

最新克服困难的演讲稿(优秀5篇)

演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

克服困难的演讲稿篇一

紧张，能使人内心的平静变得忐忑不安，能使人的语言动作变得七手八脚，对我而言，紧张是精神上的鸦片。

相信每个人都会有紧张的时候，也经历过紧张的时刻，我也不例外，由于紧张，是我的努力和付出都白费了。

当老师说由于天气变化的原因，八年级英语朗读比赛延迟两个星期，听到这个消息，作为参赛者之一的我，听到这个消息，不由得松了一口气，虽然在老师同学们的鼓励和帮助下，作文早已背得滚瓜烂熟，但由于紧张的因素，我竟然有点害怕比赛的到来。由于比赛的延迟，我例外地把英语书扔进书包里，不再练习。谁知下午天气特别的晴朗，在上完第一节课的时候，班主任叫全班同学到运动场观看比赛。我渐渐放松的心情顿时又紧张起来。

当主持人在活跃气氛的时候，我早已捧着书在后台等候，我发现平静的心紧张起来，共有20位参赛者，我排15，不算前，当老师跟我较比赛细节的时候，已有10多个选手朗读完毕，终于轮到我了，我捧着书慢慢地走到舞台中央，看着舞台下的全体师生，我不由得紧张起来，脑子里一片混乱，原先排练好的手势和动作早已被我忘记了，囫囵吞枣地朗读完，拖

着有些发抖的双腿走下台。结果不言而喻，我淘汰了，虽然老师和同学们都在安慰我，鼓励我，但我觉得自己真的很没用，花了那么长时间准备，仅仅因为紧张就与成功错开了。

回到家里，我没有哭，一个人呆呆地坐在床上望着远方，妈妈走过来，抚摸着我的头，对我说我淘汰的原因。当妈妈走出房间，我自言自语道：“就是因为紧张这个因素，竟能给我带来这么大的危害，我终于明白了：一个人，若想成功，就必须克服紧张的心理，只有充满自信，才会成功。

虽然我失败了，但这个教训使我懂得了要想成功，首先要克服紧张，才能充满自信地面对生活，面对比赛，面对未来。

克服困难的演讲稿篇二

下面是小编为大家整理的,供大家参考。

人一生中遇到的困难有很多，可真正能不断克服恐惧的人又有多少个?人生短暂，只有学会战胜困难，才算是学会了生存，才能平稳的生活。下面小编给大家带来克服恐惧演讲稿5篇，希望大家喜欢!

克服恐惧演讲稿篇1

紧张，能使人内心的平静变得忐忑不安，能使人的语言动作变得七手八脚，对我而言，紧张是精神上的鸦片。

相信每个人都会有紧张的时候，也经历过紧张的时刻，我也不例外，由于紧张，是我的努力和付出都白费了。

当老师说由于天气变化的原因，八年级英语朗读比赛延迟两个星期，听到这个消息，作为参赛者之一的我，听到这个消息，不由得松了一口气，虽然在老师同学们的鼓励和帮助下，作文早已背得滚瓜烂熟，但由于紧张的因素，我竟然有点害

怕比赛的到来。由于比赛的延迟，我例外地把英语书扔进书包里，不再练习。谁知下午天气异常的晴朗，在上完第一节课的时候，班主任叫全班同学到运动场观看比赛。我渐渐放松的心情顿时又紧张起来。

当主持人在活跃气氛的时候，我早已捧着书在后台等候，我发现平静的心紧张起来，共有20位参赛者，我排15，不算前，当老师跟我较比赛细节的时候，已有10多个选手朗读完毕，终于轮到我了，我捧着书慢慢地走到舞台中央，看着舞台下的全体师生，我不由得紧张起来，脑子里一片混乱，原先排练好的手势和动作早已被我忘记了，囫圇吞枣地朗读完，拖着有些发抖的双腿走下台。结果不言而喻，我淘汰了，虽然老师和同学们都在安慰我，鼓励我，但我觉得自己真的很没用，花了那么长时间准备，仅仅因为紧张就与成功错开了。

回到家里，我没有哭，一个人呆呆地坐在床上望着远方，妈妈走过来，抚摸着我的头，对我说我淘汰的原因。当妈妈走出房间，我自言自语道：“就是因为紧张这个因素，竟能给我带来这么大的危害，我终于明白了：一个人，若想成功，就必须克服紧张的心理，只有充满自信，才会成功。

虽然我失败了，但这个教训使我懂得了要想成功，首先要克服紧张，才能充满自信地面对生活，面对比赛，面对未来。

克服恐惧演讲稿篇2

再坚强的人都有脆弱的一面，同样，再勇敢的人也有胆怯的时候，每个人都有其非常害怕的事物，虽然我们不可能做到什么都不怕，但是，我们可以通过一些方法来将我们的胆怯降到最小。

在学习生活中，课堂上最需要的是学生的举手发言，只有这样，老师才能第一时间知道你的魂是不是在课堂上，你有没有在认真地思考，以及你的方法是否正确，你的理解是否到

位，因此，老师们都希望自己的学生能多举手发言，能多与自己交流。

我一二年级都能像别人一样，一节课举几次手。可是，在这之后，我的举手次数已经下降到了几乎为零，这是十分可怕的。你不问，我不说，就谁也不知道我的学习情况如何。这就像一个铁箱子，门是单向门，我推不出去，只有别人推门时，门才会打开。

记得有一次印象特别深刻，虽然有人可能忘了，但是，对于我来说却是一种特别的感受。那是一个星期五的中午，我们的数学老师在讲课，突然，老师叫我去回答问题，当时是冬季，我们身子有点僵硬，可是，同学们的一双双眼睛就像千万道阳光，照射在我的身上，就像用凸透镜把阳光聚集到一点上，能点燃火柴或纸一样，我的身体被点“燃”了！身体不再僵硬，我不再感到寒冷，取而代之的是夏天在烈日下跑步的炎热，由内而外地散发出来，十分难受。于是，我答完题目，飞快坐下，同学们才将他们那一个个火一般的目光移开。

就这样，我既想说话又不敢举手，我悲观地想到，或许我以后也不会再举手发言了吧。我的少发言，导致我已经很久没有大声说过一句话了。但是，五年级下学期，我当上了班里的学习委员，这让我明白，即使我无法大胆地发言，但是我至少也要学会大声地说话。

记得有一次，数学老师交给了我一个十分“艰难”的任务——发作业，也就是说我要叫数学组长们来分发晚上的作业，而数学组长分散在教室各处，必须要用很大的声音才行。这对于我来说是一个很大的考验。

“说吧，没事的。不行！不能做到就算了吧……”就这样，两个小人在我脑中大战了一番，我决定了，“数学组长！”我大叫道。不知道是什么原因，数学组长都跑了过来，事情进行得很顺利。虽然事实证明，我只能大声地说四个字，也就是

一个词，但是，这说明我战胜了恐惧，战胜了自己！

之后，我想开了，回答不过就是站起来说出你的想法然后再坐下，没什么难的。但是想开了是想开了，敢不敢做就是另一回事了。最后，我明白了，克服胆怯是我们成长中关键的一步，只要你克服了它，你就长大了一点，没有什么克服不了的，关键要看你去不去干。

克服恐惧演讲稿篇3

“布里丹之驴”悖论——即将活驴置于两堆等量干草之间，但驴却因“选择困难”而饿死。这听起来很荒唐：有两堆干草在面前，驴怎么会被饿死？但我们不要急着嘲笑这只“蠢驴”，因为发生在它身上的场景也时常发生在我们身边，我们亦饱受“选择恐惧”的苦恼。

那么我们究竟为什么会有选择恐惧呢？我认为原因有三：一是客观存在的影响，人在“漫漫求索”之路中，不论是否愿意，我们都要面临许多抉择，正如弗罗斯特所说：“黄色的树林里分出两条路，可惜我不能同时去涉足。”站在岔路口，抉择不可避免。二是我们对自己的目标不清晰，正因我们不能清楚地认知自我真正想要的，我们在选择时才会如此纠结。三是我们患得患失有所顾忌，对未知的恐惧，害怕选错、失去，让我们在抉择面前徘徊。

显然，对抉择的过度恐惧会阻止我们前进的步伐，寻找良策克服选择恐惧方为正道。

克服选择恐惧，我们要有“不畏浮云遮望眼”的敏锐的洞察力。人生的岔路口何其多也，既然不可避免便只能坦然面对。

《孙子兵法》中说道：“知己知彼，百战不殆。”正确地分析面临的形势，面临的抉择，培养自身对于问题的洞察力，我们才能在艰难的抉择面前游刃有余，临“择”不乱。

克服选择恐惧,我们要有“既然选择了远方,便只顾风雨兼程”的果敢与无惧。我们常常在岔路口驻足,不知该往哪走,因为我们害怕失去,也因为我们总想要走捷径快速地抵达目的地。殊不知,每条路上都有其独特的风景,选择了康庄大道便尽管享受旅途的平坦与舒适;选择了幽深的小路便尽享“窈窕寻壑”之曼妙。“世之奇伟、瑰怪、非常之观”常在于险远。若想欣赏那瑰怪之景,便要舍弃走平坦之路的舒适,不论选择什么样的道路,“既择之,则安之”,放下顾忌,领略自己所选道路的风景,时光亦会给予你丰厚的馈赠。

克服选择恐惧,我们要有“自信人生二百年,会当水击三千里”的信心与对目标的坚定。徘徊于抉择面前,是因我们对自己想要的还未有深刻清晰的认知。这时,我们不妨学学李白“仰天大笑出门去”对内心追求的坚定;学学陶征君在“五斗米”与退居田园间选择归去的自我清晰认知。知道心之所想,便坚定不移地随心而择吧。

“选择了蓝天,便不要留恋花丛;选择了奔跑,便不要害怕跌倒。”不惧未来,坚定自我,我们才能作出正确的抉择,克服选择的恐惧。

克服恐惧演讲稿篇4

大家早上好!

今天我在国旗下演讲的题目是《克服恐惧,相信自己》。

每周一清晨看到同学站在威严肃穆的国旗下进行演讲,我都会打心底羡慕他们。我也想过:要是我去讲也许会比他更好。但由于内心的恐惧,我一直是个旁观者。今天,我终于克服了内心的恐惧,勇敢地站在了这里。

2017年全国高考已落下帷幕,这也意味着在场的同学们离自己的“人生大考”就更近了一步。面对高考,相信每一位学

子内心都有这样那样的恐惧，因为我们深知，高考就是千军万马过独木桥，就是狭路相逢勇者胜，稍有不慎十年寒窗苦读便付之东流。但我们相信自己，坚定地用手中的笔书写精彩的未来。

世界上许多人都有自己恐惧的东西，甚至在旁人看来是微不足道的。

在美国德克萨斯州丹尼森市的乡村，有这样一个小男孩，他对鹅这种家禽感到十分恐惧，他一见到鹅浑身就会不自觉地发抖。有一天他去叔叔家玩耍，一只公鹅突然从鹅圈里跑了出来，他害怕得撒腿就跑。但是他的叔叔拿着一把旧扫帚挡住了去路，并对他说：“你想从此以后不再害怕它吗？那就去战胜它！记住，相信自己，你能够做到！”他犹豫地接过扫帚，试着克服恐惧，大吼一声，冲向公鹅，最后还有扫帚狠狠地打了那只公鹅一下。从这件事中，他明白了一个道理：越是害怕的事情，就越要相信自己，勇敢去做。

这个小男孩名叫艾森豪威尔，他是美国历史上晋升最快的五星上将，同时也是唯一一名当上总统的五星上将。

克服恐惧演讲稿篇5

因为上一次期末考试集体失利，所以本学期冀老师和郝老师一起出台了一项规定——进行阶段性测试(每学完两个单元就进行一次小测验)。

今天距第一次语文小测验已经过去两天了。

这两天同学们惶惶不安，生怕自己考得很糟糕。据我班“探子”——张宝之得到的可靠“情报”，冀老师已经将试卷全部判完了，并且从老师脸上凝重的表情预测，应该是整体考得不怎么样，上90分的可能寥寥无几。

哦——不要不要!这消息对我无异于就是一个沉重地打击。依目前形势来看，估计我是凶多吉少。

记得考完试后，我和别的同学对答案时就发现，自己至少因粗心丢了六分，此刻，瞬间觉得哪一道题都可能有错!完了完了，恐怕这回是要摊上事了。

突然，一声清脆的铃声让我回过了神来，先前还活蹦乱跳的同学们，此刻都像霜打的茄子一般，一下子变得无精打采起来。

只见张瑾豪在桌子侧面的铁皮上一直搓手，李振钥则双手合十，一直默默地说着什么考神和什么佛祖，再看付尚儒正用水壶中的水清洗自己的手，以图减轻疼痛。

这时冀老师背着一个小黑包包，手中拿着一摞试卷，一脸严肃地步入教室，我瞪大了双眼看着老师手里的试卷，心里像揣了小兔子一样怦怦乱跳，手心里也直冒冷汗。

我看着老师那严肃的神情，好像周围的空气一下子变冷了，我的身体不由自主地颤抖了起来，我仿佛看到老师满脸失望地当着全班同学的面点名请我去“喝茶”，从办公室出来后，同学们看我的眼神也变了，一脸轻蔑与鄙夷，还不时窃窃私语着，有的甚至冲我指指点点地嘲笑和讥讽着……我的脸顿时烧了起来。哎!真是考前很开心，考中不认真，考后特苦恼。

试卷发下来了，可我却紧闭双眼不敢去看，可“丑媳妇早晚也得见公婆”啊!再说该来的总会来的，又能逃得了几时，还不如勇敢去面对。几经思想斗争，终于，我一咬牙，一跺脚，决定看看究竟，我小心翼翼地睁开一只眼，心仿佛漏跳了一拍——83.5分!

谢天谢地!考过80分了，我浑身紧绷的弦暂时松了一下。可是那一个个鲜红的“×”却刺痛了我的双眼，在试卷上耀武扬

威地嘲笑着我前段时间的松懈和考试时的粗枝大叶。

“业精于勤荒于嬉，行成于思毁于随。”我一定要吸取这个惨痛的教训，吃一堑长一智，不重蹈覆辙，在下一个阶段的学习中刻苦努力，争取来个真正的“开门红”。

;

克服困难的演讲稿篇三

自卑，一个可诅咒的字眼，使多少拥有者，消极沉沦，自暴自弃，因此失去的生活的勇气！

自卑，最喜欢与青年为伴，它消磨了多少人的豪情壮志，使年华虚度。

自卑，把你推入无尽的苦海，却又让你难以启齿。

在座的诸位同学，也许你正是这样一个自卑者，或者曾今是个自卑者。当你长时间做不出数学题，当你死活记不住英语单词，当你无法听懂老师讲课，当你面对着成绩单上的一盏盏红灯，你或许会不自觉地与自卑为伴，黯然神伤，感到前途渺茫，暗淡无光。如果真是这样，请别急着表白，先轻轻地把一缕无奈与悔恨抹去，把它藏起来，成为一首过去的歌！

亲爱的同学，今天，也学你正陷入自卑的苦海，可谁能说准将来你不会像达尔文那样成为一名科学家呢？今天，你难以走出消沉之谷，可谁能说你的未来不是衣服绚丽的图画？朋友！不要只看狭小的一面吧，放眼世界，树立信心，相信自己吧！人生能有几回搏？主宰命运的是我们自己，少一声叹息，多一份向往吧！

乐观些，洒脱些，不必计较那些小小的挫折，即使是一次又一次的，因为人生总会有踏上坦途的时候。

奔放些，勤奋些，不必太留心那太多的障碍，即使今天看来是不可逾越的，但是，朋友，别忘了，明天这些障碍就可能被你抛在身后！

克服困难的演讲稿篇四

俗话说的好“勤奋造就人才”，只有勤奋努力才能成功。而懒惰会让你失去好多东西，懒惰了就会落后，落后就要挨打，只有战胜了一切懒惰，那么我们就离成功很近了。

有句话这样说“只要功夫深，铁棒磨成针”。只有自己勤奋努力，为做一件事竭尽全力，一定会收获到很多令你意想不到。我认为只要竭尽全力加上勤奋努力就等于那可望而不可及的成功。

在我刚入学的几天里，白云在天空上密布着，火辣辣的太阳高高地挂在天空上，耀眼的金色光芒穿透那透明的玻璃，太阳一个劲儿的烤着我的被子。“叮铃铃”这令人讨厌的声音打破了睡觉时的那一份宁静，闹钟被我无情的按了下去，继续趴在床上睡觉。此时已是六点半了，妈妈残酷的掀起我的被子把我从睡梦中带了回来。我就是这样每天都赖床不起。

时间飞逝，一场残酷而又恐怖的考试就要来临。卷子一张张传到我手上时，我傻眼了，该背的不背，老师说过要找时间背，晚上还要写作业，早上又要睡懒觉，课间还要补作业，看来我只有利用早上的时间来背书了。天下没有后悔药。铃声响起，开始收卷子。我垂头丧气的离开了。当卷子飞速的改完时，我的心顿时的慌了。卷子发到我的手上时，我只是呆呆的看着，旁边的人想要看我考了多少，我迅速藏起来。我曾经以为这门学科是我的强项，才刚及格。

回到家时头也不回，饭也不吃的进入房间。伤心难过哭都没用，只是反省了一下自己，一直在问自己，我真的竭尽全力了吗，我真的努力了吗，我真的只有这水平吗，我真的考不

过别人吗，我把这些问题的原因写在一张纸上，实际上的问题是懒。成天不用早上的大好时间读书却用在了睡觉。

我决定早上五点半起床读背不会的内容尤其是语文上的文言文，注释和问题还有译文，读背英语上的词组，课文和单词。如果早上不想起来时就想想成绩，受到刺激后就会立刻起身，拿起书开始读背。

经过这几十天的刻苦努力和勤奋，考试又如期来临，虽然恐怖但只要记得牢固就一定会战胜的。看到卷子后我感觉一身轻松，太简单了真想快点动笔。就这样考试过去了。卷子发下来时比上次明显好得多。主要原因是因为我战胜了懒惰。

俗话说得好“勤奋加努力加细心就等于成功，只要功夫下到了真正克服懒惰了一定会上成功。从此以后，我不再懒惰。

克服困难的演讲稿篇五

敬爱的老师们，亲爱的同学们。

大家好!我是来自初一9班的朱小米。今天我演讲的题目是《论自卑》。

诸如此类的言语让我从小产生了“只恐双溪舴艋舟，载不动许多‘卑’”。

我天生不合群，性格内向，有过被孤立，有过被诟病。

也曾到过崩坏的边缘，合也无味，孤也无味，党同伐异，这是人性。那种从小在幸福中成长的孩子身上流露出来的自信是我永远模仿不出的，索性我决定，少戾气，不言语，从心里活。

但是，难道自卑就只有坏处吗?

正是因为自卑她才得以青云直上。如她一般，因为自卑，没日没夜的健身，成了同学眼中的型男。我踏上了歌唱的舞台，获得了掌声与名气。我所有的自信都来源于我的自卑，所有的振振有词都来源于心中的惶恐不安，但我始终坚信，自卑能让我变得更强大。虽说每次上台前心中都会挣扎数次，但我终究做到了，获得了自信与鼓励。

自卑使自弃者更弱，使自强者更强。同学们，不必自卑，我们要利用它，作为提升自己的工具。活出最真实的自己！

我的演讲到此结束，谢谢大家！