

【稀缺】【读书笔记】

2017年2月23日 8:13

http://open.163.com/movie/2017/5/H/T/MCKH42S7I_MCKH5A2HT.html (TED视频about书中的观点)

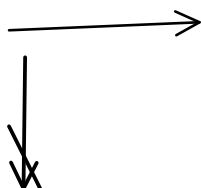


在注意力集中的时候会引发“**主观时间延展现象**”，人们会感觉这类事件（注意力所集中的事件）的持续时间更长，因为在短时间内人们往往需要处理更多的信息。

在deadline即将到来的时候，往往会带来更高的效率，人们能在短时间内完成更多的工作，这被称为“**专注红利**”。而在有充足时间做一件事情的时候，往往在一开始不能很好的开始工作，因为有太多的事情可以让人去分心，很多时候注意力不能被眼前所需要完成的事所俘获。



(plan的重要性，或许就是将一个大的计划拆分成了许多小的计划，每个阶段都有一个deadline)



当人们专注于某一事物时，往往会忽略其他事物（在看书时往往会忽略朋友的提问），“**管窥**”，也就是“**隧道视野**”也许没什么不好，可是往往“管窥”会放大当前事物的收益，而放大其他长期计划的成本，缩小其收益，以迫使我们作出满足短期利益的选择。

在心理学中被称为“目标抑制”

管窥可能会带来不明智的决定，比如将多个事情同时处理，选择在吃饭时处理一些事情，一方面，事情因为得不到全部的关注可能会达不到预期的效果，而由于分心往往又会摄入更多的卡路里

因为专注，所以拥有**专业技能**；因为专业，所以有了**管窥之见**；因为管窥，所以产生了一系列的负面效果



(并不是专注不好，跟不是)

如果今天的资源能在当下带来比未来更大的利益，则借用是合理的（eg：贷款，放下未来的工作而专注于当下的deadline），不过在处于管窥的时候，借用往往会超越得失均衡的界限，即处于管窥状态的时候，我们的借用，往往来说是不合理的。

💡 从某方面来说，这也是今日事今日毕的一个解释，今天借用的是明天的时间资源，而这种借用在长期来看，会不断持续下去，最终往往会拖垮一个人。

而稀缺往往会导致借用——>存在即时偏见（即会将未来的利益作为代价，过高地估计即刻的利益），因此因为稀缺而做出的借用行为往往会让我们付出更大的代价）

💡 就如同由于时间的稀缺，会带来对之后时间的借用

💡 明天一样会贫穷，会缺乏时间，不过那是明天的事情，不是吗（也许事实就是这样的讽刺）