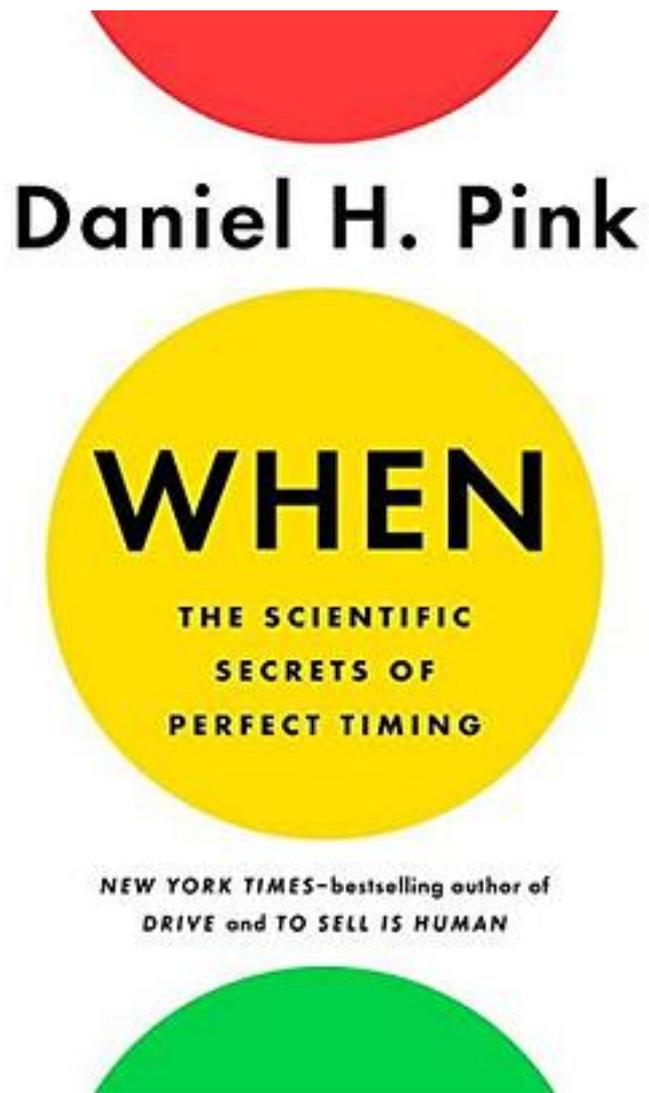


When



[When_下载链接1](#)

著者:Daniel H. Pink

出版者:Riverhead Books

出版时间:2018-1-9

装帧:Hardcover

isbn:9780735210622

Everyone knows that timing is everything. But we don't know much about timing itself. Our lives are a never-ending stream of "when" decisions: when to start a business, schedule a class, get serious about a person. Yet we make those decisions based on intuition and guesswork.

Timing, it's often assumed, is an art. In *When: The Scientific Secrets of Perfect Timing*, Pink shows that timing is really a science.

Drawing on a rich trove of research from psychology, biology, and economics, Pink reveals how best to live, work, and succeed. How can we use the hidden patterns of the day to build the ideal schedule? Why do certain breaks dramatically improve student test scores? How can we turn a stumbling beginning into a fresh start? Why should we avoid going to the hospital in the afternoon? Why is singing in time with other people as good for you as exercise? And what is the ideal time to quit a job, switch careers, or get married?

In *When*, Pink distills cutting-edge research and data on timing and synthesizes them into a fascinating, readable narrative packed with irresistible stories and practical takeaways that give readers compelling insights into how we can live richer, more engaged lives.

作者介绍:

Daniel H. Pink is the author of several books, including the New York Times bestsellers *Drive*, *To Sell is Human*, and *A Whole New Mind*. His books have won multiple awards and have been translated into 35 languages. He lives with his family in Washington, DC.

目录:

[When_下载链接1](#)

标签

自我管理

心理学

个人管理

思考

英文原版

评论

关于人会如何随着时机变化而变化的一些科学事实。总体来说不是特别有启发性，好在细节相当丰富。

太简单了，没有太多有深度的东西，但是概念不错，以后可以多留意相关的概念、对时间的选择了

先听的podcast，觉得很有意思，就把书找来看。发觉精化部分都在podcast里谈到了。一本轻松读物，但是不乏一些有用的小知识。

就这么点儿内容，而且谈不上科学验证，还好意思出本书？也就是60分钟电视纪录片的内容，看作者这么费劲攒这本快餐读物，给三个星安慰吧。

Disappointingly scattered.

总结起来就是在正确的时间做事很重要，猫头鹰比起早起鸟更悲催，以及合唱让人快乐
==

就是分析自己是什么时间段的那个还有点用

有很多书研究“做什么事” (what) 和“怎么做事” (how)，这本书研究的是“什么时候做事” (when)。我们来重新审视一些有关“时机”的传统智慧。想要科学决策，确定优先级，量化取舍，我们需要的不仅仅是道理，更重要的是这个道理的*重要程度*。这本书的主题是“时机”

when? now?

内容简单且扯淡。前面简单的把人的生物钟分类还算有点干货，后面的论据就比较好笑了。篇幅不长，随便翻翻还可以的

3.5

之前看美亚排行榜吹的？断断续续看了快半年终于看完了。内容还行吧，有点浅。有的论证么emmm

看的是湛庐做的中文版，这种快餐读物不值得花太多时间，湛庐居然那么辛苦翻译还做了精美的装帧...关于时间的研究这个点本身挺有意思的，书中的建议也都有心理学、行为经济学等社科研究的证据支持，不过这种书真谈不上对我的日常生活有什么指导（咖啡吨可以实践下），可能更适合商业世界里的人吧...

在NUS RA的时候看过几个相关paper，一整本lit review

精英日课笔记:这本书告诉我们老祖宗的一日之际在于晨的重要性，开会，面试，谈薪资，看医生最好都是上午，下午2点就困了，5点就疲惫了。人生也是u型曲线，低谷源于懈怠，稳定导致懈怠。避免中年油腻，就应奋发努力

内容比较简单。当学英语用。

yah timing matters so what?

对自己的过往行为做量化分析，了解高峰、低潮和反弹期分别在什么时候，合理安排任务。进行能量管理，关注自身状态，适当休息，确保在关键工作中做到精力充沛。

所谓天时指的就是这个吧

3.5星，故事讲的还可以，道理太浅了。不需要是一本书的，一篇博客就够了。

把简单的东西结构化

[When_下载链接1](#)

书评

总体而言，内容比较简单，没什么让我惊艳的内容。不过择时（Timing）的概念很不错，这方面的书也很少，因此还是值得看看，以后也可以更加留意相关的信息
另外，这本书很短，大概1天就能读完 记点还算有意思的内容 1. 生物钟类型（chronotype, 第1章），以及早上课好还是晚上课...

作者丹尼尔·平克名字极易跟以下两位知名作家混淆：《思考快与慢》作者丹尼尔·卡尼曼、《心智探奇》《人性中的善良天使》作者史蒂芬·平克。
我看作者的《驱动力》的时候就以为是丹尼尔·卡尼曼的书，还诧异有失水准。这本书一直到看了一部分才意识到误会了或者说被误导了。 ...

1. Timing

打CSGO都知道timing的重要性，他可以使你从容拿下人头，拿下比赛。简单而言就是正确的时间下的机会。2. 时机，Pink说一切都是时机。的确，人有个习惯就是后悔，而后悔事件中包含一部分时机导致的后悔。3. 爱迪生是一个优秀的企业家，通过注册白炽灯这个专利发家致...

1. 整体观感：

这是一本有趣的书，专门研究时机，角度很特殊。这同时也是一本实操性的书，看完之后可以直接用来改善生活。而且这些科学结论可以内化到工作和生活，从而提高幸福感。2. 有三类人群：云雀，猫头鹰，第三种鸟。大部分人都是第三种鸟，我是属于第三种鸟偏向于猫头鹰...

人有时机，有时精神振奋，有时索然无味。一天有小周期，一生有大周期。违背人的时机，事倍功半；

天有时机，春耕、夏种、秋收、冬藏。不按天的时机，再辛苦也了无收获。

一天的时机：

多数人（正常作息），早上情绪很好，中午开始急剧，2:30下降至低点。4、5点左右止跌回升。这...

你是否有过这样的体验：开始着手一件事情的时候，满怀激情，并且以百分之一百二十的信心能够将它很好的完成；而这项任务进行快到一半的时候，便开始松懈、敷衍；deadline临近的时候，激情恢复，匆忙将手头的事务终结。然而，最终的反馈结果下来却不尽如人意，整个人身心疲惫。...

时机的重要性，当你缓过来来回看，你可能更加感知到时机的重要性。我是个被时间推着走的人，我好像无法做出很好地抉择，每次都是主动选择，但是却都不是在好时机，或是在好时机里没有做出相应的选择，从而在坏时机里被动选择。我不知道旁人是怎么主动在最好的时机做最好的决...

文 / 董小琳 最近，我遇到了一个问题，很严重。如果不解决，恐怕今后的日子会越来越难过。什么事这么大影响？这话还得从头说。最近，小琳老师的“待完成”稿子越来越多，再加上工作上的事情。每天的日程表，那排得，简直就是一根针都插不进的样子。按说，如果能都排进去，...

[When_下载链接1](#)