

# 陈素封的使用说明书：如何高效地使用我？

---

不妨将我当做工具，粗略浏览下这份说明书

陈素封使用说明书 V3.5

# 陈素封使用说明书 V3.5

## 如何才能提高协作效率？

德鲁克：「要想卓有成效，你就必须知道共事者的长处、工作方式和价值观。这个道理听起来让人很容易明白，但是没有几个人真正会去注意。」

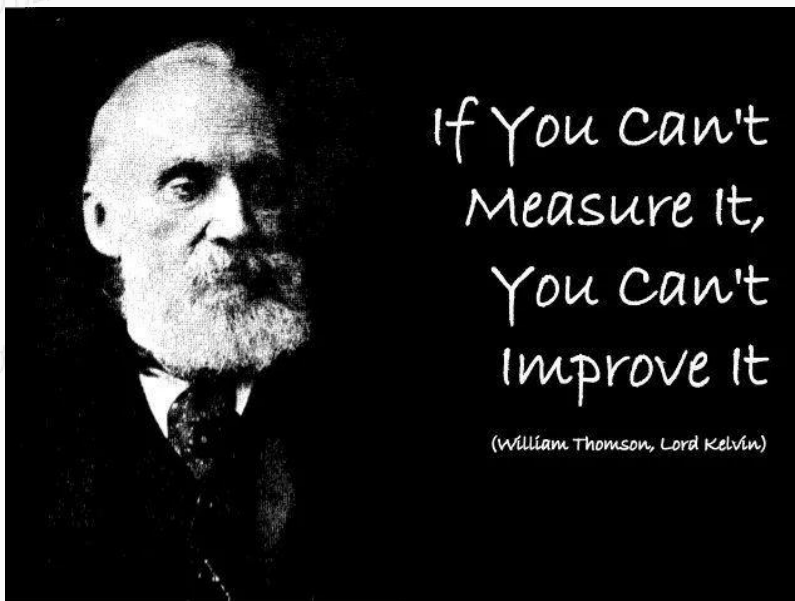
那我知道该咋办了。

## 把自己作为产品与接口

好产品必然有好接口，好接口以用户为中心，清晰简单，容易理解，反馈稳定，对接成本低、接入效率高。

例如一门课程，它的接口就是：清晰的课程大纲、从易到难的升级路线、提醒学习进度的显示、汇总的常见问答、必要的作业反馈。

优秀的人必然有好接口，好接口体现在协作时是否站在对方的立场思考问题。凡事有交代，件件有着落，事事有回音。不需要你有多大的能力，但能让你的协作伙伴知道你的能力边界和行动进度。出现巨大变动，不会出现情绪问题而影响进展，协作方能把事情放心地交到你手上，关键时候打硬仗，你能提供足够的资源和备用方案，不用手忙脚乱，稳定且持续地把事情做好。



具体到实践，我的做法是为自己创建接口：写好一份**自己的使用手册**。这份文档就是你的个人接口，当与新协作者一起工作时，你可以把这份文档发送给他，无论对方有没有接口，但你已经有了让他人更好地了解你，使用你的方法，这已经为顺利协作做好了第一步。

以下便是我的 Wiki，包括我的长处、工作方式、价值观以及能做出的贡献，简称「陈素封的使用说明书」。

查理·芒格：和别人共事的要求，是你**必须把自己的想法清楚地说出来**，光是这个规矩就能让你受益匪浅。

接下来，不妨将我当做工具，粗略浏览下这份说明书，发现我能提供到技能与价值，它将有可能帮助你解决问题。

## 我是谁？

我是笨方法实验室创始人陈素封，笨方法实验室的愿景与使命是：世上无难事，只怕笨方法。让每个人有方法去做难而正确的事情。

我的近期目标是搞好笨方法实验室，输出笨方法文化手册、笨方法实践的基本等系列产品。

个人价值观，请看 [《笨方法文化手册》](#)

我需要什么

我正在寻找的「合作伙伴 & 合作方式」

我能提供什么

我能为(潜在)合作伙伴或客户「提供的服务」

**笨方法实验室**

官网：<http://www.HardWayLab.com>

**个人博客**

博客：<https://www.cnfeat.com>

## 我是怎样工作的？

以下的工作方式会让我有最佳的工作表现：

- 上午 10:00–12:00 喜欢有固定大块的工作时间，不喜欢被在沉浸时间打扰
- 如需要协作，建议使用协作工具分配任务，写清楚任务描述与提交时间
- 重要信息喜欢接收文字语言，而不是口头语言，例如开会前先有会议主题提要，会议后有纪要等
- 有什么感受，有什么事情请直接对我讲（而不是通过其他人），别担心会冒犯我
- 习惯先尝试独立解决问题，再寻求帮助
- 有压力情况下会表现更好
- 喜欢有计划工作，收到消息可能不会立即响应，部分请求可能也不会立即答应
- 团队中，一般是不是最显眼的那个，但自信自己成长的力量
- 习惯大问题驱动、个人项目驱动、文档驱动
- 个人项目目标管理使用飞书OKR，产品输出使用语雀，卡片输出使用纸质卡片与flomo
- 目前我的工作内容90%与教育有关，如果你有相关心得，欢迎赐教。

附：我对工作的态度：《工作的基本》。

## 你可以怎样联系我？

- 联系方式
  - 手机：当面问我要
  - 邮箱：cnfeat@gmail.com
  - 微信：加好友时请注明来源和自我介绍
  - Naval：当你有工作量证明的时候，人们才会和你见面



## 你怎样跟我沟通最高效？

- 喜欢有准备的沟通，请提前告诉沟通约定时间、内容和预估时间，最好是文本通知
- 开会前最好有准备预读内容，最好准备一份文档
- 开会请提前告知主题及会议目的，好让我提前准备速战速决
- 不喜欢长会，坚定认为会议不是用来商量的，最好是用来布置执行决策。
- 所有微信群已经静音，不经常看群消息，在群里需要我回应的，务必@我，或私人电话找我

- 不建议给我发很长的语音信息，可以的话，建议用语音转文字
- 邮件几乎只用于与外部沟通，比较少用，但全天可收，只有电脑有客户端
- 大型文件或重要文件请使用云盘上传后 @ 我，请勿使用微信直接发送，建议使用QQ邮箱发送我QQ邮箱
- 聚会或会议上多于15个人，我认为是低效的
- 有时说话语速比较快也比较直接，对事不对人
- 不喜欢争论：善者因之，其次利道之，其次教诲之，其次整齐之，最下者与之争
- 厌恶 Word，尽量采用在线文档交换想法
- 使用语雀来写工作周报与总结

使用文档沟通的额外成果：

- 曾在恋爱三天后写了一份《爱情共识及关系改进及异议处理办法》发送了当时的女朋友（现在当然是老婆），现在结婚七年多，少有争吵。

## 我是怎样学习的？

- 最高效与经济的学习就是阅读与写作，一般6点起床，阅读与写作2个小时，再去上班
- 纸质书与电子书交叉阅读：
  - 1) 在当地图书馆办有借书证，一般借六本；2) 出差使用kindle阅读；3) 订阅有报纸《南方周末》。
  - 习惯主题阅读：书籍论文杂志，输出读书笔记
  - RSS 订阅源 300+，订阅中英文 newsletter 80+
  - “十年读通鉴”计划进行中
- 习惯通过写作学习，定期总结心得，擅长d卡片创作法
  - 主题输出，输出见 [www.HardWayLab.com](http://www.HardWayLab.com)
  - 我进行过的主题阅读：司马贺、马奇、曾国藩、知音写作技法.....
- 设定年度关键词，打印挂在书房，每天提醒自己
  - 2020年：勤笃
  - 2021年：磨练

## 我的价值观是怎样的？

- 斯多葛哲学流派的践行者
- Ray Dalio、Naval、Peter Thiel、Tiago Forte 的模仿者
- 喜欢做有并持续做有长期受益的事情，例如笨方法学写作
- 认同《孙子兵法》以失败思维思考问题
- 喜欢批量和使用技术解决问题，会一点点 Python
- 认为阅读、写作、数学、沟通、编程，这五个技能是人生无限游戏的元技能

## 我的生活作息是怎样的？

- 24:00 睡觉，06:30 起床

## 初次见面，和我和我聊什么容易破冰？

建议跟我聊以下话题：

- 历史：最近在读那几本历史相关书籍？那几本值得推荐？
- 养育：如何在1000之内的奶粉钱把孩子养到戒奶？现在及未来如何教育自己的孩子？
- 漫画：火影海贼王最喜欢哪个角色？现在在看哪本漫画？
- 装修：如何5万内完成基本穷装入住？装修最高性价比的是？
- OKR：如何践行个人OKR？
- 阅读：请任意展开
- 写作：请任意展开

如果可以，个人更建议的方式是参考这份文档，撰写一份“使用说明书”，发送给我

## 产品

笨方法文化手册（免费）

添加个人微信，发送“笨方法文化手册”，我将会发送给你

课程《笨方法学写作》（付费）

官网：<http://www.learnwritingthehardway.cn/>

## 我是怎样消遣的？

- 带娃

## 我喜爱的艺术家

[Ramin Djawadi](#) 作曲家

[Hans Zimmer](#) 作曲家

[John Mayer](#) 歌手

[Ben Gibbard](#) 歌手

常听常新的歌曲：

[The Times They Are A-Changin'](#)

[The Night King](#) · [Ramin Djawadi](#)

- 更多爱好请查看我的[豆瓣主页](#)

各种社交平台地址

知乎：

即刻：

## 我还有那些喜好？

- 不太喜欢吃甜点，例如有莲蓉与五仁月饼，我当然选五仁

P.S.

如果你没有从此文档获得你想要的信息，请联系并提醒我。

本手册至少每年更新一次版本号

## 参考

- [个人使用说明书：如何让团队更好的“使用”你？](#)
- [海程的使用说明书-如何更好地与我沟通协作？](#)

## ChangeLog

- todo：参考更新我需要什么
- 2021-07-05 更新我喜爱的艺术家
- 2021-06-23 增加我的模仿者
- 2021-06-14 增加价值观

- 2021-06-08 根据飞书参考，升级更新
- 2021-06-07 自 github 迁移至语雀，更新
- 2021-06-04 语雀新建地址
- 2018-07-16 增加邮箱地址
- 2017-10-17 阅读 Pierre  
整理的[德鲁克《管理自己》](#)有感，更新
- 2016-10-05 创建
-