

第2版

和秋叶 一起学

秋叶PPT 著

Word



1000000+

用户选择和
秋叶一起学
Office职场技能

又快又好 | 搞定 **工作**
又快又好 | 搞定 **文档排版**

秋叶 出品

加速个人成长

提升职场竞争力

增强职场晋升力



中国工信出版集团



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

第2版

和秋叶 一起学

秋叶PPT 著

Word



又快 | 搞定 工作
又好 | 文档排版

秋叶 出品

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

和秋叶一起学Word / 秋叶PPT著. -- 2版. -- 北京 :
人民邮电出版社, 2017.7
ISBN 978-7-115-45434-8

I. ①和… II. ①秋… III. ①汉字处理软件系统—基
本知识 IV. ①TP391.12

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第079478号

内 容 提 要

Word、PPT、Excel, 哪一个最值得你花精力去学习?

我认为是 Word, 因为 Word 软件的使用频率最高, 所以学习以后为你的办公能力带来的提升最大, 学会 Word 能够为你节约很多的工作时间。

有一个段子是这么说的——

“我很小的时候就明白了, 系鞋带会浪费掉一生中的三年光阴, 于是我从从不买有鞋带的鞋子。很多事情你得研究透彻, 讲究效率。”

这句话不是我说的, 是 CNN 创办人特德·特纳说的。

花费时间研究最常用的软件, 可以帮助你节约大量的时间, 毕竟时间才是人最宝贵的财富。

本书精心编排知识点, 从正确的使用习惯开始, 让你从“以为自己会 Word”, 成为“真正的 Word 达人”, 从而让你在职场中更高效、更专业。

-
- ◆ 著 秋叶 PPT
责任编辑 李永涛
责任印制 沈 蓉 彭志环
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路 11 号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京顺诚彩色印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本: 690×970 1/16
印张: 20.75
字数: 386 千字 2017 年 7 月第 2 版
印数: 1-8 000 册 2017 年 7 月北京第 1 次印刷
-

定价: 69.00 元

读者服务热线: (010)81055410 印装质量热线: (010)81055316

反盗版热线: (010)81055315

广告经营许可证: 京东工商广登字 20170147 号

对于第一次接触这套丛书的读者，我坚信这是你学习Office三件套软件上佳读物。

秋叶PPT团队从2013年全力以赴做Office职场在线教育，已经是国内最有影响力的品牌，截至2016年年底就有超过10万名学员报名和秋叶一起学习Office课程。

我们非常了解大家在学习和使用Office软件过程中的难度和痛点，不仅如此，我们也深刻理解为什么市场上的那么多课程或者图书让读者难以坚持学习下去。

因此我们对写书的要求是“内容新、知识全、阅读易”，既要体现Office最新版本软件的新功能、新用法、新技巧，也要兼顾到工作中会用到但未必经常用到的冷门偏方，更要兼顾到当今读者的阅读习惯，让我们的图书可以系统学习，也方便碎片阅读。

我们给自己提出了极高的挑战，我们希望秋叶系列图书能得到读者的口碑推荐，发自内心的喜欢。

做一套好图书就是打磨一套好产品，我们愿意精益求精，与读者学员一起进步。

对于第一次了解“秋叶”教育品牌的读者，我们提供的是一个完整学习方案。

「秋叶系列」包含的不仅是一套书，而是一个完整的学习方案。

在我们教学经历中，我们发现要真正学好Office，只看书不动手是不行的，但是普通人往往很难靠自律和自学就完成动手练习的循环。

所以购买图书的你，切记要打开电脑，打开软件，一边阅读一边练习。

如果平时很忙，你还可以关注微信公众号“秋叶PPT”，通过持续订阅阅读我们每天推送的各种免费的Office干货文章，在空闲时间就能强化习得的知识点在大脑里的记忆，帮助自己轻松复习，进而直接运用在工作中。

如果你觉得图书知识点较多，学习周期较长，想短期内尽快把Office提高到胜任职场的水平，我们推荐你去网易云课堂选择同名在线课程。和学校教育一样，教材搭配老师讲课，图书搭配同名在线课程，才是一套完整的教学体系。

依据读者的不同需求，我们的在线课程提供了更丰富、更细化、适合不同层次的选择。这就好比线下教育的基础班和提高班，不同基础、不同需求学员应该选择适合自己的课程，

这样才是一套更科学的解决方案。甚至，我们的在线教学方式，除了不限时、不限次数的课程学习外，还提供了强化训练营，有同学陪伴，有老师答疑辅导，帮助大家掌握这些职场必备技能。

你一定想问一个问题：我买了图书，还需要买在线课程吗？购买了图书就包含了在线课程吗？

图书和在线课程是两个不同产品，并不包含彼此。

这里就要简单说说图书和在线课程的区别。我们的图书是体系化的知识，就像一个结构严谨的学习宝典，而我们的在线课程更侧重实训化训练，就好比教材配套的习题集。

全方位好Office软件的使用，你需要严谨的、体系化的图书宝典。但仅仅学习知识点，没有足够的、各种变着花样的习题训练，知识并不能自动变成你的能力。事实上，后者的工作量更大，因为要组织大家交作业，要实时答疑、要批改作业，最关键的是，设计出大家愿意动手交作业的习题非常难。这恰恰是图书无法做到的。

所以购买「秋叶系列」图书很好，它能方便你系统学习知识点和快速复习；

配套购买「秋叶系列」在线课程更好，一方面动手强化，另一方面深入提高，这是互补的教学设计。

最后，关注微信公众号“秋叶PPT”定期分享的干货文章，三位一体，构成了一个完整的学习闭环。

所以我们说「秋叶系列」提供的是学习解决方案，而不仅是一本书，更有趣的是，这个解决方案，你可以结合你自己的情况自由组合选择哪种学习方式。

我们的努力目标是降低大家学习的选择成本——**学Office，就找秋叶团队。**

对于“秋叶”教育品牌的老读者老学员，我想说说图书背后的故事。

2012年我和佳少决心开始写《和秋叶一起学PPT》的时候，的确没有想到，5年后，一本书会变成一套书，从PPT延伸到Word，现在加上了Excel，而且每本书都在网易云课堂上有配套的在线课程。

可以说，这套书是被在线课程学员的学习需求逼出来的。当我们的Word在线课程销量破5000人之后，很多学员就希望在课程之外，有一本和课程配套的图书，方便翻阅。这就有了后来的《和秋叶一起学Word》。我们也没有想到，Word普及20年后，一本Word图书居然也能轻松销量超过2万册，超过很多计算机类专业图书。

2017年初，我们的Excel/Word在线课程单门学员都超过1万人，推出《和秋叶一起学Word/Excel/PPT》图书三件套也就成为顺理成章的事情，经过一年艰苦的筹划，我们终于出齐了三件套图书，而且《和秋叶一起学PPT》升级到第三版，《和秋叶一起学Word》升级到第二版，全面反映了Office软件最新版本的新功能、新用法。

现在回过头来看，我们可以说是一起创造了图书销售的一种新模式。要知道，在2013年，把《和秋叶一起学PPT》定价99元，在很多人看来是一种自杀定价，很难卖掉。而我们认为，好产品应该有好的定价。我们确信通过这本图书，你学到的东西是远超99元的。而实际上，这本书在最近三年销售早超过了10万册，创造了一个码洋超千万的图书单品，这在专业图书市场上是非常罕见的事情。在这里，要非常感谢读者，你的认可让我们确信自己做了对的事情，也让我们不断提高图书的品质有了更强的动力。

其实我们当时也有一点私心，我们希望图书提供一个心理支撑价位，好让我们推出的同名在线课程能有一个好的定价。我们甚至想过，如果在线课程卖得好，万一图书销量不好，这个稿费损失可以通过在线课程销售弥补回来——感觉出版社看到这段话要哭了。

但最后的结果是一个双赢的结果，图书的销量爆款带动了更多读者报名在线课程，在线课程的学员扩展又促进他们购买图书。这是产品好口碑的力量！更让人愉快的是，在知识产权保护大环境还有诸多遗憾的今天，图书的畅销帮助我们巩固了「秋叶系列」知识产品的品牌。所以，我们的每一门主打课程，都会考虑用“出版+教育”的模式滚动发展，我们甚至坚定认为这是未来职场教育的一个发展路径。

我们能走到这一步，都要深深感谢一直以来支持我们的读者、学员以及各行各业的朋友们，是你们的不断挑刺、鞭策、鼓励和陪伴让我们能持续进步。

最后要说明的是，这套书虽然命名是“和秋叶一起学”，但今天的秋叶，已经不是一个人，而是一个团队，是一个学习品牌的商标。我很幸运遇到这样一群优秀的小伙伴，主编这系列丛书是大家给予我的荣誉，但我们是一个团队，是大家一起默默努力，不断升级不断完善，让这套丛书以更好的面貌交付给读者。

希望爱学习的你，也爱上我们的图书和课程。

大家好，欢迎各位来到Word的世界！我是秋叶老师，你们的“新手村向导”。面对这个陌生的世界，相信你们一定有很多想要知道答案的问题吧！别急，你们想要问的这些问题，接下来我都会一一解答！



答疑 01

Q: Word 这么简单，还需要专门学吗？

A: Word、PPT、Excel 中，我一直认为 Word 最值得你花精力去学。

Word、PPT、Excel，哪一个最值得你花力气去学？

Word软件使用频率最高，所以最需要学习，学好了一定能节约你许多的办公时间。

对了，有个段子你听过没有——

“我很小的时候就明白了，系鞋带会浪费掉一生中三年的光阴，于是我不买有鞋带的鞋子。很多事情你得研究透彻，讲究效率。”嗯，这话不是我说的，是CNN创办人特德特纳说的。

所以我学习软件，往往花费大量时间研究最常用的软件用法，因为这可以给我节约大量的时间，而时间才是我最宝贵的财富！

成年人学习的悲剧就在于他一旦认为自己会了，就会停止学习——“我会了，不学了，够用了”，难道不是这样吗？

每当我看到很多人还习惯用敲空格给段落开头缩进两格，或者用“.”符号代替“·”录入人名时，或者做好一个标题格式再用格式刷一路“刷”下去，又或者我怀疑大部分人搞不清楚复制网页内容会出现软回车（↓）给排版带来困惑……

我很想告诉他——

如果你不知道Word的段落复制技巧，那么每次复制你都可能要比高手多浪费3秒！

如果你不知道用样式，那么每次你都要从零开始文件排版，而高手只需要1秒！

如果你不清楚通配符查找替换技巧，那么每次你都不得不一个个靠肉眼去确认！

我自己也惭愧，我一直以为自己精通Word，也掌握了不少小技巧，直到有一天我为了一份资料在学校打印店里坐了一会儿，发现打印店老板很多操作习惯和我不一样！

等我耐心看了一个小时，突然意识到自己发现了一个早已存在的事实——每个打印店的老板，都是身怀绝技的Word“扫地僧”！

如果我的文档排版效率能达到打印店老板们的一半，我将能节省出多少拥抱人生的幸福时光？

答疑 02

Q: 我什么都不会，这本书适合我看吗？



A: 本书总的来说，适合以下朋友学习。

1. 零基础的Word菜鸟。本书语言通俗易懂，充分考虑了初学者的基础知识水平，哪怕你以前从来没接触过Word，也不会影响你看懂本书中的内容。
2. 想要告别2003等老旧版本Office的用户。本书所有内容及案例截图均使用Word 2016、Office 365版本，保证大家学到全而新的功能。
3. 不想花大价钱报班请老师的学习者。和所有技能型知识一样，学习Word的核心不在于你听懂了多少，而是你会做了多少。本书专注于引导你如何去做，只要你肯跟着我们动手练习，完全可以通过自学达到工作中高效使用Word的水平。

答疑 03

Q: 和其他同类书籍比，这本书有什么特色呢？



A: 剖析常见误区，提供贯穿学校到职场的一揽子排版解决方案

我们会告诉你那些打印店老板不告诉你的秘密，据我所知，这些Word技巧很多大学老师也不会，所以也别指望他们教给你啦！

我希望这本书秉持秋叶系列图书课程的一贯风格，案例实战，诱导实操；容易上手，马上见效；由浅入深，内容系统。

本书从构思和写法上都体现出了与过去绝大多数Word书籍明显区别的特点：

绝大多数写Word功能的书	我们的书
按软件功能组织	按实际业务组织
截屏+操作步骤详解	图解+典型案例示范
书+花样模板	书+实战案例+高效插件
只能通过书籍单向学习	同名在线课程+微博+微信公众号

答疑 04

Q: 看完这本书，我能学到哪些知识和技巧呢？



A: 关注学习者能力的实际提升，正是本书组织模式搭建之源。

过去绝大部分讲Word操作的书籍都按照软件功能模块来组织，要么是按菜单功能逐一介绍讲解，要么是按字体格式、段落、图片、表格等设置方法来介绍，或只讲几个案例。我们觉得这些组织方式都不错，但看完之后，学习者的Word排版能力能提升多少呢？

所以，我们的组织模式是：

章节	这一章的思路	这一章的知识
1. 大众误区	先找痛点，逐一击破	Word排版入门必备基础技能
2. 排版流程	先定流程，再做排版	学会科学的Word排版流程
3. 排版之道	先有方法，再做设计	搞定Word里的字图表排版
4. 排版特技	先有诀窍，再做编辑	不为人知的实用排版知识
5. 学霸之路	先有规矩，再做论文	长文档排版技能综合练习
6. 职场之道	先有捷径，再做工作	职场中的高效办公大杀器



对于大多数人来说，Word 是一款很容易操作的软件，但在达到排版目的时采用了大量低效重复的操作。

所以，抓住大家的实际问题，针对性地进行讲解，着重体现高效和系统化，是本书组织安排内容的重要原则。

答疑 05

Q: 这本书有没有什么附送资源呢?



A: 当然有! 并且我们只提供筛选过的精华!

感谢以下Word达人原创Word相关资源分享

@Kian_阿建

@L喜欢吃甜食

@文剑武书生King

Word模板下载网站推荐（请百度关键词）

微软Office官方在线模板网站：[officeplus](#)

各行业求职简历模板网站：[乔布简历](#)

国内最专业的简历服务网站：[五百丁](#)

海量有营养的Office文档资源分享平台：[稻壳儿](#)

本书配套资源下载地址的获得方式

在微信【秋叶PPT】中回复关键词“Word图书配套”，即可获得最新免费下载地址。



答疑 06

Q: 能再详细说一下该如何获取相关资源吗?

A: 来来来，让秋叶老师手把手教你如何下载我们提供的配套资源!

Step1: 关注我们的公众号: 秋叶 PPT

首先打开微信，单击对话框列表界面右上角的“加号”，然后扫一扫下面的二维码加关注。



或者单击微信对话框列表界面顶部的“搜索框”，然后单击【公众号】，在搜索框中输入关键词“PPT100”，最后单击键盘右下角的【搜索】，加关注即可。

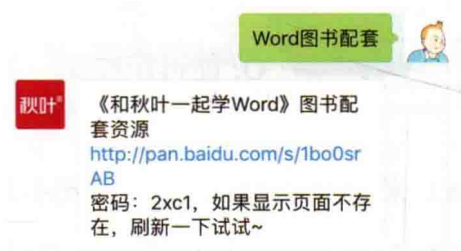


Step2: 在微信中发送关键词提问

比如你想要获取本书的分享资源，就可以发送关键词“Word图书配套”获得下载链接。

如你还有什么其他想要求助的问题，也可以在这里直接留言，或发送相关关键词进行提问。

另：右图仅为示意，具体链接及密码以即时回复的信息为准。



Step3: 单击下载链接，登录百度账号，将资源保存到你的百度网盘



保存之后你就可以在任何电脑中随时登录网盘来找到它！云同步，云分享！

Step4: 在电脑端登录百度云管家，下载已保存的资源





答疑 07

Q: 除了看书自学, 还有别的学习渠道吗?

A: 害怕一个人坚持不下去? 来网易云课堂参加我们的在线课程吧!

虽然本书通过各种方式尽可能地把新手学习Word的难度降到了最低, 但秋叶老师也知道, 对于大多数人来说, 学习毕竟不是一件轻松愉快的事, 特别是当身边没有同伴的时候。

不妨百度搜索“网易云课堂”, 进入云课堂后搜索“[和秋叶一起学Word](#)”, 参加让你的Word文档焕发生机的在线课程, 和10000+学员一起学习成长吧!



加入付费课程的理由

① 针对在线教育, 打造精品课程: 秋叶PPT核心团队针对在线教育模式研发出一整套Word课程体系, 绝不是简单复制过去的分享。

② 先教学三反一, 再到举一反三: 这套课程为你提供了大量习题练习及参考答案, 秋叶老师相信, 经过这样的强化练习, 你一定能将各种Word排版技巧运用自如。

③ 在线同伴学习, 微博/微信互动: 我们不仅分享干货, 还鼓励大家微博/微信分享互动! 我们不是一个人, 而且10000+小伙伴。来吧, 加入“和秋叶一起学Word”大家庭, 就现在!



答疑 08

Q: 除了 PPT, 我还能向秋叶老师学点什么?

A: 作为一名贴心的大叔, 秋叶老师可为你准备了一整套实用课程哦!

首页 > 全部课程 > 办公效率 > 办公软件 > Word > 课程详情



单击

《和秋叶一起学Word》课程标题下方讲师处的“秋叶”二字, 即可跳转查看所有网易云课堂上“秋叶PPT”团队开发的课程。包括且不限于:



专注于Office 办公软件实战能力的 Office 三件套课程



专注于手绘、笔记、职场综合技能的 职场竞争力提升课程

我们不但不间断地进行新课程开发, 对已推出课程的升级和更新也从未停止过。

以《和秋叶一起学Word》课程为例, 本课程先后进行了数次改版, 全面优化了视觉效果和学习体验。一次购买, 终身免费升级, 没有后顾之忧, 这就是我们给所有学员的承诺!

目 录

CHAPTER

1

大众误区

为什么我用起来会费劲？

1.1 Word 那么强，你却把它当记事本用？	2
1.2 该死的，我又没有保存 Word！	6
1.3 我保存错了怎么恢复到之前的版本？	7
1.4 让你战斗力瞬间飙涨 10000+ 的快捷键！	8
1.5 屏幕上你看到的，不一定都会被打印！	12
1.6 被滥用的空格键！	14
1.7 回车还有软硬之分？	16
1.8 回车并不是用来调节段落间距的！	18
1.9 靠空格来控制文字位置？看标尺！	20
1.10 文字怎么总是对不齐？试试制表位吧！	23
1.11 你听说过段落样式吗？	28
1.12 拉仇恨的 Word 自动编号！	30
1.13 Word 页面忽大忽小，怎么恢复原状？	32
1.14 留心观察 Word 界面，你会发现更多！	33
1.15 老板永远打不开的 Word！	35
1.16 PDF 可以完整地转换为 Word 吗？	36
1.17 Word 遇到问题还得找 Word！	38

排版流程

这样做才专业!

2.1 排版流程：了解科学排版的过程	40
2.2 样式：Word 排版工程的灵魂	44
2.3 主题：Office 永远提供捷径	55
2.4 题注：图表自动编号全靠它	61
2.5 模板：搞定模板终生受益	66
2.6 输出：Word 排版定妆术	72

排版之道

怎么排版会好看?

3.1 好看的版面有规律	80
3.2 无声胜有声：留白的魔力	84
3.3 该挤的要挤一挤：好身材靠聚拢	90
3.4 美人都有齐刘海：对齐很重要	93
3.5 山青花欲燃：对比的力量	102
3.6 山重水又复：重复才有氛围	110
3.7 回顾：好看的版面有哪些原则	115
3.8 锦上添花：图片排版术	121
3.9 图表：不止有图和表而已	140
3.10 图文关系的 N 种可能：图文混排	145