

阿呆和他的新媒体朋友: 技术支撑传播武器库 数据打造理性运营手

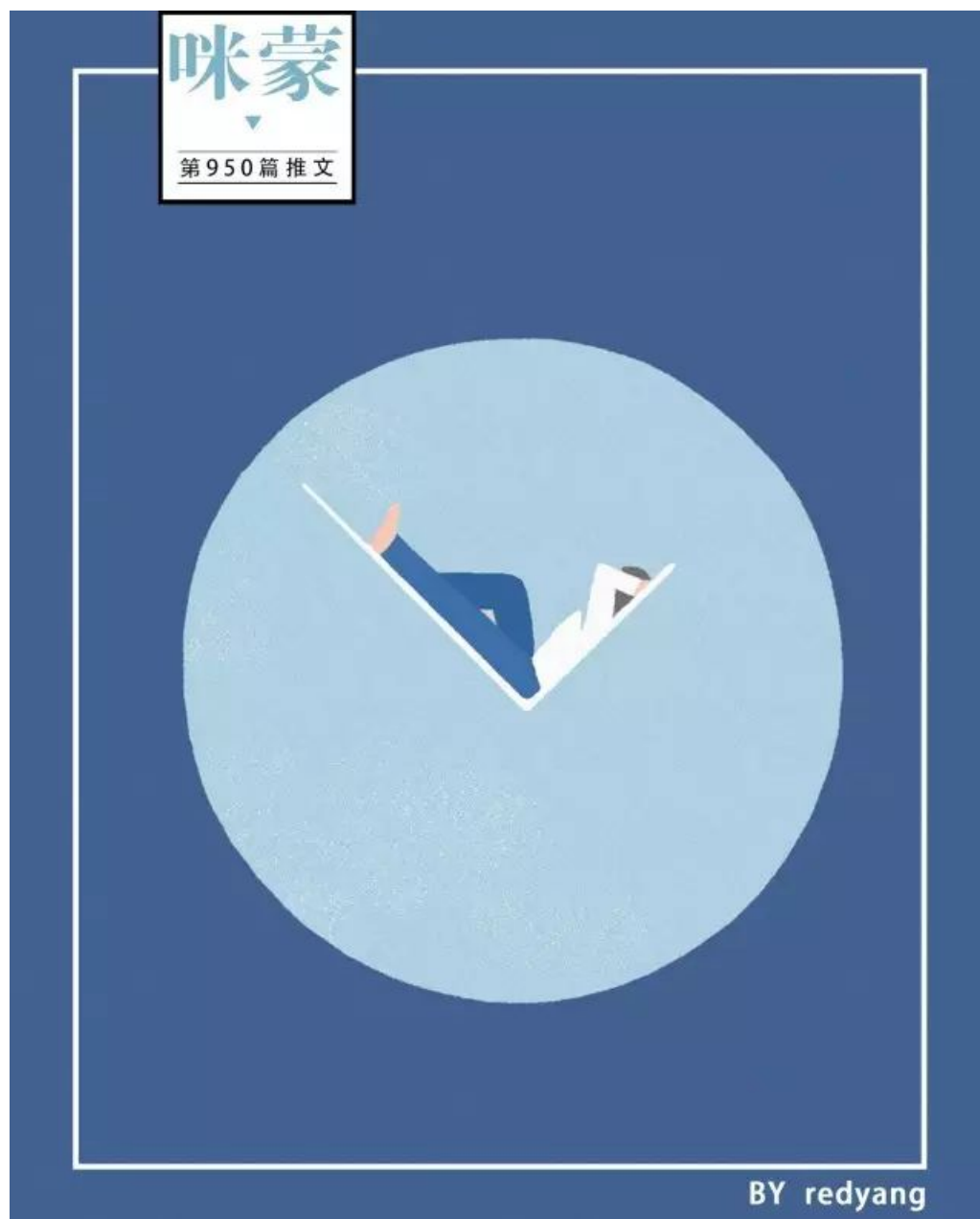
WCplus作者阿呆 微信: [wonderfulcorporation](#) 公众号(点击打开二维码):数据部落 网站:[askingfordata.com](#)

加入WC社群获得工具更新推送(好友验证请备注 WCplus用户+昵称 否则通过率低)

数据来自微信公众号平台,WCplus仅作转化工具,版权或使用问题请联系原公众号。请勿将数据用于任何商业用途,WCplus对此不承担任何法律责任

那些说“等我有时间了”的人，永远不会有时间

原创：咪蒙 咪蒙 2017-09-20



时间真特么不够用啊。

每天睡前超焦虑，觉得一整天什么都没干，xiu的一声，就结束了；

临到deadline时，才发现自己什么都还没做，真的很想死；

假期更不够用，每次感觉还没怎么玩呢，假期就特么过完了。

每次遇到喜欢的事，都没有时间去做，想学吉他，但要工作；想去旅游，但论文没写完.....

为什么淘宝没有卖时间的？

老子想再买500年。

我以为每个人都跟我一样，被时间控制，但是最近成天近距离观察我们公司副总裁王不烦，发现她真的不是人，她的时间管理真的太强了，感觉她一天有96个小时用。

我从她那里学了很多时间管理的方法，忍痛分享给你们，我预感到你们的拖延症可能会治好了。

01

每天上班途中， 想清楚今天要干什么



我以前是每天上班之后，洗个杯子，吃个早餐，再吃个早餐，再吃个早餐.....

还要坐在位置上找找感觉，跟同事们插科打诨一下，半小时就过去了。

然后随手抓起一件事，就开始干了。

超球乱。

王不烦完全不一样。

她每天上班途中都会安排好全天要干什么，并区分优先级。

然后她一进门，就开始布置，谁谁谁过来跟我开会；谁谁谁把表格打印给我；谁谁谁的报告有问题，重新修改一下。

有没有一种偶像剧中职场精英的即视感？

她完全不需要酝酿的过程，直接切入工作，超级高效。

我最近东施效颦（啊不，应该说是咪蒙效颦），开始用这个方法，每天至少省了半小时，爽！！

02

如果不得被打断， 一定要记录当下的思路



有个研究很令人震惊，你做事中途被打断之后，再重新找回状态，往往要7分钟以上。

所以尽量不要被打断。如果有人要打断你做事，你就打断他的腿。

如果被迫打断呢？比如你正在写方案，公司突然有紧急会议，这时候你要记得，一定要花2分钟时间，记录当时的思路和接下来的想法，便于之后快速重新进入状态。

03

节省别人的时间， 就是节省自己的时间



王不烦说，她从不在微信上问“在吗”，直接有事说事，省去来回寒暄。

她也很少发语音，尽量打文字。发语音浪费了对方的时间，如果对方不能及时回复（因为很多人都讨厌听语音），也耽误了她的时间。

强烈呼吁全球推广这个方法，求你们了，别给我发语音，我真的没时间听语音（我妈除外）。

04

先做5分钟，开始了再说



这对重度拖延症患者来说，有效。

对这类人来说，越是耗时长、越是重要的任务，他越是会拖到死线再做。

绝对不能这样。

告诉自己，别特么废话，什么都别想，直接先做5分钟再说——这被称为“先做5分钟原则”。

不期待这5分钟能做出什么大成绩，重要的是营造开始工作的状态，把自己骗上贼船再说。

05

让你的时间头重脚轻



我们通常是，先做无足轻重的事。比如，今天的计划是：打扫房间，给妈妈打电话，拿两个快递，写一个报告。

我们一定会先把前面的都做了，然后磨磨蹭蹭，等到开始写报告的时候，已经特别困了，于是，最重要的事拖到了明天。

一定要让你的时间头重脚轻——把最重要的几件事，先做了。后面的事，不做也不会死。

06

把下班后的时间编程，养成习惯



为什么我们每天下班回家，感觉莫名其妙，啥也没做呢，就12点了.....

因为我们没有养成习惯，所以总是特别随意，今天想说看本书吧，然后上网去找最近有什么书看，突然弹出一个页面，是薛之谦事件新进展，于是又刷起了八卦.....

给自己编个程吧。

比如，晚上7点到家；7点-8点，学1小时英语；8点-10点，看两集电视；10点-11点，刷手机，随便玩；11点上床，看50页书，然后睡觉.....

这样每天时间模块化，固定时段做固定的事，你就不会花费时间去纠结，该做的正事就都能做了。

你是不是觉得这样模块化，很累？

那你看时间管理的文章干嘛，你应该看虚度光阴指南嘛。

07

把碎片时间也列入任务清单



不得不再说一下王不烦了。

有一次我和她去出差，在飞机上我们安排接下来的任务，她说，从机场到酒店的路上，有35分钟，我们可以讨论一下公司人事调整；到了酒店我们等客户的时候，大概有15分钟，我们还可以筹备一下月底的管理会议.....

连碎片时间她都要列入规划，厉！不！厉！害？！

可能你们不知道，擅长利用碎片时间来成长，有多重要——有时候简直可以直接改变命运。

我采访了一个女生，她是92年的，农村出身，17岁就到北京打工，学历是自考的大专，在一家外贸公司当行政，月薪2500，每天还要加班，做各种琐事，他们公司还动不动就炒人.....

她觉得自己不能这么等着被炒啊。

怎么提高自己的核心竞争力呢？

她想到的突破口就是练英语。

然后她就规划，每天上班路上搭地铁有25-30分钟，中午在公司有15分钟空档，晚上回家路上还有25-30分钟，这几个碎片时间都可以拿来背单词。半年后，她的词汇量完全上去了。

接下来她要突破自己的口语，她去报了个英语班，利用一切碎片时间学英语，半年后，英语水平提高到可以跟外国人日常交流无障碍的程度。

后来她进了外企，目前她的工资税后2万左右，可以说是很励志了。

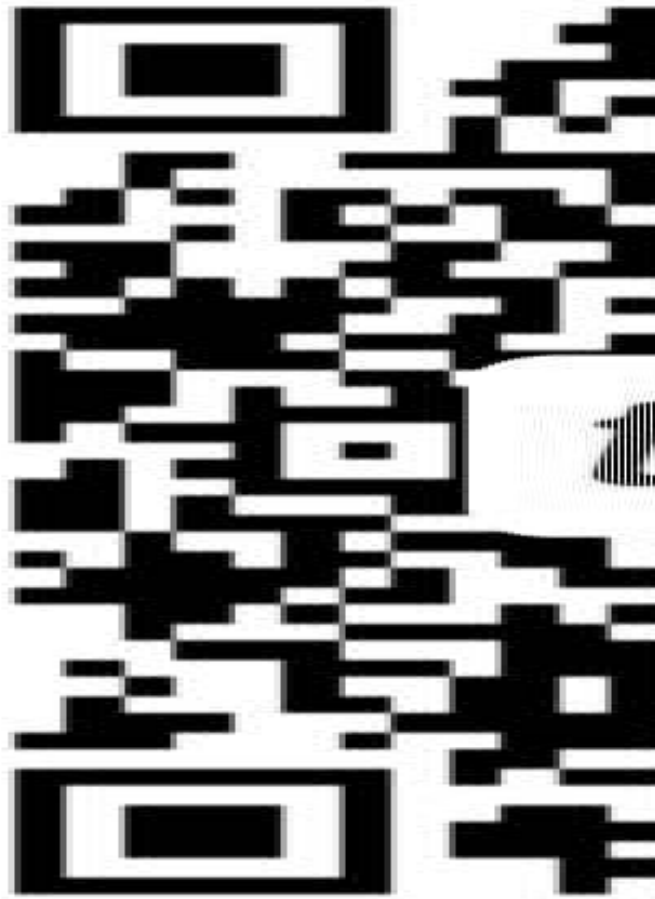
英语，让她在职场上有更大的竞争力，拥有更多选择，能去更大的平台发展。

也让她知道自己通过努力可以成为更优秀的人。碎片时间的积累，最终收获了完整的回报。

她上的英语课程，就是**tutorabc**。

tutorabc（原vipabc）是全球首创365天、24小时真人外教在线英语学习机构，无论用手机、iPad还是电脑都可以体验清晰、流畅的学习服务，能真正做到随时随地学英语。即使只有10分钟的碎片时间也可以上课，“工作忙，没时间学”这些借口在它面前通通都不管用！再严重的拖延症，都能给你活活治好！





长按二维码，或者点击“阅读原文”，就可以免费领取tutorabc真人外教试听课程！

听说他们的外教老师非常专业，非常幽默，还是心理专家，啊啊啊，快点告诉我“老师我很喜欢你，我该怎么办？”的英文怎么说？

广告



N

