# 2024年在逆境中成长 人生在逆境中成长心得体会(通用11篇)

作者：静水流深 更新时间：2024-03-26

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。在逆境中成长篇一人生中*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**在逆境中成长篇一**

人生中遇到逆境是难免的，但也是锻炼自己的好机会。经历逆境也让人们更加成熟，更有信心面对未来的挑战。在我看来，逆境中成长需要坚定的意志力、积极的态度以及精益求精的精神。

第一段：坚定的意志力

逆境中的成长需要坚定的意志力，因为在逆境中做出决策是非常困难的。如果一遇到挫折就放弃，那么在成长道路上就很难进一步。在逆境中，我们需要时刻提醒自己，要坚定信念，不放弃，一定要坚持。

我的一个例子是在刚到新学校的时候，我完全不适应这里的环境，经常想放弃。但我一直鼓励自己，坚定信心，最终克服了困难，适应了新环境。

第二段：积极的态度

在逆境中的成长需要积极的态度。如果我们对每一个困难都放弃，那么我们是不会取得进展的。当我们面对一些困难时，必须养成积极的心态，这样我们会做得更好。

我曾经在经历了几次失败后感到沮丧，但是我认识到沮丧不能解决问题，只会让情况变得更糟。因此，我试着调整自己的态度，变得积极对待每一个问题。最终，我成功地克服了我的困难。

第三段：精益求精的精神

在逆境中的成长需要精益求精的精神。当我们面对困难时，必须要给自己一个挑战自我的机会，并在旅途中不断提高自己的能力和水平。

我曾经遇到一些挑战性的项目，其中包括要创造新的解决方案，或者重新思考问题的解决方案。虽然这些项目在开始时看起来非常困难，但我一直坚持下去，并努力在每一次尝试中做得更好。在这种情况下，我开始展示我的能力，并不断提升我的能力。

第四段：逆境的积极影响

人生的逆境是我们成长的契机。它们可以帮助我们了解自己的能力和弱点，并且激发我们下一步前进的潜力。当我们面对巨大的挑战时，我们必须努力克服这些挑战，并摆脱我们的恐惧。因此，逆境往往会培养我们有良好的性格、积极进取的意识。

第五段：总之

逆境中的成长需要坚定的信念，积极的心态和精益求精的精神。如果我们能够做到这一点，我们就有机会在面对挑战时善于适应，并克服每一个问题。在逆境中成长的经历不仅可以帮助我们成为一个更好的人，并且提高我们的能力和信心，为我们未来的成就铺平道路。

**在逆境中成长篇二**

清晨的浓雾挡住了远方的视线，无法眺望，远方是否平坦，生活，成长亦如此。

——题记

步入花季，虽以成熟，但仍有暴风雨在等待，所受的逆境，必须承担。回想往日，一切平坦顺利，无须烦恼。但，梦归梦，始终得回到现实。

可以预测往后的逆境会更多，当然，也会更难承受，这仅仅是因为长大了。

山清和水秀，如此美景，然而，心中的直觉却让我选择了狂风和暴雨。虽然不可思议，但总有它的乐趣。相信吧，阳光总在风雨后，因为，没有人能随随便便成功。

成长是残酷的，前一回的内容历历在目，而后一章的消息，紧封不泻，我们无从知晓。

阳光下，小草挺拔而有生气，风雨中，也仍然不失风采，阳光重现时，掸掸灰尘，依旧神采飞扬。新时代的花季，正如此，始终保持着顽强抵抗，不怕痛的精神。

成长道路上，摔跤是难免的，膝盖磕肿了，揉一揉，站起来继续走，不要怕，风雨中这点痛不算什么，擦干泪，至少我们还有梦。

成长在于挑战，柳暗过后的花明正是成功。生命中的每一分钟都涌动着为理想全力以赴的血液。

道路还是脚步多，千万条路就有千万个脚印。突然间，自我的观念发生改变，看待问题的角度也会发生变化，比如逆境。

在逆境中成长，在成长中成功，在成功中登上顶峰。站在高山之巅，俯首下视，一个个的阶梯正是逆境！

逆境见证，艰难与成功同在。不要在意成就的大小，实现一个是一个，人生在世，目标如满天繁星，了解一个征服一个！

浓雾渐渐淡去，远方的景色原来如此美丽。

**在逆境中成长篇三**

人生道路上，逆境是难以避免的一部分，当我们面对逆境时，会悲痛、烦躁、迷茫，但如果我们有正确的态度去面对、积极的心态来对待，我们就会从逆境中获得成长。在逆境中成长，可以锻炼我们的意志、增强我们的信心和独立思考，本文将探讨逆境中的成长。

二、逆境锤炼人生道路上的意志

当逆境降临时，我们会感到无从下手，茫然无措。但随着逆境的不断到来，我们会逐渐习惯了它的存在，我们会开始慢慢地思考、寻找解决的方法。这时，我们的意志力会得到锻炼，我们不再像刚开始那样无助、茫然，我们会想法设法去克服逆境带来的影响。逆境让我们认识到，人生道路上会有很多不顺心的事情，但我们也有能力去面对和克服它。

三、逆境增强人生道路上的信心

逆境中，我们很容易失去自信，觉得自己不够强大。但是，当我们开始面对困境，积极寻求解决方法时，我们慢慢地变得有信心，有力量，有勇气去面对困难。我们的内心会变得坚定，我们会发现，自己的能力远远超出了自己的想象。逆境中的挫折是我们品尝成功的一杯苦酒，让我们在困境中坚定信念，并为自己的未来赢得了更多的信心。

四、逆境激发人生道路上的独立思考

人生道路中，我们总需要面对各种各样的问题，有时候，我们需要独立思考来解决问题。逆境让我们无法再像往常那样依赖别人，而是要依靠自己去面对问题。在逆境中，我们会吸取各种宝贵的经验、教训，逐渐积累起来，以此来更好地应对未来的挑战。对于一个成功的人来说，独立思考是至关重要的品质，在逆境中砥砺独立思考的能力，能让我们在未来的生活中走得更稳、更远。

五、结尾

正如金子在炼热中发光发亮，在逆境中我们也能变得更加优秀。逆境不是人生道路上的终点，而是让我们成长的必经之路。在逆境中，锻炼了我们的意志、增强了我们的信心、激发了我们的独立思考，让我们不断地迈向成功的道路。加油，勇敢面对逆境，让我们从苦难中汲取力量，创造辉煌人生！

**在逆境中成长篇四**

母亲节那天，我和作文班的同学在太平洋广场进行了一次有意义的卖花活动。这让我我深深地感受到什么叫在逆境中生长。

“呀，我有！”一旁的黄泽一下子蹿了出来说。就这样刚来的幸福又化为了泡影。好好的机会又被夺走了。头顶上方向好似凝聚着一朵乌云，时不时下着雨，我的斗志也被浇熄了。

可望着广场上来回奔跑的队友们，他们就算在被拒绝之后，依旧重拾勇气，继续推销花束，我心想，我怎么能气馁呢！也许许希望在下一个转角。

远处的转角一位叔叔正抱着小宝宝散步，我深吸一口气，跑了过去……

“你好，这位叔叔，您要买花吗？”我礼貌地问。叔叔脸上露出了亲切的笑容，低头对怀中的小宝宝说：“我们要买一朵花送给妈妈吧！”可爱的婴儿发出笑声，好像同意了。这笑声也带动我的心情，我顺利地完成了第一笔“交易”。我快乐得像只草原上奔跑的小马驹，激动地对小宝宝说：“祝您妈妈母亲节快乐！”那时，我脸上的笑容是多么的灿烂，如同一朵向日葵，向太阳微笑着。

很快，大家发现早晨来广场的人就那么几个，再加上卖花的人多，竞争也越来越激烈了。可大家的斗志却依然不减，卖的热火朝天。

整个过程中，耳边不断回响着“不要、不需要、谢谢不用”等话语，在一次次拒绝中，我变得更加勇敢，更加坚强，不像以前一旦失败就不敢开口。原来，这就是逆境中成长！

**在逆境中成长篇五**

如果说，努力很难，那么，坚持就更难。学习亦是如此，学习就像一道迷宫，摆在我们面前的是选择更是诱惑与困难。不少人迷失了自我，好在，我还在坚持走下去！

低沉的抽泣中夹杂着声声的安慰：“不管是谁，总会有失误的时候。振作起来，日后会更好的！”我猛然想起了《老人与海》中的一句名言:你可以杀死我，可你就是打不败我。没错，我的数学不近人意，但我也一直没有放弃，我从来不惧怕，从来不逃避！这点失败不能将我打倒，哪怕是曾经的第一到今天的十九，我也想重放光芒，我会擦干泪，重新站起来。时间还在继续转动，它不因一个人的悲伤停下，而我会变得更好。

或许时间过得太快，第二月考、第三月考、第四月考都已过去，可我感觉第一月考的惨败还发生在昨天，它永远让我记得摔倒的感觉，刻骨铭心。第二月考班级第三，第三月考班级第二，第四月考……班级第一。没错，他们只是几个数字，其中的辛酸又有谁懂？只有自己明白了吧。

我还记得在第二月考后有一次演讲比赛，我很荣幸的被推选。演讲稿是根据我的亲身经历稍加变动的，我第一次在班上演习时，大家都低着头做自己的事，当我说到第二月考我考了班上第一名时，齐刷刷的目光向我投来，我听到有人说：“她怎么是第一名呢？”更有甚者向我翻白眼，对啊，我不是第一名，此刻我只能羞愧得无地自容，但其实那时我已经暗下决心了。

就像演讲里说的我曾经是第一，曾经辉煌过，我也曾经令人刮目相看，可那是曾经啊，就算它再好，那也已经过去了，我时刻提醒自己，不能再沉溺于昨日的辉煌，昨日再好也走不回去，明天再难还要继续。就算这样，也忍不住去想，所以从初一第一月考后知道这一次之间再也没有第一的名次。

顶着同学们的嘲笑，背后的冷语相对与讽刺的目光，我依然做好自己，努力着。逆境中能激发人的潜能，无论是谁，只要肯努力、会坚持，那么那个人一定是幸运的！我知道现在的我做的远远不足，但我会比之前更加努力。下一学期谁能知道会怎样，未来更不知道，但一定要学会进步，才能不断成长。愿不服输的你也能在逆境中成长！

-->[\_TAG\_h3]在逆境中成长篇六

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”。这是对“逆境出人才”最好的解释。

“逆境出人才”这个问题由来已久。在很多人心中已经根深地固。汉代大文学家`大史学家司马迁在《报任安书》中就有过这样的论述：“盖文王拘而演《周易》；仲尼厄作《春秋》；屈原放逐，乃赋《离骚》；左丘失明，噘有《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，大抵圣贤发愤之为为作也。”这便是“逆境出人才”最有力的证据。

的确，我们不得不承认逆境常常使人痛苦，但也能磨练人得意志，杰出的人才几乎都经历过九九八十一难般的艰难险阻。逆境是人生这本教科书中必不可少的1页，可以出现在任何地方。虽然带有些许苦涩，但苦尽甘来。阳光总在风雨后。

进一步来讲“逆境”也能激发一个人的潜力。“逆境出人才”这句话深刻的说出了只有在遇到困难时才会发挥出自己的潜力的道理。

“逆境出人才”并不排斥“顺境出人才”，“逆境”与“顺境”是互辅互成的，“顺境”也并不是不能出人才，但那只是少数的而已。

阳光总在风雨后，苦境甘来。让我们在逆境中成长成才……

-->[\_TAG\_h3]在逆境中成长篇七

只有经得起逆境考验的人，才能成为真正的强者。唉声叹气不是办法，幻想憧憬也不是办法，只有信心十足的去干，才能走出困境。我们要正视逆境，一旦身处逆境，最重要的是要有信心，有恒心，有勇气，有毅力，有实干的精神。我们要相信，即使山穷水尽，也一定会柳暗花明。

路德维希·凡·贝多芬，德国最伟大的音乐家之一。八岁开始登台演出，1792年到维也纳深造，艺术上进步飞快。他一生坎坷，二十六岁开始耳聋，晚年全聋，只能通过谈话册与人交谈。但孤寂的生活并没有使他沉默和隐退，在一切进步思想都遭禁止的封建复辟年代里，他依然坚守“自由，平等”的政治信念，通过言论和作品，为共和理想奋臂呐喊，写下了不朽名作《第九交响曲》，被称为“乐圣”。

在生活中，我们也应该向贝多芬学习，敢于面对逆境，在逆境中，汲取精华，不畏惧逆境，敢于与它斗争。

逆境可以磨练人的意志，因此。逆境是强者走向成功的基石，也是弱者走向毁灭的加速剂，我很欣赏奥斯特洛夫斯基的一句名言：“人的生命，似洪水在奔流，不遇着岛屿，暗礁，难以激起美丽的浪花。”人的生命因为挫折而精彩，让我们在逆境中成长吧！

-->

-->[\_TAG\_h3]在逆境中成长篇八

蹲下是为了起身的那一次跳起，只有蹲下才能积蓄更大的能量，跳得更高更远。正如人一样，在艰苦的环境中，一次次的磨砺自己只有面对挫折，，自己才会变得更加成熟，在这个复杂的社会中才有我们的立足之地。

因为有了蹲下，我们才会充满力量。春秋时期，吴国打败越国，越王勾践为了自己的许多百姓免受亡国之痛，甘愿做吴王的马车夫，尽管他的身蹲下，可他的心依然高高在上，于是他的苦难降临，尽管吴王想方设法的屈辱勾践，可是他都忍了。再进过这种屈辱之后，他的复国决心更加坚定，他在心里暗暗给自己打劲，终于等到了时机，他英勇的率领他的`子民把吴国打得落花流水。不是每个人都有他的这种本事，这是因为他在蹲下的同时，不甘做一个亡国之君，他在苦难中把根扎得那么深，不论风吹雨打，也都灭不了他顽强的意志，他能够取得反败为胜也正是因为他在逆境之中锻炼了自己，成功属于他。

因为有了蹲下，我们才会拥有磨砺自己的机会。机遇的到来因人而异，而每个人都可以把握自己的机遇，它的前提就是我们要懂得蹲下，明白只有在苦难中才能磨砺自己，如果我们素质提高了，还怕没有机遇?美国篮球巨星科比并不是对篮球有天赋，而是他在少年时期就已经把基本功练得十分到位，因此他在球场上才会表现得很有活力。因为有了他儿时对篮球的勤于练习，所以他才能把要根扎得更深，现在他面临的挑战有很多，但他都没有被压倒，因为他的根已经很结实。试想，如果他没有在儿时练好基本功，那么他会在球场上这么精彩、甚至是万人崇拜的偶像么?因为他在儿时就已经“修炼成形”，所以他才抓住了成为一名篮球巨星的机会，并将理想变为了现实。

就如庄稼一样，只有经过了“蹲苗”的洗礼，它们才能茁壮成长。我们也只有学会，生存的欲望才会指引我们走下去，走到自己人生的巅峰。

**在逆境中成长篇九**

开在悬崖的花，下是万丈深渊，上是遥遥无限的天空。它能够在崖间生长，能够用根紧附崖壁，因为它学会了，的它是如此的令人敬畏。

，我们首先要有足够的勇气。让勇气帮助我们在逆境之中破开重重的迷雾，我们要用勇气向着我们的目标出发，走出我们所处的逆境。我们的勇气也就来自我们内心对目标的坚定，开在悬崖的花，因为它有着花开的执着，因为这种执着也就有了不惧风雨的勇气。尽管它知道前路困难重重，但是它也知道不经历一番风雨又怎能见到彩虹。

当我们陷入成长中的逆境之时，我们不应该退缩，而是应当迎难而上。虽然逆境会阻挡我们一时向前的步伐，但是当我们从逆境之中走出来后，我们将会成长的更快。我们要正确的面对阻隔在我们成长之路上的逆境，我们与其面对逆境垂头丧气，倒不如鼓起自己的勇气，朝着自己前进的目标，一步一步踏出这一方逆境。

要知道开在悬崖的花，让多少人对它投去了目光，心生赞叹，带着敬畏。也许开在悬崖的花还不知道自己有多美，但是在所有注视着它的人的心中，它带着一种傲然的魅力，身上充满着向上的力量。我们能感受到它在坚持不懈的追逐着自己的梦想，让自己的梦想之花绽放大地。

逆境确实能够让人成长，会让人成长的更快，也会让人得到的更多。所以，朋友们，当你面对成长路上的逆境之时，不要退缩，不要心生畏惧。当你带着无畏的勇气走出逆境的时候，也许你会感激这困住了你人生一小步，却让你成长了一大步的逆境。

我们要学会，我也希望大家在面对逆境的时候，能够无惧的成长。

**在逆境中成长篇十**

在逆境中生长，当你身处逆境，行为不便，处事待人都很不方便的时候，然而有些人就会去看你的笑话，趁机打击你，不，我们就算再艰难，也要笑给那些打击你的人看，要让他知道你不是在强颜欢笑，也并不是绝望地笑着，而是希望地笑着，痛快淋漓地笑着!就有许多名人处事待人的时候，无论自己是否身处逆境，他们都会摆出一张谦卑恭敬的脸。

大音乐家贝多芬出生于贫寒的家庭，他的生父是个话剧演员，很爱酗酒，母亲是女仆，在贝多芬童年时期和少年时期生活穷困潦倒，还经常受到他父亲的打骂，然后13岁当上了大风琴手，他的日子在一天天变好，在1792年11月份他离开了自己的故乡，前往音乐之都维也纳，1796开始他的听觉能力日益衰退，但是他有过两次爱情，终究毫无结果，第一次爱情就是1801年他爱上了一个姑娘但由于贝多芬自身的原因那个姑娘离开了他，他在这时被爱情抛弃，身处在逆境，然后他也创作了许多有名的曲子，比如《英雄交响曲》，《热情奏鸣曲》……然后第二次爱情在1806年，贝多芬要与布伦瑞克订婚，不幸的是爱情又一次抛弃了他，未婚妻和另一个人结了婚，哎！可怜的贝多芬啊，你的命运本该如此吗？虽然这是他最痛苦的时期，同时也是他创作的鼎盛时期，他面对生活的苦难，并没有向命运和病魔屈服，他凭借自己的力量扭转了维也纳当时的作风，为他的人生谱写下了一个光辉的色彩，他的人生圆满的画上了句号。

苏联作家尼古拉·奥斯特洛夫斯基在创作名著《钢铁是怎样炼成的》的时候，他从11岁开始当童工，16岁在一次战斗中受了重伤，23岁双目失明，25岁全身瘫痪，32岁就离开了人世，他从29岁开始创作《钢铁是怎样炼成的》历时三年，在多么恶劣的环境下，他克服了自己难以想象的困难，最终创作了《钢铁是怎样炼成的》这部伟大不朽的著作，他好像就拿小说中的主人公保尔·柯察金来比喻成自己，而奥斯特洛夫斯基在现实中并没有那么幸运，他把小说寄给杂志社后，经历了退稿，所幸他还有朋友，经过他朋友的努力下，最终在一家杂志社出版成功。

他们两个人都是在恶劣的环境中成长，即使前方是悬崖峭壁，只要里学会你就能在悬崖上长成大树，并茁壮成长!

**在逆境中成长篇十一**

孟子曾说：“生于忧患，死于安乐。”当幼鹰足够大时，母鹰便将幼鹰赶出洞外。使幼鹰懂得了飞翔。相反，若是继续将幼鹰留在洞中，那么将来幼鹰便会在弱肉强食的自然生态法则中死亡。动物尚且如此，那作为高等动物的人来说就更应该学会。

逆境给人宝贵的磨练机会。只有经得起环境考验的人，才能算是正直的强者。自古以来的伟人，大多是抱着不屈不挠的精神，从逆境中挣扎过来的。

贝多芬，一位失聪的音乐奇才，他艰难地跋涉于荆棘丛生的道路上，用手指重重叩响了神圣的命运之门，在黑白键上弹奏了一曲命运交响曲；司马迁忍受宫刑之痛完成了历史巨著《史记》；周文王受拘禁而演《周易》。“天将大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。”因此，逆境是强者攀登高峰的垫脚石，是弱者走向毁灭的深渊。

欧美有些国家，故意将笔直的公路修造成弯道曲道。筑路费用多，开车时间费，对于视时间如金钱的颇具经济头脑的欧美人，真是“自讨苦吃”。但他们认为这很值得，因为长时间在笔直、没有任何阻碍的公路上疾驶，易使人麻痹，从而引发交通事故。有了弯道曲道的阻碍，司机须时时警醒，不敢掉以轻心。事实证明，他们的做法是明智之举。

记住，“人生中，经常有无数来自外部的打击，但这些打击究竟会对你产生怎样的影响，最终决定权在你手中。”

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”不经一番风霜苦，那得梅花扑鼻香？让我们学会坚强，学会抗争，用奋斗走出逆境，！

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com