

《时间管理学》

图书基本信息

书名：《时间管理学》

13位ISBN编号：9787507409680

10位ISBN编号：7507409686

出版时间：1997-11

出版社：中国城市出版社

页数：512

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.tushu111.com

书籍目录

目录

- 第一篇 时间管理学的发展演变
- 第一章 发展中的时间管理学
 - 第一节 时间管理学的演变
 - 第二节 前三代时间管理学的主要特点
 - 第三节 集大成的第四代时间管理学
- 第二篇 以效率为主旨的时间管理学
- 第二章 作一个人生的规划
 - 第一节 正确目标的价值
 - 第二节 拟订人生目标的原则
 - 第三节 目标的金字塔
- 第三章 调整你的心态
 - 第一节 敞开你的心扉
 - 第二节 如何调整你的心态
- 第四章 调整你的步伐
 - 第一节 创造纪律
 - 第二节 适应周围的节奏性
 - 第三节 不要拖延
- 第五章 个人时间使用术
 - 第一节 每天拨出半小时作计划
 - 第二节 充分利用记事本
 - 第三节 如何有效地阅读
 - 第四节 粗心大意的人要培养省时技巧
 - 第五节 等待的时候做什么
 - 第六节 早晨干什么
 - 第七节 充分利用通勤时间
 - 第八节 就寝时间的使用方法
 - 第九节 家庭省时之道
 - 第十节 逆势操作
- 第六章 工作时间使用术
 - 第一节 工作需要效率
 - 第二节 制定计划
 - 第三节 使办公室成为省时工作站
 - 第四节 时间竞争
 - 第五节 打电话的艺术
 - 第六节 经理的一天
 - 第七节 不要让别人浪费你的时间
- 第七章 行动——化目标为现实的关键
 - 第一节 只有行动才能靠近目标
- 第三篇 以人为本的第四代时间管理学
- 第八章 人重于事
 - 第一节 先做生命中最重要的事
 - 第二节 第二象限组织法
 - 第三节 效率的真谛
 - 第四节 休息——高效率的原动力
 - 第五节 圆满的人生需要均衡
- 第九章 追求互赖模式

- 第一节 由独立到互赖
- 第二节 互赖模式的要求
- 第三节 双赢需要沟通
- 第四节 追求群策群力

《时间管理学》

精彩短评

- 1、开卷有益
- 2、推荐理由是，这本书对于时间管理理论介绍得比较全面，从第一代到第四代，还有具体的操作方法。也算是国内比较权威的介绍时间管理理论的一本书。至少，我目前还没有遇到第二本。
- 3、一般拼凑之作
- 4、其实所有的管理书籍都涉及自律的问题，本书说得很好，但人还是要自律为先。
- 5、这本书有点年头了，所以有些方法在操作上完全可以用现代的各类电子科技代替
- 6、很难做到~~

《时间管理学》

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.tushu111.com