

小心，时间的陷阱



[小心，时间的陷阱_下载链接1](#)

著者:(美)亚历克·麦肯齐//帕特·尼克森|译者

出版者:中信

出版时间:2012-2

装帧:

isbn:9787508631998

《小心,时间的陷阱》是一部关于时间管理和职场自我管理的经典之作，英文版畅销全球60万册，风靡全球职场圈。基于作者对职场人士数十年的研究和对世界各地商界精英

的访谈，《小心，时间的陷阱》犀利地剖析了日常工作中我们每个人不得不面对的14个工作问题，例如“大会小会不断”、“不敢拒绝别人”、“无法应对突发的危机状况”等等，并在当前信息泛滥和各种选择与诱惑充斥的时代，给出了全面和技术性的解决方法，对于初入职场的新人以及有工作经验的职场白领都非常实用。

作者介绍:

亚历克·麦肯齐，国际知名的演说家、顾问、时间管理专家。

帕特·尼克森，位于圣迭戈的爱默生书籍合作公司的总裁，并出版多部畅销书。她关于时间和优先事项管理的研讨会吸引了20多万来自世界各地商界、政界的管理专业人士。

目录: 前言 第一部分 21世纪的时间管理新挑战1 为什么时间依然阻碍我们创造佳绩2 我们习以为常的时间陷阱。3 将远景目标，近景目标和优先事项统一起来4 优先事项的确定和保持5 如何记录工作日志 第二部分 新的时间陷阱及逃脱办法6 深陷危机：冷静应对突发事件7 计划不当：明晰工作计划8 不能说“不”：聪明地婉拒他人9 沟通不畅：从容地进行职场交流10 会议低效：组织高效的工作会议11 深陷虚拟世界：灵活运用科技管理时间12 热衷电子邮件：巧妙处理各种信件13 电话干扰：避免随意来电14 信息过载与纸质文件泛滥：将一切杂乱归档15 责权不明：明确责任与权力16 委派和培训不力：在信任的基础上授权17 任务无法开始、无法完成：尽早下手，防止拖拉18 随时被打扰的烦恼：捍卫独处的权利19 贪求太多：坚决不做“超人” 第三部分 避开时间陷阱的方案汇总
· · · · · (收起)

[小心，时间的陷阱_下载链接1](#)

标签

时间管理

职场

自我管理

个人管理

心理

管理

GTD

策略

评论

卢图借 <http://book.douban.com/review/5655392/>

在地铁上花了1个多小时的时间翻完了这本书。大部分本书中的内容都不新鲜，例如“要事优先”的原则，用TODO List管理自己的事项，避免被打断，会议的目标问题。书中也提到了一些可以实际使用的工具与措施，对于完全不知道如何有效管理自己时间的读者，我相信这本书可以作为一本指南。

只不过，这本书过于集中在事务性工作的时间分配上了，对于以创造为主的工作者（如知识工作者）来说，并不特别合适。对知识工作者而言，能够注意避免被打扰，关注长期目标，持续提升自己这几条也许就能足够让成为时间管理的高手了。

废话很多，让人抓不住重点

针对管理者。附录中的提纲略有用。注意：首先要满足自己的安排；记录分析打断型事务。

第三部分避开时间陷阱的方案汇总是亮点。

输入冲突条目；保护优先事项；重点看最后那 14 个陷阱就行了

感觉翻译的不靠谱啊。。

有值得借鉴的要点，重要的是读书过后的实践。

总是要将所有错误犯完后，还在继续重复犯.

cliche

不适合我，全是工作中的时间管理，本以为是个人时间管理，看完一章弃了。

meh.

不适合作为个人时间管理来看，主要是职场上的时间管理

有很多小技巧，坐着算是比较用心的人物。

实在没什么可行的建议

方法。

这本书主要针对职场高管如何高效的利用时间，在实用性方面并不适合普通初入职场的
人读，但总的来说还是一本非常专业的讨论在利用时间上的高效做法，以后有机会再回
来细读吧。

没有太多的体会，感觉有点空

I spent 1hour to read it.

快速看完，我觉得其实只看第三部分的汇总就好了。完全没有其他的意义，而且看的我头痛，很枯燥的感觉。说实话，时间管理的书大部分都看过，但是看的我这么头痛的也只有这一本。。。

[小心，时间的陷阱_下载链接1](#)

书评

亚马逊热销商品排名: 图书商品里排第280,314名 当当59人评价&京东5人评价
读完，感觉这书主要是写给职业经理人看的，跟一般市面上的时间管理书还不一样。难道是走机场书店的？ 121115晚1306

这本书主要讲“时间管理”，在公司里作为高层、中层的时间管理办法，团队的时间管理办法。公司工作过程中常见的浪费时间的地方，作者都一一给出了策略。
每一个章节，探讨一个浪费时间的原因。
作者先给出原因（留意小标题），然后再给出解决方案。解决方案除了明确的知道（...

这本书没有太需要评价的，书摘而已。
如何进行高效的时间和自我管理是每个职场人特别渴望了解的话题。《小心，时间的陷阱》不但单纯的研究了时间的利用，更深查了时间浪费的根源。在现代公司互相合作，团队共处的环境下，很少的工作是可以一个人默默完成，随意控制自己节奏的...

[小心，时间的陷阱_下载链接1](#)