

<<效率>>

图书基本信息

书名：<<效率>>

13位ISBN编号：9787802518100

10位ISBN编号：7802518105

出版时间：2011-4

出版时间：金城出版社

作者：姜廷志

页数：165

字数：62000

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>

## <<效率>>

### 内容概要

或许有些朋友对人生还没有那么深刻的体悟，或许你的阅历没有那么深厚的积淀，或许你还没有选定人生的前进方向，《袖珍励志经典》第三辑继续希望读者能利用生活中零散的闲暇时间，携带方便的口袋读本，积少成多，集腋成裘，丰富自己的阅历，感悟人生的智慧，让自己的生活、工作和事业在“超越平庸、选择完美”的理念下蒸蒸日上，夺得辉煌。

给愿意超越自我的人们，尤其是青少年朋友们以启发和激励。

<<效率>>

作者简介

叶萱，艺术学硕士，现居济南。  
已著小说集《爱情在南我在北》、《1980年的物质女孩》等。

## <<效率>>

### 书籍目录

#### 第一章 让效率倍出的8种习惯

1. 专注——每次只专心做一件事
2. 计划——按规划做事情
3. 守时——让你的信用倍增
4. 休息——高效率的原动力
5. 果决——立即开始行动
6. 自制——高效做事的美德
7. 快乐——助你在职场加速
8. 节奏——按规律做事效率高

#### 第二章 高效率的8种意识

9. 竞争意识——有竞争意识的人才能高效
10. 思考意识——勤于思考才能高效
11. 目标意识——目标明确的人才能高效
12. 好习惯——拥有好习惯的人效率高
13. 好心态——心态积极的人效率高
14. 有热情——工作有激情的人效率高
15. 好身体——身体健康的人效率高
16. 力求有效——杜绝草率的决定

#### 第三章 事半功倍的9种方式

17. 创新——积极创新才能高效
18. 发掘时间——找出隐藏的时间
19. 竞赛——跟时间比赛
20. 关注重点——做最重要的事情
27. 取巧——想办法“偷懒”
22. 优化环境——好环境造就高效率
23. 团队合作——众人拾柴火焰高
24. 强记忆——提高工作和学习效率
25. 合理开会——别滥用会议

#### 第四章 臣司晤E覆可饲屠刊

26. 拖延——必须坚决杜绝
27. 穷忙——效率的大敌
28. 消极——工作学习没动力
29. 烦闷——别让它毁了你
30. 焦虑——摆脱这个职场通病
37. 注意力不集中——找到它的根源

## &lt;&lt;效率&gt;&gt;

## 章节摘录

“但是约定的时间是十点钟啊！”

”范德比尔特先生提醒他。

但那个青年仍然支吾着说：“但迟到一二十分钟，应该没有太大关系吧？”

”范德比尔特先生很严肃地对他说：“谁说没有关系？”

你要知道，能否准时赴约是件极紧要的事情。

就这件事来说，由于你不能准时，就失掉了你所想往的职位，因为就在那一天，铁路部门已接洽了另一个人。

而且，我还要告诉你，你没有权利看轻我二十分钟的时间，以为我白等你二十分钟是不要紧的。

老实告诉你，在那二十分钟的时间中，我正要应付另外两个重要的约会呢！”

”比尔·盖茨曾告诉一位朋友，他把每一个小时都看成1000美元。

许多青年人虽都承认比尔·盖茨的话，却仍虚度他们宝贵的光阴。

他们没有想到，也许自己的时间也可以同比尔·盖茨的时间一样值钱。

比尔·盖茨还说：“成功做事的秘诀，首要一点就是要养成准时的习惯，可是一般人的习惯往往是一再拖延。

”做事准时的习惯，也像其他的习惯一样，要早日加以训练。

然而，很多人不把守时当一回事，认为迟到十分钟并没什么关系，有的甚至以此显示自己的忙碌与地位。

如果你真是一个日理万机的大忙人，或身价不凡的大牌人物也就罢了，如果你只是个平凡之人，那最好把“守时”这件事放在心上，并且谨慎奉行。

当然这并不是说大忙人和大牌人物就可以不守时，而是因为他确实很忙，有时为了处理某一事情耽误了时间，再说他即使迟到，别人不会在乎，或有求于他，不得不等候。

但如果这种人长期不守时，最后也没什么好处。

他们对某些重要之事，可能比谁都守时，换句话说，他也知道守时的重要，因为不守时就有可能让他失去一次大好机会。

没错，守时可能让你守住了一个大好机会。

例如，一个业务员和客户约好要谈一笔生意，自己却迟到了，客户哪有耐心等你？

除了利益上的考虑以外，守时对一个人在社会上做人做事也至关重要：（1）守时是对他人的一种尊重——不管你是长辈、平辈或晚辈，不管你是上司还是下属，如果能在守时上尊重对方，对方当然也会尊重你。

因此守时也是对自己的尊重。

如果你不守时，这样既不尊重别人，也不尊重自己，又怎能要求别人尊重你呢？

（2）不守时会给人一种不可信赖的感觉——如果你偶尔迟到一次，并作出解释，这并没太大关系。

<<效率>>

媒体关注与评论

世界上只有两种物质：高效率和低效率；世界上只有两种人：高效率的人和低效率的人。

——【英国】萧伯纳 忙碌和紧张，能带来高昂的工作情绪；只有全神贯注时，工作才能产生高效率。

——【日】松下幸之助

<<效率>>

编辑推荐

《效率：让你事半功倍的31种技巧》真正的敏捷是一件很育价值的事，效率是做好工作的灵魂。

<<效率>>

#### 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>