

# 最新面对危机演讲稿 面对挫折演讲稿(大全8篇)

演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 面对危机演讲稿篇一

进入初二，数学变得越来越复杂。奇奇怪怪的几何图形拼凑在一起，就成了拦路虎，挡在你面前。这不，又有一道题目让我伤透了脑筋，各种方法都尝试过了，还是做不出来。我有些烦躁，手里的笔飞快地旋转着，心里泛起隐隐的失落感：为什么？我就是不行呢？我叹了口气，无奈起身，窗外是浓浓的夜色。翻找参考书时，一张小小的纸片从书页里飘落下来，捡起一看，惊呆了——纸片上赫然画着一个正七边形！旁边还有一行稚嫩的笔迹：克服了挫折，我成功了！

回想起来，那时我还在上小学，无意中听爸爸说起过一道难题：画正七边形。小小的我在心中暗下决心，问了爸爸一些有关多边形的知识，便一个人在纸上尝试起来。我还记得，自己用量角器无数次测量精细的角度，歪歪扭扭的图形慢慢变得越来越漂亮，无数次挫折，也没能阻挡我求知的脚步，正因为有了这么多次挫折，才使得成果如此令人欢欣鼓舞。站在书柜旁兀自发呆的我，此刻终于有了种豁然开朗的感觉。

每个人，都会在挫折中成长。或许有些人会因为挫折从此一蹶不振，但最终若能战胜困难、克服挫折，定是一次对自己的升华。有了挫折，我们的生活才变得更加波澜起伏，多姿多彩；有了挫折，才使胜利的果实更加甜美；有了挫折，我们才能坚定地起身，面对更多挑战。

在学校读书生活的过程中，挫折也是在所难免的，800米跑步失败，一次考试的失利，好友与你渐行渐远……我想，这些都是我们应当接受的各种磨练吧。

夜色更深了，但轻柔皎洁的月光照亮了这个夜晚，也照进我的心底，一片明朗。是啊，年少的我们总会面临各种挫折，就像做数学题，是这份克服困难的决心，让我们渐渐走向成熟，渐渐变得坚强自信，我们在挫折中，渐渐成长。

## 面对危机演讲稿篇二

我们在这个多姿多彩的世界中生活，经历过欢乐，也有过悲伤，在失败中体会到人生的酸甜苦辣，也在成功找到继续前进的自信心，在现实生活中，微笑是表现这些情感最真实的语言。

如果让我用一个动作传递欢乐，我选择微笑，如果让我用一种语言交流感情，我选择微笑，如果让我用一种方式面对生活，我选择微笑。

那么，什么是微笑雨果说，涟漪，是湖水的微笑；霞光，是清晨的微笑；春风是大地的微笑。微笑(慢)是自然的太阳，它使陌生人感到亲切，使朋友感到安慰，使亲人感到愉悦。

微笑着面对生活，是一种不懈追求，是一种人生态度，是一种人生哲学(顿)，我们能够拒绝平庸，我们能够拒绝风雨，但永远都不能拒绝那道弯成45度的弧。

所以微笑面对生活吧，我们要学会从容的理解生活带来的一切，也许是明媚的春光，也许是不期的风雨，也许是灿烂的笑脸，也许是难堪的冷遇。我们要学会微笑着张开双臂，用从容的姿态去面对它们。

微笑着面对生活吧，生活是一场之后一场的战争。谁输谁赢

其实并不重要，重要的是用微笑去面对它。有时，胜利可能是一种失败，失败也可能是一种胜利。眼睛常欺骗自我，心也不必永远清晰。我们仅有在困境中磨炼意志，在奋斗中才能感悟人生！

微笑着面对生活吧，有人总是埋怨别人阻拦了自我，其实那是解脱的理由罢了，阻拦自我的不是别人，而是自我。软弱拦住了你前进的脚步，自卑拦住了你思维的飞翔，自欺拦住了你心灵的呼吸。鼓起前进的力量，微笑着朝梦想奔去，胜利必须属于你们！

## 面对危机演讲稿篇三

大家好！今天我的演讲主题是：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xxx岸上，沾满血迹的长剑，染红了xxx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xxx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xxx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xxx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！

在我们的成长过程中，既充满了成功的愉快，也会遇到各种各样的挫折。比如早上因起床晚，上学迟到而被老师批评；期末考试，尽管做了比较充分的准备可成绩却不理想；参加班干部竞选，自以为很有希望，结果却意外落选；课堂上没能回答出老师的提问；明明做了好事却被同学老师误会等等。这时，我们往往会产生焦虑、失望、忧虑、担心、痛苦等情绪反应。

问题是当我们遭遇挫折、身陷逆境时，我们该怎么办？不同的人此时会有不同的反应，也因此就有了不同的命运。弱者往

往是心灰意冷，神xxx黯然，从此可能一蹶不振、一事无成；而强者却能保持冷静，心中的希望之火不熄，从而能发现新的机遇，获取新的成功。

那么如何来面对挫折呢？

首先，应该明白挫折不可避免。古人云：“百年人生，逆境十之xxx”[]在生活中，在学习上，我们不可能一帆风顺，事事如愿，总会遇到各种干扰和阻力。躲避挫折是不可能的，关键是要正视它，要以宽阔的胸襟，以平常的心态去面对它。

其次，应该认识到挫折能够磨练我们的意志。挫折虽是件坏事，但它又能变成好事，它能增强我们的信心，能够磨练我们的意志。挫折是通向成功彼岸的必经之路，能让我们内心深处激起希望与力量。有这样一则故事：草地上有一个昆虫的蛹，被一个小孩发现并带回了家。过了几天，蛹上出现了一道小裂缝，里面的蝴蝶挣扎了好长时间，身子似乎被卡住了，一直出不来。天真的孩子看到蛹中的蝴蝶痛苦挣扎的样子十分不忍。于是，他便拿起剪xxx把蛹壳剪开，帮助蝴蝶脱蛹出来。然而，由于这只蝴蝶没有经过破蛹前必须经过的痛苦挣扎，以致出壳后身躯臃肿，翅膀干瘪，根本飞不起来，不久就死了。这个故事说明了一个人生的道理，要想获得成功就必须承受痛苦和挫折。挫折是对人的磨炼，也是一个人成长的必经之路。

另外，要学会战胜挫折。

1、是要分析产生挫折的原因，特别是要分析自身的主观原因，找到战胜挫折的方法。

2、是要有战胜挫折的勇气和毅力。俗话说：“困难是xxx簧，看你强不强，你强它就弱，你弱它就强。”要想战胜挫折，走出逆境，就一定要有坚定的信心和顽强的毅力。

3、是要树立远大理想。古人说“人无远虑，必有近忧”。没有远大志向的人，必然是“小人常戚戚”。对于我们中学生来说，就是要树立为中华之崛起而读书的志向，只有树立远大理想，才能经受得起种种挫折的考验。

有位哲人说：如果一个人没有品尝过饥渴的滋味，就不可能深深体味到食物和水的甘甜。同样，任何人在一生中不可能总是一帆风顺，事事成功和如意，总会遇到一些挫折和失败。只有学会自我调整，勇敢地走出情绪的低谷，对任何事物，作好两种准备，即胜不骄、败不馁，不断吸取和总结经验教训，才能为最后的成功垫铺台阶。

自古雄才多磨难，从来纨绔少伟男。

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。

让我们勇敢地面对挫折，去迎接人生道路上的种种挑战吧！

大会主席、各位评判、各位来宾以及各位同学：

大家早上好！今天，我的演讲题目是：失败，不怕！

同学们，你们尝过失败的滋味吗？你很努力，很用心地学习可是考试成绩不理想；你每天辛勤苦练，参加比赛却榜上无名；你兴致勃勃地下厨却烧了一手的焦菜……这些都叫失败。

失败了，我们是多么地沮丧、伤心、痛苦啊！就像一个泄了气的气球，我们失去所有的力量。然而，要是我们能痛定思痛，在思想上做一个急转弯，把失败当作“一个不太满意的结果”，或者是“一种考验”、“一种成长过程”，这样，心里不就舒服多了吗？更何况人的一生不可能永远一帆风顺，难免要经历一些风霜雨露，荆棘载途，又或者承受一些挫折与失败，只不过有的人栽跟头栽得多一些，有的人栽得少一点而已。

相信在座的每一位都知道“失败是成功之母”吧!没有一个成功的人不曾经历过失败，而且许多伟人更是从无数次的挫败中诞生的。音乐家贝多芬xxx就是一个典型的例子。他的大部分名曲都是在他聋了之后才完成的。到底他是怎么完成的呢?那全是因为他拒绝向命运屈服!虽然他听不见任何声音，可是乐曲却依然在心中回旋。他是用心灵来作曲阿!

也许，你们会认为这是一件困难的事吧?但是，有志者事竟成。成功不是偶然，失败更不是命运。法国名将拿破仑也这么说过，在它的词典里头是找不到“不可能”这个词儿，因为他坚信：事在人为!所以，当我们失败了，何不把气馁与痛苦化为为动力，提起勇气面对失败，正视失败，再持着屡败屡战的精神，继续奋斗，把“不可能”变成“可能”，把“不成功”变成“成功”!

最后，我以大发明家爱迪生曾说过的一句话来结束我今天的演讲：当你想放弃的时候，往往不会知道成功离你有多近。如果你成功，那是因为你比别人多了一分坚持。请你坚信：野草遮不住太阳的光芒，困难挡不住勇敢者的脚步。只要你肯付出，不怕失败，“成功”总有一天会属于你的!

谢谢!

## 面对危机演讲稿篇四

大家好!

生活就是一个五味瓶，而挫折就是其中独特的一味，缺少了它所带来的痛苦，生活便会变得昏暗;生活是一张调色板，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;生活是一条奔跑的小溪，而挫折就是其中的颗颗小石子，没有了有了他们磨练，就少了一份历练。

生活是如此的美好，可是这甜蜜中也需要一点点苦味——挫

折。

“我知道你这次在期中考试是没有考好，或许对你来讲是一次很大的打击，但是要知道，每一个人都会经历挫折的，没有哪一个成功的人是一帆风顺的，也没有哪一个人会马马虎虎的成功的。孩子，挫折对强者来讲只不过是个垫脚石罢了，但对弱者，它是一个绊脚石，它可以一下子把一个人的信心击碎。孩子，你想一想，他仕途不顺，可他还有‘长风破浪会有时，直挂云帆济沧海’的豪情，孩子，把心放宽些吧。挫折带给你痛苦的同时也会给你意想不到的收获的。”班主任拉着我的手苦口婆心的说下了这番话，心里顿时涌上一种莫名的感觉，是感动，是委屈？都不重要了，一切重新开始！

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！

## 面对危机演讲稿篇五

大家早上好！我是四一班白雨桐，我今天演讲的题目是《面对挫折》

春华秋实，花红柳绿，我们在学校老师、家长精心的呵护下健康快乐的成长着，我们有肯德基、麦当劳、游乐场…我们和上一辈艰苦的生活相比，是多么幸福啊。可是在现在优越的生活条件下还有许多不良现象：昨天《今日说法》中讲，



山东某县一名年仅8岁的小姑娘因被邻居怀疑偷钱而服毒自尽。某市小学生因考试不及格被罚款而自杀，因考试成绩不理想受到家长批评而离家出走等等，我们经常听到诸如此类报道，虽然这是一个社会问题，也是一个教育的大问题，但是从我们学生自身方面而讲挫折教育、培养耐挫能力、提高心理承受能力是多么的重要。

挫折教育是指在困难的环境中经受锻炼，摆脱困境，培养一种迎着困难而上的坚强意志和吃苦耐劳的精神。其目的是磨练我们的意志，增强体魄，以提高我们的生存能力和适应能力。其实早已经有许多中外伟人为我们做了很好的榜样：如音乐家贝多芬在生活极度困难，耳朵聋了的困境下与命运奋力抗争，谱写了至今仍鼓舞了很多人的《命运交响曲》；爱迪生为了发明电灯不知试验了几千次，不知失败了多少次，才最终找到了钨丝。纵观中外名人的成功都不是一帆风顺的，不经风雨哪能见彩虹。

“人生能有几回搏！”这话固然深刻，但“人生总有几回挫！”也许更有普遍意义。我们在学习、生活当中，遇到挫折是经常的，不可避免的，应该正确对待所遇到的困难和挫折，认识到困难和挫折是我们生活中的一部分，学会如何应付所遇到的挫折，提高挫折耐受力。从这个意义上说，挫折对我们来说是一种成熟和成功的“催化剂”，我们要以健康的心理从容地面对它，自信地战胜它，成功就离我们很近了。同学们，让我们一起努力创造我们绚丽的人生！

我的演讲到此结束，谢谢大家。

## 面对危机演讲稿篇六

大家好！

站在生活的十字路口，我们时常面对人生的重大选择。选择总有标准，或真善美，或假恶丑；或高尚远大，或庸俗狭隘。

选择的结果自然也各不相同，或取或舍，有成功的也有失败的。

我们一生都在做选择，我们做的任何一个看似微不足道的选择，都有可能改变我们的命运。

张文举做到了，他在十字路口上选择了正确的道路，才有了他的成就。我们也在面临着各种各样的选择，网上浏览的内容要选择，交朋友要选择，志愿要选择等等。选择时，我们要三思而后行，结合实际情况，明确自己的方向，明智的选择胜过盲目的坚持。

## 面对危机演讲稿篇七

大家好。

我是xx的xx今天我演讲的题目是《选择》。

人生时刻面临着选择，大到人生方向，小到在哪吃饭，可以说，人生就是一次次选择与将选择付诸行动的过程。所以，会选择的人，一生风光无限，看尽天下暖色；不会选择的人，一生坎坷不平，狼狈不堪，尝尽人间酸辛。

我们所处的历史世界就像一张打的网格纸，每一个点都是一次选择，可我们的人生偏偏只能画一条直线，所以在驻足在某个点选择下个点时不得不放弃很多点。每个人都能进行不同的选择，画出不同的人生轨迹。

选择其实是一次冒险，选择其实是一场赌博，每一个选项背后都是一扇门，而门后，是不同的几条道路。所以，选择很重要。

上大学的我们正处于人生的十字路口，以后的发展方向，毕业后工作或考研，恋爱与学业，我们面临着一个个选择，决

定着我们今后的道路。为什么许多人都很迷惘，在人生的重要关隘上难以作出选择？因为他们瞻前顾后，患得患失，他们害怕，他们怕选错了会使自己的命运和未来变的很差，会一辈子消沉，一辈子令人懊丧。

那要怎样面对选择呢？

所欲也，熊掌，亦我所欲也，二者不可兼得，舍鱼而取熊掌也。”选择就是舍得，舍得、舍得、舍和得是分不开的，有得必有舍，有舍才有得。

在选择之前，我们要让头脑冷静，不要乱，谨慎分析，结合自身情况，找到适合自己的道路。在选择是千万别随大流，适合别人的不一定适合自己。我们可以参考别人的意见，但不能被被人左右，我们要弄清楚自己的理想、目标，抓住机遇，做出适当的选择。

而在选择之后我们要怎样呢？“人非圣贤，孰能无过”，我们可能会遇到选择错了的时候，这时候不要消极悲观，不要沉溺在自责懊悔中，这样只会让你错过另一次机会，我们要做的就是认真分析，设法补救，抓住机会，做出另一次选择，重新回到实现目标的路径上去。

当然，有时候我们面临选择是不仅需要以是否对自己有利为判断依据，还要考虑到道德的因素。如某些黑心商人钻法律空子，赚黑心钱，当他面临钻黑心钱与安安分分做生意这个选择时，他选了前者，这对他自己是有利的，但并不代表这是明智的，他会受到良心的谴责。而一些人拾金不昧，也许失去了一些到手的财富，但缺获得了心里的满足感。所以在选择时，考虑到道义是必要的。

人生面临着无数选择，选择需要一双慧眼，更需要一股勇气，一种睿智。当你面对选择的时候，理性地迈出你的双脚，在人生的选择路上，踏下坚实的每一步。

## 面对危机演讲稿篇八

大家好！

我热爱的自然这样告诉我：

在蛾子的王国里，有一种蛾子由于它的硕大和美丽，人们把它叫做帝王蛾，帝王蛾的幼虫生活在一个洞口极其狭小的茧子里，当它的生命要发生质变时，这天定的狭小通道对它来讲无疑成了鬼门关。那娇嫩的身躯必须拼尽全力才能破茧而出，太多太多的幼虫在过鬼门关时力竭身亡，不幸成了“飞翔”的悲壮祭品。

有人怀了恻隐之心，用剪刀剪大了洞口，得了救助见到天日的蛾子，却只能拖着硕大的双翅在地上笨拙地爬行。

原来，那“鬼门关”般的狭小茧洞是帮助帝王蛾成就双翼的关键。艰难的穿越，用力的挤压，翅膀才能充血成熟，人为地将茧洞剪大，蛾子的双翼失去了成熟的锻炼机会，便永远不能飞翔。

挫折并不可怕，可怕的是因为害怕而逃避，甚至逃避一生。只要像飞翔的帝王蛾那样将面对的挫折当作必经的历练，拼尽全力，挫折就不会是一世的枷锁。

我热爱的历史这样回答我：

一个中年从政的美国人，选局长，落选；选州长，落选；选参议员，落选；提名副总统，落选；一次次失败，一次次从头再来……。二十年后，终于成功当选为美国总统，他，就是林肯。

挫折并不可怕，可怕的是将挫折无限放大，甚至笼罩自己的一生。只要像林肯那样将每次挫折都认为是人生的契机，仍

勇往直前，将挫折当前行道上的跳板，走向最终的胜利。

我热爱的生命这样启示我：

海伦凯勒从小失明，长久的黑暗没有使她丧失掉对生活中光明的向往。在黑暗中，她播下生命光明的种子，她最终用残废的躯体散放了最健康的生命光泽。

史铁生青春年华遭遇疾病，在最张扬的年龄失去了双腿，残废的身躯却不能让精神倒下，他体验的是疾病困苦、生活的苦难，回报的是顽强坚韧、生命的高贵。

挫折之于生命正如影子和人。没有礁石，哪会激起美丽的浪花？伟大的印度诗人泰戈尔曾吟咏：世界以痛吻我，要我回报以歌。愿我们都能视挫折为磨砺，不害怕，不逃避，从中受益，永不绝望。