奈普敦週刊

第V0018-0383期20200822

長處管理
—五個策略幫助你自我成長

Neptune Weekly

老子說：
知人者智，
自知者明。

長處管理五個策略

- 掌握自己的長處
- 善用他人的長處
- 橋接他人的長處
- 擴張自己不偏好風格
- 控制過當

一、掌握自己長處

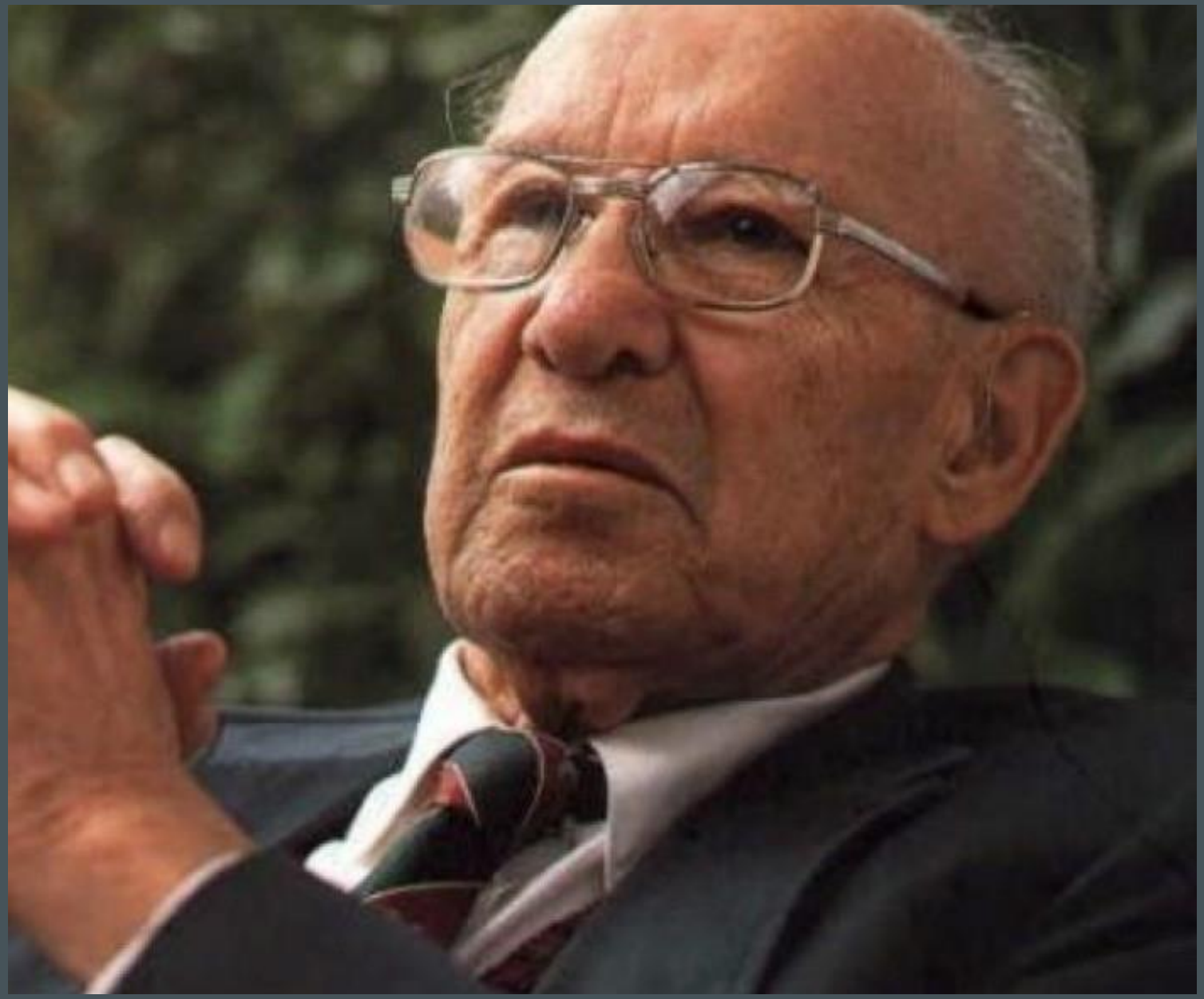
國父說：「從小要看重自己」
自己的優點、特質
你的性格、你的特質
你的長處、特殊天賦
嗜好專長、教育訓練
工作上的專業能力
人際關係、你的智慧
生命無窮盡的希望與遠景

四種人際風格的優點

駕馭型	分析型	平易型	表現型
喜歡主導	遵循邏輯	替人著想	彈性作風
迅速行動	穩健踏實	理想主義	勇於嘗試
強大自信	精打細算	謙虛隨和	適應力強
創新求變	格性內斂	信任別人	熱情活潑
有說服力	根據事實	忠於職守	靈活應變
作風強勢	堅定不拔	樂於助人	適應力強
爭取榮譽	思考周延	接納配合	喜歡交際
承擔風險	按部就班	追求完美	談判協商
堅持到底	喜歡分析	喜歡付出	有趣幽默

彼得杜拉克
給年輕工作者的
建議

耐心
找尋
能做出貢獻的
位置

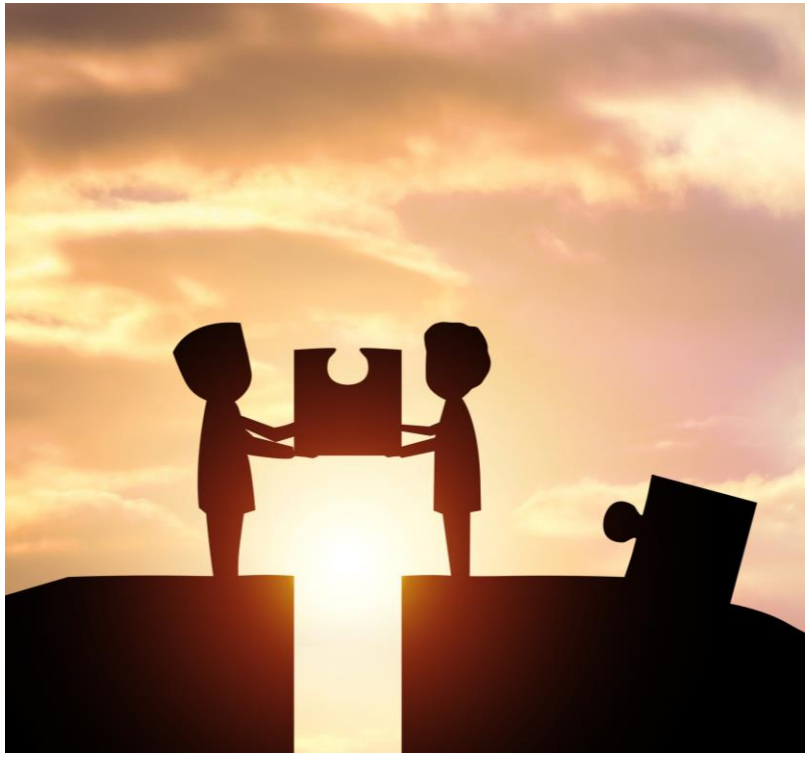


MBTI的16類型包括

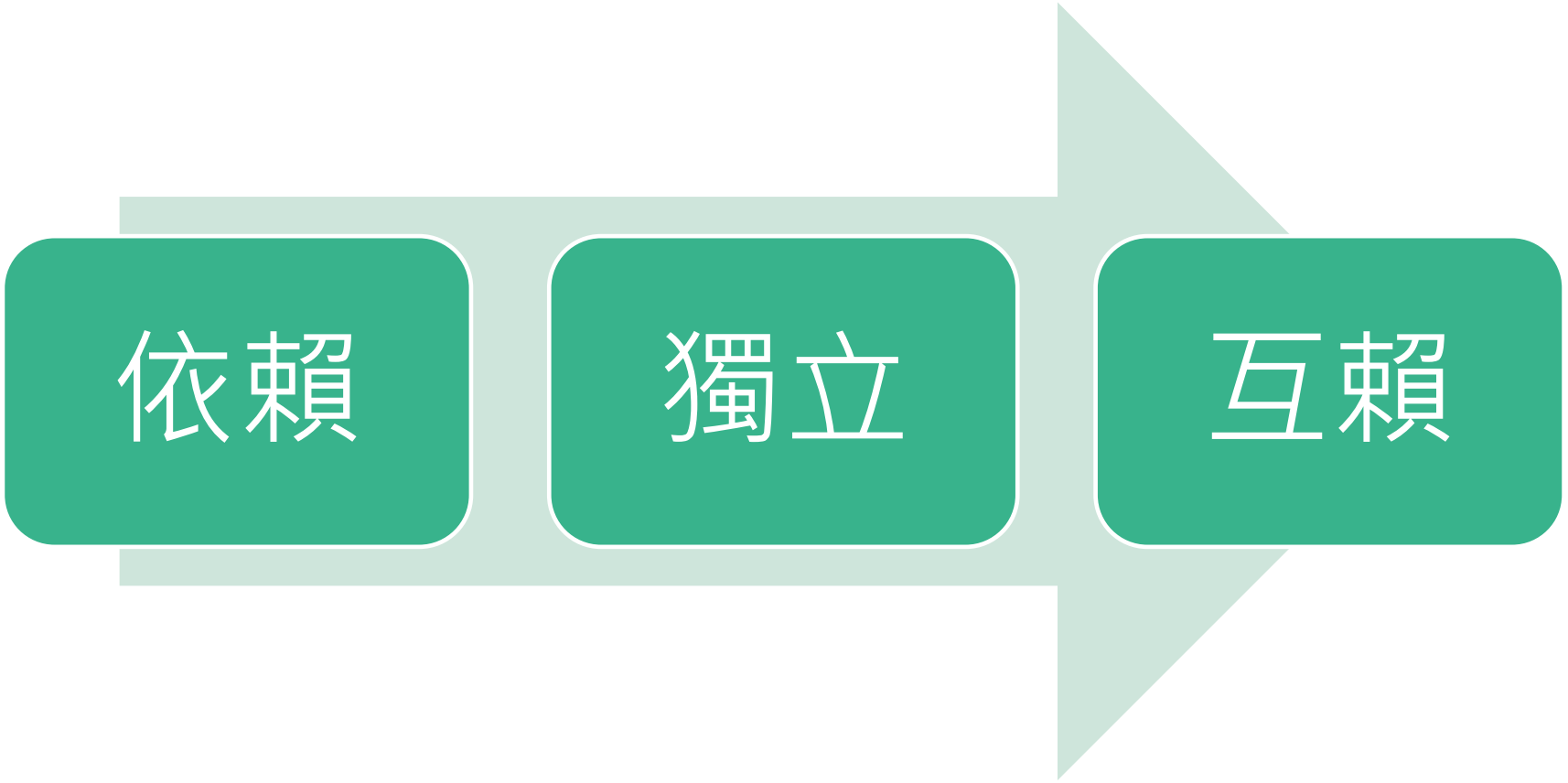
- 1. ESTJ行政首長(使命保全者)
- 2. ESTP行銷專家(行動執行者)
- 3. ESFJ銷售高手(關懷付出者)
- 4. ESFP娛樂事業家(娛樂他人者)
- 5. ENTJ大將軍/大顧問(果斷執行者)
- 6. ENTP發明家(高瞻遠矚者)
- 7. ENFJ教育家(付出無求者)
- 8. ENFP傳播家(團隊鼓舞者)
- 9. ISTJ銀行家(責任實踐者)
- 10. ISTP專門技師(按部就班者)
- 11. ISFJ大管家(滋潤眾生者)
- 12. ISFP藝術家(藝術享受者)
- 13. INTJ科學家(科學系統者)
- 14. INTP學術專家(分析思考者)
- 15. INFJ作家/心理師(價值捍衛者)
- 16. INFP社會工作家(慈悲為懷者)

二、活用他人長處

天下沒人能夠靠一己的力量過活
今日是分工合作的社會
每個人必須盡他的責任與努力
但也必須依賴其他人的配合
適當的、適時的活用他人長處
可以讓事情事半功倍
這不是一種依賴
而是一種成熟的互賴關係



成熟的過程

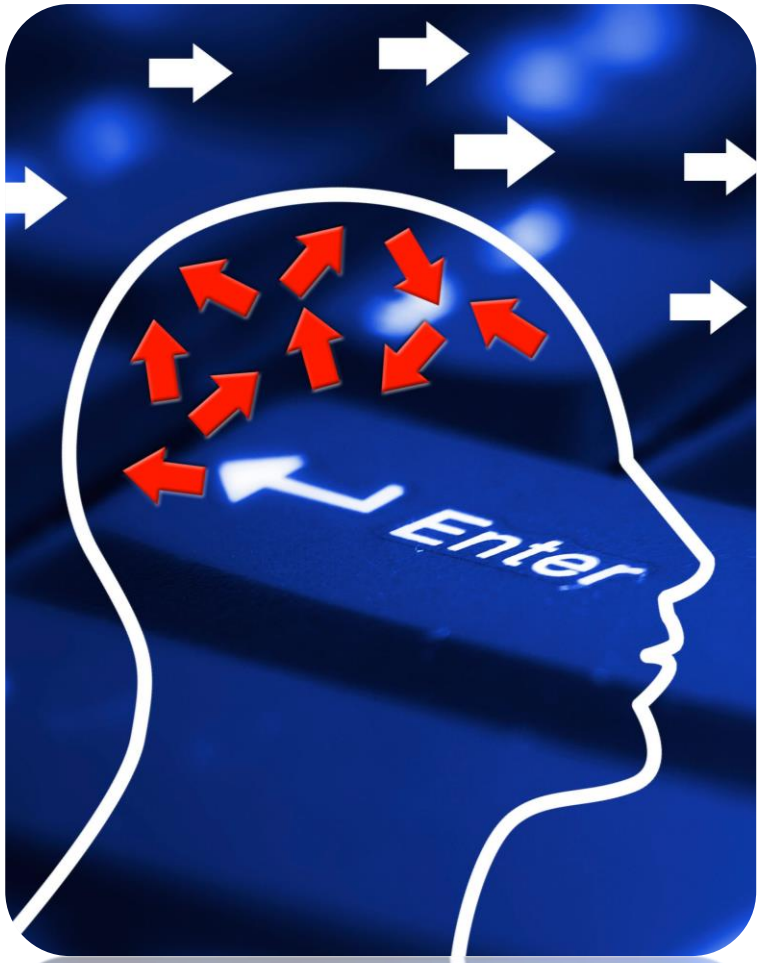


三、橋接他人長處

成功要靠團隊的力量與智慧
每個人都要有成功不必在我
或獨木難撐大廈的觀念
橋接他人長處來成就大事業
從兩兩橋接到與一群人橋接
重點是形成具備戰鬥力的團隊
必須知己知彼，同時要溝通
感恩善解與包容的領導能力

四、擴張自己不偏好風格

離開舒適區
擴張自己不偏好風格
才能提高自我價值與自我形象
不喜歡讚美人的要學習說好話，
不喜歡做計劃的人要想學做計劃
常見的不偏好風格有：學習外語、在公眾面前演講、定期運動、定期閱讀……等。

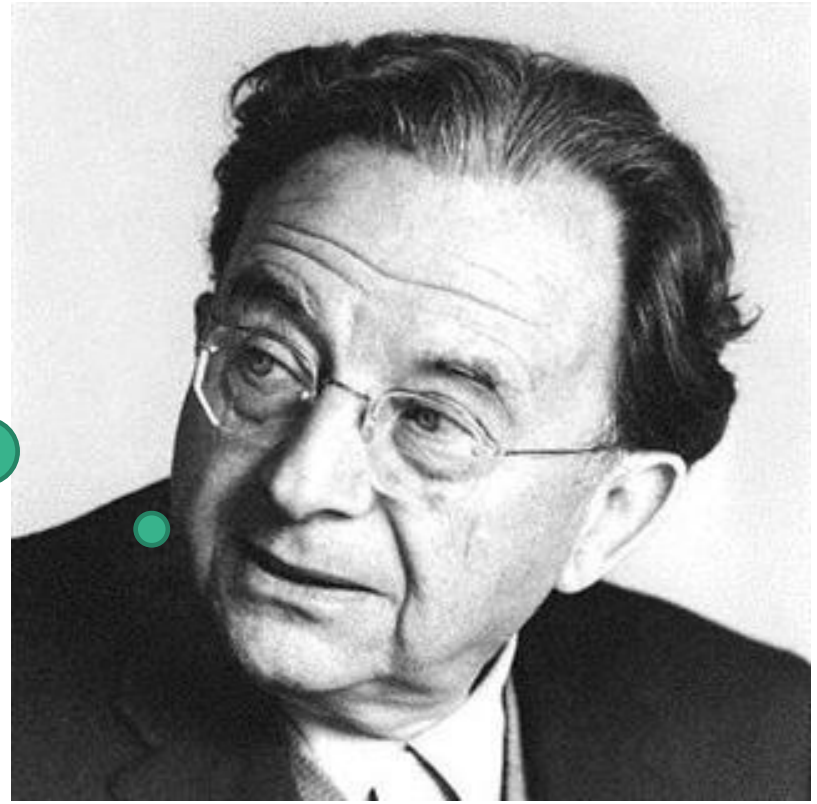


五、控制過當

心理學大師佛洛姆說：
「一個人的缺點往往是
他的優點使用過當」
常見的控制過當的例子有：
過度人際導向的人要減少應酬
太喜歡幫忙別人的人要學會說不
過度衝動的人要修練三思而後行
過度保守的人應該學習勇於嘗試

佛洛姆

一個人的缺點
往往是
他的優點
使用過當



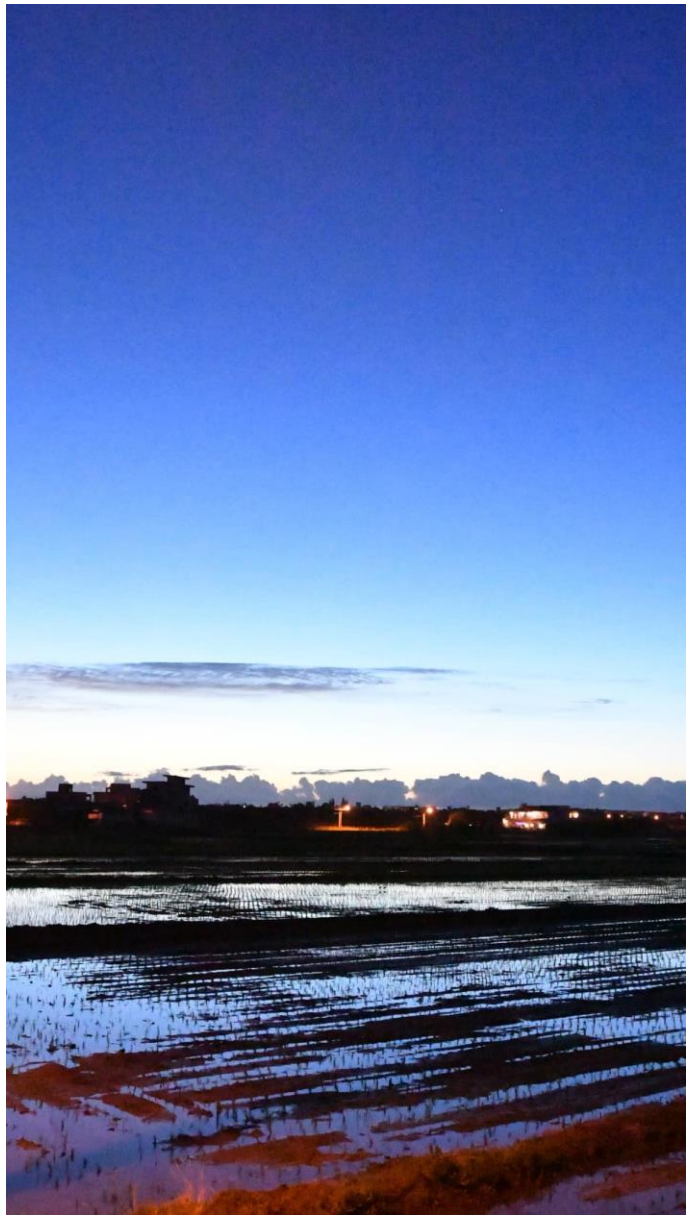
黑格爾說：「性格即是命」，性格主要是指一個人的思想信念形成的行為態度。
基本上我們的人格受到家庭、學校、同儕團體、大眾傳播媒介的影響，因而形成不同的人格、價值觀與態度。

彼得杜拉克
給人生下半場
的課題

從追求成功
轉而
追求意義

每個人不可能是完美的人，但能夠掌握自己優點、活用優點、並透過長處管理五項策略的學習與運用，可以彌補自己能力上的弱點，提升整體的能力與工作績效。這個過程會讓自己更喜歡自己，更愛自己。

希望每個人多思考，多練習，成為一位生涯贏家。



製作團隊

- 製作：高明智
- 主持：高明智
- 攝影：高明智
- 美術：高明智
- 片頭：高慧倫
- 來賓：佛洛姆，黑格爾

P13前段前採用網路圖片，P13下，P15,P17慈濟真美志工拍攝，P16蕭嘉明作品

版權聲明： 本刊版權屬於作者，歡迎任何個人或團體，作非營利的流傳，但不得有任何形式的營利行為

感恩

THANK YOU

證嚴上人完整開示
請看大愛電視台或
奈普敦論壇及奈普敦智慧平台
指教電郵：jack01823@gmail.com