



好書推介

《高效能人士的七个习惯》

《高效能人士的七个习惯》是成功學大師史蒂芬·柯維一九八九年的經典著作。該書被翻譯成三十八種語言，在七十多個國家銷量累積超過二千五百萬本，是史上最賣座的書籍之一。書中的七個習慣，並非柯維原創，他只是把這些習慣組合序列，整理成一個自我管理體系，讓讀者能有效和全面地管理自我和提升效能。

柯維所倡導的成功學，重點不在名成利就，而在如何持續完善自我、燃點生命、影響生命，最終找到人生目標和成就有意義的事情。七個習慣按序分別是“主動積極”、“以終為始”、“要事第一”、“雙贏思維”、“知彼解己”、“統合綜效”和“不斷更新”。首三個習慣是個人成功的基本要件，包括管理能力、規劃能力、目標設定能力及組織能力，柯維認為當讀者能把這三個習慣付諸實踐，便可變得更有責任感、更懂得掌管自己的生活，以及更能專注和有效規劃及訂定生命的優次，導致能有效及成功執行各項計畫。次三個習慣與團隊的互動和合作思維相關，強調若讀者能學會有效溝通、用心聆聽，解決衝突和營造團隊合作的能力，可導引公眾的成功。而最後一個習慣則說明不斷自我更新，力求進步的重要，這習慣涵蓋了前六個習慣，鼓勵讀者要在各方面做到日新又新，以面對不斷變化的世界。



這七個習慣是做人的七個原則、七項信條。讀者對這七個習慣的體會，需要不斷探索和反思才能有深入的領悟，要成為生活習慣，更要立下決心，扎實地一點一滴累積和實踐。當然，如何應用則因人而異，亦因事而異，每個人都需要因地制宜，恰到好處地靈活運用這些原則，才能真正發揮七個習慣的效能。

以下是《高效能人士的七個習慣》的重點：

習慣一：積極主動

這個習慣倡導讀者要建立自己的原則和價值觀，且要為自己的生命做適切的選擇，為自己的過去、現在和將來負責，勇於創造改變，積極面對生命，不要以被動者和受害者的角色處事。

習慣二：以終為始

許多人埋頭苦幹，但卻沒有認清自己的方向和目標，因而走了歪路，浪費了時間。因此，認清使命和思索使命非常重要，有助讀者專注願景和目標。這習慣強調要先在心裡想像和創造藍圖，再鎖定生命的目標，踏實地實踐，那便能成功在望。

習慣三：要事第一

這習慣提醒讀者忙要忙得有意義和有方向，故建議執行工作前先停下來辨別事情的緩急輕重，再有序地作出規劃，專注在優先的事項。習慣三是習慣一和二之結合，重點在積極和有序地把夢想和計劃付諸實踐。



習慣四：雙贏思維

雙贏思維強調不以二分法看事情，且重視以互相尊重和互相體諒的態度處事，透過資訊分享、匯集力量、彼此認同等思維共同就問題尋找互惠的解決辦法，視人際溝通為一個導致大家均可成為贏家的互動。

習慣五：知彼解己

真正誠摯的人際溝通，不單只為表達自我，還在用心聆聽、用眼觀察、用語言回饋對方，知彼需要仁慈心，解己需要勇氣，能平衡兩者，讓對方感到被了解、受尊重、獲認同，溝通自然變得流暢有效，處事自然事半功倍。

習慣六：統合綜效

統合綜效是把自己和別人的經驗和專業知識彼此分享，創造一加一大於二的成效和合作習慣，透過尊重彼此差異和綜合各方建議等方式，尋找遠勝個人之見的解決問題方法。這個習慣和處事手法不以妥協為目標，而是追求取長補短和創造式的合作。



習慣七：不斷更新

人生最佳的投資莫過於在身體、心智、精神和待人處事方面為自己 and 別人開拓健康的成長空間，這個習慣涵蓋和提升了其他六個習慣的實施效能。對機構而言，習慣七提供了願景、更新及持續的改善；為個人和家庭，習慣七則有助提升生活態度和成長空間，有助以個人或家庭層面面對社會日新月異的挑戰。

柯維的七個習慣，雖然各自獨立，但彼此相輔相成，且必須循序漸進，靈活運用，才能產生良好的效能，達致有效解決問題、持續成長、完善自我等目標。

在此，筆者誠心期望讀者能藉《高效能人士的七個習慣》，開啟生命新的一頁，為自己打開改變之門，在學習和實踐這七個習慣的過程中不斷成長，活出豐盛的生命，在家庭和工作間做到群策群力，互相尊重，彼此體諒，成為高效能的人士。

