

<<低效率人士的7个习惯>>

图书基本信息

书名：<<低效率人士的7个习惯>>

13位ISBN编号：9787801696632

10位ISBN编号：7801696638

出版时间：2005-1

出版时间：中国审计出版社

作者：于帆 编

页数：251

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>

<<低效率人士的7个习惯>>

内容概要

低效率会给你的生活带来极大的麻烦，使你感到压抑、自卑，妨碍你达成你的目标。而追慕完美本身的是一种愿望，也是一种动力，促使你更加完善自我，努力工作，但如果你陷入对完美的追求之中就会让自己掉进压力陷阱，让你沮丧却无法自拔。

改变你低效率的习惯可以让你最大程度地接近完美，但要想使自己成为一个快乐的，就要允许自己不完美，不要陷入完美的压力陷阱。

本书从让你改变低效率的习惯入手，告诉你怎样克服拖拉，提高办事效率，从而建立起正确的个人目标和价值观。

并不是每一个士兵都要成为将军，但是只要你尽自己的最大努力，你就在做一个快乐的士兵的同时，向着将军的目标看齐。

本书会帮助你从被自己的过高期望和繁忙的工作状态中解脱出来，让你成为一个快乐的人。

即使很平凡，但你懂得自己的生活意义，你不需要把自己逼疯来换取成就感。

你能在做好自己的工作同时，收获更多快乐，你可以从本书中得到激励，更快地改变低效率的恶习，马上着手改变自己，成功属于你！

<<低效率人士的7个习惯>>

书籍目录

习惯决定命运 习惯决定性格，性格决定命运七个坏习惯导致了你的低效率 1.工作过度 2.等待理想状态 3.无所不在的恐惧感 4.不懂得拒绝不合理的要求 5.时间控制混乱 6.工作无计划 7.缺乏明确的工作目标战胜坏习惯的有效策略 1.适当分权，委托他人 2.珍惜现在，从小事做起 3.敢于冒险 4.学会拒绝 5.有效控制时间 6.提早作计划 7.设立自己的目标克服坏习惯的行动

<<低效率人士的7个习惯>>

编辑推荐

《低效率人士的7个习惯》会帮助你从被自己的过高期望和繁忙的工作状态中解脱出来，让你成为一个快乐的人。

即使很平凡，但你懂得自己的生活意义，你不需要把自己逼疯来换取成就感。

你能在做好自己的工作同时，收获更多快乐，你可以从《低效率人士的7个习惯》中得到激励，更快地改变低效率的恶习，马上着手改变自己，成功属于你！

<<低效率人士的7个习惯>>

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>