

班 級：汽車 1-3

名 次：第三名

作 者：林廷誠

參賽標題：時間管理

書籍 ISBN：957 661 042 7

中文書名：時間管理

書籍作者：曾仕強 石詠琦

出版單位：國立空中大學

出版年月：1994 年 06 月 01 日

版 次：初版

一●圖書作者與內容簡介：

本書對時間的定義，終使沒有觸及。時間對所有人應該都是非常熟的，但是從歷史上從來都沒有達到相同的觀念。所以這本書從剛開始就開始說明部文化背景有不同的觀念，像希臘古代哲學認為時間是循環的，相同的事會一直發生;希伯來人認為時間是為一直言延伸下去，歷史不可能重演。

二●內容摘錄：

杜魯克主張把時間資源納入管理，他說:「時間是最稀有的資源。如果不能管理時間，便什麼都不能管理。」〈p.31〉

記住人生離不開階段性的調整:年輕時學問輕識較淺、經驗不足，盡量「多做」才能降低成本;年紀大時學問經驗俱佳而體力不足，應該「少做」以「完成重要任務」來降低成本。〈p.33〉

如果你像許多人一樣因為「太忙」而沒有時間去做許多事情的話，請不要忘記仍然有許多人比你多卻仍然能比你做更多事情。〈p.59〉

三●我的觀點：

什麼叫時間管理 主觀論者和客觀論者對於時間的價值有不同的想法和論點，但站在時間管理的立場，我們應該要去肯定時間的價值，同時我們也要去體會時間的價值會依不同的情境而產生變化。在這一章中我覺得有一段寫得很好，因此我把它寫下來:「時間管理有三大理念，第一，所有了時間，要用用來提升自己的生命價值。第二，配合自己的生涯規劃，做好終生的時間管理。第三，可進可退，有緩有急，隨時做到不違時而動」

為什麼要研究時間管理 時間是最公平的資源，因為每個人都有。我們無法去決定時間的多或少，所以我們只能增加它的價值，因此就會出現管理問題。配合時節、合乎時序、注重時律，以上三點可以增加時間的價值。有些特殊的節慶會有假日，要把它當作一個好好休息的機會，畢竟休息是為了解更遠的路。

管理時間是有可能的嗎 時間不能用任何管道去爭取的，你不可能說借就借的道，買也買不到，所也善用時間是最有效率達成目的的方式。我們同時也要減少時間的浪費，但在減少時間的浪費同時也要注意欲速則不達，在你很快的做完一件事時，你發現你少做一件事，你這樣就要花兩到三倍的時間去做好那件事。以我為例子，我常常在修車時發現有個零件沒裝上去，但那個零件是最基層的零件，所以我必須重新拆開，然後重新組裝，這就是個非常耗時的壞習慣。從我的例子就可以發現在快的同時也要專心，才能達到最有效率的方法。

近代時間管理有哪些重要的創意 對於時間的觀念最遠可以追溯到古希臘的亞里士多德，最近的就是 20 世紀的柏金森。亞里士多德和聖奧古斯丁的理念是完全不同的，前者認為時間是不停的循環，但後者認為時間是一去不回的。在近代最著名的理論就是愛因斯坦的相對論，相對論是對時間觀念最有影響力及革命性的理論。

東西方時間管理研究有什麼異同，西方和東方對時間管理的研究有很大的不同。前者比較偏向科學方面的探討，也比較講求時間的支配，所以也比較講求效率。後者比較偏向於哲學方面的研究。西方的觀念是把一件事情做好，這樣才能時間管理好。但東方的觀念是日為各種事都要兼顧。

個人要怎樣從事時間管理，我認為要從事時管理有以下幾點，第一，會干擾你做事的東西全部都要加以管制，像是手機、電腦、音樂播放器及任何會干擾你做事的東西，這樣才能有效率的完成工作。第二，學習時要專心，有些事是從書中學不出來的，像是技術，理念等等。有時候你會很幸運的遇到老一輩的師傅，此時你就可以向他們問一些他們在職場上的問題及一些職業道德理論。第三，做任事情時注意力一定要集中，在你學東西時，不要只學一半，因為當只有你一個人時，不要奢望任何人會完成你那另一半。

四●討論議題：

到底有沒有人真正的了解時間？