

讓生命自在發光

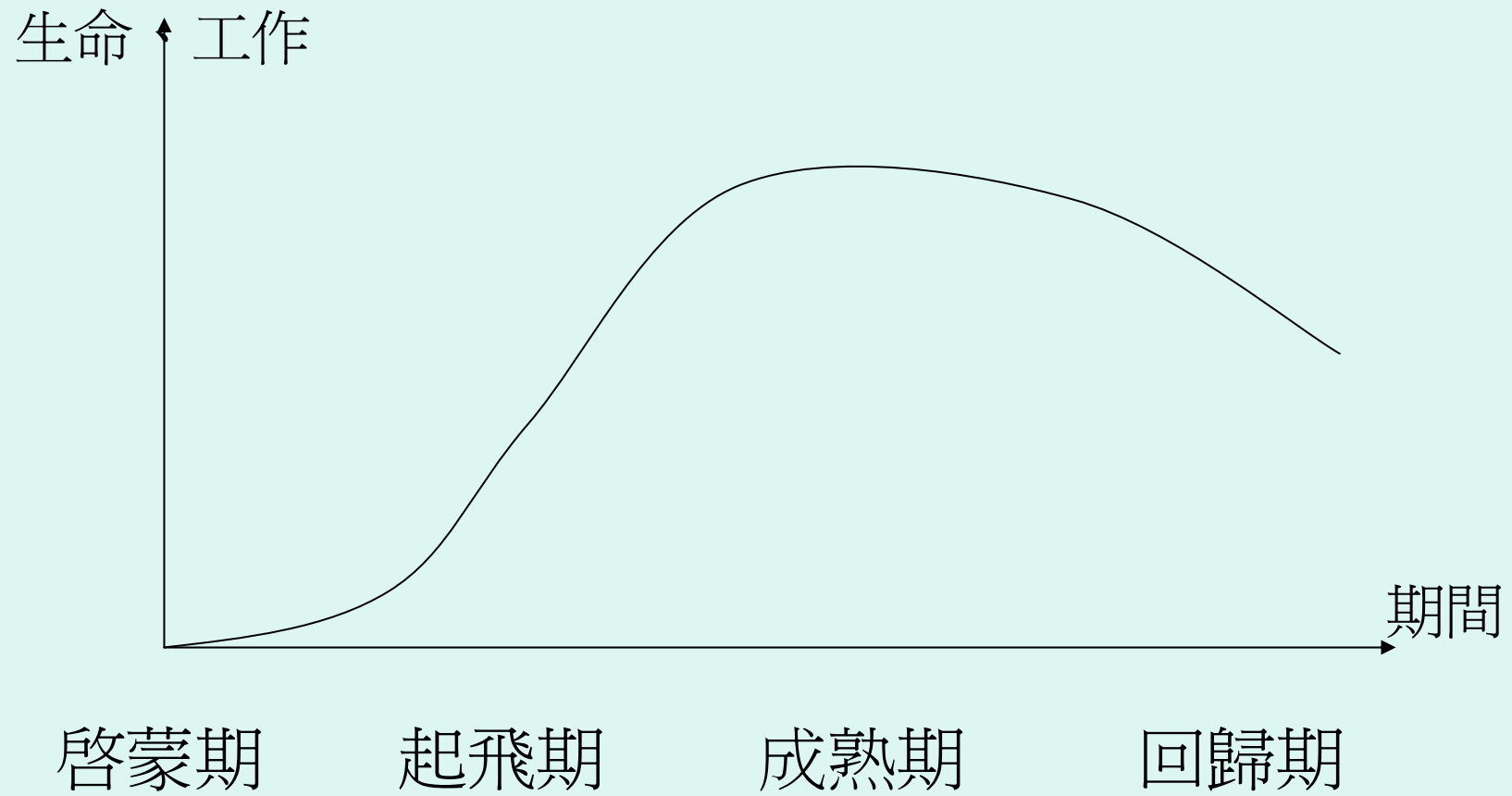
你被壓力壓扁了嗎?第二章

大自然的定律

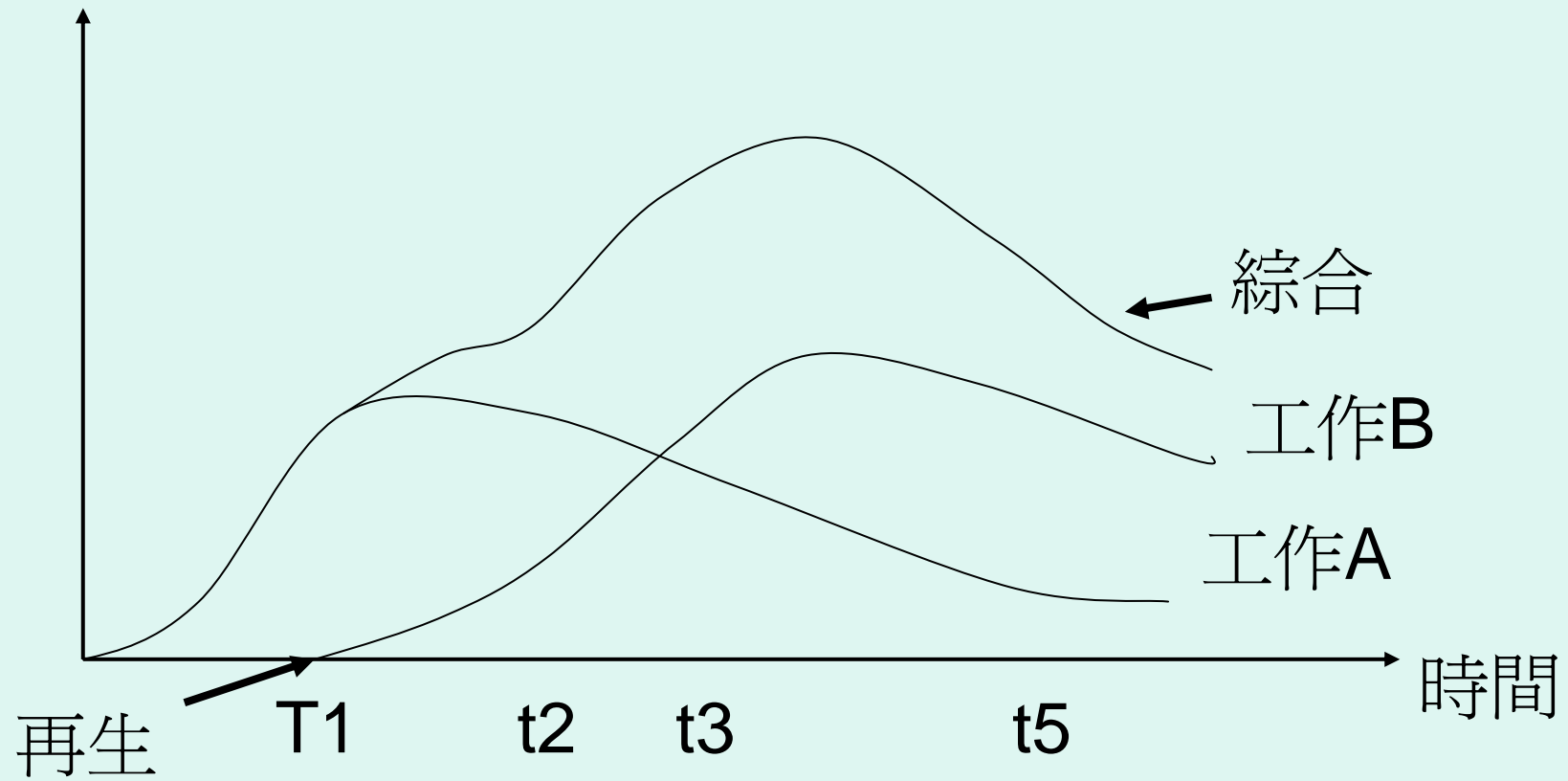
世界末日的最後一天.PP

- 2012
- 正負2度C
- 生、老、病、死
- 成、住、壞、空
- 這美麗的農場是誰的？
- 接受、感恩、欣賞的電網

生命歷程

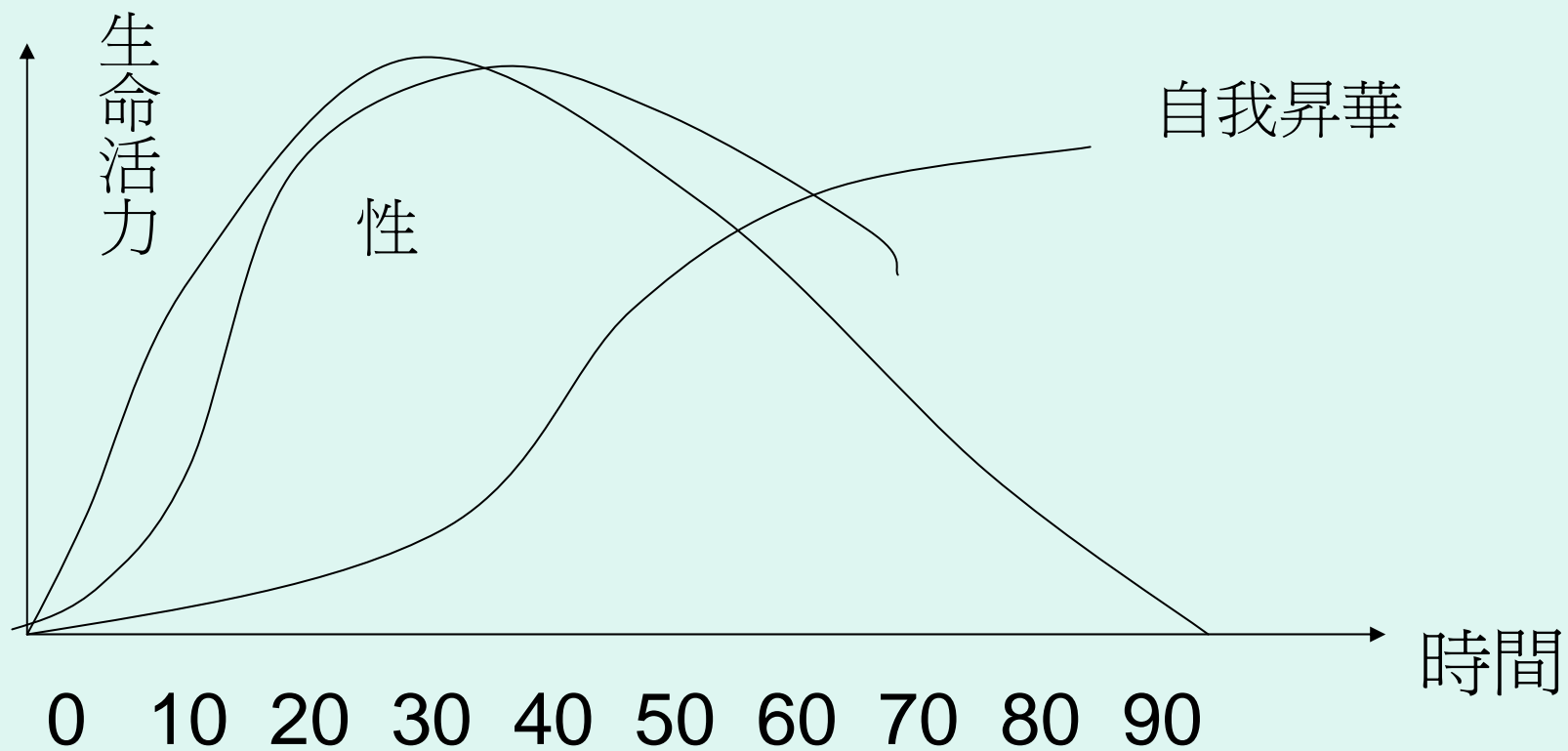


工作成長的再生



生命活力

成長



打造生命藍圖

- 你的生命價值會比一棟建築物高嗎？既然我們蓋房子需要藍圖，那我們對自己的生命可以沒有規劃嗎？
- 你想過死亡嗎？
- 如果你只剩一個月的生命，你會做哪些事....
- 如果你只剩一天可活呢？

打造生命藍圖

- 你要不要對你所愛的人及朋友說：「我愛你」並擁抱他們？
- 爲什麼不現在就做呢？因爲今天一去，我們可能就永遠失去了他們。
- 同樣地，爲什麼不現在就認真工作，完成想做的事情或使命？
- 因爲，今天一去我們可能永遠沒法完成它。

打造生命藍圖

- 人生最好的投資：
 - 股票、基金、黃金、不動產
 - 身體、知識、技能、人際關係
- 母雞的金雞蛋

期中報告

一、介紹自己，願意讓我們認識的部分
特別是生命中需要感謝的人或事。

二、介紹你的工作經歷

工作歷程與小時候的夢想有何關聯？

現在的工作帶給你的的好處與價值

三、未來的目標與行動計畫

有效的生歷管理

- 喪禮的墓誌銘－音樂神童莫札特（1756-1791）
- 酒鬼、浪子、可憐的窮乞丐
- [土耳其進行曲](#)
- [安魂曲](#)



生歷階段

序	年齡	特徵	狀況
1	0-16	啓蒙期	身體的成長、了解自我與環境、
2	16-22	拔根期	獨立、自我支持
3	22-29	成年期	尋找配偶、積極工作、社會關係
4	29-32	過度期	進展不易、變換工作
5	39-43	安定期	專心致力於工作、力求創新
6	43-50	成熟期	改變的機會不多了、接受
7	50-	昇華期	知天命

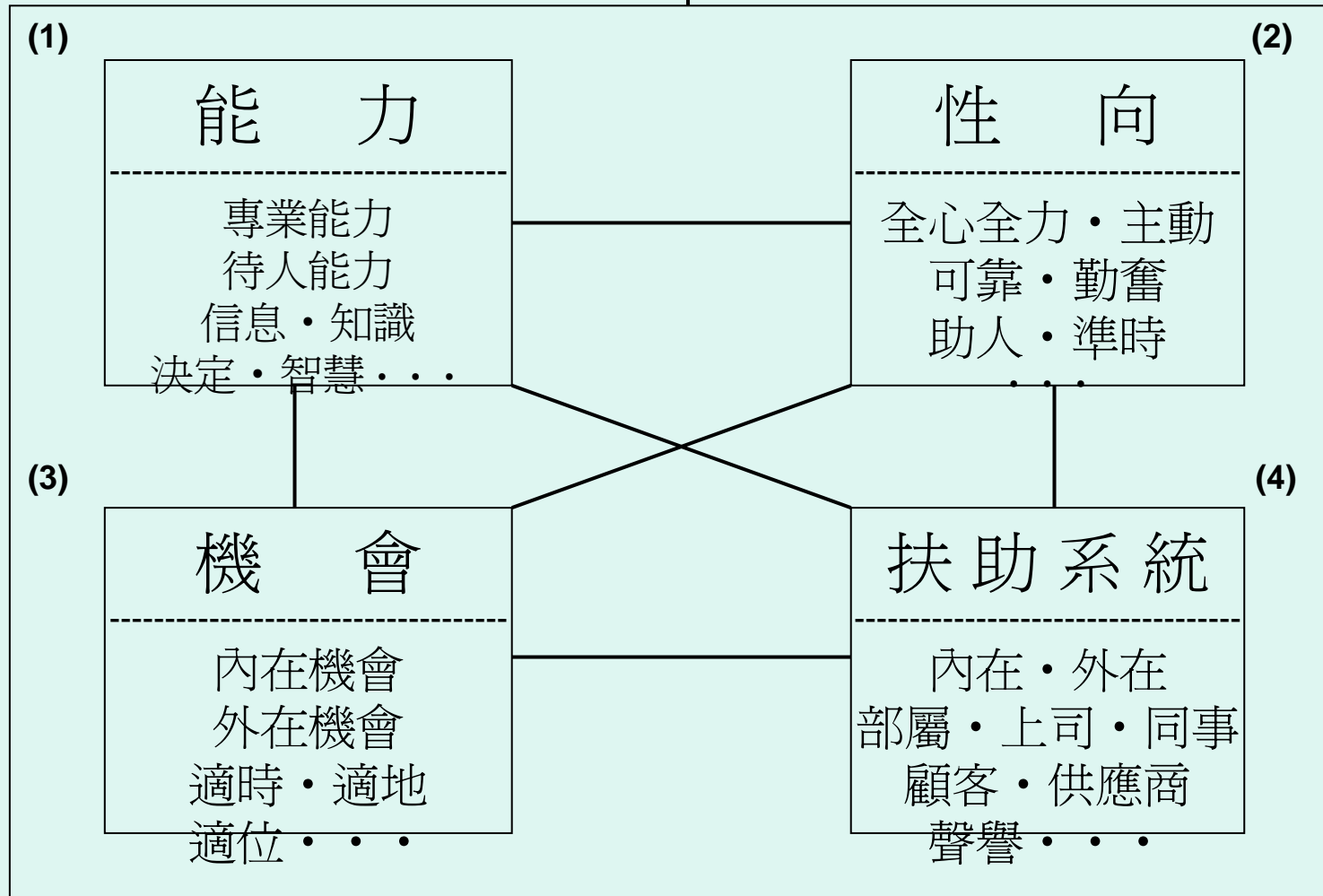
生歷管理

- 你現在正處於哪一個階段？
- 生歷的主要狀況你做到了嗎？
- 哪些人曾經達到你要的境界？
- 如果要模仿他們，還需要甚麼樣的能力與努力？
- 把目標訂的更細更具體，作出每年、每月、每日得計畫
- **Just do it.**

有效的生歷管理

- 成功的定義
 - 世界末日的最後一天
 - 哈佛大學研究成功的企業家：
80%性向、20%專業能力
- 如何了解性向
- 天賦：有能力做又喜歡做

成功的要素



職場成功者

- 全力以赴不計酬勞**vs**一心計較忽略貢獻
- 爲別人和自己解除痛苦與煩惱
 - 不問國家爲你做了什麼，問你爲國家做了什麼？（美 甘迺迪）
 - 我做我學到、嚴長壽「垃圾桶哲學」
 - 好工作是做來的 不是找來的

未來將要被淘汰的8種人

- **1》** 8小時之外不學習的人
- **2》** 對新生事物反應遲鈍的人
- **3》** 靠個人能力單打獨鬥的
- **4》** 玻璃心，心理脆弱容易受傷害的人
- **5》** 技能單一沒有特長的人
- **6》** 計較眼前目光短淺的人
- **7》** 情商低下的人
- **8》** 觀念落後知識陳舊的人

對上司、部屬的需求 (Baird&Kram)

生歷階段	對上司的期待	對部署的需求
啓蒙期 立業	傳授、指導、訓練 回饋、模範、接受、保護	技術上的扶助 精神上的支持
起飛期 晉升	讓人知道、挑戰性的 工作、贊助、顧問	忠實的服從 忠實的執行
成熟期 維護	獨立自主 培育人才	當導師的機會
榮退期 退隱	顧問的角色	顧問的角色

各司其職 敬業樂群

- 你的工作環境與你的習慣領域能共榮共存嗎？
 - 木本植物**vs**草本植物
 - 深根與淺根
 - 如魚得水
 - 放對地方的就是人才.**PP**

