

Zhi Yuan Man Hua

自我提升·智源漫画I

效率高手

远帆·编写

复丹·绘画

提升自我形象
开发大脑潜能
增进办事效率
善生活品质



珠海出版社



自我提升·智源漫画Ⅱ

效率高手

远帆●编写

复丹●绘画

珠海出版社



图书在版编目 (CIP) / 数据

自我提升·智源漫画

效率高手 / 远帆·未铭 编写

珠海：珠海出版社，2000. 11

ISBN 7-80607-724-3

I. 智

II. ①远… ②未…

III. 漫画-作品-中国-现代

IV. J228. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 55391 号

自我提升·智源漫画

效率高手

作 者：远帆 未铭 编写

责任编辑：雷良波 曹琨

封面设计：宁远

出版发行：珠海出版社

社 址：珠海香洲银桦新村 47 栋 A 座二层

电 话：2515348 邮政编码：519001

印 刷：广州市番禺新华印刷有限公司

开 本：850×1168mm 1/32

印 张：21 字数：450 千字

版 次：2000 年 12 月第 1 版 2000 年 12 月第 1 次印刷

印 数：1~10000 册

ISBN 7-80607-724-3 / J·86

总 定 价：(全三册) 50.40 元 本册定价：16.80 元

版权所有·翻印必究



序

新世纪,人类的文化、科学技术、生产力正迅速的朝前迈步,而有限的自然资源却大幅度减少,生存环境不断恶化,令我们感觉今天的地球它似乎也越转越快,我们生存的“空间”、“时间”也似乎变得十分狭窄,因而我们每个人都必须经常与一些不确定的环境竞争。

企业之间、个人之间的竞争也将越演越烈,谁想在这种对撞的状态中取得成功,成为王者,我们就必须正视“效率”的重要性。

《效率高手》用漫画形式,以轻松,准确的方式分析“效率”在人们生活、工作、学习中的作用。并例举许多生鲜活现象来进一步说明怎样才能提高效率。进而增进读者去实践的动机。

本书涉及的层面多样化,涵盖的问题从个人的生活、恋爱、健康、到工作环境以及人际相处等各方面。使枯燥严肃的主题变的生动、有趣、实用。由于其内容具生活化、趣味化、易记忆、易理解可使读者在以后的实践体验中得到验证,帮助他们迅速提升自我的能力。

在经济国际化的大趋势下“适者生存”这句俗话也显得更加准确。此刻我们如何才能掌握先机,常战常胜。那么,只有那些懂效率、有效率的人才有可能达到胜利的巅峰。

编者



目 录

EQ·效率·成功	1
设定任务目标	3
妥善事前计划	13
反省增进效率	20
奖励一下又何妨	25
时间记录的运用	29
效率会议	36
避轻就重	43
生活与效率	51
恋爱效率术	53
健康与效率	65
适当的压力	70
向自己借时间	77
简单即是效率	85
高效工作术	91
准备充分	92
资料建档	99
电脑软体的妙用.....	105
善用新科技.....	112
利用小工具.....	119
环境效率.....	126
整洁为效率之本.....	133

人际关系学中的效率·····	139
事不必躬亲·····	140
利用人力资源平时即做好准备·····	146
人力资源的管理·····	151
形象提升效率·····	159
打开天窗说亮话·····	163
听别人的声音·····	171
心理训练是高效率的保证·····	179
守住决心·····	180
专心的重要·····	186
动脑筋·····	192
情绪效率·····	198
和工作谈恋爱·····	205
先发制人·····	209
“肃清惰虫”势在必行·····	212
太完美也是一种错误·····	215
高效率是追求“适当完美”·····	218



EQ·效率·成功



设定任务目标

设定目标时,千万不要好高骛远。充分的分析自己各方面的能力与客观的条件。



一个优秀的成功者,他必定是高EQ(情商)、高效率的人。不论做什么事情,一定是在开始时就制定可行的计划书,为自己设立总体大目标。这目标可以用一生的时光去追求,或者须在一生的某时段内完成。

任务的设定可说是一切行动的开端。这个大目标如果订的明确,日后执行起来才好掌握方向。



我们在设立目标时，千万不要好高骛远。充分的分析自己各方面的能力与客观的条件。

目标选定须考虑其“可能性”。

“任务”的立订首先要注意的是其“执行的可能性”。如果你订的目标是你自己能力范围所不能及的，那就变成了“不可能完成的空头计划”了。

常常有些人把目标订的“太离谱”不现实,好象痴人说梦。把自己的实力膨胀得太高,结果在努力一番后惨遭失败便开始怨天尤人。



目标设定后,不要随意的更改变动,最好是一旦有目标就义无反顾,勇往直前的去努力,千万不要朝令夕改。



一位女大学生在读中学时,就从读商贸开始,过一段时间又想改上“家政”,再过一段时间又改读“行政办公室”,到了毕业时,什么都学了半桶水,结果什么高学位都没得到。

在你的追求过程中,如遇到挫折就全盘放弃,结果总是浪费很多时间,而一事无成。这些都是对自己的能力没有做好客观的评估,以至于订了一个自己无法达成的目标,来打击自己的信心。





挑战的目标,是自我信心的呈现。

在制定目标的过程中,也要注意目标是否订得够具“挑战性”。如果订得太简单,实行起来索然无味,一点冲动也没有,完全没有效率。要知道,大目标如果订得太容易,后面各阶段的小目标就很难订了。

目标还得“具体化”！

目标除了订得合适，也要订得明确。如果一家公司的老板在开会时宣布：“我们下个月的业绩要比这个月更好”。那他



的员工一定茫然不知所措。什么叫“更好”？是一个百分点，还是十个百分点？



如果老板说“希望在未来三年内,公司业务扩张百分之五十”。那么全公司同仁都有个很明显的目标去努力。

目标完成还须毅力与决心。

订好后的目标是不可以随意更改的。一旦你下定决心,立订好一个大目标后,就要义无反顾、勇往直前的朝它努力,千万不要朝立夕改,遇到一点点小挫折就全盘放弃,到最后徒然浪费许多的时间与精力,依旧一事无成。

