# 因对挫折心得体会8篇

来源：网络 作者：九曲桥畔 更新时间：2024-02-21

*大家都知道心得体会是格式较为单纯的文本形式，但在写作时更要注意情感的表达，大家养成写心得体会的习惯，是能提升我们的写作能力的，下面是小编为您分享的因对挫折心得体会8篇，感谢您的参阅。因对挫折心得体会篇1做任何事都会有挫折，挫折并不可怕，可怕...*

大家都知道心得体会是格式较为单纯的文本形式，但在写作时更要注意情感的表达，大家养成写心得体会的习惯，是能提升我们的写作能力的，下面是小编为您分享的因对挫折心得体会8篇，感谢您的参阅。

因对挫折心得体会篇1

做任何事都会有挫折，挫折并不可怕，可怕的是你没有认识到挫折本身所蕴含的锲机，如果你认为它是一道加法题，那么答案你已经知道，它将减去你的一切。但如果你认为它是一道加法题，那么结果就是一个无穷的财富。

曾看到过这么一句话，“在白天，我们能看到的最远的东西是是太阳，但在夜里，我们却可以看到超过离太阳亿万倍距离以外的星体，而且不只一个，数量是多到数不清的”。是啊人生何尝不是这样，若一帆风顺的时候，终其一生，你也不过看到一个太阳。但若你的人生进入黑暗时，你却可以看到更多，更远的星星。黑暗就如人生的挫折，挫折会使一个坚强的人更加成熟起来，它能丰富人生的阅历，教会人生很多处世和奋斗的哲理。而你所获得得人生的阅历和哲理便是挫折赠予你的巨大的财富。

有这么一位赫赫有名的集团董事，在40岁前，穷困潦倒，家徒四壁，没有人看的起他他在这种情况下只身下海，从小本生意做起，在短短几年内，把一家手工作坊扩张成了资产达几亿元的私人企业，当别人问起他的成功秘诀时，他说：“我唯一成功的重要因素在于挫折，若不是以前那么多的苦难，而像其他人一样平平淡淡，那我绝不会只身下海，更不会有今天这样的成就。从这个意义讲，挫折是我获得今天财富的本金。”

我们一定要相信“挫折是人生最好的礼物”。人只有在遭遇挫折时，会得到一些收获，生命中的个挫折，每个伤痛，没个失败，都有一定的意义。

挫折便是财富。

因对挫折心得体会篇2

“挫折“在遭遇过种种沉重打击后感到身心疲惫，悲观的来到郊外，一座已建百年的石桥前，遥望着天边，回想着曾经一切痛苦的种种。它想：“为什么这世上就没有真正一帆风顺的事呢?为什么?为什么生活总是这样，当你越想成功的时候就越是会事与愿违?我该如何跨过这道坎?还是该就此打住。”

它无奈地苦笑了一下。

这时，桥上出现了一位白发苍苍的智者，迷蒙的细雾中，透着一丝光明，似乎在指引着“挫折”，暗示着它什么。可奇怪的是，“挫折”并没有看到这位智者，只是一味地沉浸在失败的愁云惨雾中，无法自拔，就像生活中的我们一样，被绝望蒙住了双眼，以至于养成自己弱不经风的性格。只懂得一味埋怨上天，不懂得好好振作，拥有自己的“智者”的人永远都不可能跨过任何坎，任何改变人命运的坎。

巴尔扎克曾经说过，苦难是人生的老师。难道你不觉得，人不能永远只希望生活得一帆风顺吗?你可曾想过：不经历风雨，怎能见彩虹?其实人的一生就像一只永远漂浮在海上的小舟，随时都有可能面对大风浪的突如袭来。只有拥有拼搏的精神，拥有与海浪一较高低的信念，相信，终有一日，小舟也能拥有大船般的坚韧与无敌。在苦难中成长，又何尝不是一种教育呢?

以微笑面对压力和挫折，才是自信的表现。

只要走过人生中这座百年的石桥，以“智者”的信念微笑面对走时的颤抖，才是勇敢的表现。跨过这道坎，其实，并不是件难事。

因对挫折心得体会篇3

假如说，成功是人生路途上绚丽的鲜花，那么，失败便是铺就路途的一块块小石头;假如说，成功是夜晚天上一轮皎洁的明月，那么，失败便是旁边一闪一闪的小星星;假如说，成功是生活宝藏里有着亮丽火彩的钻石，那么失败便是宝藏里珍贵无比朴实无华的黑珍珠。失败，也是一种财富。

失败也是一种成功。着名发明家爱迪生在发明钨丝灯泡时经历了一次次的失败，可能有人会为她感到惋惜。但试想一下每一次的失败不也间接证明了一种物质能否作为灯丝的这种性质，也得到一些重要的经验，这种失败也是一种成功。所以在遭遇挫折和失败时不要抱怨，这是上帝赐给你的另一种特别的经验，今日的失败是为了明日的成功。厚积薄发便是这个道理。

肯德基的创始人是山德士上校，山德士上校是位退伍的军人，退伍后他身无分文，每个月的生活只能靠政府发的补贴金来维持。山德士有一个炸鸡的秘方，他决定向各大食品公司推荐他的秘方，但每家公司面对这一个衣衫褴褛的人都拒绝了。经过1001次的努力，他终于被一家食品公司认可。在而后短短的一年半之内，他开了三百家连锁店，后来，肯德基遍及全球。可见，挫折和失败也是一种财富。甚至是一种比成功更重要的财富。

朋友，当面临失败时不要气馁，不要急躁，着只是上帝给你的利益中特别的财富，另一种宝贵的经验。请记住，有时候，失败也是一比宝贵的财富。

因对挫折心得体会篇4

人生的征途是漫长的。这中间，少不了大大小小的挫折，面对挫折我们应该怎么办呢?

挫折就如一把双刃剑，既有好处，又有坏处。对于懦弱的人看来，挫折就是失败，是一间恐怖的鬼屋，在没打开门之前，那可怕的气氛就产生了。挫折就像一座高大的大山，当懦弱的人爬上一次，没有成功的时候，于是便是放弃了，缺乏自信了。

挫折对于那些坚强而又勇敢的人看来，就是锻炼自己的时刻，激发自己斗志的时刻，面对挫折不说一个“不”字，而是勇敢的去面对它，战胜它。

“没有挫折，就没有成功。”闻名于世的发明家爱迪生，在发明灯泡时，一次次的失败，但是从未想到放弃。有人问他：“你一而再，再而三地失败，为什么还要继续做呢?”“失败?”他微笑着说，“我没有失败，我现在已经知道了5万种不成功的方法。”

即使跌倒一百次，也要一百零一次地站起来。我一定要成功!朝着一定目标走去是“志”，一鼓作气中途绝不停止是“气”，两者合起来就是“志气”。一切事业的成败都取决于此。遇见森林，可以辟成平地的，遇见旷野，可以栽种树木的，遇见沙漠，可以开掘井泉的。

钢是在烈火和急剧冷却里锻炼出来的。所以才能坚硬和什么也不怕。我们的一代也是这样在斗争中和可怕的考验中锻炼出来的，学习了不在生活面前屈服，就会成功

挫折心得体会3

人生征途漫长而艰难，期间不免遭遇大大小小的挫折，面对挫折——

失败者说：“挫折像一把锋利的剑，在不经意间击倒了我，面对它，我只好嘤嘤哭泣。”

沮丧者说：“挫折想横亘眼前的大山，使我望之生畏，面对它，我只好默默哀叹。”

我说：“挫折像块垫脚石，勇者会利用它，登上人生的高峰。”所以，挫折也很美丽。

霍金被称为在世的最伟大的科学家，也是科学界的“巨星”。可是挫折也随之而来，他患有严重的肌肉萎缩病，这使他不能说话、写字，这无疑是对他的巨大打击。也许有些人会向困难屈服，但霍金却没有像挫折低头，他用唯一能活动的手指打字，撰写了许多论文和书籍，并证明了奇性定理，令全世界人都敬仰。

挫折给予他前进的动力，使他勇往直前，粉碎一切困难，最终给世界做出贡献。挫折也很美丽。

闻名于世的发明家爱迪生，在试制电瓶时，有人问他：“你一而再，再而三的失败，为什么还要继续呢?”爱迪生说：“我没有失败，我已经知道了五万种不成功的方法。”

挫折给他带来了麻烦，但他却不气馁，坦然面对挫折，使挫折成为自己的一笔宝贵财富。挫折也很美丽。

只有经历了挫折的人，才会去感恩、去回报、才会有“乘风破浪会有时，直挂云帆济沧海”的大气;才会有“会当凌绝顶，一览众山小”的豪迈;才会有“不畏浮云遮望眼，只缘身在最高层”的气概。

挫折能使你走向成功，挫折也很美丽。

因对挫折心得体会篇5

成长路上，失败总是难免的。然而，我总是会自豪地说：失败也是一种胜利。

有了失败，胜利才是更大的胜利。越王勾践被吴王夫差打败后，在吴王的宫殿里伺候夫差，夫差此时正洋洋得意地使唤这他;然而勾践卧薪尝胆、励精图治，终于东山再起，报了夫差的一败之仇。但勾践是个很要强的人，最后亦免不了成为一代暴君。所以说，失败与胜利不是对立的，失败是成功的动力;但我们亦需要一颗平常心，成败不是我们的全部，只有这样才能尝到失败除了苦，还有期待成功的甘甜。

如果说我们正如一棵棵茁壮的树苗在成长，那么胜利便是和煦的阳光，而失败正是地下源源不绝的水流。若阳光太猛，树苗会枯死;如水源过剩，树苗亦会一蹶不振。因此，成功与失败，对于我们的成长来说都是不可或缺的。

正所谓“胜败乃兵家常事”，对于兵败，有人会说“此败也一计”，亦有人会将荣誉放在最高地位而放弃生命。这两种做法都无可厚非。然而，从最佳的战术看，我们不妨承认失败，再痛定思痛，以失败作武器，最后毫不留情地击倒那些“骄兵”。胜利是属于笑到最后的人的，但最终还是会交给笑对失败的一方。

失败是胜利的踏脚石。我们不妨再收集一块又一块的踏脚石，不着眼于低处的成功，不满足于眼前的胜利，因为胜利说到底也是一种诱惑。一寸一尺地升高，直至最后摘得皇冠上的明珠，看看脚下那数不清的失败，你就会知道这些踏脚石不会再垫高了。

微笑着接过失败，我也是一个胜利者。

因对挫折心得体会篇6

很遗憾，我没能考上理想的中学，而是电脑排位上了现在的学校，原因是我长期学围棋而没有像其他同学那样去学英语、奥数，看着很多同学高高兴兴地走进自己理想的学校我的心里充满惆怅。

开学后，我的心里压力很大，很长时间不能从小升初的阴影中走出来。这时，班主任找到我，她告诉我，我的小学向学校介绍了我的情况，并且老师耐心地告诉我，小升初只是我生活的二十分之一或更小，它只是一个小小的挫折，并且小升初有很多复杂的因素，可中考是硬碰硬的学习成绩，你为什么不通过自己三年的努力告诉你的同学们你的真正的实力呢?看着老师慈祥而信任的目光，听着老师耐心的话语，我的心里有说不出的感动。回到家里，我想了很多。从那天起我开始发奋努力报名参加了奥数网的数学学习和新东方的英语学习。我希望通过自己的努力考上理想的高中，付出总是有回报的现在的我已经在学习上有了很大的提高，在这次希望杯的比赛中取得了优胜奖，这在别的同学可能不算什么，可对于我一个从没学过奥数的人来说也算是个进步了。我很感谢奥数网的刘开老师，他用幽默的语言讲解很枯燥而深奥的知识，让我对学习奥数有很大的兴趣。

现在的我已经下定了决心，而且也有了信心，一定在中考时努力加努力，考出好成绩

因对挫折心得体会篇7

失败，每个人都会面对。但却不是每一个人面对它的心态却不是一样的。这样就有了不同的结果。

一些人面对失败，自暴自弃，丢失了自我，结果一生碌碌无为，辛劳了一生。而一些人却勇敢的去面对失败，在失败中成长，学习经验，然后战胜它，借着它走的更高更远。

想曾经李白“仰天大笑出门去”高吟“我辈岂是蓬莱人”的豪放不羁。想他怀着满腔的热血来到了宫廷之中。但他的热血却被宫廷中腐败、阴暗所冷却。他又这么能被“御用文人”的金幌所拘束呢?于是他带着冷却的热血离开了宫廷。他虽然因为失意而离开皇宫，但这个却没有击败他，反而他仍是有着“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”的精神。失败不曾击败他，反而成就了他。

何曾几时我因为试卷上鲜红的叉而失落。自己独自一人徘徊在校园中迷惘着。

老师高声的呵斥，让我痛哭流涕，父母的责骂，让我失魂落魄。这些像魔音一样侵蚀着我的心灵，让我痛苦不堪，让我一点点的陷入了失败阴影中，如同深渊一样没有尽头，没有希望。

在痛苦中，我无意听到到了同学们对未来美好的向往，这就像在无尽的黑暗中的一点光芒，驱散了我身边的黑暗。是啊，这只是一次小小的失败而已，我这么能对未来放弃希望呢?我不能屈服，我要站起来。我要像大地上的小草一样，虽然微小但是却顽强。

失败不可怕，但是一直沉浸在失败中，就绝不行。我们要站起，总结失败的原因，吸取教训。为下一次挑战做准备。失败何尝不是一种另类的成功呢

因对挫折心得体会篇8

女儿对父亲抱怨，生活是如何如何的痛苦与无助，接踵而至的难题，让她无力招架。父亲带着女儿走向厨房，烧了三锅水，水开之后，他在第一个锅里放进萝卜，第二个锅里放了一颗鸡蛋，第三个锅里则放进咖啡粉。女儿疑惑地望着父亲，父亲只示意她静静地看着。

一段时间过后，父亲把锅里的萝卜、鸡蛋捞起来放进碗中，把咖啡粉倒进杯子。女儿问：“这是什么意思?”父亲解释，这三样东西在面对相同的逆境时，却各有不同的反应。原本坚实的萝卜，在滚烫的水中却变软、变烂了;原本非常脆弱的蛋，经过沸腾的水后，蛋壳内却变坚硬了;而咖啡粉却在滚烫的热水中，改变了香醇的咖啡。

大多数人遭逢挫折时，不免怨天尤人，自怨自哎，一味的指责与谩骂，让自己沉浸在挫折失败的经验中，无法自拔，然而，众所周知，世上的伟人，都是历经千锤百炼的磨难，才能名留千古，永垂不朽。

如同故事中的食材，遇到变化时，如何改变自己，顺应局势。因此，挫折并不可怕，可怕的是怒知道如何从挫折中汲取人生的经验，作为日后成功的基石。

俗话说：“命好不怕运来磨。”培养接受挫折的能力是十分重要，因为太过一帆风顺，太过养尊处优，如何能面对人生旅途中的疾风骤雨呢?古人云：“山重水复疑无路，柳暗花明又一村。”因此，如何越过重重无尽的山头，发现绿柳成荫，百花鲜明的园林，让自己有“行到水穷处，坐看云起时”的恬适，端看遭逢逆境时，要让逆境打倒你，还是你来扭转逆境了。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！