭很少是逆境，当然给的饭量很多就是顺境了，饭给得又多又好吃那就是佳境了。

接下来我方将一步步地阐明逆境如何更有利于人的成长：

首先，逆境有利于磨砺人的意志，使人们的人格更健全。司马迁的《报任安书》中了头并没有大步跨过，这时的困难在低头者面前就属于绝境了，因为对他们来说，遇到的这些困难使他们无路可走了。这时，类似的绝境的案例已不在本辩题的讨论范围内了。

接着，逆境能够让人从失败中总结经验，为往后的成功打下基础。诺贝尔物理学奖得主杨振宁先生说，如果不是自己的人生中遇到过那么多逆境，也不会有今日成就。不仅仅是老掉牙的爱迪生制钨丝的例子告诉我们这个逆境的重要性，还有很多例子，不必一个个列举例子，就从我们高三备考入手谈就好了。我们很多人在高一高二落下了很多知识点，比起其他一直勤奋学的同学落后了很多，高三备考无疑对落下知识点的同学来说是一种逆境，需要付出高于一般预期的努力才可以接近再而达到目标。而在座的每一位同学肯定都有做错过很多题也无数次复习过同一个知识点，从而能够在高考时遇到同类型的题相关知识点时拥有应对能力，降低错误率。

另外，我方并不否认顺境对人的成长是有利的，但是相对而言，逆境对人的成长更有促进作用。就像范玮琪的《最初的梦想》里头唱的那样：“如果骄傲没被现实大海冷冷拍下 又怎会懂得要多努力 才走得到远方 如果梦想不曾坠落悬崖 千钧一发又怎会晓得执着的人 拥有隐形翅膀 “追梦路上，摔在泥泞里又有什么关系，在泥泞中开出的花才最美 ！”

综上所述，我坚持我方观点逆境更有利于人的成长，我的发言完毕，谢谢！

## 逆境的演讲稿初中篇四

大家好！

在演讲之前我想说，我们的班集体是乐观向上，团结一致的，我们班大部分同学的脸上也露出笑容，无时无刻不有着开心的模样。

而今天我所演讲的题目就是《生活学习需要乐观心态》

悲观者说：是又怎样，开败了也就没了。 乐观者说：不，它能留下甘甜的果。

同学们，月有阴晴圆缺，人有旦夕祸福，生活中的挫折就像是一首歌曲的音符，正确面对你才能弹奏出人生的乐章。让我们保持乐观的心态，一步一个脚印，努力提高我们的学习成绩；面带微笑，快快乐乐度过每一天。

祝大家每天都有好心情，笑口常开！

也希望大家能怀有乐观心态去对待每一件让你不顺心的事情！

谢谢大家~

## 逆境的演讲稿初中篇五

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。”我听了这句话，高兴地笑了。

## 逆境的演讲稿初中篇六

大家上午好！

青春是我们一生中最为美好的一段时光，青春是我们最应该努力的一段时光，因为正青春，所以敢去想，也因为正青春，所以敢去做。在最美好的这段时光，我们应该要为自己有一个更美好的未来而努力，我们应该要利用好每一天的时间让自己变得更加的优秀，这才是现阶段的我们应该要做的。

现在我们应该要去做一些对自己有帮助的事情，比如你想要提高成绩你就多花一点时间在学习上，而不是嘴上说着要努力却没有一点实际行动。比如你想要成为一名作家你就在不耽误学习的情况下多看一些课外书，尝试着自己去写几篇短一点的小说，而不是只谈论自己的梦想却没有付出努力。你想要做什么事情，想要达成什么样的目标，都应该努力的去做，而不是做思想上的巨人，行动上的矮子。完成目标是需要努力的，而不是每天只是想想。但不管想要做什么事情，都要在不耽误学习的前提下去做，对于现阶段的我们来说，学习才是最重要的事情。

在我们这个有精力、有时间的年纪，就应该要为实现自己的梦想而努力，现在不努力等到之后没有时间了的时候就只能后悔了。

站立的时候，你看到的世界是不同的。所以不要拘泥于现在，要放眼于未来。

谢谢大家！

## 逆境的演讲稿初中篇七

大家好！

对于这个陌生的世界我可以算是初来乍到，一个脆弱的我，被“敌人”瞄准了弱点，那个不堪一击的我，一次次在“血”场上受伤，才知道现实的社会并不是我想像的那样美好。

刚开始，我幻想着独自生存的自由，认为自己已经长大了，遇事可以独当一面，总是用幼稚可笑的理论评判这个世界，不料，我却常常碰壁，弄得头破血流。经过长期的碰壁和挣扎，在一次次的悲伤中终于领悟到：想要独自翱翔，首先得学会如何面对一切，要在逆境中成长。

人的一声中难免会遇到困难，过得顺利的人往往都是碌碌无为的。所以，即使是眼前已经是山穷水尽，也要努力的奋斗到柳暗花明，试想一下，生长在断壁巉岩上的小草，没有肥沃土地的滋养，还常常经受山风的摧残，然而在这样恶劣的环境下，他们一样能生长得很好，在这样的逆境中，他们深深的扎根，让自己长得宽大、肥厚，更加超过地上的草。

当大雪封山，寒风刺骨，万物都被它毁灭的时候，松柏却傲立雪中。无论寒风再怎么狂吼，也不论大雪再怎么欺压，松柏仍不为所动。坚持着自己的信念，也更坚定了自己的理想，天放晴了，风停了，它们又一次的胜利了，胜利后的松柏，用更加浓密、更加翠绿的枝叶，展示着成功后的喜悦；坚硬的石头，冰冷的石面。然而在这一块块巨石上，却生长着一丛丛竹子。它们的根已经深入石缝中。这些石缝是根太坚强的生长，太用力向下而形成的。石头上的竹子比地上的翠竹更加粗壮，更加笔直。

如果没有陡峭的山崖，哪会有茂密的小草？

如果没有无情的风雪，哪会有翠绿的松柏？

如果没有岩石的坚硬，哪会有竹子的挺拔？

如果我们不在逆境中学会成长，我们将永远倒在“血”场上。

在逆境与成长之中，不要怨天尤人，要学会克服困难。摆脱逆境，在逆境中坚强的成长，才会有更加美好的明天。可以说逆境在一定的程度上是可以激发人的意志，正所谓生于忧患、死于安乐。

## 逆境的演讲稿初中篇八

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!

## 逆境的演讲稿初中篇九

“义”和“义”是两个常见的成语，通俗的说法是“讲道理不绕人”。这说明“理”和“义”在我们的生活中有很大的力量，因为“理”和“义”凝聚了人的智慧，体现了人的尊严。古人提倡为理而生，为义而死的生活。所谓“听说道教，夜深人静可死”。今天我们也说，读书是为了理解，生活是为了知道它所知道的。“义”和“严义”表现出获得正义和理解的骄傲。

但是，从我们的感受来看，这两个成语有扮鬼脸的味道。让人敬而远之，甚至恐惧。这是为什么？我想，原因可能是“轰轰烈烈”、“严词”是攻击性的、征服性的手势，用正义的力量来压制人，让人觉得渺小无助。

为什么人有正义感就很强很严？帕斯卡说：“人既不是天使，也不是动物，但不幸的是，想表现得像天使的人表现得像动物。”因为你一心以为自己是天使，不怀疑自己，不反省自己，觉得自己心地善良，在帮助人的时候，就直奔主题，不管路。结果适得其反，给人增添了痛苦。雄心勃勃地试图为“理性”走在街上，为理性和正义清除前进道路上的障碍，但相反，许多障碍已经出现。简单来说就是我们自以为是，增加了很多是非。

所以需要换个角度思考。几乎所有伟大的宗教都是从人类的苦难和渺小出发，充满同情，为他人着想，为他人开药方，向他人伸出援手，所以赢得了很多信徒。我们的祖先常说：“互相关心”，“设身处地为别人着想”，“做自己不想做的事给别人看”，也就是要有同情心。今天，它倡导“以人为本”、“以人为本”。强而严的问题可能是同情心不够。

帕斯卡还说：“人显然是为思想而生的；这都是他的尊严，都是他的优秀；他的全部职责就是以他应该的方式思考。”他还认为，对人类局限性的理解只是优秀的标志。想想，总会发现生活中有很多不如意的地方。比如想想做了什么，有多少人帮我们做了一件小事，让我们感恩；想想我们没有做过的事，我们个人有多渺小，才会觉得卑微。并且会对别人有更多的同情和理解。