

# 《下班，你的人生才開始！》

## 图书基本信息

书名：《下班，你的人生才開始！》

13位ISBN编号：9789866019883

10位ISBN编号：9866019888

出版时间：2013-5-27

出版社：八方出版股份有限公司

作者：OCHI MASATO,本田直之

页数：208

译者：夏淑怡

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《下班，你的人生才開始！》

## 內容概要

大師跨領域共同著作！引爆日本上班族熱烈迴響  
百萬暢銷作家．日本管理大師「一邊環遊世界，一邊工作」本田直之  
跨領域製作人．企業品牌設計師OCHI MASATO  
日子難過、錢很難賺！上班族，你累了嗎？  
打造閃亮人生！興趣X複業 = 高收入 + 超強競爭力

- ．工作好幾年，熱情被消磨殆盡？
- ．為了生活，只好放棄夢想&興趣？
- ．每天加班換窮忙、一下班就想放空、上班就只想放假？
- ．工作不好找，只能認命加減做？想轉換跑道，卻害怕重頭開始？
- ．30歲靠貸款買房子？薪資凍漲，物價飆升，退休金還不知能否領到？

繼續這樣工作，你就抱怨到死！

複業，一種夢想 × 獲利的「乘法」工作方式

重新設定你的工作腦，帶你突破一成不變！

拒當工作奴！不用擔心公司沒前途，更不一定要冒險創業，

加值自己，就能升值你的職場人生

大變動時代，老闆會跑、公司會倒，你以為進大公司，或是一份工作好好做下去就對了嗎？其實，上班族若只在一家公司上班，不做其他任何發展，隨時都有可能面臨無收入的困境，甚至在不知不覺中失去職場競爭力！

「槓桿系列」暢銷作者本田直之，曾輔導過許多大型企業CEO，以槓桿原理打造豐富利潤；OCHI MASATO則是日本跨領域製作人，涵蓋製作各領域的企業品牌、設計，他們在本書中提出：工作頭銜、公司名氣 上班族競爭力，而是要工作雷達全開，嘗試不同領域的「複業」，才能打造個人的超強競爭力！

最重要的是，複業並不只是「多做一份工作」！舉例來說：

- ．因為缺錢，下班後去便利商店打工 (X) 一般的「副業」，多的只是一份薪水
- ．白天是一般的上班族，晚上是善於交際的調酒師 (O) 真正具有相乘效果的「複業」。把興趣變收入、人脈變金脈！

作者以跳脫既定觀念的48個創新思考，從工作、生活、自我管理、人脈、資產，教你如何按照自己的方式去實現「複業」！讓你不依賴公司，

# 《下班，你的人生才開始！》

## 作者簡介

### OCHI MASATO

1965年出生於東京。跨領域製作人。師承編劇導演伊藤輝夫，1987年以戲劇「天才武元氣來了！」取得電視編劇資格正式出道。作品有「上學去！」、「裁縫師工廠」、「飛天Gout Temps」等數個熱門節目，身兼企畫、劇作家、製作人。

除製作電視節目外，更跨足網路、SNS遊戲、時尚到建築等各式領域，負責企業品牌或共同企畫的製作、設計，活躍範疇相當廣泛。另一身分為「對談名人」，擅長與各領域佼佼者進行跨界對話，其主持的對談內容散見各書籍、雜誌。同時經營部落格、推特，在網路界擁有超高人氣。

著有《企畫教科書》系列、《初見面教科書》、《時間教科書》（以上NHK出版）《假設向小澤一郎總理提50問》（扶桑社）、《讓對手說出90%的提問術》（PHP新書）、《發現技術》（Diamond社）、《向絕望一代忠告 Ochi masato製作人商業教科書》等。

### 本田直之

Leverage Consulting股份有限公司董事長兼任CEO。明治大學商學院產業經營系畢業、美國雷鳥（Thunderbird）國際管理研究所經營學碩士（MBA）、（社）日本品酒協會認定葡萄酒顧問、上智大學兼任講師、葡萄酒學院（Academie Du Vin）講師、Team Alapa（號召經營者組成的鐵人三項運動團隊）負責人。

曾任職花旗銀行等外商公司，參與巴克集團（BUCKS GROUP）的營運，以常務董事身分輔佐該集團於日本的店頭市場（JASDAQ）證券交易所上市。目前同時參與美日兩國創投企業投資管理，以槓桿管理術（Leverage Management）輔助企業以最少的勞力獲得豐碩成果。兼任日本金融學院（Financial Academy）董事、Corporate Advisers董事、美國Global Vision Technology公司董事、ATHLONIA董事、Aloha Table董事、Copon Norp董事。

著作除暢銷的「槓桿系列」外，還有《討厭麻煩的你也能成為人氣王的55個法則》、《慢活》、《擺脫7大制約的生活方式》（以上大和書房）、《不需要菠菜！避免淪為一人上司的10大法則》（日本經濟新出版社）、《夏威夷教我們的事》（East Press）等，總計已銷售超過200萬冊，於韓國、台灣、中國大陸等地皆有譯本出版。

# 《下班，你的人生才開始！》

## 書籍目錄

前言

STEP 1

初級篇

想擁有不一樣的未來，  
從改變每天的習慣開始！

01當「草食族」也很好！

02「改變」的最大敵人就是你自己

03越常抱怨公司的人，對公司越是依賴

04最好別聽從父母的話

05練習「用錢」勝過「賺錢」 試著用一半生活費過日子

06第一步，試著改變中午12點用餐的習慣

07自己決定下班時間

08不再搭乘「6點02分的電車」

09精進各種工作技巧，就像玩遍迪士尼所有遊樂設施

10不想工作？別指望別人來鼓勵你

11夏季輕便運動服，不管怎麼穿搭都不合宜

12「常識」究竟是什麼？

STEP 2

中級篇

做足準備再出手！

正式啟動一個人的複業

13活用身為公司員工的好處

14先建構核心價值，再決定下一份工作

15不是加法而是乘法

16拼「副業」？「複業」？

17建立自我戰略的5大技能

18工作 充分活用自由時間來磨練技能

19私生活 沒必要將工作與玩樂做區分

20自我管理 做最自由的上班族

21人脈 和不同工作領域的人見面吧！

22資產管理 1 為了將來，必須確保自我投資計畫

23資產管理 2 丹麥人為什麼很幸福？

24困難都是自己想出來的！

25十個當中，只要選對一個就夠了

26提升收益的方法 即使銷售額不高也能長期持續的生意

27上班族，其實你擁有強而有力的金錢後盾

28選擇激發創意火花的工作

29失敗者的兩大類型

30捨棄「不用去做的事」，挑戰各式各樣的工作

STEP 3

高級篇

你就是CEO！

積極經營一個人的複業

31「家」可以不只一個

32逼不得已的狀況就是絕佳機會！

33建立自我品牌，工作自然找上門

34確立「複業」的理念

## 《下班，你的人生才開始！》

- 35機會來臨，你抓得住嗎？ 隨時處在「準備好」的狀態
  - 36善用外包資源來幫你工作
  - 37以Hello Kitty為目標
  - 38「被排除在戰力名單外」教我們的事
  - 39以自己的名號決勝負
  - 40經營者，也要以複業概念，將事業以各種形式加以拓展
  - 41如果只做一件事，就要有做到極致的覺悟
  - 42從事「複業」，不可欠缺全觀力
  - 43「將興趣當工作」的陷阱
  - 44重新審視提升職業層級（career up）的定義
  - 45必須將減速或改變方向也納入考量
  - 46從舊有頭銜的領域中跳脫出來
  - 47在視訊會議上很緊張是不行的！
  - 48如果同班同學二十年後再聚首……
- 結語  
當我說「你們，都會死喔！」，年輕人的目光都變得很認真！

# 《下班，你的人生才開始！》

## 精彩短评

- 1、作者強調"語言、IT、財務"是很重要的知識
- 2、挺有启发的一本小书。

# 《下班，你的人生才開始！》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)