2023-03-06

**譯者**．**陳如月**

**當你被賦予超出你經驗範圍的任務時，該怎麼辦**

儘管承擔新的責任或挑戰可能令人生畏，但這可能是發展新技能和展示成長潛力的絕佳機會。然而，有時你可能會被要求做一些超出目前經驗範圍的事情，會覺得自己難以勝任。

**當你接到超過你經驗範圍的任務時，該怎麼辦？**

當這些情況發生時，你可能不想讓老闆失望，但你也不想自不量力。為了提供幫助，BioSpace提供一份指引，詳細說明當你被要求做超出你經驗範圍的事情時該怎麼做。

1. **問問題**

承擔新責任的第一步是問問題。不要害怕詢問細節，例如期望是什麼、任務需要哪些技能和知識，以及你需要多長時間才能完成它。提出問題顯示你有興趣了解更多關於這個專案並承擔額外的責任。

這也可以讓你評估你是否有能力完成這項任務。如果很明顯，這項任務對你來說太難了，那麼坦誠地說出你的能力也沒什麼。

1. **改為提供協助**

即使事實證明某項任務超出你的經驗範圍，你仍然可以提供支援和協助。主動提出與更有經驗的同事協作，或尋找資源以幫助你更好地理解這項任務。

如果這是一個你有一定知識的領域，可以利用它建立一個團隊專案，你們一起工作完成任務。透過這樣做，你仍然可以做出貢獻，並顯示你願意學習新事物。

1. **不用著急**

重要的是要求足夠的時間來完成任務，這樣你就不會倉促行事或感到不堪重負。如果這是一個長期專案，請確保為自己設定截止日期，以保持進度。

對於你可以投入多少時間來完成這項任務，有一個現實的想法也是個好主意，因為其他職責也可能需要你的關注。

1. **詢問其他機會**

如果任務顯然超出了你的能力範圍，那就請問你的經理，是否有其他機會由你代替承擔。這表示你渴望為團隊增加價值，並證明你的價值，即使你還沒有準備好完成眼前的任務。

這可以是做一些你更有信心的事情，甚至是把你的時間投入到研究和了解你工作領域的最新趨勢上。探索這些選項將幫助你獲得新的技能並增加你的知識基礎。

1. **協商**

如果你被要求承擔一項超出你經驗範圍的任務，你可以協商完成任務所需的任何東西。例如，如果任務要求你加班，你可以要求暫時加薪或額外的休假日。

協商以獲得一些回報表明你重視自己，並有信心捍衛自己所需要的東西。這也表明你不怕冒險，敢於自信。

研究一下你所做的工作應該得到什麼公平的報酬，並確保在與主管對話時牢記這一點。確保只在任務需要的情況下才要求額外的補償。否則，你可能會被老闆視為自私或不願意幫助團隊。

1. **了解自己的極限**

讓額外的任務消耗你生活的每個層面是沒有意義的。不要讓自己筋疲力盡，一定要在這個過程中照顧好自己。

要明白，你沒有義務接受這項任務，也有可能忘記其他責任的風險。

**要點**

承擔超出你經驗範圍的責任可能會很可怕。但透過遵循這些步驟，你可以自信地處理這種情況，並在此過程中學到寶貴的技能。

提出問題、提供支援、花時間完成任務、詢問其他機會、協商薪酬，不要把自己逼得太緊。只要稍加準備，再加上正確的態度，你就能確保自己能輕鬆地完成任何任務。

控制好你的工作量對你的成功和幸福至關重要。歸根結底，你是否有能力完成一項任務取決於你自己。對自己誠實，不要害怕在需要的時候尋求幫助。

控制好你的工作量對你的成功和幸福至關重要。因此，請花時間仔細評估每個請求，並問問自己願意和能夠做什麼。如果一項任務在這些參數之內，那就去做吧 — 只是記住不要在這個過程中把自己壓垮。

(資料來源：BioSpace)