

季軍 5B 鎮鸞樂 <青少年如何面對日常生活中的困難？>

在日常生活中，我們不會一帆風順，難免遇到一些困難。有的可能和家人相處得不太好，有的可能學習壓力很大，有的可能因為交不到朋友而感到煩惱，但有句說話說：「辦法總比困難多。」不同的人面對事情有不同的解決方法。你們又面對哪些困難呢？

首先，我們的心態十分重要。面對挫折，有的人把它視作能使我們變得堅強的挑戰，有的人把它認作無法跨越的障礙。俗語說：「吃一塹，長一智。」意思是說遇到了困難與失敗，不要灰心，認真的反思。正確的認識錯誤才是最重要的。

就像神奇小子蘇樺偉。他天生就患有痙攣，而且出生在一個草根家庭。他的肌肉不協調和四肢力量不足，四歲才會走路，但他沒有放棄，努力訓練，這種不屈不撓的精神讓他成為了優秀的殘疾運動員。

當我們遇到挫折時，可以向一些人生經驗豐富的長輩或老師請教，參考不同意見，從不同的角度思考，能幫助我們解決困難。

此外我們可以向知心好友傾吐心事。由於大家都比較瞭解對方，所以容易宣洩情緒，又可以互相安慰和支持，讓我們有力量再去接受挑戰。

其實我們面對困難時，應該積極，毫不退縮，而不是放棄。