

《断舍离工作术》

图书基本信息

书名：《断舍离工作术》

13位ISBN编号：9787569901770

出版时间：2015-5-1

作者：鸟原隆志

页数：188

译者：段博惠,王国宇

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

《断舍离工作术》

内容概要

我们的工作为什么总是做不出成绩？事情为什么总是没有进展？问题为什么总是越来越多？面对这些压力，我们往往想的太多，做的太少，只会做加法，却不得要领来给自己减负。

本书即是专门实用于工作的领域，给需要解压，寻求自我突破的职场人士，带来了可以使工作变得像游戏一样轻松的“断舍离思考法与工作术”。

书中提出“舍弃思维5秒钟，九成工作变轻松”的理念，旨在让我们在平时的生活中，特别是工作中，发现并停止“无用的思考”，让自己的思维，在行动前的5秒，来一次“断、舍、离”。同时，通过神奇的22种“扔掉”，你会发现，9成的工作量都被你搞定，这一切是如此的简单而又疯狂。

最好用的思维方法，最高效的工作方法，最会工作的秘密，都在本书中，等你开启！

《断舍离工作术》

作者简介

作者：鸟原隆志

株式会社In-basket研究所所长董事长。日本唯一的In-basket顾问。迄今为止，解决过很多In-basket问题。著作有《决定事业成败的5秒钟思维法》、《掌握终极判断力的篮子思考法》、《戏剧性改变商业思维模式的篮子训练法》、《让决断力和行动力觉醒的篮子集中讲义》等。

译者：段博惠

天使投资人，博达惠恩董事长，知家创客学院院长。从事企业管理咨询十多年，资深企业家私人教练、中国实友会首席私董会导师。

2014年来到中关村参与binggo咖啡运营，同年投资青岛海立方创业服务公司。二十年的连续创业生涯，积累了丰富的企业管理、运营、投资经验，专注于社群管理、企业自媒体运营、互联网组织变革、商业模式的创新研究。

译者：王国宇

中澳国际贸易促进会主席，上海金鑫装饰有限公司董事长，香港圣迪·铭家设计院董事长，全球企业家同盟会会长，环球商业资源集团创始人兼总裁，上海交通大学MBA学员，汇丰北大创业家EMP的首批成员，中国家居装饰业“十强影响力”人物。

从美国BSE商学院求学归来，开始全力打造亚洲第一商业资源整合<http://www.yzsyzy.com>，旨在让更多的会员企业在发展中得到支持、实现互助，使商业价值最大化，为国家、社会做出更大的贡献。

《断舍离工作术》

书籍目录

《断舍离工作术》

精彩短评

- 1、丢掉多余的思考
- 2、这本书里的“无用思考”定位点比较低，称为思考有些失实，更多的其实是顾虑。对知识工作者而言实用性弱了些。
- 3、从执行的角度解释、描述如何断舍离及现象、原因等。
- 4、主人公黄金崎君屡犯严重的错误却一直没被炒，这个设定看得我也是醉了。还有绿川君明明就是绿川幸啊！我听过许多大道理，却依旧过不好这一生。工作中的确需要许多断舍离。
- 5、灵活运用Pareto拨云见日，不忘目的和初心的工作！
- 6、让断舍离的信仰和原则成为你内心的本能
- 7、一般吧
- 8、排版不错，见解深入，说理清晰易读。最后双响炮式的译者序，画蛇添足，二位商界大佬好像没有日语背景，那是如何翻译的？不会是花钱找人翻译，然后挂名吧。
- 9、还行，有一点点参考价值，例子里的主角犯傻太明显了可以把故事讲深点吗。
- 10、类似观念的书，市面上一抓一大把，还都比这本写的好。这本书借了个流行的“断舍离”概念，编了些小故事，零零散散凑了一本书，读起来既无趣又无用，连鸡肋都算不上，浪费钱。
- 11、这本书对我很有用，没读之前，从未注意过自己做事的思维方式和方法，总是觉得好多事情要想好了再去做，没想到读了本书才知道，这些想法和思维原来是多余的，正是耽误事情进度，影响实现的关键所在，能做到马上丢掉，才是最高效的，才会让事情有结果。真的大有收获，书中的提醒和方法，让我开始关注自己的思维，试着进行越来越多的改变。
- 12、很实际的一本书，从工作的细节上去描述比空洞的理论更有说服力。工作的方法很重要，推荐！
- 13、实践不易
- 14、一堆废话
- 15、三要点：
 - 1、尝试新的工作任务时要舍弃旧的工作任务
 - 2、迅速行动
 - 3、全面思考后，去掉无用的想法
- 16、翻译的让人看不下去，写作形式也没有新颖到吸引人的程度，不推荐。
- 17、自相矛盾。及时合上书本并顺手扔掉，也算是没白读这几页。
- 18、基本思想：憋总想那些有的没的，抓住问题的核心解决了就好
- 19、#沐雨斋悦读#舍弃阻碍迈向成功的思考~书可以再薄一点~
- 20、内容多且杂干活少，唯一有启发的是最关键的工作其实并不是高重要度和高紧张度的，而是高重要度和低紧张度的，往往是后者做的不好才引发了前者。
- 21、实用的一本书，对号入座，抛掉那些没用的想法。
- 22、不推荐。
- 23、很适合我的一本书~总是把事情想得过于复杂，需要“OUT-PUT”

1、我们听过那么多道理，却依然过不好这一生。那是因为所有的道并未能构成我思考整个世界的知识体系和方法论吧。如果当某天我也能像夏洛克一样拥有自己的思维殿堂，或许就能过好这一生了。活血归根结底都是思维模式的问题，而思维模式不又是日常习惯的本能驱动吗？那我们做事的某一步骤都能依据《习惯的力量》里说的，抓住核心习惯，锻炼成本能。1、当你在处理问题的时候：你只需要问自己一句：这种方法真的可以解决这个问题吗？2、当你受困于眼前的状态时，你需要的是“停止现在正在总的的事情”，想想，我到底要解决的核心问题是什么。3、如果你希望你能超越别人的期待，其实首先要做到的是，就达到一般的标准效果。先满足别人完成，再追求完美。4、时间管理四象限法则里面，我们必须重视的也是唯一需要竭尽全力重视的就是“重要非紧急”的项。但你也无法忽视“重要紧急”的项。比如你手腕不小心碰到水杯，杯子倒了，水洒了。那么重要且紧急的事情事擦掉水，扶起杯子。重要不紧急的事就是以后调整杯子的摆放位置。5、在工作、生活中不能忘记对别人的关心和体贴，但是关心的问候仅限于一两次，而非太过积极。6、当有些事情过了那个期限，就变得毫无意义，为什么要去设想很完美呢？将解决方法聚焦在达成的结果而非过程上。7、如果别人向你提供建议等，你只需要回复：“谢谢，我会认真考虑，并作为参考的”。你是你，你的决定是综合了多方面建议后，由你自己也只能由你自己独立判断做出选择的。8、关于“人脉”，重要的是自己最终想要拥有什么样的人脉关系，要把什么样的人脉摆在首位（可以依赖的关系，前提是你也得是对方可以依赖的对象），要分清什么人给一张名片就好，而什么人值得结交。人脉好坏不在于数量而在于后续联系中有多少人给予回应。在旧关系中，每年给对方寄送明信片或者自己近况的简介，告诉他们我擅长什么，可能在某一个时刻能够帮助解决什么问题。9、工作中的“目标”和“目的”是两码事，要深度思考这份工作背后的原因和目的，我为何要做，我能怎么样做才能更好更快速的达成我想要的目的？10、向上级报告事情，无须等到他不那么忙，迅速第一时间汇报才是我们最应该关注的，而不是等到一两天后领导有空的时候再来说。

2、只有断舍离，才能产生行动力——评鸟原隆志《断舍离工作术》文/北风来袭自从读了山下英子的《工作断舍离》之后，又接触到的一本关于断舍离的书。这本书也是从日常生活的断舍离，升级了职场工作中的断舍离，而且是将物品的断舍离升级为行动、思想的断舍离。只有抛弃多余的思想，才能产生付诸行动的执行力。断裂冗杂的思索、舍弃多余的想法、脱离对思考的执念，这是本书断舍离的核心要素。相对于物质世界的断舍离而言，精神世界的断舍离显得更加无形，也更加困难。其实，两个世界是相通的。在现实生活中，多余的繁冗的物品让我们满眼眼花缭乱，找不到东西，在人的头脑中，又何尝不是这样的情形呢？只是人们平时意识不到罢了。那些多余的想法、瞻前顾后的想法，会阻碍我们勇于创新的想法，最终导致人们缺乏行动力、缺乏执行力，变得没有创劲、没有锐气。但是，正如精神世界是无形的一样，比之物质世界的断舍离更有难度，这些都是抽象的，不是形象的。因此，本书前半部分虽然平淡无奇，甚至与一般的管理书难得发现有什么实质的差别，但是到了后本部分，采取“卖不出去的T恤”小剧场式的案例方式，使代入感陡然增强，读起来也非常能够容易理会，体会到舍弃思维5秒钟，9万工作变轻松的妙处。在论述断舍离带开的行动力时，作者采用了初中高级三个阶段说明对人能力提高的各个方面，它们分别是：深思力、风险管理力、人脉力、问题发现力、组织活用的能力、目标达成力、利益追求力、顾全大局的能力、关怀力、洞察力、问题解决力、效率追求力、当事人意识力、传达力、协调力、问题分析力、创造力、计划力、组织防御力、危机察知力、人际交际的能力、自我宣传力。这些能力的养成，都会用到断舍离的精义。工作中，有的时候需要谨慎，但谨慎绝不代表着迟疑。上述这些能力，说白了就是行动力、就是执行力，反映了一个人的管理能力，在现代职场，这些能力尤为重要。缺少了这些能力，在关键时刻可能就会错失机遇，做出错误的选择，该激进的时候选择了观望，该勇猛的时刻选择了退缩，思前想后有时反而会束缚到自己的手脚。讲述这种企业管理、职场之道的书籍，有的时候非常容易流于形式，觉得大家讲的都差不多，没有什么独特的地方，包括断舍离这个名词估计也非作者所起，印象中可能是山下英子在这个领域更加熟悉一些。但刚才说了，这种小剧场式的讲述方式，就是一种创新，设计一个场景，通过这个场景来说明问题，就作到了以小见大、深入浅出，象以前读过的《好剧本如何讲故事》一样，使读者更能够代入其中。2015.7.14《断舍离工作术》作者：鸟原隆志 出版社：北京时代华文书局副标题：舍弃思维5秒钟，9成工作变轻松译者：段博惠 / 王国宇 出版年：2015-5-1页数：188定价：32.80装帧：平装ISBN：9787569901771@百味书屋本文首发于新浪博客，同发豆瓣读书和读书宝库！

《断舍离工作术》

3、写的简单明了，翻译的比较到位，字不多，页数不多，看过此书的人也不多。中肯的评论是：抱着消磨时间的心态去看吧，不要想着书里会有一副方子或解药，来解决日常工作中遇到的问题、困扰、苦恼。还是可以从中学到一些东西的，比较系统的分析了一些关于工作中的断舍离。希望对想要看此书的人有点意义。

4、看到这本书我才第一次听说“断舍离”这个概念，“断舍离”是让我们在生活中“丢到无用的东西”，用“断舍离整理术”来给身心减负。可能大家看见“断舍离”三个字可能会和本书的译者一样首先会想到山下英子的《断舍离》一书，这本书是将断舍离的思想运用到工作中，本书的核心思想是“舍弃思维5秒钟，9成工作变轻松”，让大家分清工作的轻重缓急，更高效、有效的解决工作中的问题。我花了大概一周的时间读完了这本书，合上书之后，脑海里一直浮现的一个关于重要度和紧急度的表格，告诉我们真正要做的工作只有两成，本书里有一个高频词语“IN BASKET”，还有一个略显呆萌的主人公黄金崎，黄金崎所犯的错误我觉得好多身在职场的人都不会犯，但我们可能会犯黄金崎没犯的其他问题，身在职场我们所犯的错误往往是想太多，做太少，没有合理的安排工作，而使自己工作非常辛苦，却问题百出。本书从深思力、风险管理力、人脉力等各方面告诉我们要为自己肩负，要舍弃，才能轻装上阵，更加高效的工作，四章的书从初级阶段讲到高级阶段，并让自己控制“无用的思考”，反观自己，我们常被工作、生活所累，并不是生活和工作本身有多么让人辛苦，而是我们想太多，为工作和生活加了很多重量，我们把那些无用的思想放下，我们的生活和工作可能会更轻松。断舍离的思想对我来说很新颖，而且这个工作方法也有值得参考和借鉴的地方，但就我个人现状而言，可能帮助不是很大，我觉得我可能没有读出这本书的奥秘，大概再读两三遍会有深层次的理解吧。

章节试读

1、《断舍离工作术》的笔记-第42页

一个人的时间和精力，都是有限的。你的时间和精力所花费的地方不同，最后的结果也就不同。如果把精力放在错误的地方，是不会结出果实的。最后，也只是一种“无用的思考”而已。——摘自《断舍离工作术》

2、《断舍离工作术》的笔记-第148页

最可贵的不是寻找不战的理由，而是思考战胜的策略。

3、《断舍离工作术》的笔记-第161页

能够左右你选择的，究其根本，是你对待事物的看法。你的看法改变了，结果就会完全不同。

4、《断舍离工作术》的笔记-第169页

要想获得别人的好评，最简单的办法就是解决别人的问题。

5、《断舍离工作术》的笔记-第42页

一个人的时间和精力都是有限的。你的时间和精力所花费的地方不同，最后的结果也就不同。

6、《断舍离工作术》的笔记-第32页

在有限的时间内，“对全局有了具体的把握了解之后再如何如何”，这样的想法本身就是一种无用的思考。

7、《断舍离工作术》的笔记-断舍离工作术读后感

之前读过断舍离生活方面的，对我影响特别大。这次逛书店，看到这本有关工作方面的断舍离，果断就买了，两天的时间就看完了。工作五年了，一直还没有做出成绩。我觉得我也够努力了，可是往往得不到想要的结果。而且，不知道是不是因为在游戏行业，经常被炒鱿鱼。我不想以这种状态，继续下去了。

读完之后，我发现对我的触动还是挺大的。以前，我还未察觉到，这是因为过多的无用思考造成的。所以，很多时候，面对机会，我不是马上做出决断。而是犹犹豫豫考虑了很多没有用的事情。比如，离职之后，我去面试了一家，那家公司希望我能够尽快去上班。但是因为在上家公司，我总觉得自己因为没有美术功底，所以是这次被末位淘汰的主要原因。所以，我想把美术基础打牢。没有去那家公司，之后在一个巧合的情境下。找到我简历的那人，竟然加了我微信，还是希望去那家公司。我给他承诺是在1月份。但是由于我的拖拉，我的美术课程一直没有结束。我又说到1月中旬，结果到了一月中旬依旧还去不了。最后，我让他找其他的设计师，他说，还是希望我能去，如果想去，或者找到其他公司了，也和他讲一声。

对方也是诚意满满。其实，我是担心自己，说去学画画了，到时候没能真的画出工作中需要的图来，不好意思。这其实也是一个过度思考的表现。

还有，我想应聘UC，但是我总觉得自己的简历没有准备好。想像大神说的，得把简历做成PDF文档。或者做成H5形式，做好了再去投那家公司的简历。但是，我又不知道从何做起，所以一直在拖拉。一直没有真的去做。如今3个月的时间去了，依旧这件事情没有正式处理。

还有我看到有个朋友去腾讯了，我想去的大公司，最终的还是想去腾讯。可是考虑到是在深圳，而

《断舍离工作术》

且我也在广州生活五年了。又舍不得这个城市，最后我也没有给简历给那个朋友，这些都是我的无用思考，造成的结果。最后的我，还是没有去找工作，不过，还好我在研究这些，在读书，看电影，在学习。也没有真正的浪费时间。

所以，我希望今后的工作中。我要减少我的无用思考。多运用，重要度（高）+紧急度（低）这件事为最优先考虑。其次再处理重要度（高），紧急度（高）的事情，第三处理重要度（低）+紧急度（高），最后再处理重要度（低）+紧急度（低）的事情。这样做事才会有条不紊。

当然书中还有更多好用的知识点，觉得还是值得一读的书。

8、《断舍离工作术》的笔记-第13页

如果想超越人们的期待值，首先要做的是“做出一般成果”，这点非常重要。

9、《断舍离工作术》的笔记-第25页

能力，首先是要学会控制，然后再谈如何使用。一旦遇到事情就暴走，完全不去发挥任何本领，这不能叫做能力。——鸟原隆志《断舍离工作术》

10、《断舍离工作术》的笔记-第1页

2016/06/18

11、《断舍离工作术》的笔记-第42页

如果把经理放在错误的地方，是不会结出果实的。

《断舍离工作术》

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