

成功焦虑

标题

物质精神并重 破解成功焦虑

开头

解释 买车买房要趁早、著书立说要趁早、建功立业要趁早

观点 走出成功焦虑，追寻精彩人生，才是美好时代的题中之义

成功焦虑的原因

物质方面 住房、医疗、教育、养老……

意识观念（对成功理解狭隘化） 没有责任意识、使命感、过分看重名利

对策

物质方面

增加收入

减少支出

意识观念

正确看待成功，树立理性心态与价值观

树立责任意识、有使命感，淡泊名利

结尾

……愿我们每个人都能走出成功焦虑，活出精彩人生