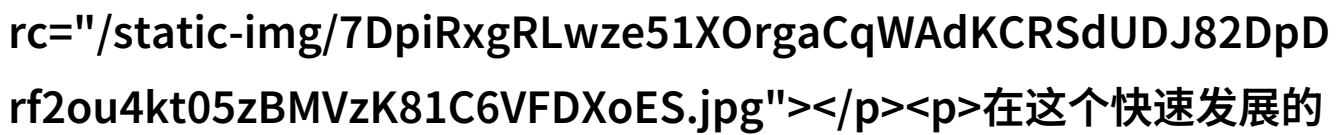


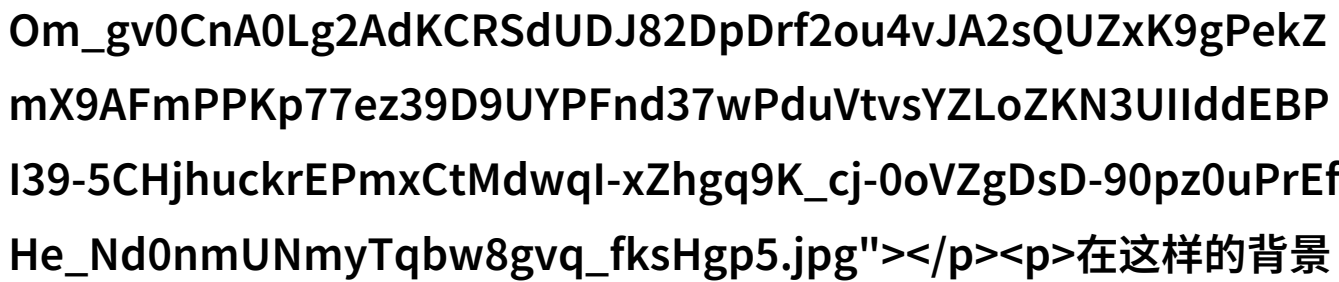
你的太大了我装不下超出预期的巨大内容

你的太大了我装不下，如何应对信息爆炸的时代？



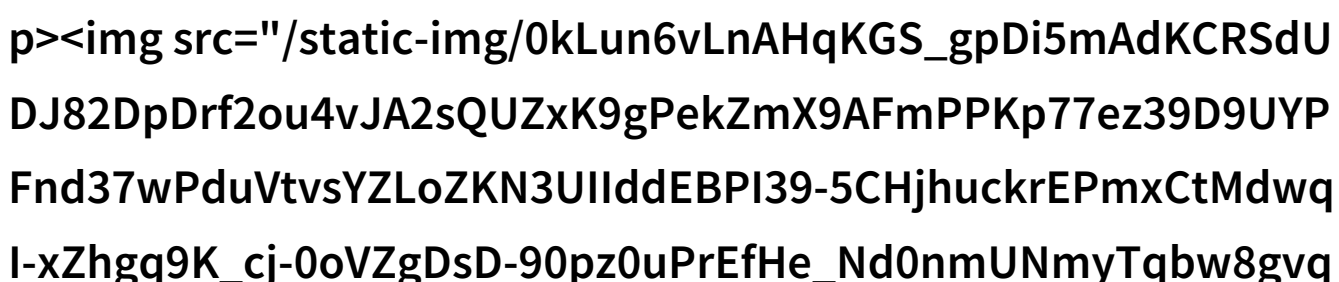
在这个快速发展的信息时代，我们每个人都面临着一个问题：我们的知识和能力是否能够与时俱进，适应不断增长的信息量。随着互联网技术的飞速发展，我们被 bombard（轰炸）各种各样的信息，从新闻到娱乐，再到专业知识，每天都有大量新的内容涌入我们的生活中。这就像是一个个巨大的“海洋”，我们需要找到有效的方法来“划船”穿行。

你真的准备好处理这些新信息了吗？



在这样的背景下，有些人可能会感到焦虑，因为他们发现自己的思维速度、理解能力或者是记忆力跟不上这个节奏。而那些能迅速学习和掌握新技能的人，他们则像是游刃有余地航行于这片广阔的大海。那么，我们应该怎样做才能成为那群游刃有余的人呢？

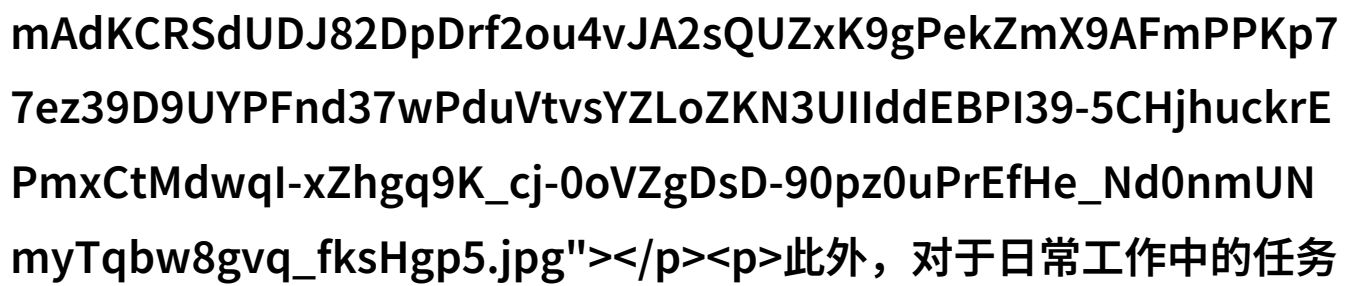
首先，我们需要认识到自己目前的情况。我们可以通过一些简单的心理测试或是自我评估来了解自己的认知能力。在了解自己的基础之后，可以开始计划如何提高这一点，比如通过阅读书籍、参加培训课程或者是加入讨论小组等方式。



你是否已经意识到了这些变化对你的影响？

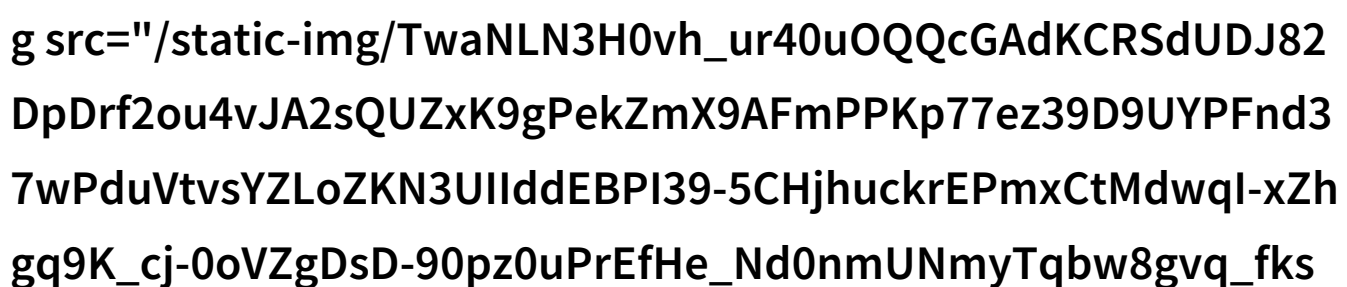
另外，与他人交流也是非常重要的一环。与不同领域的人交流可以帮助我们拓宽视野，同时也能从他们那里获得宝贵的建议和见解。

此外，利用社交媒体平台分享自己的想法和经验，也是一种很好的方式，不仅能够帮助自己巩固所学，还能吸引更多类似兴趣的小伙伴加入讨论。



此外，对于日常工作中的任务管理也很关键。在接收到大量任务时，要学会优先级排序，这样可以避免因为过多任务而造成效率低下。此外，将复杂的问题分解成小块进行解决，也是个不错的策略。

最后，不要忘了给自己留出时间去休息和放松。一段短暂的休息对于保持清晰思考非常重要，而长期疲劳会导致决策失误甚至健康问题。而且，在闲暇时间里，可以选择一些轻松愉快的事情，如听音乐、看电影等，以此来缓解压力。



总结来说，“你的太大了我装不下”的现象确实存在，但如果我们采取合适的手段，就没有必要让它成为阻碍。如果你愿意，你完全能够学会管理这种情况，并且从中受益良多。

[下载本文pdf文件](/pdf/712405-你的太大了我装不下超出预期的巨大内容无法容纳.pdf)