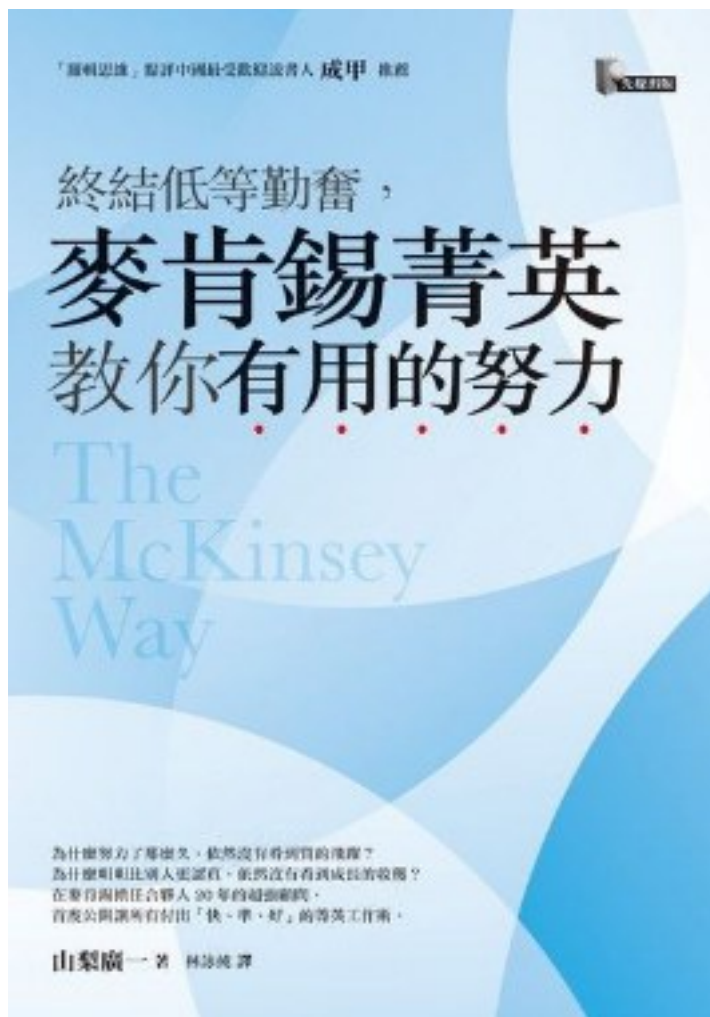


終結低等勤奮，麥肯錫菁英教你有用的努力



[終結低等勤奮，麥肯錫菁英教你有用的努力_下载链接1](#)

著者:山梨廣一

出版者:先覺出版

出版时间:2017-10-1

装帧:

isbn:9789861343082

為什麼努力了那麼久，依然沒有看到質的飛躍？

為什麼明明比別人更認真，依然沒有看到成長的收穫？

為什麼有些人比別人更有績效？

為什麼麥肯錫顧問工作做不完也準時下班？

努力是好事，但如果方法不對，就會掉入低等勤奮陷阱。

許多人都想學習如何聰明工作、不加班還是能達成業績，工作品質不打折還能升官發財。

但到底該怎麼做才能讓努力彈無虛發？

進麥肯錫5年便快速榮升合夥人的超強顧問，

首度公開讓所有付出「快、準、好」的菁英工作術——

- 環境、意志、個性，決定努力的品質
- 時間長短等於努力多寡是錯覺
- 第一次討論先「空手」
- 「具體的想法」得靠雙腳創造
- 不正確但獨到的想法，是好想法
- 討論必須要「起爭執」
- 如何讓爛軟夥伴也成為戰力？

努力的品質可以被定義、被測量、被分析。

每個人在行動之前都必須懂得區分「有用的努力」和「無用的努力」。

只要懂得正確的努力，工作就像一路開綠燈般順暢！

麥肯錫式最實用，也最省力的工作方式，就在這裡。

作者介绍:

山梨廣一

1954年出生於東京。東京大學經濟學院畢業，史丹佛大學商學院MBA。

原本任職於富士軟片，1990年跳槽進入麥肯錫公司。1995年成為合夥人，2003年成為資深合夥人。曾協助過零售業、消費性產品製造商以及其他業界的企業進行戰略構築、組織改革、市場調查、實戰改革等，在麥肯錫日本分公司中擁有最豐富的顧問經驗。

2010年至2014年在東京大學工學研究所技術管理戰略學組主持「企業戰略論」講座，也在東大擔任「消費論」講師。

2014年離開麥肯錫之後，在永旺股份有限公司擔任執行董事，後來任職特別顧問。201

6年成為驪住集團董事。

著作包括《Provocative Thinking 刺激性思考》《簡單的戰略》（以上為東洋經濟新報社出版）、《麥肯錫價格》（合著）、《專業的市場調查》（以上由DIAMOND公司出版）、《新成長戰略》（合著，NTT出版）等。

目录:【前言】你的努力是「有用」還是「無用」？

第1章 只要改變努力的品質，工作就像一路開綠燈般順暢

- 01 思維模式的「轉換」 改變先入為主的否定思考
- 02 思維模式的「轉換」 環境、意志、個性，決定努力的品質
- 03 思維模式的「轉換」 時間長短等於努力多寡是錯覺
- 04 思維模式的「轉換」 工作做不完也要準時下班
- 05 思維模式的「轉換」 把加班當成「機會損失」
- 06 思維模式的「轉換」 定義自己的工作
- 07 思維模式的「轉換」 設定明確、有挑戰性的目標
- 08 環境的「障礙」 上司是有用努力的巨大障礙
- 09 環境的「障礙」 利用「槓桿」克服組織障礙
- 10 環境的「障礙」 避免陷入「例行化」困境
- 11 環境的「障礙」 克服繁雜程序的障礙
- 12 環境的「障礙」 了解「評鑑」的障礙，並試著改變
- 13 環境的「障礙」 提升「掌控度」

- 14 行動改革 朝「遠大目標」前進
- 15 行動改革 成果才是目標
- 16 行動改革 請別人幫忙也是一種責任
- 17 行動改革 第一次討論先「空手」
- 18 行動改革 騰出思考時間
- 19 行動改革 做好「提前負載」
- 20 行動改革 不排斥團隊合作
- 21 行動改革 勇於承擔風險
- 22 行動改革 最擅長的事要做到極致
- 23 行動改革 大腦與身體都保持靈敏

第2章 催生有用努力的思考訓練

- 01 目標與課題 正確掌握「目標」
- 02 目標與課題 擴大「邊界條件」
- 03 目標與課題 擁有共同「目標」與「邊界條件」
- 04 目標與課題 行動前先找出「課題」
- 05 目標與課題 靠自己的判斷鎖定「重要課題」
- 06 洞察與假設 資訊只要收集七成
- 07 洞察與假設 從各種不同立場「洞察」資訊
- 08 洞察與假設 從洞察中建立假設
- 09 洞察與假設 建立獨特的假設
- 10 洞察與假設 寫下來、說出來，強化假設
- 11 洞察與假設 以數字驗證假設
- 12 洞察與假設 讓假設持續進化
- 13 思考要領 拉動最有效的槓桿
- 14 思考要領 隨時想好答案
- 15 思考要領 拋開猶豫，果斷決定
- 16 思考要領 把腦中想的事攤在陽光下
- 17 思考要領 「具體的想法」得靠雙腳創造
- 18 思考要領 決定之後，再重新思考一遍
- 19 思考要領 反覆五次多方面的深入思考
- 20 思考要領 敞開心胸接受他人的想法

第3章 正確的行動管理與時間管理，你不再看起來很努力

- 01 行動管理 總是「快一步」
- 02 行動管理 徹底執行「提前負載」
- 03 行動管理 所有行動都在規定時間內完成
- 04 時間管理 讓會議更紮實，減少時間浪費
- 05 時間管理 準備開會的「腳本」
- 06 時間管理 早下班能鍛練工作爆發力
- 07 時間管理 每週一次，中斷工作的節奏
- 08 時間管理 把時間花在無關的事物上
- 09 時間管理 一有時間就外出
- 10 時間管理 讓行事曆色彩繽紛

第4章 使自己持續成長，讓有用的努力進化的法則

- 01 向上提升的行動法則 「早點」與「快點」
- 02 向上提升的行動法則 迅速猛攻致勝關鍵
- 03 向上提升的行動法則 畫出工作設計圖
- 04 向上提升的行動法則 捨棄隱藏動機
- 05 向上提升的行動法則 借助正確的人、正確的力量
- 06 向上提升的行動法則 你的工作是否有「重點」？
- 07 向上提升的行動法則 放眼未來

第5章 活用團隊、把豬隊友變戰友，讓努力彈無虛發

- 01 團隊的經營 團隊生產力極大化
- 02 團隊的經營 對「全員の目標」有明確共識
- 03 團隊的經營 在「扁平的關係」中工作
- 04 團隊的經營 寫下「規範」與「行動計畫」
- 05 領導力的真諦 以「權威之外」的特質帶領團隊
- 06 領導力的真諦 從一開始就實際參與
- 07 討論與會議 把所有會議都變成「有意義的時間」
- 08 討論與會議 讓爛軟夥伴也成為戰力
- 09 討論與會議 討論必須要「起爭執」
- 10 討論與會議 徹底追查「後續有什麼變化」
- 11 討論與會議 靠眾人的力量讓討論進化
- 12 討論與會議 不正確但獨到的想法，是好想法
- 13 討論與會議 結論要明確
- 14 討論與會議 在會議記錄中決定下一步
- 15 討論與會議 改變，再改變

【結語】 有用的努力，從容做自己

．．．．．(收起)

[終結低等勤奮，麥肯錫菁英教你有用的努力_下载链接1](#)

标签

工作法

日本

心灵养分

评论

在谷歌图书馆买到的书，整体通俗易懂，要点突出，可学习操作性高。

[終結低等勤奮，麥肯錫菁英教你有用的努力_下载链接1](#)

书评

[終結低等勤奮，麥肯錫菁英教你有用的努力_下载链接1](#)