

高英高級工商職業學校 102 學年度第 1 學期班級讀書會

閱讀心得報告

班 級	汽車 1-3	學生姓名	林廷誠		
研讀書名	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 01 月 01 日	版次	初版
班級導師	呂龍宗老師	國文老師	黃彥穎老師		

心 得 報 告 內 容

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：

什麼教時間管理 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，所有時間，要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，畢竟休息是為了走更遠的路。

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到，買也買不到，所以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，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概念？