# 2024年培养孩子良好的作息时间心得体会(实用10篇)

来源：网络 作者：青苔石径 更新时间：2024-06-04

*心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。那么心得体会怎么写才恰当呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。培养孩子良好的作息时间心得体会篇一一寸光阴一寸金，寸金难...*

心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。那么心得体会怎么写才恰当呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**培养孩子良好的作息时间心得体会篇一**

一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。

今日复今日， 今日何其少! 人生百年几今日，今日不为真可惜!

这样一些关于浪费时间的诗句在上小学时就被老师常常教育着，现在想起来都记忆忧新，但自已一直也只是一味的仅把他当成诗句而已，上周，我观看了李践老师的(时间管理)，看了以后真是受益非浅，让我知道了要很好的完成工作就必须高效的管理自己的时间。

首先要明确自已的目标，没有目标就没有规划，有了规划就要一分一秒让它产生价值，不管任何事一旦想到了就要尽快的去做，就是老师口中所谓的“快快快“不要一味的托延时间，不要害怕失败，失败一定是要原因的，成功一定是有方法的，所以要时时总结自已所犯的错误，自已错在那里?要不断的改进，不断的进步。只有这样才可以真正的快速的实现自已的目标。

时间流逝的无影无综，去的快，来的也快。而能否把握时间，做时间的主人往往决定着一个人一生的命运。生命的长度掌握在上帝手中，但生命的宽度却掌握自已的手中。

浪费时间就等于浪费黄金，朋友们，往者不可追，来者犹可谏。愿我们都把握今天，从今天开始，争做时间的主人，把一生有限的时间和精力投入到无限的学习和工作中去。

**培养孩子良好的作息时间心得体会篇二**

时间是伟大的财富，每个人都希望能够充分利用时间来追求自己的目标和梦想。然而，现实生活中常常让我们感到时间不够用、身心俱疲。因此，我们需要学会抢时间，合理安排时间，提高效率。在这个过程中，我积累了一些宝贵的心得体会。

首先，时间的抢占并非一蹴而就，而是需要一个个小步骤的持续努力。我们都知道，把时间浪费在琐碎的事情上是很容易的。因此，我经常采用番茄工作法，将大任务分解为若干个小任务，每个任务集中注意力、全力以赴完成。这种方法不仅能够提高工作效率，还能增加自己的成就感，激发对时间的进一步把控的动力。

其次，夺取时间需要强大的自律能力。网络和手机成为了我们最大的时间杀手，很多人在工作之余往往习惯性地打开手机浏览社交媒体，玩游戏或看短视频等。为了避免这种浪费时间的行为，我养成了一些好习惯，例如每天设定专门的工作时间，关闭手机通知等。通过坚持和自律，我逐渐培养了更加高效的工作习惯，把握住了自己的时间。

再次，合理分配时间对于保持身心健康至关重要。抢时间并不意味着每天都要过得紧张忙碌，而是要根据自己的需要和优先级，合理安排时间。在分配时间的时候，我总是将自己的健康与休息放在第一位。只有保持良好的身体和精神状态，才能更好地投入工作和学习。因此，我每天都会合理安排运动、休息和娱乐的时间，让自己保持平衡的生活状态，更好地应对工作中的挑战。

此外，抢时间需要清晰的目标和计划。每个人都有自己的梦想和目标，而这些梦想和目标往往需要时间来实现。因此，我们需要制定明确的计划，将目标分解为具体的步骤和时间节点。同时，要不断检查和调整计划，确保自己始终保持在正确的轨道上。坚持并执行计划，不畏困难和挑战，才能够更好地抢占时间，向梦想迈进。

最后，时间是有限的资源，我们需要珍惜它。在抢时间的过程中，我深刻体会到时间就像是一粒流沙，如果我们不加以珍惜和合理利用，就会在指间流逝。每一天的时间都是宝贵的，每时每刻都应该用来创造、成长和享受生活。因此，抢时间并不仅仅是为了更高效地完成工作，更是为了过上更加充实和有意义的生活。

总而言之，抢时间需要持之以恒的努力和不断的自我调整。通过番茄工作法、自律能力的提升、合理分配时间、制定明确的目标和珍惜时间，我逐渐学会了抢时间的技巧和方法，并收获了更多成就和满足感。希望每个人都能够认识到时间的重要性，珍惜每一个宝贵的时刻，实现自己的梦想和目标。

**培养孩子良好的作息时间心得体会篇三**

善于授权尽量及时的授权明确分配工作，必须了解下属的能力与才干，\"做什么?\"，而非\"怎样去做\"要授予权利，说明目标与期望要评估、检查注重结果不能重复授权由简至繁循序渐进向下授权出现困难时，要帮助寻找解决困难的方法不能姑息\"倒授权\"的行为你仍然要承担责任领导人的四、带着解决方案说问题领导人的五、减少会议自问这个会议非开不可吗?确保会议目的要集思广义提前将议程发到与会者，明确时间计划控制会议局面，总结纪要尽量推掉你无关的会议领导人的六、别接烫手的山芋――做自己该做的事领导人的七、精兵简政简化流程领导人的所谓时间管理就是用最短的时间达成最多的\'目标，实现均衡的人生。金钱用完了，还可获取，而时间用完了，生命即结束了。其实，时间管理，就是你自己生命的管理!谢谢!\*\*时间是什么?是生命是财富是资源是人生最大的资本时间的特性不可增减不可缺少不可贮存不可替代时间――可以管理!浪费时间的原因1、缺乏明确的目标2、拖延3、缺乏优先顺序，抓不到重点4、专注细节，事必躬亲5、做事有头无尾浪费时间的原因6、缺乏条理与整洁，找东西7、不懂授权8、不会拒绝别人的请求9、盲目行动10、简单的事情复杂化11、懒惰12、消极思考客观方面浪费时间的原因a.上级领导浪费时间(开会、电话、不懂授权、组织官僚、制度呆板)b.工作系统浪费时间(访客、官样文章、员工离职等)c.生活条件浪费时间(通讯、环境、交通、朋友闲聊、家住郊区等)每个人的时间都是有价值的例：工作时间举例价值举例(以20xx年全年365天计)(每天每小时的价值)时间分配工作圆饼图(主要工作重点与时间分配)――每一位顶尖成功者首先是顶尖的时间管理者――要认清自己的使命一、使命优先――要预先规划时间(每日、每周、每月、每年)二、生命规划三、明确目标目标要明确要量化要有挑战长短结合要有时限――分清轻重缓急，抓住重点――二八定律――abc法则四、要事第一五、一生就是一天――当日事当日毕六、马上行动――杜绝拖延七、第一次做好――追求零缺点八、整洁和条理拿东西养成哪里拿，哪里放的习惯把同样、同类、同时使用的东西放在一起把东西上编号贴上字条把所有的钥匙集中保管设立一套高效的处理文件系统做事应尽量简化九、快速的节奏感――快速的行动――快速的思考――快速的处理工作十、做自己该做的事――――不要让人浪费你的时间十一、成功日志――记录每一天做的每一件事的时间十二、善用零碎的时间――如何应用上下班中途时间如何应用等待的时间十三、简洁原则――复杂问题简单化简单问题条理化业余时间的管理业余时间管理一、睡眠――利用白天瞬间睡眠――培养随时随地入睡的能力――注重睡眠质量，不注重长短――良好的睡眠环境与条件――心理训练，自我暗示与身心放松。

**培养孩子良好的作息时间心得体会篇四**

时间，是永恒不变的自然定律。它不会因为任何外在力量而改变，而是默默地一分一秒流逝，无情地逼近我们的生命。所以，我们应该学会珍惜时间，把握它，利用它，创造美好的人生。在我短暂的求学路程中，我经历了许多磨练，于是对时间、力和心有了更深刻的认识和领悟。

第一段：时间的珍贵

“岁月不待人”，这句话我想任何一个人都听过。但愿我们能够明白，时间是多么珍贵、宝贵，我们要珍惜每一刻。在大学生活中，时间的利用非常关键，如果不好好把握，就会一事无成，时间就会像流水一样从我们的指尖溜走。当我意识到这一点时，我开始主动地合理安排时间，避免浪费。比如，减少不必要的社交活动、聚会和游戏时间，把更多的时间花在学习上，为自己的未来打下坚实的基础。我也会时常审视自己，看看哪些地方还需要进步，哪些地方需要改变来更好地利用时间。

第二段：力的坚韧

什么是力？力是实现目标的动力，是完成使命的能量。但是，实现目标并不是一件容易的事，因为生活中会遇到许多困难和挫折。然而，面对困境，我们应该变得坚韧起来，不要轻易放弃自己的目标。在面对学习困难时，我会尝试找到解决问题的办法，问问身边的同学和老师。如果经过了多次尝试还是没有得到解决，我也不会轻易放弃。我会重新审视自己，找到自己的问题所在，再来调整自己的心态，坚持不懈地解决问题。

第三段：心的修炼

心态是非常重要的，在面对生活中的挫折和沮丧时，我们往往会情绪低落、自我放弃，那么心态就会变得消极。这时，我们需要改变自己的心态，积极正面地去面对生活中的困境和失败。在学习中，我也经常需要调整自己的心态，保持积极向上的精神状态。对于不懂的问题，我会主动去请教老师和同学，在带着好奇心的同时，锻炼自己的思考能力。同样地，在面对课业压力较大的时候，我会多利用剩余的时间进行兴趣爱好和社交活动，保持身心健康。

第四段：时刻提高自己

提高自己的方法有很多，最重要的是要坚定自己的目标和信念，不断学习和进步。在学习中，我会注重自主学习，多进行课外阅读、爱好培养等活动，扩大自己的知识面。同时，也要注重与人交流沟通，了解其他人的观点和想法。此外，我会多参加一些实践活动，志愿者工作等，学会如何与人沟通和合作，提高自己的社会经验。

第五段：把握未来

时间是我们人生旅途中永远的主题。在大学生活中，我们应该积极利用时间，提升自己，成为更好的自己。但我们同时也应该展望未来，制定长期目标，把握人生的方向。找到自己的发展方向，全力以赴去实现自己的目标。把握每一年、每一天、每一刻的时间，在成就自己的同时，也要同时在为家庭、社会贡献力量。这也是我坚持着原则、珍惜时间和不断改变自己的原因。

结尾：

在大学的四个年头里，我一步步成长了许多，离我的目标也越来越近了。在这条求学之路上，我领悟到了许多道理，其中“时间、力、心”无疑是其中之一。时间的珍贵让我明白了时间不等人，它在默默地逼近我们；力的坚韧让我明白了在挫折中要坚持，不断激励自己去完成目标；心的修炼则是告诉我要调整自己的心态，积极正面地去面对生活中的困境和失败。面对未来，我深深地领悟了把握每一分每一秒的时间，做一个有用的人，在成就自己的同时，更要在为家庭、社会贡献力量。这正是我对时间、力和心的深刻体会和领悟。

**培养孩子良好的作息时间心得体会篇五**

改变你的想法

美国心理学之父威廉·詹姆士对时间行为学的研究发现这样两种对待时间的态度：“这件工作必须完成，但它实在讨厌，所以我能拖便尽量拖”和“这不是件令人愉快的工作，但它必须完成，所以我得马上动手，好让自己能早些摆脱它。”

当你有了动机，迅速踏出第一步是很重要的。不要想立刻推翻自己的整个习惯，只需强迫自己现在就去做你所拖延的某件事。然后，从明早开始，每天都从你的todolist中选出最不想做的事情先做。

学会列清单

把自己要做的每一件事情都写下来，这样做首先能让你随时都明确自己手头上的任务。不要轻信自己可以用脑子把每件事情都记住，而当你看到自己长长的list时，也会产生紧迫感。

遵循20比80定律

生活中肯定会有一些突发困扰和迫不及待要解决的问题，如果你发现自己天天都在处理这些事情，那表示你的时间管理并不理想。成功者花最多时间在做最重要，而不是最紧急的事情上，然而一般人都是做紧急但不重要的事。

安排“不被干扰”时间

每天至少要有半小时到一小时的“不被干扰”时间。假如你能有一个小时完全不受任何人干扰，自己关在自己的空间里面思考或者工作。这一个小时可以抵过你一天的工作效率，甚至有时候这一小时比你三天工作的效率还要好。

严格规定完成期限

巴金森(c.noarthcoteparkinson)在其所著的`《巴金森法则》(parkinsonslaw)中，写下这段话：“你有多少时间完成工作，工作就会自动变成需要那么多时间。”如果你有一整天的时间可以做某项工作，你就会花一天的时间去做它。而如果你只有一小时的时间可以做这项工作，你就会更迅速有效地在一小时内做完它。

做好时间日志

你花了多少时间在做哪些事情，把它详细地记录下来，早上出门(包括洗漱、换衣、早餐等)花了多少时间，搭车花了多少时间，出去拜访客户花了多少时间……把每天花的时间一一记录下来，你会清晰地发现浪费了哪些时间。这和记账是一个道理。当你找到浪费时间的根源，你才有办法改变。

理解时间大于金钱

**培养孩子良好的作息时间心得体会篇六**

时间是什么？对于不同的人，时间的定义也各不相同。但无论如何，却每个人都需要面对时间的流逝，我们都在不断地生长成熟，不断地经历风雨，不断地累积阅历。时间已成为我们生命中不可忽略的一部分。在时间面前，我们无法逆转，只有珍惜。时间教会了我很多东西，让我悟出许多道理，下面我会从不同的角度展开这个主题。

第二段：时间是闪着金光的硬币

在生活的道路上，时间是我们手中的一枚闪着金光的硬币，如果我们能珍惜它，它就能给我们带来无限的财富，但如果我们不思进取，不珍视时间，那么那枚硬币也会变得毫无价值。所以我们必须满怀敬畏之心，珍视时间，把握每一分每一秒。时间不允许我们任性浪费，那些付诸东流的时间最终将被我们所遗弃。因此，我们必须认真思考并充分利用时间，追求自己的理想。

第三段：时间是一位智者

时间有时也会像一位指导我们前进的智者，它会引导我们去探索生命的奥秘，指引我们在茫茫人生路上闪闪发光。在时间留下的印迹中，我们可以看出自己已经成长到了哪一步，也能够预见到自己未来的道路。虽然，我们不能抓住时间，却可以超越时间，充实我们的生命。珍惜时间，让自己的眼前充满更多的生机，去感受时间的魅力。

第四段：时间是一家银行

时间是一家永远不会倒闭的银行，在我们的人生里，我们需要不断地为自己存钱，利用时间去孕育自己的未来。如果我们能把握好时间，珍惜它，从中汲取各种可能，那么我们就会发现自己身体里的每一个细胞都在铁板一块。我们要学会用心积累，时时刻刻铭刻在心中，让每一个时刻都变的值得我们去留恋，使我们的时间得到成倍的回报。

第五段：结论

在时间周的学习结业之际，对于时间这个话题，我的心态已经得到很好的调整。我们每个人都在奔跑中寻找自己的定位，而贵重的时间，却是我们取得成功的关键。时间犹如流水一般，匆匆流逝，我们的任务就是从中取获更多、更长的课程资讯，让每一刻都变成一笔财富、一次感悟、一份坚守和奋斗。时间就在我们身旁，因此我们必须打起精神，抓住它，珍视它。

**培养孩子良好的作息时间心得体会篇七**

每天都觉得自己有很多的事情要忙，但是一天下来项目却没有什么进展，晕乎乎的过了一天。回顾自己一天所做的工作，工作的安排，工作的优先级；各个事情上所花费的.时间，都存在问题。所以重要的工作却没有什么进展。

现在我改变了方法，改变了思路。如下几个方面进行：

1)每天一到办公室就把今天计划要做的事情都列出来，然后把每件事情拆分成细小的步骤，也就是这件事情做完了，下一步行动，下一件事情做什么，怎样做，都有清晰的规划。

2)工作划分优先级，优先级高的、领导重视的事情、紧急的故障等等，优先处理。

3)免打扰。避免不必要的在网页上游荡；不要老是在msn，qq

上来回的切换。每天的7个半小时是非常宝贵的，一定要集中精力，沉下心，静下来，专心做事。

4)大脑也像cpu一样，最好每一时刻只专心处理一件事情，这样的效率会更高。

5)在做每一件事情之前都有一个完整的规划，分析如何去做好这件事情，不要力求完美。有了比较好的思路，那么尽快开始动手干，不要瞻前顾后，不要忧柔寡断，婆婆妈妈的，做事情干脆利索点。

6)明确做事情的目标。有了目标追求，才有追求，才能把事情做好。

**培养孩子良好的作息时间心得体会篇八**

时间是人生中最为珍贵的财富，它是一种不可逆转的物质，一旦失去就无法挽回。时间如同金子般宝贵，每个人都应该珍惜和善用时间。每一分一秒的时间都有其特殊的价值，时间是一种极度宝贵的资源，可以帮助我们实现梦想，实现目标。

第二段：时间的不等价性

时间是不等价的，有时我们会忽视这一点，把时间浪费在无足轻重的琐事上。相较于那些能够帮助我们前进，实现目标的任务，无关紧要的事情更应该被弃之不顾。虽然时间可以视为资源的一种，但它比其他任何难以或不可能被消耗的资源更加的有价值。

第三段：时间的管理

时间的管理可以让我们充分使用时间，并充分利用它的价值。该过程开始于制定计划、确立目标并安排时间，然后将注意力集中在实现具体任务上，确保他们按时完成。同时，要对我们的时间进行监控和调整，确保我们把时间花在更为重要的事情上。

第四段：时间的规划

合理规划会导致高效的时间利用率。规划可以通过管理方法来实现，如使用日程表等工具，它们可以帮助我们跟踪和评估目标进展，寻找和解决可能遇到的问题。同时，被监控的进度表和备忘录可以帮我们更好的管理时间。

第五段：时间的利用

利用时间是更加高效的管理策略，当时间被充分利用时，我们可以将创造力和能力转化为实际成果。要合理规划时间，遵守时间原则，同时要学会如何区分对我们前进更有帮助的任务与琐事，提高我们的有效工作时间。

总之，时间是不可逆转的，珍惜时间可以让我们实现自己的目标追求，创造美好的人生。我们应该从现在起，充分利用时间并制定今后的计划，以创造更丰富、更愉快的生活。

**培养孩子良好的作息时间心得体会篇九**

时间是世界上唯一不可控制的因素。不管我们怎么努力、怎么改变，时间始终是朝着前进的方向前进。我们每个人都是时间的宠儿，仿佛在时间的怀抱里生活着，它决定了我们该做什么、该怎么做、该去哪里。那么，在经历了青涩的年华和人生的浮沉之后，我想聊一聊我对时间的一些心得体会。

第一段：时间的速度与价值

时间的速度是很快的，白驹过隙不过是一个形象的说法。每个人都会在一年、两年、三年中发现自己变化的速度惊人，即使很多时候我们不愿意停下来看看自己的变化，其实，我们和身边的人都在快速发生着变化，和我们毫不相干的人也在快速地变化着。时间的快速也给了我们很多机会，以前的机会来了但我们没做，现在的机会来了但我们还是没做，我们懊悔自己错过的机会是没用的，所以我们要珍惜时间，学会抓住机会，因为时间的价值是无限的，我们的青春也只有一次。

第二段：时间的独特性

每个人对于时间的看法不尽相同，时间有的人感到恐惧而有的人感到厌烦。但无论怎样，时间是独特的，它具有自己的特殊性质。时间没有好与坏的评价，我们想要挽回的时间是不可能挽回的，我们想要快速过去的时间却总是会缓缓地过去。时间的独特性决定了我们要在短暂的一生中珍惜时间，尽量抓住时间里的每一个珍贵瞬间，不让时间轻易地从我们身边流逝而去。

第三段：时间的多面性

时间有多个面向，我们可以用时间去做很多不同的事情。当我们兴致勃勃的时候，时间比较短；而在我们无所事事或者感到痛苦时，时间则显得极其漫长。当我们用时间去做我们喜欢的事，时间总是会过得很快，而当我们做我们讨厌的事情时，时间仿佛被拉长了许多倍。时间有时候会让我们感到深深的无奈和沮丧，但也会带给我们很多意外的快乐和惊喜。所以，我们要选择对时间的态度，让我们的时间更加有价值。

第四段：时间的无常

时间是无常的，它可能会毫无预警地从我们身边留下。因此，我们必须对生命中每一时刻负责任，要珍惜每一刻，把握每一天，让它们在自己自由、宽松、充满创造性的生活中闪耀。我们应该让时间成为我们希望成为的人的朋友，而不是敌人。这样，我们就可以成为时间的主宰而不是受其统治的奴隶。

第五段：时间的价值远高于财富

我们常常会将时间和财富挂钩，但我们却忽略了一个事实：时间才是生命的财富。时间的已过去总是不会再来，也没有人能把时间以任何形式套现或者积攒。与其把时间当做一种贸易品，冷静地思考一下，我们会发现时间的个人价值远高于任何财富或物质财富。在时光荏苒中，我们要把人生经验看作是自己流淌的人生养料，而时间就是这些养料的母体。

总之，时间是我们生活中最为宝贵的资源之一。我们可能总是觉得时间不够用，但时间在我们脆弱的人生中是极其重要的。珍惜时间，老练地走去，让自己的人生变得更加美好，那一天我们的生命结束时，我们就会对我们度过的每一天心满意足。

**培养孩子良好的作息时间心得体会篇十**

首先感谢公司给与的这次机会能够学习到xxx老师的精彩演讲，虽然在此之前也看了不少励志的演讲，但都没有这次对我的震撼。

短短数小时的短片，却使我豁然开朗，之前很多心中的疑问就此解开，我现在明白了自己为什么有时候工作的效率不高，为什么有时感觉到目标感不明确，这就是因为我没有有效的管理好自己的时间，金钱没有了可以挣，可是时间一旦失去，将不复再来，让我领悟了管理时间即是管理自己的生命。虽然有点夸张，但是我是这么认为的。时间在一分一秒中溜走，我们的生命也在一分一秒的减少，但是又多少人会警觉呢，年轻的时候感觉时间太富裕，以为还有大把大把的时间可以挥霍，蓦然回首，感到时间就在不经意间离我们远去，想抓住时间，但是时间不会为任何一个人停留，通过这个短片，使我受益匪浅，高效人士的管理方法和激情的演讲让我得到启发和激励。

我认为心态是最重要的，因此我们要保持一个积极的心态，有了积极的心态就等于向成功迈进一步。但如果没有好的心态，有再高的能力也是不会成功的`。当我们保持一个好的心态时，我们会觉得周围的一切都是美好的，更有助于我们完成工作。不论我们做什么工作，我们都要保持一份热忱，认真去做，不论什么工作，如果全身心的投入，我们都会从中学到很多。每个职位都有做的最好的，我们要么不做，要做就做到最好。听了这个演讲，以后我要更加积极主动工作。我会全身心的投入到这份事业中，以主人翁精神高效率的完成上级派给我的任务。

要事第一，日清日新，杜绝拖延，马上行动。

是我听这次演讲最深刻的体会，但是只听不行动是没有用的，因此我决定从现在起，立即行动。世界上没有懒惰的人，只有缺少目标的人。有目标如果不去行动，那只是空想，不可能成功的，按照我们每天的目标一点点去完成，用行动来实现，按照李践老师所说的激发行动的六个步骤：我们要得到什么样的结果，达不到有什么样的痛苦，不行动有什么坏处，假如马上行动有什么好处，最后制定期限马上行动!

我通过演讲的标准对照了自己的实际差距，第一点就是距离工作地点要近，节省时间，我目前住在浐灞生态区，距离比较远，每天早上6点起床去坐车有时候还差点迟到，下午下班后回到家就已经8点多了，这样无形之中把宝贵的时间都浪费在了车上，我当即决定在周日的时候在公司附近找一个住处，这样不仅节省了大量的时间使我可以有更充足的时间去学习，并且可以步行到公司减少了交通拥堵带来的不便。

第二工作时候的记录不明确，我立即从网上下载了xxx老师的《时间管理空白日志》，并购买了信笺按照日志的格式进行规划，我相信今后按照日志的指引来工作，会使我的工作进入一个新的境界。这样做到日清日新，会使我更有目标更加充满激情的投入工作当中。

第三xxx老师讲的将文件和资料进行分类，我的文件和资料虽然也进行了分类，但是还是没有李老师分得那么细致，因此我会抽出时间整理文件夹以及资料，将它们详细按照类别细分。这样更有利于节省时间提高效率。

我暂时就有这三点的改变，今后我将不断地重复观看李老师的演讲，仔细体会其中的含义，不断休整我的人生，使我的生命更有意义。

每个人都渴望成功，要想成功就必须保持一个积极进取的心态，有明确的目标，有效的时间管理，持续不断的学习，为了目标积极行动。我也是一个渴望成功的人，从现在起我就要好好规划自己的未来，按照李践老师所说的制定属于自己的行动日志，用积极主动的心态把我的本职工作认真完成，多余的时间给自己充电，同时提高自己的自律能力，让每天都过得充实。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn