

把时间当作朋友（青少版）



[把时间当作朋友（青少版）_下载链接1_](#)

著者:李笑来

出版者:长江文艺出版社

出版时间:2017-10

装帧:平装

isbn:9787535495273

这是一本关于生青少年重新认识时间、自我成长的书。本书从心智成长的角度来谈自我管理，指出正确的时间观念是成长和成功的关键所在。书中用大量生动的案例、幽默的

语言讲述方法和道理，青少年只有在接受现实、认清自我的基础上，开启自己的心智、提高思考能力，养成好的活和学习习惯，才能学会用正确的方法做正确的事情；对青少年来说，成长比成功更重要，因为成长才是人人都可以做到的；时间不可管理，需要管理的应该是自己。

作者介绍:

李笑来，原新东方名师，中国比特币首富，著名天使投资人，著有《把时间当作朋友》《新生——七年就是一辈子》《TOEFL核心词汇21天突破》等多本畅销书。

目录: PART1

拖拉：时间问题无处不在

第一章是谁偷走了你的时间3

1糟糕，没时间了5

2有种病叫“时间恐慌症”9

第二章告别拖拉15

1为什么总是半途而废17

2什么都舍不得丢，只会丢了时间21

3道理都懂，为什么还是一错再错23

PART2

改变：重新认识时间与自己

第三章停下来，与时间聊聊天31

1“时间”到底长什么样33

2控制大脑，人类也有“超能力”36

3开启心智，让你的大脑打怪升级39

4记录时间，开启人生的成功之旅42

5制订预算，在有限的时间里总是做对的事情49

第四章要管理的不是时间而是自己55

1不急躁：速成绝无可能57

2不气馁：用“我有的”才能换“我要的”60

3不拖延：只要做事，就一定会出问题64

4不逃避：效率低下的根本原因是回避困难68

5不奢求完美：没什么事情是一下子就能做好的71

6不钻牛角尖：未知永远存在75

7不空想：认清现实做正确的事80

8不被梦想绑架：有什么学什么，学什么都努力84

PART3

成长：与时间成为终生的朋友

第五章与时间做朋友，搞定一切还能玩95

1改变自己，现在就来试一试97

2不做思想的懒汉100

3提高学习效率，让玩的时间更多点102

第六章让学习成为一件快乐的事情107

1学习是人生最宝贵的礼物109

2所有学习的开始都会充满疑问114

3不是有兴趣才能做好，而是做好了才有兴趣120

4提高自学能力，比别人更快一步122

5所有学习上的成功只依靠两件事——策略和坚持126

第七章最容易被忽视的五把学习金钥匙133

1离开思维陷阱，学习会变得很容易135

2换个方式说话，嘴巴也能训练大脑138

3学习倾听，沟通其实很容易144

4善于积累，灵感多到让你惊喜148
5勤于反思，经验越多越有发言权151
第八章成功是用正确的方法做正确的事情157
1三思而行：提高效率的三个秘笈159
2制订计划：从短到长，马上去做就对了163
3预估时间：完成任务时总会有意外171
5优化步骤：一心也可以二用175
6有魔力的列表：让学习和生活都能井井有条179
7预演：出色完成任务的重要一步184
8验收：本质相同的考试与电子游戏189
· · · · · (收起)

[把时间当作朋友（青少版）_下载链接1](#)

标签

个人管理

心智

自我成长

管理

李笑来

拖延症

思维

方法论

评论

作为学生来说，看这本书也很有用处，提到都任务拆分、做事情不要苛求完美，都挺好都。

对学生有一定的帮助

突然发现还有青少年版本的，有些激动。看了之后觉得十分贴切，例子真的太棒了。顺带着把里面提到的书加了想看，超棒。

读完才发现是青少年版。干货比较少。

这本书是成人版《把时间当作朋友》的简化青少版，书中还是按本书的主要理念，时间不可以管理，只能管理自己。但是针对性的插入很多适合青少年时期在学习和生活案例来讲解。除了解决拖延症的情况之外，还给出了提升心智水平，不断积累的学习方法 非常推荐父母，以及青少年们阅读，将会收获到受益终生的理念。

看到青少年版的时间的朋友很开心，一口气看完却发现和成人版差别并不大。我认为本书的内容和行文风格并不适合大部分青少年，不推荐。
本书分为问题、重新认识和改变行动三个部分。从陈述大多数人的拖延症导入，再引导读者进行思考通过了解大脑记录时间和制定计划等方面控制自己的时间，然而作者随后提出所做的这一切并不在于管理时间，而更该管理自己！（这是本书的核心观点）最后和时间做朋友作者分享了一些他人和自己的方法，同时也指出，学无定法，最重要的是坚持！（这是本书的重点结论）想和时间做朋友，请管理好自己，把大目标分解成小目标，从脚下的第一步开始。

给孩子买的，这类书可贵在于直面事实，提醒你牢记常识，可以给孩子一读

其实原书第一版就已经非常适合青少年阅读了，这本好像增加了一点内容但是总体上就是那一本的删减版，有点尴尬的味道。

微信读书看的真是快，对现在状态的我还是有点帮助，没有人能管理时间只能管理自己。
。

自我管理

当时买的时候没有注意版本，结果到手是这本青少年版更适合中学生来阅读的。从字数和排版上来看应该是做了精减，其中的有些事例也是选用了比较适合学生的。其实精髓就是一句话：时间不可管理、一切靠积累。文中将重点和精髓内容用波浪线已经划了出来，所以比起自己阅读提取重点省事了，每章后面也有相应的练习评测。当然，千里之行始于足下！

6分。是原版的简易版本。花了半个小时的时间粗粗翻过，道理浅显，内容不深，文字版面布局也更适合小朋友们阅读。但也因为没有过多的解释原因，所以高中以后的孩子们还是阅读原版吧。

1.用智识做好判断。 2.用正确的方法，做正确的事。

书里的很多例子都很实用

时间不可管理，但是可以管理自我;成功不是每个人可以做到，但是我们每个人可以做到成长。把大目标切分成具体细致的小目标，坚持着做下去，相信我们都会逐步改变自己，和时间成为朋友！

一本干货满满又不乏鸡汤味的书。书中没有一句多余的废话，都是教人怎样有计划的学习和规划好自己人生有限的时间。说白了，对时间的管理其实就是：当下的任务和事情想到了就必须马上去做，一点都不能拖延！作为一本畅销书真的不是没有理由的！

[把时间当作朋友（青少版）_下载链接1_](#)

书评

可能是因为青少版的关系，比较易读，基本上1章20分钟就能读完。每本书都是作者根据自己的经验总结而来的。最近偶尔看到得到上有李笑来的专栏，听了一节免费试听课，其实可以看出，很多概念，李笑来在写《把时间当成朋友》时，就已经形成了。看着作者的成长，其实也蛮有意思的。...

[把时间当作朋友（青少版）_下载链接1](#)