

企業新知挑戰系列 02

吳志遠教授編著



獨創性 時間開發術

能夠正確掌握時間，
運用時間，您的企業註定成功。

一天48小時的時間利用法



百觀出版社

企業新知挑戰系列

02

吳志遠教授編著

獨創性時間開發術



百觀出版社

企業新知挑戰系列 02

獨創性時間開發術

吳志遠教授編著

出版者／百觀出版社 (02) 7678659
地址／台北市興安街 100 之 1 號 13 樓
登記證／新聞局版台業字第 4626 號
出版日期／1989 年 12 月初版發行

總經銷／知道出版有限公司（聯合發行所）
地址／台北市松德路 297 號 2 樓
電話／(02) 7466026
郵撥／1293513-1（知道出版有限公司）
傳真／7654132

香港 藝文圖書公司 3-805705

總經銷 九龍又一村達之路 30 號地下後座

版權所有 翻印必究

缺頁或破損，請寄回更換

ISBN957-9003-02-5

NT120元

出版并言

由光復到七〇年代，國內的產經在穩定中成長，並沒有顯著的變化，但却蓄積了極為強大的經濟實力。七〇年代之後國內的經濟體系與全球的經濟體系發生密切的關聯，使短短的十年之中，國內經濟體系有了非常快速，而且具爆炸性的轉變。經濟活動的方式，資訊的處理等等，都使得生活在此一變化迅速的社會中之各個組成分子，多少產生了一些「適應不良症」，人們亟欲確認本身能扮演的角色，並且拚命提昇自己的能力，但往往方法與觀念的錯誤，却將自己帶入一個壓力重重的死胡同中。

由於經濟活動的規模快速膨脹，分工更為精密。每個人所負責任範圍日益縮小，但是每一部分環環相扣，單獨的重要性非但未曾減低反而增加許多。如何來管理如此龐大而精密的

組織成了現今重要的一門學問，簡言之即是所謂的「企管」，舉凡人事、生產、品管、行銷、公關、市調等，各部門的統一協調，步調齊一，都要靠強而有效的企管，才能在競爭激烈的商戰中，團結一致，擊敗對手而贏得一席之地。因此，沒有企管的事業團體，即使有了強而有效的獨立部門，亦將是群龍無首，各自為政，事倍而功半。

吾人爲從事企管研究和參與經濟活動的組成分子，能瞭解企管的原則、觀念、方法及其重要性，以及對於新資訊的吸收處理，各種產業的結構變化，對於企業體的影響，參考先進國家的實例，而編纂一系列企業新知挑戰手冊。目的是希望國內的企業能更健全的發展，在目前「地球村」的觀念下，冀望能與全世界各個優良的企業體系一較長短，並在競賽中，立於不敗。

由於資訊的數量迅速的擴大，敝社將利用最快的速度，去蕪存菁，配合國內發展方向，將最新的知識、觀念、方法及實例，介紹給國人。讓我們共同期待一個領導全世界的「企業中國」的誕生。

獨創性時間開發術 目錄

出版并言

第一章 「鐘錶時間」該結束了

從「管理時間」到「運用時間」
你的時間是死的嗎

當時間「死亡」的時候

這樣的日子你滿足嗎

幻想「時間對誰都是平等的」

真正的時間無法以鐘錶計算

第二章 尋求「活的時間」

時間是有生命的

第三章

易於流失的時間
生活方式與時間的伸縮
充分利用時間
確保「自有時間」
時間含在任何事物中
依賴鐘錶的人群

空間與時間的關係

相互影響的空間與時間

時間和空間的變換

空間結合時間的例子

時間和空間的相互關聯

控制得當獲勝

明白「間」的本質和價值

第四章

時間真正的面貌

應用時間要具理論根據

時間的函數關係

時間的微分與積分

第五章

時間價值的計算

「時間意識」與人生

時間的知性與感性

時段主義的陷阱

堅定自我實現

何謂自我實現

自我實現時間因素

LD和P的方法

休利曼自我實現的故事

生活舞台(LS)的建立

時段主義和實存生活設計

天才並不能自我實現

超人的生活方式

第六章

新時代的時間管理

如何減少無謂的時間浪費

斷然擊退盜取時間者

積極充實一天的二十四小時

第七章

可提高時間效率的五種專門技術

空槽時間活用法

操作程序會影響工作品質

談話時應注意交談內容的順序

十五分鐘會議術

優秀人士的睡眠

認清自己的時間層別

能看出工作重要性的方法

操縱時間的方法

對開發時間的構想

縱橫無盡地發揮時間

不要將時間浪費在窺視興趣上

「忙碌不堪」的原因

節省時間法

「片段時間」最有利用價值

短時間處理事情的方法

單項重點決定術

事到臨頭時

第八章

將「時間分散」和「時間集中」併用
時間集中的專門技術及其應用
順著律調，可以提高集中力
時間分散化發揮效果時
養成「速讀能力」可收一舉數得之效
創造屬於自己的速讀術

鍛鍊對時間的感覺

時間感覺從跟對手有共同感覺開始
提高想像力的十項專門技術
將自己沈浸在另一時空中
「一心兩用」的生活方式
培養臨機應變的判斷力
時間判斷應具彈性
「習慣」真的有效嗎
不要被習慣束縛
「知的習慣」和「美的習慣」相對立
掌握成熟的時機
時機成熟的條件

第九章

看透未來時間

抓住未來的時間

打破瓶頸，工作便能順利地推動

消除「忽然介入的工作」的要領

如何安排工作順序

做好前置作業和後續工作的聯繫

何謂「潮流」

淺薄的潮流分析相當危險

控制未來的力量

分析先見之明

提高先見之明的五個重點

提高先見能力的具體策略

培養「前兆資訊」的超敏感度

自己描繪未來的時間

一七

一八

一九

二〇

二一

二二

二三

二四

二五

二六

二七

二八

二九

三〇

第一章

「鐘錶時間」該結束了

「鐘錶時間」就是根據鐘錶所顯示物理的、幾何學的時間。這如同一條直線，在本質上是沒有深意的。一個人如果固執「鐘錶時間」，一生便只是規規矩矩移動的鐘錶一般罷了。但若能將此捨棄，便另外擁有無從估計的另一種時間。

從「管理時間」到「運用時間」

本書的主題，一言以蔽之就是「從管理時間到時間的運用」。

「管理時間」的想法，在工商業社會裡已經十分普及，對於工商界人士而言，也是耳熟能詳的。

「每個人都平等地擁有一天二十四個小時」，這種平等擁有的時間，要如何確實有效的利用呢？這就是管理時間的基本課題。所謂管理時間，便是時間的P、D、S（計畫、時期、觀察）。

管理時間是爲了以高明的方法活用時間，但在執行的過程中還有很多的問題。試列舉出可想見的幾點：

①如何運用這被賦予的時間爲其終始。

②如何突破「鐘錶時間」。

③只把時間當成是度量的一種而把它形式化。

④不關心時間「量」的價值。

⑤欠缺思想和理論的根據。

⑥忽視時間的人性面。

⑦無法分清生活和生命的關聯。

⑧無自我觀點而人云亦云。

⑨欠缺全盤的設想。

⑩雞蛋裡挑骨頭似的。

克服這樣的障礙，把生活與時間結合，才能充實工作、充分休閒和豐富人生，這才算是有效「運用時間」。

如何運用時間有下列幾點心理準備：

第一、是在時間的運用上，不認為時間是被賦予的，相反的，要創造時間而予以擴張運用。

第二、運用時間有其思想和理論作爲基準，以考慮到時間的問題及其運用技術。

第三、對人類而言，生活、時間之間以及生命和時間之間，應該予以充分的了解。

第四、運用、爭取時間，是將時間轉變成自己的而加以活用。

第五、以增加、創造時間價值爲目標。

第六、應用時間和個人的能力展現是平行問題。能有效應用時間的人也就是有能力的人。

第七、運用時間時要重視「T Ph」（時間哲學）、「L Ph」（人生哲學）、「L D & P」（人生設計）等。當然，掌握與運用時間並不只是關係到單純的自我。在工作 and 日常生活當中，也都有其因應之道。

第八、管理時間和運用時間是一體兩面的。

你的時間是死的嗎

你是否有過這樣的經驗：

毫無目的地看電視或閱讀雜誌。雖覺得無意義，但仍繼續地看（讀）下去。就連廣告也全看（讀）了。直到夜深，變得身心俱疲，才抱著棉被入睡。但是，翌日又重複著同樣的事

情……。

這到底是怎麼回事呢？重複做這樣的事，或是幾個小時，或是瞬間，但其後回想起來，感覺非常空虛。

時間的死亡，事實上就是這個時候。如果時間有生命的話，你應該聽得見時間臨死前呻吟的聲音。這不單只是比喻，時間真的也有生命，時間的死亡一點也不是不可思議的。

不僅如此，在我們的人生當中，讓時間流失、死亡的狀況，是出乎意料的多。因人而異，這種狀態會持續幾天幾日，有時甚至到幾年、幾十年。因為時間是眼睛看不到的東西，本人無從察覺，而想到的時候，就會深覺可怕。

當時間「死亡」的時候

時間到底在那個時候、那種場合死去呢？在此試將典型的例子盡量列舉如下：

- ① 對於未來沒有夢想和目標。
- ② 每天毫無目的地過生活。
- ③ 一切毫不在意。

- ④ 感覺不到生活的充實感、成長感和幸福感。
- ⑤ 不具感性、欲望或熱情。
- ⑥ 精神無法活潑的運作，宛如死水一般。
- ⑦ 無法產生新的思考或創意。
- ⑧ 對現狀沒有改變的欲想。
- ⑨ 沒有自己想要創造的衝勁。
- ⑩ 時常處於後悔或遭受挫折、絕望、無力感的情況。
- ⑪ 喪失自信。
- ⑫ 感到自己的心理或身體患病了，甚至有崩壞的感覺。
- ⑬ 時常受任性或一時衝動的支配。
- ⑭ 感到被流放的情形下生活。
- ⑮ 順著對方的說法行動。
- ⑯ 和酒肉朋友來往，被他們牽著鼻子走。
- ⑰ 過度沈迷於快活和遊樂中。