# 2024年不怕挫折演讲稿600字(16篇)

来源：网络 作者：梦里花落 更新时间：2024-08-01

*演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。优质的演讲稿该怎么样去写呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看一看吧。不怕挫折演讲稿600字篇一创业是什么?创业是不畏前进道路上的艰难险阻，克...*

演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。优质的演讲稿该怎么样去写呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看一看吧。

**不怕挫折演讲稿600字篇一**

创业是什么?创业是不畏前进道路上的艰难险阻，克服达到目标所必须面对的种.种困难，全力开创前人所没有的事业。创业是建设时期实现人生价值的途径。创业的核心是一个“创”字，它要求创业者要拥有非凡的勇气和毅力，敢于与一切作斗争;同时创业也要求创业者要独具慧眼，敢于创新，敢为天下之先。需要我们深思的是，创业已不仅仅是我们茶余饭后所津津乐道的某某亿万富翁白手起家打天下或是某某青年创办高科技企业笑傲纳斯达克的故事;在更广阔的层面上创业还包含着广大普通劳动者的岗位创业。在医生、警察、电工、农民等平凡的岗位上，平凡的你、我、他一样能创业，一样能创出一片精彩的天空。

青春需要实现人生价值，而创业是实现人生价值的途径;所以我们可以得出一个结论——青春需要创业。创业难，难创业;作为我们青年应该如何去创业呢?

首先，要树立正确的人生价值观。人生价值观是一个人评价人生目的和人的社会行为所持有的基本价值标准和尺度，是对于人怎样生活在这个世界上才有意义的一种根本看法。一个正确、高尚的人生价值观对于人生的征途具有指导意义，是战胜一切困难羁绊的精神动力;相反，错误、扭曲的人生价值观则是人走向堕落，走向灭亡的诱因。作为21世纪的青年要以马列主义为指导，努力树立正确的符合时代发展潮流的人生价值观。而作为电力行业，就应该牢牢记住\"人民电业为人民\"的宗旨。

其次，要培养勤奋的学习态度。历史的车轮已经把人类带入了新千年，而随之扑面而来的就是日趋激烈的市场竞争。随着全球经济的一体化和中国加入wto，竞争将无时不有，无处不在。挑战和机遇并存，作为21世纪的青年应该如何迎接挑战，把握机遇呢?学习，学习，再学习。学习决不是一句空话，一个口号或是一种装饰，学习应该是明确前进的方向，找到解决问题的办法。现代企业之间的竞争已从传统意义上生产规模的竞争而转向企业学习速度的竞争，即从“大鱼吃小鱼”转向“快鱼吃慢鱼”。富阳市供电局也深切地感受到了这一点，并正朝着建设“学习型企业”的方向奋进。

最后，要坚持实践是检验真理的标准。实践是人类发展的根本，离开了实践再妄谈什么创业就成了无源之水，无本之木。通过实践发现真理，又通过实践证实和发展真理。作为21世纪的青年要立足于自身岗位，不断地实践，不断的创新，不段地探索，只有这样创业才会成为可能，才有可能成功。青年朋友们要摈弃只愿意干大事业而不愿意做小事情的思想;实践不分大小，小岗位照样也可以出大成绩。作为电力行业，就要从传统的需求型经营向服务型经营转变，树立服务的概念，不断提高优质服务的水平，以赢得广大客户的支持。

青年朋友们，不，战友们，前进的号角已经吹响，未来在向我们召唤，历史将会永远记住我们的身影，前进吧，前进吧，让我们释放青春的能量，点燃创业的梦想。

**不怕挫折演讲稿600字篇二**

同学们：

李开复曾经说过：对于青年学生来说，最重要的不是具体的准则或方法，而是在复杂情况下权衡各种影响因素，并以最为智慧的方式做出正确抉择的能力。

比尔·盖茨在谈到他事业的成功经验之时说：“我的成功在于我的选择。如果说有什么秘密的话，那么还是两个字——选择。”

可见，对于事业来说，选择何其重要。

因此，选择好人生的方向，选择积极的心态，换种思维方式去选择，善于选择并抓住机遇，选择自己生命中的“贵人”，选择之后再付诸努力，只有做出这些正确的选择才能成就美好的事业。

有三个人要被关进监狱三年，监狱长让他们三个人一人提一个要求。

美国人爱抽雪茄，要了三箱雪茄。

法国人最浪漫，要一个美丽的女子相伴。

而犹太人说，他要一部与外界沟通的电话。

三年过后，第一个冲出来的是美国人，嘴里鼻孔里塞满了雪茄，他大喊道：“给我火，给我火!”原来他忘了要火柴了。

接着出来的是法国人。只见他手里抱着一个小孩子，美丽女子手里牵着一个小孩子，肚子里还怀着第三个。

最后出来的是犹太人，他紧紧握住监狱长的手说：“这三年来我每天与外界联系，我的生意不但没有停顿，反而增长了200%，为了表示感谢，我送你一辆劳斯莱斯。”

这就是不同的选择决定不同的生活。今天的生活是由三年前我们的选择决定的，而今天我们的抉择将决定我们三年后的生活。

成功并不是一个固定的蛋糕，数量有限，别人切了，我们自己好像注定就没有了。成功的蛋糕是切不完的，能否得到的关键在于我们是否选择去切。我们能否成功，与别人的成败毫无关系。只有自己选择成功，才有成功的可能。

成败关键在于我们自己的选择，别人无法帮助你找到机遇，只能自己去搜寻，去选择和营造自己的成功人生。

选择做事情还是做事业，这是成功选择的第一步。

王藉大学毕业后的五六年中，几乎是每年换一个工作。先是在办公室当文秘，一年后保健品很红火，就应聘到一家生物制药公司去当推销员。没干多久，保健品就卖不动了。这时有位朋友拉他去一家营销策划公司，月薪还不错，他第二天就去报到上班了。这回干了一年，收入虽然比以前多了些，但离脱贫致富还有很大距离。

一次偶然的机会，王藉碰上一位老同学，他开了一家小贸易公司，从广东往北京倒腾一些热门商品，“钱”景诱人，正需要帮手。王藉毫不犹豫地加盟他的贸易公司。

半年后，公司生意转淡，他去了一家广告公司。没过多久，满街都是拉广告的业务人员，他又去了报社当记者……

每次只要去的新公司能比原先那家公司赚到更多的钱，他都会欣然前往。这样折腾来折腾去，虽然也赚到了一些小钱，生活得到了些许改善，可是每每静下心来，他都会发现自己其实一事无成。回过头来看昔日并肩战斗的同事，不少人都在他们的领域里打下了坚实的基础，一些人甚至已经自己创业，成为行业里的名家了。而他自己，所做的只不过是改善了伙食标准而已。演讲稿

做事情的人，就像一只青蛙从这片叶子跳到另一片叶子上，但他自己却从没有改变;而做事业的人则像深埋在地下的蝉，等到积累了足够的养分，他就会勇敢地爬上枝头高歌。

把事情当事业来做，你将如李开复所说：所有的经验，所有的成败，所有的荣辱换来的承压能力，所有的应对暴风骤雨般危机的能力，已经全部融会贯通在我的血液里。

李开复从苹果转到了微软，又转到了谷歌，他总是能够芝麻开花节节高，高到某种登高一呼应者云集：他如今已是青年们的灵魂导师

我的演讲完毕，谢谢大家。

**不怕挫折演讲稿600字篇三**

尊敬的学校各位老师，亲爱的同学们：

有个同学说，上次模拟考太差了，我曾经想到过自杀。我问他：自杀了没有?他说：没有。为什么?舍不得家人。

美国作家海明威说，一个人可以被打败，但不可以被\_。你们同意吗?(同意)考差了难道就一定要自暴自弃吗?在一次讲演会上，有位讲师从皮夹里掏出一张20美金的纸币，问听众：“谁要这张钞票?”在座各位，你们要吗?很多人都举了手。接着讲师把这张纸币揉得皱巴巴的，再问：“谁要这张钞票?”举手的人少了很多。接下来讲师把这张纸币扔到地上，并且还踩了两脚，再问：“谁要这张钞票?”举手的人更加少了。这还不算，最后讲师又在这张纸币上吐了几口唾沫，“呸呸呸!”再问：“谁还想要这张钞票?”全场几百人当中只有一个年轻人还坚定地举着手。讲师问他：“大家都不想要，为什么你还想要?”年轻人回答：“不管你做了什么，这张钞票的内在价值并没有任何变化，它始终值20美金。”讲师无限感慨地说：“年轻人，你今天学到了至关重要的一课，你一定会成功的!”这个年轻人不是别人，而正是巴菲特，后来他成了美国的股票大王，世界第二大富豪。首富是谁啊?——比尔·盖茨。他跟比尔·盖茨是哥俩好，两人经常一起打桥牌。

我现在请问在座的各位，你生命的价值是多少呢?是20美金吗?(不是)是20万美金吗?(不是)那到底是多少呢?(无价的)对!世界上没有两片完全相同的树叶，也没有两个完全相同的你，你是独一无二的，你的生命至高无上，是无价之宝!

你们知道，爱迪生发明灯泡的时候，一共做了多少次实验吗?，因此别人都认为他失败了，爱迪生本人却不这样认为：“那不叫失败，它们让我明白了这样一个客观事实，那1200多种材料是不适合用来做灯丝的。”所以我们说，选择的权力就掌握在你自己的手里，你可以认为自己失败了，也可以认为自己没有失败，只是暂时没有成功。请大家跟我一起朗诵一首诗：《如果你认为》。在座各位，你认为自己是出色的吗?(是)你认为自己能够取胜吗?(能)那就给你们自己一个热烈的掌声吧。

那怎样才能在备战高考过程中始终保持自信心呢?

第一要找到自信的根。19世纪初，法国有个年轻人，穷困潦倒，他从乡下流浪到首都巴黎。他找到父亲的一位朋友，希望他能帮自己找一份工作，混碗饭吃。父亲的朋友问：年轻人，你有什么特长吗?我没有特长，我很自卑。你精通数学吗?不精通。你精通历史吗?不精通。你懂法律吗?不懂。你懂会计吗?不懂。哎呀，年轻人，那你找工作就有点难了，不过没关系，你先把住的地方写下来，我帮你慢慢找。年轻人写好住址后交给他，父亲的朋友一看立刻竖起了大拇指：年轻人，你的字写得很漂亮嘛，这就是你的优点啊!什么?字写得漂亮也算是优点吗?(笑)当然算优点!你不要小看自己，你应该找一个好一点的工作。年轻人想：既然我能把字写得很漂亮，那么我也能把文章写得很漂亮。年轻人越想越兴奋，终于找到了自信心。经过不懈地努力，几年后，他成了大作家，写出了世界名著——《三个火枪手》和《基督山伯爵》，这个年轻人就是——大仲马。

菲律宾也有一个年轻人，名叫罗慕洛。读高中时，他身高还不到1.6米，属于“三等残废”。起初他很自卑，站在漂亮的女生面前，他会手足无措。为了让自己显得高大一点，他特别爱穿高跟鞋，想想看，一个大男人穿高跟鞋是不是很难看啊?(笑)同学们都取笑他“矮子多作怪”。(笑)罗慕洛气坏了，他愤然脱下高跟鞋发誓：我再也不穿高跟鞋了，我要跟你们比学习!从此以后，他读书非常用功，后来考上了大学，并最终当上了外交部长。

联合国召开第一届会议时，罗慕洛应邀上台发言。当时讲台的高度是按照西方人的身高设计的，他上台后就只有两只眼睛露在外面，(笑)引起了一阵哄堂大笑。但罗慕洛仍然十分镇定地站在那里，等到笑声渐渐稀落下来，他突然高举右手，用力地挥动，同时庄严地说出一句：我们就把这个会场当作最后的战场吧!话音刚落，整个会场鸦雀无声，紧接着响起了雷鸣般的掌声。罗慕洛成功了。他后来写了一篇文章，题目就叫——《但愿我生生世世为矮子》。

超级女生李宇春，你们喜欢吗?(不喜欢)我也不喜欢。她胸部平平的，像飞机场。有人对她说：李宇春，你应该自卑!我为什么要自卑呀?因为你长得不男不女的!你懂什么?那叫中性美。我只要唱歌唱得比你好就行了，干吗要自卑呀?!

你们听说过桃园三结义的传说故事吗?(没有)刘关张结拜为生死之交，不求同年同月同日生，但求——同年同月同日死。谁来做老大呢?比赛爬树。黑脸张飞爬得最快，红脸关公第二，小白脸刘备根本没爬，(笑)他一直站在树根底下。张飞往下一看，哇哇大叫：哈哈哈!我爬得，我是老大，快叫我大哥!刘备却说：慢!张飞瞪大眼睛问：为什么?刘备慢条斯理地回答：水从源头木从根。就这样刘备做了大哥，而张飞只能做小弟。

一棵树，根深才能叶茂，才能抗击12级台风;人也一样，只有找到自信的根，才不会因为一次没考好而灰心丧气。你应该向大仲马学习，发现自己的优点，肯定自己的优点，放大自己的优点，然后对自己说一句——天生我材必有用!

第二自信来自成功的体验。\_\_年杭州地区的文科状元赵新侃，他从来都不开夜车，但有个好习惯：每天上床睡觉之前，他都要把当天的学习情况在脑海里面过一遍。今天都学了哪些知识?学习的重点和难点是什么?计划完成得怎样?有什么进步吗?这样一盘点，既巩固了知识，又检查了计划，还增强了自信心，一箭三雕，真是太好了。

每个同学每天晚上都必须做两件事，你们知道哪两件事吗?一盘点当天的学习情况，二为明天的学习做计划。请问各位，你昨天盘点了吗?你为明天做计划了吗?

第三要进行主动的自我暗示。从前有个秀才跟你们一样，准备进京去赶考，临行前他做了三个稀奇古怪的梦，他很想知道梦的朕兆，便到姑妈家里去解梦。姑妈不在，漂亮的表妹接待了他。秀才说：“第一个梦，我把一棵大白菜种在墙头上了呀。”表妹解释说：“那叫岂有此理!”“第二个梦，下雨天，我身上穿着蓑衣，手里还打着一把雨伞呢。”“那叫多此一举!”“第三个梦，我和表妹你赤身裸体地躺在同一张床上，背靠背。”表妹羞红了脸骂道：“那叫白日做梦!”听了表妹的解释，秀才心情十分沮丧。回家的路上凑巧碰到了姑妈，姑妈看他垂头丧气的样子，就问：“你这是怎么了?”“我在白日做梦。”“你到底怎么了?”他于是就把刚才的过程一五一十地说了一遍，姑妈听了哈哈大笑说：“恭喜你啦!第一个梦，墙上种菜，种得那么高，那不是高种吗?这次进京你肯定高中什么?——状元;第二个梦，雨中打伞，那不是高举吗?你这次一定像范进那样高中举人;第三个梦嘛，你和表妹-躺在同一张床上，背靠背，傻小子哎——你该翻身啦!”

同样的三个梦，不同的人会有不同的解释，而不同的解释会对人产生不同的影响。你知道为什么吗?因为人是受暗示的动物。主动的暗示带来自信，消极的暗示带来自卑。美国有一位心理学大师到中国一所学校考察，教室领导老师说：“大师，听说您对天才儿童很有研究，能不能帮我们也挑几个啊?”想不到大师满口答应：“ok!现在就挑吧。”大师在教室里走了一圈，边走边指点：你、你，还有你!点到谁，谁就会眼睛发光立刻发出一声尖叫：啊哈，我是神童耶!老师也感到惊奇不已：什么?他们是神童啊?我以前怎么就看不出来呢?但不管怎样，老师还是相信了，为什么?因为人家毕竟是大师嘛。从此以后，大家对那几个神童，刮目相看。一年后，美国学者又来到这个班，问教室领导：请问，我去年挑的那几个神童，灵不灵啊?教室领导说：别提多灵了，这几个孩子现在的表现呀，一个个都很优秀!大师，您能告诉我其中的奥秘吗?你们猜是什么?大师一听就笑了：我是随便乱点的呀。

这个实验说明了什么呢?人跟人其实是差不多的，关键在于你是否相信自己。相信自己，你就会变成一只鹰，能够在蓝天白云下自由地飞翔;怀疑自己，你就会变成一只丑小鸭，只能在地面上寻找食物吃。这就是主动暗示的巨大威力。你们看，我胸前挂了个什么?(笑脸)有什么作用吗?(暗示作用)我希望自己每天微笑多一点，自信多一点。你们再看，我这个身材长得怎么样啊?帅不帅?(笑)有的同学笑了：帅个屁!五短三粗的。(笑)各位，如果我说自己长得像“武大郎”好吗?(不好)那说什么?——浓缩就是精华。(笑)请大家跟我一起来暗示一下：(互动)

我是最棒的!

我每天都在进步!

我一定会成功!

去年，义乌有个女生给我打电话：程老师，这几天我心里乱糟糟的，静不下心来看书，怎么办?为什么呀?几次考试我都没考好。请问：你高考的目标是什么?我的成绩够得上一本，但我想报考浙大嘛。我说，好啊，做的努力，做最坏的打算，把一本当成你的保底目标，而把浙大当成你的冲刺目标。不!我非要考上浙大不可，否则我对不起父母和老师。你知道什么叫顶天立地吗?你应该顶浙大的天，立一本的地。她听不进，一意孤行，结果高考时她特别紧张，失败了，连本科都没上，只考了个第四批。这叫什么?不听老人言，吃亏——在眼前!

你为什么会自卑?又为什么会紧张呢?其中一个主要原因就是——你为自己定的目标不合理。心理学研究表明，目标过高会很紧张，目标过低又会缺乏动力。因此，保持心理健康的前提就是八个字：合理定位，明确目标。\_\_年杭州地区的理科状元周致远，高考成绩是703分，省内排名第二。在接受记者的采访时，周致远说了一段话对你很有启发，他说：进入前十名显示的是一种实力，而得第一名则是一种偶然。我不一定要超过别人，但一定要尽力做到的自己。

什么叫成功?成功就是做的自己;怎样才算考试成功?只要考出自己的真实水平就算考试成功了，只要这一次比上一次有进步就算考试成功了。

有的同学却不是这样，总喜欢拿自己跟别人做比较，比分数，比名次，比时间，比目标……比到最后怎么样呢?有个同学说，每当我看到别人学习时心里就烦，而看到别人在玩时我心里就乐。这算什么心理呀?——变态!难怪日本人要说，一个日本人是一条虫，三个日本人却是一条龙;而一个中国人是一条龙，三个中国人呢?——却是一条虫。

我的演讲完毕，谢谢大家。

**不怕挫折演讲稿600字篇四**

亲爱的同学们：

大家好!今天我演讲的题目是《笑对挫折》。

今天是\_月\_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，正真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正真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!

微笑像阳光，给大地带来温暖;微笑像雨露，滋润着大地。微笑拥有和爱心一样的魔力，可以使饥寒交迫的人感到人间的温暖;可以使走入绝境的人重新看到生活的希望;可以使孤苦无依的人获得心灵的慰藉;还可以使心灵枯萎的人感到情感的滋润。幸福的诠释是微笑;快乐的意义是微笑;温暖的真谛是微笑;挫折的鼓励是微笑;坚强的象征仍然是微笑。那么，在面对充满挫折，艰辛之旅的初三生活时，我们何不多一些微笑呢?

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，是你的选择!

谢谢大家，我的演讲完了。

**不怕挫折演讲稿600字篇五**

今天，我们在班里开了一个班会，黑板上写着“扬雅风，别陋习，做仁恕少年”几个醒目的大字。

老师先请同学背一下“仁恕”学生的主要内容：正直诚信，友善对待他人;弘毅执着，果敢面对挫折;乐观自信，幸福享受生活;奉献担当，主动肩负责任;创新进取，勇于开拓事业，儒雅宽厚，诗意经营人生。

接着，老师又讲了“仁恕”学生的主要内容：我们要对自己许下的诺言遵守，要真心诚意的对待他人，在生活中遇到挫折要坚持不懈，永不放弃，我们要有自信，自信是成功的一部分，自己做错了事情，要主动承担责任，我们要不断发现新的，大胆开拓事业，我们对别人要有一颗宽容之心，诗意经营你的一生。

这六条，让我最难忘的是：弘毅执着，果敢面对挫折，在生活中，我们会遇到许多绊脚石，但是我们要勇敢的战胜绊脚石，不要向困难低头，我来举一个我生活中的例子。

有一次，我们写课堂作业，我们先写第一个字，同学们都写完了，我还没有写完，这个字非常难写，我写了又擦，擦了又写，就写得不好看，我真想把本子撕了，但是，我要平静下来，老师教过我们要笔离手一寸，胸离桌子一拳，眼离本子一尺，我认真的写着，但是就写不好，我实在忍无可忍了，这时，刘越说：“丁淑文，你遇到挫折不要放弃，要勇于面对挫折，要坚持不懈，我相信你一定会战胜挫折的，加油!”

我说：“谢谢你，刘越。”

从那以后，我每天坚持不懈地练习写字，把我的字写得大大方方，漂漂亮亮的，老师每天表扬我的字练得好，我心里比吃了蜜还要甜，这可多亏刘越，是她的话语让我知道了遇到挫折要永不放弃，坚持不懈，要有勇气战胜挫折。

我们在生活也会遇到绊脚石，但不要放弃，要有勇气面对困难。

**不怕挫折演讲稿600字篇六**

尊敬的老师、同学们：

大家好!

蜘蛛织的网会被弄破千万次;幼鹰在第一次飞翔时可能会掉入万丈深渊;刚刚学会捕食的幼狮也有可能让猎物在眼皮底下溜走;同样，没有人的人生是一帆风顺的，每个人都会遭遇挫折。重要的是战胜挫折，在挫折面前重新站起，才能真正的走向成长。

战胜挫折，需要勇气。气馁是挫折的好朋友，当你遇到挫折心情低落时，气馁就会闻讯赶来，如果你失去了勇气，让气馁把你的内心占据，那么你就被挫折打败了，相反，如果你在遇到挫折后，重振旗鼓，重拾勇气，冷静理智的对待挫折，那一次挫折都会变成一道“1+1”的数学题。可这时有人会说了，在刚刚经历过挫折后是不可能短时间恢复的，所以说这就更需要你充满勇气了。

贝多芬在双耳失聪后，仍能创作出《月光曲》，司马迁在受到宫刑后，仍能写出千古流传的《史记》。张海迪自幼就严重高位截瘫，几次濒临死亡边缘，身体可算弱的了。可是20多年来，她学会了4门外语，翻译了16万多字的外文著作，获得了哲学硕士学位，并自学了针炙技术，为群众治病1万多人次，作出了巨大的贡献。如果张海迪没有面对挫折不低头的勇气，她还会在挫折面前一次一次的站起来吗?看看这些充满勇气的人，不就能激励自己了吗?

战胜挫折，需要智慧。我们在充满勇气战胜挫折后，不去记住教训，可能这一次挫折只会让我们感到痛苦，不会有任何收获，更不用谈成长。我们要牢记挫折带给我们的教训，不在同一地方受挫。丘吉尔曾说过“被克服的困难就是胜利的曙光”。只要我们动用智慧，先巧妙的战胜挫折，再将挫折变为成功的基石。由此可见，智慧是多么重要啊!

战胜挫折，需要他人的帮助。人生中的有些挫折是我们靠自身不能战胜，这时我们就需要别人拉自己一把。就如一艘迷路的船只看见一座发出耀眼光芒的灯塔。著名作家海伦?凯勒在双目失明，双耳失聪的情况下也曾变得自暴自弃，可她在老师安妮的引导下，重拾希望，不懈努力，最终成为名誉全球的作家。如果当时没有安妮的帮助，可能就没有海伦的成功，他人的帮助也是战胜挫折的关键。

挫折不可怕，它也只是人生长河中激起的浪花。只要你在面对挫折时不气馁，不莽撞，不在孤军奋战，坚持与挫折对抗，不向命运低头，那么战胜挫折也只是一件再简单不过的事了。

**不怕挫折演讲稿600字篇七**

已是暮秋时分，灰蒙蒙的天空不再晴朗云朵也像是用面纱遮住了它那白皙稚嫩的脸庞，再也不见它飘过的身影。瑟瑟的秋风中夹杂着一股刺面的寒冷，毫不吝啬的吹落了枝桠上仅存的几片稀疏的枯叶。这时，一群大雁的身影出现在我的视线之中，想必这是最后一批南迁的大雁吧。

看着他们远去的身影，我的目光顷刻间停留了……那是一只羽翼未满的雏雁，跟随着伙伴共同飞往南方过冬的小雁。

在南迁的途中，在它的心里一直都有一股力量在支撑着它，支撑着它努力扇动稚嫩的翅膀，向前飞去。

北风呼啸着，顿时，尘土铺天盖地的扑过来，整个天空被漫漫尘土充斥着，利剑般的北风带着宰人皮肉的寒冷咆哮着吹来，张开它那血盆大口像是要瞬间吞噬整个世界。看来，这个冬天要提早到来了。只待雪花飘落，冬的叩门声便会紧跟秋远去的脚步声姗姗而来。就在这漫天的尘土与凛冽的寒风之中，大雁的队伍在艰难的前行。

终于，小雁稚嫩的翅膀被北风吹起的树刺狠狠地划上了一道口子，小雁顿时又重重的跌落在地上。鲜红的血瞬间溢出了伤口，染红了洁白的双翅，也染红了坚硬的大地。他挣扎着要起飞，但剧烈的疼痛一次次的侵蚀着它的翅膀，让它一次又一次的趴倒在地上。眼角划过的一丝晶莹的泪滴，包含着它的伤痛与辛酸。望着逐渐远去的队伍，它提醒自己，不要流泪，要坚强。

于是，它用尽全身的力量站起来，拖着受伤的翅膀一步一步的走到河边用另一只翅膀轻轻掠几滴水珠，再让水珠缓缓滑到伤口上，又用嘴衔起地上的落叶和枝条，包扎好伤口。它缓缓地扇动翅膀，试着起飞。一次次的尝试，一次次的努力，换来的却是一次次的跌倒，一次次的失败。

它疲惫的面容上带着一丝悲伤与无奈。又是一次尝试，它鼓足勇气，鼓起信心，朝着广阔的天空，扇动着翅膀，就在快要飞起的时候，上帝又给它开了一个大大的玩笑，它彻底地倒在了瑟瑟寒风之中。这样一倒，不知过了多长时间，当他再次睁开双眼的时候，它感觉伤口不那么疼了于是就努力的扇动翅膀，直觉身体轻如薄翼，一跃就轻松的翱翔于蓝天之上。

伴着迎面而来的秋风，我的目光又恢复了灵动。经过那一次挫折的磨练，想必小雁一定可以战胜南迁路途中的风风雨雨。相信挫折吧，在你用顽强的意志与信念战胜它之后，一定会收获一份意外的惊喜，就像小雁一样!

**不怕挫折演讲稿600字篇八**

根据功率公式p=fv可以得出，在速度不变时，受到的阻力越大，功率也就越大。人生亦是如此，受到的挫折越多，你就可能越成功。前进路上，挫折往往会推动一个人走向成功。

你知道盲人音乐家阿炳吗?阿炳小的时候，母亲就去世了。他的父亲教会阿炳演奏许多乐器。大家也因为阿炳卓越的音乐才能而认识了他。但这时，一件不幸的事发生了：阿炳的父亲去世了，他便没了经济来源。更不幸的是，他害了一种病，导致他的双目失明了。他只好流落街头，居无定所。与此同时，他仍然不断创作，并在街头表演。慢慢地，他创作出了600多首音乐，其中便有举世闻名的《二泉映月》。面对挫折，阿炳无所畏惧，谱写了生命的乐章。

你知道阿里巴巴创始人马云吗?学生时代的马云，将所有希望都寄托在高考上。第一次高考，他满怀信心，走进了考场。可惜命运并没有给他一个完美的答卷。他的数学考了低分!然而他并未放弃，继续努力温习高中三年的所有知识。终于，他迎来了生命中的第二次高考。

可是，生活又给他了重重一击。虽然比上次有进步，但他依旧没有考上。到了第三次高考，他的数学终于及格了。最终，他就读了心仪的大学。在大学里，他刻苦学习，认真钻研。后来，创建了著名的阿里巴巴公司。面对挫折，马云坚持不懈，打开了成功之门。

你知道美国流行天后玛利亚·凯莉吗?玛利亚小的时候，一直对音乐十分感兴趣。但患有声带小结的她，一直被认为不是唱歌的料。为了追逐自己的梦想，她只身前往纽约追梦。那时，她除了端盘子、洗碗和唱歌，什么也不会。在纽约，最困难的时候她连一双合脚的鞋子都穿不上。绝望之中，她向索尼公司寄了样带。哪知道这一寄，却成就了18首冠军单曲和“海豚音天后”的美名。她化声带小结这一劣势创造了一首首精致华丽的乐曲。面对挫折，玛利亚化短为长，成就了人生的奇迹。

俄国著名文学家普希金说：“假如生活欺骗了你，不要悲伤，不要心急!忧郁的日子里须要镇静：相信吧，快乐的日子将会来临。”面对挫折，我们需要做的永远都不是顺流而下。只有触底反弹，才能扼住命运的咽喉，开启通往成功的大门。

**不怕挫折演讲稿600字篇九**

亲爱的老师、同学们：

生命是山，我们无法估计它的长度，只好追求它的高度;生命是路，它是由一块块不起眼的沙石组成的，而不是铺满金银，在平平淡淡中尽现人生之完美;生命是一叶扁舟，航行于茫茫沧海之中，只有经历过暴风雨的洗礼，才能看到海上初升的太阳。

越王勾践在越国欲亡、吴国强控的存亡时刻，无奈地选择了作为战俘，侍奉吴王。在吴国，他受尽了轻视和侮辱，为奴为仆，为了自己的复国大业，他忍辱负重，终日陪着笑脸，甚至尝粪以示忠心，有谁知道他的不屈，又有谁知道他心中藏着一个复国梦!终于，厌烦他、以为他不可能再做出大事的吴王将他谴送回国。越王励精图治，卧薪尝胆，终于东山再起，灭了吴国。越王化挫折为动力，终于覆灭吴国，实现了复国强兵的愿望，造就了自己无悔的一生。

爱迪生为做耐用碳丝灯泡，进行了上百次的实验。一次，爱迪生的老师在书房里看书时，忽然觉得下巴一疼，爱迪生捏着刚拽掉的两根胡须，拔腿就跑，留下他的老师在那里吹胡子瞪眼的。原来他是用胡须来做灯丝实验的。也幸好实验没成功，不然他老师的胡子就该被拔光了。终于，在历经数百次的失败后，他终于取得了成功!他发明的耐用碳丝灯泡连续亮了62个小时(待查，我记得是这样)，更照亮了人类前进的道路，没有前面的失败，就不会有这一次的成功，爱迪生化挫折为经验，终于点亮了灯泡，造就了他辉煌的一生。

邓小平先生是我国改革开放的总设计师，他提出的以经济建设为中心，大力发展我国生产力、坚持四项基本原则、坚持改革开放等主张使中国经济持续腾飞，使中国的发展迎来了新的春天。然而，他的一生也是坎坷的。历只有经历过地狱般的磨练，才能迸发出创造天堂的力量;只有流过血的手指，才能弹奏出世间的绝唱!

小鹰经受断骨的疼痛，是为了拥抱更广阔的天空;帆船经历风雨的打击，是为了迎接更辽阔的海洋;一个人，只有经历了挫折，才能在挫折中看到战胜挫折的力量!挫折不是灾难，挫折是造就新生必不可少的行囊!

挫折造就人生!

**不怕挫折演讲稿600字篇十**

亲爱的老师、同学们：

大家好!

我是来自\_的\_，今天给大家演讲的题目是：直面面对挫折，勇于面对人生。

古人云：大海上没有礁石激不起风浪，人生中没有挫折成不了强者。挫折失意磨难痛苦，把我们挡在人生道路上难以行走，但仔细想想挫折其实并不可怕，只要我们够勇敢，够坚强，能够勇于和挫折作斗争，必定会到达成功的那一端。

古往今来，在我们身边有许多这样面对挫折时勇往直前的事例，如：贝多芬，德国最伟大的音乐家之一，出身于德国波恩平民家庭，很早就显露了音乐上的才能，八岁开始登台演出，他一生坎坷，没有建立家庭，二十六岁时开始耳聋，晚年全聋，这对于一个音乐家而言是多么残忍!但这样的打击并没有使他意志消沉，在一切进步思想都遭禁止的封建复辟年代里，依旧坚守“自由、平等”的政治信念，通过言论和作品，为共和思想奋臂呐喊，创作出了不朽名作《第九交响曲》。

霍金，是本世纪享有国际盛誉的伟人之一。他在大学学习后期，开始患“肌肉萎缩性脊髓侧索硬化症”，半身不遂，禁锢在一张轮椅上长达20年之久，但他并没有被这挫折所打-倒，反而身残志不残，勇于面对人生，克服了残废之患而成为国际物理界的超新星，他不能写，甚至口齿不清，却依然不放弃而解开了宇宙之谜。

像这样的例子还有很多，曹雪芹、薄松龄在贫困交加中留下了《红楼梦》、《聊斋志异》的不朽之作;大家熟悉的奥斯特洛夫斯基，瘫痪在床双目失明，口述了鼓舞人心的《钢铁是怎样炼成的》;美国的林肯经过多次挫折仍不放弃，终于当上了美国第xx届总统。他们都与困难、挫折、失败相抗争，不屈不挠，坚定信念，自强不息，从而才有了各自的辉煌成就。

同学们，听到这里，你的心里是否有一种感触?的确，人生并不是一帆风顺的，我们可能会遇到各种各样的挫折。就好比现在站在主席台上的我来说，我此刻的内心是非常紧张的，以前我是个比较含蓄的女孩，很少参加活动，当我得知有这样一次难得的机会时，我也想像其他同学那样勇于展示自己，于是主动参与，并为此积极做准备。我的心里既开心又不安，我所不安的是我不知道自己能否胜任这一次演讲，我也曾经犹豫过，彷徨过，甚至想过放弃这一次难得的机会，可是我最终还是选择了站在主席台上。也许它对你们来说没有什么，但是对我来说却是一次巨大的挑战。我不知道自己做了多少次思想斗争才有了这个决定，但是我知道逃避是解决不了任何问题的，既然无法逃避，那就勇敢去面对!今天我已做到，已经成功挑战了自己，我相信你们也一定能做到!

人之一世，殊为不易。在看似平坦的人生旅途中充满了种.种荆棘，往往使人痛不欲生。痛苦之于人，犹狂风之于陋屋，巨浪之于孤舟，水舌之于心脏。百世沧桑，不知有多少心胸狭隘之人因受挫折放大痛苦而一蹶不振;人世千年，更不知有多少意志薄弱之人因受挫放大痛苦而志气消沉;万古旷世，又不知有多少内心懦弱的人因受挫放大痛苦而葬身于万劫不复的深渊……面对挫折，我们不应放大痛苦，而应直面人生，放大痛苦而葬身于万劫不复的深渊……面对挫折，我们不应放大痛苦，而应直面缩小痛苦，直至成功的一天。

同学们，挫折其实并不可怕，我们不要有所畏惧，要敢于和它作斗争，正面迎接它的挑战，相信你自己，让我们一起用坚强、勇敢去战胜挫折，共同创造属于我们的美好明天。

我的演讲完毕。

谢谢大家!

**不怕挫折演讲稿600字篇十一**

当我读完史蒂芬逊改造了蒸汽机火车后，却跑不过马车。但他没有灰心，因为他坚信火车有马车无法媲美的前途。虽然他没有成功，但100多年后的今天，高速火车时速达200公里，让马车望尘莫及啊!这不由让我想起一句名言：”失败乃成功之母“。

假如史蒂芬逊没有努力去改进，或许，今天的我们，还要坐着那颠颠簸簸的马车穿州过府呢!没有第一次的失败，没有不断的努力，又怎会有成功呢!所谓”不经历风雨，怎能见彩虹。“

但是有的人一讲到”失败“，便惟恐避之不及。总想自己不论干什么，

都只有成功，没有失败挫折。其实只要我们回顾一下历史便会发现，真正有成就的人，都是经历失败挫折后才取得伟大成绩的。

清代文学家蒲松龄落第之后，愤而著书，才写出《聊斋志异》;著名化学家欧立希经过665次失败后，在第666次终于研制出药物，故命名为”药物666“;有”发明大王“之称的爱迪生，一生发明1000多件新发明，但每一个新发明的诞生，都经历了无数次的失败。在一次新发明的试验中，共失败8000多次，但他仍乐观的说：”失败也是我所需要的，8000次失败，起码使我知道8000个方法是行不通的。“由此可见，不经失败，便没有成功的果实。害怕失败是没有必要的。也许今天的失败，正预示你明天的成功呢!

也许有时，失败无法让你尝到成功的果实。但你的努力绝对不会是白费的。相反，一些失败了的人，就一下子沉沦下去，不会想办法改进。结果是，一而再，再而三的失败。甚至有的人失败了，还不肯承认。这实属平庸之人的做法。

我们不仅要在学习上，工作上不断努力，不断尝试，更要在社会上，在祖国社会主义建设上不遗余力地贡献。也许现在的社会主义的中国，比不上那些资本主义强国。我们这架破旧的”火车“暂时跑不过华丽的”马车“。但我们坚信，在不久的将来，我们这架破”火车“将远远地把资本主义强国抛在身后。

**不怕挫折演讲稿600字篇十二**

失败是人生往途上的”十字路口“，一边通向光明，一边却通向了无边无际的黑暗。

在我茫茫的记忆里，总有一件事情让我终身难忘。

有一次，我到东北玩，那时的我很调皮总以别人的失败为乐。我到大舅家，眼睛就发现了一个小巧玲珑的冰灯，我非常想要，于是我就问：”大舅，大舅，这个冰灯里面装的是什么啊?为什么会这么漂亮，可不可以送给我一个这样的冰灯啊?!哈哈，当然可以啊，不过再等几天，我倒商店再去取几个，送给你!大舅高兴地说到。

“真的!”我将信将疑的问道。

“真的，不过你要那东西来换，或者给我10元钱，就卖给你!怎么样!”那时大舅说的东西是指我的试卷，可是当时我还并不知道。

“好，大丈夫一言既出，驷马难追!”我用刚学来的话说。

“没错!驷马难追!”大舅咧着嘴说。

我到了家，看着有什么东西能跟大舅换，我先把饼干给大舅，可大舅只让我看5分钟，当时我气急败坏，当我第四次失败的时候，我真的没了耐心，目标转移到了妈妈的钱包，我心里正在打折如意算盘，我不怀好意的把手放进了妈妈的钱包里，抽出了一张10元，我心惊胆战得跑回了家，迅速的跑到门处，发现没有人，赶紧跑到大舅家，把钱急忙的给了他，大舅非常疑惑的问道：

“你哪来的钱?”

“我……我在期末考试的时候考得好，这是爸爸给我的奖励。”我做贼心虚的说。

大舅竟然上了当，把冰灯给了我，我似乎飞到了家。妈妈回来后，没有发现，甚至都没有问我哪来的冰灯。这件事，在我忐忑不安地心情中缓慢的度过了。

虽然那件事已经错误的过去了，但我仍然没有忘，我从这件事知道我犯错误并不可怕，可怕的是错误的面对错误，也让我知道我们只有犯一些错误，才会成长。

**不怕挫折演讲稿600字篇十三**

亲爱的老师、同学们：

因为挫折，我们描绘出五彩斑斓的生活;因为挫折，我们铸造了坚强的性格;也因为挫折，我们享受着真正的快乐。

笑对挫折

居里夫人，从1896年发现放射性元素，知道1902年发现了使世界化学界震惊，对世界化学界发展起促进作用的元素——镭。她连续6年独自在一个废弃的破棚子里，面对这一切冰冷的器皿，在烟熏火燎的情况下搅拌锅里的矿渣。尽管她的衣裙上，双手上，留下了酸碱的点点烧痕。但是，她不气馁，终于，在1902年，发现了她盼望已久的镭。

同样，张海迪是中国残疾人协会的代表，面对5岁时突如其来的骨髓病，她也曾想过放弃，痛定思痛之后，她毅然选择了坚强，拿起手中的笔，写出了自己心中完美世界。

坦然对挫折

20\_\_年5月12日，是一个不幸的日子。四川发生了9。8级大地震，震伤了无数人。

有一个小男孩儿，虽然他的名字让我淡忘，但是他的事迹让我终生难忘。他机智勇敢，运用数学定律：三角形具有稳定性选成避难空间，然后又把班里同学拉进这个地方，但自己又冲锋陷阵，不顾个人安危去救剩余的同学，结果自己的腰和头被石头砸住，但他忍着痛又去救援。等他回到三角形里的避难场所时，又出现余震，出口被封，有些人哇哇大哭。他第一时刻意识到，要安慰同学和鼓励自己。在他的安慰下，同学们不再哭闹，而是冷静地思考下一步该怎么办。于是，他们不断大声唱歌，希望有人听见这声音。就这样，三天过去了，直至救援人员听见并解救。

对挫折要重视

有的人在学习上遇到了难题，不闻不问，总觉得：呀，这道题真么复杂，肯定不会，不写了!一旦遇见难题，就不想办法解决，反而会因考试差产生自卑心理，这等于雪上加霜。他们只会遇到挫折就示弱、退缩、不当回事儿。结果就放弃目标，一事无成。

胡萝卜，入锅之前是结实的，毫不示弱，但放入锅煮后，它便变得又软有弱;鸡蛋原来是易碎的，薄薄的外壳保护着它呈液体的”内脏“。但经开水一煮，”内脏“变硬了;粉状咖啡豆，则很特别，进入沸水后，他们反倒变成水，并成了香浓的咖啡。

这不就象征着三种人吗?第一种人遇到困难就示弱，经不起磨练;第二种人意志坚定，勇敢面对困难，越来越勇敢，坚定;第三种人不仅改变了自己，也改变了他人，他们勇敢地击退逆境，把自己的特点融入到整个空间，这样的人才能创造美好生活。

挫折与人生相伴，生活中难免有挫折。当遇到挫折时，要乐观、冷静、坚强、勇敢地与它斗争，这样你将会战胜挫折。让挫折丰富我们的人生吧!

**不怕挫折演讲稿600字篇十四**

在人生道路上，不论你从事何种职业，不管你是开着“宝马”还是“奔驰”，大凡是个人，便免不了遭遇挫折。

学生们考试考差了叫挫折;商人们投资亏本了叫挫折;当官的被贬谪了叫挫折;战场上打了败仗同样叫挫折。挫折是所有人都必须直接面对的问题，而如何面对挫折便成了人生中最为关键的问题之一。

当挫折来临的时候，我们应当考虑如何去战胜它，而不是想方设法去躲避它。

苏格拉底曾说过：“屈服于不幸的人才是真的不幸。”请让我们站在这位古希腊哲学家的角度思考一下，对于任何人，不幸的遭遇都是极其不幸的，若是一味听从天命，上天又怎能让你逃出不幸呢?唯有勇敢面对，方显英雄本色。

宋朝的苏东坡便是一个典型的英雄。他一生被贬数次，先后到过杭州、黄州当地方官，最后，可怜的苏轼甚至被贬到了岭南。可是，在我的印象中，苏轼绝对是一个豁达乐观的人。不然，又何来的流传千古的“三赤壁”呢?何来“日啖荔枝三百颗，不辞长作岭南人”这样的佳句，何来那令我唾涎三尺的东坡肉呢?

人们都说，十六、十七世纪是人类苏醒的时期，欧洲的“文艺复兴”与“工业革命”纷至沓来。我想，在这期间为人类的觉醒作出最大贡献的，还属伽利略。他倡导新科学，为教会所不容，被黑暗的教会势力软禁，他该何去何从?他选择了斗争。于是，一个理性的时代出现在我们眼前。

太史公有言：文王拘而演周易，仲尼厄而作春秋;屈原放逐，乃赋离骚;左丘失明，厥有国语;孙子膑脚，兵法修列;不韦迁蜀，世传吕览;韩非囚秦，说难、孤愤;诗三百篇，大抵贤圣发愤之所为作也。而太史公最终也完成了《史记》。中国历史上受宫刑的人很多，而受宫刑还能写书的估计全世界也只有他一个。所以，当我们面对挫折，还是想想苏轼，想想伽利略，想想太史公吧。

**不怕挫折演讲稿600字篇十五**

在成长的道路中，我们会经历很多事情。然而，有一种东西，总是让我们刻骨铭心。遇到了它，有些人会迸发出无限的斗志;有些人会依然如故，应付了事;而还有些人，会因此一蹶不振。它的名字叫挫折。

许多人讨厌挫折。甚至，不能说是讨厌，而是畏惧。他们畏惧这些通往成功道路上的关卡，畏惧这些层叠的高山险峰，畏惧这些遍地丛生的荆棘。而我在这里，却要大声赞美这个人们时常遇到的拦路虎。因为挫折，其实也是一种美。

挫折是一种美，美在它能激励人心。人的一生中，不可能事事都一帆风顺，总会有一些绊脚石出现在眼前。对于很多人来说，这些困难和挫折是他们尤为珍贵的东西。他们没有在挫折的面前倒下，反而迸发出更大的热情，投入到他们所热衷的事业里。

例如众所周知的大科学家居里夫人，在她求学的那段岁月里，生活条件十分困难，然而她没有在乎这些，而是如饥似渴地学习，最终以第一名的成绩通过了考试。我相信，她从来没有向挫折屈服过，而是重新振奋精神，不断完善自己，才最终走向了成功。

挫折是一种美，美在能磨练人的意志。要想获得成功，没有坚定的意志是不行的。而挫折，对我们无疑是一种锻炼和考验。没有人能一蹴而就，没有人能一步登天。挫折，总是让成功变得可望不可即，折磨着你那进去的心。从挫折中走出的，才是强者。克服困难，不断前进的，才是成功者。挫折，则无疑是成功路上的伴侣。

挫折是一种美，美在能让人有所改变。在一次次的失败和努力中，挫折会改变人们的认识、观念和态度。人们或许会变得谦虚谨慎，或许会变得细心谨慎，或许能学会自我反省。人们会领悟到，知识是要一点一滴积累的;会领悟到成功需要努力;还会领悟到要想一直比别人优秀，就必须不断努力。

挫折是一种美，让你不抛弃、不放弃;挫折是一种美，领你走上前去。换一个角度，换一种方式，原来挫折，也是一个朋友。每一个人遇到的挫折都不会少，但愿大家都能正确地看待它，劈斩掉前方的荆棘。

**不怕挫折演讲稿600字篇十六**

“即使跌倒一百次，也要一百零一次地站起来。”张海迪的话一直刻在我的心上。它让我明白，面对挫折，就要不屈不挠，勇往直前;面对挫折，就要迎难而上，坚定不移;面对挫折，就要永不气馁，锲而不舍。只要你未曾放弃，那么，即便是跌倒了，那也是最美的挫折。

我始终记得，妈妈为了让我学会骑自行车，在我很小时便买了辆幼儿自行车，车子有四个轮，前面一个，后面三个。等我骑熟练后，妈妈就把后面两个轮子给卸了，如此一来，就只剩两个轮子，可谓是真正的自行车了。然后，老妈每天拖着车尾，帮我扶稳车身，让我骑车。

说来也滑稽，我骑得歪歪扭扭的，老妈呢也整天陪着我东倒西歪地晃着。我还老是摔跤，有几次膝盖、肘部都蹭破了皮，我“可怜兮兮”地跟老妈抗议了n多次，却都是被驳回，还唠唠叨叨地说什么这是在锻炼我，现在学会了以后就不用再辛苦地学了，小时候学习能力强，学起来快之类的话。

我只好乖乖地继续与自行车搏斗。可是，脚踏上踏板后老感觉很别扭，而且，手上的车把也控制不好方向，往往只顾了手上没顾脚下，要么就是顾了脚下没顾手上，我感到欲哭无泪。学车两天后，我浑身“伤痕累累”，手上、腿上、胳膊上尽是淤青，我不禁很是恼火，怎么就学不会呢!但是，我也跟自行车杠上了，摔倒了就立刻站起来，站了又摔，摔了又站。后来，索性不让老妈扶着，直接往前骑去，冲得又快又猛，但结果却是摔得挺惨。不知反复练习了多少次，我总算是掌握到了技巧，真是“功夫不负有心人”那!

几天过后，我骑自行车已经骑得很是稳当了，高兴得不得了，直接去了田野那边冲刺，我一面脚下飞快踏动着，一面又极为舒服的享受着迎面吹来的凉爽风儿，心情欢快极了!

那一刻，我觉得曾经一次次的摔倒真的算不了什么了。而今想来，正是那一次次的摔倒，才有了今天踏车飞驰的我。曾经的跌倒只是小小的挫折，但也是美丽的挫折。因为，不见风雨怎能见到彩虹?

面对挫折，我们不能放弃，挫折对于我们来说是美的，正是挫折锻炼着我们，让我们得以成长。一滴水，只有经历了奔腾曲折的历程，体验了暴风骤雨的辛酸甘苦，最后汇入大海，才能衬出无尽苍穹的一片透蓝光辉，展现出一种水去云舒的美景。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找