

「你管得住自己嗎？」之文章閱讀報告

一、閱讀文章動機

今年二十歲的我，原本應該是大學二年級的學生，比起現在同屆的同學們，我比他們年長了一到兩歲。我考了兩次的大學入考試，記得在第一次考試成績公佈時，上了人們口中有名的吊車尾大學，自己的小宇宙整個崩塌，彷彿高中三年的付出的都不值得，在多數朋友、老師眼裡，我是個認真努力的人，他們認為我應該可以更好；第二次的考試結果，雖然不是上了甚麼頂尖大學，但是是我心之所向的科系，大學生活就此展開。

即便我的表現比第一次來的好，我還是想了很多為什麼，為什麼我沒辦法更好。當然事實已定，我是中華大學的一份子，我也如願上了感興趣的科系，現在我想我能努力的事，是如何在我有興趣的方向裡成為一顆閃耀的星星。

因為過去的失敗，和現在的要努力的事，上網查了有關自我管理的文章，一方面我想了解自己過去跌倒的原因，一方面想知道自己要如何增加自己的能力，其中這篇文章是我印象最深的一篇。

二、獲得文章啟發

(1) 即使資質平庸的人，也必須學習自我管理

文章中提到管理大師彼得杜拉克在《二十一世紀的管理挑戰》一書中所提到的一段話「過去有偉大成就的人，向來善於自我管理。然而，這些人畢竟是鳳毛麟角。但在今天，即使資質平庸的人，也必須學習自我管理。」。現今企業大多以受過專業訓練的知識工作者為主體，已非過去以大量勞力工作者為主的時代，因此「自我管理」在現今的社會裡是一項相當重要的能力。

(2) 總能保持要贏的心態，是他們的共同特性之一

敢做夢、也能讓夢成真，這其實在每個成功者身上都能發現的特質。好萊塢巨星阿諾•史瓦辛格，一個來自奧地利的窮小子，十五歲立志贏得「世界健美先生」，並自幼夢想「到美

國、當電影明星、娶甘迺迪家族後代為妻」，如今看來，這些夢想的確逐一實現。阿諾的友人說到「每年元旦，阿諾會拿出一本筆記本，一一寫下新年心願，設定目標。那些目標看似個個荒唐，但他寫到做到，幾乎全部實現。」。

三、反思自己的論述或觀點

在過去準備大學考試的那段時間裡，看見其他同學一天可以安排很多科目，於是我也把自己每天安排得滿滿的，經過一段時間後，自我發現到，我的能力沒有辦法像其他同學一樣，一天五個科目，我的極限一天頂多三個科目。當時的我認為，那只是因為是剛開始，所以沒辦法跟其他同學一樣是很正常的，所以我依然將五個科目排滿了我的一天，最後，我的行動完全跟不上計劃，導致整個計畫缺乏行動。上述過程，我完全忽略了每個個體的不同，我只是一味地模仿他人，並未真正的了解自己，就像這邊文章中所提到的，自我管理的其中一環「找出適合你的方法」，應該要依據自己的能力去進行任務上的安排，在自己有限的精力提出有效的行動，「掌握適合自己的學習方法才能有效學習。」。

進入大學後，不再像國、高中時期有老師在後面盯著我們學習，透過很多的小考試，確定在期中、期末有一定的成績。身為一個大學生，時間管理相當的重要，畢竟一考試就是衡量你是否拿到學分的期中、期末考。目前我正在執行屠夫計畫，就是每當我開始讀書或做一件事時，我都會按下碼表，記錄我所使用的時間。這樣一來，在我下次安排計畫時，可以有所參考，安排出更有行動可能的讀書計畫，從中捨棄重複的工作，或是重新審視有哪些工作可在同一時段完成，讓時間安排更有效率。

對於時間管理，我時常會因為別人的請求幫忙，還將計畫好的事情延後，甚至沒辦法完成，我應該要學習適當地說「不」，就像文章中所提到的「學會授權及設定優先順序，是時間管理的關鍵。『如果你的工作都是無人能夠代替，那你也沒有時間讓自己升級。』」

四、參考文獻

[天下雜誌 286 期 你管得住自己嗎? -文 羅詩誠](#)

<https://www.cw.com.tw/article/5041690>