

我最想改變的一件事

我最想改變的一件事是提高專注力來學習。

我是一名學生，在日常學習中，我常常因為容易受到周遭事物的影響而無法集中注意力。這導致了我在學校的學習成績不盡如人意，也影響了我的學習效率。因此，我想要做出一些改變。

首先，我會在回家後複習課堂內容，並且將課文朗讀兩遍。

其次，我會找一個安靜且沒有干擾的地方，遠離電視、手機和其他可能會分散注意力的東西，以便更專心地學習，提高學習效率。

最後，我會時刻提醒自己，讓自己專注在學習上。我會保持積極的心態，肯定自己的能力。我會做三次深呼吸，然後開始學習，相信自己能夠慢慢取得進步。透過這些努力，我相信我能夠改善學習上的問題，提高學習成績，成為更好的自己。