<<偷懒是个好习惯>>

图书基本信息

书名:<<偷懒是个好习惯>>

13位ISBN编号:9787802512962

10位ISBN编号: 7802512964

出版时间:2010-1

出版时间:金城出版社

作者:莫非

页数:243

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

<<偷懒是个好习惯>>

前言

你是不是经常忙得焦头烂额?

加班、开会、熬夜……每天又急又赶,还有那些没完没了的电话,几乎占据了你所有的时间。 有多少次,你可以从容地和家人一起吃顿晚饭?

有多少个夜晚,你可以不用担心明天的业务报告,安安稳稳地睡个好觉?

许多人忙碌得近似于一种病态。

因为付出太多,一旦上司不赏识自己,同事不同情自己,家人不理解自己,有人便会产生怨恨心理, 抱怨上司有眼无珠,抱怨同事没有心肝,抱怨家人不知感恩……这样的生活一天天重复,兢兢业业地 苦干,最终却碌碌无为,等到年华老去,才会感到自己一生过得并不精彩。

"天道酬勤"是一句古训,它告诉人们:只要你勤劳付出,上天就会给你丰厚的回报。

但许多事实证明:天道有时未必酬勤。

相反,一些看起来并不勤奋的人,却比别人更成功,拥有更多的财富,享受着更多的人生乐趣。

工作做得好不好,是要看它的结果,而不是看你有多忙。

其中重要的一点就是怎样避免很多不必要的工作,把事儿做在点子上,把精力用在刀刃上,而不是用在盲目的勤奋上。

闷头做事,只做不想,会使你迷失了方向,工作毫无头绪,生活杂乱无章,结果是越忙越穷,越穷越忙,不知不觉浪费掉宝贵的生命。

苦干不如巧干,做事要学会"偷懒"。

有时候,"偷懒"几乎就是效率的同义词。

为了偷懒,聪明人不仅发明了很多工具,还发明了许多方法,让自己随时随地都更加省心省力。 大多数成功者都是善于"偷懒"的人。

他们和你我一样,每天都只有24小时,但是所创造的成就却有很大差别。

他们懂得分辨事务的轻重缓急,有条不紊地做事;他们善于思考,寻找正确的人生目标和奋斗方向;他们懂得借重他人,而不是把所有问题都自己扛;他们知道如何分配好自己的精力,低成本高效益地利用时间;他们避免了不必要的人际干扰、省掉许多应酬的麻烦……总之,他们善于掌控自己的时间和生活,不急躁,不匆忙,不莽撞,从容不迫,乐在工作,轻松生活。

想法和做法,决定你的活法。

只有从忙忙碌碌中解脱出来,你才会有时间去思考未来,才有闲暇提高生活的品质,享受人生的快乐 ,活得才更有意义。

- "偷懒"是聪明人的工作和生活智慧,更是一种生存艺术。
- "偷懒"是个好习惯。

养成这个习惯,你将成为自己命运的主人。

<<偷懒是个好习惯>>

内容概要

想法和做法决定你的活法。

工作做得好不好,要看它的结果,而不是看你有多忙。

"偷懒"是个好习惯。

养成这个习惯,你将成为自己命运的主人。

苦干不如巧干。

闷头做事,只做不想,将使你迷失方向。

做事要学会"偷懒",把事儿做在点子上,就会从容不迫,乐在工作,轻松生活。

<<偷懒是个好习惯>>

书籍目录

第一章 拒绝"瞎忙":勤奋的人未必成功。你是不是已经忙昏了头。工作上瘾也是病。 为高薪玩命 , 值吗 生命是一场马拉松 人毕竟不是机器 磨刀不误砍柴工 疲于奔命不是长久之计 人生不是突 袭作战 善待自己的健康和精力第二章 聪明做事:选择和努力同样重要 方向错误不会带来成功 别 让工作追着跑。选择不对,努力白费。低头拉车不忘抬头看路。不能一条道跑到黑 做过头就是愚蠢 东方不亮西方亮 人生需要不断调整方向 一生之事有主次之分第三章 善于思考:手脚勤不如头脑 勤 聪明地工作 留些思考的时间 手脚勤不如头脑勤 最优秀的人总是追求效率 老板要做"懒蚂 收" 用小智慧解决大问题 方法正确,事半功倍 善于"脑筋急转弯儿" 积累做事的经验 一样精第四章 注重方法:做事做在点子上 养成有条理的做事习惯 分清轻重缓急 避免"方向性" 错误 运用"20/80法则" 经济有效的思维工具 抓住关键的少数……第五章 掌握时间:有条不紊 就是效率第六章 摆脱繁琐:轻松提高生产力第七章 调整心态:找回工作的乐趣 第八章 借重他人:合 作使你事半功倍第九章 走出应酬:别为人情面子困扰第十章 舍得放弃:凡事没有尽善尽美第十一章 放松自己:不要为小事抓狂第十二章 享受过程:会工作还要会生活第十三章 善于藏拙:三分苦干七 分巧干

<<偷懒是个好习惯>>

章节摘录

你是不是已经忙昏了头 美国《时代》杂志曾经报道过一则封面故事——糊里糊涂的美国人 , 大概的意思是说:很多美国人都很难体会 " 完全清醒 " 是一种什么样的感觉。

因为他们不是忙得没有空闲,就是有太多做不完的事。

听起来有点不可思议。

不过,这并不是好玩的笑话,这是极为严肃的课题。

仔细想一想,你一年之中是不是也像美国人一样,没有多少时间是"清醒"的?

每天又忙又赶,熬夜、加班、开会,还有那些没完没了的家务,几乎占据了你所有的时间。

有多少次,你可以从容地和家人一起吃顿晚饭?

有多少个夜晚,你可以不用担心明天的业务报告,安安稳稳地睡个好觉?

大多数的时候,你是不是都无法安心,总是担心这个,害怕那个?

要不,就是想要这个,但又觉得那个也不错,贪心地想将所有的东西一网打尽?

这正是很多现代人共同的写照:一心数用。

在这里却有大部分人已经高估了自己的能力,以为自己无所不能,可以手脚并用同时完成很多件事情

应接不暇的杂务明显成为日益艰巨的挑战。

许多人整日里行色匆匆,疲态毕露。

放眼四周,"我好忙"似乎成为一般人共同的口头禅,忙是正常,不忙是不正常。

试问,还有在行程表上能挤出空当的人吗?

美国作家杰夫·戴维森形容"狂乱湍流正席卷着当今每个人的生活"。

他还引用著名的趋势预言家托夫勒在1970年出版的著作《未来冲击》一书中所说的一段话:"人们将成为选择泛滥的奴隶……"然而,太多的选择也同时威胁着人们心灵的悠游空间,带来更大的焦虑,令人觉得时间与自由受到剥夺。

不幸被托夫勒先生说中,太多的选择让人们分心。

一心数用的结果:你不能专心地做好每一件事,不能思考、不能交谈、不能运动、不能休闲……据说 ,许多人即便是一家人团聚,也要提前预约。

奇怪的是,尽管大多数人都已经忙昏了,每天为了"该选择做什么"觉得无所适从,但绝大多数的人还是认为自己"不够"。

这是最常听见的说法:"我如果有更多的时间就好了","我如果能赚更多的钱就好了",好像很少听到有人说:"我已经够了,我想要的更少!

" 正如托夫勒所言,太多选择的结果,往往是变成无可选择。

即使是芝麻绿豆般大的事,都在无谓消耗人们的精力。

根据一份调查,有50%的美国人承认,每天为了选择医生、旅游地点、该穿什么衣服而伤透脑筋。

如果你的生活也不自觉地陷入这种境地,那么,你要来个"清理门户"的行动,那么以下有三种选择:1.面面俱到。

对每一件事都采取行动,直到把自己累死为止;2.重新整理。

改变事情的先后顺序,重要的事先做,不重要的事慢慢再说;3.丢弃。

你会发现,丢掉的某些东西,其实你一辈子都不会再需要它们。

当你发现自己被四面八方的各种琐事捆绑得动弹不得的时候,难道你不想知道是谁造成了今天这个局面?

原因很简单——是你,不是别人。

所以,是你要对它们负责,而不是要它们来对你负责。

工作上瘾也是病 你一天平均工作几个小时?

8小时、12小时,还是夜以继日、无休无止地工作?

对大多数人来说,现在拼命工作,是为了将来可以"少干活"或"不必工作",希望有朝一日能整天游山玩水,过着享乐的日子,所以现在才努力工作。

<<偷懒是个好习惯>>

但对某些人来说,他们之所以工作,因为他们无法从工作中自拔,离不开工作,他们就像一台高速运转的机器一样,完全无法让自己停下来。

如果你属于前者,那说明你还正常;但如果是后者,恐怕你已经对工作着魔,并犯了工作上瘾的毛病。

换句话说,你已经变成了一位工作狂。

或许你不愿承认,并且辩称:"我这是热爱工作,不是什么工作狂。

"那么,我们不妨来看看,"工作狂"与"热爱工作"有什么不同。

根据心理专家解释,一个热爱工作的人,不见得就会工作上瘾;相反,一个工作上瘾的人,未必就是 热爱工作。

如果一个人不论吃饭、睡觉、读书、聊天、玩乐的时候,心里都每时每刻地想着工作,就可以肯定,这个人100%是一个工作狂了。

心理专家分析,每一个工作狂都有不同的心理动机。

有些人嗜好工作中的侵略性;有人依赖井然有序的工作来满足被动心态;也有人是想借工作来麻痹自己;还有的人则是因为激烈的竞争需求,用工作代表胜利,觉得自己高人一等…… 尽管工作狂各不相同,心理专家还是提供了几种方法来让我们加以辨别。

1. 工作狂偏好技能,并且尽量避免无需用到技能的场合。

像表达感情、想像力这一类的事,通常他们比较畏怯。

- 2.工作狂的心中充满定义、原则、目标、方法、步骤、策略等,遇到难以理解的事,他们绝对无法接受"笔墨难以形容"这类的说法。
- 3.工作狂决不轻易放过任何事,总是引导攻击每一件事。 即使他在看一部电影或者一本书的时候,恐怕心里也是想着:"如果换成我来演、来写,就会如何如何不同。
 - ' 4.工作狂无法享受"现在"的感觉,完全受制于工作的目标、成果和终点。

<<偷懒是个好习惯>>

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