

2023年做最好的自己心理论文(优秀5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

做最好的自己心理论文篇一

奥斯特洛夫斯基这样说：“人生最宝贵的是生命，生命每个人只有一次。一个人的生命应当这样度过：当他回忆往事的时候，他不会因虚度年华而悔恨，也不会因碌碌无为而羞愧。”因此我们应当抓紧地、毫不拖延地、充分地生活，要选择去做最好的自己。

做最好的自己，就不能放松对自己的要求，而要珍惜每分每秒。毛主席曾云：“多少事，从来急；天地转，光阴迫。一万年太久，只争朝夕。”在学习生活中，若我们不能严格要求自己，争取并珍惜时间，就会碌碌无为。《你的坚持，终将美好》这本书曾这样说道：“自律对我而言，是我贴切我最想成为的样子的手段，所以我越自律越幸福。”自律才是最大的自由，当你勤奋努力，约束自己，才能把握住属于自己的机会，才最有可能在未来成就最好的自己。

做最好的自己，就要坚定前行的脚步，不断地完善自我。革命的先行者孙中山先生曾云：“君志所向，一往无前，愈挫愈奋，再接再厉。”约翰·卡尔·弗里德里希·高斯，德国著名数学家、物理学家，那个小时候就能独立发现等差数列求和问题解决方式的天资聪慧的他，却出身贫寒。他的父亲并不认为学问有什么实际用处，也不打算让他继续接受教育。可他没有放弃，最后在别人的资助下，他坚持学习，埋头于研究，一生勤奋而朴实。在平行线理论的几何研究过程中，当

时已63岁的他为了阅读有关书籍，坚持学习俄语，并最终掌握了这门语言。最终高斯成为和微分几何的始祖中最重要的一人。高斯曾说：“给我最大快乐的，不是已懂得知识，而是不断地学习；不是已有的东西，而是不断地获取；不是已达到的高度，而是不断地攀登。”正是由于其不断地坚持，才能最终完善自我，成为最好的自己。

做最好的自己，便要如同海燕一般无惧天地间的暴雨。海明威的《老人与海》中，“人生来不是被打败的”，那句话便立足了他的一生。一艘小船，一个风烛残年的老人，面对茫茫无边的大海，面对凶残鲨群的围追，面对自己身上的苍老与伤痛，他始终长明着心中希望的烛光。在黑夜中，为自己指明了方向，带自己走出了困境。没有了鱼叉，便手握尖刀；没有了尖刀，便以船桨做武器。这是人生的奇迹，也是一生的微缩。就像陶土进入窑中煅烧，经历了种种磨难，才能成就最好的自己。

做最好的自己，是坚定地为实现自己的理想去生活，而不必因为别人的眼光进退两难。《小松》一诗中曾提到：“时人不识凌云木，直待凌云始道高。”我们如松木一般，追寻自己的价值，成为最好的自己，仿佛并不太需要向别人如何解释。不要因为没有人掌声，而荒废自己的梦想。

最好的自己，既能够数得清天上的繁星，也看得见自己脸上的煤灰，然后不慌不忙地对着这个世界微笑。

就算是倦鸟，也要奋力翱翔。因为你的世界在浩渺晴空，在层层云海之中。因为做最好的自己，所以永远在路上，永远步履匆匆。永远年轻，永远热泪盈眶。

做最好的自己心理论文篇二

有位哲人说：如果你不能成为大道，那你就当一条小路；如果你不能成为太阳，那就当一颗星星。意思是说，如果你不能

成为伟大的人，那就当好一个平凡的人。我却要说，无论你身处怎样的岗位，从事怎样的事业，肩负怎样的使命，都要有执着的精神，做一个最好的自己。

做最好的自己，就是不管遇到怎样的困难，都要始终如一搞好自己的本职工作。

20xx年“感动中国年度人物”王顺友是一名普普通通的邮递员，他朴实得像一块石头。他担负的马班邮路，山高路险，气候恶劣；他一年中有330天左右的时间在大山中度过。但是，他一个人，一匹马，在这漫漫邮路上一跑就是20年，20年来步行26万公里，足可以重走长征路21回，环绕地球六圈半。20年来，没延误一个班期，没丢失一封邮件；他过滩涉水，越岭翻山，用一个人的长征传邮万里，用20年的跋涉，在一个平凡的岗位上创造了世界邮政史上的传奇。“搞好本职工作是我的责任，再大的苦也要忍了，不能给党丢脸。”王顺友那朴实的话让我们明白了一个生活真谛：不管你处在怎样的条件下，只要你执着于自己的本职工作，尽心尽责做好它，你就是一个最好的自己。

做最好的自己，就是不管遇到怎样的命运挫折，都要全力以赴从事自己的事业。

我们都知道霍金的名字，命运带给霍金的是残酷和不幸：正在读研究生的他被确诊患上了“卢伽雷氏症”，接着，中枢神经残废，肌肉严重衰退，失去了行动能力，手不能写字，嘴说不清话语，终身要靠轮椅生活。然而，就是这样一个不幸的生命，克服了常人难以想象的困难，全身心扑进他的研究事业，靠唯一能够活动的手指，极其艰难地写出了著名的《时间简史》，在天文学的尖端领域——黑洞爆炸理论的研究中，获得了震动天文界的重大成就。“生活是不公平的，不管你的境遇如何，你只能全力以赴。”“当你面临着夭折的可能性，你就会意识到，生命是宝贵的，你有大量的事情要做。”霍金的话告诉我们：不管你遇到怎样的挫折与不幸，

只要你坦然面对，执着于自己的事业和追求，你就是一个最好的自己。

做最好的自己，就是不管面对怎样复杂的形势，都要坚定不移地完成自己的使命。

我们都曾经被中原大地上的女英雄任长霞的事迹感动过。任长霞一踏上登封的土地任公安局局长，面对的是治安极差的登封：斜黑势力横行霸道，百姓群众敢怒不敢言。但任长霞明白自己肩负的神圣使命，明白自己是百姓的保护神，因此，她坚定不移，擒大要犯，抓小贼，破丢失耕牛案，铲除“砍刀帮”……雷鸣电闪、手脚生风地连破了一堆大案后，登封的社会治安立竿见影地好转，老百姓的摩托车不锁就敢放在街上过夜，任长霞在登封人心里变成了雷震嵩岳的女神警和“任青天”。与她扫恶打黑的如雷、如火不同，她对百姓如水、如霞，嘘寒问暖，扶危济困，赢得百姓的爱戴。专为任长霞刻的石碑上写着：“有为而威邪恶畏，为民得民万民颂”。石碑上话诠释了一条真理：不管面对怎样复杂的形势，只要你爱憎分明，执着于自己的使命，你就是一个最好的自己。

当然，执着不等于固执。固执是不管自身能力，不问是否可行，埋头蛮干。执着是对自己岗位、事业和使命的热爱和责任感，是充分挖掘自己的潜能，用毅力、勇气和才智来创造奇迹。

其实，我们每一个人，都应当成为最好的自己，也都可以成为最好的自己，只要你认准自己的目标与信念，执着地追求和奋斗。让我们为成为一个最好的自己努力吧！

做最好的自己心理论文篇三

夏日黄昏的阳光透过路旁大树的枝叶洒到肩上，不多不少。在暖暖的阳光下一人漫步在幽长的林间小路上，听着鸟

儿们欢快的歌声，看着它们自由自在的飞，心情一下子放松了许多。顺着小路登上那座不算高的小山，“太棒了！夕阳，我爱你！”在经历了无数次失败后，小可终于在天黑之前爬上了山顶，拥抱了最红的落日。不断的挑战自己，每天都淘汰一遍自己，逼着自己做点苦难的事情，用更多的时间提升自我，让自己的抵抗力更强，做最好的自己。

做最好的自己其实是不容易的，在人生的道路上我们必然会经历欢乐与痛苦、幸福与磨难、平坦与坎坷，我们应该学会宽容与谅解，善待自己身边的每个人，用你的耐心和好脾气去与人相处。

生活不一定完美，苛求完美，也许只会得到两败俱伤的结果，不要带上“完美”的枷锁，不要总是去和别人比较，没有人比你更优秀，没有人比你更成功，做你想做的事，看你想看的世界，成为你想成为的那个人，为自己而活，不攀比任何人，我们只做最好的自己。

曾经有一个被撕掉一小片的圆想要找回完整的自己，于是到处寻找丢失的那一小片碎片。由于它是不完整的，所以滚动的很慢，这让它有充裕的时间去领略沿途美丽的风景：盛开的鲜花，嫩绿的小草，飘着朵朵白云的天空，清澈见底的溪流……它和路边的鸟儿愉快的聊天，与蚂蚁们一起嬉戏，充分感受阳光的温暖。它找到了很多不同的碎片，但都不是自己丢失的那一块，于是它坚持继续寻找。直到有一天，它终于实现了自己的梦想，成了一个完美无缺的圆。可是由于滚动的速度太快，它错过了花开，忽略了小鸟，也忘记了季节的变化。一天，它突然意识到自己虽然做到了完美的自己，却错过了身边的风景，于是它舍弃了历尽千辛万苦才找回来的碎片。

有时候完美也不一定是最好的。当你得到完美的那一刻，你有没有发现自己错过了什么、失去了什么。活出真实、快乐的自己，不媚俗、不沉沦，种下幸福，收获幸福。

在追逐的道路上，有多少人忘记了自己的初衷？有多少人走到尽头才发现从未真正开怀？这样的遗憾不能再有，我们应该找到最有意义的活法，而唯一的选择就是做自己，做最好的自己！

城市的喧嚣为人们筑起了一道心底防线，究其根本，是人对陌生世界的认识不够，但当固步自封的我们真正从怀疑中走出来时才发现其实世界一直在阳光下只是我们撑起了伞。世界上没有两片完全一样的叶子，也没有两朵完全一样的雪花，人也是一样，也许会有相似的地方，但绝对不会一模一样。

日液交替，一天一天；花开花落，一季一季；春夏秋冬，一年一年……珍惜美好，把握明天，做最好的自己！

做最好的自己心理论文篇四

“冯唐易老，李广难封”，这是王勃对冯、李两人难受重用的感慨；“十年心血毁于一旦”，这是鹏举面对金牌的无奈。

人的一生难免有挫折、有无奈。人们常会想如果他是别人多好呀。但是幻想与羡慕是没有用的，人们总会忘记自己是最棒的。霍金是可怜的，因为他的残疾；霍金更是可敬的，因为他没有向命运低头。他懂得为自己鼓掌，在一次次努力之后，他作到常人都无法做到的事。西此，无论有什么挫折有什么困难，我们都必须做好自己、相信自己，为自己鼓掌。

为自己鼓掌才能勇于面对人生。世道无常，人的一生常是坎坷的。一代英雄曹孟德最终没能统一四海，一代诗仙李太白最终无法施展抱负，一代名将番武穆最终饮恨采仙镇下。他们都没能无法自己心愿，然而无人可以否认他们的一生是完美的。虽然一路坎坷，但他们都没有放弃，虽然袍妒的壮志都难以实现，但他们相信自己，为自己的人生写下了美丽的篇章。

为自己鼓掌最终可以收获成功。当刘邦一次次被打败时，他并不畏惧西楚霸王，他依然想要东山再起。当人们认为科比会圆为了一件案子而沉论时，他在不断努力，不断训练。当德国在二战后成为一片废墟以后，世界都认为德国完了，但是德国人却一点一滴地在重建自己的祖国。在困难前，他们没有抱怨，没有幻想，取而代之的是自信、努力。他们努力的结果是什么呢？刘邦一战击溃项羽，项羽乌江自刭。科比豪取八十一分，湖人逐渐强大；德国经济迅速发展，德国依然世界强国之一。

做最好的自己心理论文篇五

‘世界上没有完全相同的两片树叶’同样，世界上也没有完全相同的两个人。每个人都独一无二，每个人都有自己独特的个性与天赋。

以前，我总是很佩服蜡烛的那种坚忍不拔的毅力。

现在，我依旧被它那默默无闻的奉献所感动。

它点燃了自己，却给别人带来了光明。当他燃烧时，他落下的‘眼泪’又再一次为它‘护航’，但它不放弃，仍跳动着自己微弱的火苗。它只有一个信念——做最好的自己。

也许，有人会嘲笑它，笑它的‘引火自焚’。但它们心中仍存在这一个信念——做最好的自己。

是的，它们怀着必死的信念，去拼搏，去努力，点燃自己放出光明，成就了一生中最好的自己。

世界万物何不是如此？

我们拼搏着，就是为了在中考战场上绽放光芒，而为了这一刻，我们只有付出人生中最灿烂的光阴，去朝着自己的梦想

去奋斗。

在那体育锻炼中，扯扯皱成一团的衣服，拭去额头上晶莹的汗珠，在赛道上不断坚持着，不断喘息着，只为冲过终点，完成最美的瞬间。

做最好的自己，就要把责任感和执行力完美的结合，并把这点作为自己的最终目标，时刻反省自己，不断奋斗，做最好的自己。