

度工伤工作总结精选

总结是对某一特定时间段内的学习和工作生活等表现情况加以回顾和分析的一种书面材料，它能够使头脑更加清醒，目标更加明确，让我们一起来学习写总结吧。总结书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇总结呢？那么下面我就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

度工伤工作总结精选篇一

为把“安全第一，预防为主”的方针落到实处，切实加强安全管理，防止人身事故的发生，特签订此保证书。

2、施工作业时，应遵守《电业安全工作规程》。

3、加强安全技术知识学习，提高安全防患能力。

1、正确使用、维护和保管工器具及劳动保护用品、用具，并在使用前进行认真检查，确保牢固可靠才能使用。

2、在施工现场工作时，应戴安全帽，根据工作任务和环境因素正确使用安全防护用品，并检各项安全防护措施是否完善。

6、野外作业，在地势高低不平的地方，不冒险下跳。攀登高坡时，应手拉牢固树枝或稳石。

8、从事有毒有害工作时，应做好防护措施。

9、凡大风时，不进行室外高处安装作业；

11、超重重物时应做好防止起重物滑落的安全措施，不得在吊件下方；

12、使用楼梯及上下爬梯时须按安夫规定进行。

2、在使用电动工具时，应注意避免身边的人受到伤害；

2、在电焊及其他动火施工作业，应注意防火安全。

5、在孔道、直井及高处作业时，手电筒应绑挂牢固，使用的工具等应装入工具袋内，较大的工具应用绳拴挂牢固。

6、在山上作业时，不准将任何杂物、石块往下丢，不踩松动的石头，不乱扔烟头，注意防火。

2、进出施工现场，做到“一停、二看、三通过”，决不麻痹大意，随时保持高度的安全警惕，增强自我保护意识。

3、工作中，在做好本职工作的同时，还应注意周围的人和事，并互相提醒互不伤害，对危害生命安全和身体健康的行为应及时制止，解除危险后再行工作。

1、施工中互相关心施工安全，做到互相提醒。

2、施工中发现影响他人安全的行为有义务及时制止。

3、对施工中出现的不安全行为应立即制止。

项目经理：

项目部员工：

时间：

时间：

年度工伤工作总结精选篇二

感谢伤害过你的人，是他们让你的人生与众不同现在请欣赏

本站小编为你带来的语录感谢伤害。

1、因为青春，我们奋进!因为青春，我们年轻，我们精力充沛，我们对任何事情都充满了好奇、探索、追求，我们不要后悔，不要老大徒伤悲，因为，我们抓紧分分秒秒，为了目标而奋进。青春，我们以夸父般的毅力，追求我们的梦，一朝又一朝，无怨无悔。早安~!

2、如果，人生没有缺憾，我不会诉说伤痕。人生路上，一切都得靠自己靠自己的理解，靠自己的意志，靠自己的追求，人生是一张单程的车票，一去无返，我们能做的只有不断努力，我们能依靠的只有自己。

3、人生是一部学习、奋斗史。岁月磋砣，我们羡慕于李白天生我材必有用的自信;徜徉于苏轼一潇烟雨任平生的洒脱;惊叹于爱迪生永不言败的毅力;骄傲于苏武生是大汉人，死是大汉鬼的爱国情怀。人生教授了我们的如何做人，如何处事。

4、提升自我，无论是外在的形象，还是内在的修养;提升自我，无论是性格的完善，还是能力的提升;提升自我，无论是心态的养成，还是意志的磨练，都能缩短你与成功的距离。在遭遇中奋起，在绝境中重生，提升自我，努力前行。早安~!

5]励志就像给自己插上翅膀，才能飞得更高;炼造一双千里眼，才能望得更远。满载而行，即使困难重重，留下的汗水也终会获得回报;满载而行，即使艰辛与泪水并存，前方的道路也依然光明;满载而行，即使跌倒，也将有勇气迈向成功。早安~!

6、无论你是谁，无论你为了什么，只要你生活在这世界上，就要对得起自己的青春，因为青春只是绽放到极致却又结束的太仓促的一段闹剧而已，所以直到世界的终结，去爱你该爱的，去做你该做的，去想你该想的。早安~!

7、感谢伤害过你的人，是他们让你的人生与众不同。感激为难你的人，因为他磨练了你的心志；感激绊倒你的人，因为他强化了你的双腿；感激欺骗你的人，因为他增进了你的智慧；感激蔑视你的人，因为他醒觉了你的自尊；感激遗弃你的人，因为他教会了你该独立。

8、喜欢就争取，得到就珍惜，错过就忘记。人生也许不尽完美，正因为不完美，我们才需要不断地努力创造努力奋斗。时间就是生命，所以我们必须珍惜宝贵的生命，执着地守候生命中每一个必经的十字路口。

9、人活的就是一种心态。当你，淡薄名利，心态积极而平衡，有所求而有所不求，有所为而有所不为，不去刻意掩饰自己，不去势利逢迎他人，只是做一个简单真实的自己时，就会无所谓得与失，就可以坦坦荡荡，真真切切，平平静静，快快乐乐地生活。早安~!

10、有一天你将破茧而出，成长得比人们期待的还要美丽，但这个过程会很痛，会很辛苦，有时候还会觉得灰心，面对汹涌而来的现实世界，觉得自己渺小无力，但这也是生命的一部分，做好现在你能做的，然后，一切都会好的。早安~!

11、曾经在你的世界里，我迷失了自己；现在在没有你的世界里，我找到了更好的自己。

13、如果你每天从内心里呐喊三七二十一遍“我用不着为这一点小事而烦恼”，你会发现，你心里有一种不可思议的力量，内心会霍然强大起来。

14、不是没想过放弃，只是始终没有办法做到。

15、有一些人活在记忆里，刻骨铭心；有一些人活在身边，却很遥远。这个世界很大，即使是擦肩而过的陌生人，相遇时也飘散着淡淡的缘，所以，缘来是你，我惜；缘尽你去，我

放。

16 、我年轻时想变成任何一个人，除了我自己。

17 、你现在正在享受的、正在体会的，才是你真正拥有的。你名义上的财富地位乃至感情再多，如果不能真实体会和品味，也等同于没有。所以，珍惜遇到的每一个善缘，真实地体会她：一缕清风，一个微笑，一只飞过眼前的小鸟，一间整洁的旅馆的房间，一丝若有若无的花香。

18 、等待，不是因为那个人会回来，是因为还有爱。

19 、有时候是我们自己想太多，才让自己如此难受。

20、不要让心太累，不要追想太多已经不属于自己的人和事。你我所走过的每一个地方，每一个人，也许都将成为驿站、成为过客。一向喜欢追忆，喜欢回顾，喜欢不忘记，如今却发现，深刻在心里的那些东西，早已在他们的时间里化成遗忘。

1 、世间即使多可怕，总留下你依然让我值得牵挂。

2 、没有比较，就显不出长处；没有欣赏的人，乌鸦的歌声也就和云雀一样。要是夜莺在白天杂在聒噪里歌唱，人家绝不以为它比鹧鸪唱得更美。多少事情因为逢到有利的环境，才能达到尽善的境界，博得一声恰当的赞赏。

3 、你生命的前半辈子或许属于别人，活在别人的认为里。那把后半辈子还给你自己，去追随你内在的声音。

4 、如果身处顺境，千万不要张扬，要和满山的杜鹃花一起绽放。如果身处逆境，千万不要放弃，要像开败的白玉兰一样，在下一个春天再向世界招手。如果身处绝境，千万不要沮丧，要像万丈天坑底部的一棵狗尾巴草，虽然死无出路，

但也要昂起毛茸茸的头颅，向着太阳灿烂地微笑。

5 、一个人成为他自己了，那就是达到了幸福的顶点。

6 、人一生中会遇到不顺心的事，会碰到不顺眼的人，如果你不学会原谅，就会活得痛苦，活得累。原谅是一种风度，是一种情怀，它像一把伞，帮助你在雨季里行路。学会原谅，快乐至上。

7 、计较的太多就成了一种羁绊，迷失的太久便成了一种痛苦。过多的在乎会减少人生的乐趣，看淡了一切也就多了生命的释然。

8 、不要害怕做错什么，即使错了，也不必懊恼，人生就是对对错错，何况有许多事，回头看来，对错已经无所谓了。

9 、我决定喜欢你一辈子，不是你的一辈子，是我的一辈子，只要我还活着，就会一直喜欢下去。

10 、上辈子我欠你的，这辈子我来还，这辈子你欠我的，下辈子来还我。

11 、哪里会有人喜欢孤独，不过是不喜欢失望。

12 、假如可以选择时光，我想回到过去。那里有我的怀念，和爱我的你。

13 、也许一个人，要走过很多的路，经历过生命中无数突如其来的繁华和苍凉后，才会变的成熟。

14 、只有一条路不能选择——那就是放弃的路；只有一条路不能拒绝——那就是成长的路。你要的比别人多，就必须付出得比别人多。

15 、许多事以温暖而美好的姿态定格，停留在你我的梦中。

16 、女人. 不需要倾国倾城，只需要一个男人为她倾尽一生。

17 、我爱你就是要在开心时看得到你，生气时看得到你，你不能错过我的情绪起伏，你不能错过我的死，就是我想去当小偷，你也得陪我去当鸳鸯大盗。

18 、我流浪了那么久，还不想回家。因为你不在家，我便永远没有家。

19 、真正爱上一个人，他就变成你心底最柔弱的一部分，除了小心呵护，你别无选择。你惟一能做的就是，不求回报地爱他，像喝水吃饭一样习惯。就算他不够好，可你就是爱他，无可救药。

20 、世上最心痛的距离，是你冷漠的说你已不在意。

度工伤工作总结精选篇三

风儿轻轻抚过我的脸颊，抚过正记录文字的双手，将日光灯下的文字渲染得熠熠闪光。青春的岁月，正如同这印着青春的日记本，朝气蓬勃。

月光将夜晚氤氲了一层朦胧。端坐在日光灯下的我依旧伏案自习，习惯性地将印着卡通人物的日记填满，习惯性地将它顺手放进抽屉，习惯性地熄灭深夜不眠的灯，寻找久逝的梦。

深夜不眠，辗转，昏暗的光线下，您蹑手蹑脚地闯入了我的领域。您急促的呼吸声与这静谧的夜形成了冲突。我怔怔地望着，只是望着，望着您一系列笨拙的动作，目不转睛，我亲爱的爸爸。

慢慢地，您从抽屉里轻轻地抽出日记本，在您听来毫无破绽的声音却如同钢钻般深深钻进我的内心。您的手颤动着，还

是翻开了我的日记，——您女儿的日记。

是什么力量使未眠的我没上前制止您的行为?是相同的血脉。您横行闯入我的世界，夺走了我的隐私、我的主观感受。我的嘴角上扬，却流下了泪，悄无声息地散在空气里。昏暗的光线下您强悍的背影，映衬出您焦虑不安的心情。我能想象，您的心里该是多么矛盾，您的双手如枯树枝般彰显着所经历过的风霜岁月，在我的日记上印下了指纹，印下了您的不理解，印下了您的不尊重。我的心如小鹿般乱窜，将痛苦与无奈寄于不止的泪中。

时光的流逝如白驹过隙，短暂而无痕，您的乌发不知何时添上了几缕银丝，您的动作不知何时显得笨拙突兀。

为何您还在不停地翻阅，我亲爱的爸爸?终于，在我近乎绝望的边缘，您停止了您的双手。

您走了，轻轻地关上了房门，悄悄地离去。

度工伤工作总结精选篇四

- 1、认真学习贯彻“安全第一、预防为主、综合治理”的方针。
- 2、启动设备前要认真检查，了解设备的健康状况，确保无人工作和不存在安全隐患时方可启动设备。
- 3、不违章操作，杜绝违章指挥，杜绝酒后操作。
- 4、工作后不留任何隐患。
- 5、不违章指挥，安排工作时同时要考虑安全因素。
- 6、现场有工作时，做到安全措施齐全完善，不对他人造成危害。

- 7、加强现场的安全检查，及时发现安全隐患、及时组织人员处理。
- 8、高处检查一律使用工具袋，或者将工具拴在身上，严防坠落物品。
- 9、高温炉、干燥箱取放物体时，要注意周围人和物，小心烧伤他人。
- 10、化验人员化验过程中，小心认真，注意不使药品溅在他人身上或洒在地板、桌面上，警防腐蚀。
- 11、化验人员加热油时，试样不得超过试管的三分之二，且试管口禁止对准他人，以防飞溅烧伤。
- 12、化验人员使用玻璃仪器时，轻拿轻放，小心因玻璃破损而伤了自己和他人。
- 13、化验人员取用有挥发性的酸、有机物等应在通风柜内进行，以防气体中毒。
- 14、化学人员做绝缘强度时，电源接通后，严禁他人触及油杯外壳，以免发生危险。
- 15、做监护工作时，一定要监护到位。
- 16、有毒药品及其瓶不得随意丢弃，防止别人捡到误用造成事故以及环境污染。
- 17、在检修时做好防护措施。
- 18、检修完成时清理现场卫生防止有不安全因素对他人照成伤害。
- 19、首先应严格按规章制度办事，认真执行工作票制度，禁

止无票工作或一边办票一边工作。

20、按工作票所提到的内容做好安全措施。在工作中注意其他人，提醒其他人要保持足够的安全距离，无关人员要远离现场，防止他人受到自己的伤害，发生违章现象要立即制止工作。

21、不发出有危害人身安全的命令。

22、设备启停和停送电时要认真检查，确保无人工作和不存在安全隐患时，方可操作。

23、办票应认真审核，布置措施要全面。

24、开工结票时要和工作负责人共赴现场交待事项。

25、检修过程中发现工作人员私自变更措施或扩大工作范围时应及时制止。

26、不随意移动检修设置的标示牌。

27、除灰及灰库人员工作时头脑要清醒，时刻了解设备的运行状态，仔细调整灰水比例、控制干灰飞扬保护环境、保护他人身体健康。

1、进入生产现场要穿好工作服，戴好安全帽

2、工作时要保持头脑清醒，精神状态良好。

3、不随意跨越栅栏、不乱动设备。

4、不盲目听从指挥，对违章命令拒绝接受。

5、不随意移动或跨越检修设置的标示牌或栅栏。

- 6、严格执行操作规程，杜绝违章操作。杜绝酒后操作。
- 7、进入生产现场穿工作服，戴安全帽并系好帽带，且服装要整洁，扣好袖口和钮扣，不穿高跟鞋、凉鞋、拖鞋，女工应留短发或将头发盘在帽中。
- 8、进入生产现场，注意地面上的沟、孔、洞、井等；随时留心高处物体，小心被周围设备烧伤、烫伤。
- 9、在皮带间工作时不在运用皮带上行走或跨过、越过；不在皮带上传递东西；不跨越卷扬机钢丝绳等；不误动其它不相关设备。
- 10、保证设备不带电工作，不用湿手接触电源开关、不用湿麻布擦带电及转动设备等。
- 11、有高处作业、检查时，要系安全带，并做好防护措施，防止高处坠落。
- 12、无特殊工作时，不在易燃、易爆、高温、高压设备旁逗留。
- 13、接触剧毒、强挥发性药品时，除小心操作外，还要戴手套、穿防腐服等必要的防护措施。
- 14、使用易爆药品如苦味酸时，不能研磨、锤击或加热。
- 15、化验人员做燃煤发热量时，点火初期要远离主机，以防氧弹爆炸而伤害自己。
- 16、化验人员移液管吸取液体时，要用吸耳球，决不用口吸取。
- 17、化验人员做汽、水化验时，应熟悉药品的性质，防止被腐蚀及中毒。

- 18、不酒后驾车及上班，不无证驾驶。
 - 19、巡检时不动与自己无关的设备
 - 20、进入现场时注意警示牌和禁止牌
 - 21、检修过程中要有工作票做好相应的安全措施
 - 22、进入现场时不吸烟防止着火
 - 23、操作时正确佩戴防护用品，并使用合格的防护用品。
 - 24、任何操作必须严格执行规范化的要求，不图省事。
 - 25、电气设备不单人操作。
 - 26、巡视设备时，不得乱动设备，不得移动和跨越遮拦，时刻注意与带电体的安全距离；雷雨天，应穿绝缘靴，不得靠近避雷针、避雷器。
- 1、不在起重物下行走或停留。
 - 2、不盲目听从指挥，对违章命令拒绝接受。
 - 3、巡检及操作时对周围环境要观察清楚，尽量不进入危险区。
 - 4、不在马路上停留，在穿越时，时刻注意过往车辆的情况，确保自身安全。
 - 5、不跨入检修人员设置的安全遮栏、隔离带等区域。
 - 6、拒绝执行违反安全规程的命令和指令。
 - 7、不在易燃、易爆、高温、高压设备旁逗留。

- 8、进入生产现场的服饰一定要符合安全规定。
 - 9、注意现场有无危险因素，特别是装置性违章。
 - 10、进入生产现场，要密切注意现场的井、沟、孔、洞、盖板是否齐全，高处有无交叉作业等危险因素。
 - 11、常点检急救箱内的防护物品是否齐全，急救药品是否定期更换。
 - 12、经常组织防火检查，发现火灾隐患及时组织处理。
 - 13、检修人员在卸酸碱时，不靠近卸酸、碱管周围。
 - 14、对不明性质的药品拒绝使用。
 - 15、不在交叉作业现场随意走动防止高空落物伤害自己。
 - 16、对不按安全规章制度的指示不予执行。
 - 17、进入现场时配戴安全帽防止他人作业照成高空落物。
 - 18、在工作的时候，没有自己的任务要远离工作现场，在头脑中要有安全意识。
 - 19、加强对安全教育的学习和培训，认真执行两票和巡回检查制，提高安全工作水平。
 - 20、巡检及操作时对周围环境观察清楚，不进入危险区。
 - 21、发现有人违章作业，严厉制止。
- 1、对新入场人员要传递安全经验和安全信息，教育新入场人员遵守各项规章制度和操作规程。

- 2、发现一切违反安规的行为，要及时告知他人，并且予以制止。
- 3、现场巡检和操作要认真细致，不制造、遗留任何安全隐患。
- 4、一旦发生事故，在保护自己的同时要主动帮助他人尽快摆脱困境。
- 5、发现他人有违章违纪以及习惯性违章等现象时，要加以制止，以免发生事故。
- 6、试验完的废油应合理保管，防止着火。
- 7、破碎的玻璃仪器及时丢弃。
- 8、发现有人触电时，要立即切断电源并进行急救。
- 9、试验人员使用有毒有害药品时，要做好监督、监护工作。
- 10、检修人员在检修过程中监护人员一定要监护到位。
- 11、对新来的工作人员要做好安全教育、培训工作，杜绝其盲目操作。
- 12、签发工作票时，安全措施不全不给签发。
- 13、不定期安排他人到危险区域工作，如特殊需要时做好安全措施。
- 14、他人从事工作时，提醒工作危险性及注意事项。
- 15、工作开始后要经常去现场进行检查、督促，保证人员遵章守纪。
- 16、常点检急救箱内的防护物品是否齐全，急救药品是否定

期更换。

17、经常组织防火检查，发现火灾隐患及时组织处理。

18、经常检查氧弹、气瓶等承压部件是否完好，防止爆炸伤人。

19、发现事故隐患，及时向相关部位提出处理，防止他人受到伤害。

20、不在工作现场吸烟。

21、在现场工作中看到他人操作有不安全隐患时及时给与提示和制止

22、在保护好自身安全的同时，也不能忘记同事的人身安全，要发自内心的关爱他人，只有“我为人人”，才能“人人为我”。

23、在相互付出真诚的基础上，紧密协作，共同努力。

24、对于他人的危险行为，无论是否正在进行工作，都应及时阻止并予以纠正，这样做不仅是对他人负责，也是对自己的一种考验。

25、布置操作任务时必须明确，要指出作业中存在的危险因素，并交代安全注意和防范措施。

26、办理工作票时，严格执行两票管理制度，对于各项安全措施严格执行，并向检修人员交代现场情况，指出危险所在，严格执行“四不开工”、“五不结束”。

27、发现一切违反安规的行为，要及时告知他人，并且予以制止。

28、对新入场人员要传递安全经验和安全信息，教育新入场人员遵守各项规章制度和操作规程。

29、发现他人身体、精神状态不佳等异常变化时，应根据情况安排合理的操作。

30、启停设备时，运行人员必须就地检查合格后方可启动。

度工伤工作总结精选篇五

1. 坚定不移树立“零伤害”理念，强化安全生产意识，认真落实上级要求，严格履行岗位职责，扎扎实实做好本职工作，从我做起，从每天的工作做起，全力推进“零伤害”目标的实现。

2. 自觉遵守安全生产的法律、法规、标准、规范等要求，严格执行安全作业规程和各项安全管理制度，形成良好的安全素养，自己不违章，严格抵制他人违章，严查狠反“三违”，做到执行制度“零距离”、“零违章”。

3. 深化本安管理，强化本安运行“落地”，开展风险预控管理。认真开展危险源辨识和风险评估，不折不扣地落实管理标准和管理措施，加强危险源监测和预警，努力实现危险源可控、在控、事故为零。4. 认真开展设备巡视、检查，加强设备维护管理，动态排查存在的问题，及时整改安全隐患，努力消除各种不安全因素，争取做到隐患排查“零盲区”、问题整改“零搁置”，努力实现设备“零缺陷”、岗位“零隐患”。

5. 开展标准化作业、精细化管理，积极参加标准化示范班组创建活动，严格作业程序，规范作业行为，上标准岗、干标准活，做好岗位标准化建设，提高安全生产工作质量，努力实现操作“零失误”。6. 积极参与安全生产管理，协助班组长做好安全生产工作，为安全工作献计献策，兢兢业业，创

先争优，努力实现岗位安全管理“零漏洞”。

7. 积极开展职业安全健康工作，加强粉尘、噪声等职业危害因素的治理，改善生产条件和作业环境，正确使用劳动防护用品，做到岗位职业病危害“零事故”。

8. 加强业务技术学习，提高防范事故和正确处置各种复杂情况的能力，提高做好安全生产工作的本领。我懂安全，我会安全，我要安全，我能安全，做本质安全型员工。

9. 开展安全联保互助、同伴教育活动，同一班组、同一作业现场的员工互相结为安全联保对象，在作业过程中，互相监督、互相配合、互相帮助、互相提醒、互相制约，共同努力，把好安全关。10. 开展“四不伤害”活动，为自己的安全负责，为他人的安全负责。保证做到“我不伤害自己、我不伤害别人、我不被人伤害、保护他人不受伤害”，争取实现“零伤害”。

我将严格履行以上承诺，愿意接受领导和同事的监督，接受、配合上级组织的考核。

承诺人□ 20xx年1月

度工伤工作总结精选篇六

甲方：__，男，__岁，住__，身份证号：__。

乙方：__，男，__岁，住__，身份证号：__。

1、自乙方受伤之日起截止本协议签订之日所实际发生的和其它应当由甲方支付的医疗费、交通费等各项费用共计 元(大写：人民币)，在本协议签订之前已由甲方全部付清，协议签订之后乙方不得再以任何理由向甲方主张前述期间发生的任何费用。

2、经甲乙双方协商同意，甲方再向乙方一次性支付依法应由甲方支付的全部费用(以下合并简称“一次性补助金”)，合计人民币 元(大写：)。

3、本协议签订后 日内，甲方向乙方支付人民币 元(大写：)。

4、乙方收到一次性补助金后，应当合理分配、处理，自觉留足可能发生的后续治疗、康复、生活等费用。乙方分配、处理前述费用的方式由乙方自行决定，后果由乙方自行承担。

5、乙方承诺不再以任何形式、任何理由就与劳动有关的事宜向甲方要求其他任何费用或承担任何责任。

6、本协议为双方平等、自愿协商的结果，是双方真实意思的表示，并且公平、合理。

7、本协议内容甲乙双方已经全文阅读并理解无误，甲乙双方对此协议处理结果完全满意。

8、本协议一式两份，甲乙双方各执一份，协议自甲乙双方签字后即发生法律效力。

9、本协议为一次性终结处理协议，双方当事人应以此为断，全面切实履行合同，不得再以任何理由纠缠，并放弃再提起仲裁及民事诉讼的权力。乙方今后身体或精神出现任何问题均与甲方无关。

甲方签章： 乙方签字：

时间： 时间：

见证人：

度工伤工作总结精选篇七

时间，永远不及爱和伤害的变化来得快。下文是小编为大家整理的伤害感言句子，希望能够帮助到大家。

- 1、如果没有你，我拿什么伤害我自己。
- 2、在伤害中不痛不痒，在蜜语中不悲不喜。
- 3、由于不了解，所以选择彼此互相伤害着。
- 4、我怎么舍得伤害你，毕竟你是我最爱之人。
- 5、伤害皆因为贪欲，欲望越少的人越无敌。
- 6、开心的事远远不及伤害来的强烈，恒久。
- 7、不能保留你的爱，那是对他无言的伤害。
- 8、让伤害变的洒脱，爱不够，恨不够。
- 9、都是相似脆弱的人，何必相互伤害。
- 10、如果伤害在所难免，请给我痛快一枪。
- 11、保存美好的记忆，都是为了伤害自己。
- 12、一场游戏，付出了真心，伤害了彼此。
- 13、用最直接的言语，伤害自己喜欢的人。
- 14、如果你不愿意，没有谁，可以伤害你的。

- 15、心门不开，无人进来便无从伤害。
- 16、我藏起你给的伤害，微笑面对一切。
- 17、手机是个好东西，话费你别伤害它。
- 18、我要的真的不多，不要伤害我。
- 19、怪我太坏，伤害了你的自尊心。
- 20、你累积的伤害，让我难以释怀。
- 21、你要变强，让别人无法伤害我们。
- 22、爱你我付出了全部，结果你却把我狠狠的伤害。
- 23、真正的爱情需要等待，真正的情人越可能伤害。
- 24、为了你，我可以为你伤害任何人，也包括我自己。
- 25、难道，最后注定得是伤害。
- 26、关心眼前人，切勿伤害他人。
- 27、最后变成你给我最大的伤害。
- 28、用嘴伤害人，是最愚蠢行为。
- 29、不要轻易试探一段情，不要随意伤害一颗心。
- 30、爱情是用来伤害的，而时间却是用来疗伤的。
- 31、越是亲近的人，我们伤害的就越是肆无忌惮。
- 32、我给你伤害我的权利，你却运用得如此自如。

- 33、如果爱我，就不要伤害我，我要的不是伤害。
- 34、别傻了女人，爱你的人不会一次次的伤害你。
- 35、谁走失了谁，谁伤害了谁，谁还留恋着谁。
- 36、普通的对视，巧合的擦肩，都是一种伤害。
- 37、在坏的人，终究有那么几个人永远也不会去伤害。
- 38、所谓广结众缘的意思，就是不要去伤害任何一个人。
- 39、只要条件好，我就嫁！那样往往会伤害你的后半生！
- 40、还以为是爱情来了，却未曾想到是伤害在向我走近。
- 41、越锦绣的东西伤害越大，就像最迷人的光疗最醉人的爱情。
- 42、人生就是吃一堑，长一智，伤害就是明白，失败就是懂得。
- 43、我们的曾经，是现在对我们最大的伤害害、也是最大的障碍。
- 44、一生仅此一次，我不会给第二个人像你这样伤害我的机会。
- 45、哪怕是借口，也请你继续，不要再来伤害我支离破碎的心。
- 46、就让我们之间没有伤害，就让我们记住那些甜蜜的时刻。
- 47、对不起，我用最深刻的伤害，来表达我对你最深刻的爱。

48、我不要给怜我爱我之人带来伤害，我不要让你心为我而忧。

49、我的快乐，已经习惯了自给自足。

50、所谓坚强只不过是比谁更能装作无所谓。

51、删了所有的联系方式，不是我不喜欢你，只是我付出了那么多你还是无动于衷，最后我只能选择放手，可惜不是你陪我到最后。

52、不相信缘分，只相信有一方或者双方非常努力，爱神是站在求爱的那一边。

53、我其实可以躲的远远的，用不着你整天逃避逃避。

54、愚蠢的人伤害别人就等于伤害了自己。走得慢的人，只要不迷失方向，也比漫无目的地原地徘徊的人走得快。选择人生路很重要，在一条不适合自己的路上奔波，如同穿上一双不合脚的鞋。我们是一路向前走的，走过了也就错过了，唯有珍惜即时的拥有，生命的记忆里才会少一些悔与恨。

55、不知道从什么时候开始害怕谈恋爱了，我害怕我会伤害你，也害怕你不忍心伤害我。

56、即使明白就算再谨慎依然可能无心伤害到某个人，也要尽最大努力去审度自己的言语。绝对不可以假借无意而为之，就更别说故意而为之了。

57、发现一个人的不好时，心里就疏远了他，想的也全是他的不好，却想不起当初他陪伴过你的那些时光。可是也没办法，有几人能不记仇 能大公无私到被人伤害也能真心原谅。反正我是不能。

58、生命中，不断有人来了或去了；有人给了幸福有人给了伤害；可我知道你永远都会在我身边。我们一路走来并将一直走下去，一直到老都不会相互忘记。

59、要经历一次次的伤害，一次次的疼痛后，才会学乖，才会放手，我真的觉得自己好惨，会遇到这样的人。

60、用言语伤害你的人其实是在乎你。

度工伤工作总结精选篇八

生活在现实中的我们，难免不会遇到来自外界的伤害，经历多了，自然有了提防。

可是，我们却往往没有意识到，有一种伤害并不是来自外界，而是我们自己造成的，为了他人的闲言碎语，一个不起眼的眼神一个无意的玩笑，甚至因为自己的外貌丑陋，我们发愁、发愁，认真计较，纠缠其中，沉陷不必要的烦恼中，一旦久了，我们的心灵被折磨得千疮百孔，对人对生活失去了爱心，甚至寻觅不到那原始般的纯洁和善良。

如果我们能不被那么一点点“伤害”来为难自己，损伤自己，我们会显得坦然多了，能平静地面对各种的荣辱得失和恩怨，使我们永远地有对生活的美好认识与执着追求。这是一种修养，是对自己的人格与性情的冶炼，也从而使自己的心胸趋向博大，视野变得深远。那么，我们在人生旅途中即使是遇到了凄风苦雨的日子，碰到困苦与挫折，我们也能够坦然地走过。

正因为那些荣辱得失和各种窘境都伤害了我们，这就使我们减少了很多的无奈与忧愁，会生活得更为快乐，少了许多阴影而多了一些绚烂的色彩。不伤害自己，是对自己最真的爱护，是对自己生命的珍惜。

不要伤害自己，意味着我们自愿放弃一些微小的眼前利益，使我们不被这些东西网住，折腾得伤痕累累，这无疑是一种积极的超脱，从而使自己拥有平和的心态，从从容容，踏踏实实地走那属于自己的道路，做自己该做的事，进而走向成功，获得更多更有价值的东西，不妨说不伤害自己，是使自己有所成就的聪明活法。

在艰难的人生旅途上行走时，我们不妨时常自我叮嘱一声：别伤害自己。