

2023年要求书写心得体会(优秀9篇)

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

要求书写心得体会篇一

心得体会是一种非常重要的反思性思维方式，给我们提供了有力的指导和帮助，让我们更加有效地吸收知识和掌握技能。要求书写心得体会，正是为了促进我们更好地发挥心得体会的作用，用以帮助自己得到更多的成长和提高。下面我们将从“阅读心得体会”、“学习心得体会”和“生活心得体会”三个方面，分别探究一下书写心得体会的必要性及其好处。

第二段：阅读心得体会

阅读是一种难以避免的活动，也是获取知识、启迪头脑、提高自我境界的必要途径。而如果我们仅仅是单纯地“看完”了一本书，却没有任何心得体会，那么这本书就不能够真正地发挥其应有的作用。书写阅读心得体会有助于我们反思阅读体验，总结得失得到新的思考体会。比如，在阅读《平凡的世界》时，我们可以将其中涉及到的家庭、爱情、国家等主题进行拆分并加以分析，以及和自身的经历进行对比，进而得到不同的心得体会。

第三段：学习心得体会

在学习的过程中，我们也要深刻地理解知识，总结经验，悟出规律，使得学到的知识可以得以实践和应用。而书写学习心得体会，则能够促进我们对所学知识的积极总结和传承。比如，在学习笔记中，我们可以挑选出其中最关键的、最深

入的、最有意义的内容，进而将这些内容组成一个相对完整的知识体系。仅仅进行束之高阁的理论收藏是远远不够的，相反，书写的过程能够帮助我们深刻理解，并更好的记录下来，也可以促使我们更加努力地去实践和运用所学。

第四段：生活心得体会

生活是没有什么常数的，每时每刻都在发生着变化，也就意味着每一天我们都需要从生活中获取新的启发和革新。要写出生活心得体会，我们需要对周围环境和身边的人事物多加留意，通过自己的观察和思考，去发现其中的本质因素和经验教训，总结以往、提高现在、展望未来。一些简单的例子包括，品味每天发生的小事情中所蕴含的深刻的道理，并从中寻找出可以“借鉴”的治愈之道，以及学习珍惜一切来自生活的礼物，从而更有动力地融入其中。

第五段：总结

或许你认为写心得体会是只属于大学生或者工作人群的日常活动，但实际上它是面向人类的所有年龄阶段群体，无论是在工作还是生活中都具有非常重要的作用，特别是在当今这个“知识社会”、“学习型社会”的社会环境下，它的作用更加不用多言。因此，我们应当努力去发现、思考和应用书写心得体会的方法，真正做到“把日常经历写出来”而不是漠视，这样才能更好地应对种种挑战，体会到人生中更广泛、更深刻的快乐和能量。

要求书写心得体会篇二

书写心得体会是人们在学习、工作、生活中不可或缺的一部分。通过写下自己的心得体会，能够帮助自己更好地理解 and 记忆所学的知识，更好地总结和反思自己的工作 and 生活经验，从而不断提高自己的思想能力和实践能力。因此，对于每一个人来说，书写心得体会都是必不可少的，是个人成长和进

步的重要推动力。

第二段：学习中书写心得体会的重要性

在学习过程中，书写心得体会是非常重要的。通过写下自己的心得，可以帮助自己更好地理解和记忆所学的知识。在学习过程中，我们可能会遇到一些难以理解的知识点，特别是一些抽象的概念，通过书写心得体会，我们可以将它们变得更加具象，更加真实，从而更好地掌握这些知识点，提升自己的学习成绩。

第三段：工作中书写心得体会的重要性

在工作过程中，书写心得体会同样是非常重要的。在工作中，我们会遇到各种问题和挑战，通过书写心得体会，我们可以更好地总结和反思自己的工作经验，从而更好地发掘自己的优势和不足，不断提升工作能力，提高工作效率。此外，在工作中，书写心得体会也可以帮助我们更好地与同事沟通，加强团队合作，提高工作质量和效果。

第四段：生活中书写心得体会的重要性

在生活中，书写心得体会同样具有非常重要的作用。通过书写心得体会，我们可以更好地总结和反思自己的生活经验，从而更好地发现自己的优点和不足，改进不良的生活习惯，提高自己的生活品质。此外，书写心得体会也可以帮助我们更好地处理家庭关系、人际关系等方面的问题，增进与家人、朋友之间的感情。

第五段：结论

综上所述，书写心得体会在学习、工作、生活中具有不可忽视的作用。通过书写心得体会，我们可以更好地理解和记忆所学知识，更好地总结工作经验，更好地处理生活问题。因

此，我们应该养成书写心得体会的好习惯，从而不断提升自己的思想能力和实践能力。

要求书写心得体会篇三

近年来，随着社会发展和人们的生活水平的不断提高，心得体会在日常学习和工作中越来越受到重视。然而，很多人在写心得体会时存在一些不规范和混乱的问题。本文将重点讨论心得体会书写格式的要求，并提供一些建议，帮助读者更好地书写心得体会。

首先，心得体会的书写要求应包括标题、开头、主体和结尾四个部分。标题要简明扼要地表达心得的主题，让读者一目了然。开头部分应该有一个引人入胜的开头句，能够吸引读者的兴趣并引起他们的好奇心。主体部分应包含对所学知识的总结，对所取得成果的回顾，以及对自己的感悟和思考的展示。结尾部分则是对全文的总结和归纳，必要时还可以给出一些建议或提出一些问题，以引发读者的思考。

其次，心得体会书写的格式要清晰简洁。文章应该分段落，每段都应该有一个明确的主题或观点。段落之间最好用一个空行来分隔，以增加文章的可读性。在写作过程中，要注意适量使用标点符号，以便于读者理解文章的逻辑关系和表达意思。另外，还可以使用一些适当的排版和格式设计，如加粗、斜体、下划线等，以突出重点和强调表达。

再次，心得体会书写要遵循学术规范。在引用他人观点或参考资料时，要注明出处，避免抄袭和侵权行为。书写时要注意语言的准确性和规范性，避免使用俚语、口语和网络用语。另外，要避免主观性太强的表述，应该以客观事实和理论知识为基础，结合个人经验和体会进行分析和总结。

最后，心得体会的书写要注重语言的鲜活和形象性。可以运用一些比喻、夸张和引用生动的事例来丰富语言表达，增强

读者的阅读体验。同时，要注意用词精确，选用恰当的词汇和表达方式，以避免歧义和模糊。

总而言之，心得体会的书写格式要求包括标题、开头、主体和结尾四个部分，要清晰简洁、遵循学术规范，并注重语言的鲜活和形象性。通过遵循这些要求，写作者可以更好地表达自己的心得体会，让读者更容易理解和接受。同时，这样的书写格式也能够提升文章的品质和价值，并对读者产生更深远的影响。因此，我们每个人都应该重视并不断完善自己的心得体会书写格式，以提高自身的学习和表达能力。

要求书写心得体会篇四

敬爱的党组织：

1月30日晚上，体育学院党委书记李幼珠教授给我们上了本期入党培训的第四次党课，主要内容是入党的起码条件、基本条件、具体条件及如何端正入党动机。李书记结合大量的事例非常详细的讲解了入党的基本条件，使我们深有感触和体会。

入党的基本条件是入党最核心最重要的条件。首先，中国*党员是中国工人阶级的有觉悟的先锋战士。学习理论，用理论武装自己，认识社会发展的规律—理论觉悟，就是要相信，坚信必胜和实践。中国改革开放30年来所取得的翻天覆地的变化让我们有理由相信科学性和必然性。坚信中国领导，坚信中国能够领导中国人民完成社会主义现代化建设，不断地向迈进—政治觉悟。中国领导中国人民取得了一个有一个胜利，创造了中国发展乃至世界发展中国家发展的奇迹。特别是金融危机以来，中国的经济地位和政治地位的提高显示了中国特色社会主义强大的力量。同时，还表现为一种思想觉悟。其次，中国*党员必须全心全意为人民服务。全心全意为人民服务，是党的根本宗旨，也是中国先进性的集中体现。孔繁森、焦裕禄、钱学森以及许多像他们一样优秀的员给我

们树立了无私奉献的榜样。也正是因为他们，使这个社会变得更繁荣更和谐。最后，员始终是劳动人民的普通一员，保持劳动人民的本色，就是要与老动人民同甘苦，共奋斗，权为民所系，利为民所谋。

作为当代大学生，我们应该如何端正我们的入党动机呢？我们参加入党积极分子培训，或多或少还存在一些不端正的入党动机，所以首先我们应反思自己，努力纠正这些错误的观念，同时坚定信念，提高思想修养，向周围的党员学习，积极实践从行动上体现。无限的过去都以现在为归宿，无限的未来都以现在为渊源，。所以我们要抓住这次培训的机会，不断的提高自己，争取以实际行动早日入党。

汇报人：

x年xx月xx日

要求书写心得体会篇五

作为一种对某种经历或事件的个人思考总结，心得体会的书写格式要求十分重要。一个好的心得体会应该具有清晰明确的主题，连贯有序的结构，简洁明了的语言，准确有力的表达以及适当恰当的参考和引用。在以后的写作实践中，我意识到了这些格式要求的重要性，并对其进行了进一步的研究和应用。

首先，一个好的心得体会应该具有一个清晰明确的主题。在写作过程中，我们应该准确定义自己所要表达的主题，避免模糊不清的思路和概念。例如，当我写一篇关于“领导力的重要性”的心得体会时，我会把主题限定为“领导力对组织发展的影响”。这样，我可以在整篇文章中始终围绕这个主题进行论述和分析，从而使读者清晰明了地理解我的观点和结论。

其次，心得体会应该具有连贯有序的结构。一个好的心得体会应该包括引言、主体和结论三个部分，并且这些部分之间应该有明确的衔接和过渡。在引言部分，我会简要介绍经历或事件的背景和重要性，激发读者的兴趣。在主体部分，我会逐一展开论述，并使用合理的论据和例子支持自己的观点。在结论部分，我会对全文进行总结，并提出一些启示和建议。通过合理安排结构，读者可以更容易地理解和跟随我的思路，从而达到更好的交流效果。

第三，心得体会的语言应该简洁明了。在写作过程中，我应当尽量避免使用复杂晦涩的词汇和长句子。相反，我应该以简练明了的语言表达自己的观点和结论，使读者能够轻松理解。例如，我可以使用简单直接的句子，以及常见的词汇和短语来表达自己的意思。这样，读者不需要费太多心思去理解我的文字，而可以更加专注地理解我的观点和结论。

第四，心得体会应该准确有力地表达观点。在写作过程中，我应该确保自己的观点和结论准确无误，并使用有力的语言来表达。在使用例子时，我应该选择能够明确和具体说明我的观点的例子。在论述时，我应该使用清晰明了的语句和逻辑有序的结构来表达自己的观点。通过准确有力的表达，我能够更好地传达自己的思想和感受，从而使读者能够更好地理解我想要表达的意思。

最后，心得体会应该适当恰当地参考和引用。在写作过程中，如果我引用了他人的观点或参考了他人的文字，则应该对其进行适当的标注和引用。这样做不仅能够尊重他人的知识产权，还能够使读者更好地理解和评价我的观点。在标注和引用时，我应该遵循相关的格式要求，确保准确无误。例如，如果我参考了一本书，则应该标注作者、书名、出版年份和页码等信息。通过适当恰当的参考和引用，我能够更好地支持自己的观点，并增强文章的可信度。

综上所述，心得体会书写格式要求对于一个好的心得体会至

关重要。一个好的心得体会应该具有清晰明确的主题，连贯有序的结构，简洁明了的语言，准确有力的表达以及适当恰当的参考和引用。通过遵循这些格式要求，我相信在今后的写作实践中我能够提升自己的表达能力，更好地传递和分享自己的观点和感悟。

要求书写心得体会篇六

在学习、工作中，我们常常需要做各种心得体会，以总结自己的经验和教训，从而更好地提高自己的能力。然而，不同的人对于心得体会的要求可能有所不同。本文将从五个方面分析要求书写心得体会的意义，并提出一些实用的建议。

第一段，介绍心得体会的重要性。心得体会是一种对于自己经历的回顾和总结，有助于我们发现自己在其中的优点和不足。这样，我们就可以有针对性地改进自己的行为方式，进一步提高自己的能力。因此，无论是在学习、工作，还是在生活中，都有必要时时总结自己的经验和教训，以不断进步。

第二段，分析书写心得体会的要求。首先，书写的内容要具体、详实，尽可能叙述自己的经历、感受和反思。其次，要注意思路的逻辑性和连贯性，尽量按照时间和主题来描述自己的经验和感悟。此外，还需要注意语言的准确性和精练性，让读者能够清晰明了地了解自己的心得体会。

第三段，讲述心得体会的应用场景。心得体会适用于各种各样的场合，比如在求职过程中，用心得体会展现自己的优点和成长经历，可以帮助自己赢得招聘者的青睐；在工作中，通过总结经验和教训，不断改进自己的工作方式，提高工作效率和质量；在学习中，通过总结自己的学习经验和技巧，提高自己的学习效果和成果。

第四段，提出书写心得体会的技巧。首先，要注意心得体会的主题和重点，必要时可以进行思维导图或者概括策略，让

自己的思路更加清晰。其次，要注重语言表达的准确性和精确性，灵活运用各种修辞手法和词汇工具，让自己的心得体会更具有艺术性和思想深度。最后，要不断阅读、学习优秀的心得体会，对自己的写作技巧和思维能力进行深入的反思和改进。

第五段，总结全文内容。写心得体会是一件值得鼓励的事情，在总结自己的经验和教训中，我们可以不断地提高自己的自我认知和学习能力。在书写心得体会的过程中，我们需要注意心得体会的主题和重点，语言表达的准确性和精确性，同时也要不断地学习和实践，提高自己的写作技巧和思维能力。相信在不断地总结和反思中，我们能够变得更加优秀和成熟。

要求书写心得体会篇七

学习是前进的动力，创新的基础。中央领导同志指出：“理论上成熟是政治上成熟的标志，没有理论上的成熟和坚定，就不会有政治上的清醒和坚定。”年轻干部解决理想信念方面的问题，首先要打牢理论根基，保持政治上的坚定。要紧密结合先进性教育、科学发展观内容，“履行职责，加快了展”的内容，加强对党的路线、方针、政策等政治理论的学习。通过夯实理论根基，进一步坚定理想信念，坚持用党性原则清除自身的污垢，重塑正确的权力观、地位观和利益观，做到言不出格，行不逾矩，不为私心所扰，不为名利所累，不为物欲所动，始终保持崇高的思想境界。其次，要自觉淡泊名利，努力实现人生价值。紧密联系实际，经常想一想“现在当干部应该做什么，将来身后应该留点什么”明确自己的职责，坚持把个人的追求、自我价值的实现与党的奋斗目标紧密联系起来，在为人民服务的实践中充分体现人生的价值。再次，要破除私心杂念，切实摆正自己的位置。正确处理好个人奋斗与组织培养的关系；个人利益与党和人民利益的关系；社会理想与个人理想的关系；远大理想与当前现实的关系。要立志做大事，不要立志做大官，时刻把党和人民的利益放在第一位。

二、强化宗旨意识，坚持群众路线毛泽东同志指出：“我们的权力是人民给的，各级干部都是人民的勤务员。”就是要树立群众观点，坚持群众路线。首先，要牢记党的宗旨，心中装着群众。“民如水，水能载舟，亦能覆舟。”这是颠扑不破的真理。因此，每一个年轻干部都应该自觉地维护党的性质，牢记党的宗旨，真正做到知民之所想，察民之所虑，亲民之所爱，为民之所急，与人民群众结成唇齿相依的“鱼水关系”。其次，要恪尽职守，坚持把党和人民的利益放在首位。牢固树立群众观念，时刻摆正自己同人民群众的关系地，端正对群众的态度，增进对群众的感情，把群众高兴不高兴、满意不满意、赞成不赞成、答应不答应作为想问题、干工作、办事情的出发点和落脚点，真正做到情为民所系，权为民所用，利为民所谋，把全心全意为人民服务落实到每一项工作中。坚持做到思想上尊重群众，感情上贴近群众，行动上深入群众，工作上依靠群众，尊重群众的首创精神，在重大决策之前，注意听取群众意见，集思广益。要坚持一切为了群众，一切依靠群众，从群众中来，到群众中去的根本路线。再次，以服务奉献为天职，自觉接受人民群众的监督。树立克己奉公、执政为民的观念，坚持做到“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐。”把自己的一切无私地奉献给党和人民的事业。同时，还要自觉接受人民群众的监督，坚决克服形式主义、享乐主义，并把它当作检验自己党性纯不纯的重要尺度。

三、强化自律意识，坚守党性原则

古人云：“君子一日三省吾身”。作为新时期的年轻干部，应当坚持自重、自省、自警、自励，尤其是在对待权力、地位、利益上，要有清醒头脑和平衡心态，始终保持崇高的思想境界。坚持廉洁自律，做遵纪守法、勤政为民的模范。在新的历史条件下，年轻干部要做到廉洁自律，在思想上筑牢拒腐防变的坚固防线。

一要拒腐蚀。忍得住清贫，耐得住寂寞。面对复杂的社会环

境，要警惕资产阶级腐朽思想和生活方式的影响，自觉做到“富贵不能淫”，“贫贱不能移”，“威武不能屈”，在功名利禄、金钱美色的引诱面前立场坚定，心澄如水，始终保持共产党人的浩然正气。

二要讲原则。切实管好自己和身边工作人员及亲属。要处理好原则与人情的关系，增强对党和人民的责任意识，不要被各种各样的关系网束缚自己，坚决反对拉拉扯扯，只讲人情不讲原则，只讲关系不讲党性的庸俗作风；三要守纪律。严格遵守党章、准则以及廉洁自律的各项规定，自觉做到“四个管住”：即管住自己的头，做到头脑清醒，是非分明；管住自己的嘴，做到不该吃的坚决不吃；管住自己的手，做到不该拿的坚决不拿；管住自己的腿，做到不该去的地方坚决不去。同时，要注意慎其所好，尤其对有损于自身形象，或影响秉公用权，或可能被人利用的爱好，一定要坚决戒除。做到常怀律己之心，常排非分之想，常修为官之德，不为私利所为，不为金钱所诱，不为享乐所惑。

总之，党员干部作风建设关系社会主义事业的成败，作为年轻干部，要严于律己，廉洁自律，以身作则，进一步转变思想、工作、学习、生活作风，真正做一名服务党、服务人民的贴心人！

要求书写心得体会篇八

尊敬的党组织：

作为中国共产党的拥护者，我志愿申请加入中国共产党，愿意为共产主义事业奋斗终身。

加入中国共产党是我长久以来的愿望，我一直在各级党组织的关怀下成长，在身边党员干部和同志们的熏陶中进步。在伟大祖国的建设中，党带领全国各族人民取得的丰硕成果，使我深深体会到党的光荣和伟大，也加深了我对党的认识和

感情，加入党组织的愿望也愈加强烈。但是我一直拥护党的纲领，拥护党的方针政策，严格自律，以党员的标准要求自己，向党员看齐。如有幸能加入中国共产党，我一定会严格遵守党的章程，认真履行党员义务，坚决执行党的决定，严守党的纪律，保守党的秘密，对党忠诚，积极工作，为共产主义奋斗终身，随时准备为党和人民牺牲一切。

我认真学习了中国共产党党史和党的知识，学习了党的xx大报告，自1921年建党至今的几十年里，中国共产党从小到大、从弱到强、从幼稚到成熟，不断发展壮大。党的辉煌历史，是中国共产党为民族解放和人民幸福，前赴后继，英勇奋斗的历史；是马克思主义普遍原理同中国革命和建设的具体实践相结合的历史；是坚持真理，修正错误，战胜一切困难，不断发展壮大的历史。中国共产党无愧是伟大、光荣、正确的党，是中国革命和建设事业的坚强领导核心。

作为一名生长在党的光辉照耀下的年轻人，我从小就认为中国共产党具有优良的传统和作风，具有极强的战斗力，只有她才能带领中国走向繁荣昌盛、国富民安和统一强大，并亲身感受到了党领导的改革开放对我国综合国力、人民生活水平的显著提高。没有追求与理想，人便会碌碌无为；没有信念，就缺少了人生航线上航标，人便会迷失方向甚至迷失自我，难以到达理想的彼岸，更不会完全发出自我的光和热，激发出人生的意义和生命的价值。要成为跨世纪的优秀年轻人，就要向中国共产党这个光荣而伟大的组织去靠拢，我清醒地认识到：只有在党组织的激励和指导下，我才会有新的进步，才能使自己成为一个优秀的公务员，才能充分地去发挥自己的潜能，为国家、为人民、为集体作出更大的贡献。作为一名共产党员，不仅要做一个解放思想、实事求是的先锋，更重要的是要在不断改造客观世界的同时，努力改造自己的主观世界，树立共产主义远大理想。只有树立科学的世界观、人生观和价值观，才能充满为共产主义而奋斗终身的信心和勇气，才能在现阶段为建设有中国特色的社会主义不遗余力地奉献自己的智慧和汗水。

我在自己的本职工作中踏实肯干，努力发挥自己的长处。我清楚作为一名共产党员，意味着不停的付出与不懈的努力，意味着对党、对人民，对国家的忠诚，意味着为共产主义事业奋斗终身。但我更知道作为一名真正合格的共产党员，她不仅仅只是听党的话，遵守党的纪律、执行党的决议，因为这些都是外在的，而应该把它们内化为自在的，即变成“我要做”，“我应该这样做”，转变为生命内在的要求。

如果我能有幸获得党组织的认可，我一定会戒骄戒躁，以党员的标准严格要求自己，全心全意为人民服务，严守党的纪律，密切联系群众，争取在工作、学习和社会生活中起先锋模范作用。同时我还会努力学习党的相关理论政策，关注时政要事，全方面提高自己的政治，文化，道德素养，在思想和行动上与党中央保持一致，做一名合格的共产党员。假如组织上没有接受我的请求，我也不会气馁，而要继续为之奋斗，自觉接受党员和群众的帮助和监督，努力克服自己的缺点，弥补不足，以实际行动提高自己的综合素质，争取早日获得党组织与群众的认可！

请党组织在实践中考验我！

此致

敬礼！

申请人

日期

要求书写心得体会篇九

心得体会是一种总结并思考个人体验的方式，通过书写将自己的见解表达出来。在进行心得体会的书写时，有一些格式要求是需要遵守的，以便使文章更加清晰、连贯、易读。本

文将分为五个段落来探讨心得体会书写格式的要求。

首先，心得体会文章需要有一个明确的开头。开头部分应该简洁明了地表达自己的主题，并吸引读者的注意。可以通过一个引言、一个问题、或者一个有趣的事例来引入。例如，在写一篇旅行的心得体会时，可以以一个鲜活的描写开始：“红尘中的一片净土，那是我此行旅行的最初印象。”通过一个生动的描写来吸引读者，使他们对接下来的内容产生好奇心。

其次，心得体会文章的主体部分应该是作者对所经历的事情的个人思考和见解。在进行思考时，可以从不同的角度出发，分析事件的原因、影响和自身的收获。可以结合实际经历，用具体的细节来支持和阐述自己的观点。同时，注意使用一些过渡词语来连接段落，使文章逻辑清晰、连贯。

第三，心得体会文章的结尾应该有一个自然的收束。结尾部分可以对前文进行总结，重述自己的观点，并在此基础上提出一些建议或给读者留下一个反思问题。例如，回到旅行的心得体会，结尾部分可以这样写：“通过这次旅行，我深切体会到了自然的魅力和人与自然和谐共处的重要性。我希望每个人都能以这种态度去对待自然，珍惜我们共同的家园。”

此外，心得体会的书写还需要关注语言文字的表达。尽量使用简洁、明了的语言表达自己的意思，避免使用太过复杂或含糊不清的词句。同时，也要注意语法和拼写方面的错误，以保证文章的准确性和可读性。如果需要，可以请别人帮助修改和润色。

最后，心得体会的书写也需要注意一些细节问题。例如，文章的标题应该简明扼要地概括主题，并具有一定的吸引力；在书写过程中，应注意段落之间的过渡和平衡，使文章的结构更加紧凑和统一；同时，还应注意篇幅适中，不要过长

或过短，以保持读者的阅读兴趣。

综上所述，心得体会书写格式的要求包括：明确的开头部分、个人思考和见解的主体部分、自然的结尾部分、简洁明了的语言表达、注意语法和拼写、关注细节问题等。通过遵守这些要求，我们可以写出一篇清晰、连贯、易读的心得体会文章。写心得体会不仅仅是对自己的一次总结，更是与读者分享自己的体验和思考，也是我们对待生活的一种态度。