

高效能人士的时间管理艺术



[高效能人士的时间管理艺术 下载链接1](#)

著者:章真

出版者:中国商业出版社

出版时间:2015-10-1

装帧:平装

isbn:9787504490872

在相同的时代，每一个人都经历相同的从生到死，但每一个人都书写着不同的人生故事。有的人碌碌无为，贫穷一生；有的人叱咤风云，经天纬地；有的人获得了巨额的财富，泽被后世；有的人建立了不朽的功勋，青史留名；有的人留下了瑰伟的艺术，光烁古

今；有的人创造了华美的篇章，留传万世。为什么在相同的时间之内，人生的道路如此截然不同？人的命运竟会出现如此天壤之别？

问题的根本在于人们对于人生的掌控、对时间的利用。无数事实证明：要想改变自己的命运，必须先掌控好自己的时间，充分发挥和利用自己的每一分钟，让每一分钟时间都实现价值的最大化。

“时间就像海绵里的水，只要愿挤，总是有的”，可惜在大多数情况下，珍惜时间只是一种美好的愿望，大量的宝贵时间不知不觉中从我们身边流失了。于是我们常常听到有人慨叹：

“我没有时间！”

“时间真不够用！”

.....

那么，是谁偷走了我们的时间？该如何摆脱这种被动局面？怎样合理安排有限的时间？

也许你读过许许多多珍惜时间的故事，可是，本书的文字将告诉你便利的时间管理方法。本书提供时间管理方法，为读者提供了各种不同的应对策略，以帮助读者解决上述问题。同时，本书也会帮助您平衡工作与生活，培养良好的生活习惯，使你更有活力，从而更快、更好地获得财富。

作者介绍：

目录: 第一辑 时间是最重要的，请珍视生命的每一分钟

人生只不过是时间的累积

人生短暂，且行且珍惜

不控制时间等于流失财富

时间是衡量事业的标准

掌握时间管理的要领

“穷忙族”要学会整理时间

不设计时间你就是失败者

学会尊重别人的时间

珍惜时间会让你越来越富有

第二辑 挤出你的时间，你的一天会比别人长

看看是谁偷走了你的时间

最大限度利用空闲时间

把各种闲散时间挤出来

找出隐蔽的时间并善加利用

找到“拉长”时间的关键

用好时间变“闲”为“不闲”

“准时”让穷忙族获得幸运

挤出时间，每天多努力一点

不妨把你的表调快十分钟

第三辑 立即采取行动，不让拖延浪费了时间

永远不要说为时已晚

远离导致你拖延的因素

不要将任务拖到最后做

想象拖延恶果，节制拖延行为

为自己要做的事设定一个期限

成功在于把握住关键时间
抓住机会会出现的一瞬间
沉浸在白日梦中会一无所得
要牢牢抓住每一天

第四辑 提高做事效率，充分利用单位时间
合理用时，避免“瞎忙”
提前准备，保证工作效率
掌握ABC分析法

秩序是效率的第一法则
把会议压缩到最短的时间
报告要简约而不简单
在时间管理上分清主次
一天只完成几件重要的事

第五辑 学会统筹兼顾，合理地分配你的时间
掌握时间的肌理法则
24小时的统筹兼顾
怎样度过365天
要尽善尽美就要统筹兼顾
平衡角色之间的冲突
想通览全局就要统筹兼顾
学会时间的合理分配与运用

第六辑 制订财富目标，不枉费时间走弯路
要成功就先规划你的一生
需要不断审视你的目标
适时调整和修正自己的航向
有计划才会过得潇洒
计划法则令你事半功倍
知道每天一定要做的是什么
会做短中长期的计划安排
制订一个工作时间图表

第七辑 时间孵化成功，来一场有价值的守候
定准目标就坚定地走下去
努力，就一定不能停下来
大成功不是短时间能实现的
和时间较劲：坚持一下就好
用时间熬出人生的堡垒
成功是长时间忍耐的结果
学习可以节省奋斗时间

第八辑 身体是时间之本，再忙也要歇一歇
把自己从忙碌中释放出来
累了不妨花时间休息一下
有效地放松并不是浪费时间
人生只有三天，停一停你的脚步
控制好你的“生物钟”
即使是机器也需要休息
把生活安排好，你可以忙里偷闲
合理地调节自己的工作与休息
合理安排时间生活更轻松

· · · · · (收起)

标签

时间管理

读书

微信读书

当当读书

学习方法

个人管理

评论

一般，但及时解答了一个重要问题。

很快就能看完，没有什么体系，就是一些基本的时间管理意识，有些地方逻辑不太通，为了写书而写书，大多数话都在重复，感觉是在凑字数。。。

10min看完，看看目录

时间管理艺术

看了一半，每看到什么新意，都是老生常谈，感觉还啰嗦，可能时间管理本来就没什么新意可写，重要的是实践吧

不好，什么地方不好呢？举的例子太一般了，而且很多例子在我看来是一般人都不会犯的错误。

本书对如何挤出时间，如何战胜拖延，提高效率，如何进行统筹兼顾，如何制定目标和拆分目标等进行了详细解读，每个人的一天时间都是一样的，但是学会管理时间，提高效率，你的时间将会比别人的时间多出很多。

有很多关于时间管理的事例，倒是可以收集起来做素材，别的方面没什么特色

1. People donot know what u can do until ty see what u`ve done. 2. Being in good shape gives me energy. 3. I try to work the hardest I can without burning myself out.
4. 清理视觉混乱，会让人在工作时静下心来；集中精力于重要的事情上，限定时间；
5. 每周回顾管理,意识到自己浪费了多少时间；
6. 你最大的责任就是把你这块材料铸造成器 7. u can` t make decision based on fear and the possibility of what might happen.

一般，主要就是说要珍惜时间，做一些合情合理的计划；还有书中的讲述的故事很生硬，有些东西也太重复啰嗦

[高效能人士的时间管理艺术 下载链接1](#)

书评

时间这个话题，接触到的太多了，提到她想到的就是时间宝贵，珍惜时间。学校里到处挂着一寸光阴一寸金。每天每天在努力上进，惜时如金的各种标语中，上班工作下班回家，看着一群群的少年易老学难成，惊觉阶前梧叶已秋声。日复一日，年复一年，放纵自己的颓废和无所事事，忘记时...

这本书我花了不到1天时间看完，很多内容就是直接略过的，我想要是完全没有接触过时间管理或者本身对时间管理有抗拒的人来说，可能会有一点启发，因为里面基本是够

全球各个历史段的名人案例堆积起来的，但是要是已经多少接触过一些，自愿去学习的人来说，参考价值不大。因为...

[高效能人士的时间管理艺术 下载链接1](#)