

<<打造时间管理高手>>

图书基本信息

书名：<<打造时间管理高手>>

13位ISBN编号：9787501776221

10位ISBN编号：7501776229

出版时间：2007-1

出版时间：中国经济

作者：李时秋

页数：335

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;打造时间管理高手&gt;&gt;

## 前言

(一) 这是作者考虑再三之后, 在拙作即将完成的一个午夜写下的。

之所以写这段话, 本意不是给本书做广告。

因为, 如果出版家不在意, 作者已经在封面上写下了广告词, 这里无需画蛇添足。

作者意在说明自己并不在乎拙作有多少人问津, 而是想告知那些偶尔买到, 或者偶然读到本书的读者诸君一个事实: 一个水果商人, 种不种水果无关紧要。

紧要的是, 他有没有心意把那些玲珑剔透的甜美传递给千家万户, 供人们尽情享用。

作者写作的动机也是这样。

当初动手写这本书的时候, 其出发点不是基于自己是一位学者, 一名时间管理专家, 一个事业鼎盛、人生辉煌的成功者, 而是凭着对时间管理的探索和研究, 特别是希望自己能够成为一个给人们运送良好精神食粮的“小商小贩”。

虽初入城门, 不知深浅, 但感受越来越深切, 欲望越来越强烈, 抑制不住内心的写作冲动, 适逢张志雄先生、江文先生指点, 龚晓帆先生、龚伏光先生、徐志成先生无私帮助, 竟毫无顾忌地干起了这“著书立说”的营生。

苦苦挣扎三年之后, 才有这满纸“荒唐言”。

虽不免贻笑大方, 但还是冠冕堂皇地说上几句。

这是其一, 也是作者的原初动机。

(二) 其二, 在这本书里, 作者用了很多自己亲身经历的事例。

这个做法, 可能会让一些读者费解或嗤之以鼻。

也许大家会认为: “别人用亲身经历做事例, 是因为别人是成功者, 是名人。

而你算什么?

一介草民, 沧海一粟, 足以让人忽略不计。

”人们会有这种认识、想法很正常, 作者也有自知之明。

但是, 为什么明知这样, 却还要固执己见呢?

难道是故意要与读者作对吗?

不是。

作者之所以这么做, 是因为这些事例绝大部分是反面的、不成功的事例, 拿出来供读者参考, 只是当做反面教材, 当做供读者批评的素材而已。

另外, 类似的事情可能很多人都遇到过, 经历过, 也可能感同身受。

把它摆在书里面, 至少能够起到两个方面的作用: 一是这些平常的事例, 离我们很近, 能够反映出我们这些普通人真实的生活, 真实的内心世界; 不流于深奥, 不眼高手低, 不“人人心中有, 个个笔下无”。

算是填补类似书籍以职业经理人等高级管理人员为对象的空白。

把目标适当放宽一些, 让党政领导、国家公务员、企业管理者、专家学者、教育工作者、在校学生、离退休老干部、老年人、农村村民等, 能够对自己工作、生活、学习中的时间管理, 建立一个比较清晰、客观和近距离的参照。

如果高估一点本书的作用, 妄想能够使那么几个人, 在看了此书以后, 结合自身的实际情况, 吸取其中的一些理念, 或者能够从中抽取一个或几个方法来改变自己, 改变生活, 改变态度, 改变习惯, 也算是一桩功德, 一件幸事。

二是通过自己的事例, 说明尽管人微言轻, 但毕竟每天都在思考, 在改变, 特别是每天都立足于改变自己, 而不是试图改变别人以适应自己。

当然, 还有一点也是重要的, 那就是至少还说明, 作者的大脑经常都在思考, 在运用, 而不是连接在肩上, 随着躯体在尘世间来回晃荡。

(三) 鄙人曾就拙作征求过一些意见, 比较尖锐的反应是: 作者在此书中过分强调时间管理, 认为每一个人都必须利用时间的分分秒秒, 不让它有丝毫的浪费; 认为如果按本书的要求去实践的话, 时间不是在为人服务, 而是让人沦为时间的奴隶。

## <<打造时间管理高手>>

确实，利用时间和享受生活是一个十分矛盾的问题。

正如既要办事公道，又要照顾人情一样，是一个两难的选择——“要了公道人情失，要了人情公道亏”。

同样，要享受生活，就会浪费时间，要节省时间，就必须割舍一些安逸的享受。

那么，到底如何取舍呢？

鄙人以为，我们不妨作这样的思考：如果时间被肆无忌惮地浪费，被得过且过所取代，那么，按照作者的浅见，则不是我们忽视了时间的存在，而是时间无情地抛弃了我们。

反过来，如果我们认为，人生百态，人各有志，幸福观、苦乐观因人而异，不能因为作者弄了这样一个“劳什子”，就要人们抛弃自己原本的观念，改变人生的态度，而不能按照自己原来的方式愉快地生活，从这个方面来说，作者未免有些自作多情。

还有一个观点，就是时间应该为人类服务。

这是个非常鲜明和值得重视的观点，它把人作为自然的主宰、作为万物之灵，把人的主观能动性提到了一个非常重要的高度。

其实，从这个意义上说，我们对时间和金钱的认识应该是相同的。

时间和金钱都应该为人类服务，而不是我们人类沦为时间和金钱的奴隶。

问题是我们怎样才能让时间为我们服务呢？

依鄙人的浅见，唯有争分抢秒，惜时如金。

但是，这样做就会让人觉得很苦、很累，觉得太不自在，太不潇洒。

这就需要引入一个新的命题——人生的意义。

如果用一种简单的苦乐观、幸福观去衡量，那么，人生有没有意义并不重要，重要的是自己是否感到“幸福”、“快乐”；而如果真要以人生过得有意义去衡量，那么，我们自己的苦乐观、幸福观就会受到冲击。

从这个方面来说，这确实是一个沉重的话题。

（四）拙作写作过程中，还有很多热情的亲朋好友给予了大量无私的关爱、支持和帮助，这无疑是作者最有力的精神支柱和最无穷的力量源泉。

作者在写作遇到艰难的时候，内心无不为他们无私奉献、真挚关爱、热情鼓励所感动。

在这里诚挚地说一声：谢谢你们！

作者 2006年6月18日

## <<打造时间管理高手>>

### 内容概要

你想成为时间管理的高手吗？

本书为你创造了这个可能。

《打造时间管理高手》通过多年的研究和自己的亲身体会，将我们身边的种种浪费时间的现象一一列出，对症下药，循序渐进的将时间管理的大门向读者徐徐敞开。

只要按照本书的策略时间，你一定可以在有限的时间内创造出无限的可能。

## <<打造时间管理高手>>

### 作者简介

李时秋，男，1966年8月24日出生，湖南益阳市人，大专文化，公务员。  
自1987年7月以来，一直在工商行政管理部门工作，曾长期专职办公室文秘，写过大量的行政公文、通讯报道和业务工作研讨论文，有过一些文稿问世。  
2002年开始迷恋成功励志学，并且选定加强时间管理和寻找简单满意的方法为研究课题，有一点心得。

## &lt;&lt;打造时间管理高手&gt;&gt;

## 书籍目录

写在前面为什么要研究时间管理人生是什么人生有多少时间第一章 时间管理高手应走出的管理误区1. 轻松安逸的工作打发时间2. 贪图安逸的生活抛洒时间3. 不速之客的打扰占用时间4. 毫无益处的来往空耗时间5. 人浮于事的机构损失时间6. 虚张声势的会议抢走时间7. 并不恰当的用人忽视时间8. 没有充分的准备浪费时间9. 不能委婉的拒绝消磨时间10. 没有专家的指点抵消时间11. 不分主次的办事滥用时间12. 没有正确的评估放宽时间13. 怀疑自身的能力削减时间14. 自暴自弃的做法流走时间15. 顾虑过多的情绪吞噬时间16. 马虎草率的办事空余时间17. 机械重复的事项苦熬时间18. 公务旅行的频繁牵制时间19. 形式主义的应酬挤占时间20. 完美无缺的追求耽误时间21. 一再重复的错误糟蹋时间22. 马拉松式的酣战拉长时间23. 缺少协调的集体耗散时间24. 怕丢面子的放弃游戏时间25. 未用先进的设备多花时间26. 事必躬亲的管理钳制时间27. 突发事件的应对抢夺时间28. 迷失目标的努力凌驾时间29. 兼收并蓄的信息偷走时间30. 顽固不化的作风牵制时间31. 查找乱放的东西消耗时间32. 不守承诺的约会藐视时间33. 呆板烦琐的细节支配时间34. 功亏一篑的努力白费时间35. 词不达意的表述花费时间36. 毫无意义的争论耗费时间37. 没有目标的行动抛弃时间38. 太多盲目的期待虚度时间39. 不切实际的空想溜走时间40. 舍本逐末的做法放逐时间41. 众多不良的习惯损失时间42. 时冷时热的心态迷失时间43. 追赶流行的节拍消失时间44. 闲言碎语的嘲讽左右时间45. 封建迷信的沉迷剥夺时间46. 酗酒赌博的嗜好毁掉时间47. 便利快捷的休闲享受时间48. 乐此不疲的宠物消弭时间49. 无视记忆的规律耗尽时间50. 心怀仇恨的情绪燃烧时间第二章 时间管理高手应挖掘的思想根源1. 怕嘲讽2. 怕困难3. 怕麻烦4. 怕失败5. 无知识6. 无常识7. 无准备8. 无所谓9. 爱面子10. 爱虚荣11. 爱拖延12. 爱热闹13. 太热情14. 太任性15. 太懒惰16. 太空虚17. 坏习惯18. 坏思想19. 坏标准20. 坏作风第三章 时间管理高手应掌控的基本原则1. 以人为本的原则：时间管理的根本2. 系统管理的原则：时间管理的关键3. 最佳效能的原则：时间管理的目的4. 注重实际的原则：时间管理的要求5. 严以律己的原则：时间管理的基础6. 宽严适度的原则：时间管理的钥匙第四章 时间管理高手应运用的主要方法1. 逆境突破法2. 情况分析法3. “二八”分解法4. 实施改革法5. 相互补充法6. 海绵挤水法7. 零星积累法8. 目标设立法9. 先进设备法10. 多头并进法11. 先后顺序法12. 快速处理法13. 激发兴趣法14. 宁神静思法15. 生命末日法16. 穿插处理法17. 轮番更换法18. 转忧为喜法19. 适时舍弃法20. 避免跟风法21. 排除弱点法22. 信息沟通法23. 朝思暮想法24. 优劣比较法25. 正确授权法26. 劳逸结合法27. 日志记录法28. 休而不闲法29. 果断行动法30. 宽容退让法31. 时机把握法32. 程序规范法33. 简单高效法34. 真假验证法35. 分类处理法36. 轻松释怀法37. 团队合作法38. 化易为难法39. 时间保护法40. 快速阅读法第五章 时间管理高手应熟悉的应用模式1. 时间管理模型2. 思想管理模型3. 行为管理模型4. 事务管理模型5. 环境管理模型第六章 时间管理高手应实现的自我超越.1. 认清时间的本质2. 拷问平庸的人生3. 洞悉成功的秘诀4. 加强道德的修炼5. 实现梦想的超越附注：对时间的感悟结束语主要参考文献

## &lt;&lt;打造时间管理高手&gt;&gt;

## 章节摘录

为什么要研究时间管理 在我们周围,在我们身上,在我们工作和生活当中,忽视时间的存在,浪费时间的因素,空耗时间的问题实在太多,太严重。

作者希望通过自己的一点绵力,使人们能从以往那种“自我感觉良好”的状态中醒悟过来,珍爱生命,珍惜美好时光。

应该说,加强对时间的使用与管理是大有可为的。

因为,对一个人或者一个集体而言,浪费时间的情況实在太多,忽视时间管理的现象实在太普遍。在此,不妨做个粗略的分析。

在时间使用和管理方面存在的问题,至少有以下几种突出的表现:一是很多人没有意识到要进行时间管理。

有很大一部分人,他们从来就没有感到过时间的存在,只以日月的东升西落、阴晴圆缺,来判断一天又一天、一月又一月的循环往复,觉得这是上天的安排,谁也无能为力。

比如,农民,他们日出而作,日落而息,该耕种就耕种,该施肥就施肥,该灭害就灭害,该收获就收获。

他们要的,只是不误农时,只是五谷丰登。

其他,对他们好像意义不很重要。

其实,在他们耕作之余,还有很多空闲时间。

特别是现在,机械化程度越来越高,农闲时间越来越多,有一部分农民已经走出田园,充当了城市的建设者——农民工。

但是,这还远远不够,还有很大一部分农民,没有意识到那些大量的农闲时节,能够给他们带来比五谷丰登更大的收获。

应该说,他们现在种地,有的是空余时间,对时间进行管理,并不是没有益处。

又如,城镇待业人员、失业人员、离退休人员,他们终日苦闷的,可能不是如何有效地利用时间,而是怎样打发这些闲得无聊的日子。

对他们这些群体中的很多人来说,除了送孙子上学、听听收音机、打打牌、聊家常、下下象棋,恐怕已经没有什么目标和打算,这在老一辈看来,也是人之常情。

至于那些年轻小伙子呢?

他们在等待父母为自己安排一切,过着衣来伸手、饭来张口、工作由父母去找的生活,有的整天游手好闲,有的则偷鸡摸狗,有的酗酒赌博,有的偷盗诈骗,这也不是有意贬低他们。

对这些群体,研不研究时间管理,其实已经变得没有多大的必要。

还有一个知识群体,那就是学生,不论是小学生、中学生还是大学生,其实他们的时间浪费也很大。

从表面上看,他们每天在上课、做作业、做习题,好像是在充分利用时间,但是,从本质上看,这种填鸭式的学习,使很多学生为分数而奋斗,重分数而轻能力,或者重视特长而轻视文化知识学习。

对这部分学生而言,他们的时间利用几乎成了单纯追求升学;也有一些学生,他们把人生寄托在一个虚无缥缈的世界,心里想的是网友,手里玩的是游戏,整天泡的是网吧,每天安排得“紧张而又充实”,他们的时间近乎全部浪费;也有少数学生,过早跨入了生活的禁区,早恋,早熟,早吃禁果,他们的时间简直成了生活的放荡。

他们尽管拥有些知识或者已经被知识武装,但大多没有意识到“一寸光阴一寸金,寸金难买寸光阴”这番道理。

这么算来,在我们的周围,不重视时间管理的群体还庞大得很呢!

二是黄金时间大都在无意识中度过。

如果我们留意电视广告、电话通信业务,就会发现,每天的早、中、晚三餐前后2个小时左右,电视广告价格最昂贵,电话线路使用最繁忙。

这些时间,就是我们平常所称的黄金时间。

这段时间里所产生的效率,要占广播电视和电信部门收入的绝大一部分。

## &lt;&lt;打造时间管理高手&gt;&gt;

联系到我们日常生活中，这些黄金时段里，我们都在干些什么呢？

我们在起床、洗脸、漱口、穿衣、扫地、化妆、午睡、叠被子、擦桌子、看电视等。

在这些时间里，我们基本上处于一种无意识状态。

而事实上，在这些时间中，我们的大脑由于得到了休息、放松，完全可以用来集中学习，冷静思考，回顾工作，处理事务。

可是，这么重要的时间，我们却很少用来谋大事，办大事，也没有用来发奋学习，勤奋工作。

如果我们还不警醒，那么，宝贵的时间就这样悄无声息地从我们身边流走了。

三是很多时间管理毫无意义。

在日常生活和工作中，有很多方面，虽然我们有意地对时间的使用进行了管理，但它的实际意义并不大，或者说根本没有意义。

有的与其说是管理了时间，还不如说是强行浪费了时间。

比如，极个别会议，在开会前，上级已经发了文件，进行了部署。

再开一次内容相同的会议，完全没有必要。

又如，同样是会议，同样规定了时间，但是，由于时间没有抓紧，拖到“八点开会九点到，十点开始做报告”。

众多与会人员等那么一个或几个人，大家的时间被集中浪费掉了。

这种管理实在让人难以恭维。

四是时间管理的主次颠倒。

“要事”没有时间管理策略，而对“闲事”却严格时间管理。

“要事”没有时间管理策略的问题，在行政事业单位工作或企业运营中司空见惯。

比如，某个新产品的市场推广。

上面安排半年时间进行，分四个阶段。

会议布置后，那些大中城市之外的代理商基本没有动静。

既没有推广方案，又没有推广措施，也迟迟不进行市场调查、收集消费者反馈的意见。

到公司来检查的时候，就突击补充各个阶段的资料。

督查组来了以后，代理商就把他们带到几个基础较好，或者当时销售正红火的专卖店看一看形势，问一问情况，听一听反映，就算了事。

而且，督查组的评价还很高。

至于具体情况，几乎每个人都清楚。

所谓的产品推广过程，实际上是走的过场。

与上面情况正好相反的是，在很多时候，人们在闲事上，却对时间管理得特别严格。

比如，4个人玩牌，非要玩一个通宵不可，或者连续奋战两天两夜不下火线。

如有谁想中途“撤退”，或进行“战略转移”，都会被当场识破。

并且，不是被辱骂一顿，就是被搜走身上的现金，还有的干脆紧紧拖住不放。

否则，另外3个人就怪逃跑者耽误他们的时间。

又如，休闲娱乐大都按时间计算。

一些精明的人，开始时就注意了时间，等对方通知买单的时候，再与商家争论，说服务时间少于规定的标准，不能给钱。

而且不但不能给钱，还要少一罚十。

商家则坚持他们有专人看时间，不会少，也没有多，坚持要收钱。

这样，双方各执一词，大吵一番。

好事者打电话叫来“110”。

双方又被叫去问话，做笔录，进行调解。

无效后，再转到消费者协会。

消协同样只能调解，还是不能达成一致，并得几乎要打官司。

就因为相差那么几分钟，搞得双方都浪费好几天时间，而且，问题并没有解决。

对这种浪费时间的情况，双方都不觉得可惜。



<<打造时间管理高手>>

当然，就此事而言，从消费者保护自身合法权益来看，这确实是应该的，但从时间管理和时间的价值来看，这样高的成本和浪费是很不合算的。

正因为有很多人尚未觉察到对时间进行管理的必要性，所以，笔者在经过几年的学习、研究、分析和酝酿之后，冒天下之大不韪，选这样一个与苍天比肩的课题进行研究，希冀有所发现，但愿能促人猛醒。

若得尝所愿，乃是大幸。

P5-8

<<打造时间管理高手>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>