

# 生活中的定律——不值得定律

发表于 16 Jul 2007 · 个人提升 · 生活金点子

弥缝强力打造——《生活中的定律》。褪墨上新一系列绝对值得阅读的好文章！

## 不值得定律：不值得做的事情，就不值得做好

你可以从字面上来理解不值得定律，它看起来非常简单直白。但往往简单的定律，其重要性却常常被人们疏忘。从心理学角度上看，不值得定律反映了人性的一种心浮气躁的心理——倘若一个人从事的是一份自认为不值得做的事情，则往往会保持冷嘲热讽，敷衍了事的态度。

这种态度使人缺乏激情去对待事物，降低自己的自信心。从而导致事件的成功率低，哪怕最终成功了，自己也不会有多少成就感。所以我们要选择自己值得去做的，愿意做的事情，并把它当自己的奋斗目标。

那什么样的事值得去做呢？一般而言，可以参考这三个因素：

1. **个人价值观**。只有符合自己价值观的事，我们才会满怀激情的去做；
2. **自我个性**。如果你是一个内向的人，却去从事社交方面的工作，想必很难内心开心吧；
3. **现实处境**。如果你的工作与你的价值观或者个性冲突，但是你又不能抛弃这份工作。那就学会改变自己，让自己适应于现实中的处境。

**不值得定律告诉我们：**要做有价值的事情，而且要富有激情与动力；若现实所迫，不能选择符合自己价值的事业，也不要消极对待或者直接放弃，应该学会改变自己，再努力向自己的奋斗目标前进。

**发布：**褪墨 · 时间管理 @ 个人提升 / 生活金点子

**标签：**个人提升、原创、生活中的定律

分享到：

« 上一篇

没有网络的七天

下一篇 »

Getting Things Done中文版下载：《尽管去做——无压工作的艺术》