# 感谢挫折即兴演讲稿【三篇】

来源：网络 作者：眉眼如画 更新时间：2025-05-14

*人生在世难免不受到挫折，这需要我们怀抱感恩的心，用对生命所有的爱与希望，感恩挫折。下面整理了感谢挫折演讲稿，供你阅读参考。>感谢挫折即兴演讲稿【一】　　也许，幸福、快乐、成功很让人记忆深刻，但我一直都知道，最让我记忆深刻的是那把我从高处狠狠...*

人生在世难免不受到挫折，这需要我们怀抱感恩的心，用对生命所有的爱与希望，感恩挫折。下面整理了感谢挫折演讲稿，供你阅读参考。

>感谢挫折即兴演讲稿【一】

　　也许，幸福、快乐、成功很让人记忆深刻，但我一直都知道，最让我记忆深刻的是那把我从高处狠狠摔下来的痛苦，是那曾令我埋头痛哭的失败，是把我压趴下的挫折。我永远无法忘记那种难过，只有亲身经历过的人才会懂，但是我从不曾抱怨过，现在的我深知有些感谢它，若不是曾经历过那种痛苦的过程，我可能就会因一些小挫折就轻言放弃了，我也不会有勇气再经历一次失败过还能去努力奋斗，还能平静对待，淡然处之。

　　曾经的我从没经历过失败，也不知道失败是什么感觉，所以我不允许自己失败，无论任何事。就算是玩游戏时的失败也会令我介意很久，而且失败后我就赌气的不会再玩下去，因为这个毛病很多朋友都说过我，我一直不愿承认，在她们说的时候就一笑了之，不管她们的言论。

　　也许是上天看我过得太过轻松，也许是上天也觉得我的性格在以后很难步入社会，所以就将那样多的困难放在我前行的路上，令我措手不及，也被伤得遍体鳞伤。在我要上六年级时，我跟着妈妈来到了石家庄，被迫转学在北铜冶上学，结果老师说我的基础太差，直接上六年级成绩会不好，学习也跟不上，让我考虑一下要不要上五年级，我知道她说得对，但那让我觉的自己很笨，但最终也只好屈服，我一直不敢告诉任何人我上过五年级，我不知道为什么，我很内向，不会主动和别人交谈，我也怕他们会不喜欢我，会不会孤立我，我怕自己学得不好会被嘲笑，但相处一段时间后，我觉得她们对我都很好，我的性格也变得好了许多，但那种自负的心理还是有的，因为我的语文成绩和数学成绩都很优异，所以我一直很自豪，也有一丝自负。偏偏我的英语却差得不行，每次考试发下成绩的那一刻，我的心里都有一种极度委屈的感觉，老师曾说我要是再考40多分就回三年级补课去算了，她当着所有同学的面说出这句话的时候，我的心好难受，好难受。但我又无能为力，我能做的就是努力学习，那天我独自哭了一场，擦干眼泪后告诉自己，这都不算事，有什么大不了的，我努力就好了。

　　从那一天起，我学会了在失败面前自嘲来安慰自己，掩饰自己。

　　进入了初中，我才知道曾经的自己有多傻，有多幸福，原来曾经把我压倒，令我痛苦的失败，不过是一些小事罢了。第一次期中考试时，我以为以自己的能力一定能一鸣惊人，谁知道我的成绩居然只能考到全年级20多名，我不知道自己是以什么样的心情面对的，只知道当所有人问我，我考得如何，我考了几分时，我是笑着告诉所有人的，并且在她们要安慰我时候，开玩笑的说，这考的挺不错的，我挺知足的。而且只是一次考试，有什么呀。只是在那天晚上我把自己关在房间里哭的泪流满面，直到睡着，那次过后我更努力地去学习，更拼命的表现自己。

　　所有认识我的人都说我是一个有些傻，也从不在乎什么成绩，甚至有些人认为我的成绩根本没有付出太多努力，只有我自己知道，每一次的失败我不是不在乎，只是不愿在人前展示出我的脆弱，我只是把那些痛记在心里，告诉自己只有知道心里有多痛，才会知道要付出多少努力，才会让自己长记性，不再犯同样的错。

　　也许失败让我经受了太多的痛苦，也许挫折把我一次次摔在地上，也许痛苦让我一回回哭泣，但是，凤凰涅盘要浴火重生，我想人也只有经历过痛苦才能成功，感谢失败，感谢挫折，感谢痛苦——我愿如凤凰一般浴火重生。

　　谢谢大家。

>感谢挫折即兴演讲稿【二】

　　大家好：

　　挫折，就像人生道路上的一块巨石;挫折，就像光明大道上的一片黑暗;挫折，就像广阔平原上的一座山峰。挫折，是人生道路上的低谷，会使人们前进的步伐受到阻碍。但是也没有哪一个人能不经历挫折，而我也不例外。

　　时光之轮回转到一个月之前，那正是期中考试前夕，同学们正在拼命地复习。下课时出去玩的人少了，在教室里背课文的人多了;自习课上聊天的人少了，安静地写作业的人多;眼保健操前抄作业的人少了，考试的人多了。看到同学们这么认真，老师们也干劲十足，检查力度也增大了，由于我们班的历史成绩普低，所以班主任乔老师也很注重历史知识的普查。

　　那是一个极为普通的下午，下了第二节课后，乔老师抱着一沓历史练习册，满脸怒气地走了进来，她把练习册往地上一摔：“怨不得你们历史差，你们看看你们的作业是怎么做的。”紧接着，她又公布了没有完成历史作业的名单：“马杰、李阔、白宇。”当听到我的名字时，我的心“咯噔”一下，心绪顿时混乱起来，“为什么会有我?我的历史练习册哪一节没做?是第12课还是第13课?”

　　终于轮到我了，随着手指的翻动，12课和13课的空白展现在眼前，那白色就像雪花一样刺眼。“啪”的一声，耳光重重的落在了我的脸上，我的脸就像被火烧了一样，火辣辣的痛。“怎么你也开始不写作业了?我还说你是好学生呢!12课和13课多会儿都留了，你怎么还没写?”乔老师满脸怒气。

　　我低下了头，满面愧疚。

　　又是两声“啪”“啪”，我的脸上绽开了一朵红花。“你下节体育课不要上了，留在班里补做业吧!”乔老师冷冷的丢下一句话，转身离去。

　　我坐在空荡荡的教室里，抚摸着那红肿的脸颊，看着那刺眼的练习册，心中充满了愧疚，放在座套下的那张三好学生奖状似乎也失去了平时炫丽的光彩，“我怎么也不写作业了?是懒惰?还是真的自甘堕落?你知不知道，你辜负了家长，老师的太多期望，你是一个要脸的孩子，但你怎么能干出这种不要脸的事!”我自言自语，“想要让别人看得起你，只有一个办法，那就是好好学习，才能恢复你在别人心中的地位。”从此，我发愤苦读，终于在期中考试取得了全年级第21的优异成绩。父母笑了，老师笑了，我——也笑了。

　　挫折，一个永恒的话题。虽然人们总是去躲避挫折，但是从古到今，还没有那一个人能不经历挫折和失败。相反，人们正是在不断地认识挫折、战胜挫折的过程中成长和发展的。让我们把挫折这块绊脚石变成垫脚石，去创造一个更加辉煌的明天。

　　谢谢大家。

>感谢挫折即兴演讲稿【三】

　　大家好：

　　一曲月光曲是贝多芬报予坎坷的命运最灿烂的微笑，

　　一本《假如给我三天光明》是海伦凯勒报予失明的一生最平和的微笑。

　　一部《史记》是司马迁报予不公的生命最动人的微笑。

　　人生在世，难免有失败与无奈，这需要我们怀抱感恩的心，用对生命所有的爱与希望，感恩挫折。

　　低矮的牢房里闪烁着昏暗的烛火，小小的天窗连接着外面沉沉的黑。牢房外冷雨瓢泼的下，雨丝如万箭齐发，大地无处可逃，只能静静的躺在那一片透明的血泊中。牢房中，你独自踱步，内心的泪如万箭齐射，你无所适从，唯有任凭冰冷的泪水淹没你的颈，你的头，等待那最后窒息的一刻。桌上的圣旨静静的躺着，刺眼的大字一点一点灼伤了你的眼睛。当慷慨的死与苟且的活成为你的选择时，你迷茫了。命运待你如此不公，也许你该顺随他意，用一死来了却无尽的屈辱与悲痛。

　　你还依稀记得那天朝堂上汉武帝的盛怒，你还依稀记得那天周围文武百官丑恶的嘴脸，你还依稀记得这期间你受的百般煎熬种种屈辱，你恨，恨苍天无眼恨\*人当道，恨一生多艰命运不公。你不再留恋这黑暗的人世，不再留连这无道的世间，你决定用死来结束这本不该然而耳畔响起了父亲临终时的遗愿，脑中浮现出那未完成的史记，文中充斥着拘而演《周易》的文王，厄而作《春秋》的仲尼，失明却着有《国语》的左丘……你对生命所有的爱与希望重新被点燃，你对生命的感恩燃起了无穷的勇气。你毅然决定苟且的活下来，用高贵的姿态俯视屈辱，用有意义的一生对挫折微笑。在你余下的一生中充斥着世人的嘲笑，充斥着旁人的不屑，充斥着无数的不理解，但这都不能浇灭你对生命的爱与希望，都不能让你埋怨生活意志消沉，都不能阻止你勇敢的面对不幸，豁达的处理挫折。

　　终于一部《史记》使你能以胜利者的姿态面对挫折。

　　终于一部《史记》使你的光芒永垂千古。

　　终于一部《史记》让你向世人证明了生命的永生。

　　那一夜，那一座低矮的牢房，那一颗感恩的心，那一种对生命的态度，造就了你这颗历史长空的启明星，造就了《史记》那一部爱的赞歌恨的诅曲，造就了千百年来笑对挫折的态度，造就了这史坛永远的奇迹。

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！