

คำนำ

Content

9

บทที่ 1 การควบคุมเวลาในการทำงาน

(แล้วคุณจะสงสัยว่าทำไมเรามีเวลามากขึ้น)

การผัดวันประกันพรุ่ง

การใช้โทรศัพท์

รักษาเวลาส่วนตัวของคุณเอาไว้

การใช้อุปกรณ์จับเวลา

การจัดการกับการถูกขัดจังหวะ

การออกจากบ้านให้ตรงเวลา

ข้อควรหลีกเลี่ยง 22 ประการ

46

บทที่ 2 เอกสาร

(แล้วคุณจะพบว่า การมีชีวิตอยู่นั้นมีสาระมาก)

หนังสือ

คอมพิวเตอร์สำหรับครอบครัว

การจัดระเบียบแฟ้มเอกสาร

จดหมาย อีเมลล์ และแฟกซ์

ปฏิทิน

การจัดระเบียบโต๊ะทำงาน

บันทึกสุขภาพ

แฟ้มข้อมูลสำคัญ

94

บทที่ 3 การเงิน

(บทนี้จะทำให้คุณหมดปัญหาเรื่องเงินไม่พอใช้)

การธนาคาร

การจัดงบประมาณ

การลงทุน

การดูแลทรัพย์สิน

ภาษี

ใบแจ้งหนี้

เอกสารสำคัญด้านการเงิน

การรักษาพยาบาลและประกันสุขภาพ

ตู้നിറภัย

บทที่ 4 ภายในบ้าน

(บ้านจะเป็นวิมาน และที่พักเติมไฟอย่างแท้จริง)

122

เหตุฉุกเฉิน

การจัดการภายในบ้าน

ตู้เสื้อผ้า

ห้องครัว

ตู้เย็น

การเลือกซื้อของในซูเปอร์มาร์เก็ต

การทำความสะอาดเสื้อผ้า

การใช้ยาที่ถูกต้อง

การจ้างคนงาน

บทที่ 5 เหตุการณ์สำคัญ

(สันทนการในชีวิต อย่าคิดว่าไม่สำคัญ)

150

การเหลหลังสิ่งที่ไม่ใช่แล้ว

การเตรียมหาสืบ้าน

การย้ายบ้าน

การทำงาน

การเตรียมงานเลี้ยง

การวางแผนการเดินทาง

การจัดเตรียมสัมภาระ

บทที่ 6 เรื่องส่วนตัว

(Nobody Perfect แต่โลกเล็กๆ ก็ลงตัว)

186

ความงาม

วันสำคัญ

แพทย์ประจำบ้าน

การทำธุระ

การซื้อของขวัญ

กระบะ

กระบะเอกสาร

ป้องกันของหายได้อย่างไร

การจัดระเบียบให้คนใกล้ชิด

การเลือกซื้อของใช้ผู้หญิง

การเลือกซื้อของใช้ผู้ชาย

บทที่ 7 เรื่องเกี่ยวกับบุตร

(อยากให้ลูกดี ลูกเก่งและมีความสุข มิใช่ปล่อยตามยถากรรม)

218

การตั้งครรรค์

หลังการคลอด

ห้องนอนลูก

การสอนเด็กให้มีระเบียบ

การเดินทางโดยนำลูกไปด้วย

การเดินทางโดยให้ลูกอยู่บ้านตามลำพัง