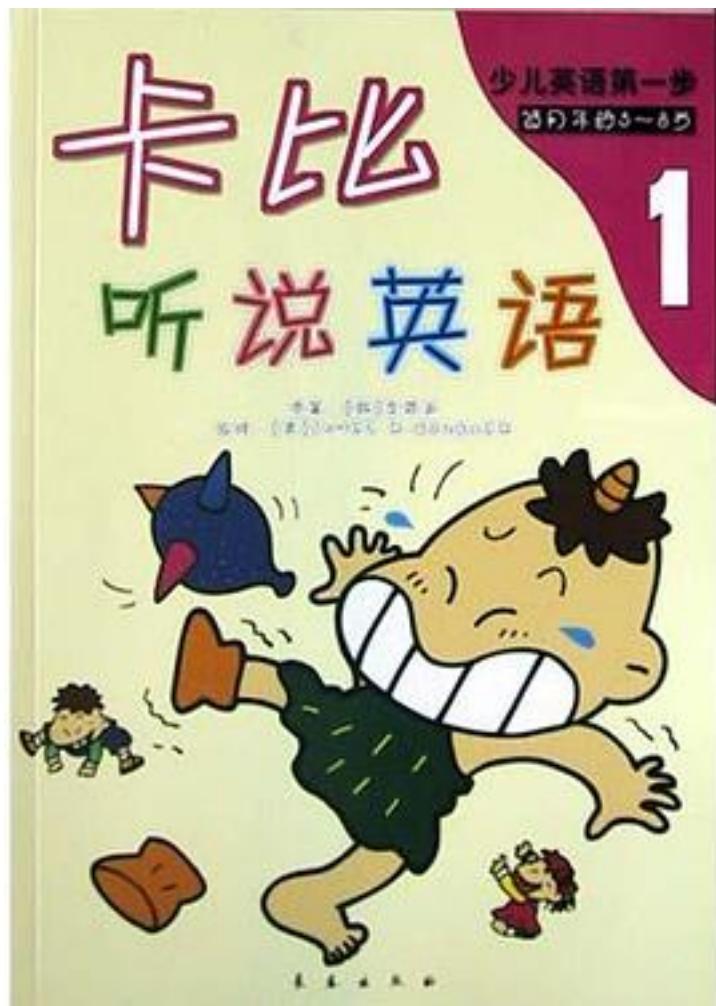


# 高效工作



[高效工作](#) [下载链接1](#)

著者:程江波

出版者:人民邮电出版社

出版时间:2018-7-1

装帧:平装

isbn:9787115488725

作为新人，和你一起毕业进入职场的有几百万人，如此激烈的竞争下，你如何从中脱颖而出

而出？在VUCA时代，如何在充斥着信息垃圾的环境中，学习真正有价值的知识，提升自我？本书作者程江波仅用4年时间，就完成了从软件工程师到IBM中国区总经理的蜕变。在书中，他和盘托出了自己快速晋升的秘籍，总结成为13堂职场精华课。认真学好这13堂课，你就能一路战胜艰难险阻，克服重重困难，不断突破自我，从而迈向成功，实现梦想。

## 作者介绍：

程江波，资深投资人、加拿大联邦投资集团合伙人、加拿大麒麟地产董事、美国斯坦福大学商学院工商管理硕士、北京对外经贸大学商学院客座教授、加拿大麦吉尔大学客座教授。曾任高翎资本副总裁、微软中国北方及南方大区总监、IBM中国区总经理。曾在欧洲多国、美国、加拿大等国家工作，管理过多个千人以上的大规模跨国团队，让作者具备了非常好的国际视野及卓越的管理技能。斯坦福商学院毕业后，作者开始自己创业，担任公司CEO，并投资其他创业项目。在创业的生态链中，作者亲身经历了理论转化为实践的过程，这两个方面的深度经历，让他的经验更加全面、可贵，具备极强的实用价值和参考价值。

## 目录: 前言

### 导读

什么样的人，会被企业竞相聘用 /002
了解世界，走出迷雾 /005
与龙共舞 /008
修炼高尚的人生品质 /009
发掘自己，管理职业 /011
必须掌握的高效工作方法 /012
第1章 与龙共舞
与龙共舞，你也会成为龙 /017
从群体性孤独中脱颖而出 /018
付出者与获取者 /020
成就他人，打造双赢的职场关系 /023
成就你的经理 /025
成就你的同事 /027
定期1对1交流，莫临时抱“龙”脚 /030
社交网络，需要精心维护 /031
本章小结 /032
第2章 诚信，发展的基石
诚信，最高效的社会化活动方式 /035
诚信，创造更多的职业机会 /036
诚信，需要言行一致 /038
信守承诺，一切合作的前提 /041
增强意志力，促进诚信 /043
本章小结 /046
第3章 坚毅，人生必备的品质
激情，是坚毅的动力 /051
没有坚持，何来坚毅 /053
锻炼意志力，造就坚毅 /055
意志力，是有限的资源 /057
意志力，是一种生理机制 /058
提升意志力的训练方法 /059
本章小结 /061
第4章 创新，机会的源泉
勇于创新的人，更幸福 /066

日常工作中，创新其实很简单 /067
了解创新的来源 /068
创新是每个人都有的能力 /070
创新是最寻常的思维过程 /071
面对创新遭到的抗拒 /072
创新的四个路径 /074
本章小结 /078
第5章 职业管理，你不管它，它不理你 /082
如何设定适合自己的职业目标 /082
五年，职业规划的最佳周期 /086
分步骤实现职业管理目标，并适时调整 /087
职业管理计划的具体实例 /088
梦想vs.薪酬，谁更重要 /090
职场燃料 /092
本章小结 /093
第6章 方向正确，成功的先决条件 /096
你的职业方向，选对了吗 /096
如何选择职业方向 /102
挖掘你的兴趣 /103
了解你的能力 /108
把握机会 /110
本章小结 /114
第7章 好导师，人生成功的一半 /118
导师，帮助你辨别发展方向 /118
导师，教会你高效的工作方法 /120
导师，会给你提供更广阔的社交资源 /122
导师，能给你提供最佳就职机会 /124
导师，能给你提供创业机遇 /125
谁，才适合做你的导师 /126
如何建立师生关系 /128
如何发挥导师的巨大作用 /130
本章小结 /131
第8章 沟通，定成败 /136
正确沟通的三个要素：目标、渠道和共识 /136
消除沟通偏差 /137
主观对沟通偏差的影响 /140
媒介对沟通偏差的影响 /141
沟通需要反馈 /143
多往感情账户存钱 /144
缺乏反馈，容易被忽视的负能量沟通 /145
掌握正确的沟通步骤 /146
巧妙处理负能量的沟通 /147
4个沟通错误 /150
本章小结 /154
第9章 关键要务，最大化价值 /159
为什么张浩与升职失之交臂 /159
不懂KPI，累死也不出成绩 /161
根据KPI，聚焦关键要务 /164
关注时间分配，最大化你的价值 /166
管理好你的“稀缺”状态 /168
远离网络，专注工作 /169
本章小结 /170
第10章 计划工作，掌握主动 /174
树立目标，做好计划 /174

坚持执行，保持沟通 /175
每天检查，及时修正 /177
做好总结 /177
做好一周计划 /178
一份不定期计划 /180
本章小结 /181
第11章 向上汇报，获得支持
每周汇报一次你完成的关键工作 /188
及时汇报下周工作计划 /190
当面汇报，掌握主动 /191
汇报的逻辑采用PREP /192
汇报你的独立思考，画龙点睛 /196
本章小结 /197
第12章 开会，掌握影响力
会议的目的是达成共识 /201
明确自己的会议角色 /202
充分准备好再去开会 /203
会议中的四个“不” /206
会议是重要的职业社交场合 /207
学会做会议记录 /208
如何组织一次高效的会议 /209
本章小结 /211
第13章 领导力，晋升的必备技能
什么是领导力 /214
领导力的三个来源 /215
建立专业能力，获得影响力 /216
情感的力量，最大化你的影响力 /219
合理使用组织赋予的领导力 /221
领导力，完全可以通过练习获得 /223
本章小结 /224
参考文献 /225
· · · · · (收起)

[高效工作\\_下载链接1](#)

标签

职场

工作

高效

成长

新人

蜕变

心理

管理

## 评论

水军太多。。楼上几乎都是。。

-----  
工作十年之后，看到这本书很有感触，书里说的“与龙共舞”其实就是和成功的人在一起，这也是我的一个开了两家工厂的朋友给我的忠告。书里还讲了找导师的重要性，这和《你的品牌，价值千万》这本书的观点一样，找到愿意指点你的导师，你会离成功越来越近。所谓高效工作，有一个基本假设，就是在前往职场之前，尽量历练自己的基本素质，比如创造力、领导力、沟通力等等。同时，这些品质的修炼会一直伴随着我们，永无止境，但至少从这本书里，我了解到了应该朝哪些方向使劲。

-----  
没啥新东西，像是公众号文集。如果书里的东西之前没读过的话，读一读还是有意思的。  
。现在8.4分实在是偏高。

-----  
比较浅，不过也有一些收获。比如一个mentor的重要性，再比如之前对于自己只顾着承诺却不能每个都兑现的缺点真的很差劲。#另一本随手就可以翻完的书系列

-----  
新人成长，有料的书，喜欢这本书想看就看一看

-----  
人民邮电都是有用的好书，家里好多本

-----  
如何在职场中快速晋升，突破自我，提升自我，这本书中可以学习到很多。

-----  
高效工作的能力是每个职场人所渴望的，但这绝不是少数人才能拥有的技能。

-----  
会让你改变自己的人生的一本书，很有意义的一本书

-----  
如何从商业小白变成成功人士，其背后的努力必不可少。

-----  
特别好的书，在学习和工作中都可以用得到，喜欢。

-----  
很实用的一本书，特别适合在职场的人阅读，受益匪浅，工作效率也提高了不少。

-----  
学习别人的长处才能更好的进步，一本不错的书，很是喜欢，有所借鉴。

-----  
关于努力工作的一本书，很实用的，推荐

-----  
只要你就能一路战胜艰难险阻，克服重重困难，不断突破自我，从而迈向成功，实现梦想。

-----  
要想提高效率，就必须给自己设定一个奋斗的目标，加强学习，在实践中总结理论经验，同时充分运用理论来指导实践，两者相辅相承。

如何高效努力，这个对于新人来说真的很重要。真的

-----  
这13堂课让我感触颇深，我相信只要努力，我离梦想会越来越近的。

-----  
这个是有关职场的相关知识书籍，羡慕不已。

-----  
如何让新人更高效的工作，很不错的书

[高效工作 下载链接1](#)

书评

[高效工作 下载链接1](#)