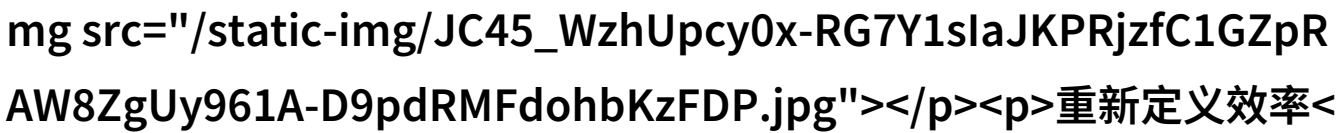
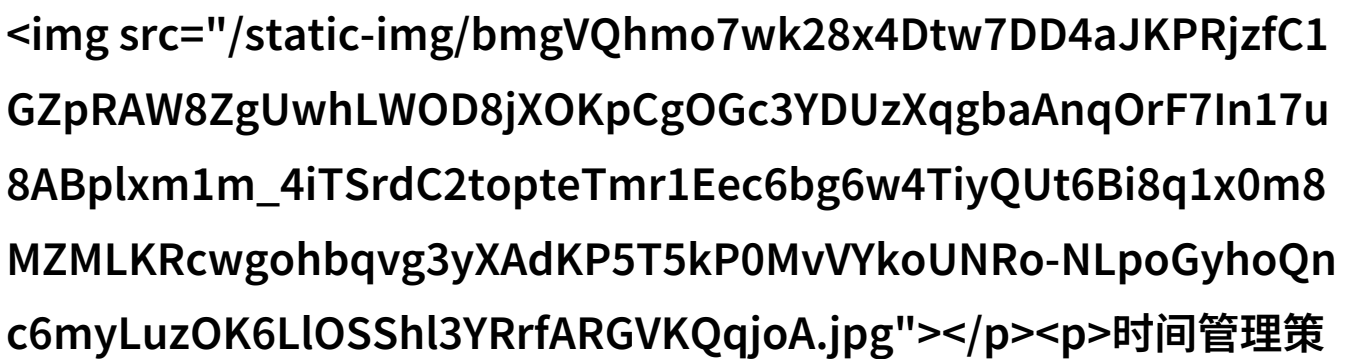


探索C我半小时的深度个人成长与时间管

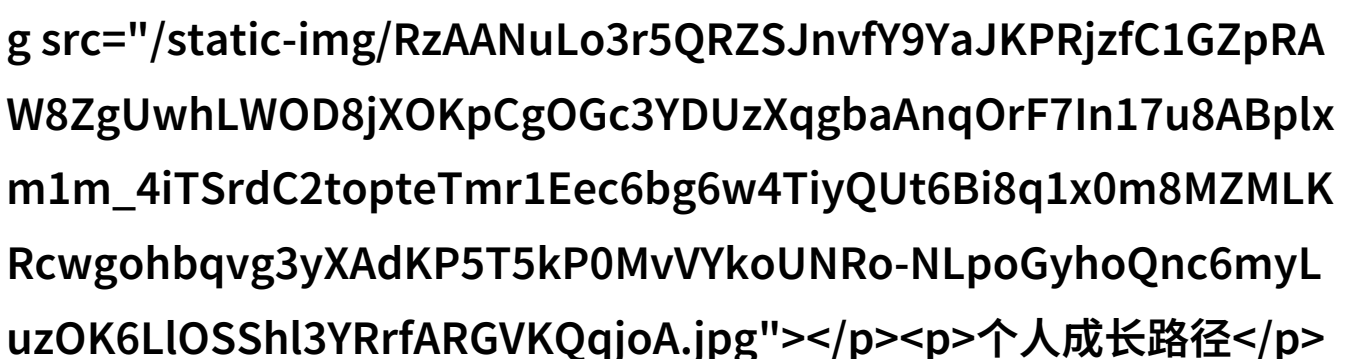
探索C我半小时的深度：个人成长与时间管理的新篇章

重新定义效率

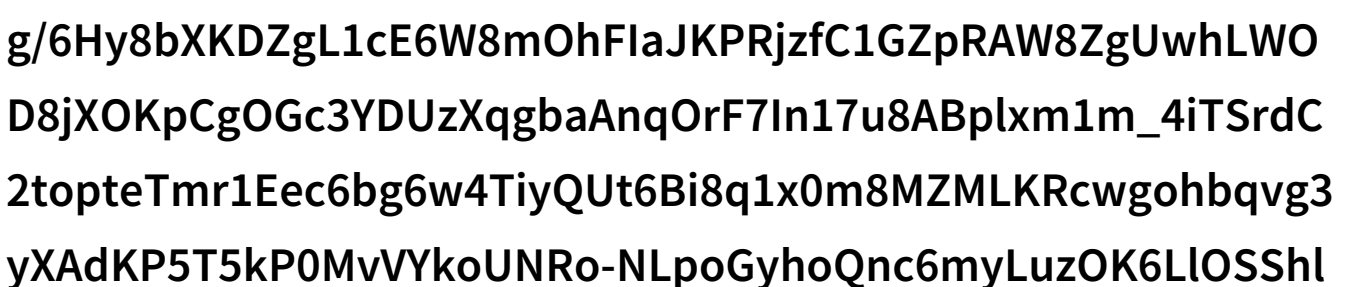
在数字化时代，人们对时间的追求日益迫切。C我半小时不仅是技术上的一个概念，更是一种生活态度和价值观念的转变。它意味着在高效利用每一分每一秒的同时，不忘初心，坚持为他人服务。

时间管理策略

C我半小时要求我们必须有一个完善的时间管理计划。这包括但不限于优先级排序、任务拆解以及有效沟通等。在执行时，要注意节省无谓的交谈和会议，让更多精力用于核心工作内容。

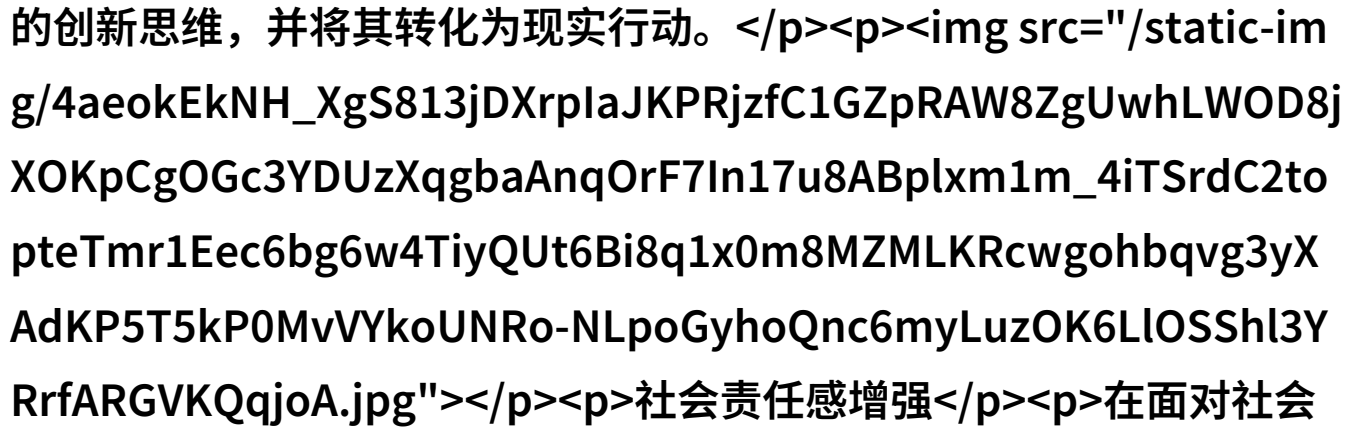
个人成长路径

当我们把自己的宝贵时间投入到某项活动中时，就会发现自己在那个领域取得了意想不到的进步。C我半小时可以帮助我们找回自我的定位，为实现个人的目标奠定坚实基础。

创新的应用场景

Cmy half

hour并不局限于工作环境，它也可以被运用到日常生活中，比如通过短暂地学习新技能或锻炼身体来提升生活质量。这种方式能够激发我们的创新思维，并将其转化为现实行动。



社会责任感增强

在面对社会问题时，我们更应该发挥自己的优势和资源，去参与解决问题，而不是简单地进行表面的慈善活动。Cmy half hour鼓励我们积极参与公益事业，用有限而珍贵的人生资源去影响社会大环境。

心理健康意识

快速变化的心态也是现代人需要面临的一大挑战。在忙碌而又压力的生活状态下，我们往往忽视了自身的心理健康。如果能在紧张之余抽出些许时间来反思、放松，这对于保持良好的心理状态至关重要。

[下载本文pdf文件](/pdf/344253-探索C我半小时的深度个人成长与时间管理的新篇章.pdf)