# 最新劳动时间心得体会(优秀11篇)

来源：网络 作者：花开彼岸 更新时间：2024-06-04

*当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。劳动时间心得体会篇一时间是一把无情的...*

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

**劳动时间心得体会篇一**

时间是一把无情的刀，在每个人的一生中从未停止地流逝着。它无声地流淌，时而悄然无息，时而跳跃起伏。从日出而作，到日落而息，我们终日守着时钟的指针不停划过，仿佛永远追逐着那一丝流逝的痕迹。然而，时间并非真的会停止，也终将逝去。在与时间的较量中，我们不断学习，不断反思，这时我领悟到时间的真谛与人生的意义。“时间”的主题深入人心，时而带来欢乐，时而带来痛苦，但它也成为人生中最令人难忘的一部分。

第一段：时间如流水般逝去

时间是一位伟大的雕塑家，它烙印着岁月的痕迹。每一天，我们忙碌于工作与生活之间，感受着时间如水般从指尖滑过的感觉。转眼间，我从一个年轻的学生成为了一名职场新人。回忆起过去，我发现我在追逐梦想的路上常常懒散，常常浪费时间于无用之事，常常后悔没有把握住当下的机会。不知从何时起，我体会到时间的宝贵与短暂，开始努力去合理规划自己的时间。我告诉自己，时间可以创造价值，只有抓住当下才能把握明天。

第二段：时间是人生最好的老师

时间教会我们如何成长，如何经历，如何成熟。我还记得刚上大学时的自己，心浮气躁，对未来充满了向往却又充满迷茫。然而随着时间的流逝，我渐渐开始体会到时间所附加的智慧，感受到时间所赋予的经验。时间如同一本厚重的教科书，它自然而然地教给我怎样去坚强，怎样去耐心，怎样去拥抱生活的每一个不同的阶段。在时间的召唤下，我明白了成长的必然，明白了人生的真谛。

第三段：时间是创造者的助手

时间是世界上最公正的评判者，它用行动证明一切。无论我们对于时间有着怎样的期待和想象，时间都不会因此而真的改变。我们很容易对时间感到焦虑，却忘记了时间是我们的助手。时间的流逝催促着我们做出每一个选择，迫使我们在面对困难时坚持向前。在时间的边缘，我们不断推动自己去超越自己。正是时间的存在，我们才能展现出我们自身的价值。

第四段：时间是推动生活前进的原动力

不论何时何地，时间都是生活中不可或缺的一部分。时间推动着生活前进，它是一曲世间常奏的乐章，催促着我们奏出自己的人生乐章。正因如此，时间成为了我人生的指南针。每当我迷失方向，不知如何前行时，我就会静下心来，听从时间的指引。时间告诉我，不要停滞不前，而是要探索未知的领域，追寻梦想的彼岸。正是时间的推动，我才能勇敢地面对生活的起伏。

第五段：时间带给我无尽的回忆与启迪

时间是一个丰富多彩的画板，它用自然而然的方式记录下了我成长的瞬间。回首往事，点点滴滴都是那样清晰可见，仿佛昨天才发生过。这些回忆让我感慨万分，让我意识到时间的珍贵与无价。通过回忆，我学会了珍惜当下，学会了感恩生活中的每一个细节。时间给了我无尽的启迪，让我明白了生活的完整与美好。所以，无论时间怎样流逝，它带给我的回忆与启迪将永远深深地烙印在我的心中。

时间终将流逝，但它带给我无尽的心得和体会。时间教会我坚持、耐心，让我懂得时间是过程中的改变与成长。它是人生的创造者，为我的一生增添色彩和智慧。时间推动着生活前进，带给我无尽的回忆与启迪，它塑造了我现在的模样。的确，时间是不可逆转的，但我们可以珍惜当下，把握好眼前的每一刻。

**劳动时间心得体会篇二**

世界上没有绝对的公平，要说有的话那就是时间，时间对于每个人都是公平的，但是人的时间总是有限的，而且时间是不等人的。通过参加林部的时间管理培训课程，让我学会了时间管理的七大步骤、设定目标的十大好处、时间管理的3个技巧等方法和知识，让我受益匪浅。它教会我必须有选择地做事情，使自己时间的价值最大化。这就是时间管理最核心的思想。通过这次培训，有以下几点心得体会：

一、 要事第一，做事要分轻重缓急

这个心得体会来自于时间管理培训的七大步骤中的第3个步骤：排序（时间与管理工作矩阵）。在时间与管理工作矩阵中特别强调要扩大，多投时间在“重要不紧急”的事情上，这些准备工作，计划、预防，建立关系，培训、授权、创新的事情要渗透到日常工作中，并要设置计划节点，林部强调一般人都认为重要紧急（忙于收拾残局、救火工作）是排在一位的工作，其实真正高效的时间管理者是把“重要不紧急”的事情排在一位的。经过林部深入透彻的分析，我醒悟过来，在以后的工作中做事要分轻重缓急，把“重要不紧急”的事情排在第一位。

二、 设定目标

一是：希望能每天阅读半小时的管理方面的书籍，20xx年参加质量管理中级工程师培训及考试，提供质量管理水平，这个目标要花两个月的时间来实现。

三、今日事今日毕

部门今年推行“日清日高”，每日按照年度、月度计划做日计划计划的过程,实际上就是一个给事情排序筛选的过程。把你觉得当天重要的事情列出来，每天把这当天重要的事情做好,就做到今日事今日毕了。当然，如果你在排序的过程中出现问题了,评估上失败了那就比较麻烦了。有种错误的时间管理,是把每分每秒的时间都安排好,逼迫自己吃饭花几分钟,看书花几分钟，安排的死死的。其实你的人生是会有很多突发事件的，一个突发事件就可能打翻你所有的计划，带来很大的挫折感，所以今日事今日毕最好是把当日重要的事情列出来。

四、要经常总结

要定期把一个时间段的工作情况进行一次全面系统的总检查、总分析，分析成绩、不足、经验等。做过一件事，总会有经验和教训，为便于今后的工作，须对以往工作的经验和教训进行分析、研究、概括、集中，并上升到理论的高度来认识。 今后的工作计划开展可以根据今后的工作任务和要求，吸取前一时期工作的经验和教训，明确努力方向，提出改进措施等。经常总结的目的在于你下次少花时间，在于你在不断的进步中。一个错误不要犯2次，同样的事情应该一次比一次更加有效率,做的更好。

五、不要拖拉

拖拉是人的本性，我们需要克服。最好的办法就是在一件事情你不能马上处理的话，问问自己为什么不能现在马上处理好?我在逃避什么?说服的了自己就给事情安排个确切的时间，不要随便扔一边，如果不重要就列为不重要,下次想起的事情再做吧,或者安排给其他人来做。要让事情有个归宿,不要扔一边待会就忘记了。

大家都知道时间就像海绵里的水，越挤就越多，从现在开始不要浪费时间! 如果能做好以上五点,并且养成习惯，我们一定能完成自己的本职工作并且会越做越好的！

**劳动时间心得体会篇三**

时间是一种神奇而无情的存在，无论人们如何奋力去追逐，它总是不可逆转地向前推进。在有生之年，我们经历了无数的瞬间，既有快乐和幸福，也有困惑和沮丧。对于时间，我有着一些深深地体会。

时间像流水，恍若昨日的事情在记忆中已变得模糊不清。曾经的小学生活，每一天都似乎是无限的，粗放的时间让我们有足够的时间去玩耍、学习和享受生活。然而，进入中学后，时间变得紧张而受限。每周的课程表安排得满满当当，作业和考试压得我们喘不过气来。我发现，时间在中学时期迅速溜走，我总感觉24小时的时间不够用，总是忙里忙外。这让我意识到要合理规划时间，高效利用每一个瞬间。

时间也是公平的，给予每个人相同的24小时，但人们对待时间却有着不同的态度。有些人每天消磨时间，游手好闲，将时间浪费在琐碎和无聊的事情上，最后感慨时光飞逝；而有些人在短短的时间内创造了巨大的价值，他们珍惜时间，用心工作、学习和享受生活。我发现，只有懂得珍惜时间的人，才能真正体会到时间的价值。

时间是指引我们成长的老师，它积淀了我们的人生经验，使我们不断成熟和进步。我还清晰地记得上高中的第一天，我对新环境和新的朋友感到陌生而不安。但随着时间的流逝，我渐渐适应了这个新的阶段，变得更加自信和独立。同样，在大学的学习和实践中，时间让我拥有了更多的机会去探索和发现自己的兴趣。通过努力和实践，我不断挑战自己，提升自己的能力。时间教会了我坚持不懈的精神和自律的态度。

尽管时间是无法回到过去的，但我们可以在遗憾中吸取教训，在失败中汲取力量，不断前行。人生短暂而珍贵，我们应该用最大的热情和积极的态度去追求自己的梦想和目标。时间让我明白了只有脚踏实地努力，才能实现理想。正如莎士比亚所说：“时间是裹在伟大干事的长袍下面的成功的父亲。”在追求梦想的道路上，我们要时刻铭记时间的重要性。

最后，时间教会了我珍惜眼前的每一个瞬间和每一个人。时间虽然无情，但它也给予了我们很多宝贵的瞬间，让我们感受到生活的美好和幸福。时光荏苒，岁月如梭，我们常常在忙碌中错过了家人朋友的陪伴。然而，时间也让我懂得珍惜眼前人，学会尽可能地陪伴和关爱他们。无论是生日聚会、旅行还是简单的闲聊，我都会把握住每一个机会，与至爱的人们一起分享美好的时光。因为时间不等人，我们唯一能做的就是利用好时间，创造更多美好的回忆。

总结起来，时间是一个终归于零的过程，通过时间我们可以感受到生活的美好、变化和成长。要珍惜时间，就是要珍惜生活。无论是在学业、工作还是陪伴家人朋友上，我们都应该学会合理规划时间，高效利用每一个瞬间，努力追求梦想并创造更多美好的回忆。时间是一切行动的先决条件，只有学会驾驭时间，才能把握住人生的每一个精彩的瞬间。

**劳动时间心得体会篇四**

“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。\"的道理人人都懂，可为什么总有少数人虚度光阴、无所事事。现在有那么一些人，找不到工作，就天天在外面喝酒寻乐，或是呆在家里无所事事，明明已经成年，还是给父母增加了许多负担成为啃老一族，甚至少数人一不小心就掉进了犯罪的深渊，成为社会的\"危险人群\"。这些人往往有一种\"我生待明日\"的想法，认为自己现在还年轻，先尽情享乐，过几年再考虑工作。最终明日复明日，成事成蹉跎。一个\"今天\"至少需要两个\"明天\"来弥补，当日事一定要当日做，把什么事都放到明天的人，最终什么事都干不成。

有时我总会抱怨时间不够用，许多要干的事都没有干，但是真的怪时间不够吗？时间就像海绵里的水，只要愿挤，总还是能挤出时间的。归根结底是自己不抓紧它，时间就像铁面无私不动感情的一个老人，不会因你的`任何举动停住脚步，它只会对你的虚度光阴抱以轻蔑的一笑，然后轻轻越过。 对一个人来说，时间就是生命，时间有限，当失去它时，生命也走到了尽头。你是想把它当作日历一天天撕去，到最后只留下一个生了锈的日历夹吗？人活着是要实现价值的，为什么有些人生命的价值大、有些人生命的价值小呢？仔细看一看吧，他们的一生都做了什么。有些人的一生在不断完成那些有意义的事，那么他的价值在学习工作中就体现出来了，只有做的事越多，做的越好，生命的价值就越大；反之，一个人不断地浪费时间，他的生命价值就会少得可怜。

你热爱生命吗？那么就请珍惜时间，因为时间是组成生命的材料。

一提到珍惜时间，大家容易惯性思维把珍惜时间看成是珍惜学习的机会，努力工作的机会，在有生之年丰富充实自己，用知识武装自己的头脑，再用武装好的头脑去创造金钱、地位，来验证一个人的人生价值。

而我却认为珍惜时间，是热爱生活的表现。比如有时写字对我来说是快乐的事情，但是手累了、脑子累了，我就不写了，这时就去听听音乐，闭目养神，天马行空地去神思遐游一番也是快乐的，甚或带着一丝忧伤而又甜蜜地想一个人也是一种享受。也许你会说这是小我的小资情调，可是没有这小我，哪来大我？在享受的过程中，会获得点点滴滴的积累，积累健康、智慧、美丽的心境等，然后心情愉快，神清气爽，精神饱满地投入到工作中，会获得更大的效益，最大限度的展现自我和创造生命的价值。

反之，不会享受生活，不懂得珍惜时间的人，又何谈工作与学习呢？知识是学不完的，金钱是挣不完的，事情是做不完的，而人生命是有限，我们幸运的来到人世，除了要创造价值外，还要学会体验价值之外的东西；除了要完成和尽自己的责任外，还要学会善待自己，享受快乐、自由和轻松，这也是要完成的人生使命。

**劳动时间心得体会篇五**

时间，是一个无法停滞的流水，是一个无法倒流的沙漏，是一个无法回溯的旅程。而我们每个人，都是时间的陪伴者。时间像无形的线，牵引着我们在生活的舞台上迎风起舞。在我有限的人生中，我对时间有了一些深刻的体会和感悟。

首先，时间教会了我珍惜。我们常常陷入忙碌的生活中，不知不觉中错过了很多珍贵的时刻。然而，当我们终于明白时间如此宝贵而又短暂时，我们才开始明白珍惜。时间如流水般匆匆而过，细小的时光不能轻易被描摹，无法再重现。当我意识到这一点时，我开始更加珍惜每一分钟，用心感受身边的一切美好。我学会了停下来，静心欣赏身边的风景，陪伴家人，和朋友相聚，感受快乐和幸福。在日复一日的生活中，我努力将握紧属于自己的时光，珍惜每一刻，使自己的生活更加充实，更加美好。

其次，时间教会了我计划。对时间的珍惜和善用，需要我们制定一个良好的计划。时间就像是短暂的赠礼，如果我们不能用心规划，那么这份礼物就会被浪费掉。我学会了对自己的时间做出合理的安排和分配。通过合理规划，我可以提前预估自己的时间，安排各项任务和活动。这样一来，我就能更好地掌握自己的时间，高效地完成任务，享受更多的休闲和娱乐。时间有限，我们有责任好好利用每一分钟，将其用于值得的事情，让自己的生活更加丰富多彩。

第三，时间教会了我坚持。时间的河流总是一往无前，我们不能停下脚步，放弃追求。正因为时间的有限性，我们要怀揣梦想，不断努力追求自己的目标。时间犹如无声的鼓励，激励着我不放弃自己的梦想，坚持向前。在我奋斗的道路上，时间成为了我最好的朋友，帮助我不断成长和进步。每一次磨砺都是时间的恩赐，每一份坚持都是时间的回报。与时间的共舞中，我学到了执着，学到了坚定，也学到了不屈不挠的勇气。

第四，时间教会了我反思。时间是一个公正的见证者，它无情地记录着我们的一切。我们有时候无法避免错误和挫折，但是我们可以从中吸取教训。有时，在时间的冲击下，我们才懂得反思自己，意识到自己的不足。时间的功效就像一束明亮的光，能够洗净我们的灵魂。在日复一日的生活中，我学会了从时间的流逝中寻找问题的答案，从时间的推移中寻找更大的进步。时间的河流不可阻挡，但我们可以从中感悟到许多生活的道理和真理，为自己的成长打下坚实的基础。

最后，时间教会了我珍爱生活。每一天，每一刻，都是如此珍贵。在时间的舞台上演奏着自己生命的交响曲，我们要用心欣赏生活中的美好。无论是阳光明媚的日子，还是风雨交加的时刻，我们都应该心怀感激和喜悦。时间的流逝提醒着我们，生活是如此脆弱而又短暂。在感受生活的同时，我们也要珍惜生活。唯有深入生活，才能感受到生活的无穷魅力和力量。时间从不辜负我们，而我们应该让自己更加热爱生活，热爱时间给予我们的一切。

时间是一只悄悄流逝的蝴蝶，它让人感到迷惘又感到深思。在时间的过程中，我学会了珍惜，计划，坚持，反思和珍爱生活。时间赐予我们成长和进步的机会，也承载着我们梦想的翅膀。让我们用心体验时间的恩赐，用行动去证明自己的价值。 让我们在寻找幸福的过程中，与时间相互倾听，在时间的编织下，书写出精彩的华章。

**劳动时间心得体会篇六**

每个人每天只有24小时，1440分钟，86400秒！这数据对谁都一样的，那为什么每个人创造的财富都不一样呢？为什么比尔盖茨每分钟创造的价值都比自己高？成功人士他们只是有站在巨人的肩膀上去超越别人的原因吗？看完《时间管理》一书后我觉得成功人士之所以成功是因为他们将所有时间都用来做最有价值的事！

时间管理是在有目标的人身上才能体现出其成效的，因为它约束了你的计划行程，确保你的每一秒都在做你人生中最有价值的事情！明确的人生目标会使你的精力全部集中到最重要的任务上，所以你的人生目标将直接影响到你对时间的把握！

书中介绍了几个很有用的时间分配管理方法，并不断的强烈拒绝做与人生目标不相干的事情！如何能统筹得更好，主要体现在一张日程计划表里，它锁定了一天中什么时候应该做什么事情！同时自身必须有处理事情轻重缓急的评估意识，使用核查目标、分类处理、授权等方法改进时间的分配，并努力克服一些拖延、拖拉习惯，巧妙的处理浪费时间的电话、闲聊、约会、会议等，使自己有更充足的时间做更有价值的事情，让单位时间创造价值的最大化！

这本书里有这样一则小故事：传说在五台山的悬崖峭壁上生长着一种与众不同的鸟：它长着四只脚，两只光秃秃的翅膀，但不会像一般的鸟一样飞行，人们都叫他“寒号鸟”。在一个草长莺飞的春天，草碧绿树的夏天，稻香满空的秋天，寒号鸟都整日东游西荡，还一个尽地向其他鸟儿骄傲的展示它那绚丽多彩的羽毛。随着隆冬将至，其他的鸟都忙开了：它们有的开始结伴飞到南方，准备过一个温暖的冬天；留下来的，就整天忙着积聚食物，衔草筑巢。唯独寒号鸟浑然不把如何过冬当回事，转眼间，冬天来临，天气一天比一天冷，其他鸟儿都换上了羽绒新装，而且待在温暖的巢里。这时的寒号鸟，身上的漂亮羽毛都脱光了。夜间它躲在石缝里冷得直打哆嗦，它不停的叫着：“冻死我了！冻死我了！……明天就垒窝！冻死我了！明天就垒窝！等到天亮了太阳出来了，温暖的阳光一照，寒号鸟忘记了夜晚的寒冷，于是它不停的唱：”得过且过！得过且过！太阳下暖和！太阳下暖和！“就这样寒号鸟过一天是一天，一直没给自己造个窝，最后冻死在岩石缝隙里了。”明天明天，还有明天，寒号鸟就是这样安慰自己。却不知道这个明天足以把它带入坟墓，所以我们一定要做到今日的事今日毕。

其实时间分配管理并不复杂，很多人在小时候就有了各种各样的理想，直到现在众多人已经现实化，每天只为眼前事所纠结，并且容易受到外界的诱惑，得过且过，以至于时间匆匆而过，我们生活在一个与时间赛跑的时代，必须懂得惜时，毕竟一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴！正如郭沫若说：时间就是生命，时间就是速度，时间就是力量。

**劳动时间心得体会篇七**

段落一：引言（约200字）

时间是一种无声的存在，它像细沙一样从我们指尖溜走，无法捉摸，却又如影随形。我曾经常会被时间的流逝所困扰，感觉自己像是被时间推着往前走，无法停下。然而，经过一段时间的思考和感悟，我逐渐明白时间并非敌人，而应当成为我们的伙伴。在这篇文章中，我将分享我对时间的一些心得体会，希望能够与大家共勉。

段落二：时间的珍贵（约300字）

时间是最公平的资源，每个人每天都只有24小时。然而，我们却常常感觉时间不够用，总是抱怨没有足够的时间去做自己想做的事情。这让我不禁想起一句名言：“不是时间不够用，而是你不知道怎样利用时间。”时间的价值在于如何利用它，人生中成功与否很大程度上取决于时间管理的能力。因此，我们应该珍惜时间，学会合理安排和分配，不断提高自己的时间管理能力。

段落三：时间与成长（约300字）

时间是一位最慷慨的老师，它带给我们成长和进步的机会。回顾过去，我们可能会发现一段时间被浪费在无谓的争吵和纠结中。然而，我们也应当看到这些经历给我们留下了宝贵的教训。没有什么能比时间更能让我们认识到自己的不足，改正错误，成为更好的自己。通过学习从过去中吸取经验教训，我们才能不断追求进步和成长。

段落四：时间与人际关系（约300字）

时间不仅仅是自身成长的助力，它也可以在人际关系中起到积极的作用。在快节奏的生活中，我们常常抱怨没有足够的时间陪伴家人和朋友。然而，我们往往忽略了时间管理的重要性。合理的时间安排可以为我们腾出更多宝贵的时间去陪伴和关心我们的亲人朋友。用时间去倾听和关心，用时间去建立和维护深厚的人际关系，这些都是我们应当珍惜的财富。

段落五：时间与自我反思（约300字）

时间也是我们进行自我反思和思考的最佳时机。快节奏的生活使我们常常被琐事所困扰，无法停下脚步。然而，放慢脚步，让时间停留下来，我们才能够更加清晰地看到自己的内心世界、人生目标和真正想要的生活。通过与时间的对话，我们能够更好地了解自己，找到属于自己的方向，并为未来做出更明确的计划和决策。

总结：时间是独一无二的，不可逆转的。我们每个人都应该认识到时间的珍贵，并学会善于利用它。时间不仅可以帮助我们成长和进步，也可以在人际关系中发挥作用，同时，也是自我反思的助推器。希望每个人都可以从与时间的对话中获得更多的启发和成长，以更加充实和有意义的方式度过每一天。

**劳动时间心得体会篇八**

在现实生活中，我们常听到的关于时间的话有很多：一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴、时间就是金钱等等。其实,时间不仅仅是金钱!时间远比金钱更宝贵,更有价值。管理好自己时间的真正意义便是为了避免浪费更多的时间，也就是尽量安排得让我们能够在同一时间做更多的事情，提高自己使用时间的效率，提高工作效率!

就我自己而言，有时在工作和生活中经常有兼顾不暇的时候，忙忙碌碌一整天，看似不可开交，但是效率极其低下，完全不知道自己都做了什么。在学习中我了解到时间管理并不是要把所有事情做完，而是更有效的运用时间。时间管理的目的除了要决定该做些什么事情之外，另一个很重要的目的也是决定什么事情不应该做。

我们经常说不清楚今天一天都做了什么，经常忘记接下去准备做什么。经常考虑的是，只要我把安排的工作做好，我的时间管理就应该不错了，这都是无计划、无主次的工作方式，只会让自己工作的更累、更辛苦，甚至毫无头绪。

造成我们累和苦的主要原因是没有计划，计划必须要详细到可以量化、执行的程度。做计划时，需要对自己有个充分的估计。不要妄想每天都可以做很多事。计划制定好之后，剩下的就是严格执行。不能抱怨任务怎么这么多，如果在制定的时候已经充分考虑到可利用的时间。除非完全没有执行这个计划的能力，否则不要轻易对计划进行大的调整，那等于是对制定计划时智商和判断力的否定。

管理当中最有用的词是‘不’。工作不当中最常见的一种情况就是不会拒绝，这特别容易发生在热情洋溢的新人身上。新人为了表现自己，往往把来自于各方的帮忙都接受下来，但这不是一种明智的行为。量力而行，对己对人都是一种负责。首先，自己不能胜任委托的工作，不仅徒费时间，还会对自己其它工作造成障碍。同时，无论是工作延误还是效果都无法达标，都会打乱委托人的安排，结果是相互耽误工作效率。

所以接到别人的委托，不要急于说“是”而是分析一下自己能不能如期按质地完成工作。如果不能，那要具体与委托人协调，在必要时刻，要敢于说“不”。

有效的计划好每天的工作安排，避免不必要的重复，减少无谓的时间浪费，就能好好的享受与掌握生活。

很早就意识到了时间管理的重要性，知道必须对自己的时间做一个合理的安排，才能更好的利用有限的时间，提高工作与生活效率。但如何对时间进行程度的利用，却一直没有一个更好的办法，这次参加时间管理的讲座，终于有所感悟。

我参加了罗利英老师讲授的时间管理讲座，一起参加的还有学校各个系各个年级的学生。授课的是一位很有气质的女老师。她用游戏的方式，将时间管理的知识慢慢地传递给我们。

首先，她跟我们分享了时间及时间管理的重要性。人的一天有24小时，每周有168小时。一般来说，人花在睡眠上有56小时，花费在吃饭和休息上有21小时，有些时间基本上是必须的，无法改变的，但还有大部分时间(91小时)是可以自己管理的。如何管理这些时间将是我们要学习的，管理时间水平的高低决定个人事业和生活的成败，在意识到时间的重要性后，要学会分析“时间到哪里去了”，平常总有人说时间过得真快，但这些时间究竟花在什么地方去了，都干了些什么工作，却没有多少人能说清楚。这就需要我们认真分析时间是如何花费掉的，从中找到可以更好利用的部分，珍惜时间，提高时间的利用率。

很多人都明白时间管理的重要性，甚至还有人也实施过类似于学习计划等，却没有很大收获，为什么呢?因为有效实施时间管理存在很多需要克服的东西。这些需要克服的东西都存在于人的心中。有人认为，计划赶不上变化，时间不好控制;也有人认为，时间好象掌握在别人手中，自己没法控制;还有人认为，时间管理太麻烦，每个人都有自己的习惯，很难管理等都会导致时间管理失败。因此，时间管理需要很大的毅力和恒心，同时也要有强的时间管理意识，如果对时间的管理持无所谓的态度，那么就谈不上如何对时间进行管理了。

爱默生曾说过：“一心向着自己的目标前进的人，整个世界都为他让路!”这句话在我心中引起了很深的思考，人生不过短短数十年，想要活得有意义，就必须有一个远大的目标，在目标实施的过程中，要不怕困难，敢于为实现自己的目标而奋斗。

接着，谈到如何管理时间。通常管理时间的办法有：艾维.利时间管理法、日程表时间管理法、abc象限法、2/8时间管理法、柏金森定律、生理节奏法等。其中abc象限管理法是我比较赞同的，它根据事情的价值及紧迫性，将时间分为四种：一是重要而紧迫的，二是重要而不紧迫的，三是紧迫不重要的，四是不紧迫不重要的。如何将时间在这四种事情之间合理安排便是时间管理。显然，重要又紧迫的事情是需要立刻做的，不紧迫也不重要的事情可以稍微放下，但对重要而不紧迫的事情如何安排，确实是要慎重考虑的。我们应该明确什么事情是重要的，什么事情是紧迫的。评价一件事情是否重要和目标的联系程度有关，如果联系紧密则重要，如果没有很大联系则不重要。人的发展是向着自己的目标前行的，如果每天都能把握重点，将重要的事情做好，那么，其事业必能成功，但只做紧迫事情而忽略了重要事情，将可能出现南辕北辙、事倍功半的情况。

在充分理解时间管理的办法后，就是实施了，实施是一个重要的环节，在好的计划没有实施也是空谈。在日常时间管理计划中可以将一件事情分段管理，设定完成期限，在每完成一段时间时给自己一个奖励，不断给自己动力，使自己坚持下来。另外，在实施过程中也要排除他人的干扰，不让别人浪费自己的时间，并善用省时工具，提高利用时间的效率。

最后，老师进行了总结。实行有效的时间管理，要确定目标，安排进度，反复练习，持之以恒;概括为16个：珍惜、记录、诊断、分配、计划、节约、抓住、核算。最终达到管理时间把握人生。结束了一个多小时的讲座，我们也深信，今后在时间管理方面，能更好地安排和管理时间，提高自己的工作与生活质量!

**劳动时间心得体会篇九**

时间是如此宝贵而又无法被逆转的资源。在这瞬息万变的世界中，我们经常感叹时间的匆匆流逝。而对于每个人来说，时间意味着不同的东西。对于我来说，时间是一个虚无缥缈的概念，它可以是一颗快速流逝的沙粒，也可以是一个时钟的滴答声。在琐碎的日常生活中，时间总是在尽快流逝，但在重要的时刻，它却像是一只缓慢的龟。因此，我深知时间的珍贵，并结合我个人的体验和感悟，谈一谈关于时间的心得体会。

首先，时间的有效利用可以带来巨大的成功和成就。正如谚语所说：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”对于一个追求成功的人来说，时间的分配和管理是至关重要的。毫无疑问，我们都有过拖延症的经历，但当我们意识到时间的宝贵后，就会激发起我们更加高效率地利用时间的动力。例如，在大学期间，我意识到自己对时间的管理非常不理想，导致学习任务积压，压力增大。于是，我开始制定时间表，并设定时间段专门用于学习。这样，我得以集中精力，高效完成学习任务，为自己赢得了更多的自由时间。

其次，时间的决定力使我们珍惜至亲至爱的人。当我们与亲友相聚时，时间就显得尤为珍贵。我记得有一次我远离家乡去外地读书，每年只有短短的寒暑假可以与家人团聚。在这个时刻，我深刻体会到时间的短暂和珍贵。我与父母、兄弟姐妹一起聚餐，一起旅行，享受彼此陪伴的快乐时光。这段时间内，我学会了更加理解、宽容和珍惜我的家人。因为我们知道，当时间流逝，这些美好的时光将变成永恒的回忆。

第三，时间的推移使我认识到了人生价值。随着岁月的流逝，我们的价值观和追求也随之改变。年轻的时候，我们追求外在的名利和物质拥有，但随着时间的推移，我们开始更加注重内在的修养和精神层面的追求。比如，在我走过的每一个阶段，我都意识到自己对财富和事业的追求逐渐变得不那么重要。相反，我开始重视与他人的心灵交流和对社会的贡献。我发现，在有限的时间里，珍惜人际关系和影响力的建立，比追求物质利益更有意义和价值。

最后，时间的宝贵性教会我珍惜现在，不留下遗憾。每个人都有过对过去的遗憾和对未来的期待。但是，过度沉溺于过去或未来会使我们错过当前的美好时光。正如聪明人所说，“只有现在才是我们的真实生活。”时间教会我学会珍惜当下，把握眼前的机会，将每一分每一秒都过得有意义而充实。这样，即便某一天我们回首往事，也不会遗憾和悔恨，因为我们曾经付出了真诚和努力。

总之，时间是无法逆转的宝贵资源。在我个人的经历中，对时间的思考和体验教会了我很多。我学会了高效利用时间，以达到更大的成就；我学会了珍惜亲人的陪伴，在有限的时间里表达出对他们的深情厚意；我学会了不断追求内在的完善，逐渐认识到人生的真正价值；我学会了珍惜现在，让每一刻都成为有意义的回忆。在今后的日子里，我将继续努力尊重和珍惜时间，不断探索生活的真谛。因为只有在时间的框架里，我们才能真正活出人生的意义和价值。

**劳动时间心得体会篇十**

要带领企业团队创造佳绩，要在激烈的人才竞争中脱颖而出，你必须掌握多项职场基本功。

虽然在管理专业领域或整合资源上，要学习的职场知识非常多，但要提升个人竞争力，就必须掌握自我修炼的工具连用。而主要的修炼工具，包括时间管理、团队精神、潜能开发、健康管理等。

职场中的每一件事情都与时间有关，一谈到时间管理，大多数人都会想到在工作上如何有效地利用时间。这方面有很多相关书籍及专家的建议，例如撰写工作计划，用abcd列出每天要做之事情的优先次序，然后按缓急执行;或者有效地利用工余时间用于学习或消闲。

正确的时间管理

时间管理的观念，应该涉及人生的七大领域，包括：健康、工作、人际关系、理财、家庭、心灵思考、休闲。

时间管理就是经营好自己的本钱，把时间投资于你要成为的人或你想做成的事上。你对什么进行投资便会有甚么收获，投资于健康就会在健康上收获，投资于人际关系会在人际关系上有收获。尽管我们总觉得时间管理应该主要与工作相关，但时间分配还是必须涉及到七大领域，才能有最好的效果。

关于如何在工作、学习这两个领域上进行时间管理，你可以轻而易举地找到极具参考作用的原则和建议，不妨根据这些步骤执行或反思自己的时间管理，将会取得一定的成效。

时间管理目的

然而管理者在时间管理上的最大差误，是不清楚时间管理的目的。时间是过去、现在、未来的一条连续线，构成时间的要素是事件，时间管理的目的是对事件的控制。所以，要有效地进行时间管理，必先有一套明确的远期、中期、近期目标。其次是一个价值观和信念，并且根据此目标制定你的长期计划和短期计划，然后细分为年计划、月计划、周计划、日计划。所以，在工作岗位上，必先有工作计划、目标，并且配合行动计划，按照指定时限，甚至争取在时限前完成有关工作，在累积工作成效的同时，检讨时间的运用准则，从而减少时间资源的浪费，加大企业的绩效。

**劳动时间心得体会篇十一**

时间，它如同流水般不停地溜走，而我们每个人都不能幸免地走在它的轮回中。我曾经有过很多对时间的感慨和困惑，但是随着年龄和经历的增长，我逐渐领悟到时间的珍贵和它给予我们的启示与反思。时间不仅仅是指针的推动，更是对生命的价值和意义的思考。在此，我想分享一些关于时间的心得体会。

首先，时间教会了我珍惜生命。生命若只有一次，那么时间则是厚重的礼物。每一分每一秒都承载着无穷的可能和机会，我们应当学会去珍惜。曾经有不少时候，我浪费了大量的时间在琐事和无意义的事情上，回过头来，我才意识到那是多么的可惜。当我们能够心无旁骛地聆听内心的声音，释放出最真实的自我，我们才能够找到属于自己的真正意义。时间教会了我追逐梦想的勇气和行动，因为只有勇敢地去面对，才能真正地活出自己真正的样子，才能感受到人生的色彩和美好。

其次，时间让我明白了努力和奋斗的重要性。时间是一种神奇的力量，它会汇聚成河流，将不经意间的付出转化成最终的成就。在我成长的过程中，我遇到了很多困难和挫折，但是每一次挫折都成为了我前进的动力。我渐渐明白了时间本身并不是创造奇迹的关键，关键在于我们如何对待时间，如何利用时间。时间让我看到了努力和奋斗的力量，当我能够以积极的心态去面对生活中遇到的困难，我才能够发现能力和潜能的无穷可能性。时间，它正是让我们能够懂得变得更加强大和无尽的源泉。

然后，时间告诉我人生有诸多的遗憾和失去。时间虽然无情地流逝，却也带走了很多东西。生命中的某些人和事，曾经让我如此的开心和满足，但是时间的长河无情地将它们逐渐抛在了身后。每一次的别离和分别，都带给我深深的痛苦和感伤。但是，我也明白了时间所带来的失去是大自然的规律，人生无法避免。时间让我学会了释怀和忘记，让我珍惜眼前的人和事，将我的爱与感激倾注其中，不辜负时间所给予的一切。

最后，时间赋予了我对人生的思考和反思。时间如同一个巨大的镜子，它能够帮助我们反思自己的过去和展望未来。当我回顾过去，我能够看到自己的犹豫和错误，能够从中吸取经验教训，成为更好的自己。时间也让我思考人生的意义和价值，使我懂得了珍惜和感激。我开始思考生命的意义，思考自己的方向和目标，思考自己的责任和使命。在漫长的人生旅途中，时间是我最忠诚的朋友，它引领我走向真实和成长。

总结起来，时间是我们最重要的财富之一。它的流逝和消散唤醒了我对生命的珍视，对努力和奋斗的理解，对遗憾和失去的反思，以及对人生的思考。时间不会等待任何人，但我们可以学会珍惜和利用时间，让它成为我们追逐梦想的信仰，成为我们成长的导师。因此，让我们共同珍惜时间，活出无悔的精彩人生。

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