

限制理論跟習慣領域

研究生：羅偉倫

指導教授：游伯龍 博士

管理學院（資訊管理學程）碩士班

中文摘要

習慣領域描述了人們平時面對問題時，在什麼樣的範圍找到處理問題的方法，這個範圍就像一個層層包圍的盒子，最外層的盒子(潛在領域)很大，可是最內層的盒子(實際領域)很小，想要能夠即時並有效的解除問題所帶來的痛苦跟壓力，人們就要能從盒子裏或盒子外找到可以解除痛苦跟壓力的能力，但是人們卻經常局限在最內層的盒子，無法跳出這個框框，以致於人們常常不能找到合適的方法來解除壓力。

高德拉特(Eliyahu M. Goldrat)博士提出了限制理論(Theory of constraints)，這個理論主要是在找出真正的目標(the goal)，並藉由對目標的分析，找出限制人們，讓人們無法打破僵局的限制，進而找到真的問題根源—限制因素。

游伯龍 (Po-lung Yu) 博士提出習慣領域 (Habitual domain) 來幫助人們了解自身行為及如何挖掘自身潛能或擴展自身能力，進而解除生活上的痛苦跟壓力。

本論文成果為：找出限制理論跟習慣領域之間互補的關係，使人們可以在特定的情況下，利用限制理論來進行實際領域的轉題；同時利用習慣領域來加強限制理論找到正確限制因素的能力，進而找出問題解決方法的方法。

關鍵字：習慣領域、限制理論、電網、限制因素