

<<把1天变成26小时>>

图书基本信息

<<把1天变成26小时>>

内容概要

一部在25个国家掀起时间管理风暴的力作。

学以致用，创造强大力量的关键是运用工具——简单、可重复的技能步骤，并持续地带来成效。

本书的意义在于让你学到一些实用的知识极大地平衡自己的时间；教给你些简单的工具，并持续地带来那些成效，然后以此为动力，运用这些工具创造出你一直希望得到的更多的时间。

<<把1天变成26小时>>

作者简介

温斯·帕奈拉是“以成功为中心时间管理”理论的创立者。

从1982年他14岁开始，曾经在25个国家用他这套时间管理的课程教授了上千家公司和十几万人。

温斯是美国海军学院的毕业生，前海军军官和飞行员，大学教授；而现在，是一个国际作家、演讲家、培训者和成功的教练。

<<把1天变成26小时>>

书籍目录

前言关于“时间管理”的导言 以成功为目的的时间管理和传统时间管理的对比 什么是“时间管理”
获得更多时间的3种办法 时间管理模式 怎样从本书中得到最多模式1 给初学者——透彻分析！
我现在位于何处 我希望将来成为什么样？
为透彻分析提供证据的支持性问题 运用自己的透彻分析 60秒钟能量概要 学以致用模式2 持续成功
改善的方程式 持续成功改善 方程式 复合成功 为成功应用这个方程式 60秒钟能量概要 学以致用 持
续成功改善的方程式 工作单 持续成功改善的方程式 工作单模式3 循序渐进模式4 通过睡眠的力量每
天多挤出两个小时模式5 目标的力量和意义（关于行为习惯的探讨）模式6 减少混乱模式7 动力控制
模式8 提高能级：用不了6%，就可以解决问题模式9 清除生命中的压力模式10 调节价值观、信仰和性
格模式11 赢得反对“拖延”斗争的胜利模式12 瞬间——生命的奥秘模式13 把所有经验最大化关于行
动计划的总结关于作者

<<把1天变成26小时>>

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>