

《高效能人士上班途中的100个习惯》

图书基本信息

书名：《高效能人士上班途中的100个习惯》

13位ISBN编号：9787505121386

10位ISBN编号：7505121383

出版时间：2012-4

出版社：龙柒 红旗出版社 (2012-04出版)

作者：龙柒 编

页数：240

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

《高效能人士上班途中的100个习惯》

内容概要

《高效能人士上班途中的100个习惯》主要内容讲述了时间对每个人都是绝对公平的，每人每天都有二十四个小时可以任由支配。但是时间是具有弹性的一种资源。百分之八十的有效时间资源，只掌握在少部分人手里。

《高效能人士上班途中的100个习惯》

书籍目录

第一章 身体前进，心灵安顿 NO.1 提前出门 NO.2 记录昨夜的梦 NO.3 找到生活的节奏 NO.4 出门时丢掉记忆垃圾 NO.5 放松心情 NO.6 沉寂心灵 NO.7 抓住红绿灯呼吸时间 NO.8 面对两种力量的交锋 NO.9 让思绪随意飘荡 NO.10 用脚步勾勒城市地图 NO.11 安抚自己的情绪 NO.12 让“忧郁星期一”快乐起来 NO.13 上班路上也健身 NO.14 呵护肌肤在路上 NO.15 漫步上班路 NO.16 慢跑上班 NO.17 骑车去上班 NO.18 心灵漫步的时光 NO.19 好风景慢慢欣赏

第二章 打开五官，找到和灵感的连接点 NO.20 观人，练就洞察力 NO.21 做个职场冷笑王 NO.22 观物——莫泊桑的眼睛 NO.23 报纸——上班路上的佳肴 NO.24 玩脑力激荡游戏 NO.25 左手动作激发右脑 NO.26 一路花香去公司 NO.27 世界一样，视角万千 NO.28 偷听”带来意外灵感 NO.29 随意记录生活琐事 NO.30 用录音笔记日记 NO.31 一路歌声伴我行 NO.32 信手涂鸦，感动自己 NO.33 街头简单玩混音 NO.34 改变行走方式和路线 NO.35 中途下车，发现新鲜 NO.36 消除冷脑现象 NO.37 灵感，欢迎光临 NO.38 灵感来的时候，抓住它 NO.39 上班路上创意组合

第三章 你好，再见 NO.40 送她去上班 NO.41 清晨一次快乐尝试 NO.42 合伙搭车去上班 NO.43 播报星座情报 NO.44 代买早餐，有效的人际润滑 NO.45 偶遇时拉近距离 NO.46 实时分享有用的专业信息 NO.47 脱掉你的铁皮盔甲 NO.48 练习微笑的绝好机会 NO.49 随手做环保 NO.50 别低估你对周遭的影响力 NO.51 你好，再见

第四章 今天你想去哪里 NO.52 打起精神来，赶走瞌睡虫 NO.53 给自己一个高兴的理由 NO.54 保持饥饿，保持愚蠢 NO.55 由匆匆一瞬想到的 NO.56 整理心中所有梦想 NO.57 清晨张开想像的翅膀 NO.58 白领克服上班路上的坏习惯 NO.59 上班路上打开工作的另一扇窗 NO.60 用陌生人的眼光看你的生活半径 NO.61 尝试赞美自己 NO.62 给自己一份客观的评估报告 NO.63 给自己适度的紧迫感 NO.64 渴望上路，昨日种种放身后

第五章 好的开始，就等于成功了一半 NO.65 为进入工作状态提前热身 NO.66 安排好今日工作进程 NO.67 分清工作中的大石与碎块 NO.68 检视昨日工作进度，并进行修正 NO.69 枯燥报告资料轻松搞定 NO.70 细碎工作整理 NO.71 好心情从清晨开始 NO.72 处理遗留工作 NO.73 利用头脑清晰的时间 NO.74 兼职这回事 NO.75 一夜之后更容易有新想法 NO.76 模拟演示提案发言 NO.77 电话拜访或答谢客户 NO.78 电子邮件时间 NO.79 不方便用手提时，一样可以编辑处理文档

第六章 打造你的情报系统、知识结构 NO.80 一天一本电子书 NO.81 准备职业资格考试的最佳时间 NO.82 嘈杂的环境里安心读书 NO.83 利用早晚交叉记忆法充电 NO.84 在脑中回忆默写 NO.85 意翻阅也可强化记忆 NO.86 改良我的“菜英文” NO.87 利用数据卡片充电 NO.88 看欧美原声电影 NO.89 阅读外文小说 NO.90 随身的英语空中课堂 NO.91 练习语言模式转换 NO.92 上班路上的随想 NO.93 看报快速吸收信息 NO.94 让上班之路成为有声之路 NO.95 沿途广告带来丰富信息 NO.96 兴趣和志趣的十字路口 NO.97 订阅电子刊物 NO.98 不再依赖网络 NO.99 实现梦想的时间 NO.100 上班族孕妇上班安全战略

《高效能人士上班途中的100个习惯》

章节摘录

《高效能人士上班途中的100个习惯》

编辑推荐

《高效能人士上班途中的100个习惯》由红旗出版社出版。

《高效能人士上班途中的100个习惯》

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:www.tushu000.com