

<<让工作更轻松>>

图书基本信息

书名：<<让工作更轻松>>

13位ISBN编号：9787800877346

10位ISBN编号：7800877345

出版时间：2004-5

出版时间：中国发展出版社

作者：詹姆斯

页数：298

字数：180000

译者：郝轶

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：<http://www.tushu007.com>

## <<让工作更轻松>>

### 内容概要

工作与生活上的平衡，使你可以更清楚地思考人生的目标是什么，使你有足够的热情不遗余力地达到它。

你将从本书中学到如何更轻松地达到目标，而无需过度工作或给自己施加太多的压力。

你的内在修养也会得到升华，变得丰富而受益不尽，内心的变化可以使人很容易地丢开社会上对工作的世俗观点。

也许你一直在想办法缩短工作时间，这样可以抽出点时间与家人同乐，或者只是绕房散散步，这是本书要告诉你的；

也许你热爱目前的工作，可是长时间的疲惫让你有些事倍功半，本书会向你讲述怎样才能事半功倍。

也许你已然发现导致过度工作的原因之一是你无法对过量的工作说“不”，本书会告诉你怎样给工作划定范围，怎样更高效地与他人合作。

也许你对工作的看法很不现代，总是保守地认为养家糊口就一定要工作得没日没夜，本书将告诉你，只有努力去改变从前对工作的过时想法，机会才能降临，生活才会焕发新的生机。

在这本书里，作者将和你一起进入一个变得简单轻松的生活和工作空间，尽我们所能改善工作与生活的比例，使这两者不再失去平衡。

让我们走到一起来吧，尽自己所能改变原有的工作方式，更好地享受自学成才。

## <<让工作更轻松>>

### 作者简介

爱莲娜·詹姆斯，曾为一名房地产经纪人。  
在一次偶然的事件中，意识到我们现代人的许多烦劳都源自于把生活弄得太复杂。  
于是，她便与丈夫一起开始简化生活的计划，并收到了明显的成效。  
在朋友们的敦促下，她便将这些方案整理成《让生命之舟变轻》一书。  
此书一问世，就在美

<<让工作更轻松>>

书籍目录

引言 致谢 第一篇 合理缩短工作时间 1. 工作时间的变革 2. 试试一周工作40个小时 3. 试试一周工作30个小时 4. 适可而止 5. 别把公事带回家 6. 过个轻松好周末 7. 节省路上时间 8. 美好假期 9. 重视公休假 10. 花点时间多思考 11. 下决心, 勿犹豫 第二篇 巧用时间 12. 为第二天的工作开好头 13. 用心制定工作计划 14. 巧定休假计划 15. 在时间上留有余地 16. 有效利用现代化的通讯技术 17. 有选择地告诉他人你的邮箱地址 18. 删去垃圾邮件 19. 摆脱“洪水”文件的困扰 20. 迅速掌握信息 21. 有条不紊地组织工作 22. 一劳永逸 23. 自己动手修理电脑 24. 善用互联网 25. 快速作出正确决断 26. 选择一扇门 第三篇 让工作硕果累累 27. 消除干扰 28. 一心一意工作 29. 使用定时器 30. 重视午休 ..... 第四篇 营造有利的工作环境 第五篇 学会理财 第六篇 改变你的工作方式 第七篇 改变你对工作的看法

#### 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:<http://www.tushu007.com>