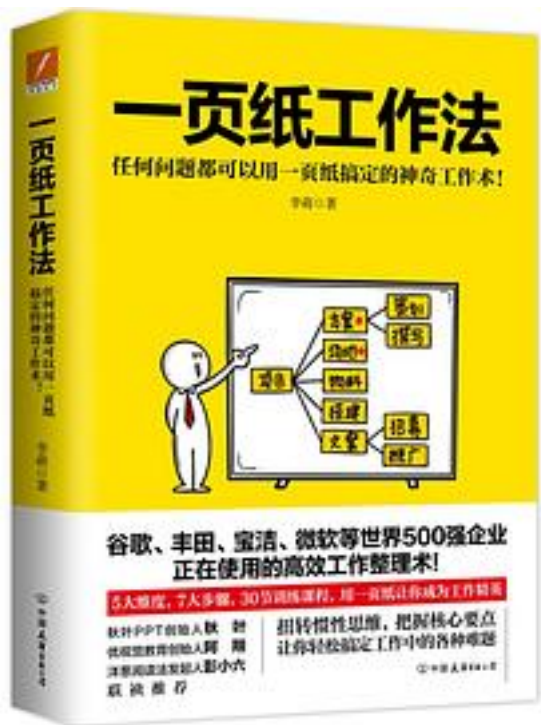


一页纸工作法



[一页纸工作法 下载链接1](#)

著者:李萌

出版者:中国友谊出版公司

出版时间:2019-7

装帧:平装

isbn:9787505747432

一页纸就能解决工作困境？画图也能提高工作效率？绘画小白一看就能掌握运用的技能？《一页纸工作法》教你轻轻松松搞定生活工作难题！

“一页纸工作法”是在一页纸上运用图文结合的方式，记录笔记并提高工作效率的实用方法。本书从视觉笔记的基本元素、结构框架、版式案例等方面，一步步引导读者开启视觉进阶之旅，提高工作效率，促进个人成长。

讲解细致入微，辅以生动形象的配图，让你一学就会，轻松通过一页纸解决工作中遇到的所有问题！

作者介绍:

李萌

优视觉视觉设计院成员，中国视觉引导专业认证系统（CGFP）认证视觉引导师。曾为方正集团、拆书帮、趁早等企业社群提供视觉引导服务。《今日头条》认证优质职场领域创作者，图文阅读量超600万。专注于职场、个人成长领域与视觉思维的结合，传播、践行视觉化的思考方式。

目录: 第一章 任何问题都可以用一页纸搞定 / 001

- 第一节 解决问题，一页纸就够了 / 003
- 第二节 学习一页纸工作法的好处 / 005
- 第三节 一页纸工作法都能用在哪儿 / 010
- 第四节 不会画画，是不是就学不会一页纸工作法 / 018

第二章 一页纸工作法的基本功 / 021

- 第一节 准备好行囊——一页纸工作法经常用到的工具 / 023
- 第二节 画图其实很简单——如何用视觉语言表达信息 / 025
- 第三节 一页纸工作法的视觉框架 / 042
- 第四节 化腐朽为神奇——隐喻的使用 / 052
- 第五节 展开一页纸的修行——一页纸工作法的运行流程 / 056

第三章 一页纸搞定大问题——职场篇（个人） / 061

- 第一节 职场规划 / 063
- 第二节 方案、文案的构思及撰写 / 079
- 第三节 日常工作管理 / 096
- 第四节 用一页纸制作与众不同的自我介绍及个人简历 / 110
- 第五节 用一页纸进行职场沟通 / 119

第四章 一页纸搞定大问题——职场篇（团队） / 127

- 第一节 视觉会议，让会议进程看得见 / 129
- 第二节 四种常见的视觉会议框架图 / 137
- 第三节 一页纸工作法在企业培训中的应用 / 154

第五章 一页纸搞定大问题——成长篇（时间管理） / 161

- 第一节 用一页纸工作法建立自己的目标管理系统 / 163
- 第二节 用一页纸工作法找到你的时间去向 / 176
- 第三节 用一页纸工作法打败三只小恶魔 / 180
- 第四节 用一页纸建立自己的仪式习惯 / 188

第六章 一页纸搞定大问题——成长篇（学习笔记） / 193

- 第一节 你所不知道的神奇视觉笔记 / 195
- 第二节 解构视觉笔记——视觉笔记的七大构成 / 199
- 第三节 视觉笔记进阶技巧——提升画面的层次感 / 210
- 第四节 用一页纸做视觉化的读书笔记 / 214
- 第五节 用一页纸做视觉化的听课、演讲、培训笔记 / 220

第七章 一页纸搞定大问题——生活篇 / 231

- 第一节 沟通交流 / 233
- 第二节 解决问题 / 240
- 第三节 记录生活 / 244
- 第四节 休闲玩耍 / 250

• • • • • [\(收起\)](#)

[一页纸工作法_下载链接1](#)

标签

个人管理

实用

生活技能

工具书

有图

工作法

受益匪浅

精美

评论

其实是讲视觉笔记的，不了解的人可以看看当作科普，了解的人看了没有太大启发

有些方法还不错，明年来深入学习视觉笔记!

很实用

学到了！时间管理，愿景规划落实到纸面上。喜欢个人职场篇和时间管理成长篇，要买个日程本规划一下。

一般般，就是作者自己的作品展示吧，基本都是搬来的

不同于思维导图，形象快速传递信息，推荐，就是自己的画如何承载更多信息需要思考训练。

【藏书阁打卡】读完这本书后，的确提高了我的工作效率，一页纸就能解决部分工作困境，画图也能提高工作效率，这本书是在一页纸上做了很大的文章，运用了图文结合的方式记录工作效率的。一页纸提高效率的方式由浅入深
这本书要先认真学习基础功法，不要轻视，一个小的图形训练，要不断的刻意练习，才能将视觉的思维运用到书中提的工作，成长学习长进之中。

简单实用，应用广泛，学习工作生活成长育儿都可以使用，

时间管理，工作，生活，学习笔记都涉及了

通过画图的形式，消除了文字的焦虑和枯燥感，同时带来了记录的乐趣和创造的成就感，并且满足艺术的审美。化抽象为具象，让很多方法论感受更加直观，值得推荐！

[一页纸工作法_下载链接1](#)

书评

《一页纸工作法》这本书我主要从三个方面去了解它，第一：一页纸工作法可以用在哪里？第二：一页纸工作的基本公是什么？第三：如何用一页纸进行时间管理。一页纸工作法就是在一页纸上用图像和文字结合的方式去呈现信息，梳理思路从而解决问题的方法。他可以用在团队协作、学习...

【藏书阁打卡】读完这本书后，的确提高了我的工作效率，一页纸就能解决部分工作困境，画图也能提高工作效率，这本书是在一页纸上做了很大的文章，运用了图文结合的方式记录工作效率的。一页纸提高效率的方式由浅入深
这本书要先认真学习基础功法，不要轻视，一个小的图形训练， ...

【藏书阁打卡】读完这本书后，的确提高了我的工作效率，一页纸就能解决部分工作困境，画图也能提高工作效率，这本书是在一页纸上做了很大的文章，运用了图文结合的方式记录工作效率的。一页纸提高效率的方式由浅入深
这本书要先认真学习基础功法，不要轻视，一个小的图形训练， ...

[一页纸工作法 下载链接1](#)