

【酷學習】Notion提升工作效率 優雅生活

趨勢巨流河

【記者林祐任淡水校園報導】科技的進步，使筆記的製作不再侷限於紙筆，轉而在電子產品與網絡世界裡縱橫交錯。為了因應時代趨勢，及幫助同學更有目標地規劃時間，諮商職涯暨學習發展輔導中心邀請到迪卡儂電商的共同創辦人，Insider的數位顧問，以及《Notion人生管理術》的作者牧羊妮，於11月18日晚間六時在工學大樓E608，為同學示範如何「提升工作效率，優雅生活」。

首先，牧羊妮希望同學釐清自己使用Notion的目的，且不要過度依賴他人的模板，「雖然欣賞他人的創意是好事」，但目標因人而異，隨意將他人的解方套用於自己的現況，恐將造成水土不服。

她也分享，自己曾因將目標設太高、被功能侷限等因素，所以荒廢Notion一段時間。強調實務和持之以恆的使用才是關鍵。剩下只求今天能比昨天更進步。

在電商產業擁有豐富閱歷的牧羊妮，希望藉由經驗，分享如何製作「快、狠、準」的子彈筆記。她在課程中親自示範如何使用快捷鍵、變更字體的顏色、將年與日計劃的表格用「Relation」功能雙向連接，使年度目標成為推進每日待辦的動力來源。

在課程尾聲時，牧羊妮推薦使用重要緊急矩論來辨別任務的輕重緩急，但她也同時提醒同學，給予自己適當的休息，才能完成更多任務。因此在製作子彈筆記時，不建議只安排與課業相關的目標，衝刺和休息的循環才能事倍功半。

2022/12/19

《Notion人生管理術》作者牧羊妮（中立者）分享Notion運用。（圖／林祐任）

