

《一天25小时 理时间=理财》

图书基本信息

书名：《一天25小时 理时间=理财》

13位ISBN编号：9787302328506

10位ISBN编号：7302328501

出版时间：2013-9-1

出版社：清华大学出版社

作者：李斯克,简倍祥

页数：250

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《一天25小时 理时间=理财》

内容概要

本书首次提出了以理财的观念来理时间，这一全新的时间管理视角，书中将时间管理分为6个步骤，各部分以介绍原理为出发点，以各种练习和测试为结尾，并给出了大量时间管理工具以及概念图和框架图，有理论、有方法、有实践。

阅读本书，掌握时间管理的技巧，可以让你自由地控制自己的时间，缓解压力和调整精神状态，保持工作和个人生活的良好平衡。同时在遇到意外事件或者新机遇的时候能够从容应对。

《一天25小时 理时间=理财》

作者简介

李斯克

上海交通大学硕士，CFA、FRM 资深培训师。

目前主讲金融、投资、经济等方面的课程，培训的客户包括Morgan Stanley、HSBC、西德银行、中国银行总行、工商银行总行、建设银行总行等，课程内容包括金融市场与产品、金融估值与建模、高效办公、宏观经济分析等。

简倍祥

台湾政治大学企业管理系硕士、台湾中正大学企业管理系博士，是著名的金融、经济、房地产等领域的投资家和实操家。现任上海兆威科技管理咨询有限公司董事长，以及台湾大叶大学、明道大学兼职教授。曾在汇丰资产管理、太子建设、华威国际等处任重要职务。

书籍目录

- 第一章 掌握时间，增加财富
 - 时间管理的真谛
 - 第一节 富人工作者与穷人工作者的区别 // 03
 - 第二节 时间管理的陷阱与错觉 // 010
 - 第三节 时间难以管理的四大原因 // 014
 - 第四节 成功上班族必备的三大能力 // 017
 - 第五节 追求正值的私人时间增长率 // 023
 - 第六节 克服旧习惯的“飞轮” // 029
 - 第七节 用理财规划的思想来“理”时间 // 033
- 第二章 时间管理第一步：
 - 了解自己的目标与限制——时间管理的策略
 - 第一节 把握未来脉动，找准人生罩门 // 045
 - 第二节 设定人生目标的详细步骤 // 049
 - 第三节 简化工作的“三重三轻”原则 // 057
 - 第四节 “需求层”的关注法则 // 062
- 第三章 时间管理第二步：
 - 配置你的时间资产——明确实现目标的动作
 - 第一节 为什么安排时间那么难 // 069
 - 第二节 时间管理的四P理念 // 072
 - 第三节 时间管理的微笑曲线 // 077
 - 第四节 找出重要工作的“BCG矩阵法” // 083
 - 第五节 重要与紧急的四象限图 // 087
 - 第六节 寻找到达目标的路径 // 0102
 - 第七节 管控时间的EMSA原则 // 0111
 - 第八节 时间管理的“微分”原则 // 0114
 - 第九节 提升工作效率的SMART法则 // 0116
 - 第十节 人生必备的两张清单 // 0120
- 第四章 时间管理第三步：
 - 按照时间配置进行时间投资——增加投资，创造时间
 - 第一节 只要是经常做的事情，都可以节省时间 // 0127
 - 第二节 高效率的工作日程表——归类法则 // 0136
 - 第三节 多重任务配置法 // 0143
 - 第四节 时间管理的“蓝海战略” // 0147
 - 第五节 善用零碎时间的秘诀 // 0150
 - 第六节 电子邮件等杂务的“减法策略” // 0154
 - 第七节 节约无效的等待时间 // 0159
 - 第八节 开会！开会！ // 0163
 - 第九节 时间与金钱的巧妙转换 // 0166
- 第五章 时间管理第四步：
 - 执行时间规划——高效率的秘密
 - 第一节 找出你的黄金时间 // 0175
 - 第二节 工作效率与环境干扰度 // 0182
 - 第三节 办公环境整理术 // 0191
 - 第四节 神奇笔记本三帮手 // 0196
- 第六章 时间管理第五步：
 - 监控与调整时间规划——看清你的方向
 - 第一节 任何工作都不能完美无缺，要学会适时放手 // 0205

- 第二节 时间管理中的PDCA原则 // 0207
- 第三节 时间管理效果评价及展示 // 0211
- 第七章 时间管理第六步：
克服你的心理弱点——打败最大的敌人：自己
- 第一节 换位思考，减少烦恼 // 0219
- 第二节 当实在不想工作时 // 0224
- 第三节 如何获得持续的注意力 // 0233
- 第四节 学会放松 // 0238
- 第五节 如何休息——莫法特休息法 // 0242
- 第六节 成就感，持续努力的动力 // 0245

《一天25小时 理时间=理财》

精彩短评

- 1、将理财概念跟时间管理结合起来，并且简要明了的解释及配图，有兴趣的童鞋可以看看~~
- 2、难得可以在一本书中学习到两种知识：时间管理与理财。
作者在这本书中用许多深入浅出的方法，以理财的角度来管理时间。
我们常常说时间就是金钱，但具体为什么时间可以与金钱画上等号却难以说的清楚。这本书的逻辑思维很清晰，即使不重头开始读，随便翻到哪一章节都可以很自然的读下去。里面还有教你许多不同的时间管理方法，让读者可以选择一个最适合自己的。这本书值得推荐!!!
- 3、其实方法简单易懂，但是实行起来真的要认真思考属于自己的时间管理。我要好好反思为什么自己天天都要加班。
- 4、思路很清晰的一本书
- 5、书中内容没有太多新颖的东西，基本都是一些老生常谈的管理方法。并且这本书主要还是针对工作中如何有效管理时间，从而提高工作效率。如果你想进一步提高工作效率，可以仔细看看此书。如果你想获得个人人生整体的时间规划指导，那么你就只能稍微借鉴。还有，此书有大多数国内作者的通病，反复讲道理的内容太多，报流水账。
- 6、理论科学易懂，方法切实可行，虽然有些介绍略显重复。介绍的多个法则中有些确实醍醐灌顶，是目前读过的时间管理类书籍中我最推荐的，不像《拖延心理学》那般枯燥晦涩，更多是提供实用的方法。
- 7、每天晚上在小本本上记下第二天要做的事情，然后为每件事情按照重要程度打分，第二天按照分数高低开始做，如此往复。坚持早起。还是存在价值观的问题，书中谈到40岁之前是不能有放松的双休日的，不然太过危险，也是不敢苟同。
- 8、书中集纳了很多时间管理的技巧，总有几款适合你！

《一天25小时 理时间=理财》

精彩书评

《一天25小时 理时间=理财》

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:www.tushu000.com