

勇于面对挫折 勇于面对挫折的日记(优秀18篇)

工作岗位的职责是组织和规划工作流程，确保工作的顺利进行。对于岗位职责的描述和执行，我们应该注意以下几点。请阅读以下的岗位职责描述，了解您所在岗位的具体要求和期望。

勇于面对挫折篇一

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！

勇于面对挫折篇二

亲爱的老师、同学们：

人的一生似洪水到处奔流，不遇岛屿、暗礁难以激起美丽的浪花。挫折就像是强大、令人害怕的洪水，向你袭来。我们是无法选择逃避的，所以我们只有勇于面对挫折，勇于战胜挫折。

当你遇上挫折，你会怎么办？

或许，你会选择逃避，找了个避风的港湾；

或许，你会选择哭泣，用泪水清洗伤心欲绝的心灵；

或许，你会选择求救，寻求可以依靠的独木舟，抑或只是一根树枝；

傅雷曾长叹：不经历磨难的逃避是轻佻的。哭泣之后你又将如何？求助？也许会有，也许不会！

我们能做的，就是拍拍胸脯，坦然地面对！

曾记否？海明威的《老人与海》？主人公——老人桑提亚哥，面对着恶猛的鲨鱼，硬是拖着疲惫的身体与之进行不懈的抗争，整整八十一天！他胜了，胜得坦荡！他像一面旌旗，立在海岸上，面对着浩瀚的大海和凶涌的波涛，无语，只是挺着胸脯，以撼人的气魄迎着海风猎猎作响！

“一个人可以被战胜，却不可以被打败”。强而有力的音符从桑提亚哥的嘴里，不，是从心里涌出。他虽是虚构的人物，但他的精神却是真实的，他的精神是活着的，是震撼人心的！

挫折来临时，我们不要害怕！

记得一句话：当死神露出他的尖牙对我笑时，我能做的就是报之以一笑！很欣赏作者的风度，也想学着吟一句：当挫折一步步的靠近时，我们能做的是操起自信的矛和坚强的盾，勇敢迎上去！

当生活遇到挫折，有桑提亚哥的精神扶持你，你还会选择退缩、逃避吗？相信你不会！

当生活遭遇挫折，不要哭泣，操起自信和坚强的心灵武器，迎上去，迎上去，迎上去……

身后的桑提亚哥老人笑了……

面前的困难挫折恶魔怕了……

勇于面对挫折篇三

敬爱的老师，亲爱的同学们：

人们常说挫折是一块阻碍我们前行的绊脚石，挫折也会让一个人失去信心，在他人面前抬不起头。

挫折虽然阻挡了你的前进，但是假如你能够有克服挫折的勇气，那么，你会发现这块绊脚石将会成为你的垫脚石，让你走上成功的捷径，也同时让你变得更坚强，更有力。

山重水复疑无路，柳暗花明又一村。克里斯·加德纳挺过来了，三个月之后克里斯·加德纳终于以优异的成绩被公司录用。

谈到这，我们都知道了其实挫折并不可怕，可怕的是你没有勇气战胜它，假如你能将面前的挫折化为前行的动力，那么你的前途将是无量的。

现在就请让我们开始学习面对挫折，要学会做挫折的主人，不要让自己成为挫折的奴隶，当你战胜挫折之后，你将会欣喜地发现挫折其实也是一种美；但对于那些没勇气，没有毅力的人，是无法领悟到真谛的，当然，我所领悟到的真谛也就是当你战胜挫折时，也就会有一种成就感。有一句话”不经历风雨，怎能见彩虹。“所说的就是如此。

勇于面对挫折篇四

敬爱的老师，亲爱的同学们：

失败过，才懂得失败的滋味，才看清自己的脆弱。

尽管听过人生好像是海上的波浪，有时起，有时落，尽管明

白要拍拍身上的灰尘，振作疲惫的精神，前方也许有坎坷，也许有要孤孤单单走一程，但是，当自己真正地遇到了挫折，经受了失意，还是脆弱得心灰意冷。

也许是心眼太小，在演讲比赛中输给了人家，就不甘心；也许是嫉妒心太强，容不得别人胜过自己；也许是自尊心太甚；忍受不了一时的失败；也许是过于自信，以致于忘了自己只是一只雏鹰，翅膀还很幼嫩；也许是过于自私，只考虑到自己的辛苦付出，而没有想到别人正由于付出更多的艰辛和汗水才能脱颖而出；也许是太轻狂，一心只想往上飞，忽视了班级的利益！

其实是自欺欺人，固执地认为别人不如我，不过是她人缘好，得到偏爱，自己是个被埋没的人才；其实是过于自负，总以为自己很行，殊不知只是一只鸡蛋，只有薄薄的外壳，把自己捧得越高，摔得就越痛；其实是我太脆弱，稍经磕碰便粉身碎骨，曾经自诩的坚不可摧的意志信念瞬时灰飞烟灭。

那看是平常的一方演讲台境如此让自己魂牵梦绕，牵肠挂肚！原来，它对我有如此强大的吸引力！可如今，无情的评委偏偏让我出局，让我远离那方讲台，忍受这刀割般的苦痛！

脆弱的使者眼泪，无声地流成两行小溪。

怨天？尤人？这是我应该有的姿态吗？

是啊，是应该剖析自己、正视自己的时候了！以前，十二年的生活太平淡，太索然无味，太一帆风顺了！我只是一盆温室里的花，虽娇艳旺盛，却未曾接受过风雨的洗礼。

看着自己，想想别人。别人今天的成功，也不是经历了无数磕磕绊绊才走上讲台的吗？不也是经过严格的筛选，长期的奋斗，才拥有了鲜花和掌声吗？越想越无地自容，越相形见绌。

成功之花，人们只惊羨它现时的明鲜，而当初它的芽儿，浸透了奋斗的泪泉，洒遍了牺牲的血雨。冰心奶奶的话，好像是专门为此时的我写的。

只要奋斗过，又何必一定要有结果？

我的心顿时豁然开朗，胸中不再憋闷，变得如此舒畅！我仿佛听见“咚”的一声，脆弱在心中倒下了，我惊喜，我战胜了脆弱，又向长大迈进了一步！

勇于面对挫折篇五

没有一个人愿意遭遇挫折，但是却也没有人可以从不遇到挫折。

nba超级明星球员迈克尔乔丹曾叱咤风云，扬威体坛，无数的球迷因他而疯狂，他的一举一动是许多年轻人效仿的‘目标’。

但是，他并不是天生的篮球运动员，如果不是他有着坚定的意志力，世界体育史上也许就会少了这么一位英雄。

迈克尔乔丹就读北卡罗纳莱纳州威明顿中学高二时，对篮球产生了莫大的兴趣，每天球不离手，倾尽全力地提高自己的球技。

就在学校选拔篮球队时，乔丹信心十足地去报考，但几天后，他发现自己的名字并不在体育馆张贴的名单上。

我简直不敢相信自己的眼睛，我不停地看，以为这样我的名字就会出现在上面，但是并没有。他说。

那一整天他都失魂落魄，连自己怎么回到家的都不知道。进了家门，他把房门关上，嚎啕大哭一场；当他把这件伤心的事告诉母亲时，泪水又忍不住夺眶而出。

只是，他并没有一蹶不振，哭过之后，他擦干泪水，坚定地对自己

己说:我不要让自己再有这种感觉。

从那天起,乔丹更加勤奋地锻炼自己的球技,发誓以篮球为他的终身职业,而且他不想让自己再度承受失败的痛苦。

在这股神奇的力量支撑下,短短几个月里,他从五尺十寸长到六尺二寸,身体长高了,动作却依然灵巧。

第二年,他终于顺利进入校队,世界篮球史注定要在一段时间之后以他为中心,展开崭新的一页。

有一名推销员屡次去拜访一位客户,跑了好几趟,这位难缠的客人始终不肯点头。

这个推销员缓缓地说:因为他还没有说不。

很多时候,我们是因为害怕听到别人的不,所以先对自己说不,不给你机会的,其实一直都是你自己。

勇于面对挫折篇六

敬爱的老师,亲爱的同学们:

记得那是三年级下学期的一天,下午放学后,我像往常一样兴高采烈地跑出校门,可没看见妈妈,看到别的同学在家长的陪同下高高兴兴地回家,我焦急万分,我左顾右盼还是不见妈妈的身影,我的心一下子凉了半截,莫非妈妈不来接我了,我可怎么办呢?如果我自己走,坏人把我抓走了怎么办?万一……想着想着,眼泪竟不听话地夺眶而出,可又怕被同学看见笑话我这样没出息,只好抹了眼泪,装作若无其事的样子,我停住了脚步,定了定神,我攥紧拳头,下定决心:自己走!忽然间,我竟为自己作出这样的决定而感到自豪。

走着走着,到了十字路口,这可是我第一次过马路,新的困

难又在考验我了。可我又一想，既然决定自己回家，就要自己过马路。于是，我壮着胆子，看见绿灯亮了，就一小步一小步向前挪着，可刚走到路中间，交通信号灯好像在故意作弄我一样，不经意间就变成了红色，我真是骑虎难下，往前走也不是，往后退也不是。心里面像十五只吊桶打水——七上八下的，于是我只好屏气凝神，动也不敢动一下，大约过了一分钟，终于变绿灯了，我左瞧瞧又看看，飞也似地跑到了马路对面。这一分钟，对于我来说好像过了一个世纪，站在路边，我看着马路对面，真不相信自己是“从那么远的地方走过来的”。

勇于面对挫折篇七

敬爱的老师，亲爱的同学们：

挫折在字典上的解释是困难，是拦路虎，是绊脚石。人们听到挫折都会皱起眉头，可见挫折在人们心中是不走运的化身。然而挫折在生活中无处不在。密密的蛛网一定经过风雨的洗礼，果实甜蜜的石榴一定经历过霜打，羽翼庞大的帝王蛾一定有过茧的束缚。由此可见，挫折与我们为伴。有人讨厌挫折，但我更认为挫折也是一种美。

挫折可以让你获得经验，有了经验就会让你与成功更近一步，最终就会成功。两次科场失利的宋代文人苏洵、失利后不气馁，根据自己获得的学习经验刻苦自学，终于成为“唐宋八大家”之一。七次落榜的曾国藩，苦读二十年，用前七次的考试经验在第八次一鸣惊人考中进士，此后他十年七迁，成为朝中二品大员。成功的经验都是在挫折面前产生的。

挫折可以让你明确方向。挫折像黑暗中的明灯，让我们明确方向。三次落考的名医李时珍，明确方向翻阅800多本医书，花费27年时间写出了医学著作《本草纲目》，四次落榜的清代文学家蒲松龄，得知自己不是当官的料，于是深入民间采访，写出了文学作品《聊斋志异》，三次落考的剧作家曹禺

年轻时一心相当医生，报考北京医学院失利后，积极参加戏剧活动，写出了《雷雨》《日出》等名著。挫折是黑暗中的北斗星，让你明确方向。

挫折可以让你变得更加坚强。古往今来有许多名人都是经过挫折才变得更强。像司马迁，他由于李陵一案身受宫刑，蒙受大辱，但他终于顶过磨难，发奋写完了辉煌巨著——《史记》。再如现代华人张士柏，他经历了从游泳健将到高位截瘫的巨大变更，却并不因此而一蹶不振，反而将它化为动力。勤奋学习完成了许多健康人都做不到的事情。这正如刘白羽的名言：火只能把铁炼成钢，却无法把铁烧为灰烬。

英国哲学家、思想家弗兰西斯培根说过：顺境最易见败行，逆境最可见美德。所以我认为挫折也是一种美。

勇于面对挫折篇八

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

夜深了，当所有人都睡着了的时候，我却还在为我的奥数比赛而抱着枯燥无味的书本死“啃”。一行又一行，乏味又无趣。我垂头丧气地看着好似万丈高楼似的奥数书，心里盘算着还有多久能看完。想着还要写得各种难题，头就不由得大了起来，可我又有什么办法呢？只能硬着头皮继续写下去。

写着写着，我突然感觉到有什么硬呼呼的东西顶着我的脚，我往脚下看看，原来是一支不知道是什么的灰扑扑的玩意儿，我没在意，把脚挪了挪，没有管它，但不知为何，我的手竟鬼使神差的伸向了那一支灰扑扑的东西，拍了拍灰，才发现那是我许久以前十分珍爱的口琴，可我已经很久没看见过它了。

“我多久没找过它了？”我问了问自己。

回忆起买这一支口琴时的情形，我已不太记得了，只记得是我好奇，闹着要买，之后就开始练，也颇有几分成绩，偶尔自己吹吹，自娱自乐，闲暇时在众人面前小秀一下，也能博得一些喝彩。可如今，在升入初中后，压力越来越大，学习上也好，生活上也好，父母对我的要求渐渐让我喘不过气来。梦想？这个词早已淡忘。曾经在学习以外的兴趣爱好，如今却被数不清的作业和习题深埋在心底，渐渐遗忘。书，造福了多少人，又压垮了多少人！

我决定出去了，推开了房门，丢下了我的习题，如同到了一个崭新的世界。我来到客厅，吹起了一支我许久未吹的曲子，有些生疏，吹得也不好听，但我却从中找到了一种我许久未找到的乐趣。这种乐趣，就连奥数金奖也比不上哩！我沉醉在其中，无法自拔。曾几何时，我也曾坚定在我学习的道路上，但也不曾丢下过口琴这沿途的风景。可如今呢？我在学习的道路上飞驰着，却遗忘了沿途的风景。在此刻，我突然知道了我真正想要的是什么，不是豪车、豪宅，也不是奥数比赛的名次，而是在我奋斗时可以停下来休息休息，望望沿途的风景，再向前出发，不忘初心，这样，我便满足了。

“结果固然很重要，但过程才是最重要的。”这句话曾被多少人奉为珍宝，但现在又有多少人忘记了它呢？如今我能领悟这一点，亦言可幸也。

勇于面对挫折篇九

敬爱的老师，亲爱的同学们：

挫折，就像是风夹杂着沙子，吹进我的眼皮，但用手轻轻一揉，沙子便掉了下来，只有那泪水和转眼间的疼痛，随风而去；挫折，就像是摔倒后的疼痛，流血的伤口和短暂的疼痛，只需用纱布轻轻缠绕，便烟消云散挫折并不可怕，只要

坚持下去，定能成功！

记得那是一天下午，数学老师布置了晚上作业，便走了。老师一走，同学们顿时欢呼雀跃，又是拉手，又是聊天的，好不快活！只持续了几秒，不知是谁喊了声“做作业喽”！教室里顿时鸦雀无声，同学们纷纷埋头写作业。看着这个“惊人”的变化，我顿时呆若木鸡。

不久，我也马上清醒过来，拿起笔，埋头写了起来。“呵，题目挺简单的’呀！哈哈！”我暗暗想着。这时，一道难题挡住了我，我拿起草稿本，在上面演算了起来。可是，我已经写了整整两页，也没找到答案。我想问问别的同学会不会。

可是环顾四周，同学们个个皱着眉头，盯着题目，似乎他们也在思考着这道题目。我转过头，继续握紧笔杆，目不转睛地看着这只狂妄的“挡山虎”在我面前得意地迈起了步子，我气得火冒三丈，真恨不得一棒打死它！我咬着笔杆，又继续演算，可仍没有答案，我有点放弃了，突然，我想起了一句话“坚持下去，定会成功”！

我又再次握紧了笔杆，拿起草稿纸，“唰唰”地写了起来。草稿纸被我翻了一页又一页，差不多已经七八页了吧！“放弃吗？”我嘀咕着，用手在白纸上画了一个无形的图。我咬着牙，继续坚持着，额头上流出了密密的汗水，草稿纸也被我撕了一张又一张，但我仍坚持着。

“功夫不负有心人”。终于，这道题被我打败了！我高兴得一蹦三尺高，脸上带着胜利的笑容，心里可高兴了！

挫折，我战胜了你！

勇于面对挫折篇十

敬爱的老师，亲爱的同学们：

我是一个热爱篮球的热血少年，在五年级的时候成为了一名校队的生力军，我真的很开心，因为我又接近了我的梦想一步。对我来说，打球时接近梦想的'唯一方法，打球是交通工具，可以帮我接近梦想的交通工具，是唯一一种可以让我尽情体验看似触手可及，但却遥不可及的“nba”让我尽情体验进步狂欢的交通工具。

但是，我虽然是最努力的，但球技却不是最好的，所以我把主攻科目放在了篮板和防守上，因为我们有了最锐利的矛，所以要一块最坚固的盾。我坚守篮球是一门艺术，这门艺术只有进攻和防守，我做不了最锐利的矛，就做最坚固的盾吧！这样想着，心里舒服多了，盾也是最有用的，是战神南征北战的必备之器！正选队员签到那一天，我终于鼓起十二万分的信心，向老师走去。老师却说：“名额满了，下次再说吧！”我几乎当场崩溃，我哪里做得不好了？我哪里差劲了？名额那里满了？我哪里不如人了？我很差吗？我很弱不禁风吗？我们队不需要篮板吗？我们队够强吗？不需要我了吗？我哪里做的不尽人意了吗？为什么？为什么？为什么no我的眼泪要落下啦！不可以让他们看到！我要离远一点！我跑到了车房，我在一个人落泪，我也不希望有人看到。这时，一张纸巾递来了，原来是政楠，他看到我这么伤心，怕我做傻事，就悄悄跟来了。他安慰我：思源，你是一个很有潜力的选手，老师说你很潜力，但伤病缠身，而且，说不定他为了你好。他不希望一颗刚刚升起的新星，就这样陨落所以才……”“够了！，谢谢你！”“思源，终于找到你了，唐老师帮你求情，郑老师同意啦！”掩埋不住的是他的兴奋。我终于流下了幸福的眼泪。在比赛中，我没让人失望，拿下了总共47个篮板，终于满载而归！

如果没有人安慰，面对挫折我可能会做傻事，这就是永远长不大的我，永远要人安慰的我！

勇于面对挫折篇十一

亲爱的老师，同学们：

大家好！

生活就是1个5味瓶，而挫折就是其中独特的1味，缺少了它所带来的痛苦，生活便会变得昏暗；生活是1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1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1份历练。

生活是如此的美好，可是这甜蜜中也需要1点点苦味——挫折。

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，而我们所做的就是克服挫折！？

我的演讲終了。

谢谢大家！

勇于面对挫折篇十二

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！

今天我

讲话

的题目是《勇于战胜挫折》

同学们，在学习中你遇到过挫折吗？如测验不及格，考试不理想；这会儿对一道

作文

题目无从下笔，那会儿对一道数学难题毫无头绪等等。这个时候，你就该正视挫折，永不言败，努力走向成功。

人的一生总会遇到许许多多的挫折，而遇到挫折时，有些人会从中寻求希望，而有些人则先想到逃避，不同的人对待挫折的不同态度，就注定人与人之间不同的命运。

古今中外，有许多名人都经历了挫折，但他们经过自己的努力，取得了辉煌的成就。

爆发出火花”。“顽强地战斗，通过斗争去取得胜利。”

作为小学生，当我们面对挫折时，要作出怎样的选择呢？

面对挫折，我们首先要有百折不挠的意志。意志是人类

思想

的主宰，只有用顽强的意志来坚定战胜挫折的信念，才能有向挫折挑战的筹码。即使我们一百次扑到在地，也要有第一百零一次站起来！即使已经一无所有，也要有继续尝试的勇气！

面对挫折，我们不要慌张。有一些人偶尔在某次考试中成绩不理想就以一种不正确的态度，心里想“我不行”，再学也是白白浪费时间，进而得过且过。这样在挫折面前缩手缩脚，

成绩就会一落千丈。

面对挫折，我们应该抱着正确的态度，这样才能把每次挫折变成一次锻炼自己、完善自我的机会。

面对失败与挫折，一笑而过是一种乐观、自信，然后重整旗鼓，这是一种勇气。失败和挫折是暂时的，只要你勇于微笑，树立自信心，不被烦恼和忧愁所左右！你一定会通过努力而尝到成功的喜悦的。

人生道路上，哪里没有险阻？谁能不遇到困难和挫折呢？我们应该时刻准备着迎接困难与挫折的考验和挑战，加强对挫折的承受力，在困难与挫折面前永远做个强者。

同学们，挫折不是拦路虎，而是垫脚石，经历生活中的一次次挫折，我们才能渐渐成熟，逐步长大。让我们在今后的学习、生活中敢于挑战，勇于战胜挫折。小挫折一定会成就我们的大梦想。我的演讲到此结束。

谢谢大家！

勇于面对挫折篇十三

坚持不懈是皎洁的明月，为我们点亮人生，勇敢无畏是不落的太阳，为我们点燃斗志，在挫折的航行中，扬起自信的风帆，在挫折中成长。

清晨的浓雾还未散尽，凉凉的雾丝拂在脸上，一丝清新的沁凉充斥着心扉。我走在上学的路上，路过一个宽敞的广场，一辆精致小巧的脚踏车映入眼帘，此刻正不稳的匍匐在广场上，是一个约摸十岁左右的小男孩，紧抿着嘴唇笨拙的推着，艰难地学习骑脚踏车。他一次又一次的摔倒，但他却依旧继续。

看到这，我不禁想起曾经自己学骑脚踏车的情景；那时候的我酷爱脚踏车，当看到别人骑着它来去自如的从我身前驶过，我就羡慕不已。后来我也拥有了一辆脚踏车，我兴高采烈的抚摸着它，姐姐在一旁帮助我扶住车子，让我大胆骑上车，我忐忑不安地迈出左脚，颤抖地放在踏板上，然后将右脚脚放到另一只踏板上，犹如靠了岸的游艇，我的心终于安全着陆。可等待我的是更疯狂的惊涛骇浪，姐姐让我用力蹬转踏板，并且把方向把板直，我小心翼翼的蹬向踏板，车子缓缓驶动，我对这突如其来的晃动，有些应接不暇，额头冒出细密的汗珠。看着驶过的地面，我感到头晕目眩，紧张的不知所措，双手胡乱的摆动，方向把随即向左扭动，我立刻重心不稳的摔倒在地，随之而来的脚踏车压倒在我的身上，双腿疼痛不已，我疼得龇牙咧嘴，膝盖上火辣辣、麻酥酥的。姐姐见我摔倒连忙上前扶我起来，我艰苦的站起来，撩开裤腿，只见膝盖上正溢着一片殷红。姐姐十分心疼的说：“不要再学了，快回家包扎一下吧”我听后立刻否决：“不行！学就要学会，不能半途而废，这挫折算什么。”我将膝盖上的血渍擦干，扶起脚踏车，重新蹬上踏板，开始了我的艰苦征程。

我的身体不知摔了多少次，腿上不知划了多少道伤痕，但我还是坚持着。我如愿以偿的驾驶着车子，我的心中充满喜悦，一切的付出都已烟消云散，在一次次克服这些困难时，我懂得：并不可怕，可怕的是自己没有勇气去面对。

听到脚踏车落地的声音，我的思绪回到原点，看着那个曾经和我同样执着的男孩，我笑着继续行走。

风雪承载着挫折中的成长，将我隐形的翅膀翱翔于广阔的天空。每一滴心酸的泪水换来的都是命运的仙露琼浆，每一次成长的挫折换来的都是生活的春华秋实，让我们的成长在坎坷中获得幸福，勇敢的说：我不怕挫折，让暴风雨来的更猛烈些吧！

勇于面对挫折篇十四

敬爱的老师，亲爱的同学们：

人生的道路很长，需要我们脚踏实地的去拼搏，只有经历了风雨，才会见到历经风雨的彩虹，才会获得成功的兴奋与无比自豪，记住兄弟：今后无论遇到什么挫折都不要气馁，即使挫折很大（例如你的家人去世，自己得了绝症）。其实上帝对每个人都是公平的，挫折与幸运都是正比例，上帝给了你多大的挫折就相应的给你巨大的幸运，即使你感觉不到上帝一次给你多大的幸运，其实上帝的头脑非常的精明，从你刚出生时就给你算好了医生会发生什么。把幸运平均分配到人生各个阶段，一点点的走运加一起、一点点的挫折加一起。相等！

无论发生什么事，都要拥有坚持不懈的决心，坚定不移的毅力，百折不挠的

精神

。这样，挫折也会变得

一文

不值，哥们，挫折并不可怕，可怕的是你没有勇气去面对挫折。遇到挫折时，你可以想这么一句话：这是什么，我是什么，这个小东西想难倒我，简直就是个笑话，我天下无敌，我怕谁，难道我还能怕你小样！

其实这并不是自负，只是自我安慰的一种方法，给自己鼓起勇气去面对挫折。

说了这吗多，最后只想说一句战胜挫折的根本就是看自己的心态！

勇于面对挫折篇十五

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！

挫折是什么？挫折是指前进路上遇到的阻碍，是人的意愿或行动没能顺利达成目的。

可能，有的人非常害怕挫折，遇到挫折唯恐避之不及。难道挫折真有那么可怕吗？今天，我想用我的亲身经历告诉你们，挫折不但不可怕，我还要说，挫折是福，我们要感谢挫折。

别看我现在的成绩在年级前几名，以前的我却是一个差生。在小学六年级之前，我是班上一个不起眼的学生，个子矮矮的，上课不活跃，考试成绩位列倒数。我在学校里过着浑浑噩噩的日子。

直到有一天，我因类风湿住进了医院，被迫休学，这一休学就是两年。这两年里，我每天面对的是打针吃药。躺在病床上，感觉万念俱灰，每天盼望着一天快点过去，又不希望新的一天快点到来，对我来说，每天都是难以忍受的折磨。也许是长久遭受病痛折磨的缘故，也许是折磨使我几近愤怒，从最初的嚎哭到后来的沉默，我忍受着，忍受着，慢慢的，我发现我能安静下来，再后来，我看见窗外一抹阳光，我看到了窗外空地上枯草丛中几点新绿。我那久已干涸的心灵泛起涟漪，我的心跳加速了，跳动着，跳动着，终于，我愤怒了，不在沉默中灭亡，就在沉默中爆发，我的嘴唇被牙齿咬出了血，从牙缝里狠狠蹦出一个字，“不”！

后来我积极配合治疗，每天脸上挂着微笑。终于，我出院了，不久，我回到了阔别已久的学校，父母和老师都劝我直接进入六年级，可是我毅然选择重读了五年级。尽管我要面对新的陌生的同学，尽管我要遭受原来班级同学的嘲笑，可这些

与我生病困在医院，备受病痛折磨之苦来比，已经不值一提。从此我不再害羞，也不再怕这怕那。课堂上，我总是第一个举手回答问题，一下课，我就追着老师问题目，我不再在乎看那一张张陌生的脸，我不在乎我是一个留级生的身份。也正是因为我是一个留级生，时常以不能做到班级第一名为耻辱，这种耻辱迫使我比班上任何一个同学都努力，正所谓“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”。终于，功夫不负有心人，小学五六年级，我成绩优异，曾做过两次班上第二名，四次班上第一名。我摇身一变，由原来的差生变成了优生。小六毕业考试，我以优异的成绩考入初中，至今，我还在优秀生的行列，正满怀激情和斗志，向湘潭县一中进军。

很多时候，我都在想，如果我没有经受那次挫折，那个差生的名号很有可能现在还在我心里，这辈子我想要靠读书闯出一条出路恐怕已不大可能。说不定现在的我会连考高中的信心也会没有。如果没有经受那次挫折，现在我就不会站在这里自信的演讲。是挫折成就了一个全新的我。

老师们、同学们，今天，我要大声感谢挫折！

人生漫漫征途，挫折不可避免，既然如此，那我们就不要畏惧挫折，要勇敢面对挫折，这样，当风雨过后，一定会迎来美丽的彩虹。到那时，我们都会激动地说：挫折，感谢你！我的演讲完毕，谢谢大家！

勇于面对挫折篇十六

敬爱的老师，亲爱的同学们：

上小学五年级时，那时的我才9岁，总是在妈妈的臂膀下成长，从来没有想过会有什么挫折和困难。直到有一天，我早上刚

起床，妈妈正在厨房做饭，突然就对我说：家里没盐了，去买些盐回来吧！我当时充满了疑问，说道：妈妈，我吗？我可是一次都没过过马路呀！妈妈说：你已经9岁了，也应该锻炼一下了，你不可能一辈子都在妈妈的爱抚下生活，不是吗？有时，你应该面对那些挫折，并且去战胜它，这才是好孩子啊！我一边嗯一边点头。

我走出门一直走，一直走，走了大概有五、六分钟，来到一个十字路口前。马路上行人车辆来往络绎不绝。这时，我心中的恐惧有钻了出来，正在和坚强决斗。我嘴里一直小声地喊着：坚强！坚强！可我脸上还是一样的不知所措，不知怎么办才好？我就一直站在十字路口前，看着那车辆行人来来往往。突然，一个老人出现在我的视野里，我的目光聚集在这位老人身上，这位老人仿佛腿有残疾，眼睛似乎也花了。他站在我旁边，正在决斗的坚强和恐惧仿佛到了一决胜负的阶段。就在这时，老人缓缓地向前走了一步。我脑海中忽然浮现出老师讲的‘交通安全知识：绿灯行，红灯停，黄灯亮了等一等。

可是，现在是红灯啊！老人为什么要走呢、我突然想起老人看不清，我毅然地走了上去。挽起老人的胳膊，等待绿灯亮时，我们一起走过了马路。此时，我心中的坚强战胜了恐惧，我胜利了！！！！

人的这一生，不可能一直都是一帆风顺的，总会有挫折和困难向你发起挑战。但是，记住，不能让它们成为我们的绊脚石。我们应该学会微笑面对，并试着战胜它，战胜了它，你就是取得了成功。

现在，面对挫折，我总是微笑面对。

勇于面对挫折篇十七

挫折是通往成功之路的必经之路，也是获取财富的必由之路，

一个人只有战胜了挫折，打败了挫折，他才能够继续攀登，继续追梦。在挫折面前，每个人的表现不一样，选择不一样，自然而然结果也就不一样。有的人把挫折当做自己的垫脚石，借用他的力量不断锻造自己，打磨自己，鼓励自己，考验自己。而有的人却把挫折放大了一百倍，把它当做了可怕的拦路虎，从而让自己变得畏畏缩缩，举步维艰。而我希望我们每个人都能成为前者，成为一个战无不胜，攻无不克的强者。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”关于挫折，圣贤之人有很多种解读，可是不管他们怎么样去阐释，一个万变不离其宗的核心就是：挫折是必要的经历，也是最好的的磨炼。在圣人眼中，一个人只有在深渊里绝望过，他才会变得“千磨万击还坚劲，任尔东西南北风。”在成功人士心中，一个人只有有“逆水行舟用力撑，一篙松劲退千寻”的气度和胸襟，他才经得起岁月的摧残，经得住命运的考验。

我们只看到了华罗庚先生表面的光鲜亮丽，可是谁又知道他背后的辛酸，背后的苦楚呢？华罗庚先生自小家境贫寒，小小年纪的他就要承担起家庭的重担，可是即使这样，他也从未放弃过心中的理想，没有荒废对学业的研究。相反，他通过自己的努力，自学了高中和大学的数学课程，让自己在数学方面有了独到的见解。

而且更加不幸的是，华罗庚先生在18岁的时候由于疾病变成了残疾人，可即便是这样，他也没有绝望过，没有自弃过，没有消沉过，没有一蹶不振过，而是愈挫愈勇，变得更加坚强，更加努力，更加上进了。我想我们可以从华罗庚先生的故事中得到很多启发，尤其是他那勇于面对挫折，敢于战胜挫折的精神品质，更是值得我们弘扬与继承，值得我们借鉴与学习。

风雨彩虹，铿锵玫瑰，挫折是一种必不可少的磨砺，也是一种难能可贵的财富，更是一种通往成功的入场券。因此，我们只有坦然面对挫折，直面迎击挫折，才能有所作为，有所

成就。

勇于面对挫折篇十八

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

夜深了，当所有人都睡着了的时候，我却还在为我的奥数比赛而抱着枯燥无味的书本死“啃”。一行又一行，乏味又无趣。我垂头丧气地看着好似万丈高楼似的奥数书，心里盘算着还有多久能看完。想着还要写得各种难题，头就不由得大了起来，可我又有什么办法呢？只能硬着头皮继续写下去。

写着写着，我突然感觉到有什么硬呼呼的东西顶着我的脚，我往脚下看看，原来是一支不知道是什么的灰扑扑的玩意儿，我没在意，把脚挪了挪，没有管它，但不知为何，我的手竟鬼使神差的伸向了那一支灰扑扑的东西，拍了拍灰，才发现那是我许久以前十分珍爱的口琴，可我已经很久没看见过它了。

“我多久没找过它了？”我问了问自己。

回忆起买这一支口琴时的情形，我已不太记得了，只记得是我好奇，闹着要买，之后就开始练，也颇有几分成绩，偶尔自己吹吹，自娱自乐，闲暇时在众人面前小秀一下，也能博得一些喝彩。可如今，在升入初中后，压力越来越大，学习上也好，生活上也好，父母对我的要求渐渐让我喘不过气来。梦想？这个词早已淡忘。曾经在学习以外的兴趣爱好，如今却被数不清的作业和习题深埋在心底，渐渐遗忘。书，造福了多少人，又压垮了多少人！

我决定出去了，推开了房门，丢下了我的习题，如同到了一个崭新的世界。我来到客厅，吹起了一支我许久未吹的曲子，

有些生疏，吹得也不好听，但我却从中找到了一种我许久未找到的乐趣。这种乐趣，就连奥数金奖也比不上哩！我沉醉在其中，无法自拔。曾几何时，我也曾坚定在我学习的道路上，但也不曾丢下过口琴这沿途的风景。可如今呢？我在学习的道路上飞驰着，却遗忘了沿途的风景。在此刻，我突然知道了我真正想要的是什么，不是豪车、豪宅，也不是奥数比赛的名次，而是在我奋斗时可以停下来休息休息，望望沿途的风景，再向前出发，不忘初心，这样，我便满足了。

“结果固然很重要，但过程才是最重要的。”这句话曾被多少人奉为珍宝，但现在又有多少人忘记了它呢？如今我能领悟这一点，亦言可幸也。