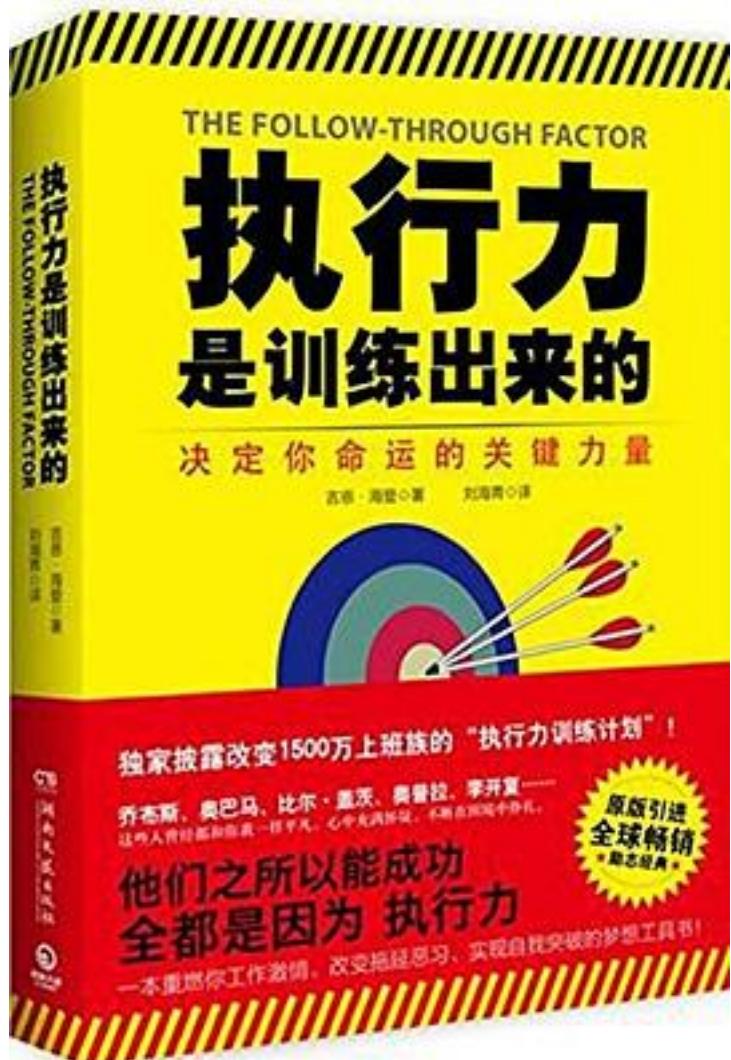


# 执行力是训练出来的



[执行力是训练出来的 下载链接1](#)

著者:(加) 吉恩 · 海登(Gene C. Hayden)

出版者:湖南文艺出版社

出版时间:2017-5

装帧:平装

isbn:9787540480219

## 何谓“执行力”？

能让你坚持梦想，贯彻始终，不达目的决不罢休的力量。

经过多年的研究、培训实践和案例总结，吉恩·海登写下《执行力是训练出来的》。新书甫一出版即高踞美国亚马逊、《纽约时报》等各大畅销书榜前列，其教授的“执行力”课程连续五年被“财星”统计系统机构列为高效率员工必修培训课！吉恩·海登设计了一整套行之有效的“执行力培训计划”，被美孚、通用电气、福特汽车、摩根大通、松下等企业广泛应用，作为激发员工潜能的高效能工具。

吉恩·海登教我们的10件事：

★执行力是实干家和梦想家的唯一区别。

★要学会挖掘事业的核心价值。

★别指望工作永远富有激情。

★我们就是自己最可怕的敌人。

★学会在疲乏中保持战斗力。

★善用直觉，破除思维定式。

★学会贯彻目标才能战胜寂寞与厌倦。

★保持耐心也是一种行动方式。

★遭遇的每次伤害都会带来成长。

★信念是执行力的DNA。

作者介绍：

吉恩·海登 (Gene

C.Hayden)，《纽约时报》《哈佛商业评论》等杂志的专栏作家。涉新媒体和营销领域，是“海登传讯”的合伙人，曾走遍全球，访问各行各业、形形色色的成功者，独创了改变1500万上班族的“执行力训练计划”，常年受邀在全球500强企业演讲，被誉为“上班族的灵魂导师”。

目录: 简介\_001

执行力\_008

如何使用本书\_011

第一章 什么是执行力\_001

第二章 信心是靠自己建立起来的\_009

第三章 如何找寻最适合自己的工作\_019

第四章 让自己不再犹豫不决\_033

第五章 挖掘事业的核心价值\_043

第六章 怎样做出正确的选择\_057

第七章 别指望工作永远富有激情\_075

第八章 遭遇逆境如何坚持下去\_087

第九章 不要被恐惧束缚住手脚\_109

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 第十章 做善于分解目标的高效能人士  | 125 |
| 第十一章 如何在疲乏中保持战斗力   | 145 |
| 第十二章 学会对自我进行投资     | 161 |
| 第十三章 善用直觉，破除思维定式   | 175 |
| 第十四章 塑造属于自己的执行力导师  | 189 |
| 第十五章 如何战胜寂寞与厌倦     | 209 |
| 第十六章 写给缺乏耐性的自己     | 223 |
| 第十七章 拥有执行力的人永远不会失败 | 239 |
| 后记                 | 259 |
| 附录1：人生箴言           | 263 |
| 附录2：个人备忘录精简版       | 267 |
| · · · · · (收起)     |     |

[执行力是训练出来的](#) [\[下载链接1\]](#)

## 标签

执行力

个人管理

好书，值得一读

我想读这本书

成长

工具书

因为喜欢书，所以想看看！

自我管理

## 评论

足够经典且令人信服的案例加上频出的各种金句使本书读毕心情愉悦而安定。作为一本

讲述打造执行力的书，阅读过程本身就是对执行力的磨练。我们都在路上，都在不停经过路口、面对选择，有迷茫和纠结、有恐惧和路障，重要的是要继续走下去，即便走错路，也会有转弯；即便走得慢，也终将会到达。

承认自己是个普通人，事情就不那么棘手了。

#2019.75#

执行力是个结果，而起因有很多。有没有做到follow-through，影响的因素很多：可能是因为目标不清晰，可能是没有信心，可能是恐惧而犹疑不决，可能是丧失了热情，可能是没有坚持到底没有耐性，可能是资源不足，可能是任务分解不足。momentum是推动力、动力、动量，动量是质量乘以速度。

耐心也是一种行动方式

自己执行力比较差，恰巧在诚品书店见到此书，读之倍感动力，至少对我在思想、态度上是有帮助的。

还是有用的

执行力是实干家与梦想家的唯一区别。

对待恐惧最好的方法是愤怒

挺有用的，对我这种有时候会迷茫，心智不强大的人来说也是一针强心剂

有时候我不是被失败打败，而是被恐惧打败

很积极的鸡汤。训练的方法、坚持的原则远比书中的某些故事更有益。从废墟中找到智慧的宝藏。对自己的终极祝福：你别无选择，必须完全依靠自己。你必须为自己吹响前进的号角，无论结果如何。不过，你并非孤军作战，还有内心的导师在并肩作战。作者教会我们的10件事反而很教条、很有趣、很受益。

翻译很到位。因为很多观点和作者一样，所以不用作者洗脑，我全盘接受。

最后的附录很适合随时拿出来翻翻

刚开始读感觉inspired，后面感觉没啥干货。适合喜欢喝鸡汤的年轻人

读了快一半，有时很好，有时不好  
知乎推荐，有助于认识自己，提高基础能力。需重读和练习。

虽然这本书是在要求下阅读的，但书中所说确有其道理，执行力从来对人就没有吸引力，需要信念的坚持。

#新年催生意志的行动指南 时机刚好，踌躇不前时来记强心针……

“如果你告诉人们你想尝试一项新计划，有人就会马上向你进行恐怖宣传，为了尽快制止这种无休止的恫吓行为，你可以说：‘如果那样，我就跳楼(—)’”  
被作者的可爱逗乐了，笑哭

最喜欢的是书中一段母女对话：

女：可是我学完药剂学要四年以后了，那时候我就四十二岁了

母：但是，四年之后，不论你是不是药剂师，你都会四十二岁，为什么不选择即是四十二岁又是药剂师，而不是仅仅四十二岁，但仍然生活在不快乐之中呢？

适合迷茫的时候读…

[执行力是训练出来的](#) [下载链接1](#)

## 书评

俗话说“常立志不如立长志”。常立志的人，给自己定下一个个的目标，可是每一个都半途而废，没有达成；而立长志的人，即使刚开始订立的是一个看似太遥远的目标，但经过长期奋斗、不断进步，最终可以达成。这两者之间相差的，主要就是——执行力。  
“执行力是实干家与梦想家的唯…

先给大家讲个故事。

美国一位残疾退伍军人，因负伤加上年龄大的原因，找工作变得十分困难。一次偶然机会，他联系上了一家木材公司的副总裁，副总裁和他说：“我这周末要出去办一点事情，我妹妹在犹他州结婚，我要去参加她的婚礼。麻烦你帮我买一件礼物。这个礼物是在一个礼品店…

激发无限潜能，成就精彩人生 —— 读《执行力训练出来的》心得

《执行力是训练出来的》看上去又是一本老生常谈的书，认为企业之所以不好，就是员工执行力不行，作为一个多年的基层管理者，深知企业管理问题是系统性的问题，并不能简单的归咎于执行力，特别是员工的执行力。 …

什么是执行力？

执行力是一种选择，是一个行动计划中必不可缺的一部分，也是导致任务失败的主要原因之一：执行力与信心

只有了解自己的情况，对自己能做什么，能学会什么感兴趣，有翻越山峰的意愿，才会产生信心。信心意味着你相信自己的目标是有价值的，是可以实现的，是正确的。 …

据我观察，就是一个记着，带着问题和自身经历去拜访许多成功人士，去问同样的问题他们会怎么看，然后“惊讶”的发现，所有成功者都是怎么样怎么样的。其实书就是这样，你选择相信的问题。

对于我个人来说，这本书对于我的启发很大。至少说让我有段时间工作生活很快乐。许多概...

这本书应该说不是操作层面的，而是心灵层面的执行力训练，建议已经有一定的执行力的人来阅读，职场新人我认为还是从操作层面的入手后再读此类的书籍。里面的分解目标是当今职场的一个关键，如何把大的目标分解为可执行的小的目标。

这本书应该说不是操作层面的，而是心灵层面的执行力训练，建议已经有一定的执行力的人来阅读，职场新人我认为还是从操作层面的入手后再读此类的书籍。里面的分解目标是当今职场的一个关键，如何把大的目标分解为可执行的小的目标。

三分战略，七分执行。对个人来说，执行力是领导力的一部分，对公司来说，执行力是公司成败的关键。

在生活中，我常常会犯这样那样的错误。比如我闲在家里的一天，原本是在洗衣服的，可是发现肥皂没有了，结果就去拿肥皂，拿肥皂的过程中，我发现地面怎么那么脏，结果又去拿拖把...

文/初晓

在追求梦想的道路上，你的信念是不是不够坚定？你是不是会怀疑自己的能力？在面对众多选择时，你是不是经常不知所措，不知道选择哪一个？工作中，你是不是经常找不到激情，想打退堂鼓？所有这些，都是源自执行力不够。

那么，什么是执行力？执行力又怎么训练...

每个人都有梦想，但并不是每个人都在朝着梦想前进！

有没有这种时候，明明制定好了计划，可是这个计划在实施的时候却怎么做也做不就好。明明想安安静静的看本书的，可是一会儿看会手机，一会儿搞点其他的，总之就是静不下心来做哪些已经计划好了的东西！计划赶不上变化...

文：薇薇爱阅读 你有没有遇到过这样的事情。 A: 我想去\*\*\*\*\* B: 还是算了吧，这根本不切实际啊。然后没有然后了。

开始计划的好好的一件事情，就此就搁置下来了。

如何让自己的摆脱事情执行不下去的局面呢？你有没有这样的情况？

觉得一定要买什么才可以做什么。 ...

首先感谢小站的赠书 (。・∀・)ﾉ 特此还书评一篇 以示感谢

这篇读书笔记的标题就叫——道理我都懂，可是臣妾做不到哇！

此书建议分类是：励志/成功心理学 嗯，我曾和现在大多数的年轻人一样，浮躁与世。

做过赢取白富帅走上事业巅峰的梦，醒来擦擦嘴角，继续...

## 训练执行力

“实践出真知” “实践是检验真理的唯一标准”，中国古有言 “耳闻之不如目见之，目见之不如足践之”，实践在某种程度上就是执行，无论是为学为政，还是从商经营企业和管理，一个具有执行力和在实践中探索和学习的人，才能发现问题，找到解决问...

[执行力是训练出来的](#) [下载链接1](#)