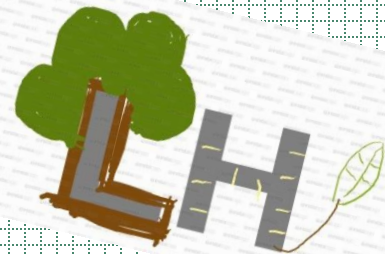


# 團隊合作與工作方法

樂活師大Let's Go

李立旻 廖偉伶 江宜靜  
林思仔 劉建秦 林淑雯  
林涵君 何美虹 江姿儀



# 團隊合作

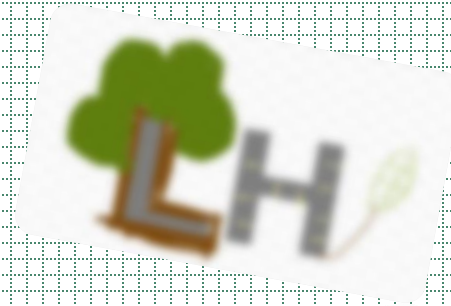
(C) Teamwork Quotes.com

T-E-A-M-W-O-R-K

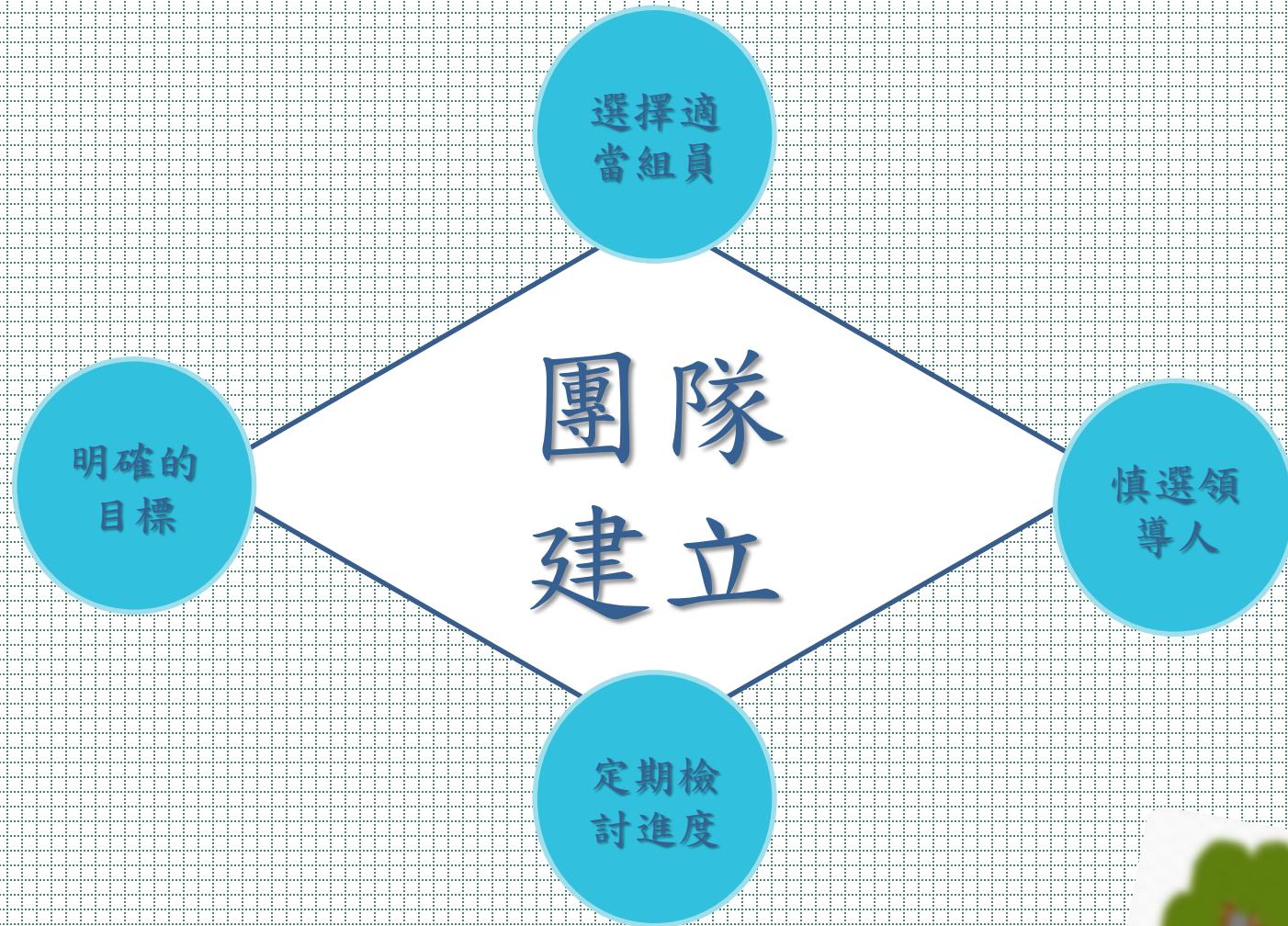
In union there is strength

# 團隊合作定義

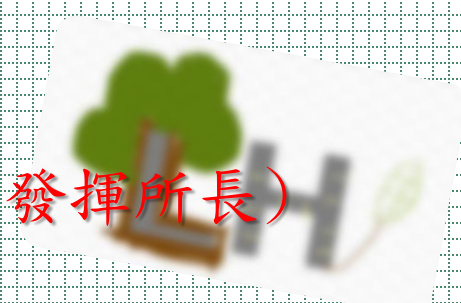
一群人為達成  
同一目標，在  
過程中相互支  
持與共同努力



# 團隊建立



(把人放在適當的位置，讓每位成員適得其所、發揮所長)



# 團隊合作優缺點

## 優點

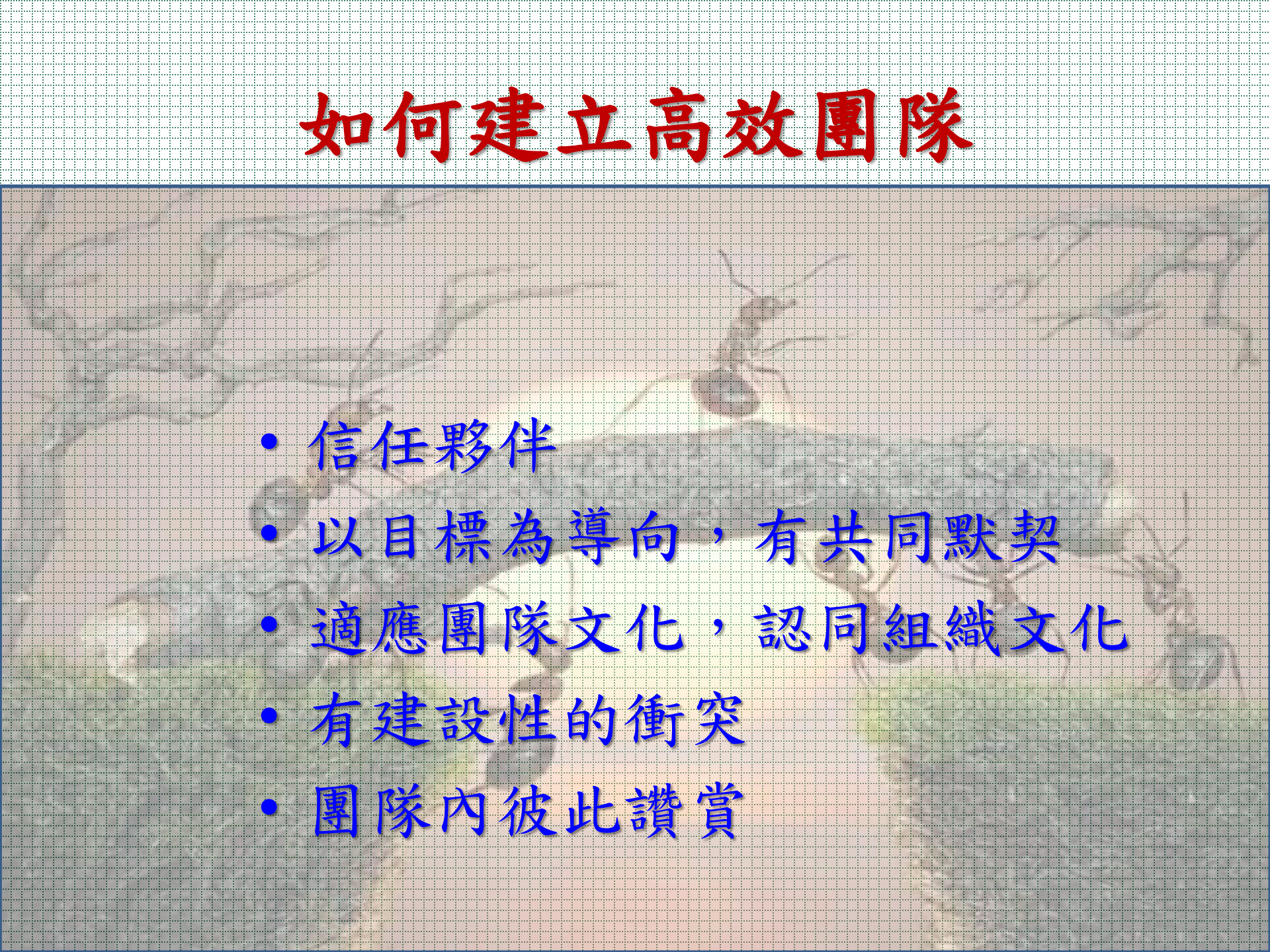
1. 團結力量大
2. 集思廣益
3. 分工合作
4. 截長補短
5. 良性競爭
6. 自我加強與成長
7. 學習相互溝通
8. 學習相互照顧
9. 學習社會化

$$1+1>2$$

## 缺點

1. 太多意見或爭議阻礙進展
2. 跟不上的組員可能拖垮團隊
3. 力不足易自我安慰
4. 能力強者需多擔待
5. 付出多或少的人共擔成果
6. 相互計較

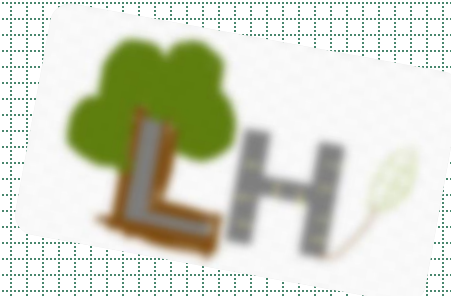
# 如何建立高效團隊

- 
- A background image showing several ants on a tree branch. One ant is prominently in the center, facing right. Other ants are visible in the background, some on the branch and some on the ground. The scene is lit with a warm, yellowish light, creating a soft glow around the ants.
- 信任夥伴
  - 以目標為導向，有共同默契
  - 適應團隊文化，認同組織文化
  - 有建設性的衝突
  - 團隊內彼此讚賞



# 團隊合作五大要素

- **有效溝通**  
成員和主管必須明白的共同目標，一起合力達成。
- **求勝態度**  
成員要能擔負起各自角色和責任，培養高昂的求勝士氣。
- **團隊中心**  
成員須克服自我中心，以整個團隊的利益為首要。
- **動機**  
必須持續激勵成員達成團隊的共同目標，擬定長短程目標，鼓勵漸進達成。
- **團隊紀律**  
建立公正持衡的紀律。



# 工作 方法





？ 何謂「工作方法」？

集結眾人的智慧與行動達成  
以解決問題並達成目標。

？ 何謂「工作方法」？



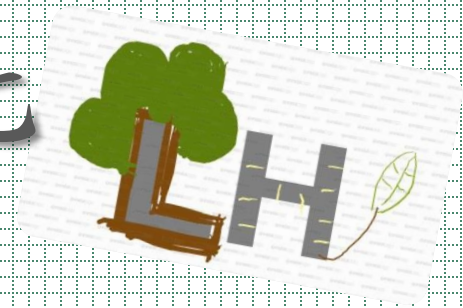
▲ 「改善現況的優先順序」

**E**liminate 捨棄

**C**ombine 結合

**R**eplace 置換

**S**implify 簡化



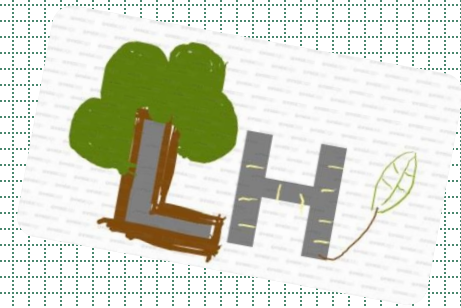
# 聰明工作好撇步

重要 vs 緊急

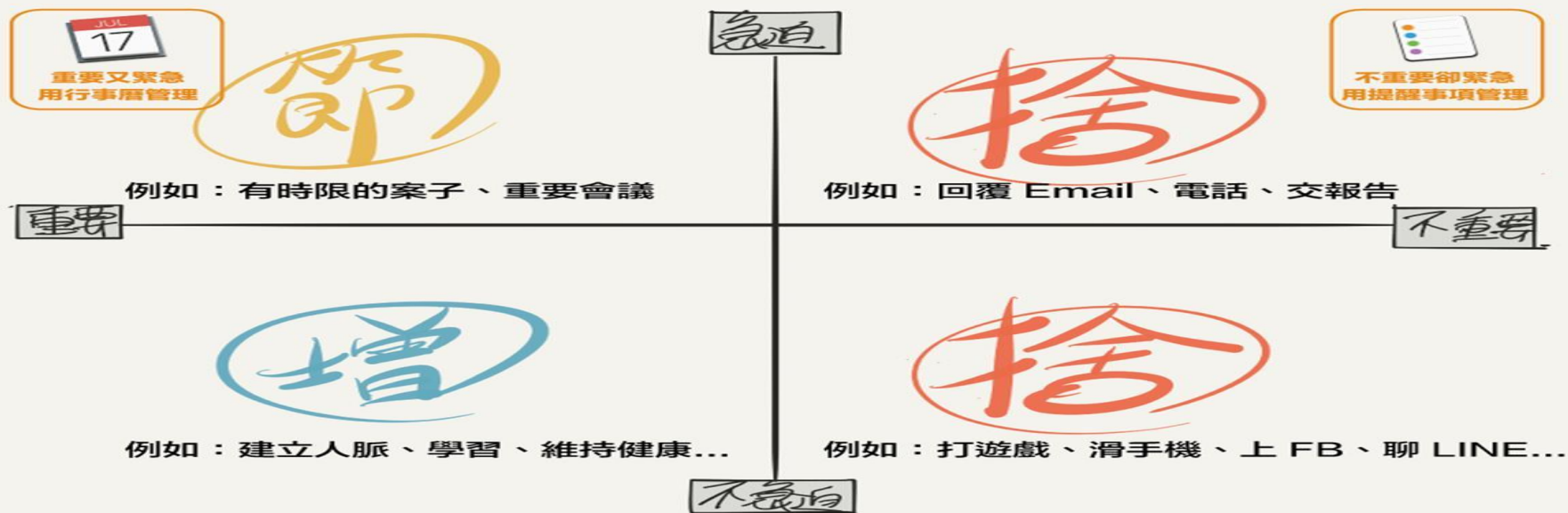


16.3.10

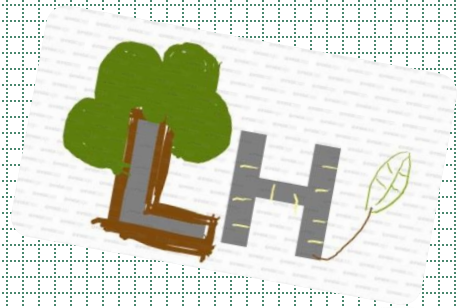
- ▲ 從待辦事項清單下手
- ▲ 看工作成果，而非工作時間



# 聰明工作好撇步



- ▲ 培養「準備好要工作了」的習慣
- ▲ 追蹤浪費的時間
- ▲ 養成幫助自己停止工作的習慣



# 善用APP，工作效率好提升



Post  
it



Evernote



Google  
Keep



錄音機-  
錄音程式

好的工作方法是需要善用工具來創造，  
人人都是智慧人，善用與科技共處創造工作好效率。





# OUT 瑣碎工作辦法 OUT

## ▲減少浪費

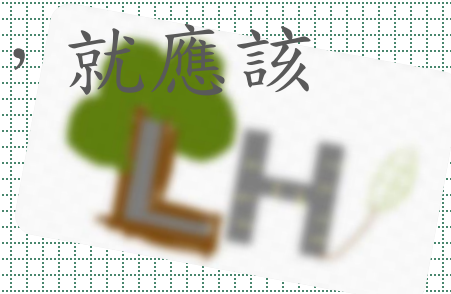
「對產出毫無貢獻卻需要花時間處理的項目」

## ▲減少駁雜

「工作沒有標準化，工作品質變得雜亂無章，因此拖累整體工作時程」

## ▲減少勉強

「勉強每天加班，長期而言會讓人身心俱疲，對工作提不起勁，所以在勉強發生時，就應該盡量婉拒」

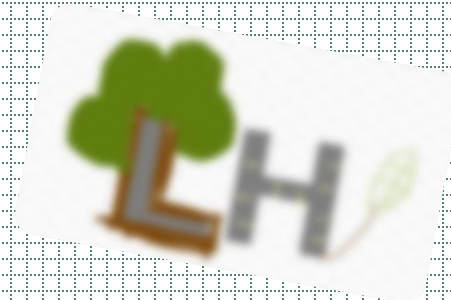


# ↑ ↑ 提升「工作方法」 ↑ ↑

▲ 明確工作目標，及時調整計劃

▲ 優先處理 vs 次要處理

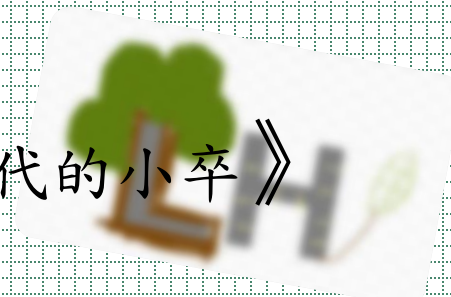
▲ 善用自動化小工具幫助規劃行程



# 工作者

無法消除不必要的工作  
就只能終日埋首瑣事  
成為公司的打雜人員

西村克 - 《A咖工作術：拒絕當公司裡可被輕易取代的小卒》

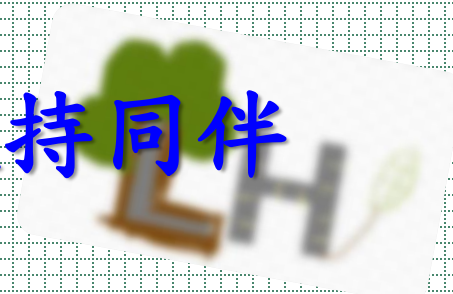


# 選擇適當的團隊合作與工作方法

## 雁行理論

- ▲ 團隊同生命共同體，成員間可遞補替代內部職務，維持任務繼續運作。
- ▲ 同母雞帶小雞，彼此相互學習，輪流享有領導權。
- ▲ 相互激勵與扶持，共度難關或黑暗期。
- ▲ 共享成果。

團隊合作、輪流領導、激勵與扶持同伴



**“Coming together is a beginning,  
staying together is progress and  
working together is success.”**

**-Henry Ford**

一起過來是開端  
一起相處是進步  
一起工作是成功

