

## 劉校長閱讀分享 (2014):

# 時間控制你？你控制時間？



「十三歲就開始」系列之一：

## 《給中學生的時間管理術》

作者：謝其濬

繪者：YINYIN/漫畫；水腦/插畫

出版社：天下雜誌（台北）

出版年份：2013

頁數：191

這是一本專為中學生而寫的時間管理術！的確，成功人士多數都是懂得管理自己，也是能有效管理時間的人。善用時間其實是一個人的良好習慣，這種良好習慣是可以培養和學習得來的。透過持續的練習可養成良好習慣，良好習慣幫助我們提升做事和學習的效率。

本書列出中學生最易遇到的時間管理八大痛點，並提供最簡單、最可行及最適用的解決方法。最重要是按部就班地完成規劃、實踐計畫，每天改變一點點，就能做完必要的事，還有多餘時間做其他自己想做的事。

讀完本書，學會三大關鍵能力：自律、效率和規劃力。針對每個痛點，作者提供四個步驟：THINK：思考問題，找出自己的痛點互動式學習；WHY：解說痛點形成原因，找出真正問題所在；CHECK：有趣的小測驗，檢視自我的問題點；ACT：簡單有效的解決方案與小工具，改善問題，一點都不難。按步就班，改善問題，沒有難度。

每章後更設有「重點整理」和「延展練習」，最後還有「情境習作」，培養多元綜合能力，可說是相當 user-friendly。

本書是「13 歲就開始」系列書籍之一，是特別為青少年學生度身訂造的。書中運用情境漫畫，讓青少年學生更容易掌握問題，引發思考與閱讀興趣。同時，大量運用圖像解說，觀念解析，令人容易明白。

本書提供的方法也很專業。書中結合了專家的意見，針對中學生的學業與生活狀況，提供專業指導及解決方案。步驟清晰，執行也容易。同學閱讀本書，可養成善用時間的習慣，對學業及未來的事業都很有幫助。

快到圖書館借閱！