

博雅广华

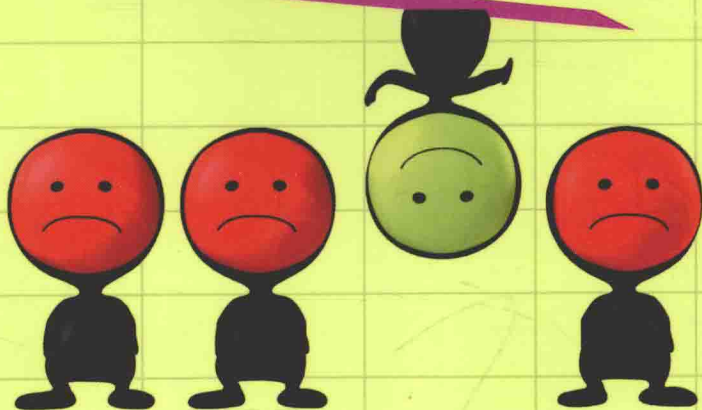


WiFi版

你早该这么



玩 Excel



伍昊 著

以一敌百的Excel心法  
教你职场“偷懒”的秘诀

读完此书 并发症多 务必慎重购买

觉得工具书没啥用，看了几页就扔到一边

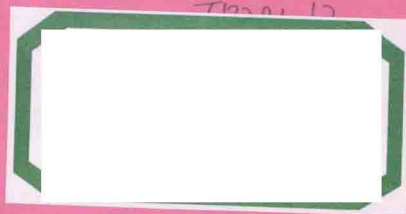
看见E表后两眼放光，数据越多，症状越重

越来越享受同事的夸奖，甚至有上瘾的危险

效率高而闲得慌，被Boss逼着去做更重要的工作



北京联合出版公司  
Beijing United Publishing Co., Ltd.



你早该这么 **WiFi** 版  
**玩 Excel**  
伍昊 著

图书在版编目 ( CIP ) 数据

你早该这么玩Excel: Wi-Fi版 / 伍昊著. —北京: 北京联合出版公司, 2014.9

ISBN 978-7-5502-3484-0

I. ①你… II. ①伍… III. ①表处理软件—基本知识 IV. ①TP391.13

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第 197803 号

你早该这么玩Excel: Wi-Fi版

作 者: 伍 昊

选题策划: 北京博雅广华文化传媒有限公司

责任编辑: 王 巍 史 媛

特约编辑: 梅秋慧

封面设计: 门乃婷工作室

版式设计: 郝薇薇

插画设计: 夏 辉

---

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088)

北京海纳百川旭彩印务有限公司印刷 新华书店经销

字数274千字 889毫米×1194毫米 1/24 11.25印张

2014年10月第1版 2015年10月第2次印刷

ISBN 978-7-5502-3484-0

定价: 45.00 元

---

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容

版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。电话: 010-82894445



## 再版序

从2011年《你早该这么玩Excel》出版开始，我的生活中就多了一件重要的事情，那就是，读着大家来信或微博留言中洋溢着希望的文字，为大家逃出“火海”感到由衷的高兴。Excel是一个躲不掉的职场技能，但同时它又深不见底、枯燥乏味。说真的，Excel不好学，因为不知道从哪里开始，又到哪里才是尽头。不过很幸运，抛开表格样式的束缚以及对函数的严重依赖，“懒人”们有“天下第一表”和“三表概念”撑腰，可以用“以不变应万变”的态度，迎战纷繁复杂的表格任务。最终，大家发现，Excel的问题不全是技巧的问题，而是“源头”的问题。也发现，当“源头”不再出问题的时候，Excel竟然如此好玩。

于是，3年来，和我沟通的读者几乎很少问到某个技巧的操作步骤，而更专注于重新审视自己那张“源数据表”，并开始重视Excel作为管理工具的意义。我很开心能和不同的人探讨做表的

思路、工作的流程以及管理的目标。同时，我还有幸见证了很多人的改变，甚至有可爱的读者定期为我更新“剧情”。以下这两位的故事就让我印象深刻。

他在一家石油公司的工程部工作，一年中有不少时间在外地施工，无法与家人相聚。他告诉我，他已经有点厌倦这种奔波的工作，觉得这些年挺亏欠家里的。当他看到Excel的神奇，并觉得似乎自己也可以把握时，他毅然决定转为内勤，这样就有充足的时间陪在老婆和小孩身边。现在的他，正努力学着会计知识，立志做一名优秀的会计。

她在一家外企，原本默默无闻，后来却因为Excel小有名气。一天，她兴奋地告诉我，另一个更好的部门向她投来橄榄枝。可之后，由于自己部门不放人，她感到好难受。过了很长一段时间，她写了长长的邮件给我。原来，就在她心灰意冷的时候，一位已经离职的同事推荐她去了一家更好的公司，并且，她升职当上了数据分析部门的小组长。

他们都觉得是这本书为他们带来了改变。刚开始，我也这么认为，但后来，我想明白了，真正改变他们的，是他们自己。假如没有自己的努力，不愿意思考，不动手做，再好的东西也没有价值。

时隔3年，《你早该这么玩Excel》(Wi-Fi版)以新的面貌呈现在你面前。还是那套理论，还是简单、宁静，只不过，它变得更加立体了。

之前，你读完《你早该这么玩Excel》对Excel上瘾了，却不知道接下来如何深度学习；现在，你扫描“视频图标”标识的二维码，就可以加入我花了一年时间呕心沥血制作的长达50小时的网络课程。



之前，你苦于没有练习资料，无法同步操作；现在，你扫描“下载图标”标识的二维码，出版单位精心设计的APP就会把表格发送到你指定的邮箱。



之前，同一个问题已经被很多人问过，你却不知道，只能发邮件向我求救；现在，你扫描“链接图标”标识的二维码，就能看到我对这些关键问题的解答，或是推荐给你相关的延伸阅读。

除此以外，书中一些重点的技巧也做了相应的补充和完善。这一切，都是为了让你更好地了解Excel，当然，也更多地了解我和我喜爱的出版单位。

很酷吗？

不，这才仅仅是一个开始。等你通过APP加入这本书的读者群，你就进入了我的私塾。说不定，哪天我们就有机会在咖啡厅聊聊，或者，3个人的小班私塾为你预留。

我总喜欢做点不一样的事。你的不一样呢？从这本书开始吧，这将是一个全新的Excel世界。

玩得开心～





## 推荐序



### 我真的不懂Excel

与伍昊这家伙结缘，是因为我的上一本书——《别告诉我你懂PPT》，他是给我写信的众多读者之一。唯一的区别在于，他在成都搞Excel培训，而又恰逢我千年不遇地去天府之国出差，于是打着“缘分”的旗号，我决定宰他一顿饭吃。

就这样，我们在成都一家坐落在胡同里的老火锅店见面了。临街弄了张桌子，用餐巾纸擦擦布满油渍的桌面，就兴高采烈地点起菜来。伍昊说，这是带好朋友才来的地方。这点我同意。大家都是爽快的性情中人，虽是第一次见面，但很快就成为无话不谈的朋友。

伍昊说他之所以辞职出来做Excel培训，是因为一次改变命运的经历。一天，他看见另一位经理手下的一名小朋友在公司加班到很晚，于是他走过去，却发现小朋友在偷菜。他劝说小朋友不要在公司里玩这个，让别人看见不好。

没想到这个小朋友一脸委屈地说：“这点破数据，我都忙了两天了，再不让我偷会儿菜，我就要崩溃了。”伍昊凑过去问了一下是什么活儿，才发现原来这个让小朋友忙了两天的工作，用Excel两分钟就能搞定。为了把更多的人从“水深火热”中“拯救”出来，他暗下决心，要用自己的Excel特长来“行侠仗义”，帮助更多的人。

关于Excel，伍昊还说了一句很牛的话，他说Excel能不能用好，关系到公司的生死存亡。我总觉得这话比我那句“PPT能改变人的命运”还邪乎，但他说了几个实际的例子后，最终把我折服了。



比如，他说一个工厂有几千种原料要采购，把数据都放在一个Excel表格中，后来更新了一版，要怎么样才能快速地知道哪些数据改变了，哪些没有？对于一张数据很多的表格，怎么样才能准确地选中所有数据，而没有空格？一张工资单，怎么能快速地变成可打印的工资条？怎么能让Excel中的表格和图保留格式地插入到其他Office软件中？

一连串的问题，让我瞪大了眼睛。嘴里虽还在嚼着烫嘴的火锅，却已全然不觉得它辣了。我突然意识到，平时我竟然只用了Excel功能的1/1000000！吃完火锅，伍昊去家里取了电脑，把Excel种种神奇的功能一个一个地演示给我看。我觉得真的就像变魔术一样。

我问他：“你们培训完了，别人记得住吗？”他说：“如果一个东西，你以前要花一个月去做，而今天知道一个方法后能快速做了，你会记不住吗？”我恍然大悟，于是在他买的我的书上欣然签下：“我真的不懂Excel，向5号学习！”





回北京后，我找到韩哥，向他强烈推荐让伍昊写本关于Excel的书。后来我们仨头一次在北京“接头”，不但“臭味相投”，还破天荒地中了一张100块钱的发票。哈哈，这都是Excel给我们带来的好运。

一晃半年过去了，我终于看到这本书的“庐山真面目”。我欣喜地发现，伍昊在书中提倡的“懒”字，恰好和我的新书——《不懂项目管理，还敢拼职场》中提到的“懒蚂蚁”现象不谋而合。

“懒蚂蚁”现象，是指一些人平时看上去好像无所事事，但他们花很多时间去思考和提炼，所以往往平时不显山不露水，可一旦到了关键时刻，就能挑起大梁。Excel恰恰就是帮人“偷懒”的一个工具。当你只有20个数据时，会不会Excel并不重要；而当你处理2000个甚至上百万个数据时，Excel就成了最好的“武器”。因此，“懒”在这里不是态度，而是时间，是效率。

这是一本我期待了很久的书，期待通过它，我能够实现那些曾经被我视作神话的效果。作为一本PPT书的作者，不会Excel，不会Photoshop，总是个遗憾。不能拿无知当个性，我相信我会是这本书最用功的一个学生，我要和“表”哥、“表”姐们一起做职场的“懒蚂蚁”。

祝大家在职场越拼越快乐！

李治



## 前言



7年前第一次接触Excel的时候，面对满屏整齐划一的单元格，打开琳琅满目的功能菜单，除了一阵茫然，我不知道这个工具还能带给我什么。

7年后，我享受着冬日的阳光，盘坐在草地上写这本书，希望帮助更多职场人士摆脱Excel的苦，感受Excel的乐，让我们玩Excel，而不是被Excel玩。

现代社会有一群人被称为“表”哥、“表”姐，他们似乎永远都有做不完的表格、统计不完的数据，每天忙忙碌碌却往往事倍功半。他们之中不乏技法大牛、函数超人、鼠标快手，却依然纠结于各类报表制作。

事实上，被表格困扰的并非只有“表”哥、“表”姐，80%有电脑的职场人士，或多或少，都曾经或者正在与Excel较劲。然而，最苦的当数我们亲爱的老板们，为一份分析报告等待数日，错失良机。更有

甚者，用错误的数据做错误的经营决策，一转眼，几十万上百万烟消云散。

可是，Excel要怎么学？又该学些什么？学习Excel并不轻松，一本动辄三五百页能砸死人的字典般奇厚无比的技能书让我们望而却步，眼花缭乱的组合公式、高深莫测的VBA编程把我们拒之门外。

每每鼓起勇气想把“字典”研究一番，在草草翻阅数页后无奈作罢，最终将其束之高阁再不过问。究其原因，并非书籍作者不用心，实在是我们太忙，没有时间和精力如此学习。“快餐”时代要的是简单实用、清晰易懂。

7年，我从一个“小白”变成“表”哥，并成长为“我是表格的哥”。在Excel高手界，我仅仅排行10<sup>n</sup>，却能轻松驾驭各行各业的N种报表。我用表格做部门管理，用表格标准化作业流程，也用表格控制生产经营过程，预知风险。我设计过许多经典模板，直到今天，它们仍服役于我曾经服务过的公司和客户。我可以一分钟完成别人要花费一周的工作，也可以一分钟“变”出N张报表。



这些，你也能做到，但前提是你要有了一颗“懒惰”的心。只有“懒”，才不愿意做重复的事情；只有“懒”，才想方设法不加班；只有“懒”，才努力把对的事情一次做对。对“懒人”来说，用最简单的方法解决最复杂的问题才是王道，享受四两拨千斤的乐趣，让别人嫉妒去吧。“懒人”们，只做一张表是我们美好的憧憬，不用再做表是我们伟大的心愿，能实现吗？能！

本书分享的不是Excel技法，而是心法。何谓心法？心法在内，

技法在外，学武功招式之前须练好内功，以打通经络，调整气息，否则招式学得再好也难免会“走火入魔”。于Excel，心法即思维方法、设计理念，表格设计错了，堆砌再多技法也难以弥补。

过去，我们关注技法太多，忽略了心法，各大Excel交流论坛问得最多的问题是：“我遇到了一个难题，用什么技巧能解决？”却很少有人问：“我遇到了一个难题，是不是我的表格设计或者数据记录方式出了错？”要知道，做对表格胜过玩弄100个技巧。况且，天下有且只有一张表，只要做对这一张表足矣。

**书中只告诉你两件事，学会它们，就能成为幸福的“懒人”：**

**“懒人”秘技No.1：设计一张正确的表，天下第一表！**

**“懒人”秘技No.2：一分钟“变”出N张表，向“做”表的日子说拜拜！**



在正式开始之前，我为大家准备了一个小小的热身运动——《Excel潜规则》。

**随我来！**



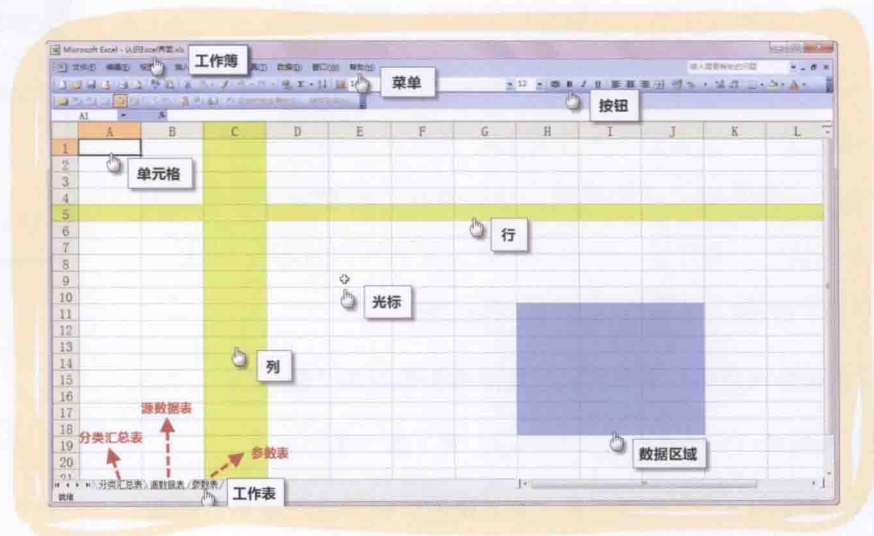
扫一扫

你将看到伍昊精心为你录制的“懒人”视频——《Excel潜规则》。





## 这些名词要牢记!



- **工作簿** 通常所说的Excel文件，一个工作簿可包含多个工作表。
- **工作表** Sheet1、Sheet2、Sheet3等显示在工作簿窗口中的表格。
- **菜单** 装有功能命令的清单。
- **按钮** 图形化的功能命令。
- **单元格** 用于存放数据的“抽屉”，单元格坐标表示为A1、B2、C3……
- **数据区域** 多个单元格组成的区域。
- **行** 同“纬度”的单元格组成行，行坐标表示为1、2、3、4、5……
- **列** 同“经度”的单元格组成列，列坐标表示为A、B、C、D、E……
- **光标** 由鼠标控制的，指哪儿打哪儿的图标。
- **参数表** 存放参数的工作表。
- **源数据表** 存放原始数据的工作表，也是唯一需要手工填写数据的工作表。
- **分类汇总表** 存放统计数据的工作表，统计数据由Excel自动生成。



# 目录



再版序	/ I
推荐序	/ IV
前言	/ VII

## 第1章 换个角度玩Excel

第1节 两招让你脱胎换骨	/ 003
搞定源数据，不背菜单也能玩	/ 003
聚焦汇总表，不用做来只用“变”	/ 005
第2节 天下只有一张表	/ 007
一个模板打天下	/ 008
我的文件比你少	/ 010
格式标准都会填	/ 011
第3节 人人都能成高手	/ 013



## 第2章 “十宗罪”进行时

### 第1节 表格中的“父子关系” / 017

### 第2节 错误的“正确”做法毁了你的表格 / 018

换个地方写标题 / 019

顺着流程排字段 / 020

拆了隔断，连成一片 / 024

合计请等下回分解 / 027

化繁为简，去掉多余表头 / 031

千万别合并，单元格有一说一 / 035

缺啥别缺源数据 / 043

分手容易牵手难 / 047

别把Excel当Word / 050

分类汇总不是手工活儿 / 054



## 第3章 Excel超越你的想象

### 第1节 三表概念——难道Excel也是系统 / 063

Excel和系统哪里不一样 / 063

如此解读默认三张表 / 064

### 第2节 左手企业系统，右手Excel / 078

### 第3节 Excel决定企业存亡 / 080



## 第 4 章 玩转透视表，工作的滋味甜过初恋

### 第 1 节 数据透视表初体验 / 088

数据透视表在哪里 / 088

数据透视表能做什么 / 089

数据透视表怎么做 / 091

### 第 2 节 早知如此，何必当初 / 102

“拖”出合计行 / 102

“变”出汇总表 / 103

拆分源数据的“偏方” / 104

### 第 3 节 汇总报表，拖拽有“理” / 107

“躺着”不如“站着” / 108

按“天”汇总要不得 / 109

不超过两个列字段 / 110

汇总跟着文字走 / 112

字段主次要分明 / 115

### 第 4 节 巧妙组合日期 / 118

日期字段怎么放 / 119

日期很特殊 / 121

正确的日期才特殊 / 125

### 第 5 节 追根溯“源” / 128

### 第 6 节 关联数据齐步走 / 131

“！” / 131



- 预约源数据 / 133
- 新建明细数据≠源数据 / 135
- 找得到的工具栏 / 136
- 关键时刻要备份 / 136



## 第 7 节 你还应该知道这几招 / 137

- 去掉数据的“分身” / 137
- 汇总数排排站 / 140
- 复制透视表 / 142

## 第 8 节 找到初恋的感觉了吗 / 145

# 第 5 章 揭秘天下第一表的神奇“配方”

## 第 1 节 学Excel不是走单行线 / 149

## 第 2 节 五味良药“配”出天下第一表 / 150

- 第一味“顾全局”：背景确认 / 152
- 第二味“知目的”：明确需求 / 158
- 第三味“勾轮廓”：字段设定 / 159
- 第四味“定结构”：流程解析 / 163
- 第五味“细打磨”：表格装修 / 167

