

<<高效冠军>>

图书基本信息

书名：<<高效冠军>>

13位ISBN编号：9787508610054

10位ISBN编号：7508610059

出版时间：2007-12

出版时间：中信出版社

作者：尹志豪

页数：230

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<高效冠军>>

### 内容概要

顶级高效专家化身为您的贴身私人教练，与您分享高效的7大元素与32个实用技巧：帮助企业打造高效率、高产出的全方位冠军人才，提升业绩，加速成长。

帮助个人显著地提升绩效表现，成就更大，压力更小，享受工作与生活。

高效元素1 激情动力：让工作成为一种乐趣！

高效元素2 高效基础原则：“聪明工作”（Work Smart）！

高效元素3 冠军高效系统CPS：每天高效完成大量任务！

高效元素4 收纳管理：打造高效的办公区域！

高效元素5 精力管理：成为抗压性强、精力充沛的职场战士！

高效元素6 永续成长与改善：全方位提高你的核心竞争力！

高效元素7 高效工具与规划：掌握最新实用的高效利器！

## <<高效冠军>>

### 作者简介

尹志豪，亚洲顶尖的实战派高效专家，冠军企管咨询有限公司总裁，是全方位提升个人工作效率的世界级培训顾问，做过上百场大型的激励演讲。

戴尔中国“培育冠军人才”（Developing Champions）培训讲师，美商阿姆斯壮（Armstrong）亚太区培训中心创办人。

尹先生有二十多年的成功管理经验，曾任香港建筑资讯中心总裁，香港康迪顾问公司合伙人及资深咨询师，也曾在多家世界顶尖200强跨国企业历经中高层要职，包括戴尔中国与香港区销售总监，美商阿姆斯壮亚太区市场部经理，以及美商艾默生与台湾宏碁电脑公司。

他以擅长打造高效率、高产出的精锐大型销售团队及创造业绩神话而备受业界推崇。

## &lt;&lt;高效冠军&gt;&gt;

## 书籍目录

前言 高效7大元素与32个高效技巧 高效元素1：激情动力 1.“Flow流畅”的快乐高效境界 2.找出个人价值观 3.规划你的愿景 4.如何爱你所做的，做你所爱的 5.估算你的时间价值 高效元素2：高效基础原则 6.轻重缓急“优先序” 7.“多工”还是“专一”？ 8.战胜惰性的拖延 9.定下个人高效守则 高效元素3：冠军高效系统CPS 10.冠军高效系统CPS介绍 11.冠军高效系统CPS——“收集” 12.冠军高效系统CPS——“处理” 13.冠军高效系统CPS——“安排” 14.冠军高效系统CPS——“执行” 15.冠军高效系统CPS——“规划” 16.高效电子邮件 17.授权与指派 高效元素4：收纳管理 18.收纳管理的正确观念 19.打造高效办公区之准备与规划 20.打造高效办公区之执行与维持 高效元素5：精力管理 21.快乐抗压的健康饮食 22.愉快健身提高精力 23.睡出活力的秘诀 24.压力管理基础 高效元素6：永续成长与改善 25.让你脱颖而出的“职场必胜技能” 26.“精神导师”：学习模仿的对象 27.慎选高标准的朋友互相激励学习成长 高效元素7：高效工具与规划 28.善用“个人信息管理工具” 29.纸张手写类高效工具 30.科技类高效工具 31.掌握高效工具的成功使用习惯 32.如何订好计划 后记 不是结束，是开始 鸣谢 参考书目 关于冠军

## <<高效冠军>>

### 编辑推荐

《高效冠军》(极速提升个人工作效率与竞争力的32个技巧)帮助个人显著地提升绩效表现，成就更大，压力更小，享受工作与生活。

<<高效冠军>>

#### 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>