最新挫折的名人事例 困难挫折心得体会(实用9篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

挫折的名人事例篇一

随着生活的发展，每个人都会遭遇各种各样的困难和挫折。这些困难和挫折不仅能考验一个人的意志力，也能成为一个人成长的催化剂。在我多年的生活经历中，我不断面对挑战，经历种种困难和挫折，从中我获得了许多宝贵的经验和体会。

首先，困难和挫折教会我坚持不懈。当面对困难时，最重要的是要保持积极的态度和坚定的信念。曾经，我为了参加全市的英语比赛，准备了数月的时间，但在比赛中却遭遇了意外。我错过了一些题目，心情也跌入谷底。然而，我没有放弃，我从错误中吸取教训，继续努力学习，最终获得了较好的名次。这次经历让我明白，只要有毅力和耐心，就能战胜困难。

其次，困难和挫折教会我善于寻找解决问题的方法。在生活中，困难和挫折往往是暗礁和瓶颈。在我考取大学的过程中，我遇到了难以解决的数学问题，这让我很是苦恼。然而，我明白不能被困难击倒，我开始主动向老师和同学请教，还利用互联网和参考书籍来学习。通过尝试和不断的实践，我终于找到了解决数学问题的方法。这次经历教会了我，在面对困难时，应当积极主动地寻求解决办法，而不是被困难所束缚。

此外，困难和挫折教会我不断提升自我。在人生的道路上，

很少有一帆风顺的事情。困难和挫折就是生活的调味剂，使我们学会面对各种挑战。每次遇到困难时，我都会审视自己的不足之处，并认真反省。比如，我曾在校园辩论赛中失利，对此我进行了反思，找出了自己的不足之处，并努力改正。结果，在后来的辩论比赛中，我逐渐证明了自己的实力。困难和挫折让我不断反思，找到自己的短板，并不断提升自我。

最后，困难和挫折教会了我珍惜所拥有的。在经历困难和挫折之后，我明白了珍惜和感恩的重要性。我们常常对所拥有的事物视而不见，直到失去才会后悔莫及。比如，曾经我遭遇了严重的健康问题，那段时间我无法忍受病痛的折磨。然而，经历过那段时间，我珍惜起健康的日子，开始注重锻炼和保养。困难和挫折教会了我珍惜和感恩，让我更加关注和照顾自己所拥有的一切。

总之，困难和挫折是生活中不可避免的一部分，但它们是我们成长的机会。从困难和挫折中，我学会了坚持不懈、寻找解决方法、提升自己以及珍惜所拥有。这些经验和体会不仅对我的成长起到了积极的作用，也帮助我勇敢地面对生活中的各种挑战。因此，我相信困难和挫折是人生的调味剂，它们让生活更加有味道。

挫折的名人事例篇二

在我们的人生旅程中，挫折是不可避免的。这些挫折可能来自我们的职业、家庭、社会或个人生活。有时候，一件事情我们可能会遭遇多次失败和挫折，让我们产生沮丧、失望、绝望等负面情绪。然而，挫折也给我们展示了人生中最美丽最坚强的一面。正如名言所说：“人生是一次旅程，我们会遭受挫折和失望，但最终我们会克服它。”

二、接受挫折，并不断提高自己的意识

面对挫折，首先我们要接受它。无论多么艰难或痛苦，我们

都需要接受现实，这是克服挫折的第一步。此外，重要的是始终保持积极心态，认识到挫折同样提醒我们，在人生道路上前进的方向是否准确，是否需要更改自己的方向。

三、不断开拓新思路以应对各种挫折

每个人在面临挫折的时候都需要找到自己的方法，以助其渡过难关。无论是积极寻求帮助，充分利用资源或拓展人际网络，确保自己从多个角度考虑问题，开拓自己的思路。如果我们能够始终保持广阔的视野和灵活的思维，那么我们将在黑暗中寻找出路、度过难关。

四、反思过往以避免再次遭遇失败

挫折为我们提供了一个反思和改正我们错误的机会。我们应该借助失败中的教训，以避免日后再犯相同的错误。改正自己过去的错误，撷取教训，这样我们就能够奠定成功的基础，减少挫折的可能，取得更大的成就和成功。

五、把挫折变成一种动力，驱动自己不断前进

成功总是掌握在那些能够坚持、不断付出、在困境中坚韧不拔的人手中。挫折可以让我们更加坚强，给我们带来收获的喜悦，还可以成为我们迈向成功的动力。只要我们能够保持积极、乐观的态度，摒弃过去的失败，不断用新的目光去看待世界，不断承受压力和挫折，我们在人生旅途中一定能够越来越强大。成功永远不会抛弃那些具备坚韧和毅力的人。

克服挫折需要我们的勇气、智慧和毅力。如果我们能够以积极的态度面对挫折，并从中学习，我们就能在人生中不断奋斗、获得成功、享受成就。人生充满挫折，但只要我们始终保持坚持，努力，我们就能把挫折看成是一种机遇，轻松悠然地走向成功！

挫折的名人事例篇三

准备失败?闻所未闻。不是的，在二战中，就有这样一个例子。二战中，盟军胜利登陆诺曼底之后，最高统帅艾森豪威尔将军发表了讲话：“我们已经胜利登陆，德军被打败。这是大家共同努力的结果，硪向大家表示感谢和祝贺。”可是当时谁也吓知道，在登陆前，除了这份讲话稿之外，艾森豪威尔还准备了一份截然相反的讲话稿，那其实是一篇失败讲话稿。失败演讲是这样的：“硪很悲伤地宣布，我们登陆失败了，这完全是我个人决策和指挥的失败，我愿意承担全部责任，并向所以的人道歉。”从这两份讲稿中，可见这位后来成为美国总统的将军艾森豪威尔的人格魅力。

挫折的名人事例篇四

顺利的人生道路上很少有完美的轨迹，因为每个人都会面临各种各样的挑战与困难。然而，正是这些困难和挫折塑造了我们的性格，并帮助我们成长。在经历了一系列的困难和挫折后，我深刻地意识到困难并不可怕，而是我们提升自己的机会。

第二段：困难是成长的催化剂

在生活中，我遭遇了许多困难和挫折。当我第一次失败时，我感到失落和沮丧。然而，随着我更多地面对挑战，我逐渐明白困难实际上是我成长的催化剂。困难教会了我如何坚持不懈，如何寻找解决问题的方法。我迈出的每一步，都使我更强大。通过困难，我学会了勇敢地面对困境，并以积极的态度去解决问题。

第三段：困难培养了我的耐心和毅力

面对困难和挫折，耐心和毅力是我最重要的表现。困难不会一蹴而就，而是需要持续的努力和耐心去克服。当我面对看

似无法超越的障碍时，我学会了站起来，重新审视问题，并找到解决方案。通过坚持不懈的努力，我终于克服了许多困难，实现了自己的目标。困难教会了我，只要保持耐心和持久的努力，就能够战胜一切。

第四段：困难增强了我的见识和智慧

在面对困难和挫折的过程中，我逐渐增长了见识和智慧。当我付出了努力，但仍无法解决问题时，我开始反思自己的做法，并寻找新的途径。这个过程让我认识到只有不断学习和探索，才能找到更好的解决办法。困难教会了我在改变问题的同时，也要不断提升自己的能力和思维方式。

第五段：结语

困难和挫折是生活中的常态，没有什么大不了的。我们应该学会面对困难，积极地思考和行动。每次困难都是我们成长的机会，通过克服困难，我们可以提升自己的能力，改善自己的人生。正如培根所说：“困难不仅是一种障碍，更是发现我们自身能力的契机。”困难是我们成长的催化剂，让我们勇敢地去面对，去超越，最终收获成长和成功。

挫折的名人事例篇五

有一个人，在他二十一岁岁时，做生意失败;二十二岁时，角逐美国州议员落选;二十四岁时，做生意再度失败;二十六岁时，他的情人离开人间;二十七岁时，一度精神崩溃;三十四岁时，角逐美国联邦众议员再度落选;四十五岁时，角逐美国联邦参议员落选;四十七岁时，提名副总统落选;四十九岁时，角逐美国联邦参议员再度落选。然而，就是这样一个屡战屡败的人;在他五十二岁时，当选美国第十六任总统!这个人就是林肯。

成功者是需要坚韧的毅力和非凡的勇气的。一个人经历一些

挫折，并不是什么坏事情。“自古雄才多磨难，从来纨绔少伟男。”在人们成长的道路上，有坦途，也有坎坷;有鲜花，也有荆棘。在你伸手摘取美丽的鲜花时，荆棘同时会刺伤你的手。如果因为怕痛，就不愿伸手，那么对于这种人来说，再美丽的鲜花也是可望而不可及的。

成功永远属于挑战失败的人。我们拥有年轻，年轻没有失败。只要能战胜荆棘，战胜自己，即便是弄得遍体鳞伤，至少也可以证明我们曾经奋斗过，我们不是挫折的奴隶!

挫折的名人事例篇六

大树之所以枝繁叶茂，是因为抵抗了狂风的侵袭;

人类社会之所以不断进步，是因为经历了无数次挫折与磨难!

挫折，没有人能避免，但积极的面对挫折，勇敢克服，就能让挫折“开花”!

挫折之花，来自与现实的抗争。屈原在“联齐抗秦”的政治主张中未被采纳，陷入了“忠而被谤”的苦难中，然而他仍能“哀怨托离骚”，终于“孤忠报楚国”。

挫折之花，绽放于与命运的抗衡。司马迁因秉笔直书，“不溢美，不隐恶”，而遭受腐刑，然而他在狱中却坚强的与命运作斗争，面对挫折，他选择了勇敢;面对挫折，他选择了发愤;面对挫折，他选择了秉笔直书。终于，他“着成信史照尘寰”，留下了千古美名!让挫折之花绽放了两千年!

挫折之花，因坚持和勇敢而绽放。“2012年河南省美德少年”之一梁朝辉，他的姐姐小时候腿就瘫痪，年幼的梁朝辉不怕家境的困窘、生活的艰难，勇敢地推着姐姐，坚持了十几年!如果说他的命运残伤的花，那么因为他的坚强意志，别的繁花似锦，光艳照人!

屈原，司马迁、梁朝辉等人，他们不是在时光的流逝中淡化苦难，而是用全部的热情和才智与命运进行不屈的斗争，升华了自己，绽放了挫折之花!勇敢地面对挫折，挑战困难，就一定能让挫折“开花”!就像铅笔经历了刀削的疼痛，才写出了美丽的文字;就像毛毛虫经历了破茧的疼痛，才化为漂亮的蝴蝶，凌飞于天空!朋友，让挫折“开花”，让人生抵达成功彼岸!

挫折的名人事例篇七

失败，每个人都会面对。但却不是每一个人面对它的心态却不是一样的。这样就有了不同的结果。

一些人面对失败，自暴自弃，丢失了自我，结果一生碌碌无为，辛劳了一生。而一些人却勇敢的去面对失败，在失败中成长，学习经验，然后战胜它，借着它走的更高更远。

想曾经李白“仰天大笑出门去”高吟“我辈岂是蓬莱人”的豪放不羁。想他怀着满腔的热血来到了宫廷之中。但他的热血却被宫廷中腐败、阴暗所冷却。他又这么能被“御用文人”的金幌所拘束呢?于是他带着冷却的热血离开了宫廷。他虽然因为失意而离开皇宫，但这个却没有击败他，反而他仍是有着“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”的精神。失败不曾击败他，反而成就了他。

何曾几时我因为试卷上鲜红的叉而失落。自己独自一人徘徊在校园中迷惘着。

老师高声的呵斥，让我痛哭流涕，父母的责骂，让我失魂落魄。这些像魔音一样侵蚀着我的心灵，让我痛苦不堪，让我一点点的陷入了失败阴影中，如同深渊一样没有尽头，没有希望。

在痛苦中，我无意听到到了同学们对未来美好的向往，这就像在无尽的黑暗中的一点光芒，驱散了我身边的黑暗。是啊，这只是一次小小的失败而已，我这么能对未来放弃希望呢?我不能屈服，我要站起来。我要像大地上的小草一样，虽然微小但是却顽强。

挫折的名人事例篇八

学生在求学的过程中，难免会遭遇到挫折。这些挫折可能来自学习方面，也可能是来自生活、人际交往等多个方面。然而，挫折并不可怕，它是我们成长过程中重要的一部分。本篇文章将从自己的角度出发，分享一些在挫折中的心得体会。

第二段：挫折出现时的感受

当我们遭遇挫折时，最初的感受可能是焦虑、苦恼、绝望等情绪，这些感受让人感到沮丧。例如在我的大学期间，我曾经在一门必修课中不及格，这使我非常担心未来浑浑噩噩地度过余下的学期，甚至感觉不再是一名良好的学生。在那个时候，我没有意识到如何处理挫折，我变得封闭，难以释放出来。但是，渐渐地，我意识到没有任何挫折是无法解决的，每个人都会面对类似的困境。

第三段：完全接受挫折

在我的成长过程中，我学会了如何完全接受挫折。当遭遇类似的失败时，我会首先平静下来，不要把这些负面的情绪向外发泄。然后，我会彻底地认识到这件事的严重性并开始思考如何解决问题。同时，我也会明确了解到任何快速解决方案都会有所妥协。遇到挫折时，我们需要耐心、冷静而又理性地分析问题，并制定一个详细的计划，然后付诸行动。

第四段：挫折的价值

每个人受到挫折的方法都不同，但挫折的价值却是普遍的。正是因为挫折帮助我们锻炼实践解决问题的能力、增强我们的毅力与耐性、促使我们发现并懂得自我管理并提高自我价值感，使我们更加成熟。此外，挫折还可以提醒我们要珍惜我们身边的人，在某种程度上能够增进人际关系。

第五段：结论

在点滴的寻找和尝试中，我发现了接受挫折的重要性，它可以帮助我更好地成长并实现自己的愿望。在我的成长道路上，我经历了许多挫折，我不停地尝试着去理解和接受它们。没有了“挫折”，成长的经历就没有了重大内涵。我们需要学会如何在每个挫折中看到成长和优势，这将有助于我们更好地应对未来的挑战。

挫折的名人事例篇九

随着社会的发展，我们面临的挫折和困难也越来越多。然而，对于这些挫折和困难，我们应该抱着积极的态度去面对和解决。在这个过程中，我深刻体会到了困难和挫折带给我的成长和收获。以下是我个人的心得体会，希望能与大家分享。

首先，面对困难和挫折，我们应保持积极的心态。每个人都会面临挫折和困难，这是生活中不可避免的一部分。但是，我们不能因此而气馁和放弃。相反，我们应该学会积极面对困难，不断寻找解决问题的办法。只有积极的心态，我们才能从困难中汲取力量并找到解决问题的途径。

其次，困难和挫折能够锻炼我们的意志力和耐力。在面临挫折和困难的时候，我们经常会遇到各种困难和阻碍，需要付出更多的努力才能克服它们。正是因为有了这些挫折和困难，我们才能够耐下心来思考和努力，不断去尝试和探索。这样一来，我们的意志力和耐力就会不断得到锻炼和提升，使我们更加坚强和有能力面对其他困难。

第三，困难和挫折是人生的财富。与其将困难和挫折视为生活的阻碍，倒不如把它们当成一种宝贵的财富。困难和挫折会将我们的视野拓宽，使我们更加深入地理解自己和这个世界。在克服困难和挫折的过程中，我们不仅会积累更多的经验和知识，而且会发现自己的潜力和能力。正是因为有了这些困难和挫折，我们才能够更好地成长和进步。

第四，困难和挫折能够帮助我们更好地规划未来。面对挫折和困难，我们不仅需要对当前的问题进行解决，更需要思考和规划未来的发展。困难和挫折能够帮助我们更加清楚地认识自己的优缺点，找到我们的梦想和目标，并为实现这些目标制定明确的计划和策略。通过克服困难和挫折，我们能够更好地规划自己的未来，让自己的人生更加有价值和意义。

最后，困难和挫折是成功的基石。许多成功人士都经历过各种挫折和困难，正是这些困难和挫折让他们更加坚韧和意志坚定。只有在困难和挫折面前能够坚持不懈，才能够走向成功。因此，我们不能害怕困难和挫折，而是要敢于面对并应对它们。困难和挫折给予了我们成功的机会，我们要抓住这些机会，迎接挑战。

困难和挫折是人生道路上不可避免的一部分。对待困难和挫折的态度将决定我们能否从中收获成长和收获的机会。通过对困难和挫折的正确看待和积极应对，我们将能够变得更加坚强和有能力面对人生中的挑战。让我们一起勇敢面对挫折和困难，成长为更好的自己！