# 高三书信作文800字：写给自己的一封信

来源：网络 作者：无殇蝶舞 更新时间：2024-11-26

*亲爱的自己：你还好吗?是否最近总是烦恼不安，是否想甩掉所有压力好好放松自己呢?看着你总是愁眉苦脸的样子我也很担心，不妨听听我的话，也许你会明白很多道理!最近，你是不是感觉考试临近压力很大呢?其实，你大可不必把考试成绩看得那么重，只要你学习的...*

亲爱的自己：

你还好吗?是否最近总是烦恼不安，是否想甩掉所有压力好好放松自己呢?看着你总是愁眉苦脸的样子我也很担心，不妨听听我的话，也许你会明白很多道理!

最近，你是不是感觉考试临近压力很大呢?其实，你大可不必把考试成绩看得那么重，只要你学习的基础知识扎实，有一颗斗志昂扬的心，在考试的时候能够发挥自己的水平就好。有时候你越想考好越容易给自己造成很大的心理压力，这样在考试的时候容易紧张，原本能够想起的知识都忘记了，又或者随着考试答题时间的越来越少就越容易紧张，影响发挥。所以每次考试前千万不要去估算自己这次考试能考多少分，也不要给出过高的期望，沉着冷静迎考，以一颗平常心曲对待考试，你才可以考出理想成绩。

如果考好了你不要骄傲，鼓励自己让自己的同时不要忘了告诫自己要谦虚，然后埋头苦学平复开心的心情;如果考差了你也不要懊恼，要寻找自身原因，及时找出考试中自己遗漏的知识，认真复习攻克难题，调整好心态，多进行心理暗示和鼓舞，告诉自己：“我行的，我一定行的!”

其实影响考试成绩的原因有很多种，最主要的还是心态和知识的积累程度。假如能够处理好人际关系和保持一颗积极进取的心，把心态保持平横，考试的时候你便不会因为心态问题影响考试成绩。知识的积累要靠平时的刻苦学习，上课认真听讲，跟着老师的思路走，看看老师解题思路和方法，课后及时巩固和加强练习，只有真正掌握知识，不浮躁，不敷衍地对待学习才可以在考试的时候从容应对。

其次，人际关系的好坏也会影响到心态。你是住校的学生更应该注意和室友同学的关系，只有团结同学，增进同学间的友谊，才不会因为一些小的矛盾影响到自己学习。

希望讲的这些能够对你有所帮助，也希望我们能够一如既往地认真学习，只有不抛弃，不放弃，珍惜时间、乐观向上的人才可以在考试中屡战屡胜。

祝：成绩节节高升!

你的知己：晓晓

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找