**新 书 推 荐**



**中文书名：《第25小时》**

**英文书名：THE 25TH HOUR**

**作 者：****Neal Schore**

**出 版 社：Simon & Schuster/Avid Reader Press**

**代理公司：UTA/ANA/Zoey**

**页 数：待定**

**出版时间：待定**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子大纲**

**类 型：心灵励志**

**内容简介：**

节省时间往往等同于更聪明地工作。只要能减少不必要的会议，精简电子邮件，更有策略地进行协作，我们就能把一天中被偷走的时间全部追回来。但是，尽管这些战术性的调整很有帮助，但它们实际上只是触及了表面，因为，真正的问题不在外部，而在内部。**在《第25小时》（THE 25TH HOUR）一书中，****尼尔·肖尔（Neal Schore）揭示了我们的情绪反应和行为是如何最大程度地消耗我们的时间，它们悄无声息地蚕食我们一天中的时间，以及我们的注意力和动力。**无益的担心、不断膨胀和螺旋式上升的焦虑、基于恐惧做出的决定、使我们绊倒自己并拖累周围人的不安全感，所有这些复杂的情绪动态，我们在工作中很少解决。最重要的是，我们妨碍了自己。

《第25小时》一书的内容取材自肖尔的经验，他曾为当今一些最具影响力的商业领袖提供咨询，并在指导实践中取得了巨大成功。这本书将向读者展示如何管理自己，从而管理好自己的时间。通过实用的、经过实践检验的指导和工具，本书可以帮助读者提高自我意识，控制不羁的情绪，减少戏剧化的场面，帮助上至CEO，下至学生的每个人从而掌握专注于重要事务并更高效工作的技能。我们得到的回报不仅是那难以捉摸的第25小时，还有对自己和他人的洞察力，其影响远远超出了工作范围。

**作者简介：**

**尼尔·肖尔（Neal Schore）**目前担任Triton Digital的执行顾问，自2006年创立Triton以来，一直担任公司总裁兼首席执行官。尼尔拥有30多年的主要负责人和运营高管经验，同时还担任Midway Marketing Group, LLC的管理合伙人兼首席执行官，这是一家咨询公司，为公司和私募股权界在全美范围内建立、扩张、融资和管理业务提供支持。此外，尼尔还担任Lincoln Avenue Capital的董事长和多家公司的董事会成员，是青年总裁组织 (YPO) 南部黄金分会的成员。尼尔与妻子和三个儿子居住在加利福尼亚州洛杉矶郊区。

**感谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至：版权负责人**

**Email**：**[Rights@nurnberg.com.cn](mailto:Rights@nurnberg.com.cn)**

安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处

北京市海淀区中关村大街甲59号中国人民大学文化大厦1705室, 邮编：100872

电话：010-82504106, 传真：010-82504200

公司网址：[http://www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn/)

书目下载：<http://www.nurnberg.com.cn/booklist_zh/list.aspx>

书讯浏览：<http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx>

视频推荐：<http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx>

豆瓣小站：<http://site.douban.com/110577/>

新浪微博：[安德鲁纳伯格公司的微博\_微博 (weibo.com)](https://weibo.com/1877653117/profile?topnav=1&wvr=6)

微信订阅号：ANABJ2002

