第一图书网, tushu007.com

<<这样掌控时间最有效>>

图书基本信息

书名：<<这样掌控时间最有效>>

13位ISBN编号：9787802224216

10位ISBN编号：7802224217

出版时间：2007-10

出版时间：中国华侨

作者：张笑恒

页数：281

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

第一图书网, tushu007.com

<<这样掌控时间最有效>>

内容概要

阅读《这样掌控时间最有效》将会让你掌握更多科学管理时间的方法，并以一个全新的姿态来面对新的生活！

时间管理是教你如何更加有效地工作与生活，而不是更加辛苦地工作与生活，最终你会发现自己的事业工作更有成效了，同时也有更多的时间跟家人和朋友在一起，或者有更多的时间去完成以前因“没有时间”而一直推迟的梦想。

渐渐地，你会感觉自己不再像以前那样受制于外界因素，而是逐渐学会控制这些因素了。

第一图书网, tushu007.com

<<这样掌控时间最有效>>

书籍目录

第一章 时间不可再生，千金难买寸光阴 1.时间统计法：了解与分析你的时间去向 2.用时间衡量价值，不值得做的事不做 3.学会说“不”，不要让别人浪漫你的时间 4.要勇于坚持，也要敢于放弃 5.像钟表一样准时、守时 6.谁在偷偷窃取你的时间 7.别让粗心大意吞噬你的时间 8.完美主义是一个漂亮的陷阱 9.你花了多少时间在抱怨上第二章 学会挤时间，让一天成为25个小时 1.时间是挤出来的 2.每天抽出一小时来发展自己 3.如何利用闲暇和零碎的时间 4.利用上下班的途中做点什么 5.你用什么来计算时间 6.勤奋使时间增值 7.你能从睡眠省下的时间 8.控制你的“中间”时间 9.合理利用起床的时间第三章 追求效率，合理规划你的时间 1.有条不紊就是效率 2.紧急的事不一定重要，重要的事不一定紧急 3.在最有效的时间里，做最重要的事 4.不重要的事拖一拖，先做重要的事 5.把鸡蛋放在一个篮子里 6.想办法做得更“简单”一点 7.精力一旦集中，效率立即倍增第四章 注重结果，苦干不如巧干第五章 目标高于一切，好的目标是成功的一半第六章 凡事预则立，没有计划只能一事无成第七章 拖延误事又误人，心动不如行动第八章 平衡调节，会工作还要会生活第九章 别恐怖也别逃避，午夜过后是黎明

第一图书网, tushu007.com

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