**时间投资评估**

要想更好地提升自己的时间投资能力，我们应该每天对当日的时间投资进行评估，即回顾并分析当日的时间花费情况，看看哪些是合理花费，哪些是不合理花费。

做这件事，其实就是回答五个问题：

**（一）今天都做了什么？**

**（二）所做的事情分别有什么产出？**

**（三）做这些事情，分别花了多少时间？**

**（四）哪些事情是应该做的，哪些事情是不应该做的？**

**（五）在时间花费上，还有哪些方面需要改进？**

强烈建议你把这五个问题打印出来，贴在床头，每天睡前花几分钟做一次时间投资评估。

还有哪些注意事项：

（一）我们每天都有大量的碎片化时间，这些时间千万不能浪费。你要保持警惕，一定要想办法把它利用起来，不然它很快就溜走了。

（二）做一件事情之前，要问自己一个问题：我为什么要做？长期这样问自己，你会少做很多不该做的事情，从而节省大量时间。

（三）多结交一些高效能人士，跟他们近距离接触、交流、学习这对提升你的时间投资能力很有帮助。

（四）“强者征服今天，懦夫哀叹昨天，懒汉坐等明天。”这是我非常喜欢的一句话，放在这里，与你共勉。