

2023年微笑面对挫折 微笑面对挫折演讲稿 (优秀5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

微笑面对挫折篇一

尊敬的各位朋友：

大家好！

人的一生难免会遇到挫折，挫折是人生的一门必修课，这门课增强了人的勇气，磨练了人的意志，坚定了人的信念。挫折不但使人坚强，而且使人乐观，所以让我们笑对挫折。

笑对挫折是一种淡泊、一种自信、一种永不言败的

精神

□

这些挫折和打击，并没有击垮爱迪生，他一如既往的做研究、搞实验，坚持着造福人类的梦想，成为科学巨人，也成了世人尊敬和仰慕的人。

同样是面对挫折，自称力能拔山、气可盖世的西楚霸王项羽却选择了向命运低头。

在垓下之战中失败的`项羽，一路逃到乌江，乌江亭长劝他可以回到江东以图东山再起，项羽以无颜见江东父老为由拒绝，挥刀自刎于乌江。

失败的原因，反而以自刎的方式使自己的“英雄”事业归于覆灭，不禁令人扼腕叹息。

如果他能正视挫折、笑对挫折，“卷土重来未可知”，或许历史就可以改写。

“山重水复疑无路，柳暗花明又一村”，让我们笑对挫折，获得的将是人生的另一处风景；让我们笑对挫折，才能攀登人生的高峰！

微笑面对挫折篇二

生活就像一面镜子。你对它哭，它也对你哭，如果你想要它对你微笑，你只有一种办法，就是对它——微笑。微笑是最美好最迷人的一种表情。诚、温馨、快乐。

人生中有成功就有失败，失败不意味着你是一个失败者，失败表明你尚未成功；失败不意味着你没有努力，失败表明你的努力还不够；失败不意味着你必须忏悔，失败表明你还要吸取教训；失败不意味着你一事无成，失败表明你得到了经验；失败不意味着你无法成功，失败表明你还需要一些时间；失败不意味着你会被打倒，失败表明你要微笑面对。

微笑面对你身边的一切。

失败是一道菜，一道难以下咽的苦菜，但你要把它吃下去。当朋友离你而去，当苦苦追求的梦想屡受挫折，你便知道了人间的苦涩。你徘徊，你失落，甚至想死，但你还是不想放弃，很不甘心。同时，你也会意识到，失败不过是酸甜苦辣的人生中的一碟小菜。

凡真正大的智慧，往往源于失败的教训。古今中外，大多数成功者都经历过失败，可贵的是他们的勇气。马克·吐温经商失意，弃商从文，结果一举成名。

因为他曾经微笑面对过失败。

巴尔扎克说：“世界上的事情永远不是绝对的，结果因人而异，苦难对于天才是一块垫脚石，对能干的人是一笔财富，对于弱者是一个万丈深渊。”我们要在失败中吸取经验教训，体会方法，思考原因，这样，我们才会变得成熟，才会成功。

我们不能单单停留在失败上，要微笑着面对失败，迎接新一次的挑战，正如拿破仑所说的“避免失败的最好方法，就是决心获得下一次成功。”

如何面对失败？微笑着面对失败，失败并不意味着什么，失败只表明你需更加努力。

泰国商人施利华，是商场上拥有亿万资产的风云人物。1997年的一次金融危机使他破产了，面对失败，他只说了一句：“好哇！又可以从头再来了！”他从容地走进街头小贩的行列叫卖三明治。一年后，他东山再起。

然而他微笑面对了失败，他重生了。

失败是人生的熔炉。它可以把人烤死，也可以使人变得坚强、自信。如果我们曾经微笑面对过失败，那在我们年迈时，我们可以对自己的子孙后代说：“我们曾笑对失败。”

失败是一道靓丽的风景线，是经受夭折的玫瑰。遭受台风的果园虽令人无奈，但它却有无限的幽香。失败是枫叶，虽然被秋风扫落，却被热血渲染。失败是成功路上层层的山峦，汹涌的浪涛，你只有走过沟坎，才会到达成功的彼岸。

微笑着，去唱生活的歌谣。不要抱怨生活给予太多的磨难，不必抱怨生命中有太多的曲折。大海如果失去了巨浪的翻滚，就会失去雄浑，沙漠如果失去了飞沙的狂舞，就会失去壮观，人生如果仅去求得两点一线的一帆风顺，生命也就失去了存

在的魅力。

微笑着，去唱生活的歌谣。把尘封的心胸敞开，让狭隘自私淡去；把自由的心灵放飞，让豁达宽容回归。这样，一个豁然开朗的世界就会在你的眼前层层叠叠地打开：蓝天，白云，小桥，流水……潇洒快活地一路过去，鲜花的芳香就会在你的鼻翼醉人地萦绕，华丽的彩蝶就会在你身边曼妙地起舞。

微笑着，去唱生活的歌谣。把每一次的失败都归结为一次尝试，不去自卑；把每一次成功都想象成一种幸运，不去自傲。就这样，微笑着，弹奏从容的弦乐，去面对挫折，去接受幸福，去品味孤独，去沐浴忧伤。

微笑的我们，要用微笑的力量，去关照周围，去感化周围，去影响周围，直到每一个人的脸上都挂起一片不落的灿烂。

是的，我们微笑着面对生活带给我们的一切。

微笑面对挫折篇三

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。

大家都知道，贝多芬是世界著名的音乐家，也是遭挫折最多的一个，贝多芬童年是在泪水浸泡中长大的。家庭贫困，父母失和，造成贝多芬性格上严肃、孤僻、倔强和独立。他从12岁开始作曲，14岁参加乐团演出并领取工资补贴家用。17岁，母亲病逝，这时贝多芬得了伤寒和天花，几乎丧命。贝多芬简直成了苦难的象征，他的不幸是一个孩子难以承受的。说贝多芬命运不好，不光指他童年悲惨，实际上他最大的不幸，莫过于28岁那年的耳聋。他著名的《命运交响曲》就是在完全失去听觉的状态中创作的。他坚信“音乐可以使人类的精神爆发出火花”。“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。

微笑面对挫折篇四

亲爱的同学们：

大家好，今天我演讲的题目是《微笑面对挫折》。

今天是9月x号，是我们步入新学年，新初三的开端。也许，在这一年中，我们会付出无法估量的艰辛，但我们同时会收获成功后的喜悦和挫折后的沮丧。微笑着面对挫折，是我们在这一学年中勇夺胜利的法宝。只有时时刻刻微笑着才能撑起你的信心，扬起自信的风帆，一直拼搏下去，使你成为困难面前的勇士！

爱迪生为了研究，失败过无数次；居里夫人为了“镭”的研制成功，遭受过许多挫折；袁隆平为了“杂交水稻”，经受了难以想象的打击。然而，他们挺过来了，他们微笑着面对，微笑着成功。

如果大家把我们现在遇到的困难认为是人生中最大的挫折的话，那也只是大题小做。我们对于挫折的理解，就像对爱情的朦胧无知一样，真正的挫折可能还比我们现在的情形复杂上千，上万倍。看一下林肯的一生，你便会理解什么叫做真正的挫折和微笑的力量。

亚伯拉罕·林肯，美国第十六界总统：22岁，生意失败。23

岁，竞选议员失败。24岁，生意再次失败。25岁，当选议员。26岁，情人去世。27岁，精神崩溃。29岁，竞选州议长失败。37岁，当选国会众议员。39岁，国会众议员连任失败。46岁，竞选参议员失败。47岁，竞选副总统失败。49岁，竞选参议员再次失败。51岁，当选美国总统。

巴尔扎克说过：“世界上的事情永远不是绝对的，结果因人而异，苦难对于天才是一块垫脚石，对能干的人是一笔财富，对于弱者是一个万丈深渊。”我们要微笑的面对挫折，面对失败，对于生活的强者来说，挫折是永远的垫脚石。

拿破仑说过“避免失败的最好方法，就是决心获得下一次成功。”可见，面对挫折的勇气，便是从微笑中汲取的。我们不能只停留在失败的痛苦当中，做无所谓的挣扎。坚信你的痛苦只有过去，而明天是充满希望的！微笑面对挫折，迎接新一次的挑战。生活中，没有永远的胜者，也没有永远的败者！

实际上，这将是我们人生中的第一次挑战，一次挑战所有的艰辛，所有的挫折的旅途。

挫折的含义很是广泛：每一次上课被老师叫起，手足无措，是一种挫折；当你作业中的叉号比别人多时，是一种挫折；体育课上，你的球技比别人差了一大截时，也是一种挫折；考试后，你的三位数比你同水平的人低，也是一种挫折。

挫折出现后，可置内心的百感交集于不顾，抓住自己内心的信心与乐观的力量，冷静的去思考，沉着的去面对！

同学们，生活就是由这许许多多的挫折构成。生活的阳光来自于每个人内心的百折不挠，顽强不屈的抗争精神。不愿臣服于做挫折的奴隶，而要成为它的主人。这就是我们的使命！

每一次挫折都是一笔财富，当我们成功的克服挫折，并积累

了相当丰富的经验后，我们就会在未来的中考考场，乃至整个人生中勇敢地拼搏！

同学们，相信实践吧！微笑着面对挫折，是你最好的选择！

谢谢大家，我的演讲完了。

微笑面对挫折篇五

挫折，每个人都经历过，每个人都为此哭泣过，每个人都垂头丧气，死心过。微笑，每个人都绽放过，每个人都因此平静过，每个人看到后都受到温暖过。只有微笑着面对挫折，它才会显得微不足道。

在我受到很多挫折的时候，我会痛哭，但哭完后，声音的沙哑、眼睛的红肿、苍白的脸庞、心情的烦躁无一不告诉我，哭是没有任何益处的。那时我的母亲告诉我：“笑比哭更有效，遇到心烦的事就笑一笑。”我很爱我的母亲，因为她的这句话使我坚强了。我便喜欢放声大笑了。

我的同学说我像个疯子，每天嘻嘻哈哈，笑个不停，尽管考试差、受到诬陷。我的同学说我就是个疯子，无论受到什么都以笑面对，却不会嚎啕大哭。因为她们认为哭更能释放压力。

我不是不会哭，而是我选择不哭。世上有很多东西，都是自己来选择，然后承担所带来的责任。正如我母亲所说，笑能击败一切。我便实践了，然后证实了，最后成长了。在微笑面前，挫折什么的正如浮云，当然一开始肯定会觉得别扭，明明心酸却还要张开嘴角像个白痴一样的笑。但过多面对后，心境也就放平了，以笑来面对了。

笑看挫折带来最大好处就是在挫折后受到的成功，它是最令人难以言喻的。总是能从长辈那听到“笑一笑，十年少”现

在看来也确实如此。

我的人生指标，笑对挫折，笑看人生。不算是什么名言名句，但也算是自己这几年实践积累的成果。不要哭泣、不要悲伤、坚强起来、微微一笑，这样就成长了。