

最新勇于挑战直面困难的演讲稿(精选9篇)

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

勇于挑战直面困难的演讲稿篇一

大家好！

不惧困难，不怕强敌，一往无前地去夺取胜利；坚强：是一种品质：不怕天不畏地，不怕权不惧势，坚定不移地扞卫真理。胜利永远属于勇者，失败等待着弱者。

生活就像海洋，只有意志坚强的人，才能到达彼岸——马克思。正像马克思说的生活就是向困难发起一次次进攻，在前进的道路上，有压力才会有奋起，有险阻才会有进击。波涛汹涌的航程，才能造就驾驭风浪的水手；坎坷曲折的人生，才能培育病况于斗争的勇士。“自古名人多磨难”。名人之所以成为名人，大多经过逆境的种种磨难。他们面对逆境，不怨天尤人，不误用叹哭泣；咬紧牙关，奋力抗争以不屈不挠的斗争精神，战胜逆境，成为胜利者。

有很多的例子都能证明胜利永远属于勇者，属于坚强的人！前苏联著名作家奥斯特洛夫斯基，全身瘫痪、双目失明，但他不向命运低头，决心写长篇小说《钢铁是怎样炼成的》。刚开始时，他口授，让人记录。后来他想老是让别人代劳总不是个事。于是，他用硬纸做成一个框子，放在稿纸上，用手摸着框子写。他忍受着疾病的折磨，咬着牙一页一页地坚持写下去。用了将近五年的时间，终于完成了这部世界名著。

张海迪，一个家喻户晓的人。中国残疾人协会的代表。她在五岁时因瘫痪，只能坐在轮椅上面，自学那些正常的孩子们在学校里所学到的知识。不久，她做了一次手术。这次手术之后，她只能一动不动地躺在床上了，甚至连脖子都不能扭一下，就是这样的情况下她没有放弃没有沮丧，她以顽强的毅力和恒心时时刻刻与疾病作斗争，并且对生命充满了信心！拿起了手中的笔，写出了她内心的世界。所以说胜利永远属于坚强的人！

就在这个不平凡的今年，20__年5月12日，四川省发生里氏8.0级强烈地震，死神就降落在刹那的瞬间，一切的一切，都来得太突然……不管在报纸，电台，广播……都能看到、听到那些死亡或受伤的人员的报道，看到那些还没长大但就失去了父母的孩子；看到了那些望着废墟而又无助茫然的家长……我相信，我能感受到他们的悲伤，因为这种痛同样在我的心里，因为我们都是中国人，可是我们不能就这样消沉，也不能就这样放弃，就是在这样的呐喊声中，灾区的人们又一次重建他们的家园。他们在悲伤面前没有逃避，而是选择了坚强！

其实这个世界的确充满着无数的未知数，而人生又是一次艰苦的奋斗历程，困难时时挡住你的去路，甚至将你袭倒。这个时候需要的就是勇气，是坚强，而不是逃避和悲伤。这个坚强会一直看着你，她会告诉我你要走下去，走完这段风雨历程。所以胜利永远属于勇者，失败等待着弱者。

勇于挑战直面困难的演讲稿篇二

“pineapple”“pineapple”淡草色的教室里欢快的英语节奏肆溢着。我一脸无奈，看着身旁丽莎兴奋的侧脸，随着的口令，跃跃欲试的身体。我越发的觉得自己是那么不合群，孤僻。“丽莎，你到讲台上来画一面旗吧！”老师笑咪咪的看着丽莎，那神态仿佛母亲在注视自己的。丽莎装做毫不在乎的走上前，在黑板上画了面小旗。她走下台时，那嘴角明显的

钩起，谁都能看出她在为她自己而自豪。

丽莎，我的。在她离开位子的时候，我感觉四周一下子变得开拓了，别人能清清楚楚的看见我，我也能一丝不露的洞察他们的呼吸。我不敢去看他们，因为我觉得自己卑微了。我无法融进他们的。我像是一只长年久居地下的鼯鼠突然见到了灿烂刺眼的太阳，便会想迅速钻入洞中。还好，丽莎回来了。她帮我挡住了别人的目光。

“丽莎的发音很标准哟！”“丽莎，这次听写拿了100呀！”“丽莎发言很积极。”“丽莎你baby卡是要拿到手软了。”全是老师的夸奖、关怀的眼神。而这些丽莎都是以甜甜笑容回笑。

在我眼里她就是个完美，成绩好，漂亮，人缘又好。她是黑夜中的月亮，皎洁，温柔，虽不耀眼，但在青黑色的夜空中却是雪亮的。我呢？成绩差，平凡，人际关系也一般。我就是月亮旁一颗暗淡的星星，静静守候在月亮身旁。

不过，即使我身边没有一个，可能永远是一颗暗淡的星星。我也不会害怕，顶多伤心些而已。

就算我一生都是如此，我也会坚持，坚持着那暗淡的星光。

勇于挑战直面困难的演讲稿篇三

提起保尔，你会想起谁？提起奥斯特洛夫斯基，你又会想起谁？没错，相信你对这本是一定不陌生，它就是《钢铁是怎样炼成的》。

自从看了这本书，保尔变成了我的偶像。他当过童工，从小在社会最底层饱受侮辱，折磨。后来在朱赫来的影响下，逐步走上革命的道路。此后，他经历一系列的挫折，但无论是感情上的波折，工地上的磨练，还是战场上的搏杀，都没能

使他倒下，反而使他更加坚强。即使到后来，他疾病缠身，丧失战斗力，他仍然不放弃，拿起笔来，把文学作为继续战斗的武器。

我记得，在不久前的一次考试，也就是初二的第二次月考。考前，我胸有成竹的对朋友说：“小菜一碟啦，这么小的月考要复习吗？靠临时发挥就好了！”于是，硬拉着朋友一起去玩。但他死活不肯，还说了一大堆道理：“不能这样，我们要认真对待每一次考试……还是先复习吧！”于是，他开始不理我了。第二天，我胸有成竹的去考场考试，连书也不翻。考完后，我不屑地说：“切，还月考呢，就这么一点难度。”我当时还以为起码有两科满分。可是……到第二天发卷时，却不如想象的好。完全出乎意料，发卷之前是希望，发卷之后是失望，级排名更是远远的落在别人后面。之后的一段时间，我一直沉浸在失望中，每天来教室，总是两眼无神。

后来，老师拿了一本书，说：“有时间看看吧，别总发呆。”我根本就不想看，只看了前言，便引起了我的阅读兴趣。原来保尔是一个与我同病相怜的人。我读完了整一本书后，才发现两个相同的人，竟有如此大的差别。

保尔有钢铁般的意志，为理想而献身和顽强奋斗的精神。在困难面前，他坚强，而我却退缩。保尔的意志、行为，激起了我心中前进的热情。”不行，我的意志绝不能被一次月考摧毁。“我给自己下了命令。

以后，我用保尔作为我的榜样，努力奋斗，终于在期中考试取得了成功。

保尔，是我的榜样。《钢铁是怎样炼成的》是我最挚爱的书，因为，它教会了我，如何在困难面前不退缩。

勇于挑战直面困难的演讲稿篇四

在我们的生活中，我们总会遇到我们想象不到的许多困难。这时候，我们要做的，并不是退缩，而是迎难而上，战胜困难。

以前有一户人家的菜地里放着一块大石头，宽度约有40公分，高度有10公分。来了到菜园的人，不小心就会踢到那一块大石头，不是跌倒就是擦伤。他想搬开这块石头这块石头，可他想，这块石头从他爷爷时代，就一直放在这里了，一定很重吧！于是，他退缩了。这块大石头留到下一代，直到他的儿子也当了爸爸。又一次，他也被绊倒了。他本来也想搬开那块石头，可一看，就退缩了。他想石头的体积那么大，不知道要挖到什么时候。没事无聊挖石头，不如走路小心一点，还可以训练自己的反应能力。他没有直面困难，反而自我安慰着。

直到有一天媳妇也被那块石头绊倒了，她想把那块石头搬走。丈夫劝她不要搬，丈夫一直认为那块大石头很重，不然也不会从他祖父的那个年代留到现在。媳妇心里非常不是滋味，那块大石头不知道让她跌倒多少次了。在一天早上，媳妇带着锄头和一桶水，将整桶水倒在大石头的四周。十几分钟后媳妇用锄头把大石头四周的泥土搅松。媳妇心里早有准备，可能要挖上一天，谁都没有想到几分钟就把石头挖起来了，看看大小，这块石头没有想象的那么大，都是被那个巨大的外表蒙骗了。而困难，就像这块绊脚石，其实，它并没有表面上看的那么重。

有这么老船长，就在他即将退休的时候，在他开的船的前方，前方的海面上有一个巨大的暴风圈，正向他的船袭来。要是一般的人，一定会选择返航。将船头掉转180度，远离暴风圈。这样应该是最安全的方法。可实际上，他并没有这样做，他抓稳了他的舵轮，让船头不偏不倚地迎向暴风圈继续前进。

将与暴风圈接触的面积化为最小。他直面了困难，面对风暴，他并没有退缩。于是他安然冲过暴风圈，迎接着另一片充满阳光的蓝天。反观，那些掉头逃跑的船只，暴风圈从背后迎向他们的船，船毫无一例，都沉在了海底。而老船长，因为他直面困难，迎难而上，所以，他获得了新生。

面对困难，我们应该迎难而上，这才是正确的方法。

勇于挑战直面困难的演讲稿篇五

困难，并不可怕，可怕的是你有没有信心、决心去战胜困难。

中考体育前，我的篮球运球并不好，总是在及格线上下徘徊，这篮球运球仿佛是我的一大噩梦，让我异常得失望，我看到同学们一个个的得到对于我来说那么好的成绩，我羡慕不已。于是我加紧练习，可是我的心境一次比一次差，甚至我想要放弃，放弃这篮球运球的十分，放弃这对于体育好的人最容易拿到的十分，我想起之前我朋友说的话，没有闯可是的关口，什么困难必须能够战胜。我不能放弃，放弃这文化课上难以提升的十分。

我要对自我有信心，我必须拿到这不该扣的十分，我必须战胜我所面临的困难，我开始练了起来，我像一个篮球运球还没有学会的人一样，去按照教师说过的篮球运球的技巧来做，迈四步，转肩，向前跨一大步之后，迈两小步，再转肩……我脑海里回想着教师说过的话，“不能撞杆，不能迈过”。

我一遍遍做着，头顶着艳阳，头上流下了豆大的汗珠。我开始做五步运球，我的情景一下子乐观了起来，球不跑了，在转肩的时候，球在我手心里转圈，身体压低了，速度提升了起来，我越做越起劲，我边做边笑。同学们开始纷纷效仿我的动作。

最终，我的篮球运球到达了满分13秒3，我一下子就有了信心，我不再害怕篮球运球，篮球运球已经成为我喜爱的'运动之一，我开始争着练，抢着练，不肯放过任何一次机会来练习。我的成绩一次次的变好，13秒1、12秒9、12秒7……这个成绩不断的刷新着我自我的纪录。

我战胜了困难，我以后再也不怕了。我懂得怎样战胜困难了。我明白了怎样用信心和决心来战胜困难，困难像一块石头，当你用一种心态去对待它，哪怕这块石头再坚硬，也抵挡不住你那信心和决心的力量。

勇于挑战直面困难的演讲稿篇六

直面挫折演讲稿如何写，以下的直面挫折演讲稿范文，欢迎阅读借鉴。

大家好!我演讲的题目是“决不轻言放弃，勇敢面对挫折”，我们正前行在人生奋斗的征途中，万里长征，我们刚刚起步。

就在这起步的阶段，我们获得过掌声，也遭逢过挫折。

面对成功，无疑要胜而不骄，再接再厉;而面对挫折，我们则要坚定地说，切莫放弃。

亚伯拉罕??林肯先生，24岁经商失败，26岁恋人死去，27岁精神崩溃，中年时代多次竞选参议员和副总统，均告失败。

或许只有这些，才能算得上人生中真正的挫折。

可面对这么多挫折，林肯并没有放弃自己的追求，而是仍旧坚持不懈地努力。

最终，他成为了美国第十六任总统。

正是因为决不在挫折面前轻言放弃，林肯最终实现了自己的理想。

战胜挫折走向成功的，不仅仅只有林肯总统一人。

别浪费时间了，趁早干点别的活儿把！”多年以后，马克吐温再次见到了那位书商，对他说：“这些年来，我日日夜夜都在想怎样摆脱折磨你方解心头之恨，事实上，我正是这么熬过来的。”马克吐温此时的调侃，活脱脱的证明了人们最出色的工作往往是在逆境与挫折中做出来的。

然而，有些，对于挫折，却总是抱有消极的思想，生活中，我们经常在报纸与新闻中看到有人因为生活中的挫折而自杀。

我想不明白，是什么样的挫折，可以让人放弃身上最宝贵的财富——生命！好死不如赖活着，活着，就代表着希望，代表着一切都可以从头开始。

而死亡呢？能带来什么？解脱？你自己是解脱了，你的亲人呢？你的朋友呢？你所爱的和爱你的人呢？你给他们带来的除了悲伤，除了难过，还有吗？这是多么自私的一种做法啊！为什么，不能用自己的双手，来克服那一个个挫折呢？命运，是掌握在我们自己的手中的！

挫折，在成长过程中，也是市场会遇见的。

如今的我们，将理想分成了几个小目标，一个一个地去奋斗、去努力。

倘若我们因为一点小小的挫折就轻易说放弃，那些目标又有什么意义？上苍赋予我们生命，就是要我们去不懈地拼搏啊。

同学们，决不轻言放弃，勇敢面对挫折是一种美德，更是一种积极的人生态度。

我们无法创造命运，但我们可以用实际行动改变命运，我们可以向命运中的艰难困苦挑战。

不被挫折所吓倒，不言放弃，终能历经风雨见彩虹，谱写精彩的人生。

桑兰摔残了肢体，张海迪高位截瘫，海伦??凯勒的生命中没有光明与黑暗，可她们从未放弃自己对美好理想的追求。

正是不轻言放弃，勇敢面对挫折让她们有了壮美的人生，赢得了世人的尊重。

白驹过隙，流水无痕。

在匆匆忙忙的尘世中，我们能做的只有不懈地努力，不懈地奋斗，最终实现自己的理想。

这，才是我们生命的意义。

无论前面的路多么坎坷，“决不轻言放弃，勇敢面对挫折”将永远是我们人生追求的永恒动力。

我的演讲完毕，谢谢大家！

直面面对挫折 勇于面对人生

亲爱的老师、同学们：

大家好！

我是来自xx的xx[]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，终于当上了美国第十六届总统。

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。

. 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。

大家好！我演讲的题目是“决不轻言放弃，勇敢面对挫折”。

我们正前行在人生奋斗的征途中，万里长征，我们刚刚起步。

就在这起步的阶段，我们获得过掌声，也遭逢过挫折。

面对成功，无疑要胜而不骄，再接再厉；而面对挫折，我们则要坚定地说，切莫放弃。

亚伯拉罕??林肯先生，24岁经商失败，26岁恋人死去，27岁精神崩溃，中年时代多次竞选参议员和副总统，均告失败。

或许只有这些，才能算得上人生中真正的挫折。

可面对这么多挫折，林肯并没有放弃自己的`追求，而是仍旧坚持不懈地努力。

最终，他成为了美国第十六任总统。

正是因为决不在挫折面前轻言放弃，林肯最终实现了自己的理想。

战胜挫折走向成功的，不仅仅只有林肯总统一人。

别浪费时间了，趁早干点别的活儿把！”多年以后，马克吐温再次见到了那位书商，对他说：“这些年来，我日日夜夜都在想怎样摆脱折磨你方解心头之恨，事实上，我正是这么熬过来的。”马克吐温此时的调侃，活脱脱的证明了人们最出色的工作往往是在逆境与挫折中做出来的。

然而，有些人，对于挫折，却总是抱有消极的思想。

生活中，我们经常在报纸与新闻中看到有人因为生活中的挫折而自杀。

我想不明白，是什么样的挫折，可以让人放弃身上最宝贵的财富——生命！好死不如赖活着，活着，就代表着希望，代表

着一切都可以从头开始。

而死亡呢?能带来什么?解脱?你自己是解脱了,你的亲人呢?你的朋友呢?你所爱的和爱你的人呢?你给他们带来的除了悲伤,除了难过,还有吗?这是多么自私的一种做法啊!为什么,不能用自己的双手,来克服那一个个挫折呢?命运,是掌握在我们自己的手中的!

挫折,在成长过程中,也是市场会遇见的。

如今的我们,将理想分成了几个小目标,一个一个地去奋斗、去努力。

同学们,决不轻言放弃,勇敢面对挫折是一种美德,更是一种积极的人生态度。

我们无法创造命运,但我们可以用实际行动改变命运,我们可以向命运中的艰难困苦挑战。

不被挫折所吓倒,不言放弃,终能历经风雨见彩虹,谱写精彩的人生。

桑兰摔残了肢体,张海迪高位截瘫,海伦??凯勒的生命中没有光明与黑暗,可她们从未放弃自己对美好理想的追求。

正是不轻言放弃,勇敢面对挫折让她们有了壮美的人生,赢得了世人的尊重。

白驹过隙,流水无痕。

在匆匆忙忙的尘世中,我们能做的只有不懈地努力,不懈地奋斗,最终实现自己的理想。

这,才是我们生命的意义。

无论前面的路多么坎坷，“决不轻言放弃，勇敢面对挫折”将永远是我们人生追求的永恒动力。

我的演讲完毕，谢谢大家！

1.感谢挫折演讲稿

2.战胜挫折演讲稿

3.挫折教育演讲稿

4.正确面对挫折演讲稿

5.勇于面对挫折演讲稿

7.感谢挫折演讲稿精选

8.有关挫折的演讲稿

勇于挑战直面困难的演讲稿篇七

在日常学习、工作抑或是生活中，大家对作文都不陌生吧，作文是通过文字来表达一个主题意义的记叙方法。一篇什么样的作文才能称之为优秀作文呢？以下是小编整理的关于直面困难的作文，希望对大家有所帮助。

漫漫人生中坎坷磨难多，面对从未有过的挑战，我们总会害怕退缩于心中，形成高耸的大山，形成难以逾越的恐惧心理。但只要我们有直面困难的勇气和决心，就一定能翻山越河，遇见更好的自己。

天下第一险的俊峰上有一座蹦极台，我远远地望去，云雾缭

绕，白雾弥漫，空谷传响，颇有相近之感，我在心底暗自鼓了鼓劲，你朝它走去。

我缓缓地渡着步子，一步一顿地挪到装备处，我的眼前仿佛有群星闪耀，随手拿了一件似乎并不太合身的衣服就往身上套。湿润的手掌在铁皮扣上留下淡淡的水渍。“小姑娘到你来了。”此话如晴天霹雳般在心中炸出一个响雷。心，跳的急促而凌乱；手，动的颤抖而无力。胸腔中涌动的气流更加汹涌不加约束，我的手扶上冰冷的栏杆，颤巍巍地走去。

真正站在蹦极点上方之天穹之广阔，云朵之缥缈，清冷干净的空气渐渐抚平了我的绪。“来，姑娘准备，一、二……”对不起，等一下。我小声的说，我向下望去，深不见底的峡谷下，仅有几汪潭水，两边的峭壁怪石嶙峋，布满厚厚的苔藓，听着耳边远方传来的苍鹰西凉恐怖的鸣叫，我刚做起的心理建设，如八月里浸满雨水的山丘，瞬间崩塌。心里退堂鼓的鼓声越发强烈，“不行，坚持了那么久，难道现在要放弃吗？所谓成长，就是把不可能的’事变成可能的，要尽可能地完成对自己的历练啊！”理智占据了上风，我微微闭起了眼，轻轻张开双臂，晨曦后期来到蹦极台的边缘，并说我准备好了。背后冷汗连连，双腿早已软如一滩泥。但青春的我们既决定，便不会回头。我纵身一跃，融入那蓝天，与飞鸟为伴。心中爽透心扉，我战胜了自己的恐惧和极限。我心安然。感受着砂石的美好与感动，心中的快意直冲云霄。

此时，陌上，花开。

蹦极台上的终身一跃凝聚了多少勇气希望？热血过的青春才无悔，拼搏过的人生才绚烂。在挑战面前，我们更应该做生活的勇者。还有要征服挑战，挑战自我的勇气与决心。踏平丘壑波澜，笑看世间山河。追风逐梦的晓勇去不断战胜自己，挑战自己，越过心中伟岸的山头去遇见更多的绚烂风景。

勇于挑战直面困难的演讲稿篇八

- 4) 患难困苦，是磨炼人格之最高学校。——梁启超
- 6) 通过苦难，走向欢乐。——贝多芬
- 7) 英雄常食苦难与试练的面包。——罗曼·罗兰
- 8) 灾难本身即是一剂良药。——考柏
- 9) 被克服的困难就是胜利的契机。——贺拉斯
- 13) 上天给人一份困难时，同时也给人一份智慧。雨栗
- 14) 必须体验过痛苦，才体会到生的快乐。——大仲马
- 15) 其实世上本没有路，走的人多了，也便成了路。——鲁迅

勇于挑战直面困难的演讲稿篇九

人的一生当中，谁都不可避免地要经历一些挫折，很多人都害怕遇到挫折，甚至憎恨挫折，然而，我却要感谢挫折。

我感谢挫折，是因为它让我愈挫愈勇，奋发向上。每一次遇到挫折都会激起我心中那股不服输的劲儿，总会让我有一个坚定的信念，那就是，一定要战胜它，让它对我无可奈何。

我感谢挫折，是因为挫折给了我许多珍贵的教训。每一次，当我顺利向前行时，总是没有时间停下来总结成功的经验，但是，当我遇到挫折摔倒时，总想看清是被什么东西绊住了脚以至于摔跤。这样，有了教训，下次就不会在同一个地方跌倒。挫折给我的教训恰恰就是最宝贵的经验，可以让我今后少走弯路。

我感谢挫折，是因为挫折助我成功。试想一下，如果没有了挫折，人生就不会有压力，没有了压力，那么又何来动力？没有动力，自然就不会行动，也就更尝不到成功后的甘甜的滋味。

期末考试失利，是我前一阵子遇到的一大挫折，我确实流过泪，但擦干眼泪，还是要上路，还是要去面对和战胜挫折。于是，我仔细分析了试卷，找出了考试失利的原因，并好好反省了自己，努力寻找自身的缺陷和不足，并有信心改正它们，面对下一次的考试。

面对挫折，是逃避？还是沉沦？这两样，我一样都不会选，因为，不经历风雨，怎么见彩虹？我相信，只有经历和战胜了挫折，才能有成功的体会。我感谢挫折，因为我知道，它能让我见到风雨之后最美的彩虹！