# 我战胜了恐惧700字作文初中(汇总42篇)

来源：网络 作者：暖阳如梦 更新时间：2023-12-29

*我战胜了恐惧700字作文初中1每一个人，都存在着恐惧感。例如：看恐怖电影时，人们会害怕；在漆黑的夜里，雷电交加时，独自一人在家里，人们会害怕；在放鞭炮时，胆小的人也会害怕。有了恐惧，我们就应该去战胜它，克服它。在生活中，当自己恐惧时，可以闭...*

**我战胜了恐惧700字作文初中1**

每一个人，都存在着恐惧感。例如：看恐怖电影时，人们会害怕；在漆黑的夜里，雷电交加时，独自一人在家里，人们会害怕；在放鞭炮时，胆小的人也会害怕。有了恐惧，我们就应该去战胜它，克服它。

在生活中，当自己恐惧时，可以闭着眼睛，紧握拳。突然放松，在心中默念：“行！我一定会战胜恐惧！”默念几遍，同时也不要再想恐惧的事，让心情放开。在没事的时候，如果感到恐惧，可以听一听轻松的音乐，还可以多喝一些凉开水，使身体放松下来。这样，就可以战胜恐惧了。

传染病高发期，许多人都产生了恐惧，增加了精神上的压力，其实，这些都是不必要的。只要我们头脑中有防范的意识，做好日常生活中的防范工作，我们就不用过分担心了。

恐惧是人与生俱来的，可怕的是陷入恐惧之中而不能解脱，不能去面对恐惧，不妨换种心情，我们就会有一种全新的感受。我们每一个人都应该相信科学，保持愉快、乐观的心情，相信明天会更加美好。

**我战胜了恐惧700字作文初中2**

生活中，恐惧无处不在。但这些恐惧是成功的一个必不可少的原料，少了它，成功这能救人于苦海的良药便无法制造。

春节时，我们一家人来到了武汉东湖游玩。在一路骑行到磨山湖边的路上，湖面上快艇牵引伞的项目吸引了我。宽阔的湖面上空，牵引伞自由翱翔，看起来多么惬意。此时，我非常期待，心想：这一定是个很好玩的项目，我一定要去玩！但我转念又想：要是牵引伞破了，绳子断了怎么办？要是从牵引伞上掉下来怎么办？要是大风把我吹跑了可怎么办？上边遥遥黄欢的，多可怕！我有些忐忑和害怕。这时，妈妈走过来拍拍我的肩膀，安慰我说：“别怕，你和表哥一起上，加油！”我听到妈妈的安慰，我鼓足了勇气，上！

我和表哥坐着摩托艇来到了湖中央的“空间站”上，准备起飞。这时，我看到了一个巨大的彩色牵引伞，就像一个张开大嘴的怪物要把我吞了，以及四周起伏荡漾的水波，不由自主地紧张了起来。表哥格子大，先上。我在下面观察他起飞，滑翔到降落的过程。我越发想去尝试尝试，表哥下来了，轮到我上了。系上安全带，快艇启动，我跟随着快艇，慢慢地双脚腾空，伴随着“呼呼呼”的风声在湖面上飘了起来，不一会儿就到了最高点。起先，我还紧紧抓住绳子不放。渐渐地，我松开双手，仿佛成为了一只无拘无束，自由飞翔的小鸟。看着地下郁郁葱葱的树木，五彩缤纷的野花，起伏的湖面，我此时的心情无比激动，早已忘记了担心，将恐惧抛掷九霄云外了！我俯瞰着整个湖面，远处爸爸妈妈、爷爷奶奶在湖岸上跟我招手。在湖面上空绕了一圈，我非常兴奋。慢慢地，我乙适应了“空中飞人”的感觉，可牵引伞已经开始下降了，湖面离我越来越近，我心里有点隐约的遗憾，觉得还没飞呢，就已经从容地着陆了。

在这短短的一分钟内，我学会了战胜恐惧，懂得了：对于害怕危险的人来说，这个世界上总是危险的。

**我战胜了恐惧700字作文初中3**

恐惧，是每个人都有的东西。

恐惧，不是与生俱来的，可能是因为某些东西引起的，可能是从小就有的，也有可能是某然之间就产生的。

在我们人生中，会出现许许多多的挫折与困难，这些挫折与困难会引起你的恐惧。

所以，当我们遇到自己恐惧的东西，千万不要怕，不要慌张，要冷静，要想想怎么克服这个恐惧。如果这次你成功了，那么下一次你将不再怕它了。

我有过一段战胜恐惧的经历。

这天夜里，我独自走在幽静的小路里。黑沉沉的夜，仿佛无边的浓墨重重地涂抹在天际，连星星的微光也没有。

这时，刮来一阵风，我情不自禁的往后退了一下。我感觉要下大雨了，所以从背包里拿出了一把雨伞。可这风越来越大，我只好走到一个狭窄的墙角，打开了伞，走了出去。

可是这风无情的拍打着我的脸和腿，它似乎想要把我吹走。我每走一步都非常艰难。这时，风又变大了许多，我的伞正在随风飘扬。

这时候，开始下雨了，这风也小了。我以为躲过了一劫，可是，我错了。

路上很安静。

突然，天空闪现一条白光，我没太在意，结果，就在两秒后，天空轰隆隆地作响，把我吓了一大跳。我害怕地蹲在地上，一动不动的，生怕雷劈到我。

可是我想了想，如果一直这么蹲下去，会回不了家的。可我就是没有勇气站起来，这可是我最恐惧的东西。我下定决心了，我一定要克服它。就当我要站起来的时候，这天好像故意不让我站起来一样，又打了一个响雷，我害怕的又蹲了下去。

我心里想，一定要站起来，我不能丢人。我猛地站了起来，向前大步走去。

我做到了，我克服了自己恐惧的东西。其实克服了之后我觉得雷没有那么恐怖了呢！

人世间，就没有我们过不去的坎。只要我们努力去克服它，就可以向前走一大步。

我相信，只要我们努力去战胜自己的恐惧，就不会被这些东西所牵绊而不进步。

**我战胜了恐惧700字作文初中4**

上个星期，我感冒了，妈妈觉得有可能会发展成鼻炎，于是便带我去医院。

医院里我可是很熟悉，可是今天来总是有一种不祥的预感，头痛得很。果然不出我所料，医生说：“不确定，下午验个血。”验血？听到这话我立刻想起了那个“黑色”的下午，一位护士往我中指上扎了两针，鲜红的血从手指上流出来……我不禁打了个寒噤，全身起鸡皮疙瘩。只能在心里默默地祈祷老妈忘了这件事。

可是，老妈却一直“咬定青山不放松”，把这件事一直挂在嘴边，于是下午我准时来到了医院。打针的地方在2楼，通过一条长长的走廊再走上几节楼梯，不过五六分钟的路程。可现在，我多么希望它能长一点，再长一点，哪怕是二万五千里长征，我今天也不会喊累的，我跟在老妈后面，打算着从她身后偷偷溜走，可转念一想，我“躲得过初一，躲不过十五”，这血我早晚要验。

我小心翼翼地在人群中挪着步子，感觉好像是三岁小孩吃糖，走一步少一步，心里有一种说不出的感觉，让我一次又一次萌生出想溜走的想法。我现在已经可以望到那人山人海的“验血室”了，感觉自己像是在与地狱一步一步逼近，看来今天一定要吃一点皮肉之苦了！

“神啊，快来救救我啊！我浑身起鸡皮疙瘩啊！”“验血室”门口排着不少唉声叹气的同胞们。让人没想到的是，这害怕还会传染。没过多久，这的人都开始发病了，有的把脱下来的厚外套又给穿上了，好像在犹豫这“防针服”管不管用；有的十分虔诚地请求上帝，嘴巴里念念有词，好像希望上帝可以大发慈悲给他开个后门什么的；有的十分严肃的凝视着某个角落，大概是用了自己的后代不用再受这种扎针之痛，想办法吧；还有的干脆抱紧妈妈的脖子大哭大闹起来，总之，“验血室”门口就好像赶集的市场，人声鼎沸。我虽然坐在一旁默不作声，也没做出什么出格的事，但我心里的小鼓还是打得欢啊！毕竟这精神上的等待，更痛苦啊！时间在煎熬中一分一秒地流逝着，我越发地觉得横着坐不是，侧着坐也不是，唉，还不如说打就打啊！

“35！”，“35号在吗？”“验血室”里传出的叫声打断了我的思绪，不少人都已经验完血走了，走廊上明显空了很多。我站起身来，向着地面蹬了蹬早已麻木的脚，低头看了看手中的号码—37号，嗯，还有两个人。我站在验血室门口，抬头看到了这米黄色的大门，硬币大的钥匙孔已经生锈了，门把的一端也已经脱落，这门该下岗了！正想着，从里面走出个人来说：“37号。”我“镇定自若”地走了进去。

屋里坐着两位护士阿姨，老妈正在跟其中一个亲切地攀谈着。我坐在一个阿姨身边，说来也奇怪，我的眼睛平时不太好使，可今天，它却格外尖锐，一眼就瞅到了那闪着寒光的针头，我哆嗦了一下，身上的鸡皮疙瘩像是得到命令似的，紧急集合，全军出动！当高贵的消毒棉签降临在我的手指上时，我就看不下去了。我把头别在另一边，把目光聚集在窗外的树上，强迫自己把注意力集中到这边来，但目光时不时瞟向针头。只感觉到手指间一阵轻微的刺痛，耳边便响起了天使般的声音：“打好了。”好了？我简直不相信自己的耳朵，疑惑地坐在原地看着阿姨，“好了。”阿姨善解人意地补上一句。真的打好了？我积累了半天勇气竟在眨眼间统统过期作废了？想起刚才自己在走廊上的胡思乱想，我不禁笑出声来。

我满面春风的走出验血室，回想刚才的经过我明白了，如果你非常害怕地去面对，那恐惧就会被放大一万倍；而如果你坦诚地去对待它那它其实就是个针尖大的小点。

**我战胜了恐惧700字作文初中5**

在生活中有很多事情，是自己做不好或不敢做，却又不得不做的。一次次的失败加上恐惧，使得你失去信心，成了恐惧的奴隶，这时需要的就是你的勇气，去战胜恐惧、战胜你自己。

我五岁那年，爸爸妈妈说我已经很大了，应该独自睡觉了，我本以为没什么，就爽快地答应了。

没想到爸爸妈妈真的把枕头和被子都拿走，让我自己睡。

夜晚，我独自一人躺在床上，四周一片漆黑，伸手不见五指。我非常害怕，怕黑，怕有怪物，我感觉平时亲切的家仿佛变成了西游记里的丝洞，家具变成了一个个面目狰狞的怪物，窥视着我，吓得我迟迟不敢入睡。直到妈妈来陪着我，我才安心地睡去。

如此重复了好几天，恐惧一直纠缠着我。我就想：“我真的做不到自己睡吗？真的无法消除恐惧吗？不就是自己睡觉嘛，没什么大不了的”。那个晚上我做了很久的思想斗争，没让爸爸妈妈来陪我，就这样，居然成功地睡着了。

那应该是战胜恐惧的一次好经历，后来我总结出来了，战胜恐惧的最好方法就是面对恐惧，不做恐惧的奴隶，而只有战胜恐惧，才能战胜自己。

**我战胜了恐惧700字作文初中6**

今天，我干了一件足以打破吉尼斯世界纪录的事——打死了一只老鼠（当时我才五岁）。

那时，奶奶和妈妈出去逛街了，爷爷也出去了，我一个人在家，害怕极了，生怕有小偷进来。我肚子饿了，准备去厨房拿东西吃，突然我听见了厨房一阵骚动，心想：哎呀，妈呀，不会有小偷吧！

我迅速拿起了旁边的小棍子，大声说：“你……给……我出来！”顺便给我自己壮壮胆，我走过来一看，原来是一只小老鼠，我正憋着一肚子火，但我也不敢打，怕它急起来咬人。于是我试探了一下，看它特别怂，于是我鼓足了勇气要跟它决一死战。

我打，我打，它跑得老快了，这速度，参加奥运会拿第一杠杠的。我边追边打就是打不着。于是我去拿竹扫把，我一叉，终于被我控制住了。小兔崽子，终于捉到你了，我拿起棍子，手起刀落，“ko”你输啦，哈……哈……你跟我玩智商嫩了一点，你已经上西天了，以后在天堂就别偷东西了。

我战胜了恐惧，老鼠也不是很可怕嘛！

**我战胜了恐惧700字作文初中7**

一天晚上天已经黑透了，小伙伴们也都回家了，可我平时最怕黑了，虽然灯光都亮堂堂的，但是，在回家的路上，有一处伸手不见五指的地方，可以吓得让人心惊胆战，浑身发抖。更何况我一个这么怕黑的人呢?而且，几个小伙伴还吓唬我说有“鬼”，跟着我不敢独自一人回家了。

正当我处于左右为难的时候，我突然想让家人来接我，可是我又转念一想：总不能每次都要家人接我吧，可是如果又不让家人来接我，我自己一个人也不敢回家呀，该怎么办呢?算了，还是自己回家吧。

我走在回家的林荫大道上，心想，怕什么，可是过了一会儿我突然听见有什么响声，我顿时脸色苍白，吓得一动也不敢动。接着一个小石子滚到了我的脚下，“哦!原来是个小石子，我就说嘛，这个世界上根本就没有鬼，只不过是用来吓唬小孩子的把戏而已”我心里说着。可是在夜晚路旁的花草树木似乎都变成“人”了，好像还会动，我不由得直哆嗦，此时，我一刻都不敢久留，飞快地跑回了家。

终于，我战胜了恐惧。

**我战胜了恐惧700字作文初中8**

小时候，我住在外公家，农村里处处都有狗，有一次我出去玩，一只狗追上来，对我狂叫，吓得我不知道怎么办，就飞快地跑回家，没想到这只狗跑得更快，眼看着就要碰到我的腿了，幸好大人把狗赶跑了。从那以后，我对狗是又讨厌又害怕。看到狗就像看到鬼似的，每次经过狗的身边都感到胆战心惊。

后来每次遇到狗，爸爸就教我慢慢走过，不要注意狗，这样狗也不会理你。可是，一听到狗的狂叫声，我就心生恐惧，还是想跑。很长一段时间我都克服不了怕狗的恐惧。我常常想：可能一辈子都改不了怕狗了。一想到这个，我的内心就很沮丧。

因为爸妈上班，今年这个长长的假期，我又住到了外公家。外公家旁边有一条小河，小河上有一座桥，桥的那一头新搬来一户人家，这户人家就养了一条狗。我得知这个“坏消息”时，整个心都凉了，有一天，我在我外公家门前活动，呼吸一下新鲜空气，没想到，那条狗竟然过了桥，跑到了面前，对着我大叫，我十分生气，心想：我又没有惹你，你却跑到我家门口对着我大叫，岂有此理！我看到脚边正好有一块大石头，于是就毫不犹豫地拿起它，使劲往那条狗扔，我还没有扔到它，它就吓得惊慌失措，灰溜溜地逃了。从那以后，我找到了对付狗最厉害的武器——石头。

尽管这次给了狗一个教训，但它还是会跑到我外公家门前。于是，我平时就多准备了一些石头。瞧，今天，它又送上门来了。我立刻从口袋里拿出一块石头，往那条狗扔，那条狗怕被打中，连忙后退，我继续扔，这条狗继续后退，我扔一块，它就后退几步。最后，我只剩一块石头了，我拿着这块石头假装一扔，它竟然也后退了几步，我再假装一扔，他又后退了。最后，它回到了自己的家里，不出来了。我发现，我不像以前那样那么怕狗了。

哦，终于不用怕狗了，我心里乐开了花。

**我战胜了恐惧700字作文初中9**

在生活中，人的心里都会有一些让自己恐惧的事情，每当遇到让自己恐惧的事情总会十分害怕，但是，只要你战胜它，将不再恐惧。

我以前有一个让自己恐惧的事情，就是不敢自己一个人睡觉，每次都要妈妈陪着我一起睡，在我小一点的时候我还是可以和妈妈一起睡觉的，但是渐渐的，我慢慢长大了，家里的床一次睡着三个人，我，弟弟和妈妈，这张床也容不下我了。

于是，妈妈决定，让我一个人睡在另一个房间，一开始我是不愿意的，晚上都要吵闹一番，但是妈妈好像铁了心一样，就是要让我一个人睡一张床，在我的不愿意之下，妈妈还是硬逼着我让我一个人睡。算了，睡就睡吧。

在晚上家里都熄灯了时候，一片黑暗，我十分害怕，我躺在床上，紧紧的抱住被子，内心十分害怕和恐惧，慢慢的，我也困了，在恐惧中慢慢睡着了。

第二天早上起来的时候，感觉昨晚没什么事情，睡着了就不害怕了。就这样慢慢的，我也不是很怕晚上一个人睡觉了，但是，这样过了十几天，我不知道为什么，突然想起了一些可怕的事情，一开始觉得没什么，我想不去想它，但是越这样，就越害怕，我竟然情不自禁的哭了起来，吵醒了妈妈，妈妈也没说什么，就让我到她的房间里去睡，虽然觉得没那么恐怖了，但是仍心有余悸，再也不敢回去一个人睡了。

跟妈妈睡了两天之后，妈妈便又让我回去一个人睡，这次我哪敢啊，但是妈妈硬逼着，我也实在没办法，我不知道该怎么战胜它，但是我相信自己一定可以的，我看着睡在对面的外婆打开着门睡觉，为的是想夏天凉快一点。我也学了着打开了门睡觉。

就这样一天天过去了，我也可以自己一个人睡觉了，但是我还是害怕着关着门睡觉，到了冬天，睡在对面的外婆也把门关上了，我看着自己开着门，而妈妈和外婆都关着门，不由自主的又害怕了起来，我想着还是把门关上吧，就这样过了一天，两天，我也习惯的一个人睡了，也不再恐惧自己一个人睡觉了。

我这次战胜了自己的恐惧，每次一个人睡觉的时候，都不再恐惧了，而且战胜了它，我感动无比骄傲。

**我战胜了恐惧700字作文初中10**

从小到大我最怕的动物就是猫了，你一定会问，既然怕猫又为什么家里养猫呢？且听我慢慢道来。

话说以前我很怕猫。那家伙远远看着像只小老虎，不知何时会炸毛，特别是它瞪得溜圆的眼睛，一看就让人心惊胆颤。路上遇到他们，我往往转头就跑，生怕被抓到。可是现在小区里的流浪猫日益增多，他们每天都靠吃垃圾勉强度日。如果有哪个好心人送了猫粮，它们就迫不及待地一哄而上。每次看到它们这个样子，我的心就酸酸的，好难过。

于是在暑假里，我动员家里做出了一个重大的决定收养楼下那只最小的流浪猫。这只小猫的全身是白底黑斑，远看上去，像一团雪白的棉花点上了几滴墨汁。它的声音柔软，长短不同的“喵呜--”萌萌的。有时看着妈妈抱小猫，喂它吃猫粮，给它洗澡，觉得挺有趣，但我自己绝不去也不敢碰。

一天，一位同学到我家来玩，看到我躲避着绕膝的小猫，一阵嘲笑：“养猫的还怕猫，哈哈，你可真胆小啊！”听了同学的话，我心里很不是滋味：是啊，猫那么小，有什么好怕的？再说，我收养了它，我是它的主人。我暗暗告诉自己，要克服这个“怕猫”坏毛病。我决定首先从小事做起，说干就干。吃是任何动物的第一件大事。于是我开始每天喂吃猫粮，看着小猫津津有味地低头猛吃，哈哈，真好玩。啊，不好！这个小吃货，吃好就去拉，我赶紧给他铲屎。不知不觉地，我喜欢上了小猫。有时抚摸小咪的小脑袋，它会很温顺很享受地接受。当然，刚开始摸小咪的时候我还是提心吊胆的，担心它会突然不耐烦而张嘴咬我一口。可事实上是我轻轻摸着那柔软的茸毛时，它并没有张嘴咬人，也没有伸爪抓人，而是歪头斜脑地随时准备逃走。呵呵，原来小猫才是胆小鬼哦。看到它滑稽的姿势，我忍不住笑了。

我恐惧的小猫咪，现在已经是我的好朋友了，从这件事我明白了：所有的恐惧原是自己心里在作怪，只要你想克服它，总是有办法的。

**我战胜了恐惧700字作文初中11**

今天，我出国来到了韩国乐天世界玩自由落体。

从远处看，这个自由落体高高耸立在乐天世界的正中间，感觉可以接受。等我走到它的跟前，我一眼往上望去，哇好高啊！原来这个自由落体高达80多米。

老妈说我可以去尝试一下。话说回来，当时我的内心是有一点儿拒绝的，因为心里有一丝的恐惧，我人生当中从来没坐过那么高的自由落地，心里很矛盾。在老妈的支持和鼓励下，我下定决心决定挑战自己！

在椅子上，我反复提醒工作人员把我的安全带系好，心里忐忑地像小兔子一样。随着时间推移，我们慢慢上升了，我的心跳也随之加快，根本不知道什么时候它会突然落下，那种感觉无法形容。突然，毫无防备的，它就在一瞬间，“咚”的一声，急速地掉了下来，风声在耳旁呼啸，我情不自禁地尖叫起来，仿佛心脏都停止了跳动，好恐怖！记不清自由落体反复了几次，内心的恐惧逐渐消散，在自由落体慢慢下降的那一刻，我顿时感觉一阵轻松。

终于我成功挑战了自己，战胜了恐惧，是不是很棒呀？

**我战胜了恐惧700字作文初中12**

别看我平时大大咧咧，好像天不怕地不怕的，但要是让我一个人待在黑咕隆咚的屋子里，我准会吓得七魂丢了六魂，所以我从不敢一个人在家过夜。

“雯，我和你爸爸要赶紧回家，爷爷生病了。”大晚上的，爷爷突然头痛起来，而且还越来越严重，爸爸妈妈怕我路上着凉，让我一个人待在刚刚装修好的新家里。“啊？现在回去好吧。”虽然心里害怕，但我还是犹豫着答应了。

爸爸妈妈走后，我独自坐在陌生的新家里，背后一阵发毛，仿佛有千万只邪恶的眼睛从窗户外、从门缝后、从橱柜里凶恶地看着我，盯得我背后直冒冷汗，一颗心顿时悬了起来。要不，把灯全打开？这样也许会让我觉得安心点。心里想着，脚下也动了起来，我壮着胆子把每个房间里的灯统统打开，然后迅速窝进了冰冷的被子里，蜷缩成一团，瞪大眼睛，到处打量了一下，确定没有什么异样后，才逼自己闭上了双眼。

是不是有什么声音？我“唰”地睁开双眼，衣柜怎么打开了一条缝？里面不会有什么吧？我屏住呼吸，轻轻掀开被子，死死盯着那条缝，伸出手，风速一般地拉开衣柜的柜门。呼，什么都没有，真是吓死我了。我回过头，一道黑影闪过，“谁？”我下意识地喊了一声，回应我的却只有空荡荡的回音。

我再次钻进被窝，打开电视，想要制造一点声音出来。就在电视亮起的那一瞬间，“啪”，所有的灯跟着电视屏幕暗了下去。断电了！真是“屋漏偏逢连夜雨”啊，怕什么来什么。我再一次被黑暗和恐惧包围起来，只好不断自我安慰：这世界上根本就没有什么鬼神，都只是骗三岁小孩的，不用怕，不用怕。可是我越这么想，心跳得就越快，脑海中不断浮现出孟婆的笑容，“咚咚咚”，我似乎已经听见自己的心跳声了，就像在打鼓一样。

“呼呼呼”，风还在吹，我迷迷糊糊地睡着了

虽然这一夜过得心惊胆战，但我还是战胜了恐惧！我要为自己的勇气点赞！

**我战胜了恐惧700字作文初中13**

我最怕的物品是火。

我怕火，是因为小时候两次被火烧到，那滋味，在我心中留下阴影。可现在的妈妈就让我做一件——她认为很小的事情，让我把煤气灶上的火关小点，菜快烧焦了。

但我的.手却伸不出去，只见火苗不停地往上窜。

那，可是火啊，要是有三长两短，你就会受伤害了，可如果不把火关小点，妈妈就会怪罪下来——怎么办，怎么办？

我像热锅上的蚂蚁，身上不停地冒汗，不知是被热的，还是吓的。

“炫奥，火关了没？”

算了，我还是直说吧！

“我，我怕火！”

“火，有什么好怕，快把火关掉，我还要拖地。”

再说也没用了，我只好自己鼓励自己，不断安慰我自己。

成功了！我欢呼起来，等下等下，我好像关反了。火苗突然蹿上了，好吧，我硬着头皮又上去关了。事情没有我想象得那么可怕。

菜还是焦了，也免不了挨骂，但心中的阴影从此没了，我因战胜恐惧而自豪。

**我战胜了恐惧700字作文初中14**

一片朗朗的.读书声从许多学生口中传出。大家摇头晃脑地读着书，我也在将一个个奇形怪状的字拼命印在脑间。

终于，皇天不负有心人，我将那几段话牢记在了心中，但准备去上台背诵时，心中来了一阵恐慌。

我左瞧右看，看着一个个胸有成竹地同学自信满满地上台背诵，他们脱口而出，一个个字流利地背出来。我想：他们能会背，我也一定能成功。当我跨出第一步时，却不知为何，恐惧迅速蔓延了全身，耳边只听见“怦怦”的心跳。书香溢溢的教室却变成了死气沉沉的黑森林，只要我去背，那些怪物就会张牙舞爪地向我扑来……

我尽量不去胡思乱想，努力地再把课文顺一遍，可是我脑海中的文字并不是老实地序齿排列，而是凌乱不堪、扭曲地变着形，变成一只只黑色的大虫，紧紧密麻地咬住我，啃噬着我的心。

我又努力迫使自己镇静：怕啥！为什么他们就不怕，我就会怕？我便强迫去上台背诵，但恐惧又迅速密集地赶来了，它狞笑着，一点点地吞噬我的自信，它傲慢地问我：就你，哼！你能背得那么滚瓜烂熟吗？还是听我的吧，等他们背完了你再背嘛，难道你想无地自容吗？

说的也是，我准备不背了，书上黑色的字竟然也不那么刺眼了，当我长长吐出一口气时，忽然心中又萌生了一个念头：恐惧的话我怎么能相信呢？老师说过，我们应该克服恐惧，勇于向前！我应该勇敢地走上前，不去听信恐惧的鬼话！

奇怪，这时黑色的文字竟变成了整整齐齐、有序的部队，他们告诫我：你成功了！你战胜了恐惧，记住，相信自己永远是对的！我心中忽然有了一个万紫千红的世界，处处洋溢着自信，到处鸟语花香，与恐惧带来的“怦怦”心跳黑色之地判若两“界”。

我勇敢地站了起来，因为心中已经拥有了一个自信的世界，只听见我口中一段文章流利地背出……

**我战胜了恐惧700字作文初中15**

温暖的斜阳洒在大地上，洒在窗户上，洒在我的身上。这是一个夏天的午后，我一个人在家。

今天爸爸妈妈都出去工作了，只有我一个人在家，可是我很胆小，只要有一点点声音，我就吓得要命。我也知道这样不好，我也想让自己勇敢起来。

我坐在床上认真地看书，突然，感觉天花板咯吱咯吱地响。风在吹门，门忽然关了起来。我感觉有个人，仿佛在我身后似的。我时不时地抬起头，看了看周围，又没有人啊。此时，我的心跳加速了，感觉每根头发都要竖起来了。

突然，有一阵急促的敲门声传来，我赶紧跑出去，踮起脚尖看了看门外，可是没有人。这时，我的心里更加恐惧了，感觉我真想找个地方躲起来。但是，我在心里拼命地告诉自己，我一定要坚强的等到爸爸妈妈回来。

天渐渐黑了，爸爸妈妈回来了，我把这件事告诉了爸爸妈妈，爸爸妈妈和蔼地说：“你以后不要害怕啦，你今天很棒，一个人在家已经战胜了恐惧。”

我以后一定要做一个真正的男子汉。不要害怕，战胜恐惧！

**我战胜了恐惧700字作文初中16**

每当我来到游泳馆看到大哥哥大姐姐们在游泳池里高兴的玩耍时，我心里就羡慕极了。好不容易等到今年的暑假，我迫不及待的跟姐姐来到游泳馆。

第一次来到游泳池，我就被那一池清澈的水吓坏了，心想：这水有多深呀!下去会不会被淹呀!就在这时姐姐鼓励我说：“要想学会游泳可要下苦工。”

听了姐姐的话，我鼓起勇气闭上眼睛，“扑通”一声跳下了水，这里不过是浅水区，她告诉我：学习游泳要注意将呼吸，划臂和腿部动作配合起来，腿部动作的重要性占整个游泳的百分之七十。

我按照姐姐的要求去练，有时一不小心就会喝进几口水，那滋味可不好受，在这里，最难的这里弧形登夹。小脚掌要朝天，而弧形灯加速度既快，又要符合要求，真难啊!

第一次训练回家，我已经精疲力尽，动弹不得，连饭都不想吃，不过为了在下学期学校组织的游泳课上“露”一手，我仍然坚持下来了。

**我战胜了恐惧700字作文初中17**

高尔基说过，\_最伟大的胜利就是战胜自己\_。是啊！一个人总是在不断战胜自己的过程中成长起来的，有时需要战胜懒惰；有时需要战胜平庸；有时需要战胜马虎它们如一条条恶狠狠的拦路虎，只有把它们打倒，我们才能走向成功！下面我就讲讲我是怎样战胜恐惧的吧！

在一个伸手不见五指的晚上，皎洁的月亮好像一个白色的大盘子悬挂着天空中。我正在呼呼大睡，突然睁开了眼想要上厕所，正要下床时我心想：天这么黑，如果我一不小心撞到了哪里会不会很痛呢？于是我又爬上床躺进被窝里睡觉。虽然我是闭着眼睛的，但我心里还在犹豫要不要去上厕所。如果去了，我可能会因为黑暗而摔倒，如果不去我又会认为自己是一个胆小鬼。突然，我灵机一动想了一个好方法，我决定把灯开起来。但是又想到上完厕所灯关了不就又黑了嘛？纠结来纠结去，我还是鼓起勇气去厕所了。

就这样，我克服了恐惧。想成功就要面对自己内心的恐惧，只有扬起信心，坚持不懈才能真正地品尝到成功的味道。

**我战胜了恐惧700字作文初中18**

每个人都有所惧怕的事物。或许是蛇，或许是狗，又或许是其他的东西……但我与其他人不同，从小我唯一惧怕的就是虫子，那种不值一提的小虫子。

不知为什么，从小我就害怕小虫子，但其他的人害怕的东西我却一点儿也不怕。有人说我像女生，我总是只笑笑，我不知道什么时候才能摆脱这个“怕虫”的称号。但今天，我似乎将这个称号摆脱掉了。

晚上，我和爸爸妈妈一起来到中医院对面的街上吃砂锅面。“好吃！不错！”我正享受着面条的美味，突然我嘴里感觉到了一个小硬东西。平常我的习惯都是咬一下试探一下，但这次我没咬，而是吐了出来，真是福至心灵。我仔细一看，那个小东西竟然是个瓢虫，但我并没有像以前一样大叫，而是对妈妈说了一句：“这饭里面有个虫子。”爸爸妈妈也都没有什么太大的反应，我就继续吃了下去。

现在我逐渐长大，心智成熟了，可能就不那么害怕了，所以我才得以战胜了它。

**我战胜了恐惧700字作文初中19**

我从小就怕黑，就算是在家里，就算是有人陪着我在房间里，没有开灯的话，也同样吓得鬼哭狼嚎。

那是在一个月黑风高的晚上，天地间走来了小小的我，是的，在那时，我很渺小，我的个子小，我的胆子更小

晚饭过后，妈妈让我去奶奶家玩。奶奶家和我家只隔了一条马路，刚走出家门到了路口，路灯已经亮了。我站定了一下，瞧瞧四周没有一个行人，静悄悄的，路灯下的我，形只影单。我开始害怕起来，看着一排排亮着微弱的路灯，我的心里像装了两只兔子似的怦怦直跳，我紧紧地拉着衣角，为自己壮壮胆子，一边走一边不由自主地哼起了歌。我走走停停，好不容易走到了一个小巷口时，我的脚便不知不觉又停住了，歌声也停住了，突然我感觉前面有一团什么黑乎乎的影子飘忽不定，吓得我直打哆嗦，心里想：会不会有鬼？会吗？不会，一定不会我的眼前浮现出了许多鬼故事的情景。双腿觉得发软，心好像要从嗓子眼里跳了出来，头皮也开始发麻，我想大声地把我心中的恐惧喊出来，但又怕惊动了别人。此时，我想到了我最崇拜的一个作家鲁迅先生，他曾说过：“世上根本没有鬼。”他还告诫人们说：“平生不做亏心事，半夜不怕鬼敲门。”对啊，我又没做什么亏心事，又何必去怕呢！一瞬间我感到有一股力量在支持我，我开始大大方方地朝前走去，再定睛一看原来是一个黑袋子。我冷冷一笑，继续前行。风“呼呼”吹过，树叶“哗哗”地响起，仿佛是在为我战胜了恐惧而鼓掌，蝉“知了，知了”地叫起来，像是在为我欢呼。于是我又哼哼唱唱的，大步地朝奶奶家走去。我走到了奶奶家，奶奶还夸我勇敢呢。回想起来，一个人走夜路也没有那么可怕嘛！从那以后，我再也不是一个胆小鬼了。 (优秀作文网 )

我终于战胜了恐惧。其实，我们最大的敌人就是自己，如果你的心态足够阳光，即便在漆黑的夜里，也能为自己点一束光，照亮前行的路。无论遇到什么事，都要勇敢、坚强地面对所发生的一切。你就是一个勇者。

**我战胜了恐惧700字作文初中20**

今天的太阳出奇得好，明媚的如同我们脸上的笑靥。快乐的我们在唧唧喳喳的谈论着基地的模样。反光的窗户外是嫩绿的松树，虽已是秋天却春意盎然。

时光似流水一般在杨寿基地上荡过，阳光在湖面上洒下细碎斑驳的光影，晃花了我们的眼，微风吹过，一排木板晃了起来，碧绿的湖水宁静带着一抹寒意，我呆怔了一下，随即和同学玩笑起来说：“不会要过那个桥吧！”同伴一愣说：“不会吧！”语气夸张中带着一丝惊讶。

果然，不出我的所料，那就是我们其中的一个项目，朱睿迪说：“都怪你乌鸦嘴，真掉下去怎么办啊，这天这么冷！”我咬咬牙说：“那就掉吧，折腾一下自己，磨练一下自己嘛。”朱睿迪，瞪了我一眼，满脸沮丧。当教官给我们讲解如何过去时，我惊恐地盯着那套安全装，倒抽一口凉气，把自己的安危交给两根不知道是否结实的带子跟绳索上，太不靠谱了，况且教官还是只旱鸭子，这下我真得牺牲自己娱乐大家了。最后，教官又发话了，说：“如果不愿去的请留下。”

这时朱睿迪的眼睛亮了起来，拉着我就跑。此时，我的心里极度矛盾，一个小天使小盒一个小魔鬼的话在我脑海里一直画叉钩，顶着光环的小天使满脸鼓励的笑容说：“你能行！”而长着黑色犄角的小恶魔则满脸嘲讽的笑着说：“你能行吗，我劝你还是下来吧！”去，还是不去，这是我突然想起了一个故事，最后自己还总结出一个道理：人生就是一场旅途，在乎的不是目的地，而是沿途的风景，一咬牙，去吧。

我拉开了朱睿迪的手，在她惊讶的目光中，登上木排，死就死吧。当我站在木板上时才知道风不一定是柔和的，谁也不一定是平静的，时间好像黑白录像带，我听不见，也看不见周围的人和物。只觉得无力，紧紧抓着绳索走过，为什么会这么晃，我不知道，恐惧如同涌动的黑色潮水，铺天盖地的将我淹没，手早已没有了知觉，全身的感官都在告诉我一个字，抖。木板在抖动，我呆在原地，不敢动，这儿仿佛是我唯一可以寄托的温暖的怀抱。

我茫然的抬头看向旁边，同学们张大嘴，像一个方框，不断的重复着相同的口型。终于，我听清楚了，那是“王静文，加油！”我慢慢平静下来，这叫声是坚持我走下来的希望，虽然缓慢虽然依旧害怕，有你，我却安心了许多。我颤抖的解下安全装。问旁边的人说，刚才有风吗，同学们摇了摇头，我突然发现安全装解不下来，低下头仔细的解，这才发现自己的双手变着通红，而且还颤抖着，教官见我半天也接不下来，准备帮我。然而最后一刻，一生完：“咔嚓”响了起来，衣服解下来了，我的思路也清晰了，并不是风将木牌吹动，而是我的胆小的颤抖。一直以为自己很坚强，原来也很懦弱啊。钱俊玥跑过来拉着我的手，我的手心有了一丝温度，心里也温暖起来。接下来的项目都很精彩，即使自己做的不好，也会笑着坚持下去，因为坚持就是成功。

坚持固然是成功的关键，但一路有朋友的陪伴也很关键。人生就像一场路途，在乎的不是目的地，而是沿途的风景，因为有你，风景才会更加美丽。

这次实践磨练了我的意志，增强了我的动手能力以及协调能力，它告诉我：没有什么不可以，只要坚持，一切皆有可能！

**我战胜了恐惧700字作文初中21**

一个凉凉习习的晚上，没有星星没有月亮，窗外零星的几盏路灯孤独地守护着我们的小区。多么宁静的夜晚，夜色就像一块巨大无比的黑布，悄悄地展开着，悄无声息地笼罩了整个世界。

“蕾蕾，咱们之前说好了，今天必须要自己一个人睡觉了，不准再耍赖了。”妈妈站在我的房间口，甩下这样一句话，头也不回地去她房里睡觉了。啊！今晚我真的要一个人独自睡觉了吗？我刚想提出抗议，可又不想让妈妈小瞧我，老让她说我胆小。好吧，那我就借这个机会来告诉你们真怕吧！

说干说干！我洗好澡后，就走进我的小房间，带着一小点恐惧，我关掉了灯，开始睡觉。

一开始，我并不害怕，透过窗帘，欣赏着夜空里时不时出现的闪着光亮的飞机。一切都很平静，我有点点困意了。正当我快闭眼睛的时候，突然，照射进来一道白光，在一瞬间，铺满了我的小房。啊！是闪电。紧接着，“轰隆隆”的雷声响起了，顿时，我感觉到我的心被提到了嗓子眼了。要知道，我从小最怕打雷了。我赶紧将自己整个都塞到被子里，不敢露出一点缝隙。

不一会儿，“噼呖啪啦”大雨就落了下来，打在窗玻璃上，狂风把窗帘吹得鼓鼓的。伴随着狂风的鬼哭狼嚎声，我浑身紧张得就像拉满了弓弦。

雨越下越大，我也越来越害怕。我在被子里躲了一会儿，听见外面只有雨点的声音，便放松了警惕，开始把头一点一点地露出来。很不巧，刚好一道闪电又劈了过来，光照到我桌子上的洋娃娃身上，然后反射到墙上。那一瞬间，我再也不觉得洋娃娃可爱了，只觉得她浑身透着恐怖。

不行，我要找妈妈去，可转念一想：不行啊，如果就这样找妈妈，她一定会笑话我胆小的，那我该怎么办呢？

我只好告诉自己要勇敢。我赶紧抓着被子，紧闭着眼睛，渐渐地，渐渐地，雨声越来越小，我也越来越困，最后，终于进入了梦乡。

第二天，我醒了，太阳暖暖地照射在被子上。啊！我终于战胜了恐惧，能独自一个人睡觉了。这种感觉太棒了！

**我战胜了恐惧700字作文初中22**

夜，渐渐地黑沉下来，风不时地呼呼的刮起来，猛烈地摇着路旁的杨树，地上的落叶“沙沙”作响。我伸出手，仿佛伸入了黑幕之中，远处几盏昏暗的路灯像鬼火似的一闪一闪地闪着幽光。在这种黑暗的环境中，我感觉自己全身一阵冷气，头皮发麻。两股站站。一转身，前后左右有无数双红色的眼睛盯着我。拼命的跑、拼命跑……。“啊！”我还是躺在自己的床上，额头密密麻麻的汗珠集成了一片。梦，一切都是梦。

唉，都是这该死的红眼病惹的祸，这些天，红眼病传到我们学校来了，它真像个传播器，一传俩，俩传四……这课咋办呀！对它的恐惧跟不用说了，白天，令我食不下咽，晚上，使我寝不安席，唉~~

这天，我还是照例来到学校读书。刚一进教室就看见同学们三五成群的议论纷纷。疑惑不解的我坐在位子上想：大家都怎么了？一个个脸绷的跟个苦瓜一样怎么了？是谁要光顾了？还是有什么不好的消息吗？”好奇的我忍不住问附近的同学：“大家都怎么了，搞得这么神秘？”他说；”看你后面，陈骏龙请假得红眼病啦！”说罢听完这个消息，我便打了个冷颤。慢慢往后看，陈俊龙的位子上连个人影都没有哇！此时，我又想：“我的天哪！不会这么巧吧！这回该我们班全数躺医院了吗？我还跟陈俊龙说过话呢！咋办咋办哪！噢，红了吗？我的眼睛。要是我被传染了，那就全数躺医院了，躺了医院，就不能上学了……。我的心突突的跳着，手心里密密麻麻集了一大堆的汗，我那颗忐忑不安的心越跳越快，我，不敢往下想了。

此时，恐惧包围了我的整个思想。上课漫不经心，都在想着这个事情，我悠悠忽忽的熬过了一个上午，中午，回到家中。一桌子香喷喷的饭菜也勾不起我的食欲。吃完饭后，我便情不自禁的来到镜子前，看看我的眼睛，确认自己的确不是红眼病后才叹了一口长气。爸爸看出了我的心思，语重心长的说：“怎么了，不舒服吗？”我没有理睬爸爸，只觉得自己浑身上下都不自在。爸爸拍拍我的肩膀说：“是你们学校的红眼病吗？”我点了点头，说：“本来以为我们班是一个健康的班级，现在已经有一个人患上这个病了，到时候，希望不要传给更多的人。”

爸爸笑了笑说：“乖孩子，红眼病其实不严重的，只要注意要常洗手，不要总是擦眼睛就好了！你不是常常说，我是一个乐观的人，我会用开朗的态度以及好的心态来面对生活，因此乐观也成了你做事的原则！所以，这一次，你同样也要用开朗、豁达的心态面对啊！”听了爸爸的一番话后，我心里那块石头也终于放下来了。我感觉自己比以前更加乐观了，恐惧当然也不再了，就这样……。恐惧，saygoodbye了。

我又一次来到镜子前。我看清楚了镜子里的女孩，她的乐观，她的乐观是她抵挡困难最好的武器。应为在她心里，不止是只有恐惧二字了。她，一定会勇敢面对一切，对吗？

**我战胜了恐惧700字作文初中23**

恐惧是一个伴随着孩提时期的既陌生，又熟悉的“朋友”。孩子们既害怕它，却会又鬼使神差地碰上它。

8岁的那年，我也算是一个“天不怕，地不怕”的小女孩，竟然也学着大人们看起了那骇人的恐怖电影。

那年中的一个星期天，我一边吃零食，一边坐在电视机前看电视剧《一双绣花鞋》，刚看到扣人心弦的部分，剧中的女主角在厕所里见鬼的那一幕，我的表姐刚从外面回来，随着“砰”的一声关门声，吓得没有任何准备的表姐和我突然四目对视，不由得同时“啊？！”地尖叫起来。我刚刚看了恐怖的电视，又加上受到这一惊吓，脸色都苍白了。表姐看到我惊慌的脸色，忙将电视关了起来说：“不要看了，免得半夜又作恶梦。”我白了她一眼“我才不会呢！”

那天夜里，进入梦乡中的我忽然感到身体凉嗖嗖的，脑海中不时浮现出电视里那位女主角见鬼一幕的恐怖情景，床前的窗帘在不停地摇摆着，并且发出“呼呼”的响声，“是鬼在摆弄窗帘！”我不由自主地“啊”的一声尖叫起来，惊醒了隔壁房的爸爸妈妈，爸爸妈妈同时赶过来问我怎么啦，我只好说了我的恐惧原因，爸爸妈妈安抚我说：“傻孩子，世上那有什么鬼，即使有，也只是人的心理在作怪。”待我情绪稳定后，爸爸妈妈就回房睡觉了。

我望着“呼呼”作响的窗帘，心想，入睡前我明明关好了窗门，为什么还会有风？这时，那些恐怖的一幕幕又浮现在我的脑海，我连忙用被子盖住了头。过了一会，爸爸妈妈刚才说的那些话使我壮起胆来，我从床上一跃而起，打开灯光，来到窗前一探究竟，经过观察，我终于发现，原来是我在关窗时没有完全将窗门关好，还留有一点点缝隙，所以风从外面吹了进来，变成了“鬼叫声”。原来如此，我心里悬挂的石头终于落地了，也便心安理得地睡了一个好觉。

这件事使我明白了一个令我终生受用的道理：这个世界上不可能有鬼，即使有，也只是人的心理在作怪。

**我战胜了恐惧700字作文初中24**

现在我已近小学毕业了，一个漫长的暑假使我离小学越来越远就这样，迎接我的是初中。初中对于我来说是个未知数X，经常听老师们说初中的负担会很艰难，听父母说初中你要好好哦学习，听同学说唉，都不知道初中要怎么办。我心想：初中真的有那么辛苦吗？也许。只有时光老人才能给我答案吧！帮我解开这个未知数X，

转眼间，一个暑假快过去了，8月26号就要考试了，也就是明天，我心里很紧张，在这个暑假我每天只看30分钟的书，但是都是初一的，我的脑子全都投进了新的课程，下午每天都玩好几个小时的电脑游戏，也不知道考试时会是什么情景，然而我心里也好像不在乎，去又很紧张，心理和纠结。以前升六年级都不会，也许这是一种压力吧！只能临时抱抱佛脚啊！

一般年级越来越高学习就会越来越差，也许我就是这样的人吧，我心里一直想着要好好读书，全家人的期望全在我身上，可是我还是控制不住自己，每天都玩电脑，没心情看会书我真的好害怕初中的我会与小学的我与众不同……

**我战胜了恐惧700字作文初中25**

恐惧是一扇窗，打开它，就可以看到太阳；恐惧是一个洞，钻出来，就会身心愉悦；恐惧是一道道围栏，跨过去就能走向平坦。

相信大家都很怕鬼，但大家都知道鬼是不存在的，只是心中的恐惧在作怪罢了，那一次我终于战胜了恐惧，不怕鬼了。

以前，经常和妹妹们一起看鬼片，所以总是害怕鬼，不敢一个人睡觉，怕黑。先从怕黑说起吧！那是在去年暑假里，妈妈临时有事出去了，说回来估计都两三点了，让我先睡。妈妈走时天已经黑了，我把灯开得亮亮的，电视声音开得大大的，生怕有黑的地方。看着看着我的眼睛瞟到了三个卧室，里面黑洞洞的，我幻想在里面会出现一只鬼。越想越害怕，我打算去把门给关上，但又不敢动，太害怕了。可是我又想了想，门开着好像更恐怖，于是我鼓足了勇气去关门。我去关门的时候心跳得很快，关门时，手拉多长去关，关了之后飞快跑到沙发上去看电视。我看的是《我们的少年时代》，前几集里有几个恐怖的地方，你说巧不巧，还刚好让我在这天遇到了，我赶忙换成了综艺节目，可是那个画面还一直浮现在我的脑海里。我给外婆打了个视频电话，至少有个人说话，恐惧会减少点。跟外婆聊着聊着，我突然看到了一个大脸，把我吓了一跳，妈妈走的时候把镜子搁桌子上的。我当时直接吓得不说话了。挂了电话，我拿了一个毯子，把自己盖的严严实实的，生怕有地方露出来。就那样，我在沙发上度过了一个惊悚恐怖的夜晚。

那天晚上，给我留下了心理阴影，但是恐怖的日子还没有结束。

第二天晚上，妈妈说我都要上初中了，还不敢自己睡，丢不丢人，不让我跟她睡。就因为这，我和我妈吵架吵到了两点多，后来我发觉我妈一点“活路”都不给我留，我就怒气冲冲地跑到房间把门“砰”的一关。我打算跟我妈杠上，我一夜不睡玩手机。手机没电了玩平板，就这样换着玩。我在QQ看点上浏览到了一个网站，上面说：鬼这个东西，你信则有，不信则无。我把灯关了，静静地躺在床上，一直告诉自己，世上没鬼，都是假的。就在我消除杂念的过程中，还冒出了好几个鬼。我想不让它出来，可它就一直冒出来。最后我打算用《熊出没》里光头强数羊的方法睡觉，可数着数着羊就变成鬼了。我感觉我已经在崩溃的边缘，管它的，继续数，结果数着数着就睡到了第二天中午十二点。

有时，其实你直面面对恐惧，恐惧就会消除，因为你看习惯了，所以也就不怕了。如果有下辈子，我坚决不了解鬼，看鬼片了。

**我战胜了恐惧700字作文初中26**

我小时候特别怕黑，这是为什么呢？因为我还在幼儿园的时候，看过一部恐怖电影，从那时起，我就很怕黑，甚至都不敢自己去上厕所了。虽然我知道现实中不可能会有那些恐怖的东西，但我经常自己幻想一些东西，自己去吓自己，久而久之，我的胆子就变得越来越小了，也越来越离不开爸爸妈妈了。

一天晚上，奶奶不在家，爸爸妈妈又临时有紧急的事情，不能带我去，只能把我关在家里，我当时已经二年级了，妈妈就觉得我虽然胆小，但自己在家里应该还是没有问题的，于是妈妈就让我自己在家待着。我一听，眼泪不受控制地流了下来，接着就嚎啕大哭起来。妈妈见我如此不听话，火气顿时就上来了，对着我就是一顿臭骂，还顺带着把我无辜的老爸也给骂了一顿，最后摔门而出了。

我环顾了一下这安静的可怕的周围，灵光一闪，对了！转移注意力！一想到这，我立刻打开了电视，缩进了沙发缝里看电视，直到爸爸妈妈回来，他们为我竖起了大拇指。

这件事后，我知道了：不管做什么事首先敢于尝试，克服恐惧心理，勇敢地去面对困难，成功会和你交朋友。

**我战胜了恐惧700字作文初中27**

从小到大，我天不怕地不怕，唯一让我感到害怕的，就是小狗了。不过，现在再遇上小狗，我的心里已掀不起波澜了。看看我是怎么做到的吧！

那天，爸爸吩咐我出去买鸡翅。若放在平常，我肯定是拍拍胸脯，颇有底气地说一声：“包在我身上。”但是那回，我直摇头，因为内心早有声音在呐喊：不行不行，我做不到，隔壁的狗可凶了。一想到那狗，我的汗毛便竖了起来，尤其是它狂吠时的模样，真让人感到胆战心惊呢。爸爸见我不乐意，便甩了一个“不去买，晚上就别想吃”的表情给我，这下可把我这个小吃货愁坏了。我咬了咬牙，像是上前线的士兵似的，战战兢兢地向外走去。

到了邻居家旁边，我不由得弓起了身子，就像做贼似的，踮起脚尖，轻手轻脚地向前走，生怕发出一点什么声音。我打起十二分的精神，观察周围的情况，双眼像侦察机一样扫描那只狗的身影。呀，太好了，那只狗没有出现。顿时，我松了一口气，用手抚了抚胸口，正庆幸呢，却突然感到背后有一双眼睛盯着自己，微微觉得不妙，僵硬地转过头，正好和狗圆鼓鼓的大眼睛四目相对。我先是一愣，接下来拔腿就跑。“啊有狗啊！”我边跑，还不忘边尖叫。而那只狗呢？不用分说，自然是对我紧追不舍。“汪汪汪！”背后传来了一声声狗吠声，每一声都似乎在敲击着我的心脏。

跑着跑着，我感到精疲力竭了，可那只狗仿佛不会累，越追越欢，越吠越响。我想，这样下去可不是办法，得想个脱身之计。突然，爸爸驱狗的身影映入我的脑海，我猛地转过身，大声吼道：“再追，我就把你宰了！”那只狗一下子就不动了，被我一下子的转变唬得一愣一愣。我乘胜追击，刚好看到身边有一块小石头，便飞快地蹲下身子，捡起，打算向它砸去。那只狗见我拿起石头，撒腿就跑，不一会儿就不见了踪影。

原来狗也是一个欺软怕硬的家伙呀。这天，我不仅克服了恐惧，还吃到了美味的鸡翅，不由得感慨：生活真是无比美好啊。

**我战胜了恐惧700字作文初中28**

寒假的时候，有一天，阳光和煦，和风习习，我们一家人来到了玻璃桥。我心情舒畅极了。到了上面，四周风景确实很不错，整个远处的美景一览无余，尽收眼底。我站在玻璃桥的旁边从上往下看，结果两腿发软，身体也开始微微颤抖。

我不禁闭上了双眼，我回想起了，去年夏天时节，有一回，我和表姐欣欣两个人一起去双子塔游玩。到了那儿，我突然发现我不敢往下看，往下看就会手心冒汗，双脚就会控制不住颤抖起来。那次之后，为了不让别人发现，我隐瞒了自己恐高症事实。

现在的我，站在玻璃桥上，后退嘛，估计会引起爸妈他们的注意，肯定会问三问四；往前走嘛，我的恐惧却让我不敢迈出……

弟弟大摇大摆地走到玻璃桥上说道； “姐姐，怕了吧！咯咯地笑起来，走不过来了吧！哈哈……”别看我弟弟人小，才九岁，但是胆子却很大，每次看我比过他就会嘲笑我。

于是，为了让弟弟不那么得瑟，我尝试着伸出一只脚，手扶着旁边的栏杆，踩了踩玻璃面板，又很快地缩了回来，心里特别担心玻璃碎了，心想：早知道就不上来玩这个项目。

过了一会儿，爸爸也走了过来，爸爸和蔼地对我说：“如果太害怕的话，就不要勉强自己，大不了就和妈妈一起坐缆车。”我心想：可是这样的话，弟弟肯定会瞧不起我的，何况，妈妈根本不怕，她已经大踏步走到弟弟身边了……

我心里激烈做着思想斗争，不行，我得挑战一下自己。我抬脚艰难迈出了第一步，手扶着栏杆，虽然是扶着栏杆的，但手心已然冒出冷汗。此刻，弟弟站在我前面喊道：“姐姐你快一点啊！”

我一着急，就强忍住自己的惧怕心理，眼睛微睁，不向下看，只向前，连续踏出了好几步。我一直在心里暗示自己：马上就要到了，不要害怕！坚持住！加油！自己可以的。其实我这一路走过来都是微闭着眼睛，紧紧地抓着那扶手的铁链，一步步颤抖着踏过来的，快到玻璃桥中间的时候，我差点哭出来了。因为在中间下面一跳是马上做裂开的视觉效果的，我的眼睛几乎已经是闭上的，吓得手心都湿了……

终于到终点了，我长长地舒了一口气。爸爸拍了拍我的肩膀，笑着对我点了点头，我明白，那是爸爸表扬我的时候的独有方式。妈妈拉着弟弟来到了我的身边，调皮的弟弟对我吐了吐舌头，说：“姐，你居然胆子变大了。”那一刻，我心想：你可不知道，刚才要不是怕你笑我，我早就退却了。

自从那次走玻璃桥以后，我发现我自己不再恐高了，摩天轮也敢坐了。我勇敢地战胜了心里恶魔——恐高是可以战胜的。

**我战胜了恐惧700字作文初中29**

人人都有恐惧都会想一切办法去克服它，在夜晚我很怕黑，我要战胜它 。

那晚，我们看完电视准备回寝室我站在交流厅里看着从南区通向北区的通道，一看对面灯光居然是绿的。不知是谁大叫“鬼门关”啊！说着便找了我和另一个同学要过去说：“我们要勇闯鬼门关啦”，第一次跑到中途我又害怕的跑回来，第二次下定决心要过去。但在体育馆门前突然有人大喊：“啊！”我们又害怕的急匆匆的跑了回来。我只好又找了一个人走。我又有点害怕，突然有人从容的走过去。

那人大叫：“那……那人是……”是不是鬼……鬼啊！“说着拉起我向那人追去，到了对岸后我们发现没那么吓人，”鬼门关“只是几盏安全出囗的标帜亮了点。但我们还是很害怕，下了楼才一点点明亮起来，跑到一半又大叫着回来了，终于我们战胜了恐惧跑到了对岸。

我第一次战胜了我的恐惧，我们以后一定要战胜其它的恐惧让自己勇敢起来。

**我战胜了恐惧700字作文初中30**

在漫长的人生道路中，每个人都会遇到各种恐惧。如果你在恐惧面前勇敢，那你就是一个勇敢的人。如果你被恐惧所吓倒，那你就是一个胆小鬼。

我每天最害怕的就是晚上。因为晚上，一关灯，各种各样令人毛骨悚然的声音，总在我耳边回荡。再加上房间中若隐若现的“黑影”，让我想到许多血盆大口、张牙舞爪的“鬼”，而且仿佛它们每天半夜都在我身边。直到有一天晚上，我才克服了这种恐惧。

记得那天晚上，我躺在被窝里听见整个房间里都安安静静，只有客厅里的时钟发出“嘀嗒嘀嗒”的响声，我感到房间中有种可怕的气息。我心里害怕地想：世界上没有鬼。这样一想，我终于缓解了一下恐惧的心情。我无意中看了一下漆黑的天花板，突然我发现上有一张“鬼脸”。我赶紧往被窝里钻。过了一会儿，我想：鬼肯定没有发现我。现在一定走了。我已经非常困，正要睡着时，我又看到了天花板上那张“鬼脸”，豆大般的汗珠像断了线的珍珠，从我的额头上流了下来。最终，我还是抵不过睡意，我终于睡着了。

到了第二天，我醒来了，赶紧下了床，虽然已经是早上了，但是我的头还是不敢看天花板一眼，生怕鬼还没有离开。于是，我三步并成两步地跑进了厨房，连忙拿起门边的扫帚准备把鬼打跑，我拿着扫帚回到了我的房间，我往天花板上一看，我怔住了，天花板上根本没有什么鬼，昨天晚上看到的鬼原来是挂在上面塑料袋。

经过了这天晚上，我不仅不相信有鬼，我还明白了一个道理：做任何事都不能因为害怕而失去勇气，我们应该勇敢面对。

**我战胜了恐惧700字作文初中31**

恐惧是无处不在的，有一件事让我永远离开了恐惧。

寒假的一天夜晚，我正准备去睡觉，爸爸让我去倒垃圾，我就气愤地问：“我睡觉了，你怎么不去倒？”“就怕你不敢！”我心想：不就倒个垃圾吗，有什么害怕的！

可我一出家门就发现：外面黑漆漆的，伸手不见五指，我就害怕了，外面会不会有鬼呀！我一步一步地踮着脚尖走，生怕鬼听见我的声音，然后一下子捉我。“啊，啊，啊，鬼来了！”原来是一双发着绿色光芒的眼睛望着我，但我仔细一看，原来是一只可爱的小猫咪。一阵狂风吹过：“呼、呼、呼。”垃圾桶在“咣、咣”地发出声响。

这时，我又想起了鬼，赶紧把垃圾放到垃圾桶里，眼一闭就往家里跑。突然，我撞到一个庞大的物体，我以为是鬼，不敢睁开眼，可那个东西却说道：“蕊熙，你怎么啦？”咦？这个声音好熟悉，我抬头一看，原来是邻居徐叔叔呀，吓死我了。

我有些不怕了，快步地走向楼梯，过了几分钟，我大摇大摆地走进家门。爸爸还夸我胆子大呢！

**我战胜了恐惧700字作文初中32**

童年趣事就像生活里的味精，会让我们的日子更加有滋有味。

两年前的一天，我和姐姐去电影院看了一部叫《笔仙大战贞子》的恐怖电影。回家后，电影中的情节总是在我脑海里浮现，我害怕贞子会像电影里那样，也从我家的电视机里爬出来。我提心吊胆，就缠着妈妈让她陪我睡，可是爸爸却不容置疑地说：“你要学会独立，自己睡觉。”听了这话，我只能放弃和妈妈睡觉的念头。回到房间后，我害怕地把房间里的灯全部打开才睡着。

第二天，不知道内情的爸爸跟我说：“前几天有个人开着灯睡觉，变成了大公鸡，被煮了吃才知道是个人。”听了这话我不禁直打哆嗦。晚上，我还是缠着妈妈陪我睡，可是妈妈说：“你已经长大了，应该自己睡了，难道以后上了大学还要妈妈陪着吗？”我觉得妈妈的话也有道理，我应该独立，可是一想到电影情节我还是后背发凉。怎么办呢？我找来硬纸板贴在电视机上，用胶带把电视裹了一圈又一圈。我跑进房间迅速关上门，还把房门反锁。为了防止贞子靠近，我把所有的玩具熊都拿出来放在我的身边，手里握着毛笔，嘴里念着电影中的咒语。记得那时明明很凉快，但是黑暗和宁静太让人害怕了，于是我就把空调温度继续调低，让空调发出声音，这样才能睡得着。

就在这一次次战胜恐惧中，我学会了勇敢坚强。童年好滋味。

**我战胜了恐惧700字作文初中33**

清晨，一缕阳光透过窗帘洒进窗户，照在我的脸上，小鸟站在枝头，一蹦一跳地唱着愉悦的歌，在这样宁静祥和的日子里，我战胜了与天气截然相反的一种心情---恐惧。在这天，我学会了很多，也懂得了很多。

早上吃完早餐，我们一家三口一起去杭州乐园游玩，因为我是“爱写作的狮子”的种子会员，所以我能免费进入杭州乐园，那一刻，有种莫名的自豪。

我们一起进入杭州乐园后，我们先去玩了些并不是很刺激的项目，用来热身，当然，妈妈例外，因为她可不敢玩这些刺激的项目，于是，我们的“后勤”就由她来担当啦！热身后，我们准备前往最惊险刺激的一个项目---翻滚过山车。

到了翻滚过山车项目场地外面，“哇塞”！好长好长的队伍！每一次只能放十六个人进去，这样一来，岂不是所有时间都花在排队上了！这也太不划算了！于是，就让“后勤”妈妈排着队，我和爸爸先去玩了一个别的项目，再回来的时候，我惊喜地发现人少了下去一大半，我欣喜若狂，拉着爸爸赶紧到妈妈那里排队。

我们前面还有两组人，可是看到从过山车上下来的人哭泣的哭泣，头晕的头晕，甚至还有呕吐的，我不禁有些害怕起来，轮到我们的时候，我的心都提到嗓子眼：“天哪！这也太可怕了！我会不会也这样呢？”，

爸爸看了我一眼，好像也猜到我的心思，他拉着我的手说：“很多事情只有自己尝试过，才能对自己有更深的了解，一直以来你是勇敢的孩子，深呼吸，然后大叫起来能够缓解紧张情绪，相信你能行的！”，听到爸爸这么说心里稍微放松了点，等到过山车到我们跟前后，顺从地跟着爸爸上了车。我的心跳加速了，心想：“如果早知道这样，还不如不来坐过山车呢！但爸爸也说的对，事情不经历怎么能知道是什么体验呢”

“游客们，欢迎来到……不要紧张，我们游戏马上就要开始了！”音响里传来了播音员甜美动听的声音，我也决定放弃挣扎，勇敢接受这次挑战，“呜呜呜……”，过山车启动了，我闭上双眼，感受这凉风的“凉爽”，渐渐地，感觉身体在加速，我尖叫起来，旁边传来的“啊---啊---”的尖叫声此起彼伏，

突然，过山车在爬高，慢慢减速，甚至停了下来，我睁眼一看，发现我们已经到了悬在最高点！好像意识到马上会掉下去的感觉，我吓得立马又闭上眼睛，果然，没过多久，我就明显地感觉到自己在下坠，我紧紧握住把手，大声尖叫起来，但是，没过多久，这种压迫的恐惧感竟然消失了！我睁开眼睛，发现手心全是汗！但现在感觉没有那么害怕了，反而去欣赏天旋地转的那种不一样的景观，心情有种愉悦的刺激，好嗨哦！

很快，过山车就到站了，我竟然有种依依不舍的感觉，真是太完美了，战胜了恐惧后感觉很有快感，也很充实，真是一次不错的经历啊！

从开始的恐惧，到后来的愉悦，这种感觉好像再来一次，曾经书上看到一句话“恐惧是你的心魔”，这一句话一点也没错，只有战胜自己的心魔，会迎来自己的胜利愉悦，让我们携手同行，让明日的阳光更加灿烂而美好！

**我战胜了恐惧700字作文初中34**

每个人都会有恐惧的时候，勇敢的人能正视恐惧、克服恐惧。就如同我，平时我的胆量很小，晚上从来不敢一个人待在家里，就连上厕所也要把所有的灯全打开，从小就特别怕黑的我却在那一次，成功地战胜了恐惧。

当日的事情，历历在目。记得那天晚饭后，我准备画《节日的烟火》这幅作品，却突然发现画画包落在车里了。我习惯性地扯开嗓子：“爸爸——”想叫他下去拿，不料一扭头，却见他窝在沙发里睡着了，后头求助的话我生生地吞了回去。哎，妈妈也不在家，要不？我自己下去拿吧！

可我望向黑漆漆的窗外，又有些发怵。但我再望向一脸倦容的爸爸，实在不忍心吵醒他，于是我鼓足勇气，拿上车钥匙，迈开脚步，踏出家门。

不知怎的，今天的楼道特别阴暗，过道灯似乎也跟我作对，一闪一闪的，发出“滋——滋——”的声音，在一片寂静中显得尤其刺耳。我感觉自己的心“扑通、扑通”地快要跳出来了，手心里都是汗，失魂落魄的我不敢出声。我快步来到电梯前，摁了下降按钮等待着。“叮——”电梯门缓缓打开，里面空无一人，不似平时上学放学时的热闹。我硬着头皮走进电梯，就像一只胆小的小仓鼠一般蜷缩在角落里，睁着惊恐的眼睛，死死盯着电梯的楼层显示屏：“十一、十、九……”电梯不断下降，我紧张至极，

时不时地想起电视中的恐怖场景，就怕电梯在哪层突然停下来，然后鬼和幽灵一起蹿进来……我越想越怕，恐惧接连不断的向我袭来，渐渐地，我四肢僵硬，捏紧了拳头。此时我无比想念二十楼的何奶奶，怀念她的罗嗦，每次上学的那个点，一进电梯就能看到她慈祥的笑容，听到她的嘘寒问暖；我也开始想念七楼的两条小狗，每次电梯门一打开，就上蹿下跳地扑腾，喜欢在每个人脚边撒欢……

也不知过了多久，“叮——”终于到底层了，电梯门一打开，我一口气头也不回地拿出“飞毛腿”的看家本领，冲到车上拿好画画包，再回到电梯里，所有动作一气呵成，周围的黑暗仿佛跟我一点儿关系也没有。电梯门再次缓缓关上，四周仍是死一样的寂静，只剩下我大口大口地喘着粗气，惊魂未定。可“上了年纪”的电梯又愣是在寂静的夜里发出“咯嘞嘞”的响声，我再次一惊，身上不由地打了个寒颤。

就在这时，我想起了动画片《海洋奇缘》的主人公—勇敢的莫阿娜，比起她无畏地面对并挑战各种未知的险境，我现在遇到的又有什么可怕呢？我给自己打气：我一定要战胜自己，战胜恐惧，像莫阿娜一样。看着显示屏不断上升的楼层数字，我的心情随之上扬，四肢也慢慢放松下来，我甚至清了清嗓子，哼起了《海洋奇缘》的主题曲……

当我平安地踏入温暖而明亮的家时，我长嘘一口气，我这才体会到原来很多恐惧都是自己的心理在作怪。其实，恐惧就像弹簧，你弱它就强。

爸爸仍在沙发上熟睡，我安静地坐在书桌前开始画画，仿佛刚才什么也没发生过，可我从心底里笑出了声：我做到了！我战胜了恐惧！

**我战胜了恐惧700字作文初中35**

叮铃铃!叮铃铃!终于下课了，饿的前胸贴后背的我冲进了商店，用兜里仅剩的两块钱买了两个我最爱吃的鸡爪子。

我一边走一边吃，仿佛这个鸡爪子是这个世界上最美味的食物，这是我感觉到后面好像有什么东西在跟着我，我猛地一回头哇!好大的一只狗呀!我小时候最怕狗了，此时的我已经被吓得双腿发软，我心想怎么会有狗?哪里来的狗?于是我尝试慢慢的向前挪了一步，可狗也挪了一步。我心想完了完了这狗一定是冲我来的，我撒腿就跑连鸡爪子都掉在了地上。我顾不上鸡爪子是一路狂奔呀，可我发现狗并没有向我追来反而津津有味的吃着那个掉在地上的鸡爪子，我放心的从书包里拿出了另一个鸡爪子开始吃了起来。说实话那狗还真是锲而不舍呀，吃完了第一个鸡爪子又要吃第二个，我心想我最爱吃的鸡爪子都让给你了，你吃一个就行了呗。那只狗彻底把我给惹火了，我拿起地上一块石头使劲向那只狗扔去，狗疼的嗷嗷大叫，跑走了。

我终于战胜了狗，从此以后我终于不怕狗了。

**我战胜了恐惧700字作文初中36**

一个人，在他年轻的时候，倘若不能够总是对未知的生活充满欲望，那么在他不再年轻的时候，一定会深感到遗憾痛悔。所以，在面对未知的时候，面对挑战的时候，勇敢的跨出那一步吧！ 我爱旅行，想要环游世界。

小时候，我跟着大人们去过各种各样的地方，乘上飞机，坐上火车，便忘了所有的忧愁，那种满足感自然是无法用语言形容的。然而4年前的一场意外改变了我，记得那次是去云南，飞机飞到一半时，由于阴雨天气，差点失事，空中颠簸了好一阵，当时飞机上的人们都很害怕，毕竟是生死，我也不列外，幸亏当时的驾驶员经验较深，因此所有人都免于踏进死亡的境地。

我捡回了一条命，但从此以后，便再也不敢乘飞机，我深知乘火车去不了全世界，可我还是踏不上那飞机，走不出那一步，4年前的经历给我留下了阴影，也让我的梦想从此中断。

我渐渐长大，却依旧不敢坐飞机，父母不希望我在活在害怕的阴影中，他们想让我去试一试，在我浑然不知的情况下，他们再次给我买了一张去往云南的机票。那天的大清早我就被他们叫醒，强行拉到了机场，途中我百般不愿百般求饶，可爸妈的心好像被格式化了一样，只是重复的说着，你得试一试，你得试一试。于是我来到了机场。站在门口，望着曾经最喜欢的地方，心里却是那么的矛盾，像是五味瓶打翻在我的心里，对梦想的憧憬，对自己的突破，让我想要跨进，可那出现在脑中的4年前的场景却又让我筹驻不前。最终，在父母的丝丝安慰声中，我选择了勇敢，选择了去勇敢的跨出那一步。

踏起沉重的脚步，我登上了飞机，那只无数次出现在梦中，却迟迟不敢踏上的这人类的翅膀。我紧紧的握着安全带，静静的等待飞机的起飞，脑袋里却是一片空白。终于飞机起飞了，越来越高，越来越远，我却思绪万千，并非在想4年前的画面，却是像想着外面的世界有多美，我望向窗外，我在云的上端。我想，我已经成功的跨出了那一步，那曾经跨出过，后来不敢再跨出，现在又一次跨出的那一步。

在曾经的惶恐和梦想的纯动面前，我选择了勇敢，选择了勇敢地跨出那一步，选择了坚持我的梦想，于是，我看到了外面世界最美的风景。

**我战胜了恐惧700字作文初中37**

人生会经历许多事，恐惧便是其中一种。它虽然是人生路上的一些坎坷，但当你勇敢的面对时，你就会占胜它，并随之成长。

记得小时候，我一直缠着爸爸妈妈不放，他们走到哪儿，我就跟到哪儿，因此，爸爸赠我了一个绰号“女儿膏药”。终于有一天晚上，爸爸妈妈为了锻炼我的独立能力，说“你自己在家里吧，我们出去办点事，马上回来。”听到“马上回来”四个字，我稍微放松了点，说“去吧，快去快回。”等他们走后，我打开电视机看动画片，刚开始我还兴致勃勃，因为没人管我，我可以随便看电视。但是到后来，爸爸妈妈长时间不回来，我开始感到一丝害怕，总是感觉四周有怪怪的声音，我心想：该不会闹鬼了吧？一产生这个念头，心里就更加害怕了，不由得发起抖来，“哇—”的一声哭了出来。突然，我想起刚看过的一部影片《小鬼当家》，那部影片里的孩子，面对小偷并丝毫没有胆怯，反而用机智的头脑战胜了坏蛋。再看看自己，稍有一点儿风吹草动就被吓破了胆。于是，我开始为自己鼓劲，像平常一样洗脸刷牙、睡觉，不知不觉中，什么恐怖似乎都消除了，我美美的睡着了。

有了这次的经历，我明白了：世界上根本没有什么恐惧是不可战胜的，只要你心中有勇气，就能消灭它！

**我战胜了恐惧700字作文初中38**

我战胜了恐惧，我战胜了稚嫩小时候的我遇到的恐惧！要知详情，且听我一一道来。

小时候，我是一个活泼又稚嫩无知的小孩。我害怕雷公公在云间打鼓，那轰隆隆的声音如同山崩地裂，好像大地都被震得颤动起来。我一听到雷公公的鼓声就哇哇乱叫，害怕雷劈下来把我劈成一堆黑灰。但我渐渐长大，妈妈对我说：“只要法子正确，雷是劈不到你的，而且你看楼顶上装着避雷针呢。”就这样，在妈妈的鼓励下，我战胜了对雷声的恐惧。

小时候，我害怕家里只有我一个人，因为我总感觉自己会被绑架。于是，父母和哥哥都不在家的时候，我的心就七上八下忐忑不安的。直到妈妈回来，我的心才落下来，高兴地扑进妈妈那温暖的怀抱。虽然，我非常害怕一个人在家，但是我像棵小树一样茁壮成长。我会找一些事情来分散我的注意力，比如：写作业、读书、吃东西还有看电视。就这样，我战胜了对独自一个人在家的恐惧。

小时候，我战胜了这些在大人看来也许是小小的“恐惧”。今后，我要努力战胜人生道路上可能遇到的所有的恐惧！

**我战胜了恐惧700字作文初中39**

在每个人心中都有一些令人恐惧和害怕的东西，而我心中也有一个令我恐惧的东西，你们想知道是什么吗？其实那就是一个人独自在家。

我记得那是一个月黑风高的晚上，我的爸爸妈妈都没有回来，我一个人在家里看电视。家里阴森森的，就像进入了一片原始森林一样。我的四周仿佛有千钧大将，气氛十分紧张。此时我心里在想：“家里是不是进鬼了，周围怎么阴森森的呢？”我的心万分恐惧，心都提到了嗓子眼，就好像我一张嘴说话，我的心就会蹦出来似的。于是我将电视声音调到最大，将家里所有的灯都打开，心里在默念：“妖怪你出来吧，我不怕你，你不怕光就出来吧。”这妖怪好像听见了我的话，外面的风呼呼的吹着树木不像白天郁郁葱葱，更像张牙舞爪的大魔王。我的嘴里嘟囔着：“天灵灵地灵灵，天上的老君快显灵。”我一边嘟囔一边去房卫生间，心里想：“我要赶紧睡着，睡着了就不害怕了。”我以迅雷不及掩耳之势洗完了脸，刷完了牙，泡了脚，上床裹着被子就睡着了。

第二天我醒来，发现阳光洒落在我的房间，一切平安无事，原来都是杞人忧天啊！也就是那一夜，我克服了一个人在家。

**我战胜了恐惧700字作文初中40**

别看我个子高大，还学了跆拳道，样子像老虎一样威猛，其实我很胆小，只不过是一只纸老虎。如果让我一个人在家，那我肯定是不敢的，特别是在晚上。

那一天晚上，爸爸妈妈要出去有事，让我一个人呆在家里，我死也不肯，但又没有办法改变爸爸妈妈的决定，只好忐忑不安地留在家里。等爸爸妈妈一出去，我就把门锁死了，生怕有人进来。

我把电视打开，让电视的声音给我壮胆。我躺在沙发上，用被子包裹着身体，尽量隐蔽自己。我闭着眼睛听着电视的声音，心渐渐安定下来。可是，电视里突然传来一声怪叫，吓得我魂飞魄散，于是我赶紧把电视关了，刷牙睡觉。洗漱间里，我看着镜子里的我好像不是我似的，晃来晃去，好像一个幽灵，我心一紧，不由得打个哆嗦，我以火箭般的速度，立即刷完了牙，跑到房间里，赶紧躲在被子里缩着头，大气也不敢出。

我竖起耳朵听着外面的动静，但什么也没听见。就在我放松警惕的时候，突然不知从哪里传出了“滴答、滴答”的滴水声，我以为是鬼来了，吓得我心惊肉跳，我全身发抖，身上直冒冷汗。这个声音实在是太恐怖了，每滴一声，我的心就“怦”地震一下，再这么下去，我的心就要震破了。我躲在被子里想，这个世界真的有鬼吗？我想起来去看个究竟，可又害怕被鬼吃了去。最终我还是战胜了恐惧，提着胆子向着水滴的声音方走去。哎呀，原来是我刷牙时跑得太快了，忘记关水了。

我正准备回房，突然又听到了一阵敲门声，我以为是小偷趁虚而入。我从厨房拿来一把菜刀，躲到门后，举着刀，慢慢把门打开，一看，发现是爸爸妈妈回来了。爸爸妈妈看着我手中的刀，吃了一惊。我把原因告诉了他们时，他们哈哈大笑，我也不好意思地跟着笑。

原来世界上根本就没有鬼，只是我心里在作怪，从此我再也不害怕一个人在家了，我战胜了恐惧，真正成为了一个虎虎生威的男生了。

**我战胜了恐惧700字作文初中41**

作为一个有很严重的恐高症的人，站到海拔1500米的山巅，是需要多大的勇气哦。出发前我就被自己的恐惧感给击败了。

幸运的是此行我有大朋友般可亲的好老师的陪伴，还有亲爱同学的陪伴，让我超越自我，完成了攀登。

对我来说，登山比下山容易。在上山的途中，我每逢休息时间，我都不敢向下眺望，每望一眼，就好像要坠入深幽似的，心在瘦骨嶙峋的胸腔里扑扑乱跳。偶尔，望着那些挂在线上的缆车，我就感觉呼吸急迫。好像自己的命都悬一根弦上，感觉随时会掉下来。

站在山顶中，看着云与自己并肩，自己置身于云海当中，显得很美，我慢慢地走着，头丝毫不敢往周围看，我每下楼梯，林老师总是牵着我的手，听着他柔声安慰我：“你就看这些石头好了，不要往前看。专注于眼前。”我的另一只手被同学陈籽润握着。他们左右陪伴，让我每一步伐都开始沉稳。还有好多同学递来关切的目前，甚至有同学悄然在嘀咕：真担心郑超铭怎么办？

下山来到了坐缆车的地方，我拿出了事先准备好的眼罩，听张航铭说：“缆车的下面也是玻璃”。我顿时慌了神，恐惧感又袭击我。我觉得我快完了。我走进检票通道，我快速的跨入缆车，把我的眼罩快速带上，我把双手交叉放在胸前，一动不敢动。左右边还是坐着我最亲爱的老师，他无声的陪伴。我坐在缆车上，双眼不得不闭上，虽然我很想看看外面是何样的，但是我十分害怕，我的内心充斥着各种幻想着。什么时候才能到呢？在加速的地方，缆车快速地下去，缆车轻微的晃动，轻微的耳鸣，让我的身体和耳朵很难受，我的心砰砰的跳动，没有一丝停息，心里有着无限的想象，何时能到，为什么这么慢，在加速的时候，我的身体几近绝望，速度突然加快让人猝不及防，在快到的时候，林老师让我把眼罩打开。陈籽润，一直牵着我的手，这份强有力的牵手让感到温暖。这股暖流和我脆弱的内心融入强大的力量。进站刹那，我快速地下了缆车。着地的踏实感觉让我觉得安稳。走出站台时，看见我的同学们竟然在道路两边站着给我鼓掌，我不知所措，我缓缓走下去来了，一堆人蜂拥而来，围住我，刹那间一种战胜恐惧的骄傲感萦绕胸怀。

泰山之行留给我最珍贵的记忆，恰恰是我的同学老师给我毕生难忘的真情。谢谢你们，我的同学，我的老师。

**我战胜了恐惧700字作文初中42**

我从小就很胆小。看到虫子会怕，独自在家会怕，去到医院也会怕。记得小时候，我生病了，妈妈带我去医院打针，我害怕极了，吓得直往医院外跑。妈妈一把抱住我，紧紧按着我才把那针打上。虽然现在我不会这样了，但是每当跨进医院时都有一种恐惧。因此，妈妈一直想找个机会锻炼一下我的胆量。

机会终于来了。一个星期五晚上，我正在悠闲地看电视，妈妈让我去买东西。我心想：“这正是一个锻炼胆子的好机会，而且买东西剩下的钱还可以买零食，真是两全其美啊！”于是，我二话不说，拿着钱走了。

可是，我出门后就后悔了。黑暗像个大怪物一样，正张着大口要来吃我呢！风猛烈地摇撼着路庞的大树，大树像妖怪一样张牙舞爪，吓得我不敢往四周看。我走的是一条没有路灯的小道，只好望着道路尽头微弱的灯光走几步又停几步。过了一会儿，我总觉得有人跟着我似的，于是我加快了步伐，心想：“只要走到有灯的地方就不那么‘恐怖了。”就在这时，一团黑乎乎的东西突然出现在我的眼前。我吓得“啊”的一声叫了出来，黑乎乎的东西被我的叫声吓跑了，我这才发现那就是一只猫。这时我已经吓出了一身冷汗，希望快点离开这个“恐怖”的地方。我再次加快脚步，终于看到了超市，我像抓到了救命稻草似的，以迅雷不及掩耳之势跑了过去。

到了超市，我松了口气。买完东西，我正愁怎么走过那条“恐怖”的小路，突然间我想起一个有趣的笑话，一边走，一边笑，恐惧的心理瞬间烟消云散了。不知不觉中，我已经走到家门口了。我庆幸自己走过了那条“恐怖”的小道。

“人生最大的敌人不是别人，而是自己”有人这样说过。一个人只有战胜了自己，才能战胜内心的恐惧。

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！