



## 搞定

无压工作的艺术时间管理+提升工作+平衡工作与生活的艺术美

作者: 戴维·艾伦

## 14 条标注

而且，对许多人来说更严重的是，人们无法适当关注孩子们的校园表演和游戏活动，也无法与孩子适当地进行睡前人生探讨，甚至在任何地方、任何时间都表现得“心不在焉”。我们的社会普遍存在一种焦虑情绪——人们会感到没来由的怅然若失，从而产生一种无法解脱、永不停息的紧张情绪。

位置 #274-277 | 添加于 2018-12-01 03:09

主要是地球引力的功劳。与其说我们荡秋千，还不如说我们被荡了起来。船

位置 #474-475 | 添加于 2018-12-01 11:42

答案不是“进行组织整理”或者“确定优先事项”，而是“思考”。你

位置 #551-552 | 添加于 2018-12-01 11:58

思维方式，而这种思维方式需要你有意识地进行培养。因为人的反应是自发的，而思维却不是。

位置 #554-555 | 添加于 2018-12-01 11:59

在知识工作中，没有人指派任务，需要由工作者自己确定。‘这项工作的预期成果是什么’是一个有助于提高知识工作者工作效率的关键性问题，这个问题可能会导致一些极具风险性的决定。

位置 #557-559 | 添加于 2018-12-01 12:01

在知识工作中，没有人指派任务，需要由工作者自己确定。‘这项工作的预期成果是什么’是一个有助于提高知识工作者工作效率的关键性问题，这个问题可能会导致一些极具风险性的决定。

位置 #557-559 | 添加于 2018-12-01 12:02

通常，没有正确的答案，只有不同的选择。想要获取高收益，一定要确认预期结果。”[

位置 #559-560 | 添加于 2018-12-01 12:02

思考结果是促使希望转化为现实的最有效的手段之一。

位置 #567-568 | 添加于 2018-12-01 12:03

它的焦点聚集在某一事务、状况或某一个人身上，勾勒出执行过程中的一切（至少对目前来说）必要想法、细节、重要环节，以及事情的先后次序。

位置 #680-681 | 添加于 2018-12-04 01:42

除你的心理负担，并把事情做好。恰到好处的行动管理能让你轻松地游历于广阔的工作和生活天地中，同时，对项目的适度关注能让你彻底了解和掌控项目所需的具体环节。

位置 #682-684 | 添加于 2018-12-04 01:42

最重要的技巧：把一切事务赶出大脑

位置 #684-685 | 添加于 2018-12-04 01:42

通常，盘踞在你脑中问题的数量与解决问题的效率成反比

超市，而能让你面对问题的效率与解决问题的人十成反比。

位置 #689-690 | 添加于 2018-12-04 01:42

但是，如果你能够把这种做法转化为你现在生活和工作中运行模式的一种常态，并使之贯穿于你生活中的各个领域（不仅仅在处理“紧急情况”时如此），那么，你才算达到了我所描述的“心如止水”的境界。

位置 #696-698 | 添加于 2018-12-04 01:43

对一件事情不需要进行两次相同的思考，除非你喜欢重复思考。

位置 #699-700 | 添加于 2018-12-04 01:43