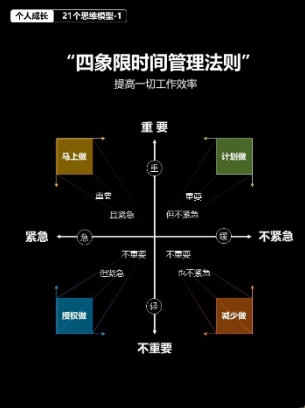
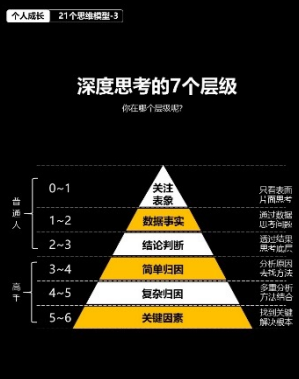




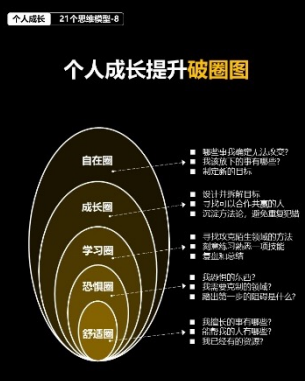


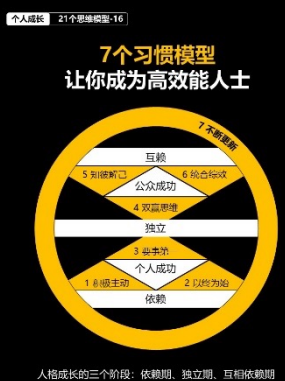


100个思维模型 PPT源文件

支持修改文字、图形、颜色









到底什么是四维领导力

明道 | 取势 | 优术 | 树人

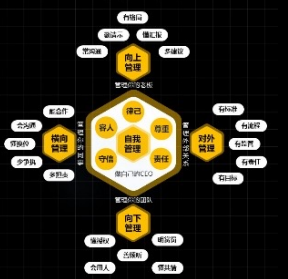


华为用了15年的选拔人才五大要素



Chapter 10 个人成长

提升领导管理能力的五维管理策略



Chapter 10 个人成长

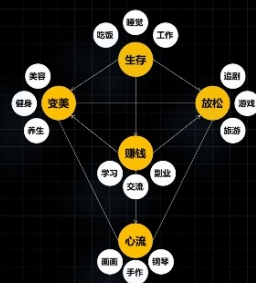
赚钱最快的四条路

绝大多数人败在了第三条

——稻盛和夫



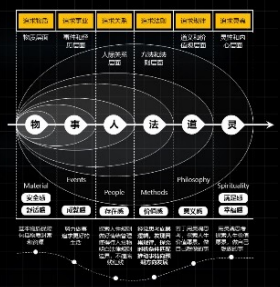
如何用5个时间维度重组自己的人生



Chapter 11 商业思维

人生的六个层次

物 | 事 | 人 | 法 | 道 | 灵



Chapter 10 个人成长

8个步骤教你如何制定有效计划



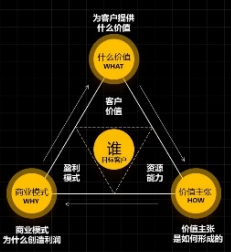
Chapter 10 个人成长

猫叔80天涨粉1万 分享一些起号经验



运营思维 18个思维模型-06

什么是商业模式



四要素

- 你的目标客户是谁？
- 你能给客户提供什么价值？
- 你的核心竞争力是什么？
- 你怎么盈利？

运营思维 18个思维模型-17

优秀管理者：必会五字口诀



怎么看一个人有没有领导力？

基层看执行、中层看理解、高层看决策

基层看才能、中层看德行、高层看胸怀

品层决利益、中层谈执行、品层谈实仁

运营思维 18个思维模型-02

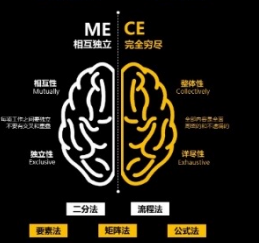
人生能力增长利器 KISS复盘模型 坚持1年，领先5年！



Chapter 10 个人成长

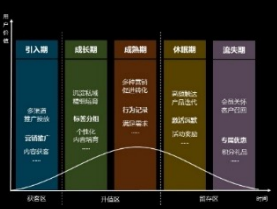
运营思维 18个思维模型-14

6个运营问题分析模型 5 麦肯斯MECE分解法



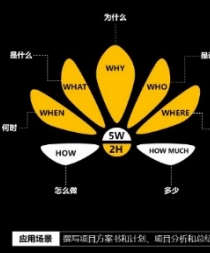
应用场景 对项目/业务/用户等分类拆解和梳理，分析各项因素

5个用户运营必会模型 5 用户生命周期模型



运营思维 18个思维模型-04

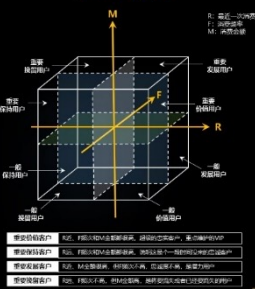
6个运营问题分析模型 1 5W2H七问分析法



应用场景 撰写项目方案书和计划、项目分析和总结

运营思维 18个思维模型-03

5个用户运营必会模型 2 RFM模型



运营思维 18个思维模型-05

每天早起口才练习10分钟

成为一个优秀的口才高手！

《练大脑反应灵活度》

山前有个严圆眼，山后有个严眼圆，二人山前来比眼
不知是严圆眼的圆眼圆？还是严眼圆的眼圆？

《练嘴唇灵活度》

八百标兵奔北坡，炮兵并排北边跑
炮兵怕把标兵碰，标兵怕碰炮兵炮
八了百了标了兵了奔了北了坡
炮了兵了并了排了北了边了跑
炮了兵了怕了把了标了兵了碰
标了兵了怕了碰了炮了兵了跑

《练舌头灵活度》

四是四，十是十，十四是十四，四十是四十
别把四十说喜席，别把十四说席喜
要想说好四和十，全靠舌头和牙齿
要想说对四，舌头顶牙齿
要想说对十，舌头别伸直
认真学，常练习，十四、四十、四十四

运营思维 18个思维模型-07

6个运营问题分析模型 3 SMART分析法



应用场景 明确工作任务范围、确定工作计划和目标

运营思维 18个思维模型-03

6个运营问题分析模型 2 STAR分析法



应用场景 对任务、项目、事件去思考的分析总结

6个运营问题分析模型 4 SWOT分析法



SO（优势+机会）利用起来　WO（劣势+机会）需要改进

ST（优势+威胁）当心起来　WT（劣势+威胁）需要消除

运营思维 18个思维模型-05

6个运营问题分析模型 6 WBS工作分解结构

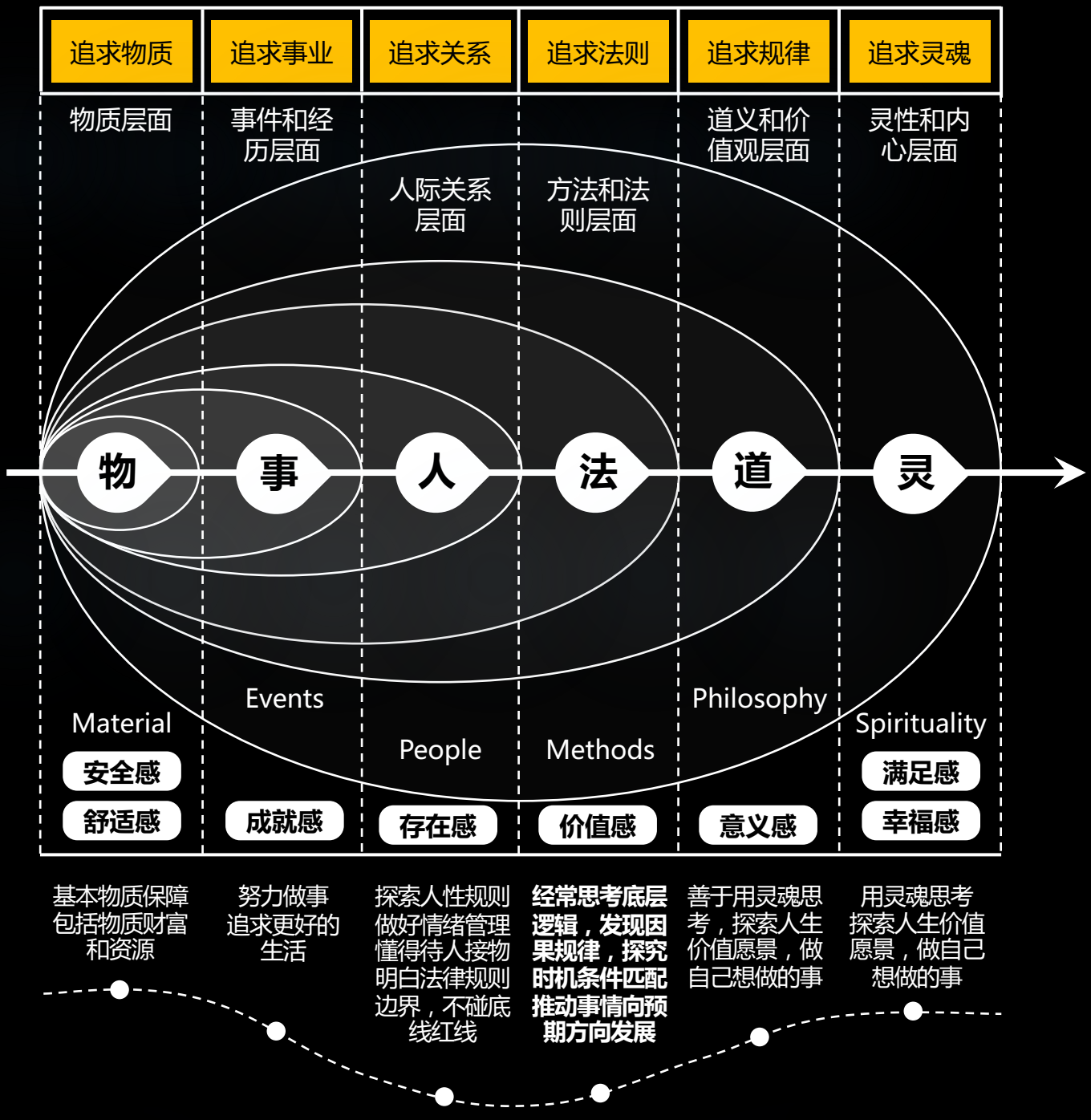


应用场景 梳理工作事项，制定工作计划，确定阶段性成果

运营思维 18个思维模型-07

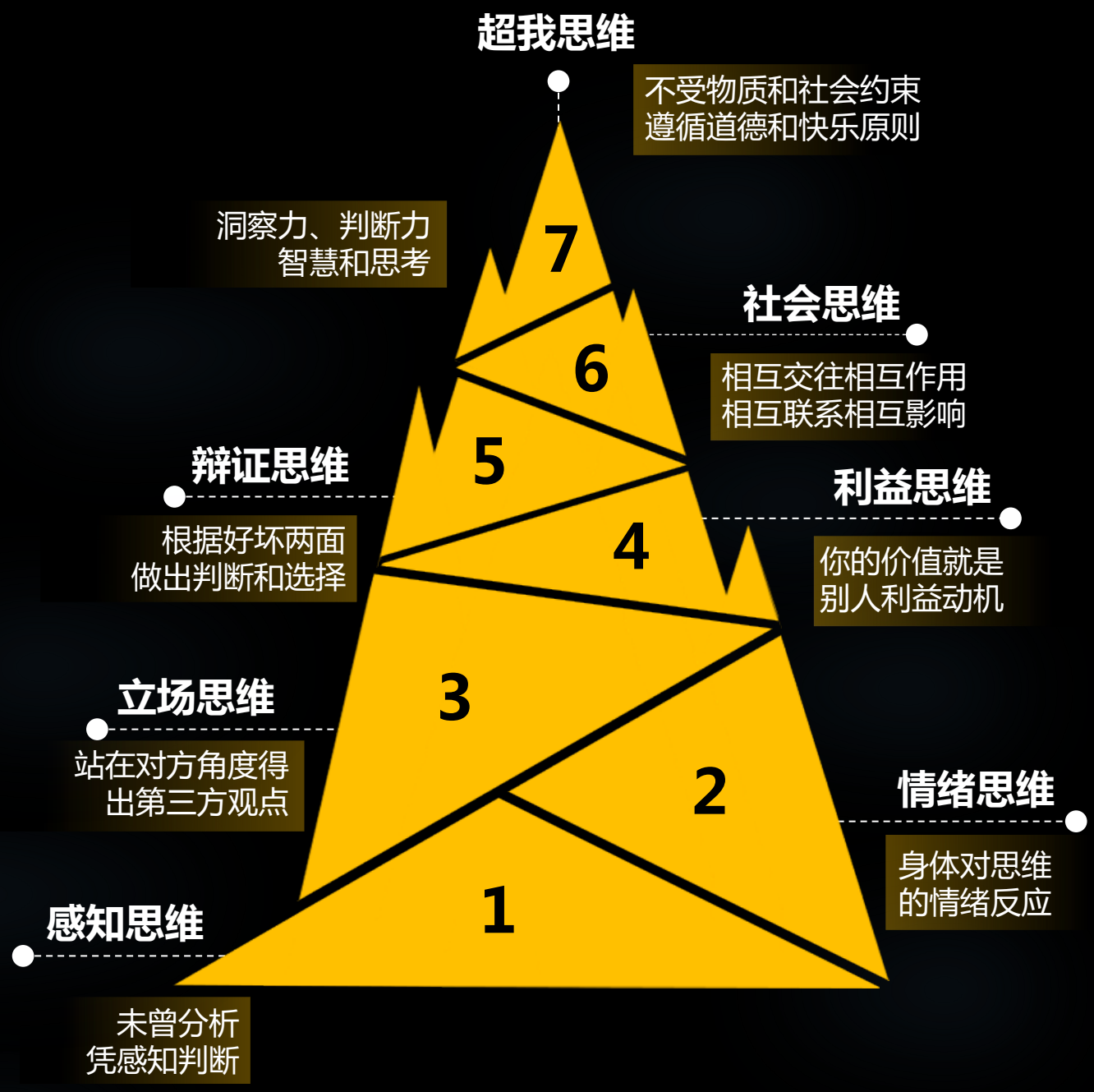
人生的六个层次

物 | 事 | 人 | 法 | 道 | 灵



思维认知的七大层次

你的层级决定你的命运



认知的7个层次

帮助我们更好的思考

感知 **第一层** 通过感官获取信息
如视觉、听觉、触觉等

理解 **第二层** 对所接受到的信息
理解和筛选

分析 **第三层** 对信息进行深入的
剖析和研究



评估 **第四层** 在分析的基础上
对事物进行评估和判断

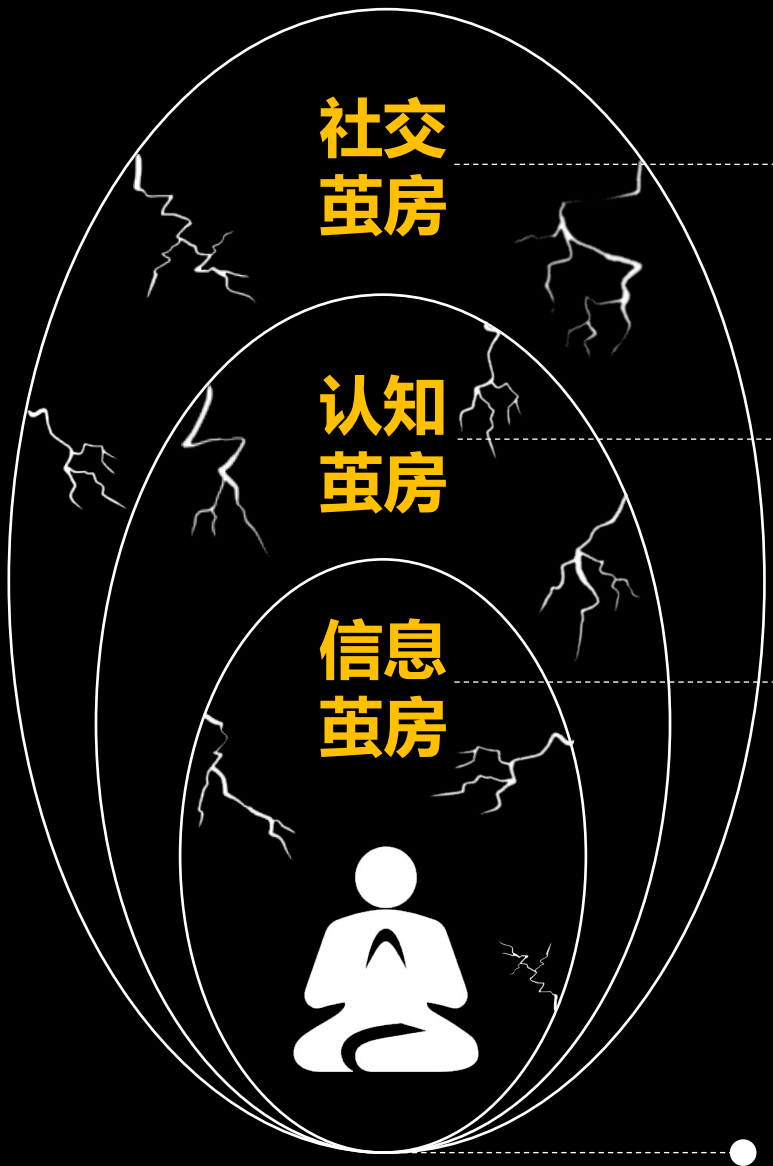
创造 **第五层** 基于已有信息和知识
产生新的想法或解决方案

反思 **第六层** 对自己思考过程反思
并改进思考方式

元认知 **第七层** 对自己的认知过程进行思考
并对其调整和优化

认知的三重茧房

突破茧房提升自我



- 圈子受限
- 思维固化
- 视野变窄
- 三重茧房

认知的三种境界

看透了，你就是能做无限大事的人

格局

化境阶段

无我

无我，做无限大的事
已经超越了思考模式不再关注个人感受和需求，而是关注社会和全人类的利益

角色

认知阶段

知我

大我，做大事
知道自己几斤几两能认清自己，知道能干什么，能干成什么

个性

无知阶段

自我

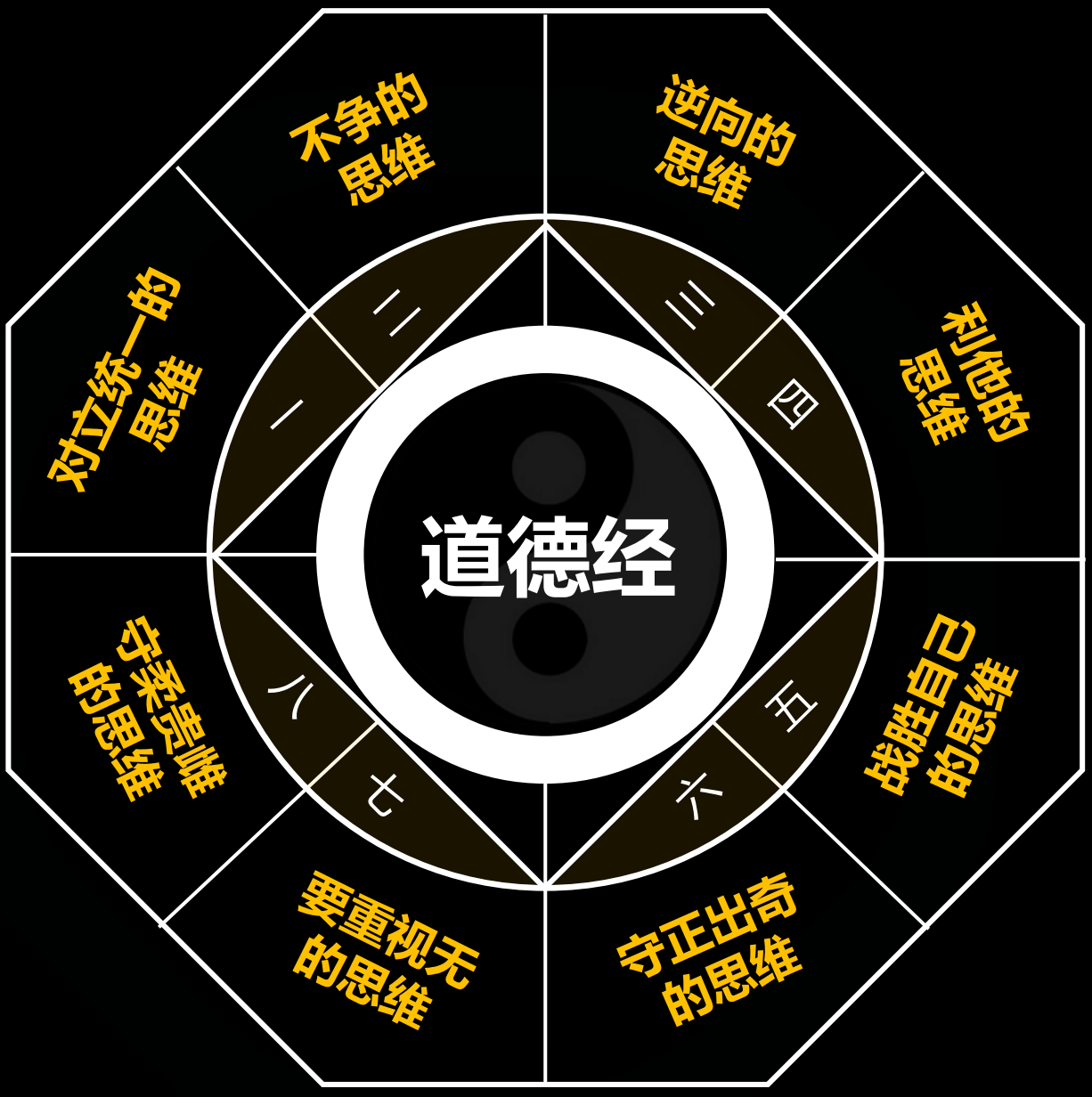
小我，做小事
眼中只有自己，看不起别人，觉得自己了不起



人生六个阶段
走错满盘皆输

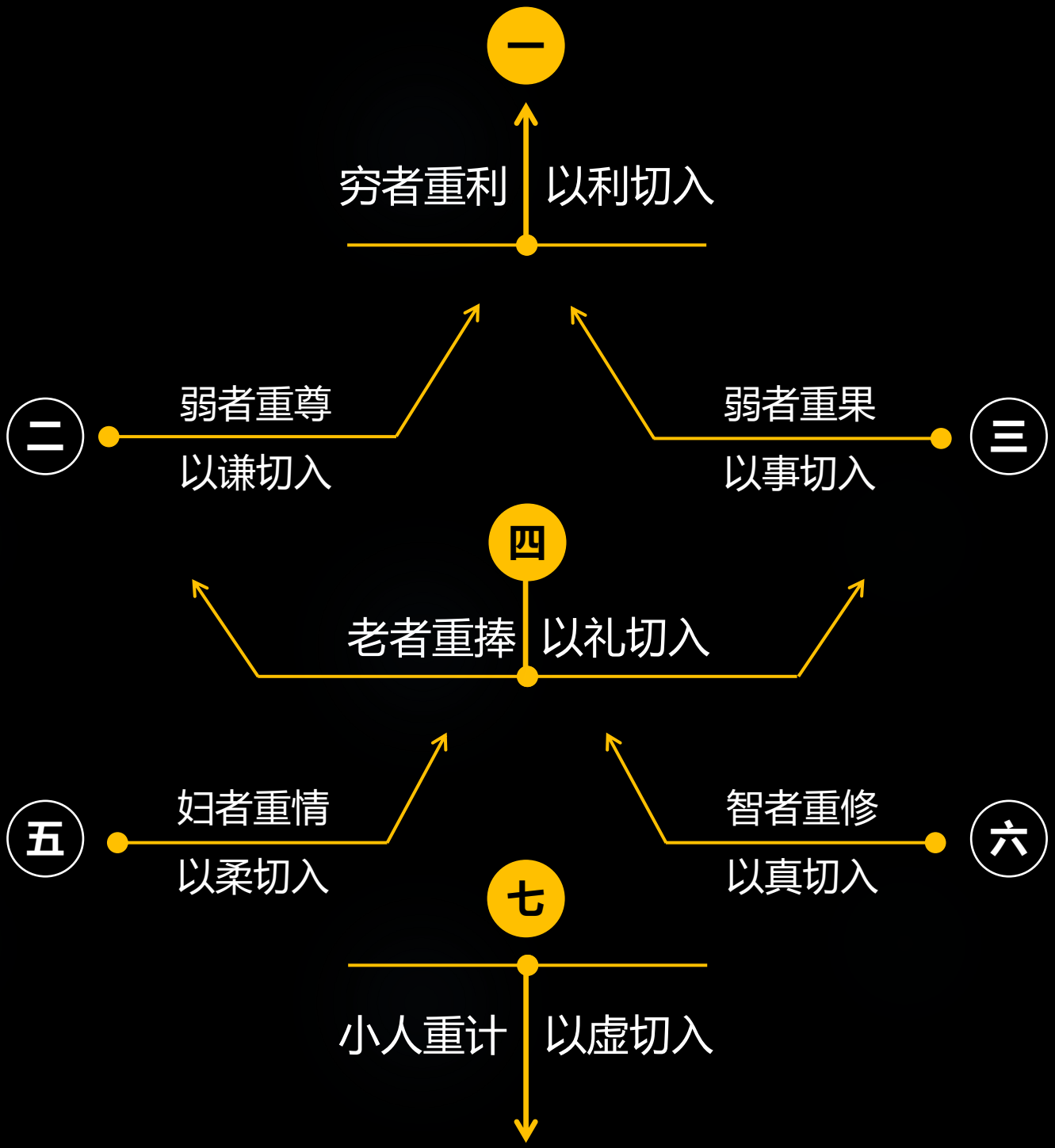


让你受用终身的
八个顶级的思维



鬼谷子留下的7条人性法则

永不过时的人生智慧



打开人生三道“锁”
命运齿轮开始转动



心态锁 限制我们的信念和行动

培养 → **相信** → **积极看待**

积极的心态和自我认知

自己的能力和潜力

挑战并从失败中吸取经验教训



恐惧锁 阻碍我们的成长和进步

了解 → **积极** → **设定**

恐惧根源 寻找背后原因

自我暗示 逐渐扩大舒适区

小目标 寻找支持系统 逐渐驯服恐惧



舒适锁 也是我们成长的障碍

挑战 → **冒险** → **发现** → **激发**

自己的舒适区 迎接新经历和机会

尝试新事物 接受新挑战 突破我们的限制

自己的潜力 和可能性

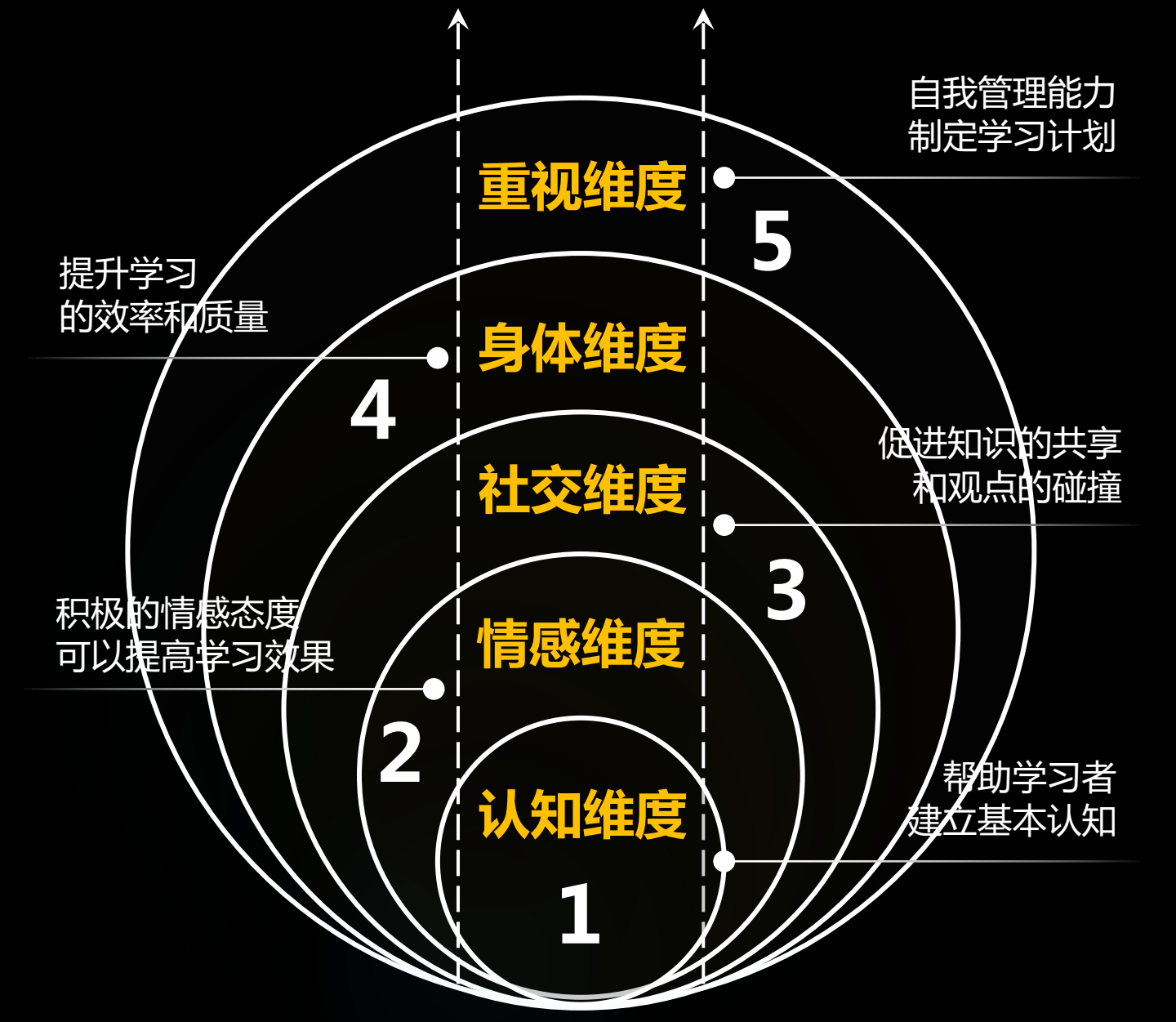
内在动力勇气 和创造力



命运之轮 → **开始转动**

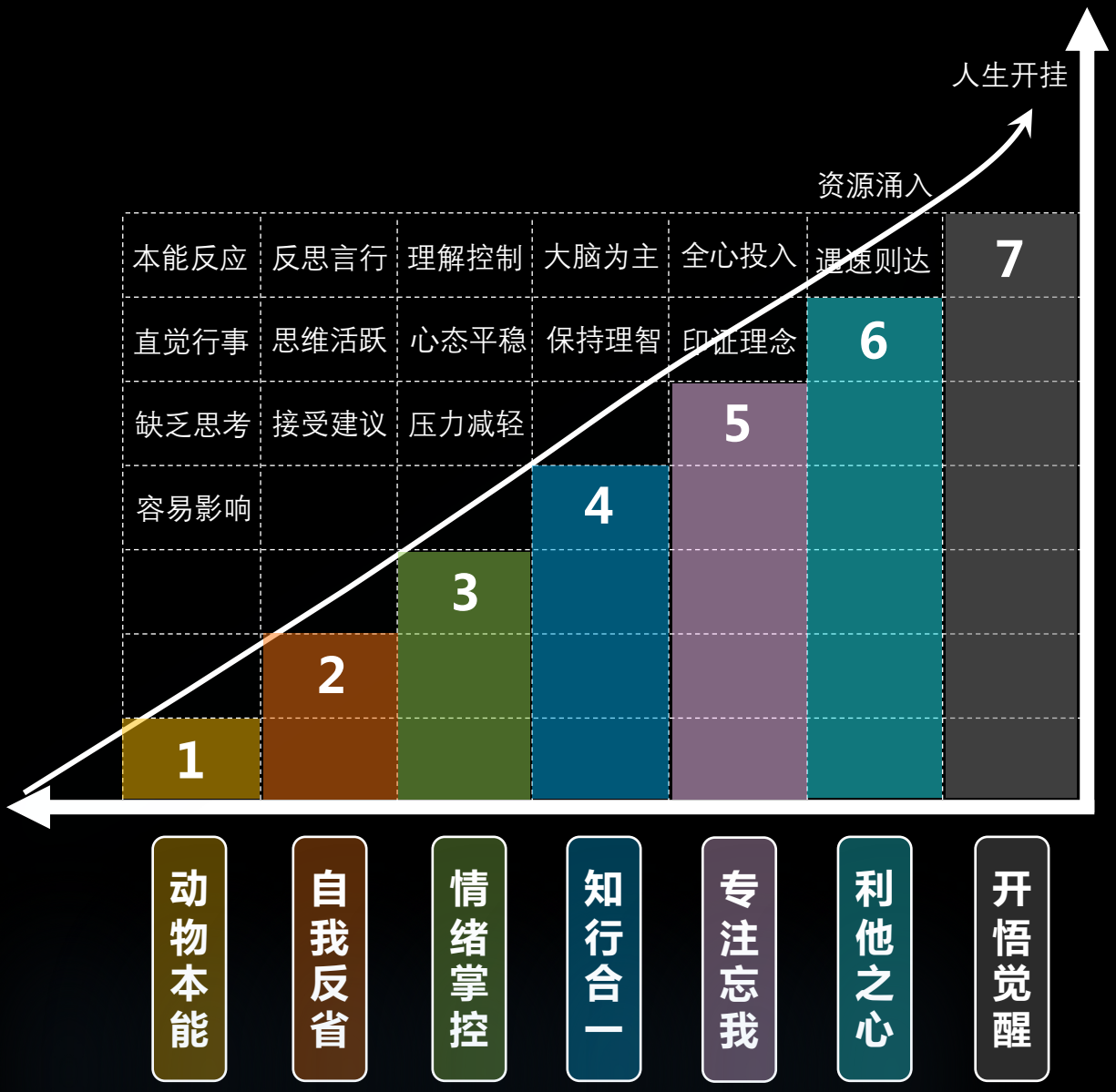
五维学习法

这辈子只用这5个就够了



自我觉醒的七个阶段

看懂做到的人生开挂



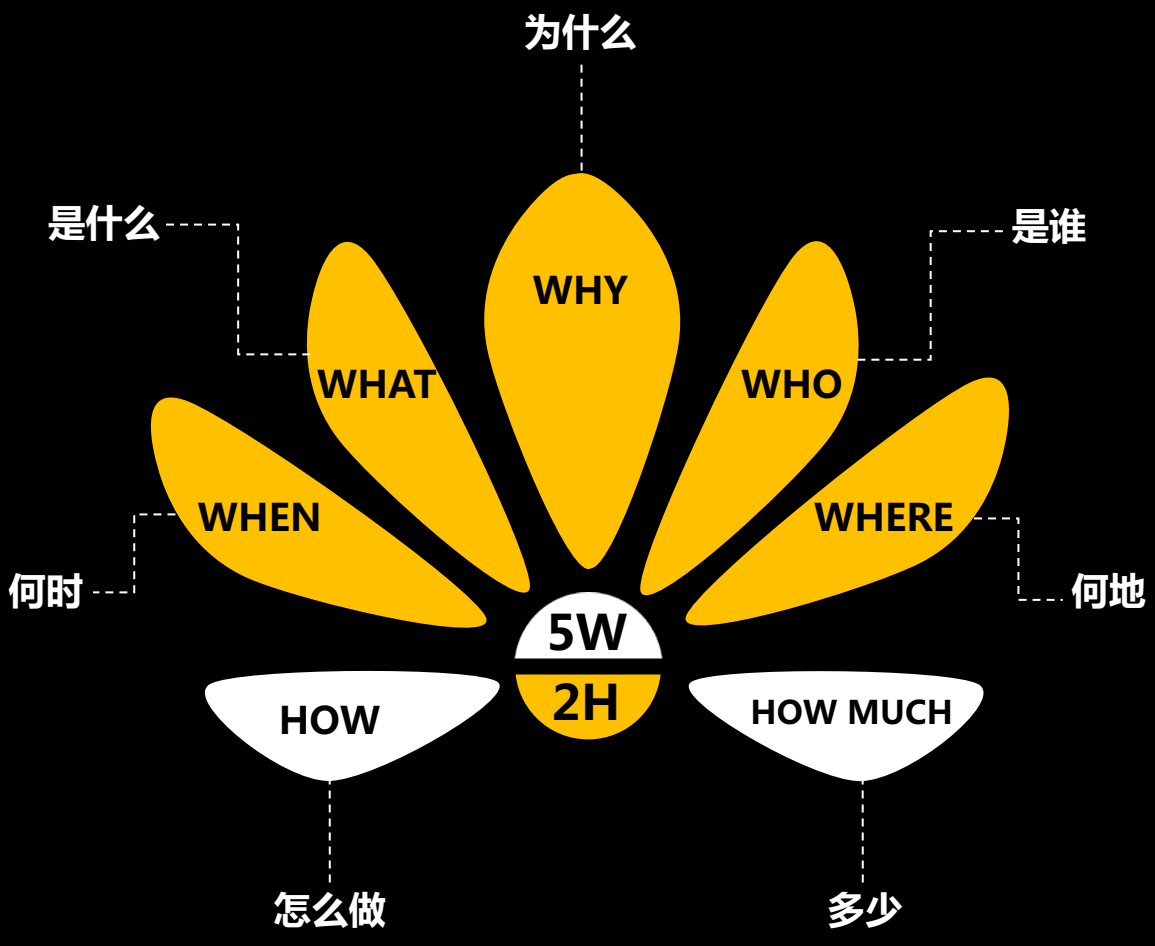
深度思考的7个层级

你现在在哪个层级呢？



6个运营问题分析模型

1 5W2H七问分析法



应用场景	撰写项目方案书和计划、项目分析和总结

6个运营问题分析模型

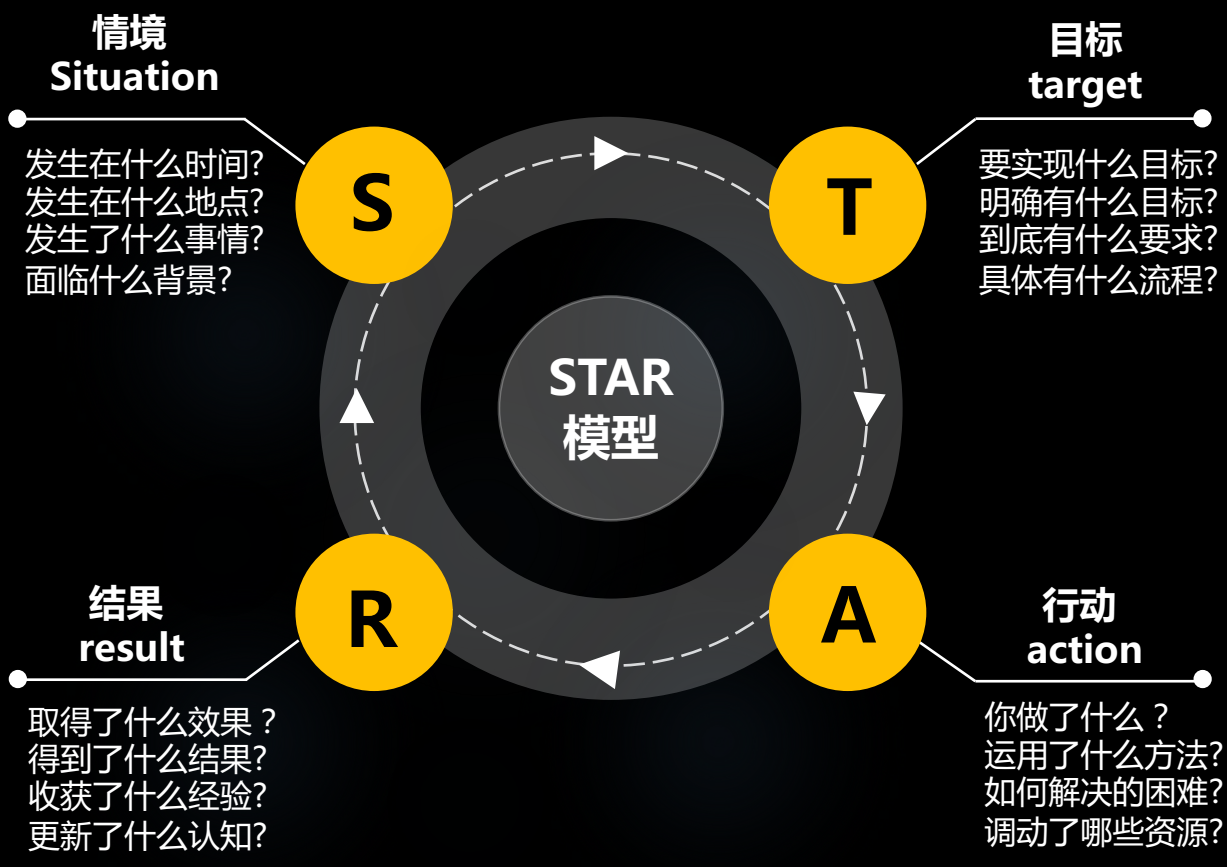
1 5W2H七问分析法

这样做工作计划，哪个老板也挑不出毛病

5W2H		第一层	第二层	第三层	结论
Why	为什么	为什么要做	理由和原因是什么	为什么要做这个	定原因
What	是什么	是什么事情	目的目标是什么	为什么是这个事	定事情
Who	是谁	谁来实施	谁来负责	为什么是这个人	定人选
When	何时	什么时间开始	什么时机最合适	为什么是这个时间	定时间
Where	何地	在哪里进行	从哪里入手	为什么是这个地点	定地点
How	怎么做	用什么方法	如何落地实施	如何提高准确和效率	定方法
How much	多少	数量质量	程度指标	费用预算是多少	定预算

6个运营问题分析模型

2 STAR分析法



应用场景	对任务、项目、事件去思考和分析总结

6个运营问题分析模型

3 SMART分析法

S M A R T

	具体的 Specific	可测量的 Measurable	可实现的 Attainable	相关的 Relevant	有期限的 Time-bound
意义	干什么	干多少	能不能	干不干	干多久
作用	立标准	推计划	做调节	定取舍	控时间

应用场景 明确工作任务范围、确定工作计划和目标

6个运营问题分析模型

4 SWOT分析法



SO (优势+机会)	利用起来	WO (劣势+机会)	需要改进
ST (优势+威胁)	监视起来	WT (劣势+威胁)	需要消除

6个运营问题分析模型

5 麦肯斯MECE分解法

ME
相互独立

CE
完全穷尽



相互性
Mutually

每项工作之间要独立
不要有交叉和重叠

独立性
Exclusive

整体性
Collectively

全部内容是全面
周密的和不遗漏的

详尽性
Exhaustive

二分法　　**流程法**

要素法　　**矩阵法**　　**公式法**

应用场景	对项目/业务/用户等分类拆解和梳理，分析各项因素

6个运营问题分析模型

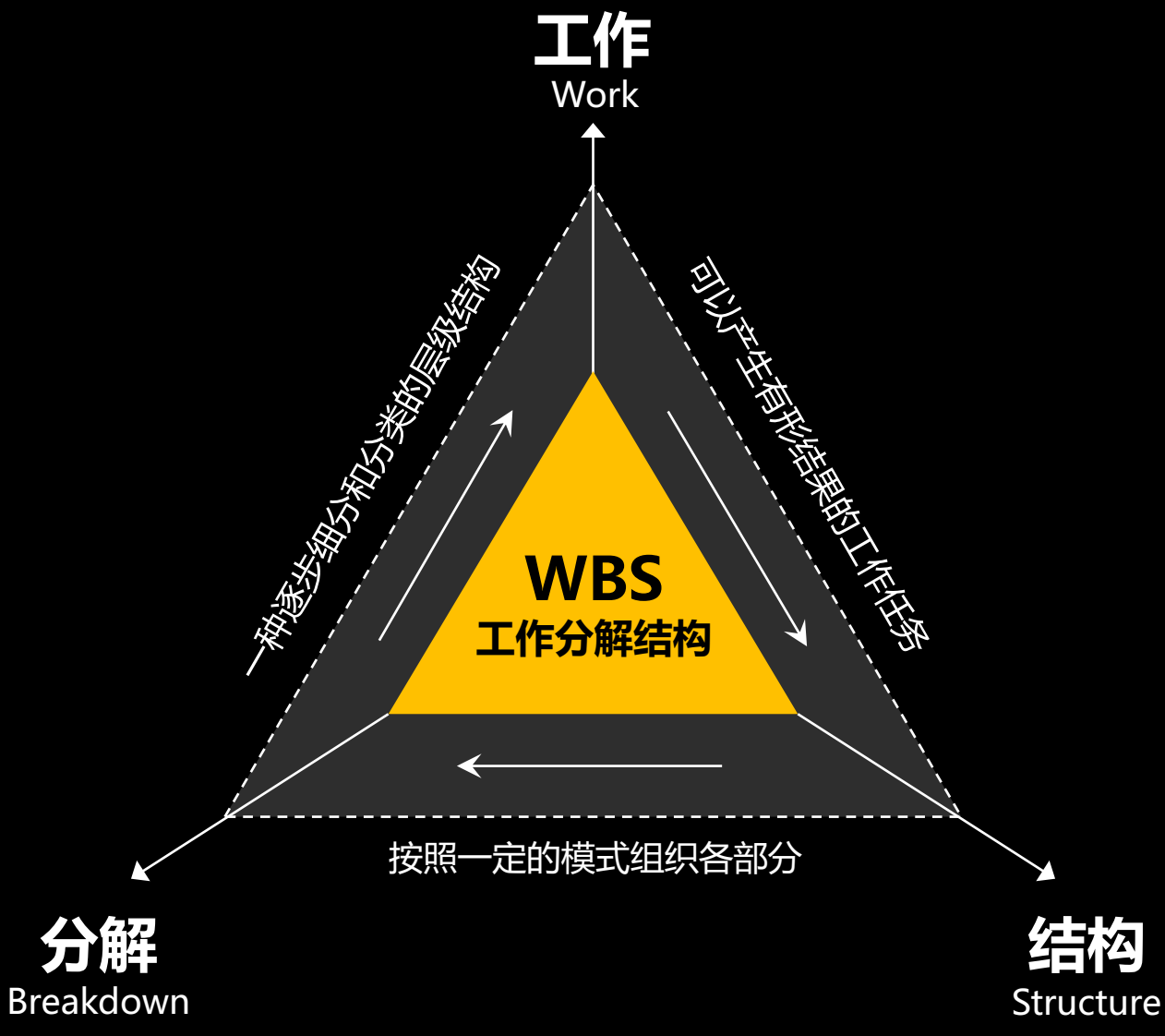
5 麦肯斯MECE分解法

一招做到全面分析问题

二分法	说明：把信息分为A和非A两个部分 例如：男人-女人、内部-外部、合格-不合格
流程法	说明：按照事情发展的时间、流程、程序进行逐一拆解 例如：目标-理解-输出-回顾-简化
要素法	说明：把一个整体分成不同的构成部分，说明事物各方面特征 例如：一区-二区-三区等，每个区做什么，但不能出现交叉
矩阵法	说明：把事物按二维矩阵划分和考量 例如：时间管理四象限(紧急、重要、不紧急、不重要)
公式法	说明：按照公式的设计要素分类 例如：销售额=客单件x客流量 利润=收入-成本

6个运营问题分析模型

6 WBS工作分解结构



应用场景	梳理工作事项，制定工作计划，确定阶段性成果

6个运营问题分析模型

6 WBS工作分解结构

1 定义

WBS分解步骤: 项目—任务—工作—日常活动

2 原则

将主体目标逐步细化分解
最底层的任务活动可直接分派到个人去完成

3 方法

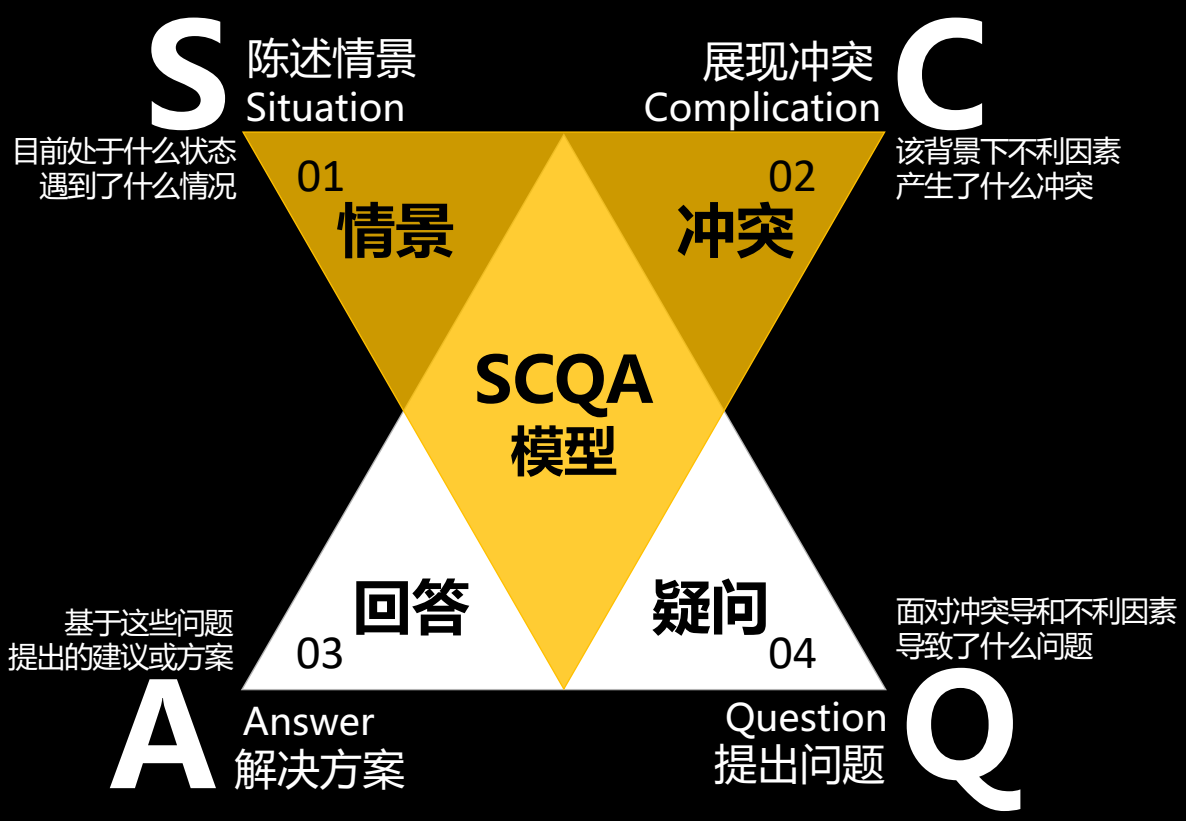
自上而下与自下而上
充分沟通，一对一个别交流

4 标准

活动结构清晰，逻辑上形成一个大活动，所有活动均定义清楚

5个运营基础模型

1 SCQA表达模型



SCA- 情景+冲突+方案	经典标准式
ASC - 方案+情景+冲突	直奔主题式
CSA- 冲突+情景+方案	突出冲突式
QSCA- 疑问+背景+冲突+方案	强调信心式

5个运营基础模型

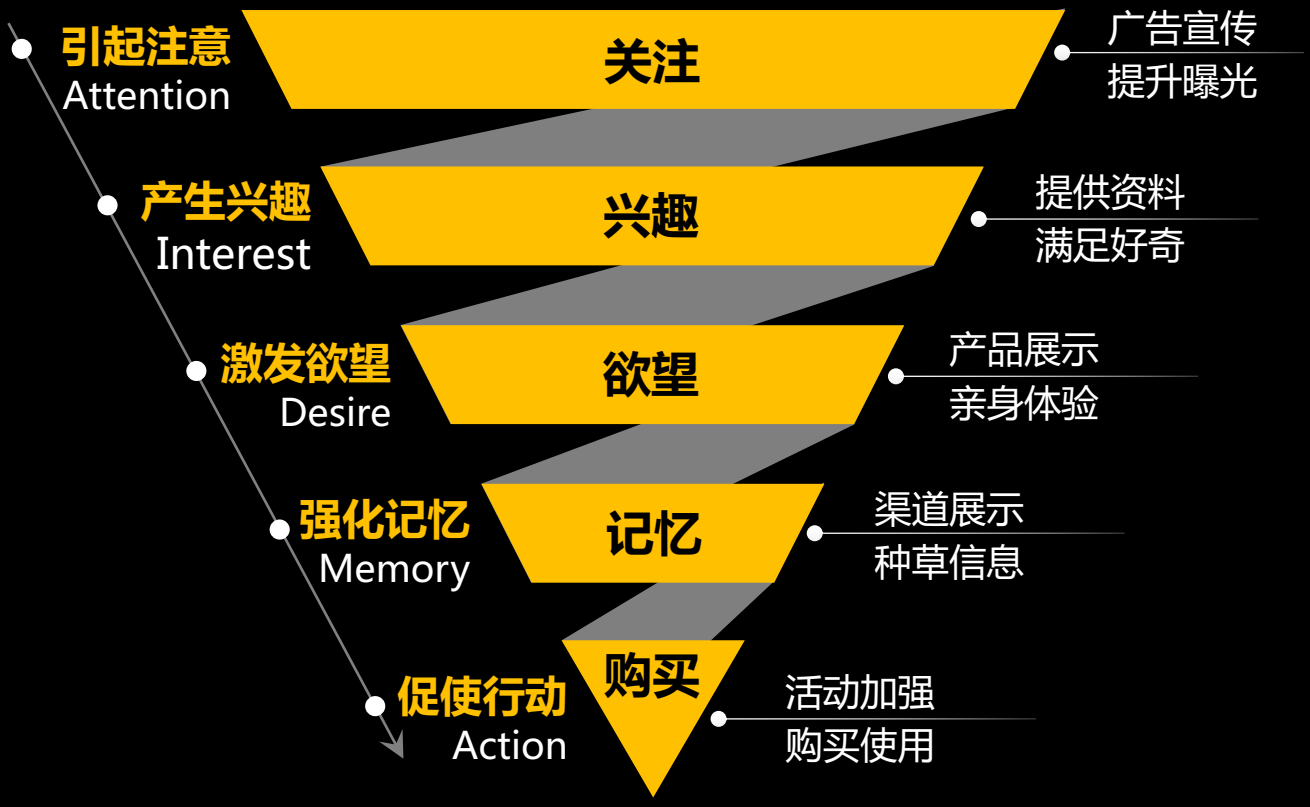
2 DFEAS营销模型



应用场景	企业品牌、项目、活动等营销推广方案

5个运营基础模型

3 AIDMA消费者行为模型



应用场景	获客模型搭建、产品销售策略等推广

5个运营基础模型

4 AISAS消费者分析模型



应用场景 产品销售推广策略、用户决策行为分析

5个运营基础模型

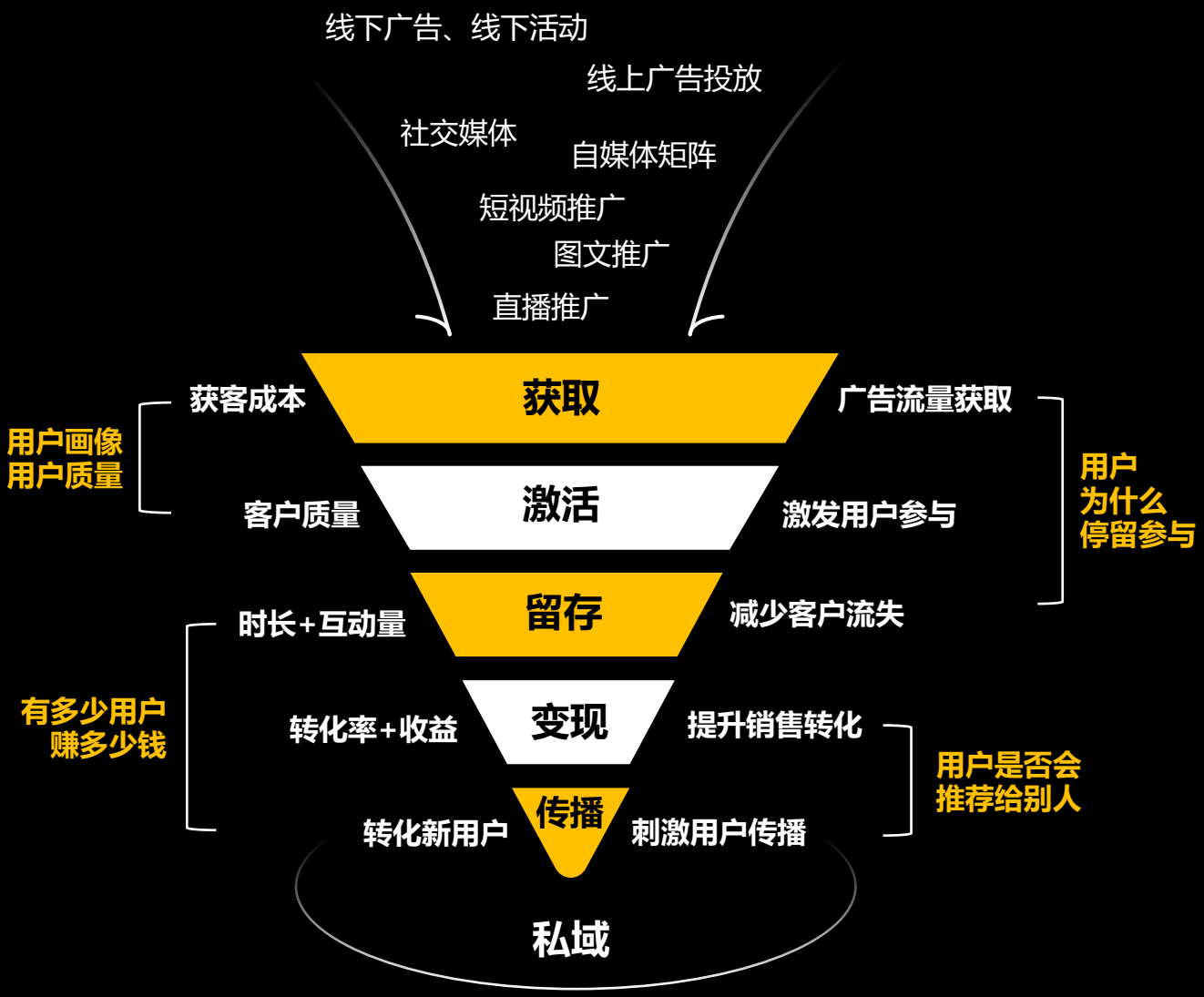
5 SIPS新营销模型



应用场景	新媒体营销策略、用户互动行为分析

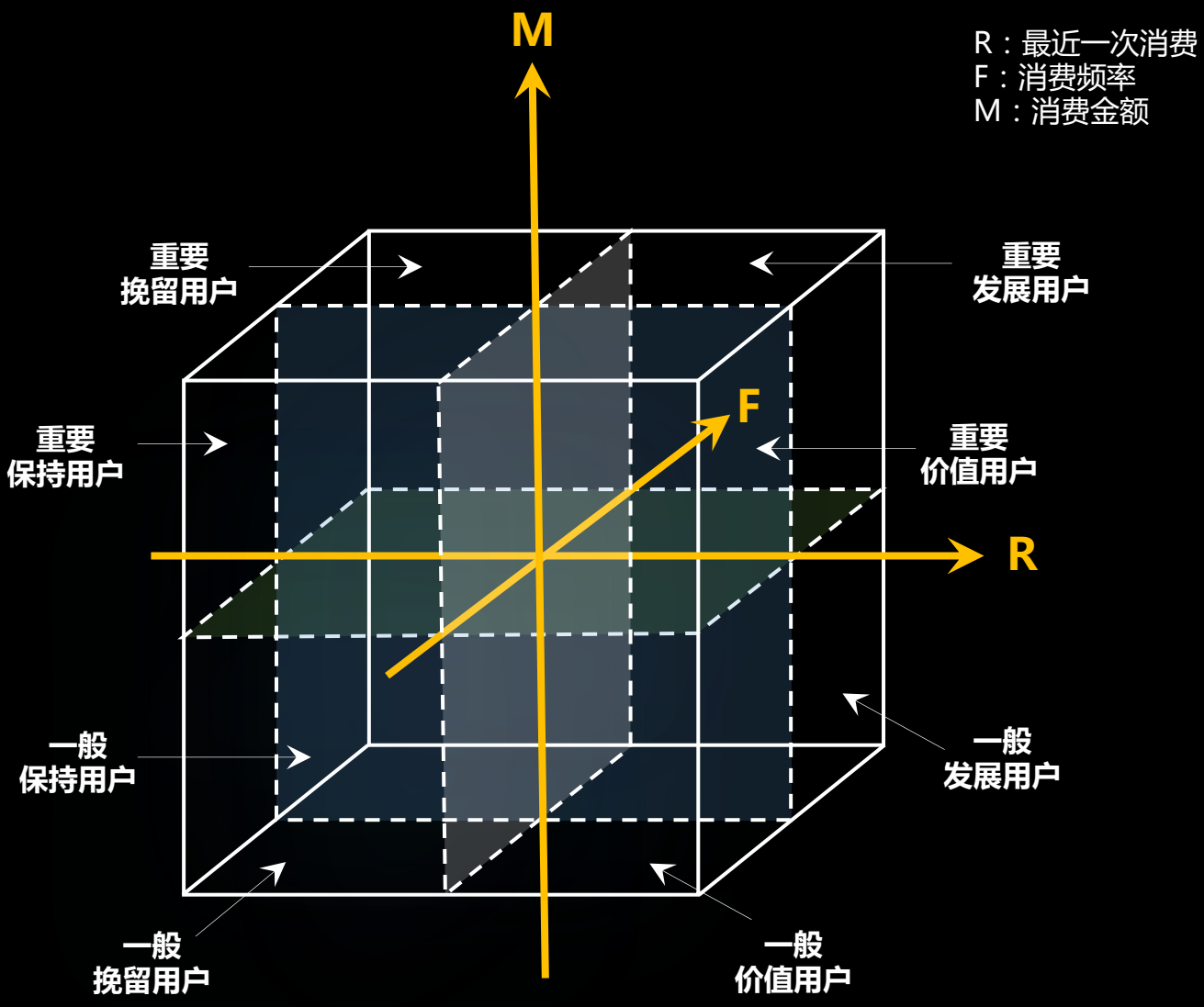
5个用户运营必会模型

1 AARRR模型



5个用户运营必会模型

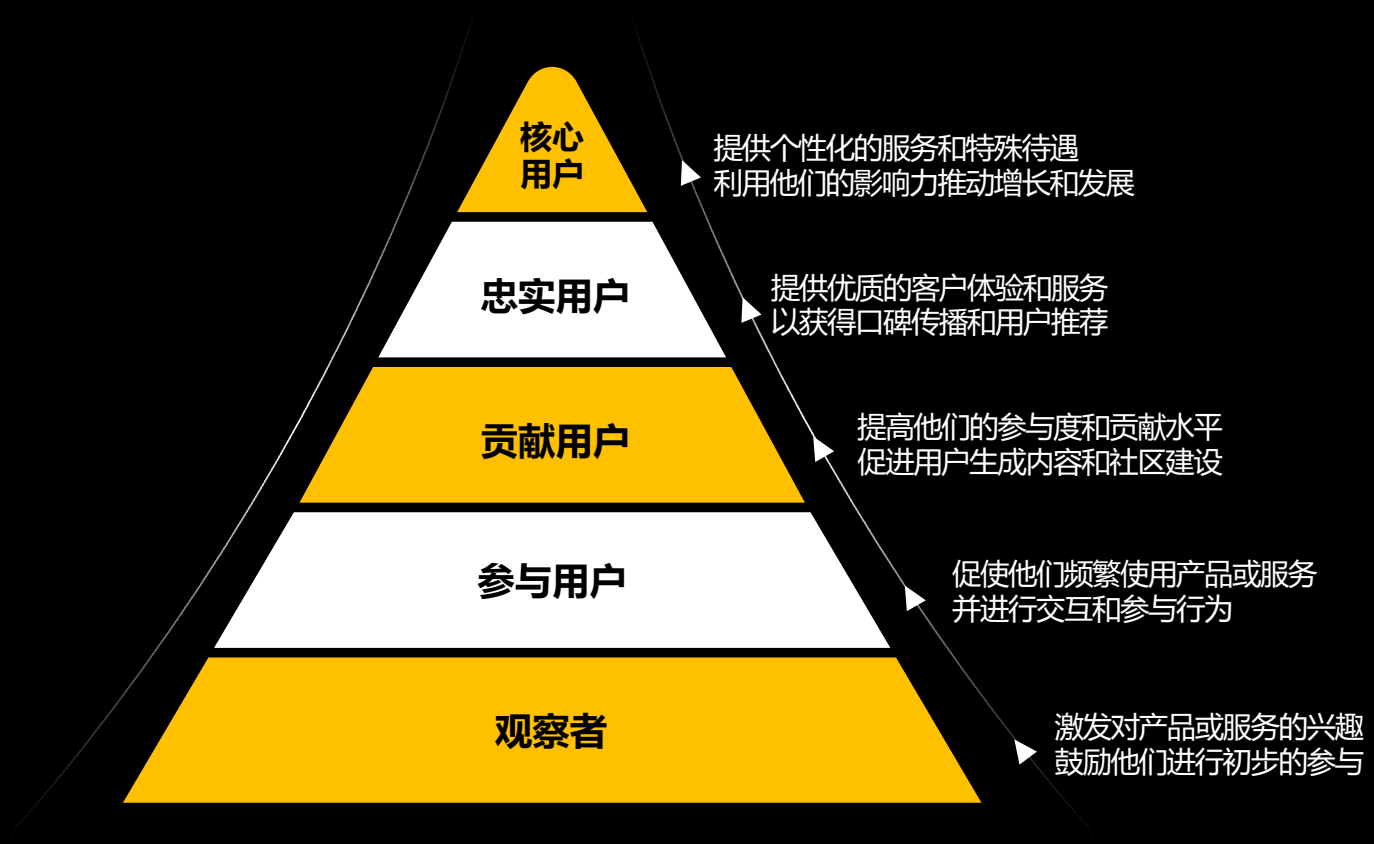
2 RFM模型



重要价值客户	R近、F频次和M金额都很高，超级的忠实客户，重点维护的VIP
重要保持客户	R远、F频次和M金额都很高，说明这是个一段时间没来的忠诚客户
重要发展客户	R近、M金额很高，但F频次不高，忠诚度不高，是潜力用户
重要挽留客户	R远、F频次不高，但M金额高，是将要流失或者已经要流失的用户

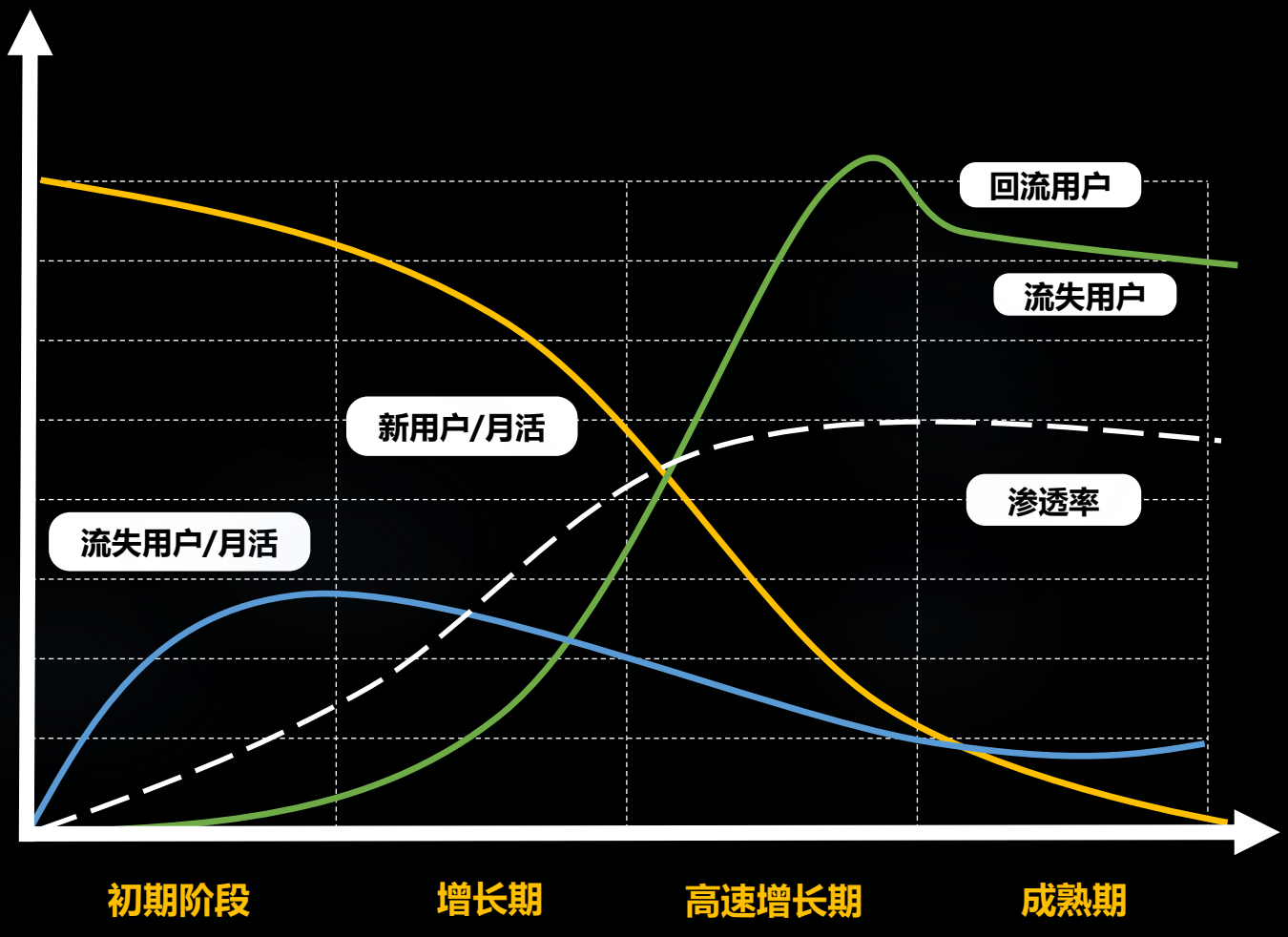
5个用户运营必会模型

3 用户金子塔模型



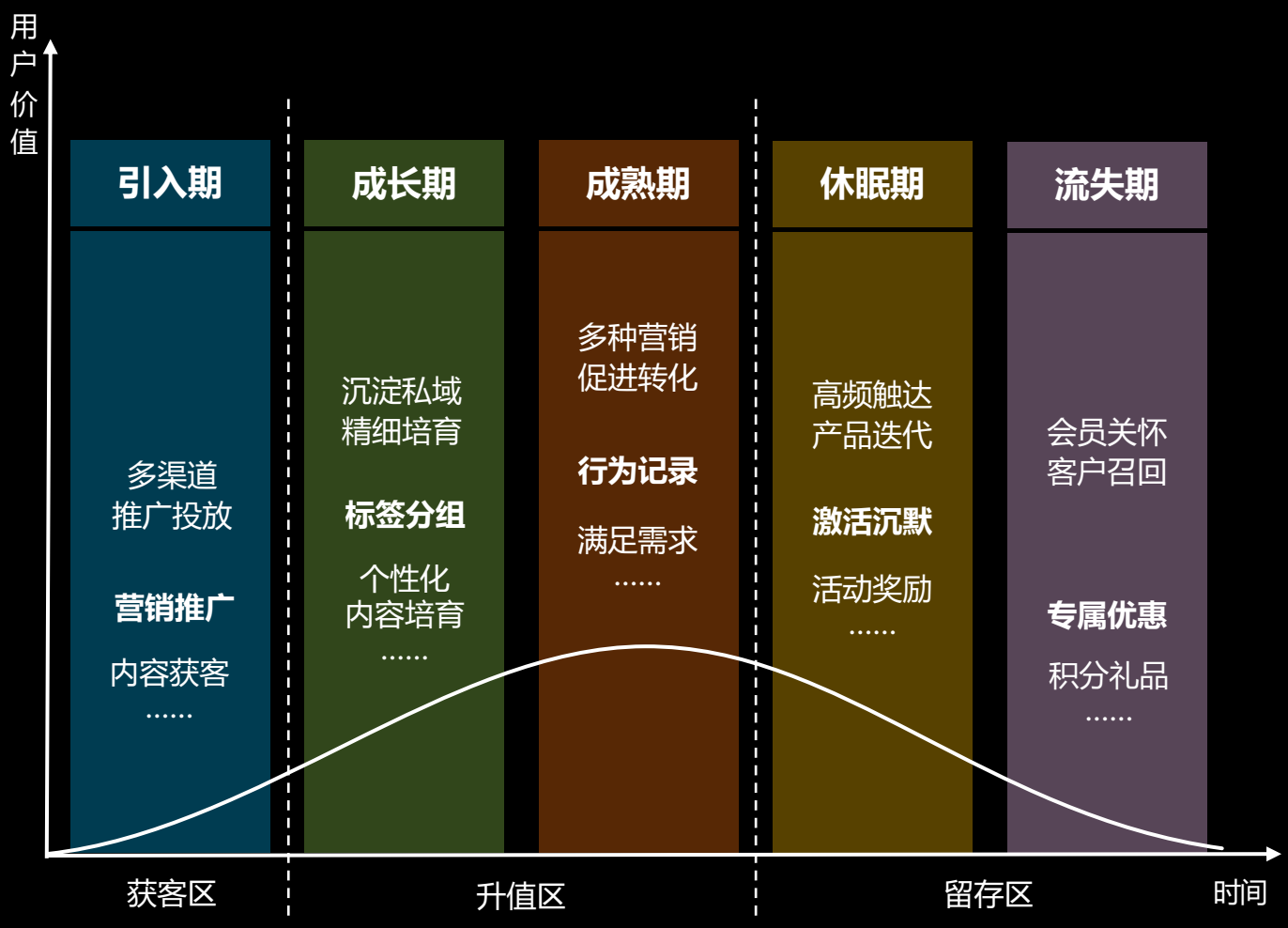
5个用户运营必会模型

④用户增长S/J型曲线

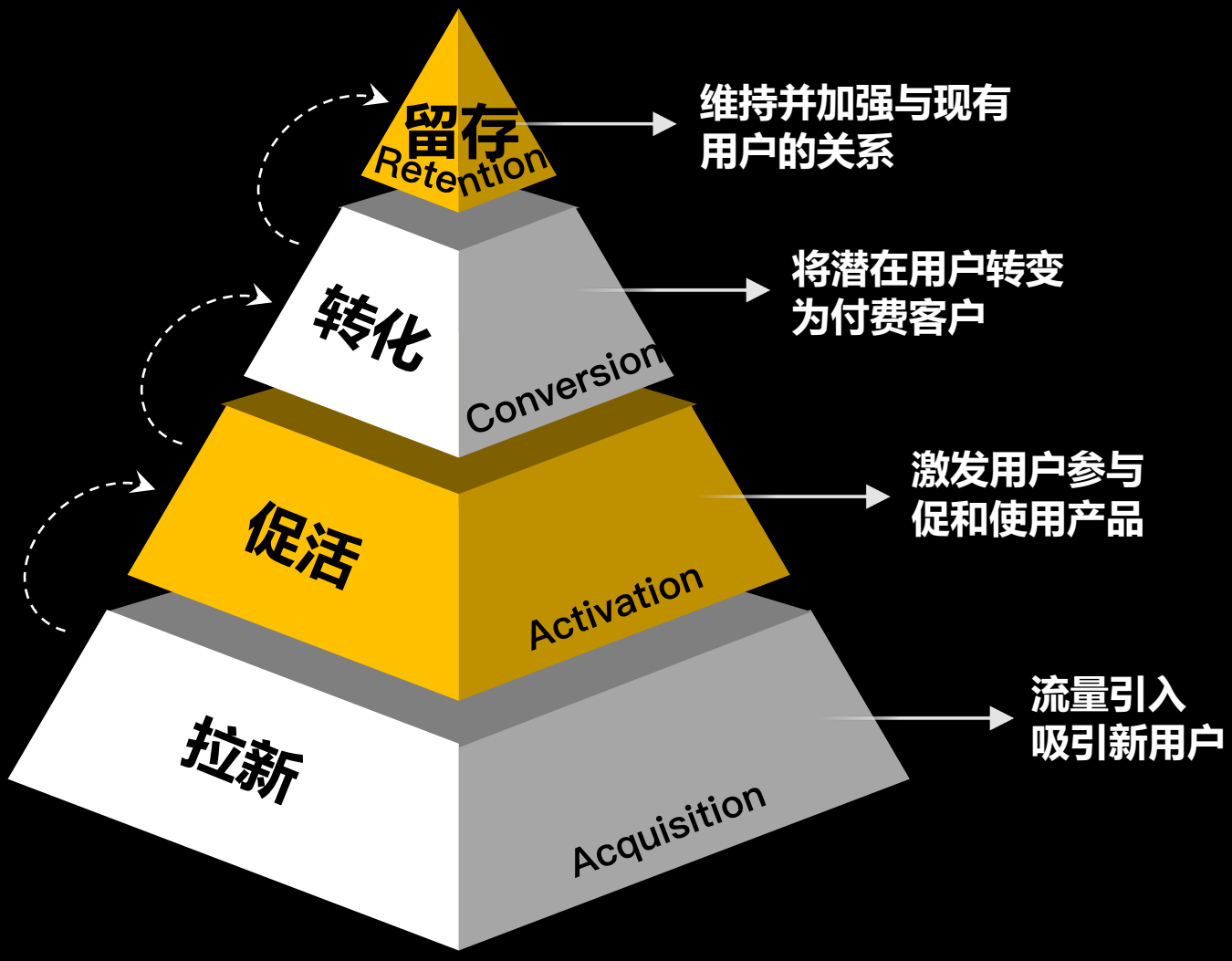


5个用户运营必会模型

5 用户生命周期模型

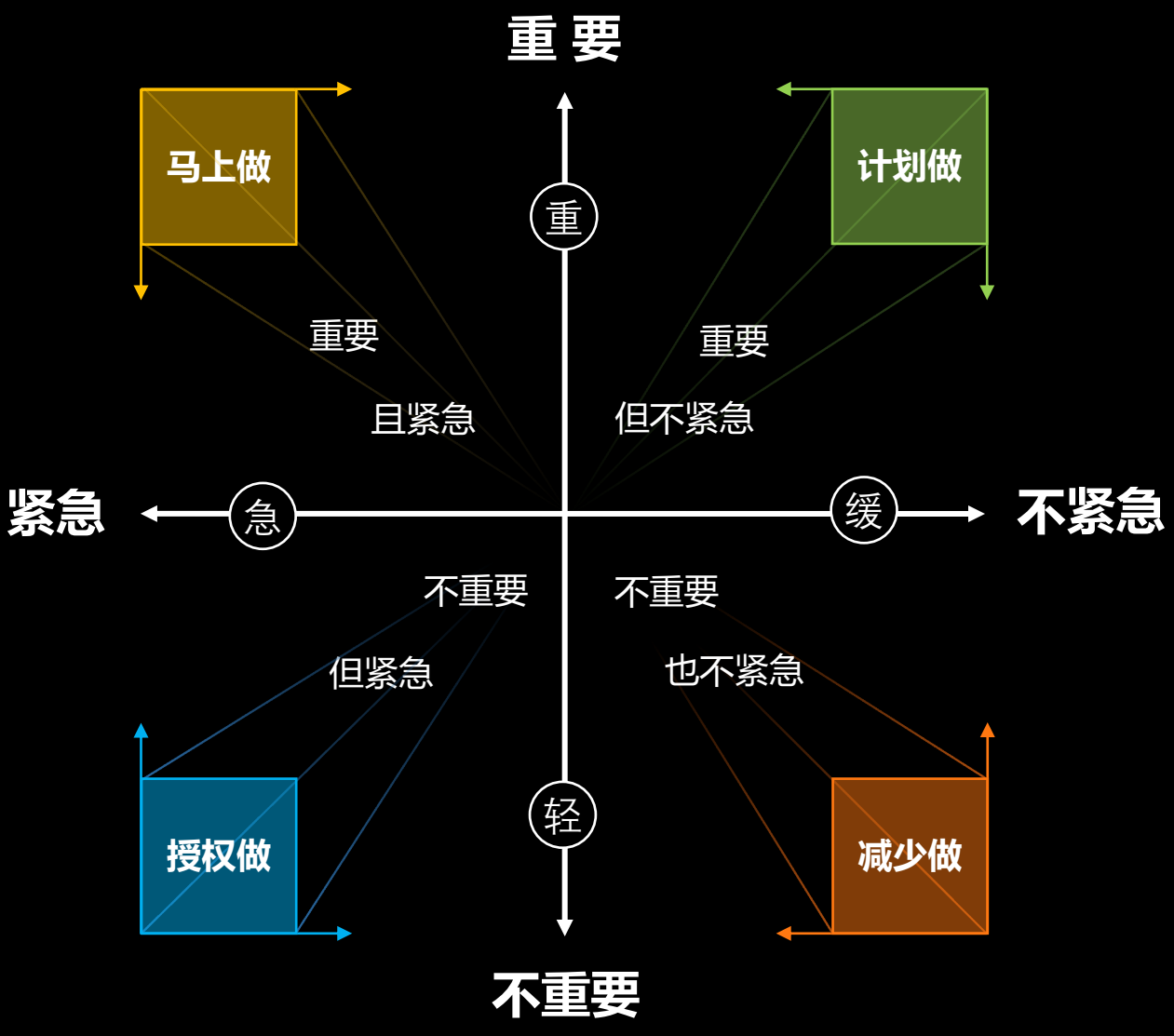


用户运营的4个步骤
拉新、促活、转化、留存



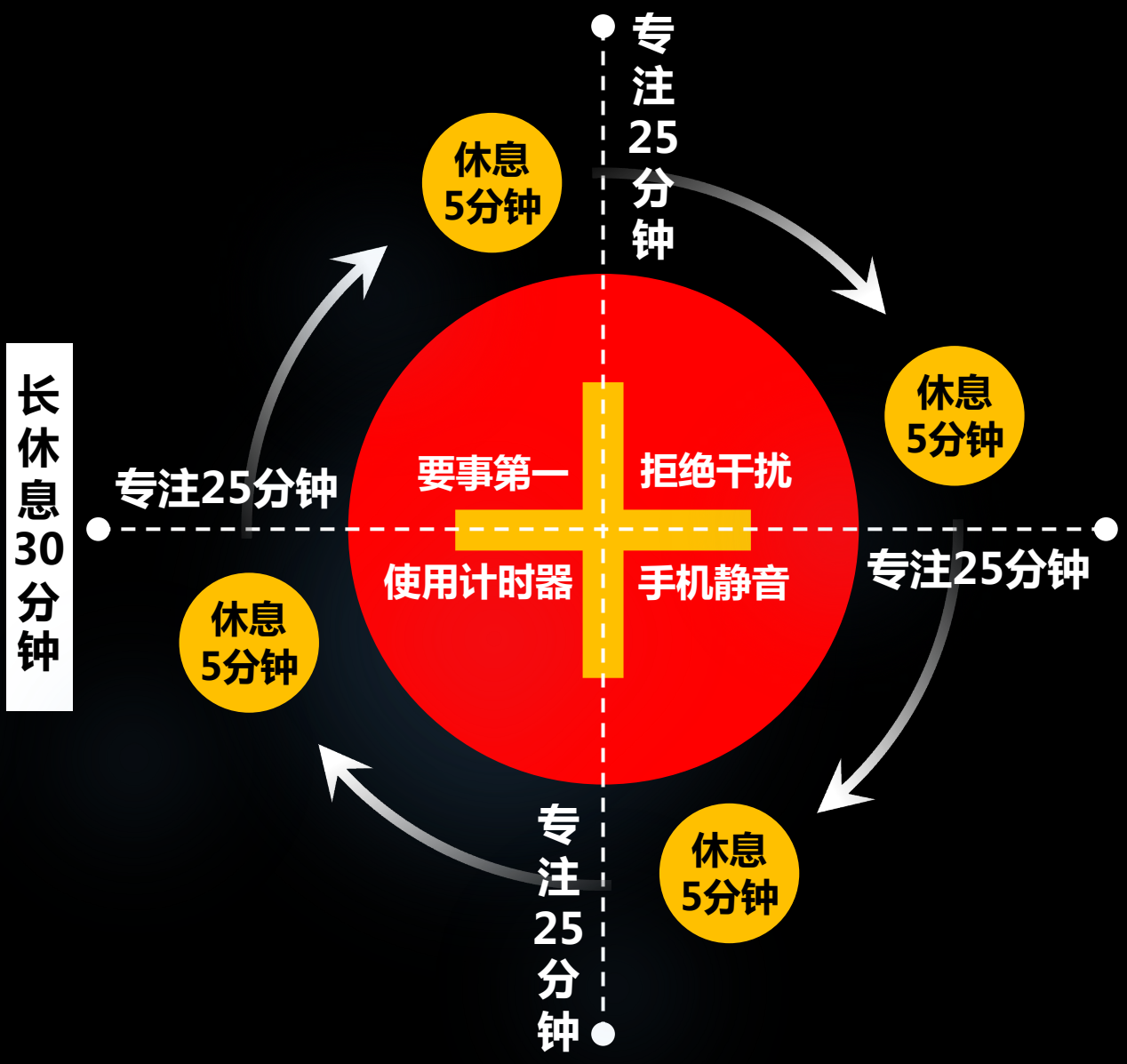
“四象限时间管理法则”

提高一切工作效率

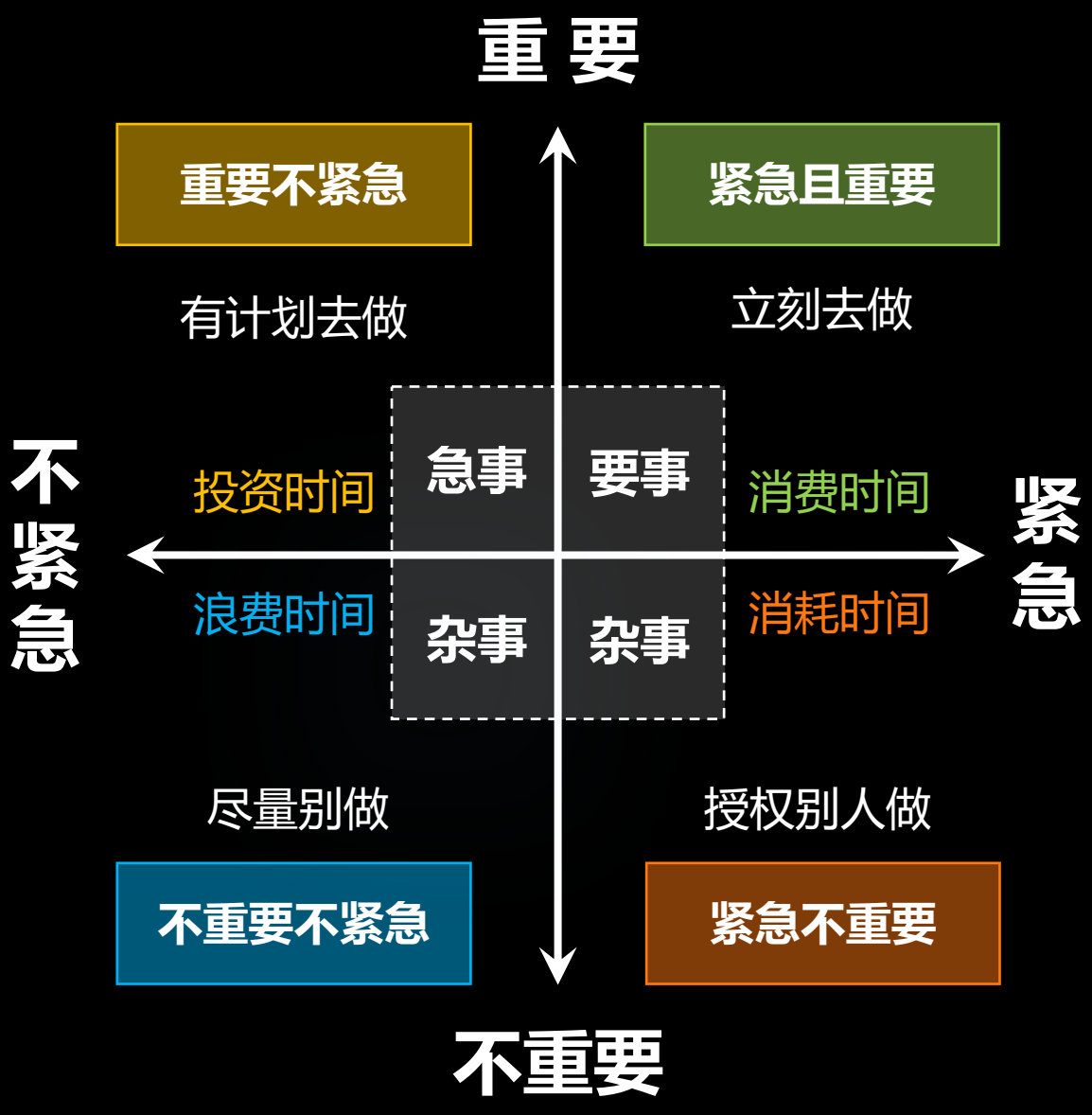


番茄时间工作法

全球公认的高效工作法

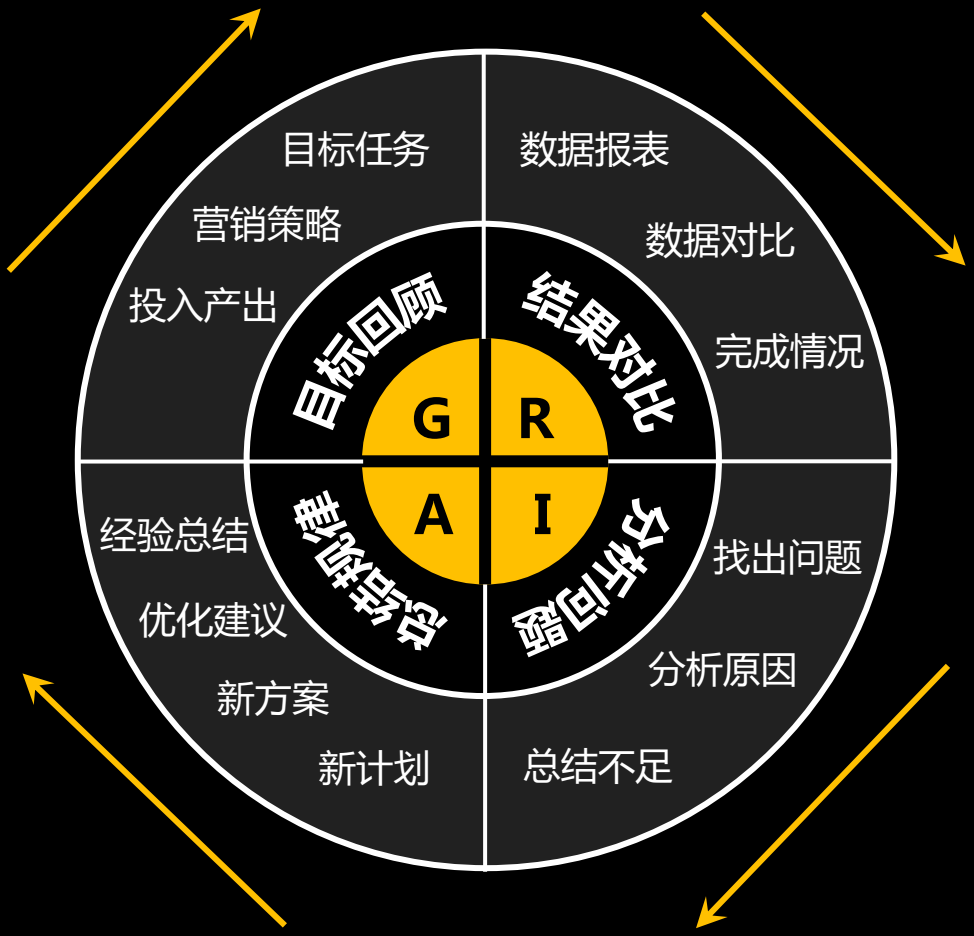


高效能人士都在用的
四象限时间管理法



一看就会的GRAI复盘法

秒杀同龄人的最高效的 4步复盘方法



Goal	Result	Analysis	Insight
目标回顾	结果对比	分析问题	总结规律

智者1天的时间规划模型

人比拼的就是如何调配每一天的时间、事、情绪

早饭：不饿就行

09点-12点

上午 **学**

做重要、思考重要的事
或者抓紧时间学习

午饭：吃了就行

13点-18点

下午 **干**

做体力劳动
或执行层面的事

理性

情绪

晚饭：简单吃一点

20点-22点

晚上 **复**

复盘，只复盘当天的事
复盘一定要有结果

提高情商的8个方法

提高情商就是提高财富！



重启人生的7个方法

所有的开悟都是长期思考总结的结果！

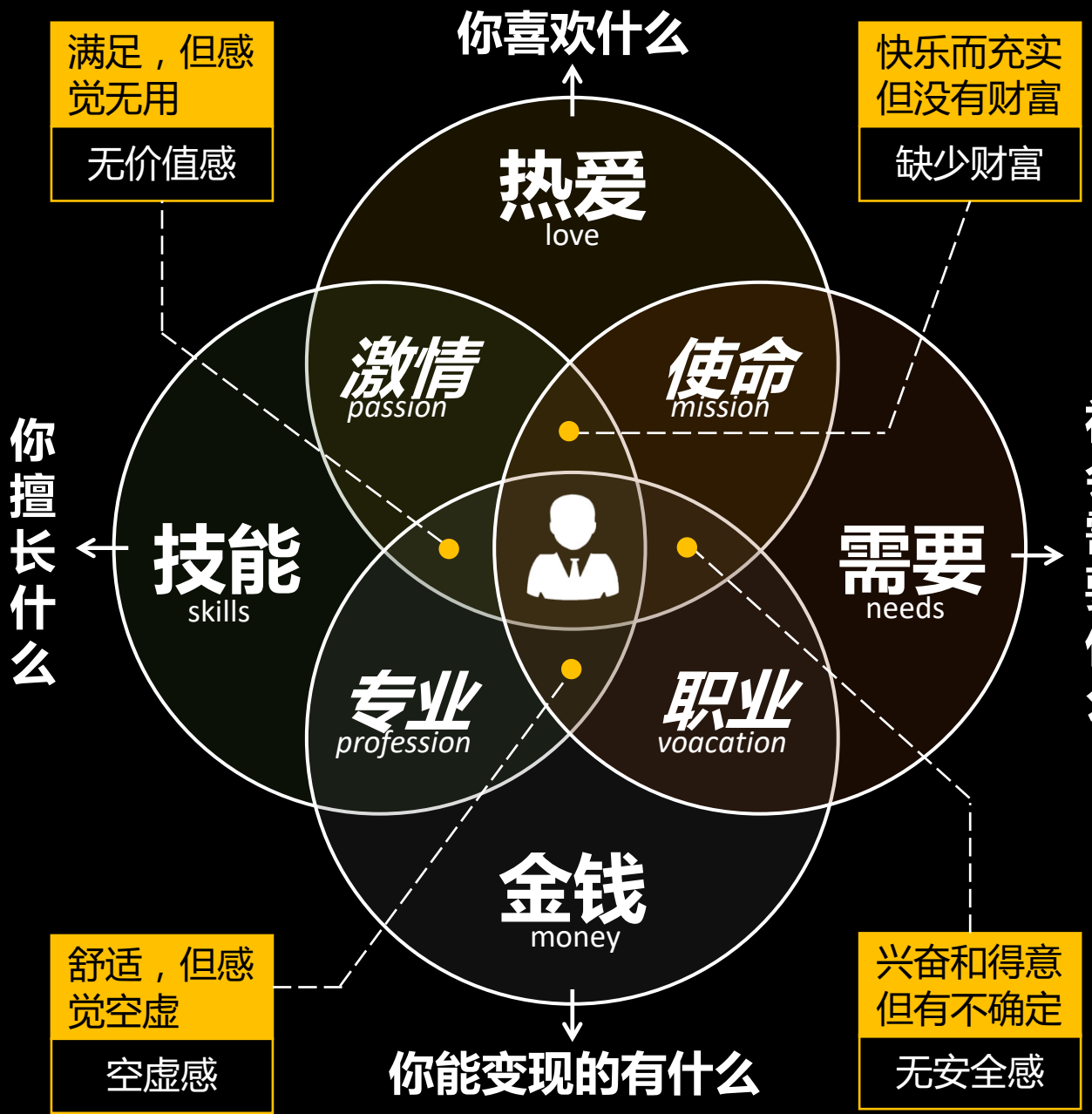


不走捷径

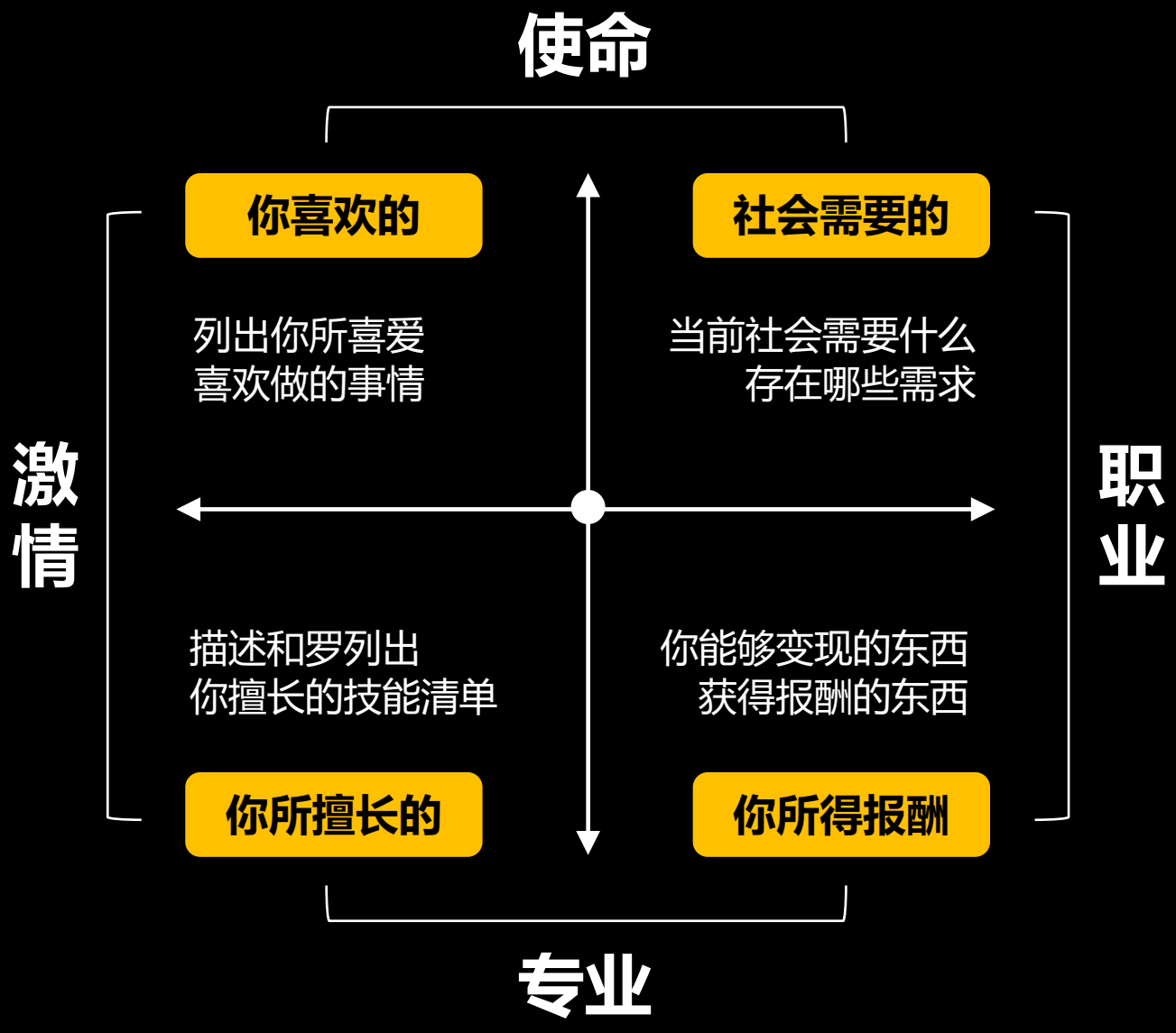
真正的捷径就是不要走捷径

人生价值韦恩图

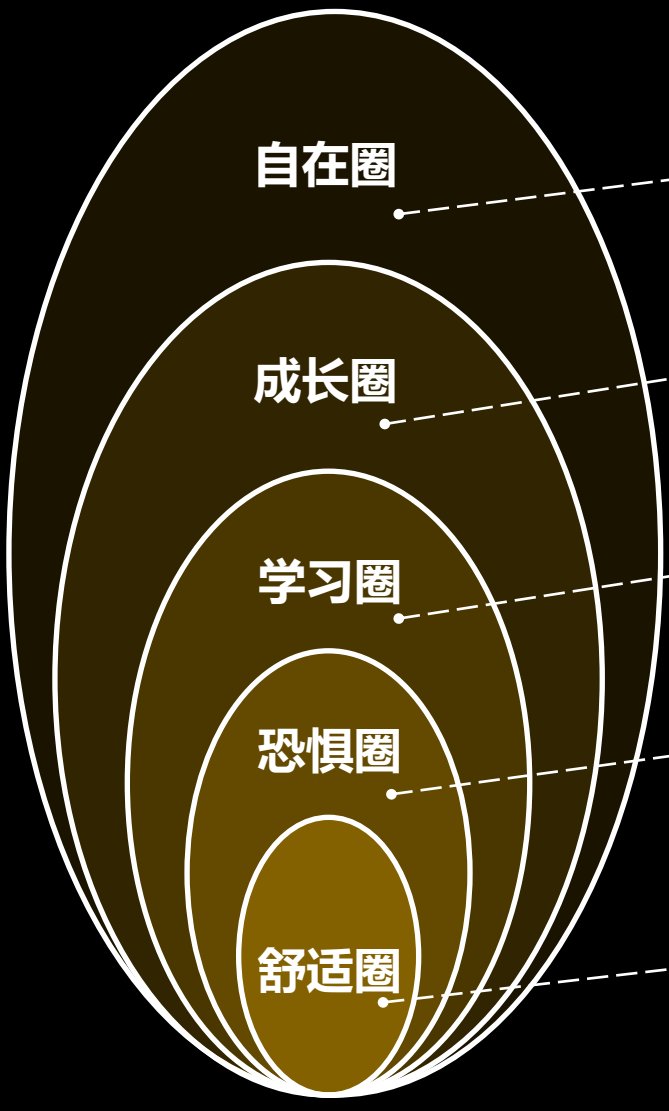
从这里开始找到你的人生目标



人生价值韦恩图
四维分解与平衡



个人成长提升破圈图



- 哪些事我确定无法改变?
- 我该放下的事有哪些?
- 制定新的目标

- 设计并拆解目标
- 寻找可以合作共赢的人
- 沉淀方法论，避免重复犯错

- 寻找攻克陌生领域的方法
- 刻意练习熟悉一项技能
- 复盘和总结

- 我恐惧的东西？
- 我需要克制的领域?
- 踏出第一步的阻碍是什么?

- 我擅长的事有哪些?
- 能帮我的人有哪些?
- 我已经有的资源?

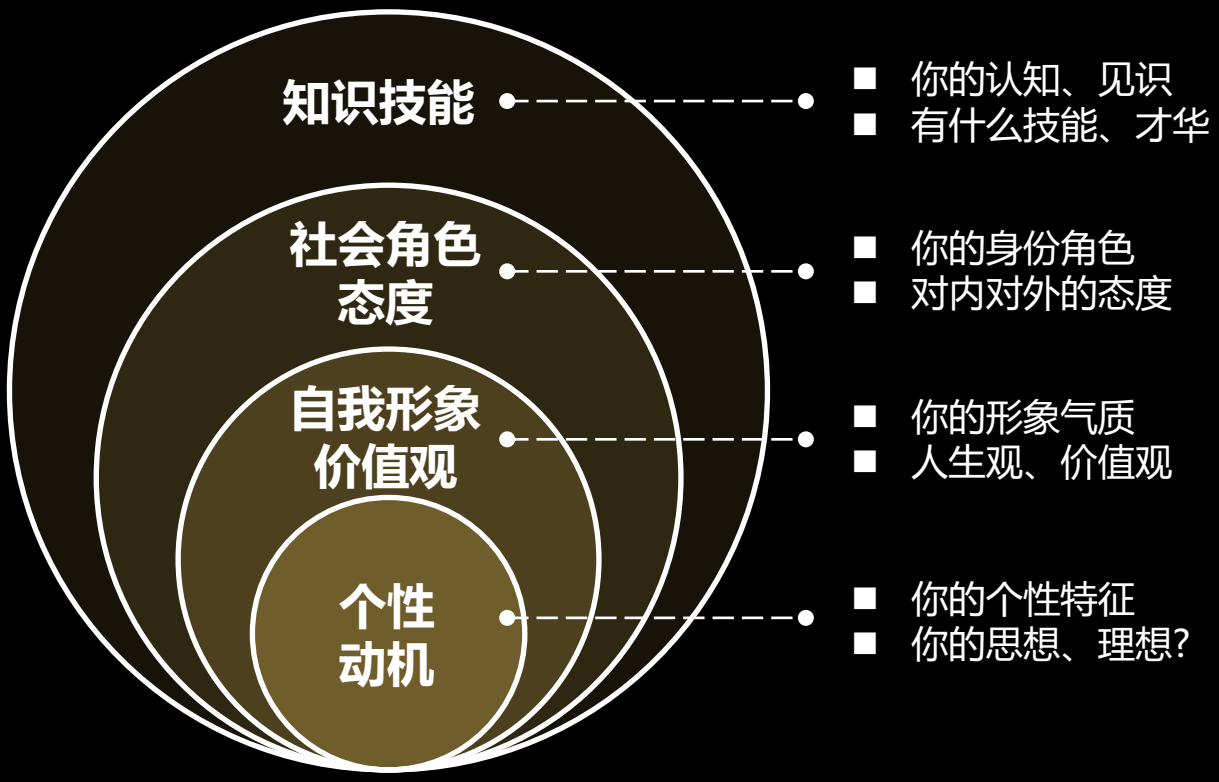
个人成长破圈泳道图


关注圈
接纳
我不能控制的事
影响圈
聚焦
我可以控制的事
工作
时间流逝
工作难度
行业发展
企业裁员
老板态度
交通拥堵
时间管理
提高认知
丰富技能 职业规划
提高业绩 提早出门
制定计划 学习方法
保持乐观 总结复盘
明确目标
考学留学
朋友聚会
考试难度
考场环境
父母期待
同学成绩
过往学历
主动联系 健康习惯
有效沟通 尊重他人
投资理财
专注目标
生老病死
通货膨胀
他人的成功
他人的信仰
他人的偏见
他人的冷漠
学习
生活

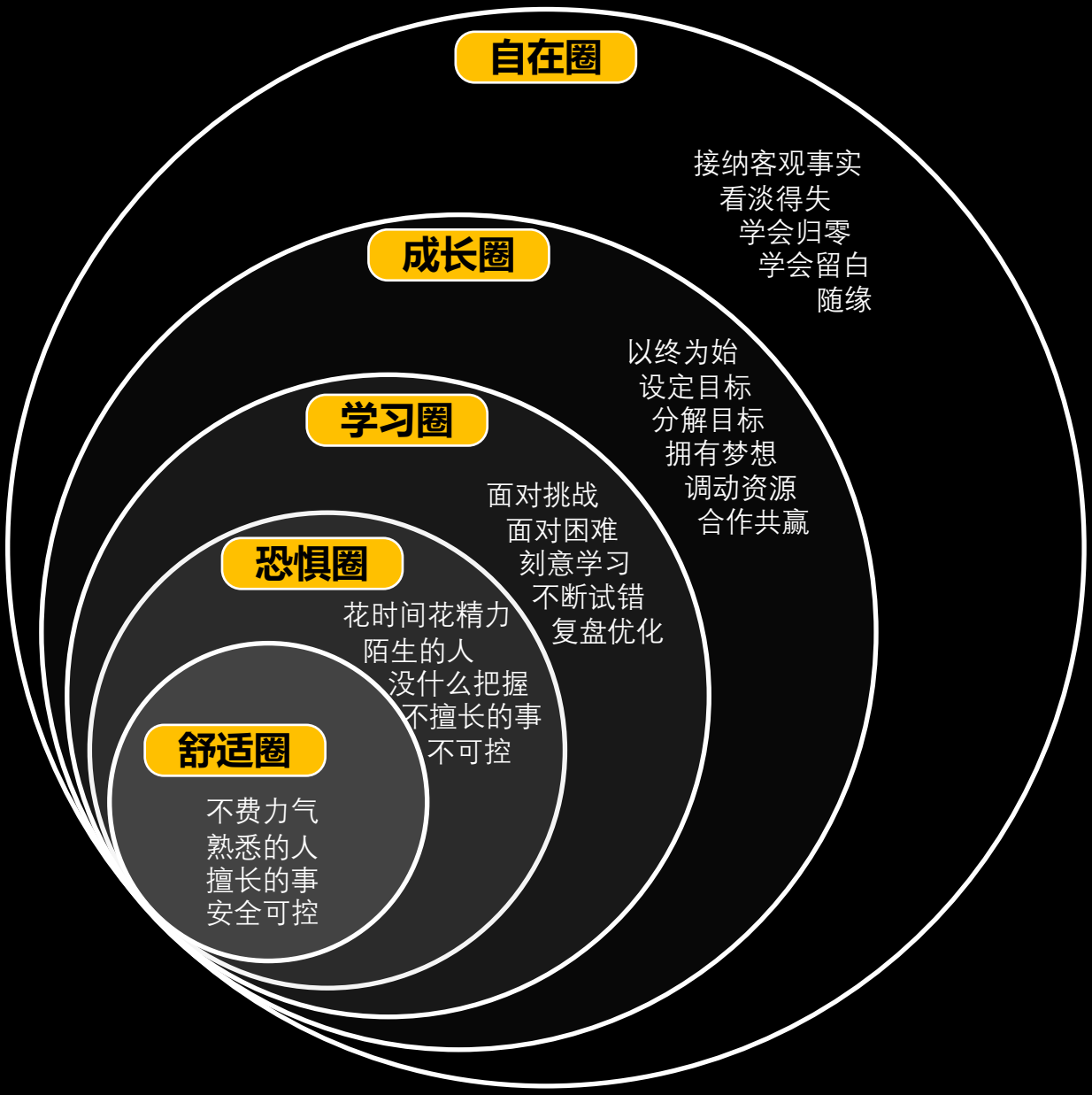
人生控制圈思维模型图


影响圈
关注圈
自身
纬度
外界
健康习惯
我的人生目标
主动联系
生活
生老病死
他人的成功
他人的冷漠
方法学习
明确自己的目标
留学考研
学习
考试难度
父母对我的期待
过往学历
时间管理
职业规划
提高业绩
工作
时间流逝
未来发展
老板态度

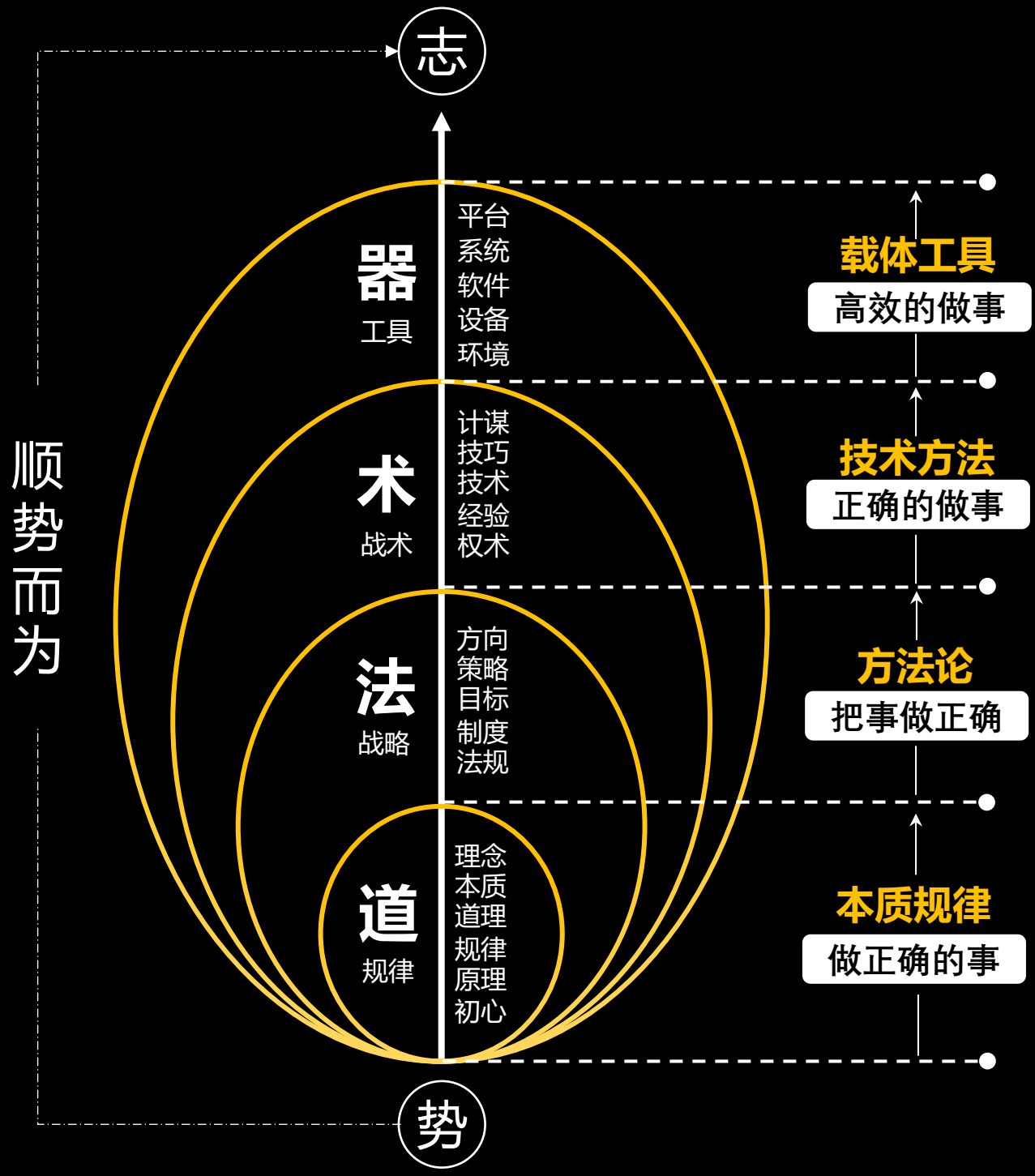
个人成长提升
洋葱圈模型图



个人成长提升韦恩图


自在圈
接纳客观事实
看淡得失
学会归零
学会留白
随缘
成长圈
以终为始
设定目标
分解目标
拥有梦想
调动资源
合作共赢
学习圈
面对挑战
面对困难
刻意学习
不断试错
复盘优化
恐惧圈
花时间花精力
陌生的人
没什么把握
不擅长的事
不可控
舒适圈
不费力气
熟悉的人
擅长的事
安全可控

智者思维模型“道法术器势志”



王阳明“知行合一”

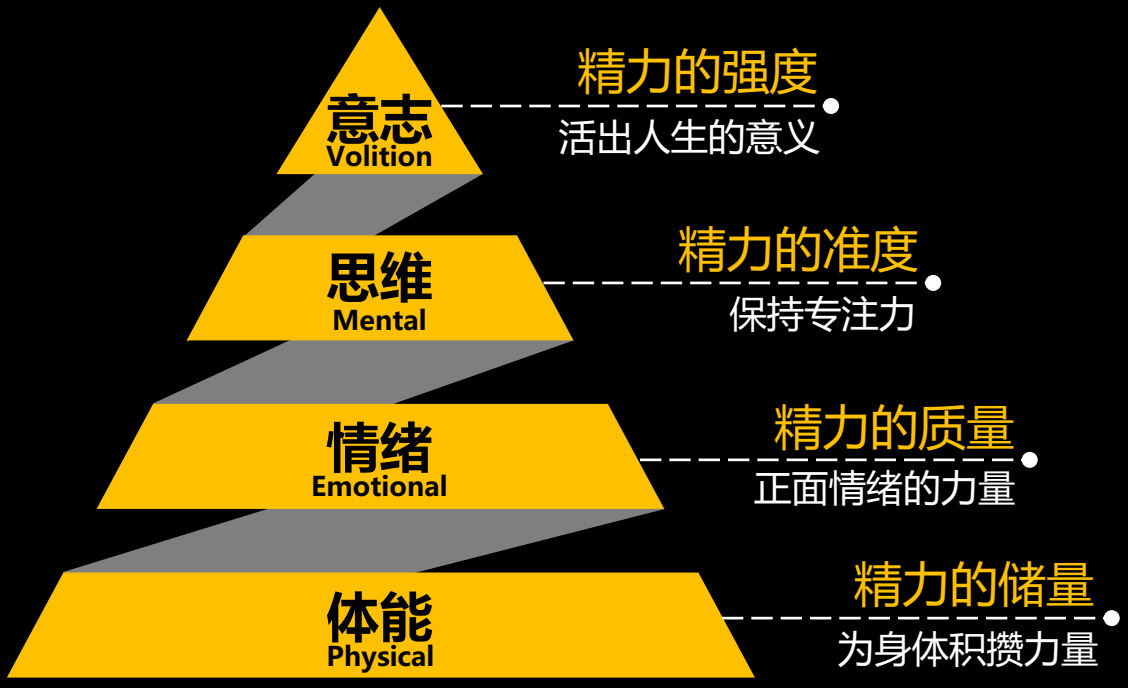
在知中行 在行中知

学习力 专注力
分辨力 规划力
复盘力

行动力 执行力
坚持力 表达力
决断力



精力管理金字塔
2024行动起来

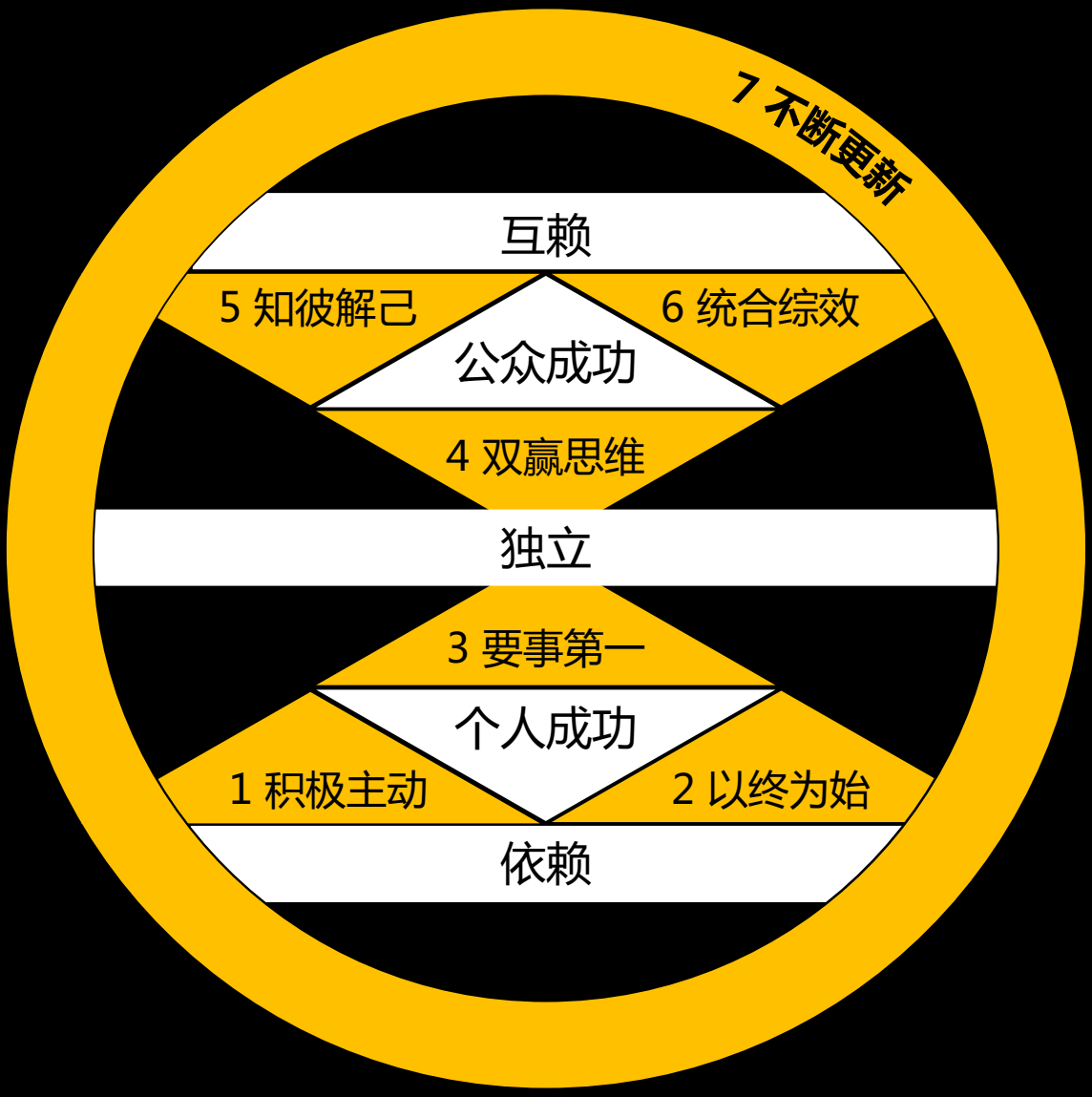


体能 + 情绪 + 思维 + 意志 = 精力充沛

精力管理金字塔
2024行动起来

意志	■ 拆解5年后的目标，用5WHY挖掘意义 ■ 等他人说完话后再发表意见 ■ 向同行伙伴分享方法技巧，一起进步 ■ 做出承诺前确认完成时间，做到言出必行
思维	■ 找到工作中危机，将其看作挑战和机遇 ■ 多阅读学习，多接触新鲜事物 ■ 记录生活工作中的问题、写出一天待办事项 ■ 使用番茄工作法、工作25min休息5min
情绪	■ 每天做冥想练习、静坐自省 ■ 写成功日记、总结5件成功小事 ■ 和家人朋友定期聚餐、定期陪孩子 ■ 找1-2个喜欢的事情、长期投入坚持做
体能	■ 练习深呼吸、腹式呼吸 ■ 吃低热量食物、每天喝水直晒1.8L ■ 7-8小时睡眠时间、工作90分钟休息片刻 ■ 每周运动3-5次、每次运动20-30分钟

7个习惯模型
让你成为高效能人士



人格成长的三个阶段：依赖期、独立期、互相依赖期

7个习惯
让你成为高效能人士

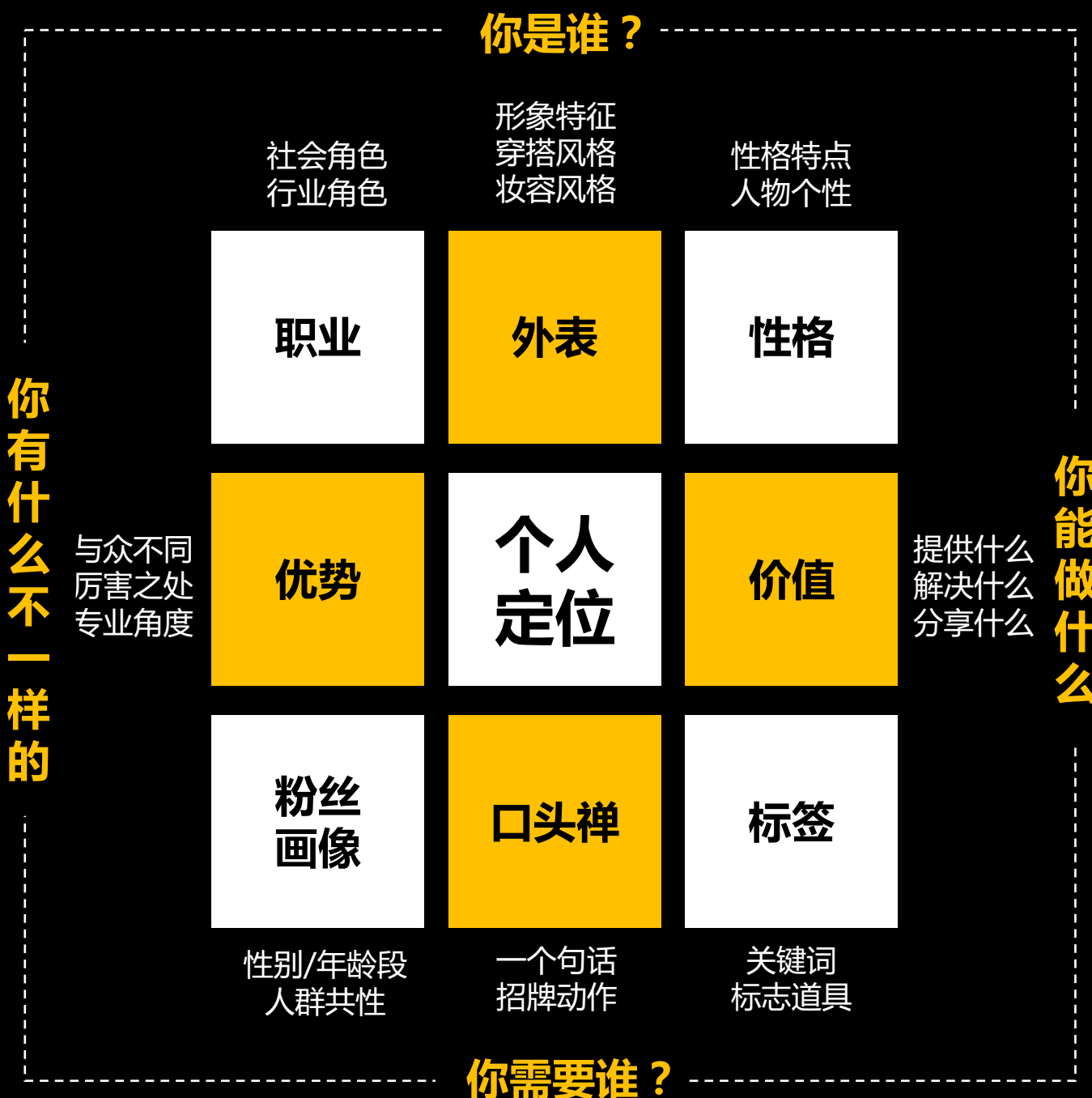


- **习惯1**：积极主动——个人愿景的原则
- **习惯2**：以终为始——自我领导的原则
- **习惯3**：要事第一——自我管理的原则
- **习惯4**：双赢思维——人际领导的原则
- **习惯5**：知彼解己——移情沟通的原则
- **习惯6**：统合综效——创造性合作的原则
- **习惯7**：不断更新——平衡的自我更新的原则

如何培养自控力？

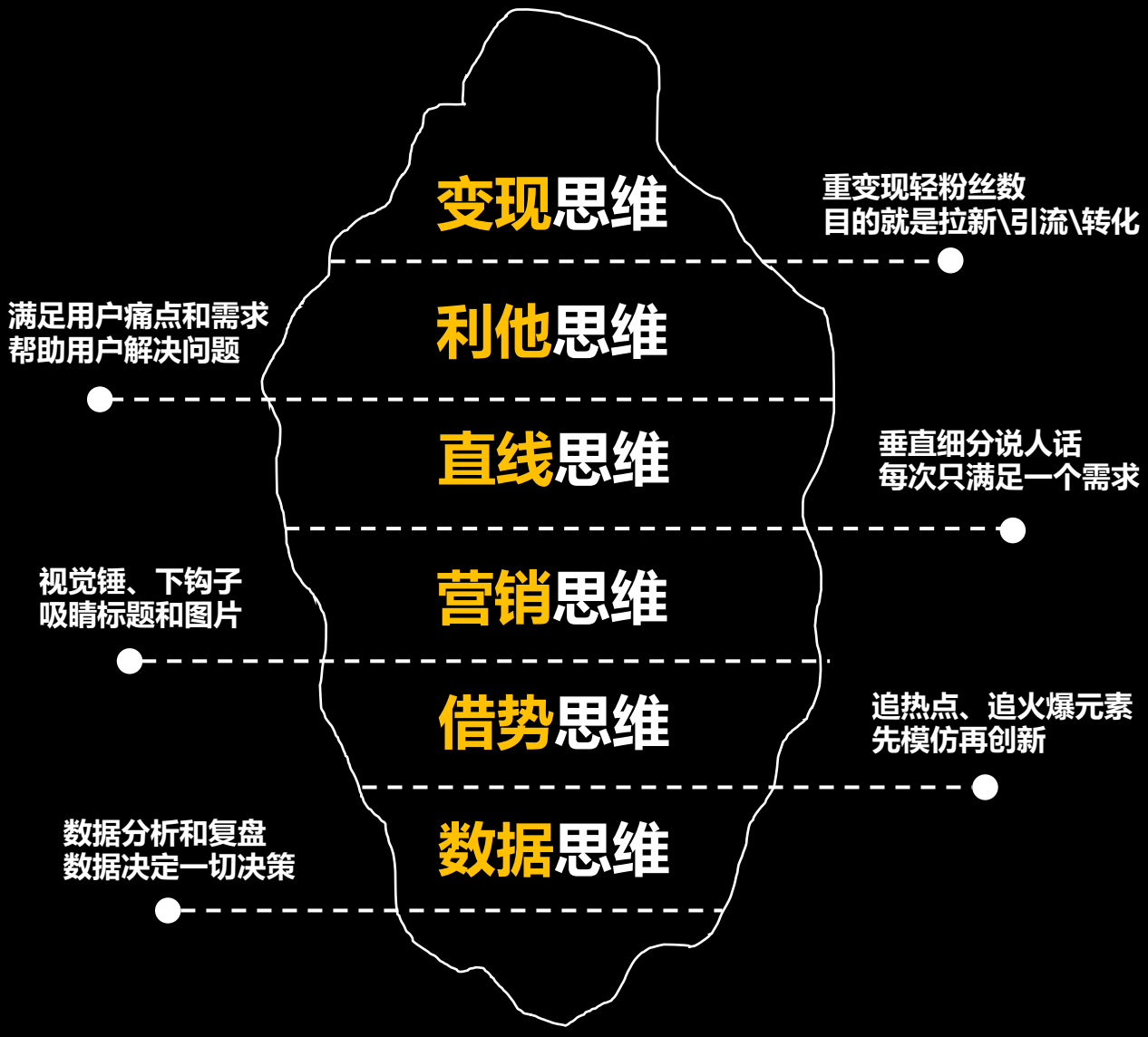

逃离多巴胺的控制
强化你的目标
1
2
放慢呼吸
尝试一下冥想
3
运动可以提升
自控力
4
用做什么去
替代不做什么
5
适时的给自己
一些奖励

个人9宫格潜力挖掘法


你是谁？
形象特征
穿搭风格
妆容风格
社会角色
行业角色
性格特点
人物个性
职业
外表
性格
你有什么不一样的
与众不同
厉害之处
专业角度
优势
个人
定位
价值
你能做什么
提供什么
解决什么
分享什么
粉丝
画像
口头禅
标签
性别/年龄段
人群共性
一个句话
招牌动作
关键词
标志道具
你需要谁？

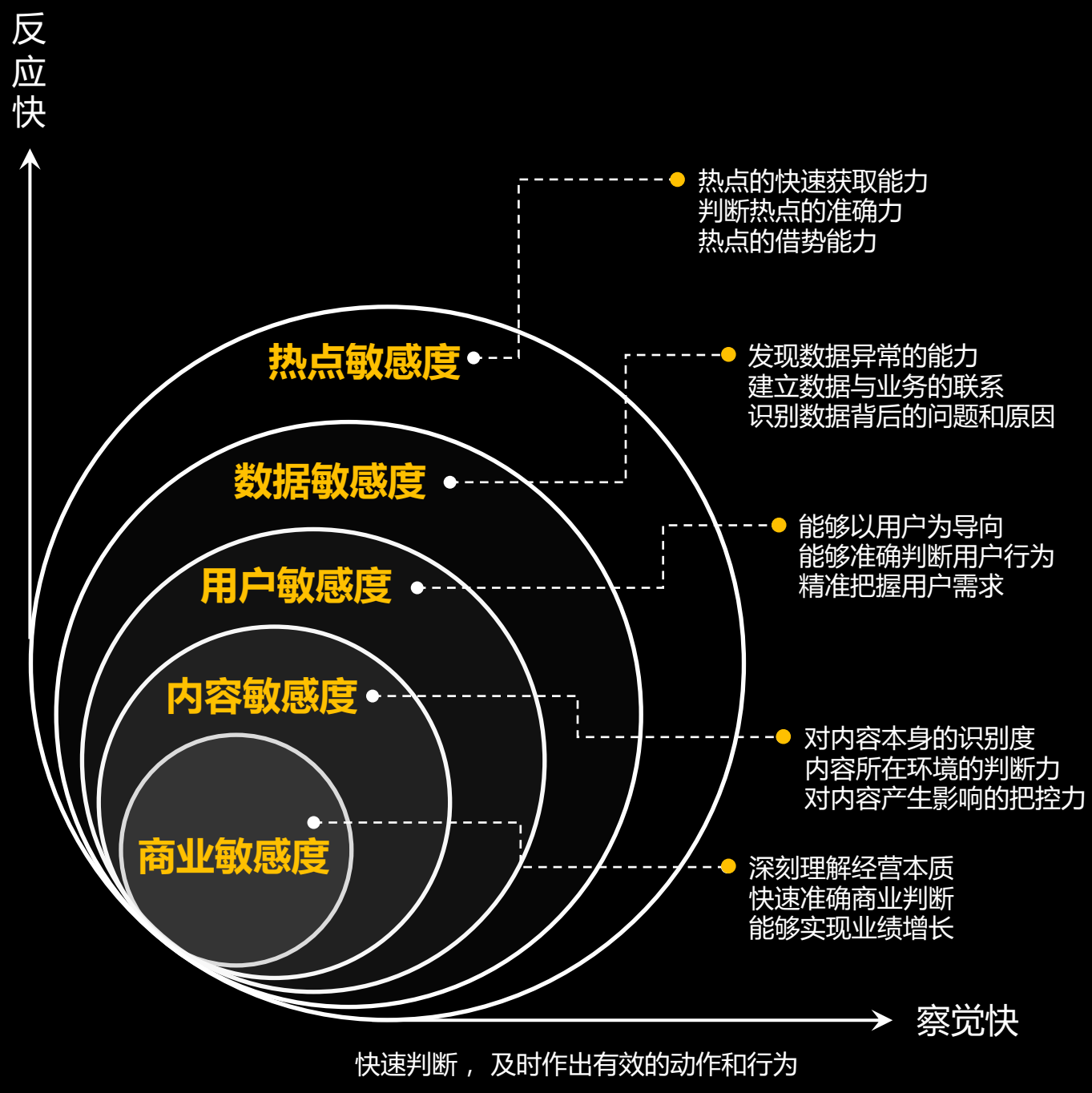
顶尖运营高手必备的6大思维

The value of operations is to connect users and products



运营人必备5个敏感度思维

反应快 | 察觉快 | 动作快

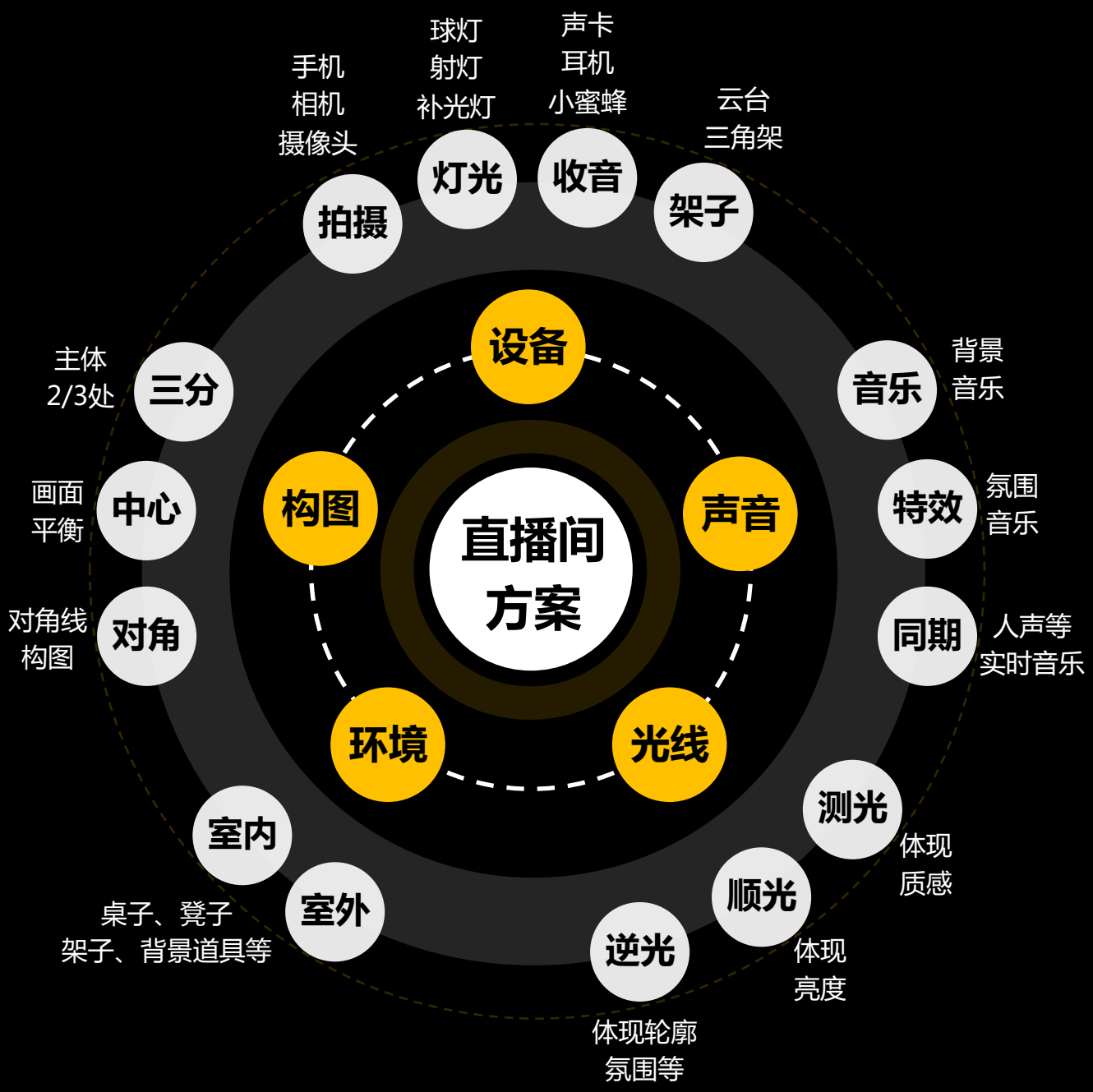


活动运营的五大诱饵



涨粉神器	推广员	秒杀	优惠卷
比较心态	信任背书	瞬时决策	心理价位
限时折扣	**拼团商品推荐**	**支付有礼**	**邀请好友**
稀缺心理	跟随心理	溢价效应	分享意愿

直播间搭建5大要素


直播间
方案
设备
声音
光线
环境
构图
拍摄
灯光
收音
架子
手机
相机
摄像头
球灯
射灯
补光灯
声卡
耳机
小蜜蜂
云台
三角架
音乐
背景
音乐
特效
氛围
音乐
同期
人声等
实时音乐
测光
体现
质感
顺光
体现
亮度
逆光
体现轮廓
氛围等
室外
室内
桌子、凳子
架子、背景道具等
对角
对角线
构图
中心
画面
平衡
三分
主体
2/3处

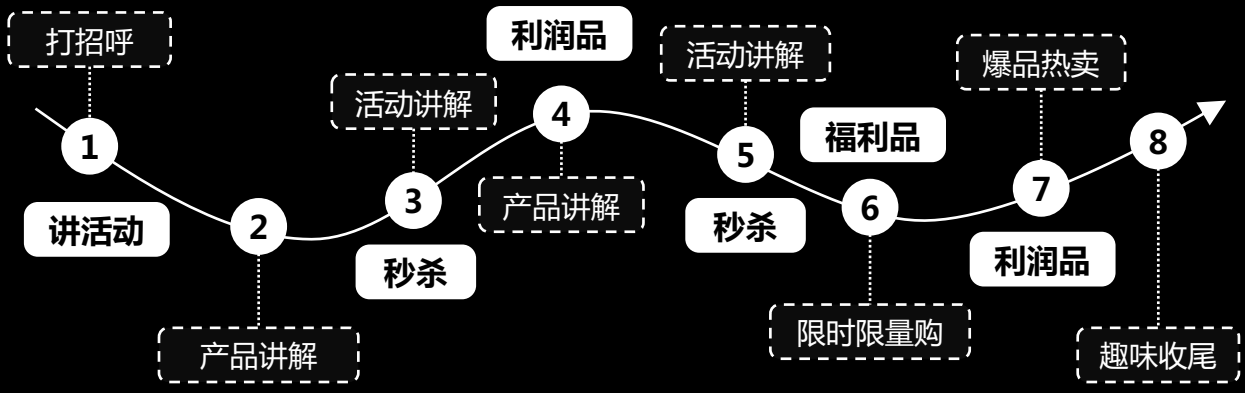
直播流程+直播节奏

直播流程

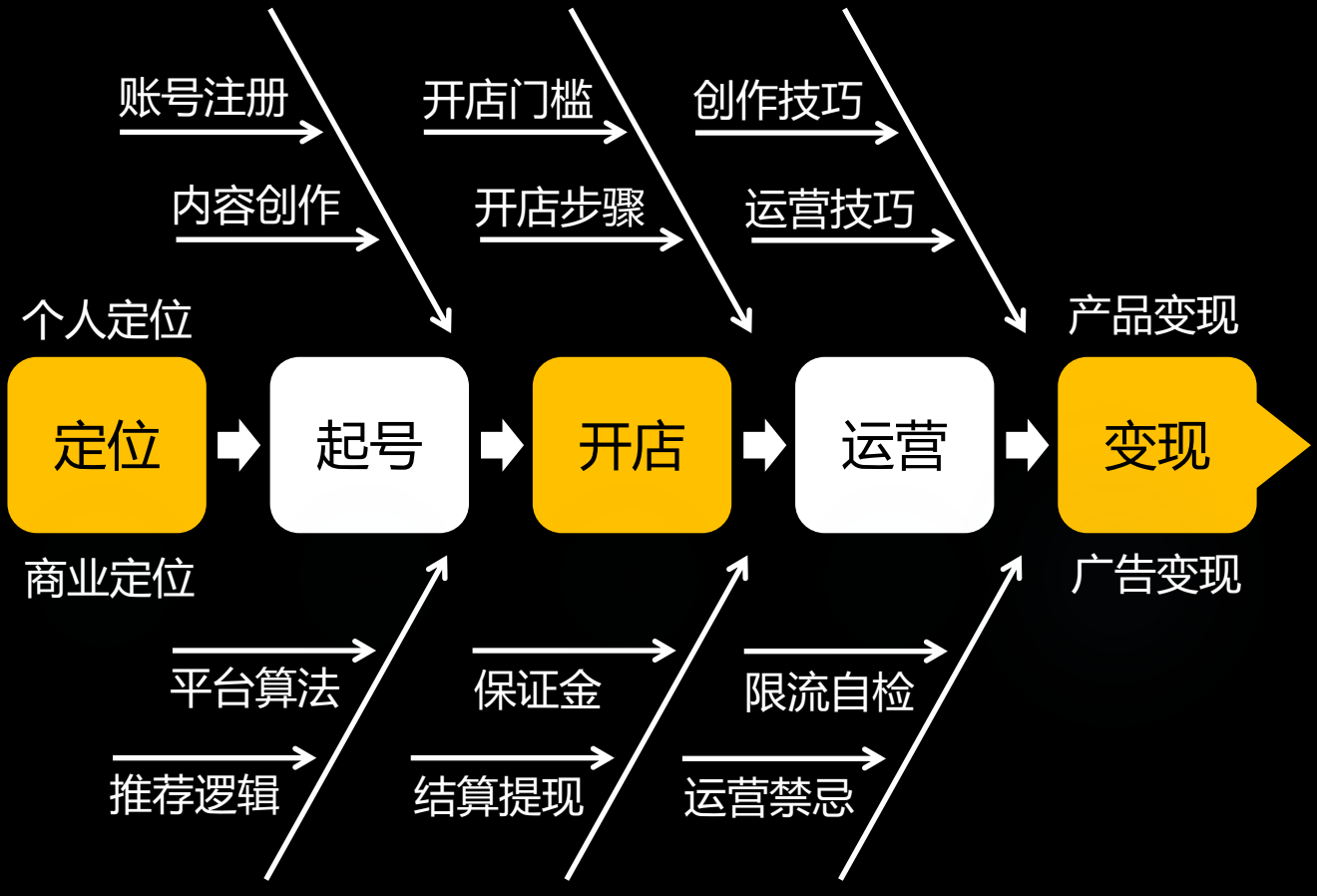
1. 直播预告
2. 排品
策划活动
3. 做场景
引好奇
4. 讲话术
多互动
5. 复盘
看数据

直播节奏

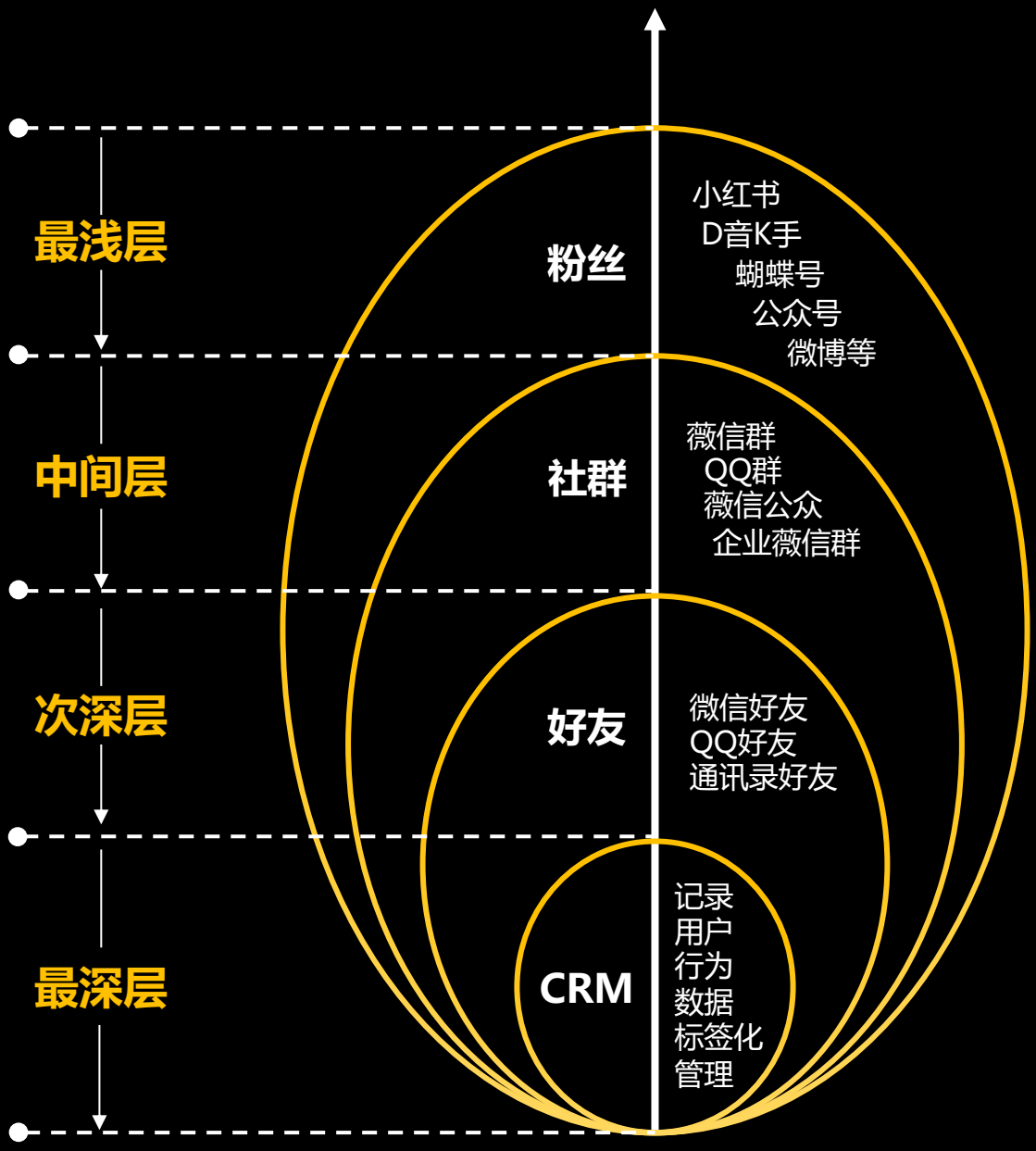
开场 过款 互动 爆发 结尾



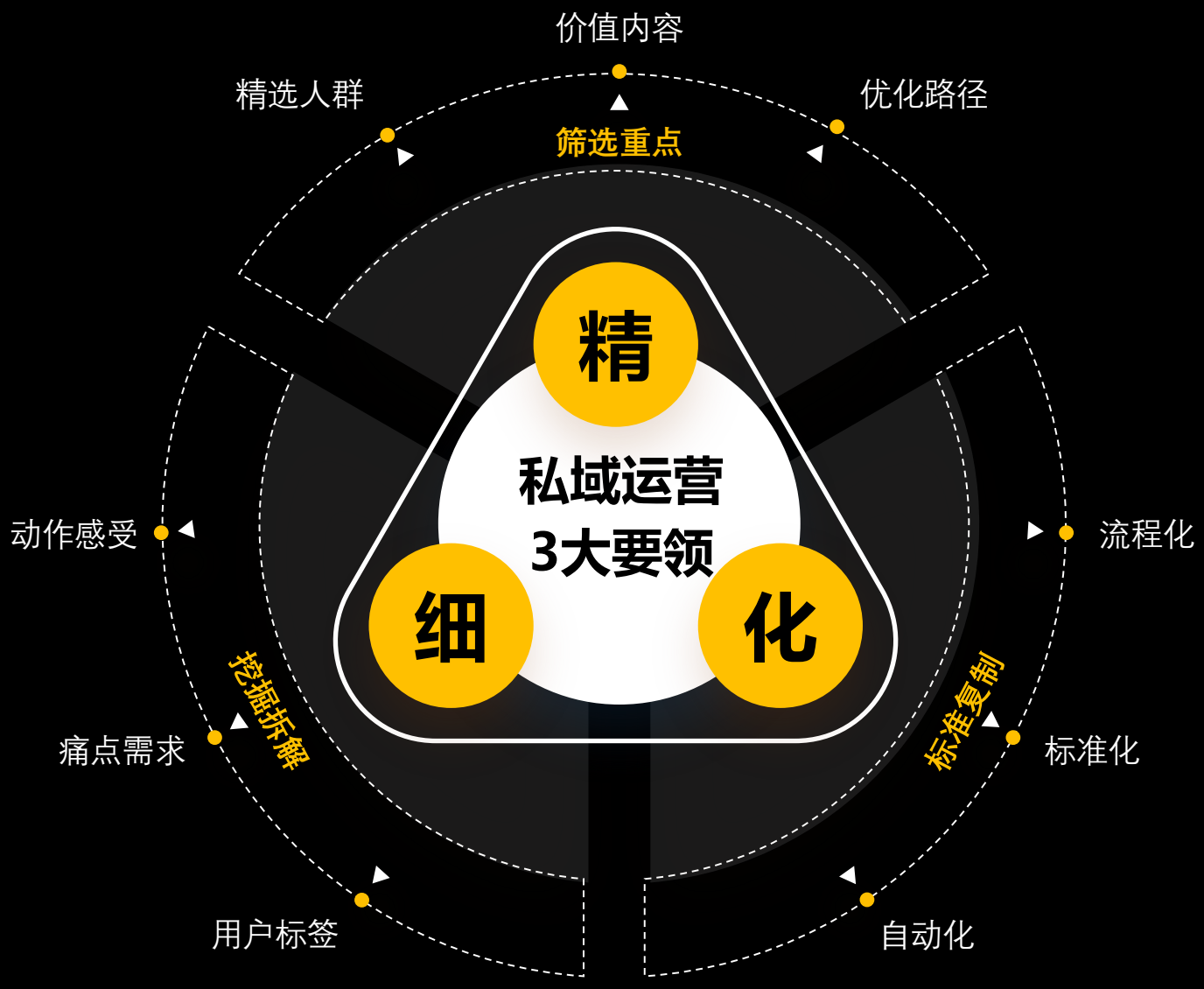
个人IP起号全流程


账号注册
内容创作
开店门槛
开店步骤
创作技巧
运营技巧
个人定位
产品变现
定位
起号
开店
运营
变现
商业定位
广告变现
平台算法
推荐逻辑
保证金
结算提现
限流自检
运营禁忌

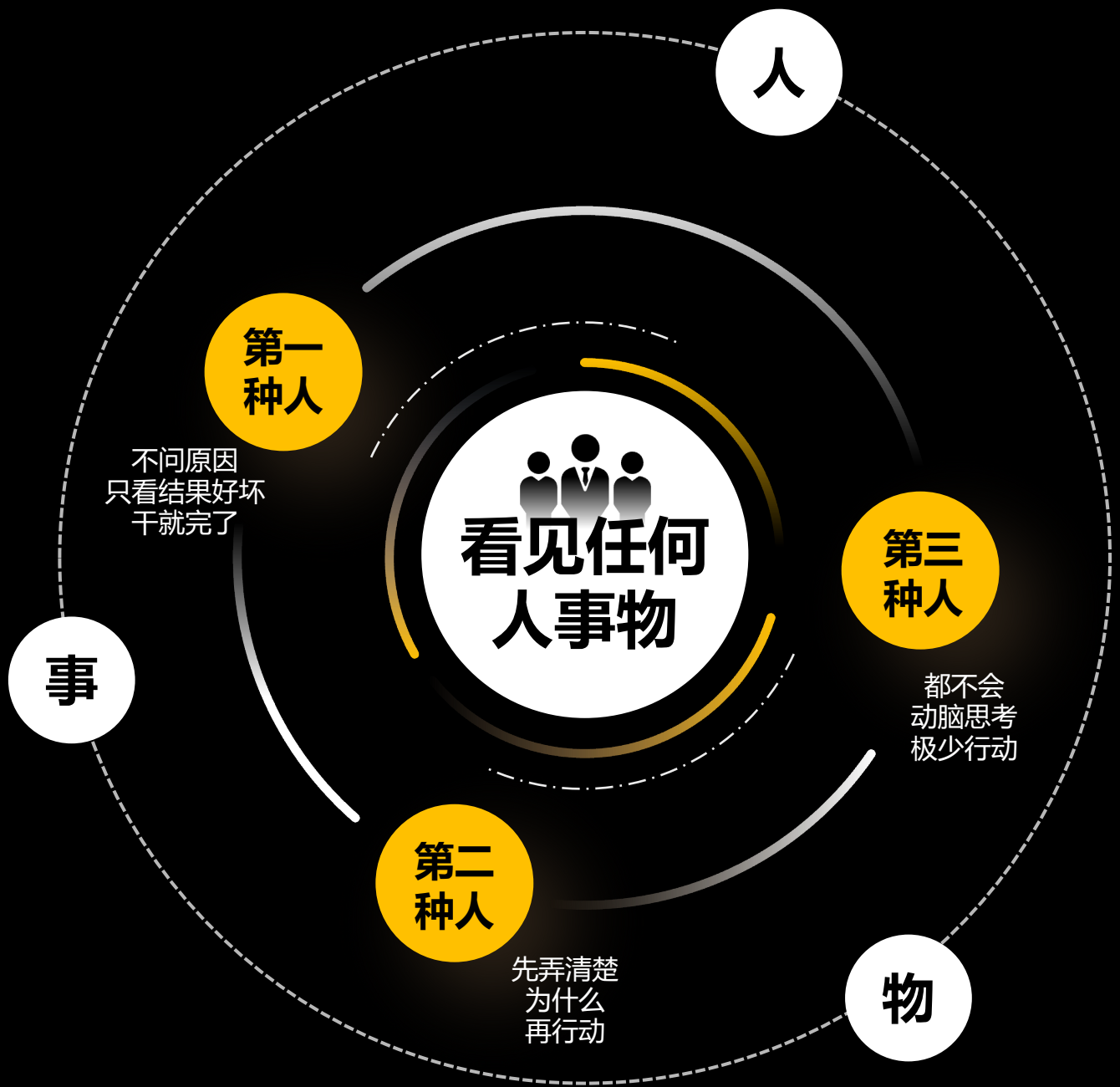
私域体系搭建的4个层级



私域运营的3大要领


价值内容
精选人群
优化路径
筛选重点
精
私域运营
3大要领
细
化
动作感受
流程化
挖掘拆解
标准复制
痛点需求
标准化
用户标签
自动化

人分3种 你是哪一种？

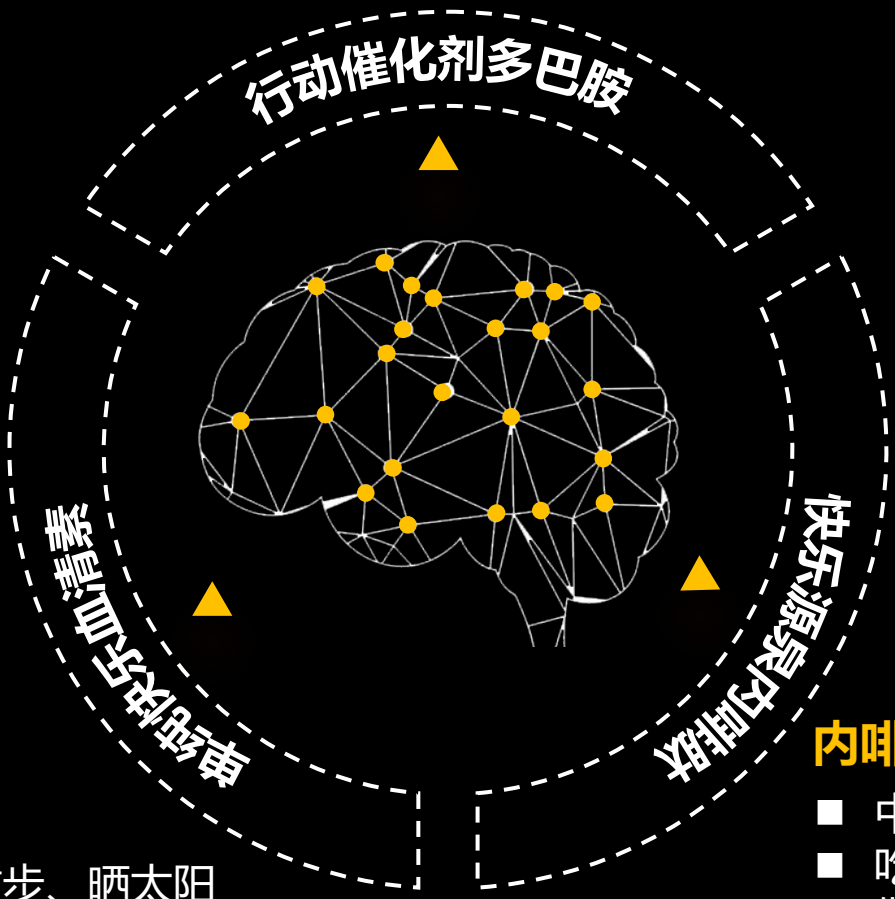

人
第一种人
不问原因
只看结果好坏
干就完了
看见任何人事物
第三种人
都不会
动脑思考
极少行动
事
第二种人
先弄清楚
为什么
再行动
物

2024如何布局个人自媒体



3招让你快速获得快乐

多巴胺
- 适量吃喜欢的甜点
- 听喜欢的音乐
- 做喜欢的事情



血清素
- 室外散步、晒太阳
- 瑜伽、冥想、无氧运动
- 多吃维生素食物

内啡肽
- 中强度运动
- 吃黑巧克力
- 做挑战的事情



马斯克时间管理法(表）以及5步工作法

明确需求

明确根本核心方向、功能
目标结果，确保切实可行

简化流程

精简流程、做减法
用简单的方式实现需求

优化

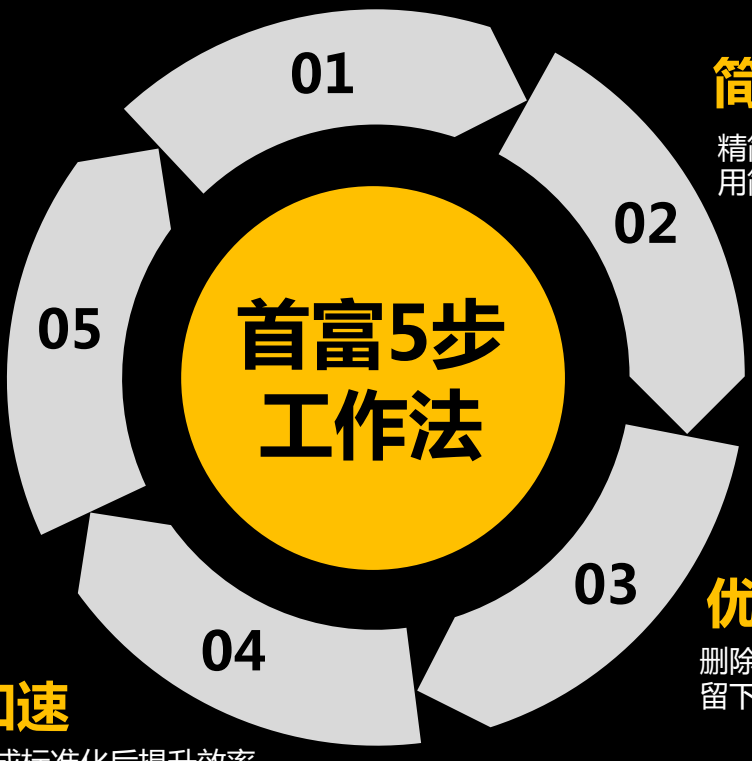
删除不必要的东西
留下核心需求和步骤

加速

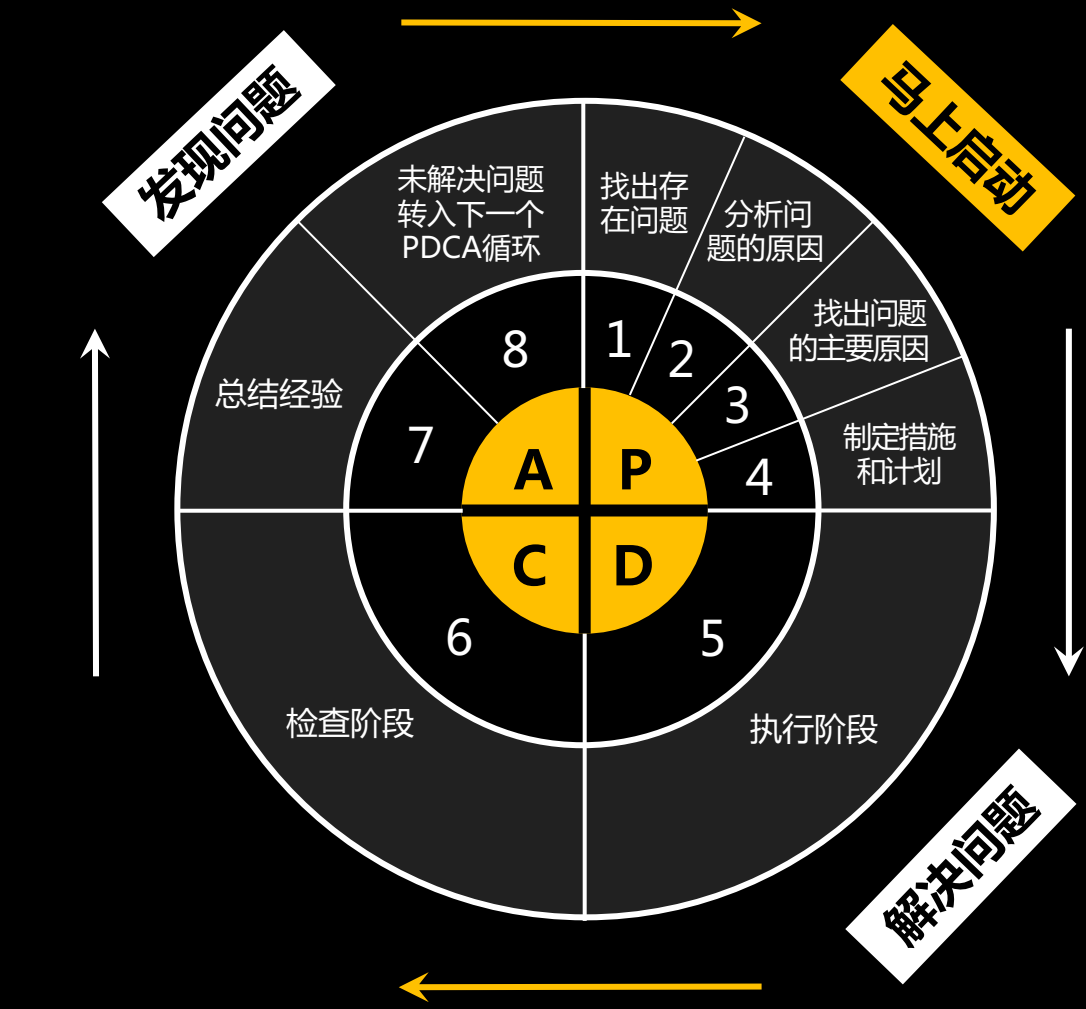
行成标准化后提升效率
快速发展拿结果

自动化

行成系统，开启人工
智能化，提高效能

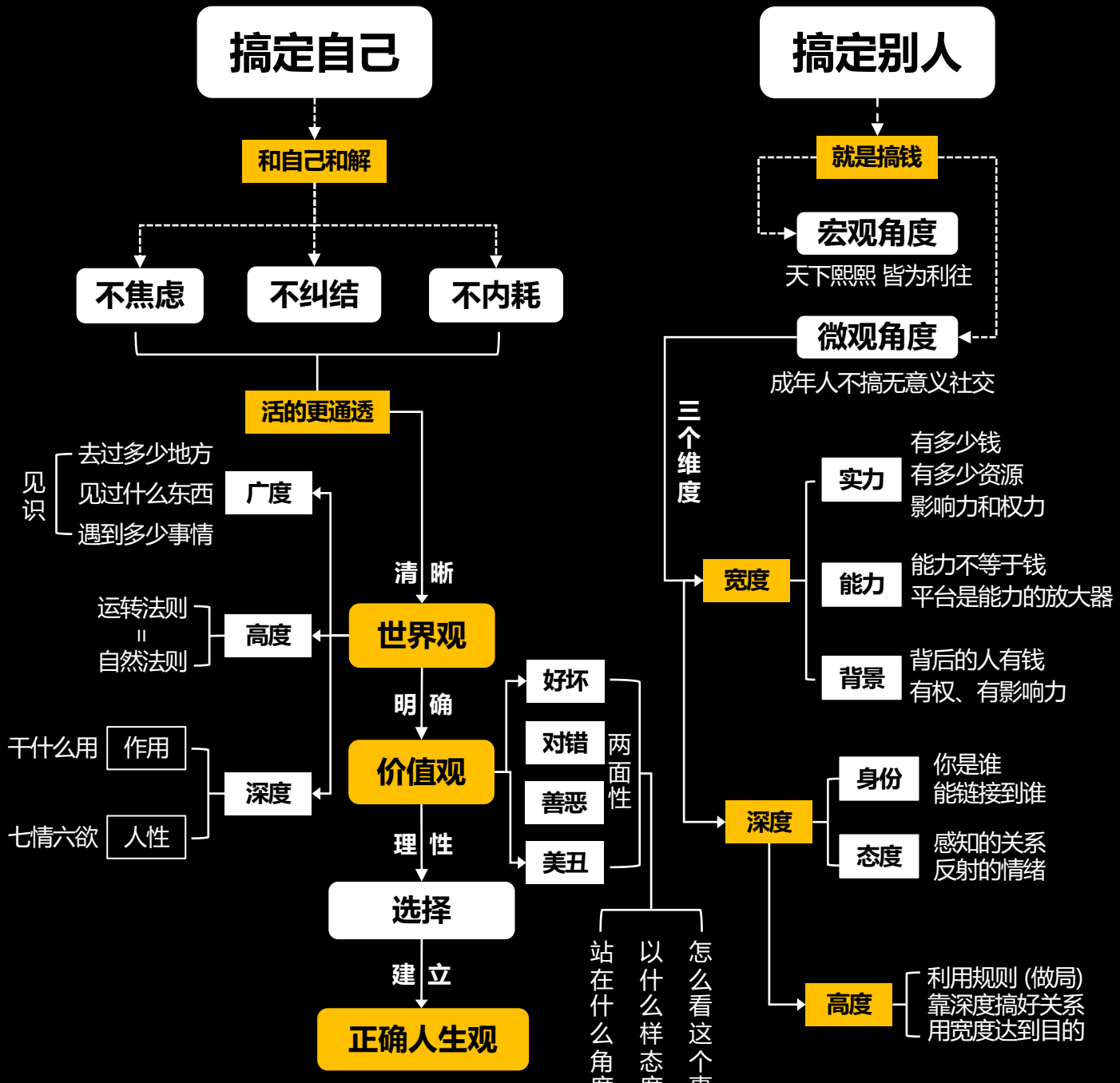


让你远超同龄人的
PDCA工作法



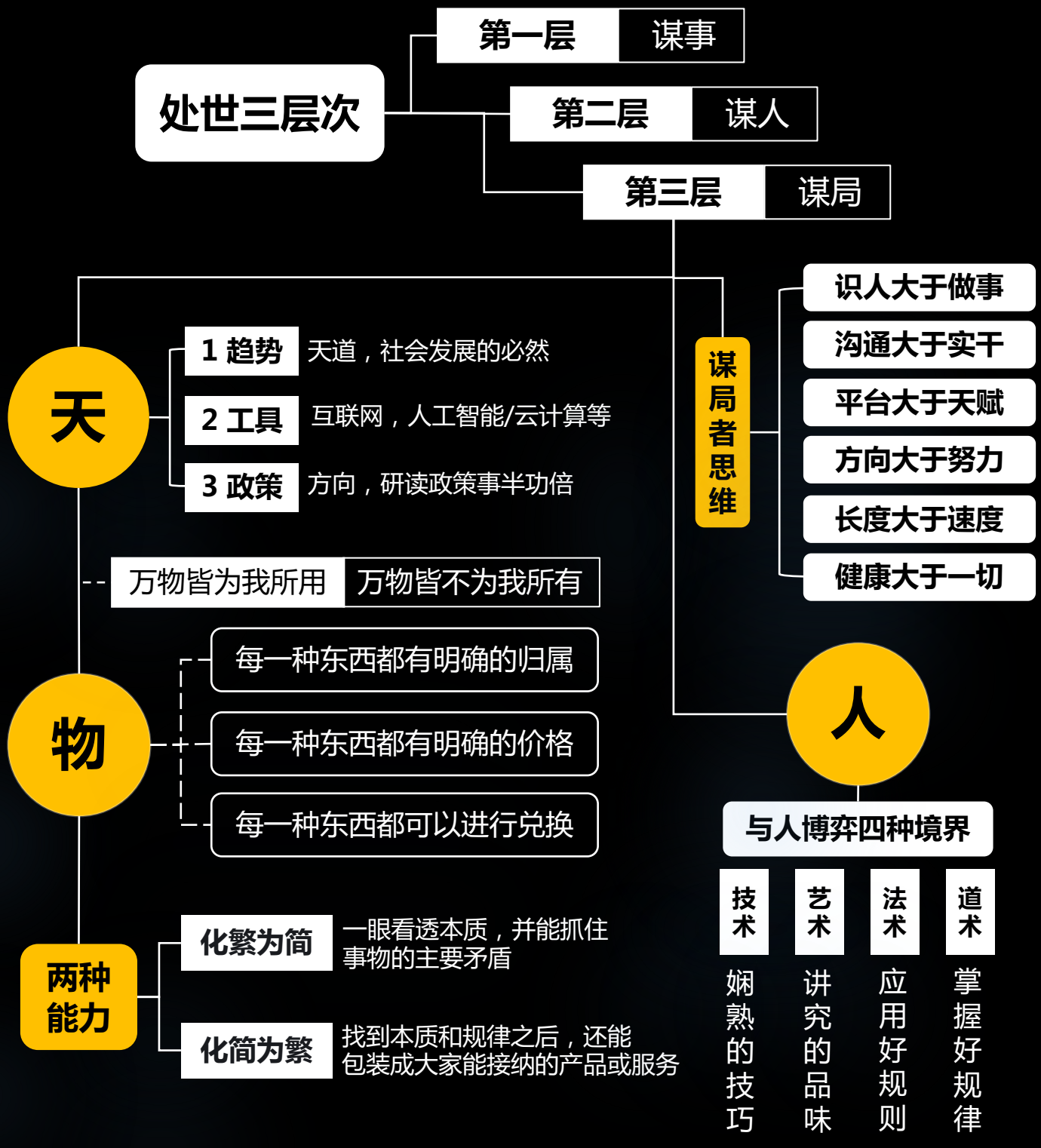
Plan	Do	Check	Act
计划	执行	检查	处理

人活着其实就这两件事
搞定自己VS搞定别人



人分三个层次：谋事\谋人\谋局

你在哪个层次？

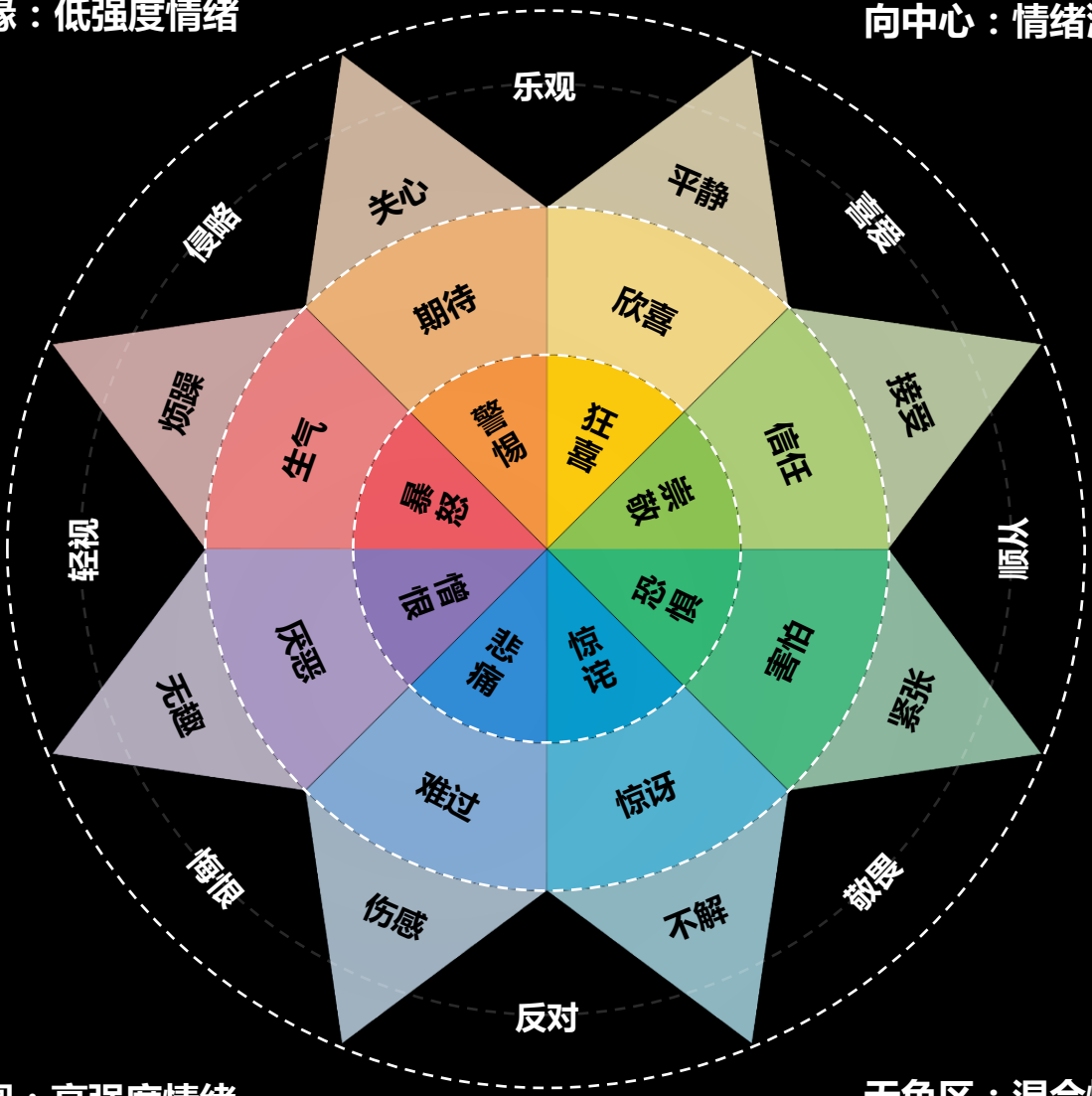


普拉奇克【情绪飞轮】

一份不可多得的情绪控制指南

外边缘：低强度情绪

向中心：情绪渐强



中心圆：高强度情绪

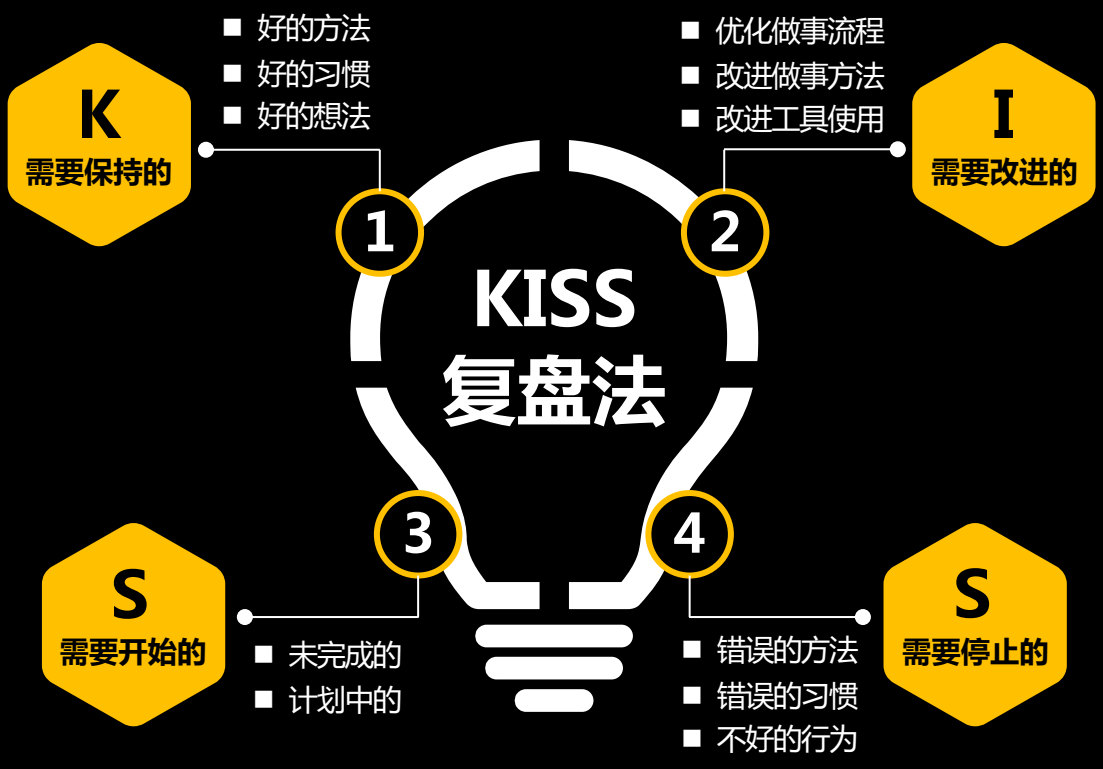
无色区：混合情绪

如何提高为人处世能力？

三不做 三不说 三不要

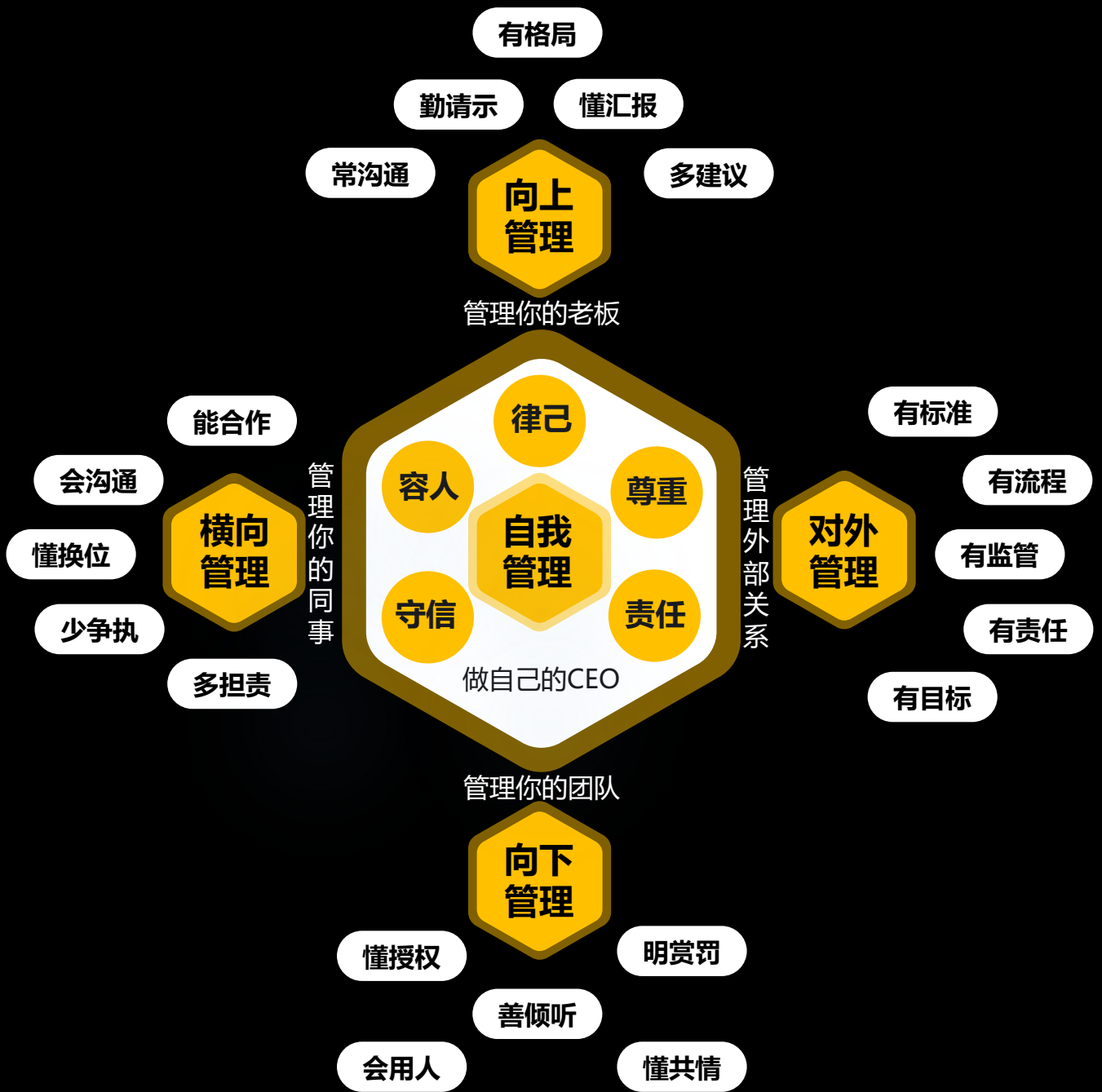


人生能力增长利器
KISS复盘模型
坚持1年，领先5年！



目标回顾	结果评估	原因分析	经验总结
目的是什么? 目标是什么? 计划是什么?	目的是否达到? 目标是否完成? 有无突发状况?	完成的关键因素? 未完成的客观原因? 未完成的主观原因?	KISS复盘法

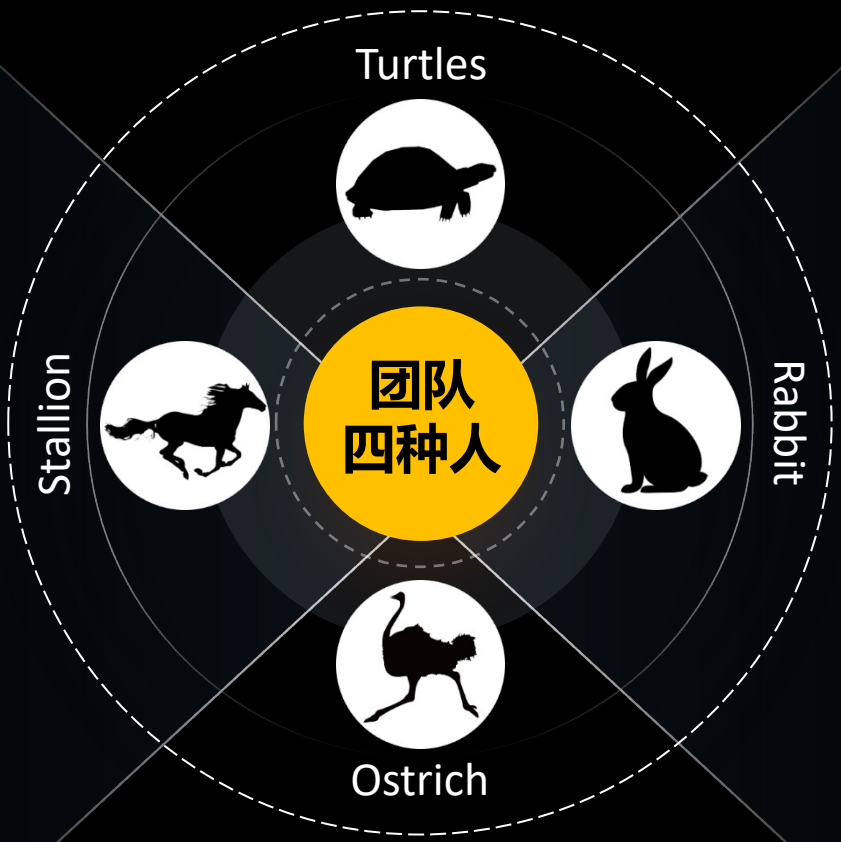
提升领导管理能力的
五维管理策略



想要管好一个团队
其实就4种人

乌龟型

做事稳健、有耐心
虽然不会很快
但注重细节和质量



千里马型

团队中的
佼佼者
在关键时
刻发挥重
要作用
带领团队
取得良好
的成绩

兔子型

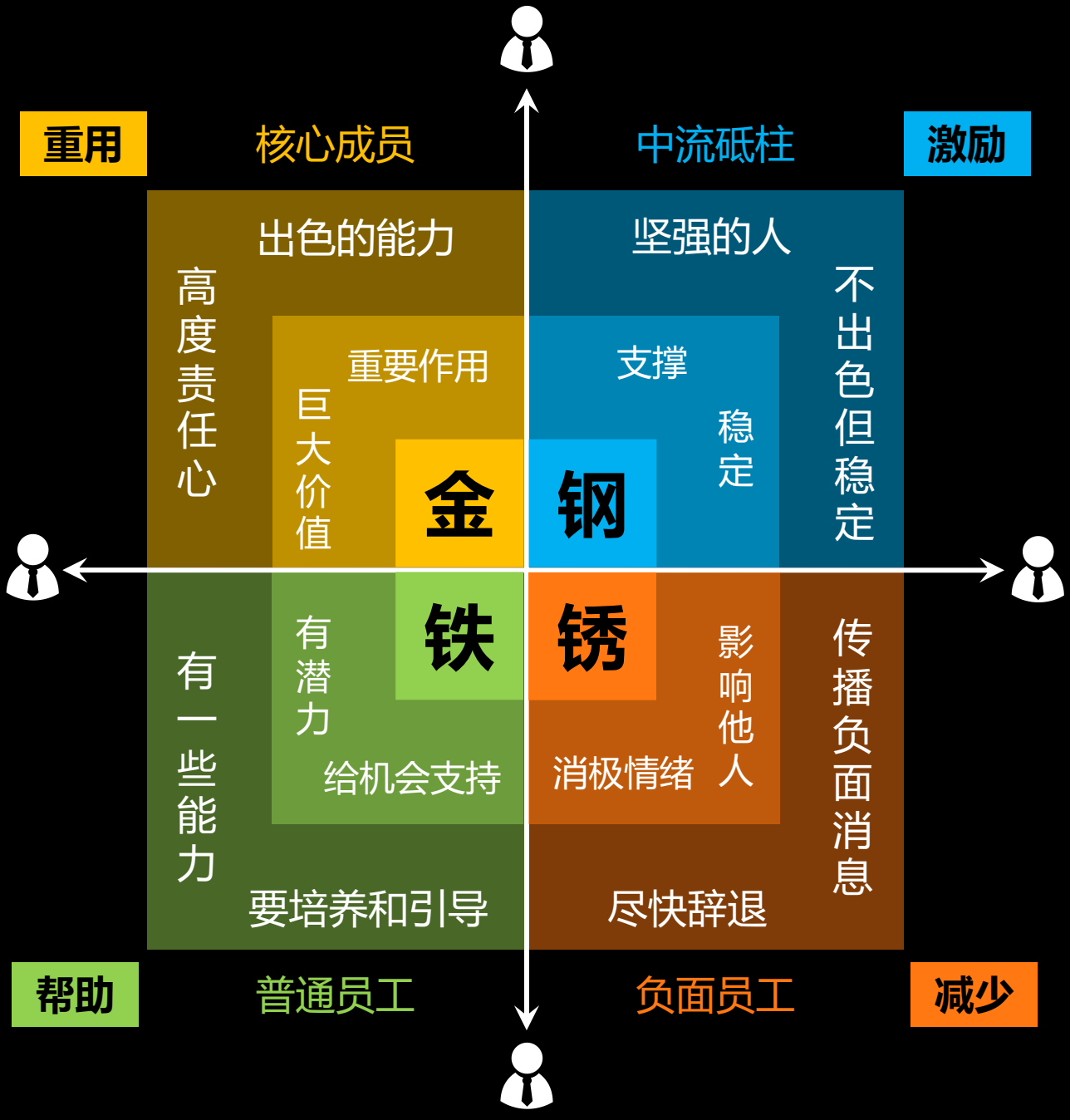
充满活力
和冲劲
积极主动
动作迅速
但有时可
能会过于
冲动或缺
乏耐心

比较谨慎，遇到问题时会选择暂时
回避或隐藏。需要更多鼓励和引导
帮助他们面对问题并找到解决方案

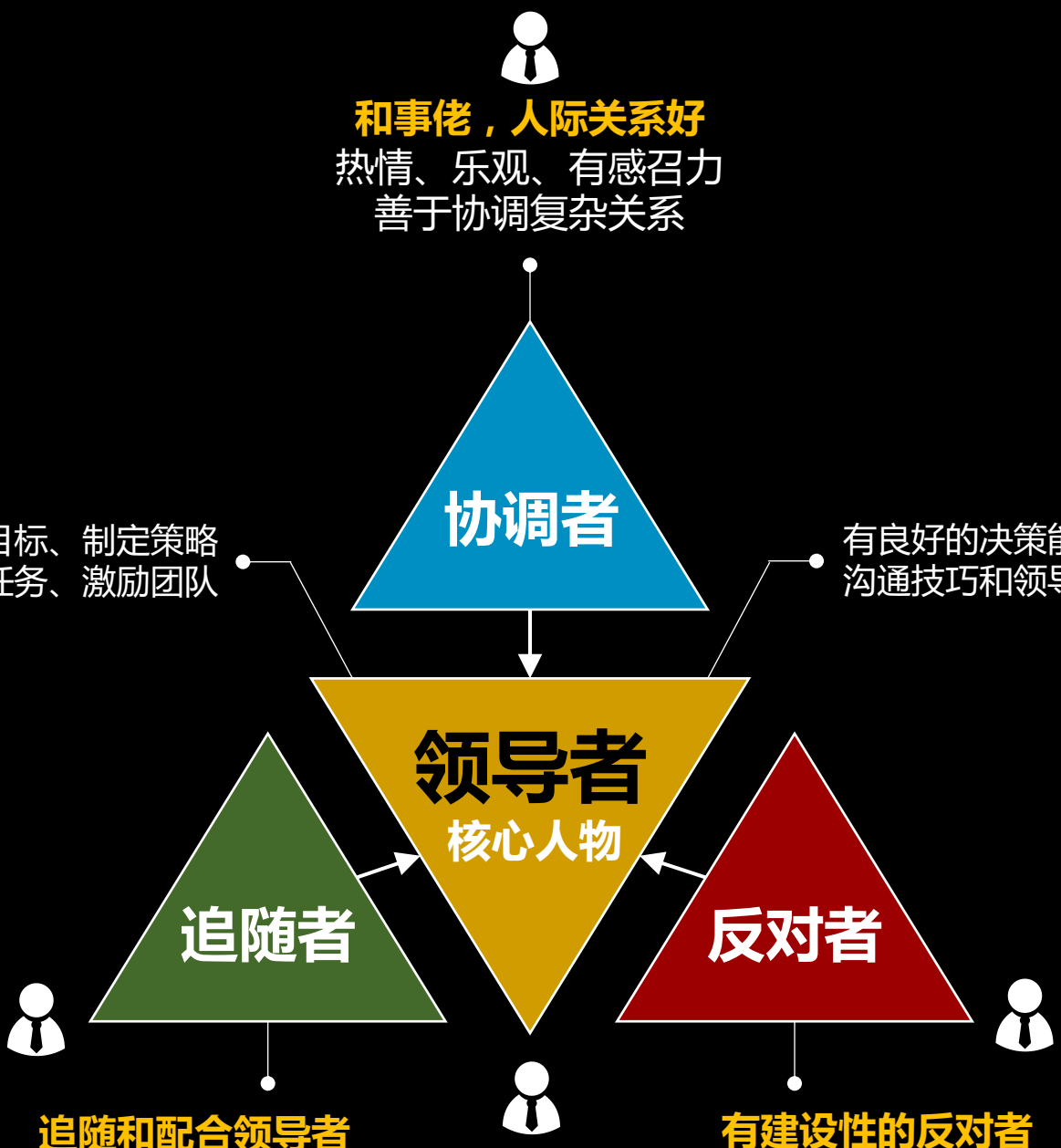
鸵鸟型

带团队一定注意这四种人

金\钢\铁\锈



成功团队的4种角色
看看你是那一种？



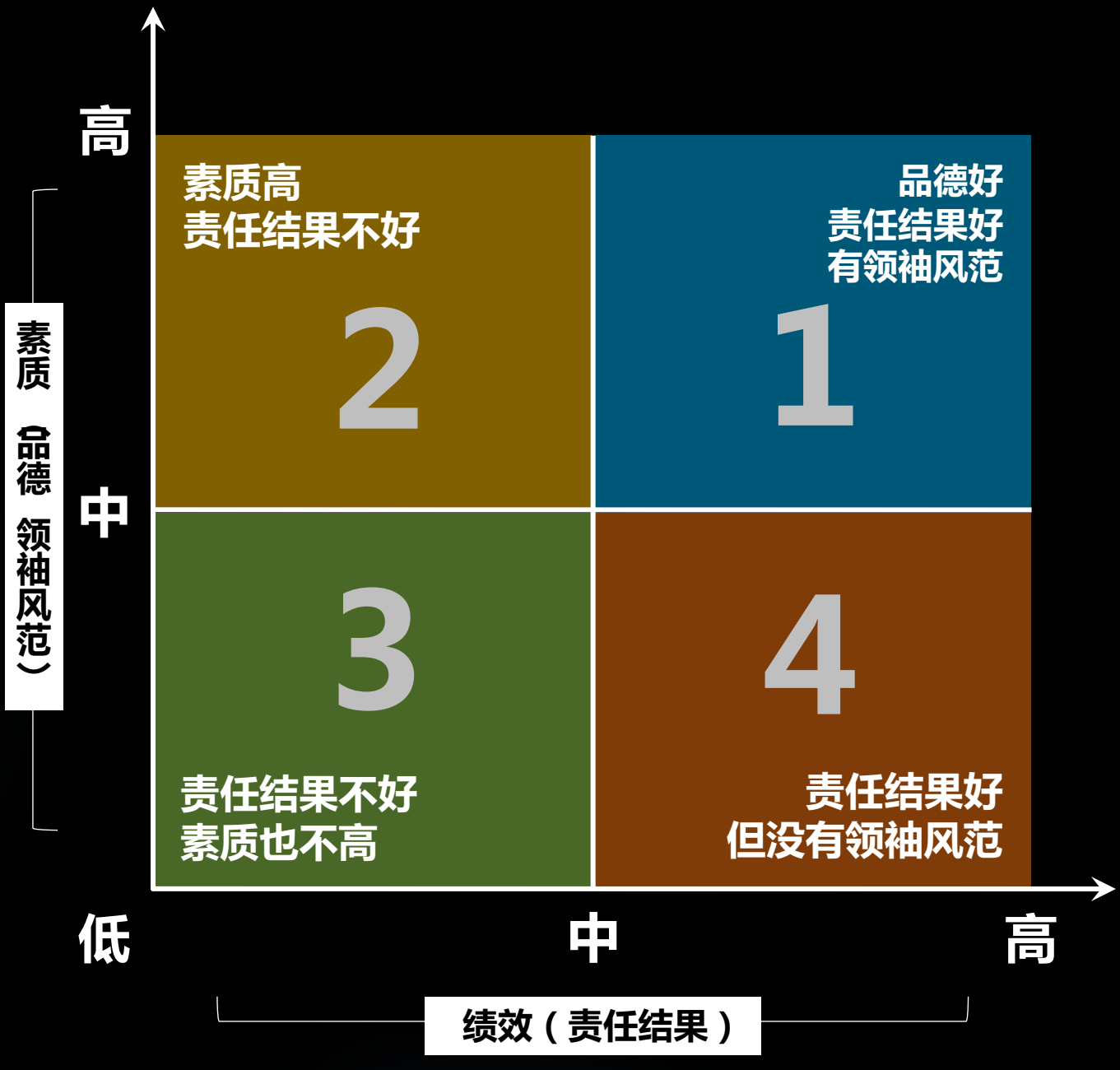
管理者一定都学会

五大抓手+四个放下

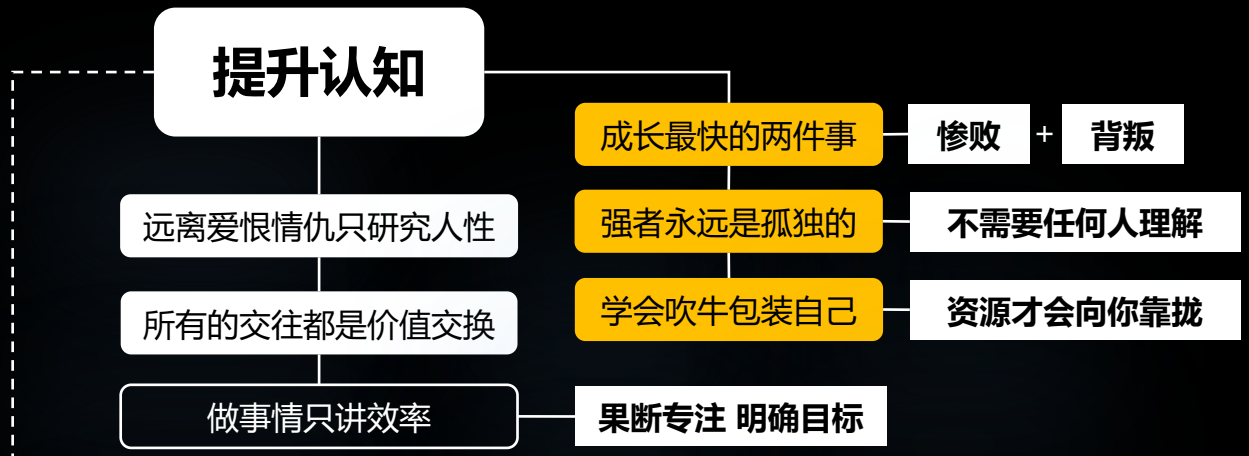


华为干部管理四象限

有效识别和培养高素质人才



如何提升搞钱认知

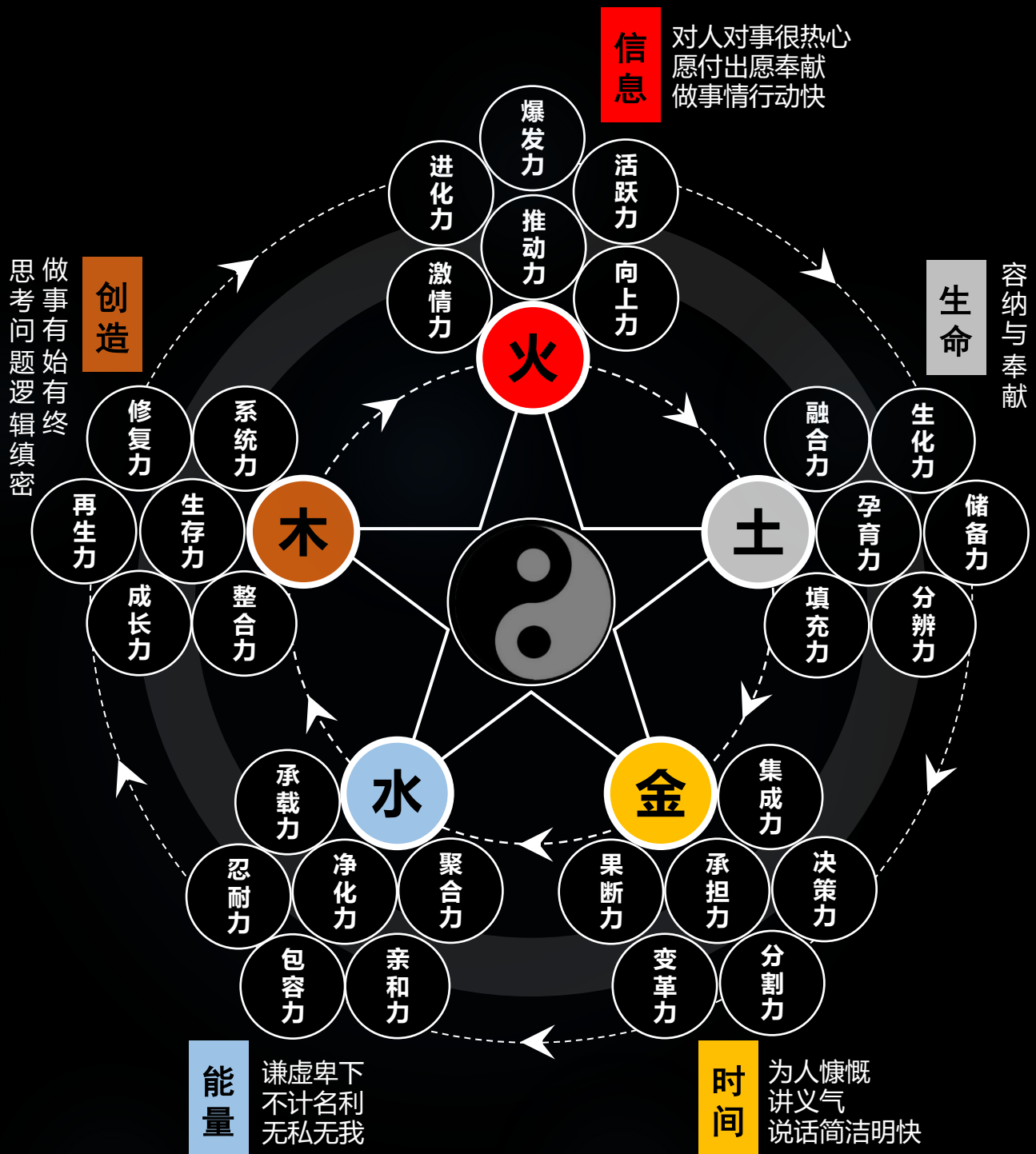




	一练自信 自己不相信 谁会信	
二练气场 抬头挺胸 腰板挺直	**三练胆识** 敢与任何人眼神对视	**四练沉稳** 再大的事也要表现的淡定
五练心智 不生气 不计较 不被人激怒	**六练赞美** 会夸赞 会幽默 会拒绝	**七练阅历** 会说话 会办事 会做人

个人成长的30个能力

看看你欠缺什么能力？

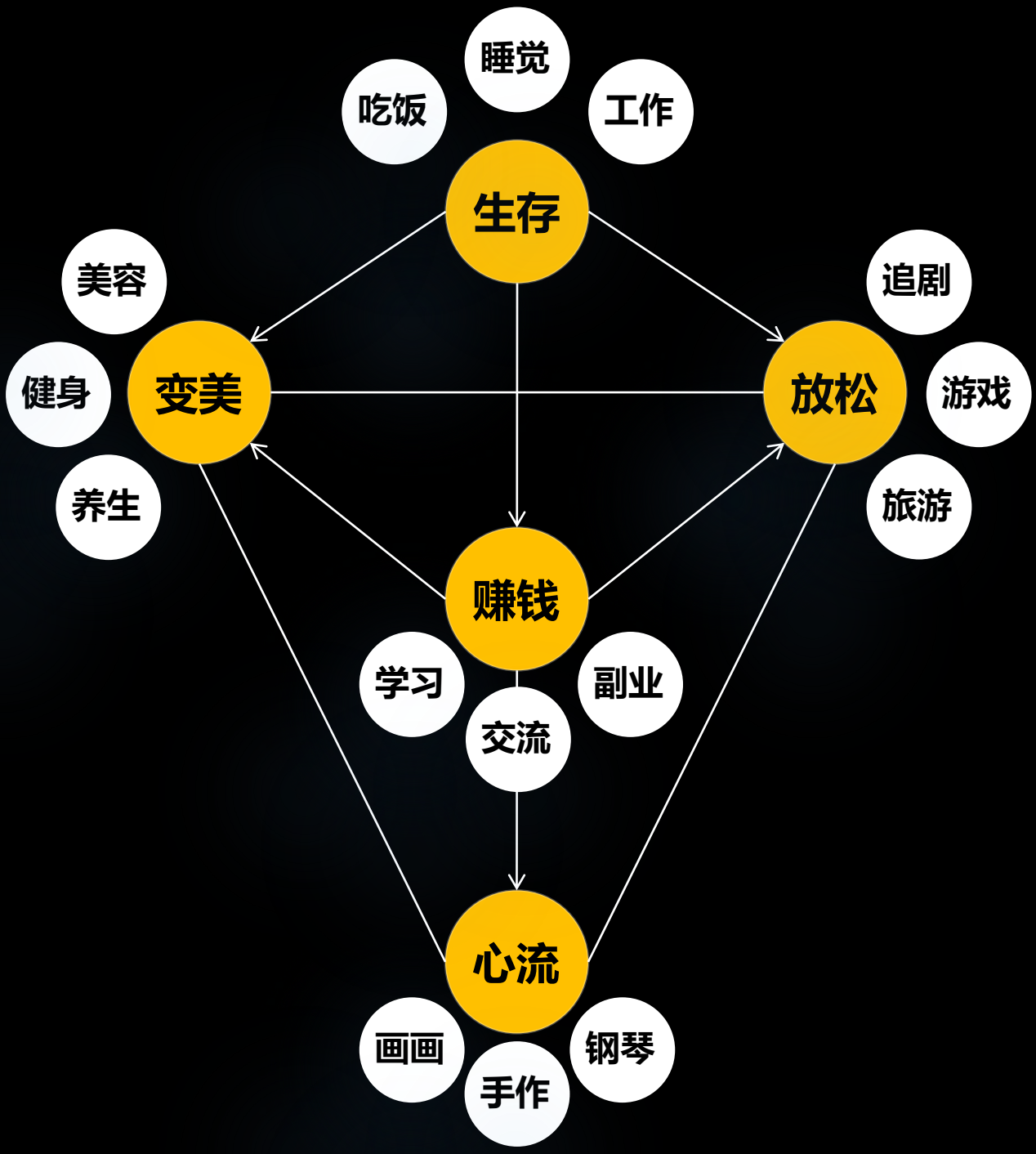


提升领导力的3357

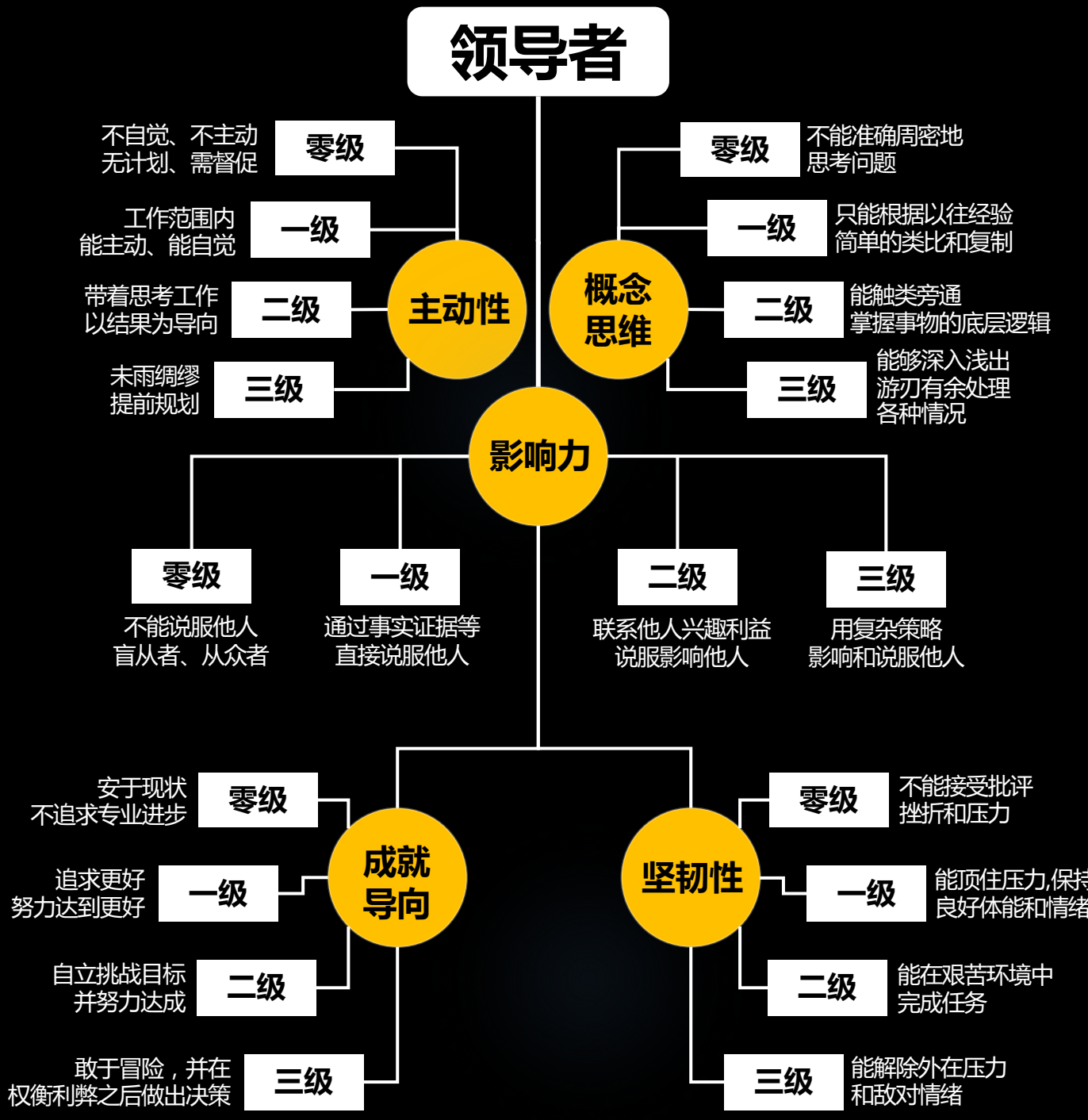
三零 | 三管 | 五带 | 七抓



如何用5个时间维度
重组自己的人生



华为用了15年的
选拔人才五大要素



8个步骤教你
如何制定有效计划

1 明确目标

2 分解任务

3 确定优先级

4 考虑资源

5 留出缓冲区

6 定期评估和调整

7 沟通和协作

8 使用工具和表格

优秀管理者：必会五字口诀

计划表	合理分配	培训指导	分析解决	绩效考核
定	组	领	控	评
计划和目标	人脉和资源	引领和激励	进度和结果	团队和奖惩
制定明确的计划和目标，为团队提供清晰的方向	合理组织资源，包括人员、时间和资金，以高效地实现目标	发挥领导作用，激励和引导团队成员营造积极的工作氛围	监控工作进展，及时发现问题并采取措施，确保任务按计划进行	定期评估团队和个人的绩效提供反馈和奖励促进持续改进

怎么看一个人有没有领导力？

基层看执行、中层看理解、高层看决策

基层看才能、中层看德行、高层看胸怀

基层谈利益、中层谈执行、高层谈责任

到底什么是四维领导力

明道 | 取势 | 优术 | 树人

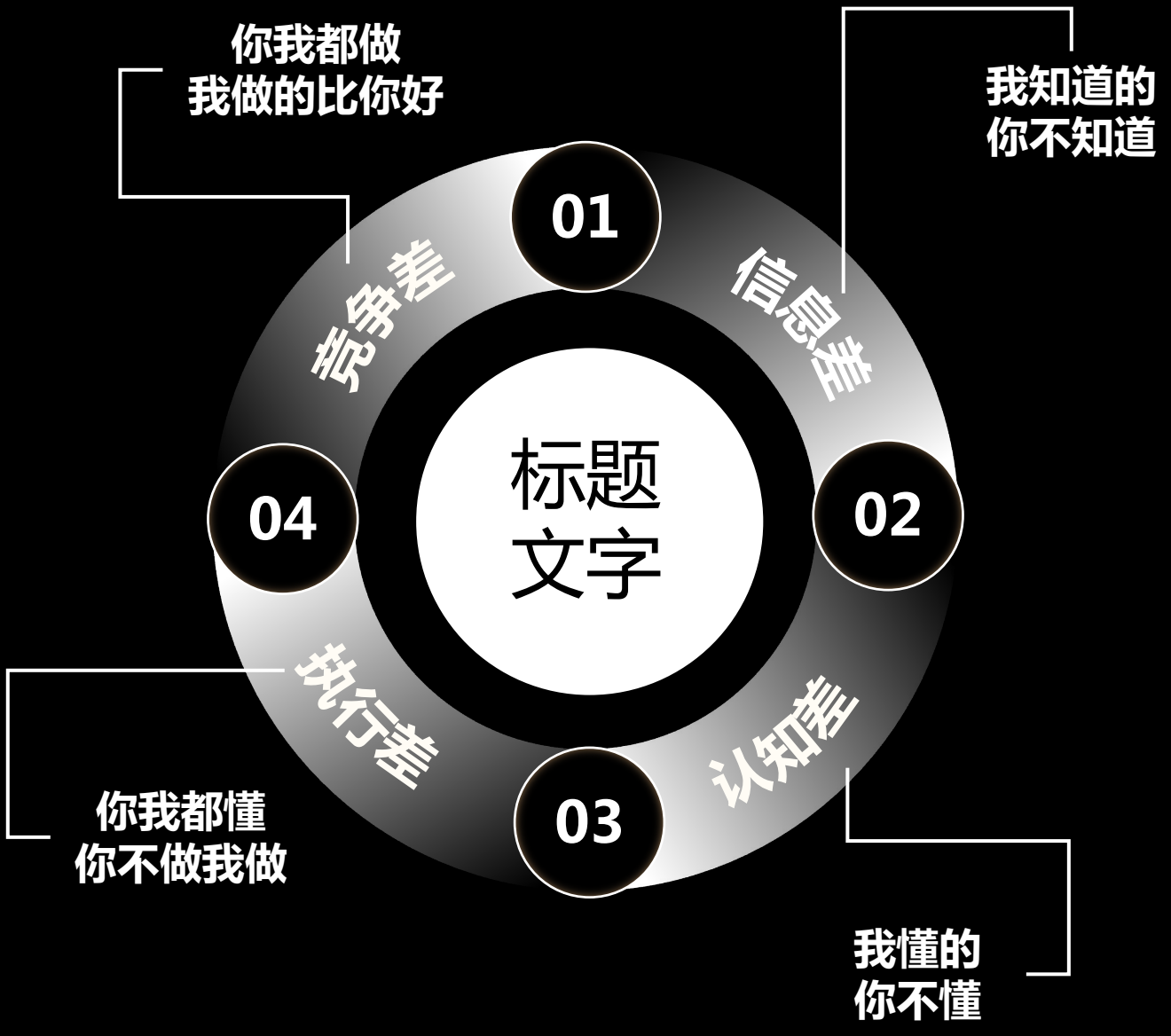


稻盛和夫：事业成功靠什么？



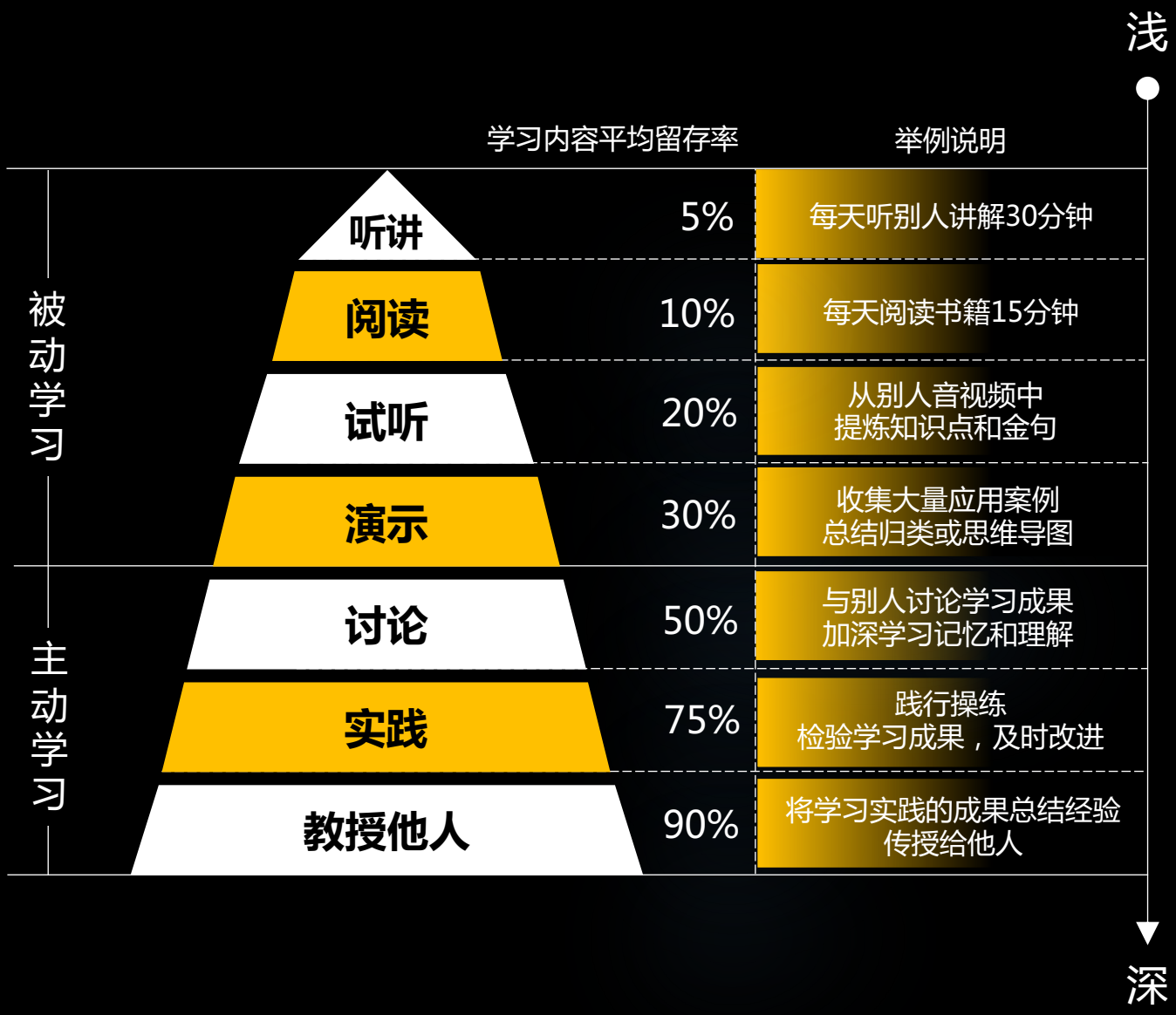
赚钱蕞快的四条路
绝大多数人败在了第三条

——稻盛和夫

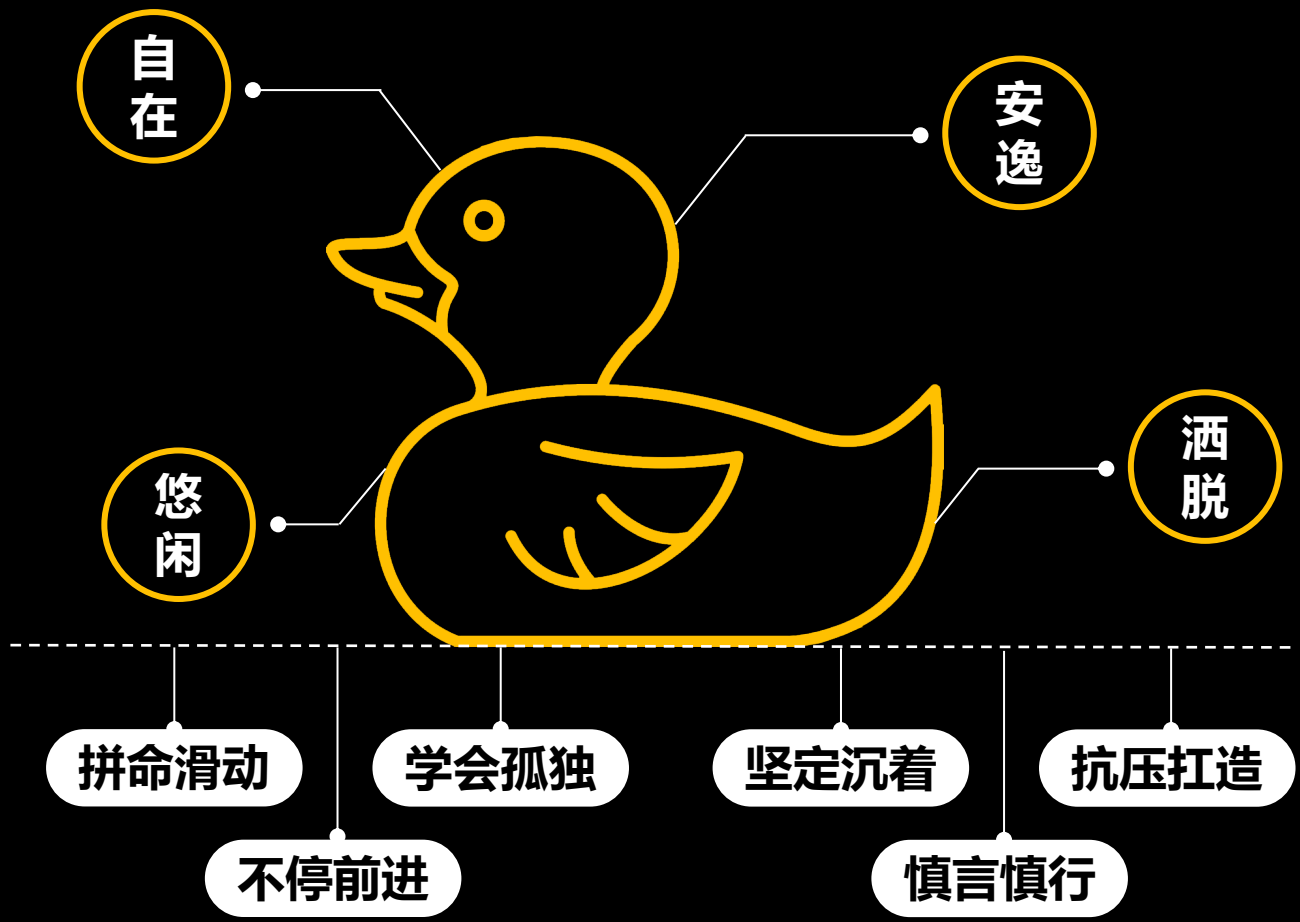


学习金字塔模型

提高学习效率的天花板



男人只有当了鸭子
才是人生大赢家



你必须非常的努力，才能看起来毫不费力

还要像鸭子一样，让人看不透你！

个人如何深度复盘

日/周/月/年

每日复盘

每晚10点完成当日复盘和次日计划

01、每天都做了什么事情?

02、所做的事分别有什么产出？花了多少时间？

03、哪些是应该做的？哪些是不应该做的？

04、遇到什么问题？分别是什么原因造成的？

05、应该做的事情还有更好的方式吗?

06、在时间花费上还有哪些方面需要攻进?

07、今人发生什么好事让我快乐/感激?

每周复盘

每周日晚10点完成当日复盘和次日计划

01、本周做了哪些具体事情？

02、每件事情有什么结果和收获？量化数字？

03、总结了哪些好的经验和方法?

04、遇到了哪些问题？具体什么原因导致的？

05、下周哪些事情继续做？有什么目标？

06、下周哪些事情停止做？哪些事情开始做？

07、下周每件事情预估花费时间？时间计划？

每月复盘

每晚10点完成当日复盘和次日计划

01、本月目标是否合理? 是否完成?

02、为了目标做了哪些事？执行情况是什么样?

03、本月各个目标的完成时间和亮成结果如何?

04、本月目标完成/未完成的原因是什么?

05、本月我取得了哪些进步与成就?

06、哪些事继续做？停止做？下月开始做？

每年复盘

每周日晚10点完成当日复盘和次日计划

01、用一个词/句子总结自己过去的一年

02、复盘过去一年目标完成情况及进展

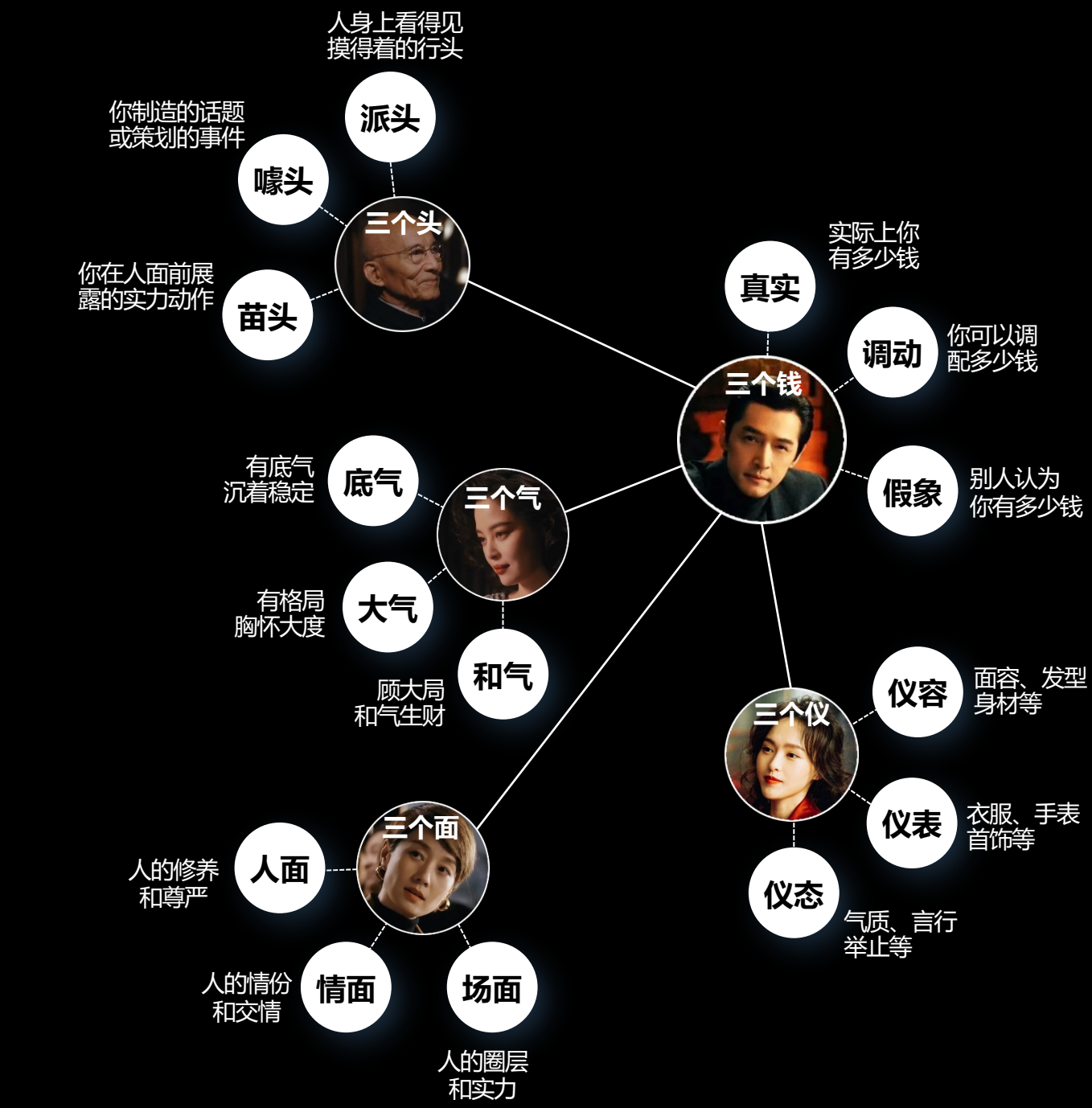
03、回顾过去一年自己取得的成就

04、写下过去一年白己的遗憾，并什么原因

05、分析这一年完成目标/未完成的原因

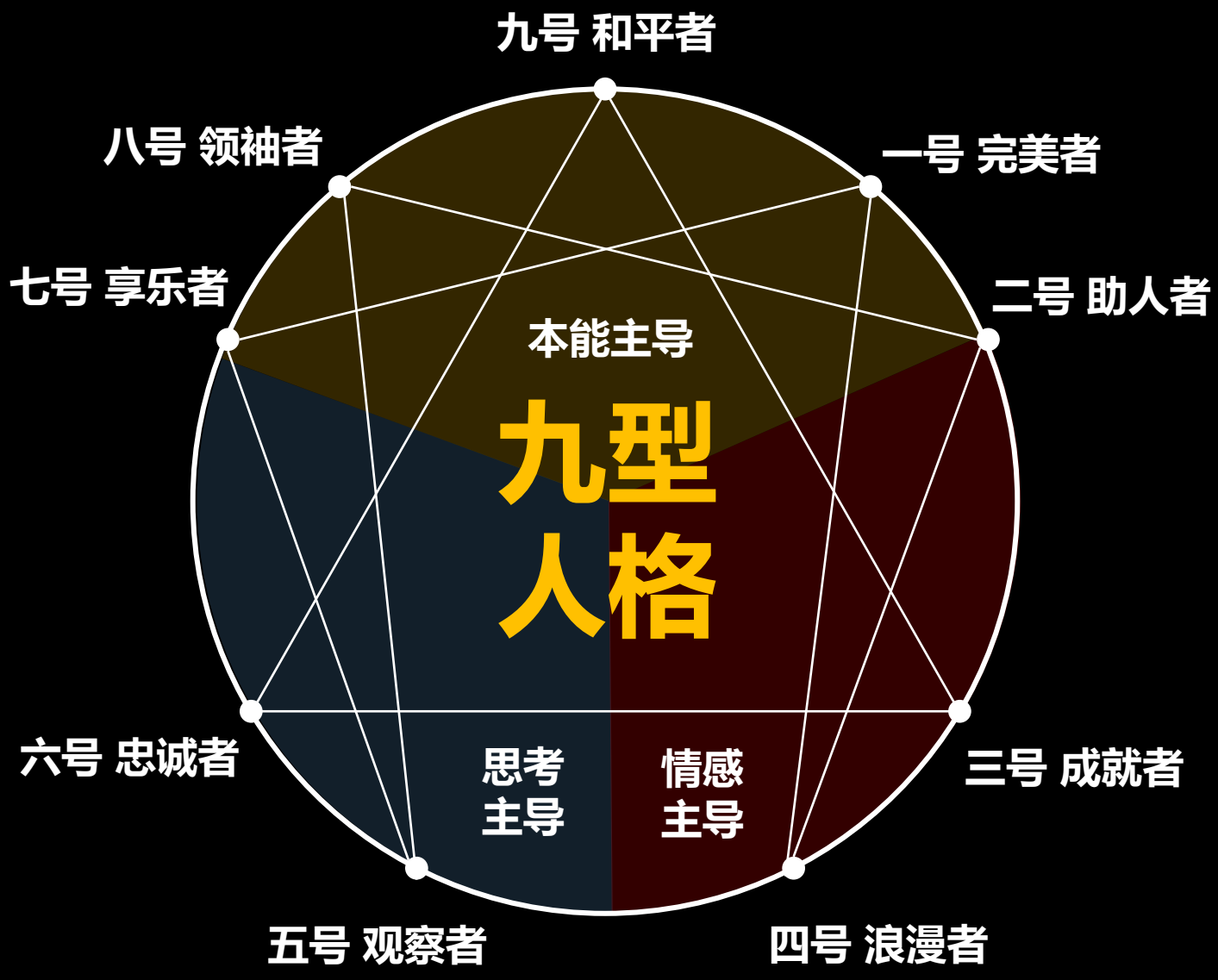
06、给新的一年制定目标和计划

《繁花》的5个底层逻辑
看懂普通人立即开挂



九型人格

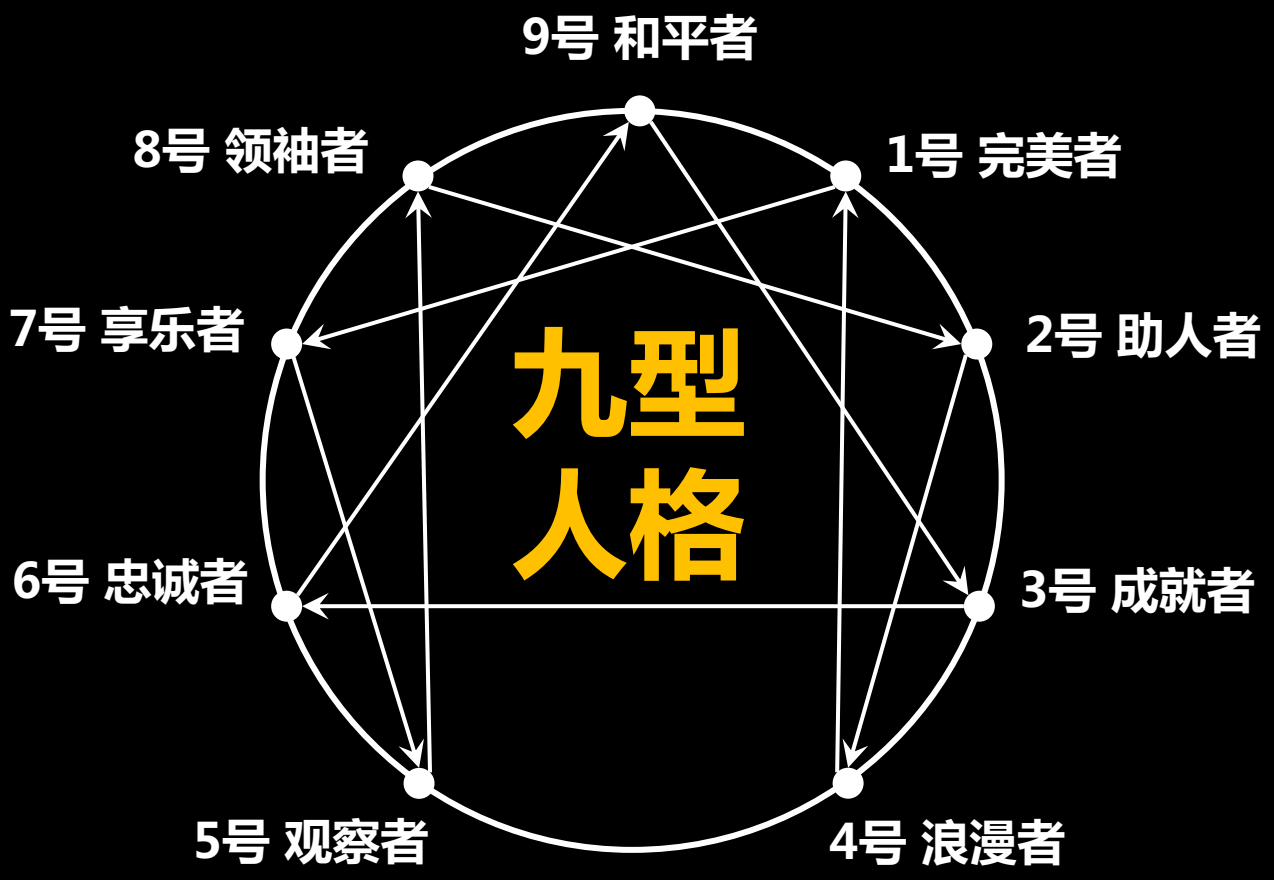
你是哪一种人格？



九型人格，你是哪一种？

1号 完美者 改进型 捍卫原则型 秩序大使	**2号 助人者** 成就他人者 博爱型 爱心大使	**3号 成就者** 实践型 实干型四号
4号 浪漫者 艺术型 自我型	**5号 观察者** 智慧型 思考型 理智型	**6号 忠诚者** 寻求安全者 谨慎型
7号 享乐者 创造可能者 活跃型	**8号 领袖者** 挑战者 权威型	**9号 和平者** 维持和谐者 和谐型 平淡

升华方向+提升表现



1 → 7：放下拘谨，宽容乐观，敢于尝试，获得【开朗】
7 → 5：减少冲动，处事冷静，深入思考，获得【理智】
5 → 8：坚强勇敢，果断自信，言出必行，获得【威信】
8 → 2：热情友善，乐于助人，心胸开放，获得【纯真】
2 → 4：坚持心愿，自我享受，爱人爱己，获得【谦卑】
4 → 1：安分守己，是非分明，客观冷静，获得【平衡】
3 → 6：尽责细心，三思后行，忠心耿耿，获得【忠诚】
6 → 9：随遇而安，放下焦虑，信服别人，获得【信任】
9 → 3：目标明确，勤快积极，自我挑战，获得【果断】

3个红利，职场人必须抓住

晋升 红利

有肯提你和携你的好领导

+

发展 红利

有顺应公司发展的能力

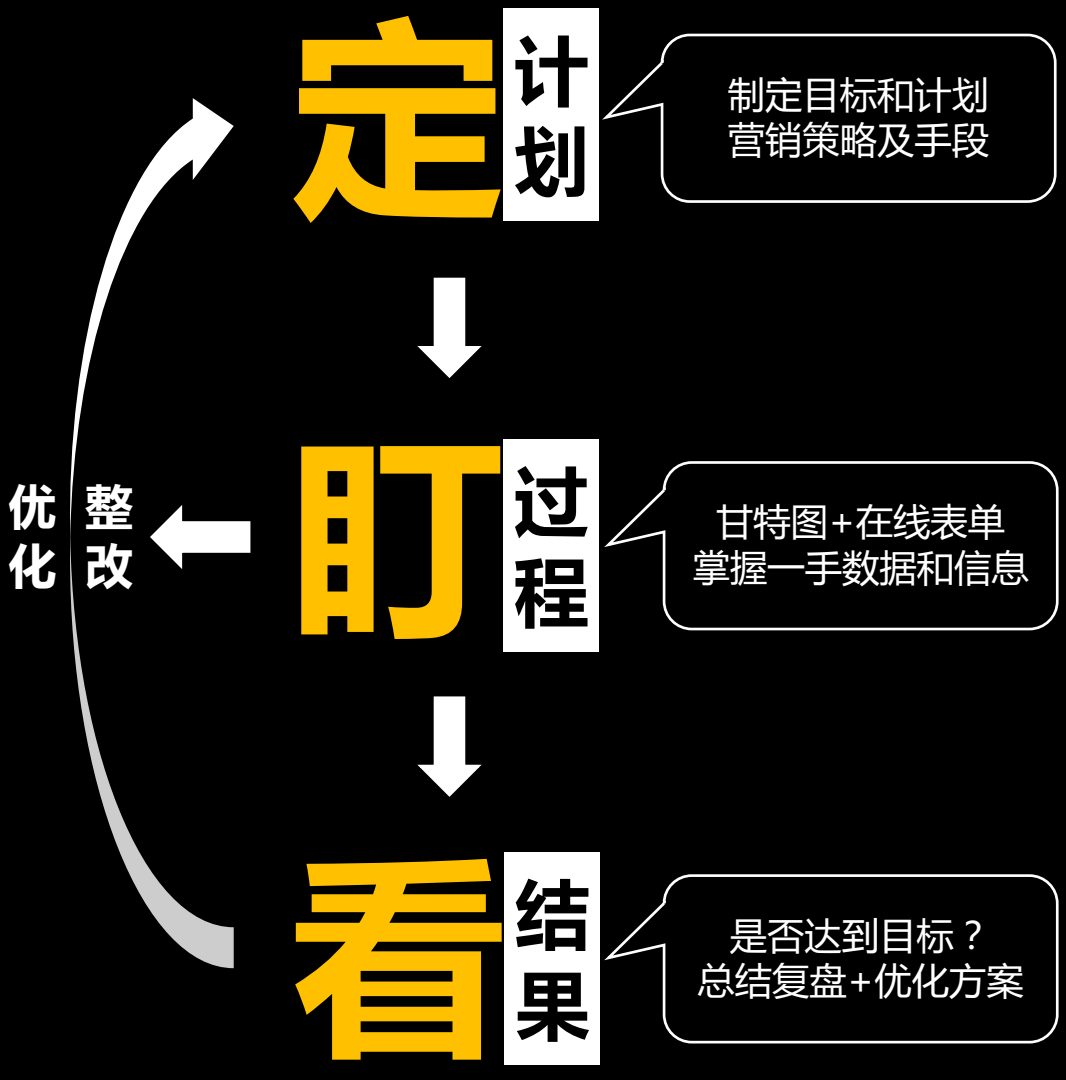
+

人缘 红利

有同事好评的群众基础

运营高手，其实就干3件事

定计划、盯过程、看结果 | 一切决策数据说了算



年终工作总结万能模版

年终总结怎么写？直接套用即可

1 一年回顾

年度目标完成情况
投入产出比（人/物/财力）
重点项目工作完成情况

2 业绩汇报

月度/季度/年度业绩情况
拉新/留存/促活/转化
数据报表/图表对比图等

3 复盘总结

团队/个人成长总结
完善了哪些优化和流程
起到了什么作用？带来什么业绩？

4 问题分析

哪些目标任务没有完成
分析什么原因？什么问题
有什么改进建议/方案

5 明年规划

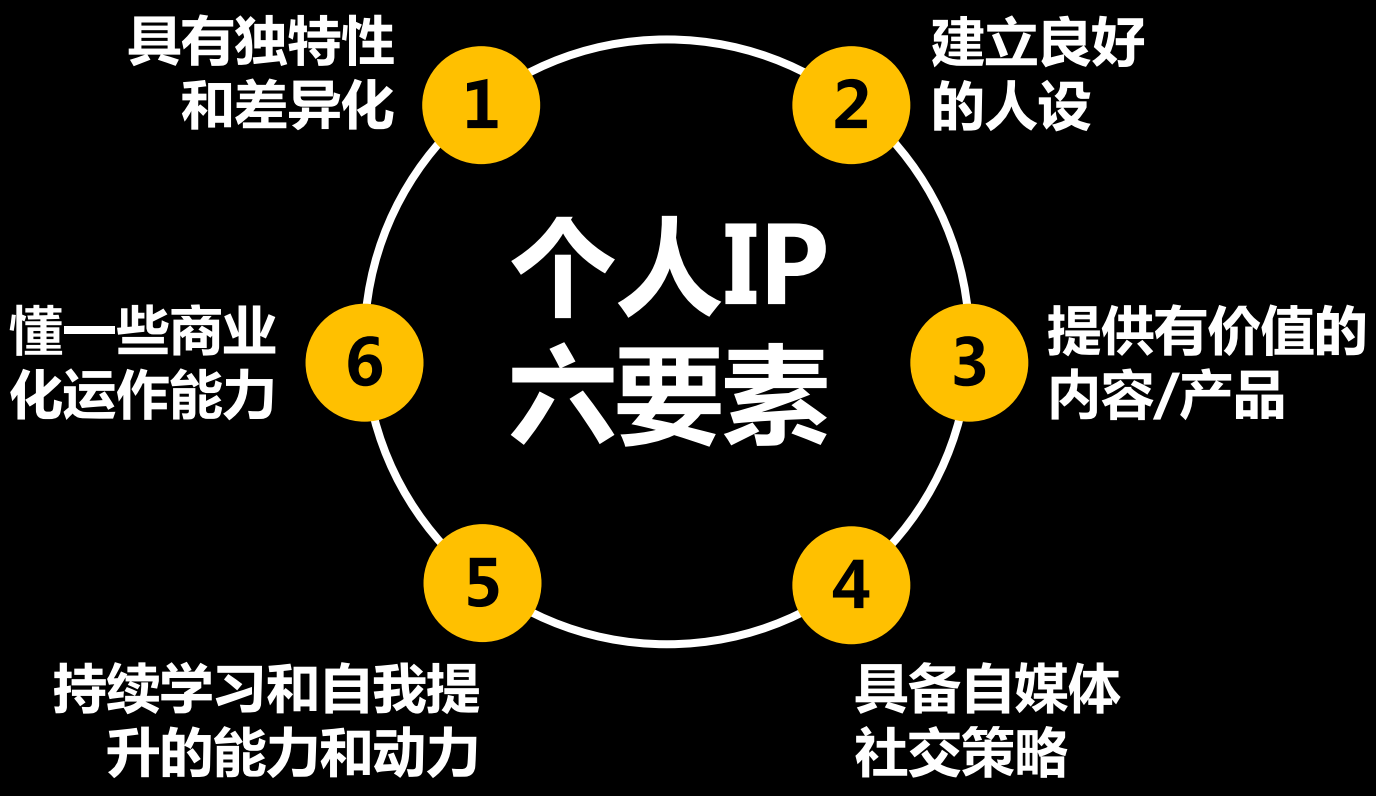
新的一年目标是什么?
有什么计划和方案？
需要什么支持？

董宇辉新签名什么意思

“勿意，勿必，勿固，勿我”



个人IP成功的6个要素



1问：你为谁提供价值服务，人家凭什么给看你？

2问：你提供的价值服务，别人是否需要？

3问：你有什么产品/服务？别人是否愿意花钱？