

# 高效思考法



[高效思考法\\_下载链接1](#)

著者:[日] 本田直之

出版者:中国华侨出版社

出版时间:

装帧:

isbn:9787511354846

“一分努力、十分收获”才是现代成功的关键。本田直之将20年来身体力行的杠杆思考术呈现在大家面前，透过对劳力、时间、知识与人际关系四大资产的思考与实践，让商务人士获得鸟瞰、俯视个人生活的简单方法，不论是身处何种产业、从事何种工作，都能够发现原来在投入努力的同时，如果能够时时意识到杠杆效益的重要性，就能够真正掌握成功的关键，找寻到能够扩大成效的魔术支点。

作者介绍:

本田直之，明治大学商学院产业经营系毕业，美国雷鸟（Thunderbird）国际管理研究所经营学硕士（MBA），日本品酒协会认定葡萄酒顾问、世界遗产学会会员、一级小型船舶操纵士。

曾任职于花旗银行等公司，参与企划巴克集团（BUCKS GROUP）的运营，协助该公司在日本的店头市场（JASDAQ）挂牌上市。

现任杠杆效益顾问有限公司董事长兼执行长，参与日美的创投企业投资管理，同时提供以少出力而获得丰硕成果的杠杆经营的建议。兼任日本财务学会董事、法人顾问会计董事、美国环球视野科技公司董事。

目录: 第1章 经常意识到杠杆效益	
训练不足的商业人士	／003
为什么你一无所获呢?	／006
所谓“高效思考术”的思考模式	／008
构筑四种个人资产	／010
经常意识到“DMWL”	／014
个人资产和个人斗志兼备	／018
确定目标，发现“不必做的事情”	／020
积极主动	／023
了解自己现在的位置	／025
“DMWL”的中心思想	／028
第2章 劳力的杠杆效益	
什么是劳力的杠杆效益?	／032
建构化的优点	／035
手册和规格形式的重要性	／037
检查表是“倒推”的重要工具	／039
无意识化、习惯化是成功的关键	／041
培养大习惯，先从小习惯开始	／043
习惯检查表和数据管理	／046
认清楚“KSF”	／050
80／20法则和“KSF”	／052
用俯瞰“倒推”的思考模式来发现“KSF”	／053
利用“一年收成两次”来提高效率	／055
自我暗示和言语的杠杆效益	／058
运动的杠杆效益	／060
第3章 时间的杠杆效益	
什么是时间的杠杆效益?	／064
靠着投资就能增加时间	／068
建立俯瞰倒推式的杠杆日程安排表	／071
用俯瞰“倒推”的思考模式来决定任务	／075
时间的例行化	／078
以自我投资为主的时间分配表	／081
先扣掉自我投资的时间	／085

在工作上设定时间限制／087  
削减“时间的固定费”／089  
睡眠的科学／091  
科技的杠杆效益／094  
第4章 知识的杠杆效益  
什么是知识的杠杆效益？／098  
从1产生100／102  
成功者是把杠杆效益运用在前例上／104  
因为有时间限制，所以不得不学／106  
先学习与自己相似的类型／108  
作为自我投资法的高效阅读术／111  
把书的内容付诸实践才是杠杆效益的运用／114  
和其他大众媒体的接触法／116  
和学校、研讨会、函授教育的接触法／118  
在外部的技能诀窍上运用杠杆效益／119  
推荐使用杠杆会议术／121  
让公司恢复繁荣的杠杆会议术／124  
用杠杆效益笔记来做投资／128  
第5章 人际关系的杠杆效益  
什么是人际关系的杠杆效益？／132  
奉献是基本／135  
在奉献的基础上建立人际关系／137  
利用举办交流会来建立强大的网络／140  
建立个人品牌形象／143  
在斗志高的团体中感染开来／145  
在别人的力量上运用杠杆效益／148  
把经验丰富者、实践者当作建言者／151  
序 《高效思考法》50项检查表／155  
．．．．．(收起)

[高效思考法\\_下载链接1](#)

## 标签

思维方式

思维

本田直之

个人管理

自我成长

杠杆思考术

读书

日本

## 评论

杠杆效益可以应用在读书，工作，时间管理等各方面。

---

7-19

---

很有启发的书籍。本田直之的书都挺厉害的。还要再看一遍。

---

基本两个多小时读完，书里有些观点很不错，主要是能把老一套的道理说的让我相信而且愿意去做。但是觉得可以言简意赅些。

---

从人生中能得到什么？自己得到的东西都是靠自己投入得来的。从劳力、时间、知识、人际关系四方面DMWL

---

一小时书籍

---

一般的商业书

---

13/100，本田直之的第三本，越看越喜欢的作者，值得模仿的榜样

-----  
[高效思考法\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[高效思考法\\_下载链接1](#)