

國立臺灣科技大學圖書館
「書香獎勵閱讀計畫」心得報告

計畫案號	113-59	繳交日期	113/06
讀者姓名	蔡豐興	單 系	位 所 工管系所
書名	與成功有約:高效能人士的七個習慣		
心得	<p>我是在 YouTube 的一個說書頻道上聽到這本書的介紹，因此特地找來閱讀。最近我正面臨人生中的重大轉變，想朝著成功人士的目標努力拼搏。原本我以為成功是賺很多錢、德高望重、擁有無上的權力，但透過這本書，我明白了，即使擁有金錢和權力，如果沒有伴侶、愛人陪伴，沒有健康，一切都是徒勞。這本書的作者通過許多案例讓我們了解到，成功並不是單一面向的，而是多面向的發展。</p> <p>以前我其實不喜歡看這種心靈成長的書籍，因為我認為大多數這類書籍只是雞湯或激勵短期效果，不能長久影響人生。然而，這本書展現了二戰前心靈書籍的樣貌，當時的人們不太在意短期效果，更注重長期的修養。比如，藝術家要有藝術家的修養，淑女也要有淑女的修養就是俗稱的"sense"，這是一種內在的"sense"，而不是短期的興奮劑。</p> <p>這七個習慣中讓我認識到成功並不僅僅是表面的成就，而是內在的自我實現和人際關係的和諧。這七個習慣包括：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。</p> <p>主動積極是指我們要對自己的行為負責，不再把責任推給環境或他人，而是根據自己的原則和價值觀做出選擇。真正的自由來自於我們如何回應環境和挑戰。</p> <p>以終為始讓我學會了從長遠目標出發，明確自己的人生定位和價值觀。這樣，我可以在面對選擇和挑戰時，更加堅定地朝著自己的目標前進。</p> <p>要事第一則教會我如何在繁忙的生活中找到優先順序，確保最重要的事情得到優先處理，從而提高自己的效率和效果。</p> <p>雙贏思維和知彼解己強調了人際關係的重要性。在與他人相處時，我</p>		

學會了如何站在對方的立場考慮問題，尋求共贏的解決方案，這不僅提升了我的溝通能力，也讓我在職場和生活中獲得了更多的信任和支持。

統合綜效讓我明白，合作比競爭更能帶來長久的成功。當我們與他人合作時，可以通過整合各自的優勢，創造出更大的價值。

最後，不斷更新則提醒我，成功不是一蹴而就的，而是需要持續不斷地學習和成長。無論是通過閱讀、寫作還是其他方式，我都應該不斷提升自己的能力和素質，保持開放和謙虛的心態。

這本書不僅僅是一部教你如何成功的指南，更是一部幫助你探索自我、發現內在價值的心靈讀物。透過這本書，我學會了如何在生活中找到真正的幸福和滿足，並且能夠在面對挑戰時，依然保持內心的平靜和堅定。這才是成功的真正意義，也是這本書帶給我的最大啟發。