

國家圖書館出版品預行編目資料

〔超〕工作術／黑川康正著；林鬱主編.-- 初版.

-- 臺北市：新潮社，2001〔民90〕

面：公分

ISBN 957-452-107-9（平裝）

1. 職場成功法

494.35

90016575

〔超〕工作術

NT\$180

黑川康正／著

2001年9月／初版

〈出版者〉

新潮社文化事業有限公司

編輯部／台北市〈文山區〉萬安街21巷11號3F

電話(02) 2230-0545 * 傳真(02) 2230-6118 * 郵撥11803960

總管理處／台北縣深坑鄉北深路三段141巷24號4F（東南學院正對面）

電話(02) 2664-2511 * 傳真(02) 2662-4655 / 2664-8448

網址／<http://www.linyu.com.tw>

E-mail／linyu@linyu.com.tw

〈代理商〉

貿元有限公司

地址／台北縣永和市永興街133巷21號1F

電話／(02) 2231-8612～4 * 傳真(02) 2921-6308

法律顧問：蕭雄淋律師 Printed in TAIWAN ISBN 957-452-107-9

超

黒川康正

工作術



新潮社

第十三届全国书市样书

黑川康正〔著〕
林鬱〔主編〕

〔超〕 工 作 術

前言

談到工作，一般人都會產生不太愉快的印象。但是，我覺得，既然人只要生下來就必須工作，那「不愉快」就是一種損失。

人只要活著，除了極少數人之外，我們實在無法想像，沒有工作的人生會變成什麼樣子！此外，如果將「工作」的意義再予擴大，「對學生而言，學習也是工作」的話，那幾乎我們的人生一半醒著的時間都放在工作上了。如此看來，若不充分掌握時間，豐富人生，或借助於速度，產生對自己具有意義的時間，那真是莫大的損失。

目前，我一方面經營法律會計事務所，一方面在兩、三家公司當顧問；我體驗了各式各樣的行業，在學期間就已通過兩次會計師資格考試，畢業後進入世界八大會計事務所（Big Eight）之一。這段期間，大概每星期都要到不同的公司查帳、對帳。包括具代表性的股票上市公司，甚而小至不到十名職員的小公司，從國內（日本）到國外企業；每年平均查察幾十家各種性質的公司。在這家事務所工作三年餘後，我便自己成立事務

所，因此更有機會了解各家公司的情形。我還在專校擔任講師。司法考試及格後，更涉及到法院、律師事務所的各種業務。

經歷了那麼多的職業，對各種公司的靈巧與否、發展前景、人事的陞遷有了初步的了解。這其中，最特殊的是，善於分配時間的人，做事的方法就是不一樣。

此外，大學剛畢業，進入八大事務所時，對那種只想單純「一天過一天」，度過一生的想法感到很厭惡。除了會計師的工作之外，我還有其他更想做的事。因此，就必須更有效率地工作，做好各種準備，以便實踐我想做的事。百忙之中，我還會安排屬於自己的時間，讀喜歡的書和學外語、法律。同時還要找時間和家人一塊兒到海外旅行、玩自己喜歡的象棋。

現在我將這些體驗轉為論述，以表達我所認識的「工作術」（亦即上班術）。這個「工作術」若能對各位讀者有點小小幫助，就是筆者最大的希望了。

筆者還有一個小小的希望：當你閱讀到本書的某一個地方，對它特別感興趣，或者有感而發，想到新點子時，請立刻採取行動：「就這樣做做看吧！」這句話將讓你一輩子受用不盡——點子要實行，才有價值。

我個人就是積極實行自己所想到的點子。只有做過，才知道點子的好壞，發覺應予修正的地方，使之成為更好的點子。

這本書九成以上的作業都是當了律師以後，在工作的地方，或者搭機、搭車到法院時，利用空檔完成的。與其說我是「執筆」，倒不如說我是「執口」。這也是我主張利用口述錄音的原因。靠著這種方法，便能在達到目的之際，不必經肩酸、手麻之苦，完成執筆的工作……並能欣賞沿途的風景……

轉換另一種工作氣氛，使人一新耳目。為了能得到新的活力，無論身處何時何地，都不妨立刻改變作業方式。應該活用迷你錄音機、文書處理機等文明工具的優點。執筆本書期間，直接間接得到祕書及其他人的協助。謹在此表達最深的謝意。

目錄

前言／5

1

工作遊戲化

13

- 超越自己 [1] 給自己「成功後的獎勵」／14
- 超越自己 [2] 計算「時間成本」／20
- 超越自己 [3] 活用時間的「零數效果」／28
- 超越自己 [4] 根據預定表，做好行動記錄表／35
- 超越自己 [5] 用眼睛達成工作目標／39
- 超越自己 [6] 視覺化思考／44
- 超越自己 [7] 利用「緊張效果」，提高集中力／47
- 超越自己 [8] 使工作快樂化的「附加動機法」／52

2

工作定型化

61

- 超越自己 [9] 以定型化、統一化減少無謂的工作／62
- 超越自己 [10] 有效地決定工作的優先順序／68
- 超越自己 [11] 讓自己產生工作的節奏／74
- 超越自己 [12] 改變工作的進行方式／79
- 超越自己 [13] 分別使用「三項目標」／84
- 超越自己 [14] 配合自己心理的「準備作業」／89
- 超越自己 [15] 以「細分化」輕鬆處理龐大的工作／94

3

謀求工作的並行處理化

101

- 超越自己 [16] 以「並行處理」增加一倍時間／102
- 超越自己 [17] 讀得更快、更精的「並行讀書術」／107
- 超越自己 [18] 交通工具書齋化／112
- 超越自己 [19] 利用「時差」，創造活的時間／116

4

以擱置方式進行工作

121

- 超越自己 [20] 藉由「擱置」，有效地利用頭腦／122
- 超越自己 [21] 工作的分配要以長期性眼光思考／127
- 超越自己 [22] 提昇效率的關鍵——「三分鐘改變氣氛法」／132
- 超越自己 [23] 找出該「捨去」的東西／137

5

活用人和工具

143

- 超越自己 [24] 不吝於「文明的利器」／144
- 超越自己 [25] 縮短「檢索時間」／147
- 超越自己 [26] 使檔案方式更具效率／154
- 超越自己 [27] 用心「整理」，而非「整頓」／159
- 超越自己 [28] 革除喋喋不休的「會議術」／162
- 超越自己 [29] 效率倍增之「電話術」／166
- 超越自己 [30] 借助他人的力量／171

-
- 超越自己 31 調整工作環境／175
 - 超越自己 32 活用他人的時間／180



工作遊戲化

給自己「成功後的獎勵」

□與其用「鞭子」，不如用「糖果」驅策自己

坦白說，光是提到工作和學習，那絕不是快樂的事。可是，不快樂歸不快樂，還是不能不工作或不唸書。因此，我的「工作術」第一個原則就是——「反正是必須做的，不快樂就是一種損失。」在這種心理上下點功夫。

換言之，就是把工作當成遊戲處理。這是邁向工作效率化的第一捷徑。

因此，我首先要提出的是「糖果」，即「成功後的獎勵」之效用。有人說，必須把「鞭子」和「糖果」分開使用，以激勵情緒。我的想法略有不同。事實上，「鞭子」或許是馬上提升工作情緒的要素，但到頭來總是只有短暫的效果。以長遠的眼光看，絕對沒有正面效果，反而會使人失去對工作的興趣。相對地，在快樂的氣氛下競爭，是比較能夠提高效率與享受人生的。

美國提倡行動科學式管理理論的克雷格說過：「人是否能夠獻身於目標的達成，全憑達成目標後所得到的報酬率決定。」我從高中時代開始，就與自己約定達成目標後的獎勵。這樣一來，原本引以為苦的功課或工作都轉變成快樂的泉源了。

參加東大聯考時，我心中有個心儀的對象。她是我的遠親，為了接近她，必須住在東京。只要通過東大的考試，我就能待在東京，每天和她見面。於是，這就變成我努力的指標。上了大學後，我成了她妹妹的家庭老師，每星期到她家裡兩次。

後來又以類似的方法驅策自己唸書。大學畢業後，一面工作，一面準備司法考試。就在那時認識了和我海誓山盟的女子（現在的妻子）。我經常打電話到她家，那些電話正是我的工作獎勵。當時我為自己訂了一個進度表：比進度稍晚一點，就不能打電話；按進度唸完，才能打電話給她。而且，進度越是超前，與她聊天的時間也越長。

當然，對現在的我而言，打電話或是與喜歡的人見面等，均已不再是必要的獎勵。不過，這種「成功後的獎勵」活用範圍很廣。比如到國外旅行就是方法之一。像是「只要能充分掌握這個課題，就到歐洲旅行。」或者「只要解決言個問題，就到關島度假。」等等。此外，視情形而定，不妨把錢花在表面上看來一點也沒用的事情上。

把什麼東西都當成功後的獎勵，相信每個人的想法都不一樣。最重要的是，那必須是具體、有可能實現的才行。有些人設定了獎勵，但在工作完成之前就先拿。這種情形通常發生在目標太大，根本不可能實現的情況下。不容易達成的目標，就像沒有升級的陞官圖遊戲，再準備什麼樣的獎勵，遊戲本身的趣味也會很快消失。為避免此種失誤，應該儘可能將報酬和目標細分化，訂在一點一點的快樂之上。將目標細分化，實現就比較容易了，也能很快地得到報酬。在得到一部分滿足後，才有向下個目標挑戰的欲望。

□給自己的「獎勵」，一次不用準備太多，應該分成小部分

只要有獎勵，在達到目標之前，過程一定很快樂。譬如，遠足的那天早上，孩子走到學校的一路上，一定無法克制地喜形於色。可是，平常日子，要不是覺得乏味，就是厭煩，絕不可能出現如此輕快的步伐。走起來很快樂，是因為知道要遠足。目標本身是快樂的，準備的過程也一定是很快樂的。打高爾夫球的前一天晚上，興奮地擦拭著球具裝備；或者興沖沖地準備登山用具……道理都相同。

如果沒有遠足這個目標，單純為上學而走路，就談不上什麼快樂，簡直是痛苦。只