

## 《负债脱困、赚钱全攻略手册》

院长制作

### 一、负债后 100%担心的问题

你担心害怕征信有逾期记录、黑名单、被起诉、坐牢！

征信方面：明确告诉你，信用卡逾期超过 15 天基本上是会上征信的，征信有逾期记录只会影响近 5 年的内的商业贷款，公积金贷款买房，贷款买车一般只看近 2 年征信记录，以及影响银行贷款，办理信用卡，别的影响是没有的。

黑名单：信用卡逾期了，是不会上黑名单的，黑名单是指老赖，是指信用卡逾期后被人民法

院起诉后判决后，你拒不偿还的，才会上黑名单，成为一名老赖，影响你座不了飞机，高铁，

高消费，子女私立学校，子女报孝军校，公务员可能会过不了政审，不同地区不同政策。只

要你还清后就没事，向法院申请撤销老赖名单。

被起诉：根据规定信用卡欠款本金超过 5000 元逾期超过 3 个月，是有可能起诉的，但现实

中这个案例非常少，除非一些邮政，信用社，概率大一点，一般欠款本金超过 5 万元以上，

存在失联，电话联系不到你人，逾期超过 6 个月，那起诉的概率才会大大增加，只是民事诉讼，起诉不还会冻结拍卖名下财产，扣银行卡，支付宝，微信等余额，等等。

坐牢：信用卡还不上，坐牢的可能性也是占比较小的一部分，欠款本金 5 万元以下的，都是民事诉讼，欠款本金 5 万元以上的{不包含利息}存在恶意失联，恶意透支，逾期超过 6 个月以上，电话联系不到你本人，填写假信息的，才有可能会有刑事诉讼，坐牢的风险。

现实生活中，信用卡诈骗罪的也是少之又少，只要你当时办理信用卡时填写真实资料，不存在失联，有还款意愿，基本上是不会让你坐牢的，银行也是想收回欠款并不想做那么绝。你害怕各种花式电话催收、上门、律师函、法院传票！

电话催收：正常催收是合理合法的，你一定态度端正，如果催收是骚扰的，威胁恐吓的，骚

扰你朋友家人的，可以直接告诉对方，你们的催收行为，已经严重影响到了我的工作以及生活，给我带来了非常大的身心压力，而且你们再能联系到我本人的情况下你联系我的家人朋友干什么。

根据《商业银行信用卡业务监督管理办法》第 68 条明文规定，只能对债务人本人及我的担保人进行催收，不得对与我不关的第三人进行催收，你们再这样下去，我可以举报投诉你们。

上门：正常上门催收是合理合法的，他们只会上门了解一下你的情况，如果实在是你的经济情况不好，那么他们很快就会走人，如果是违规威胁恐吓暴力上门，那么你可以马上选择报警处理。

律师函：如果你收到什么律师函，催缴函，什么通知书，短信，邮箱啊，都是普通的催缴方

式并不用过于担心，但你还是要放心上，欠债还钱天经地义。

法院传票：如果是收到的什么律师事务所的什么传票，那么是吓唬你的比较多，什么私人短信，什么一堆乱码说你起诉了啊，都是催收手段。

真正的起诉是会收到 12368 的短信，这 5 位数发来的短信，也会在 7 天左右收到带法院公

章的传票，具体开庭时间，地点，都有明确说明。

第三：你害怕还的钱越还越多，还款顺序是什么样？能不能协商停息分期还款！ 全面逾期还款顺序：

优先偿还大额欠款本土超过 5 万的信用卡，避免起诉，避免刑事责任。如果不能一次性还款，

一定要主动联系银行进行协商还款，不懂可以问老师。

其次是偿还小额信用卡，信用卡的起诉概率会大于网贷借款。

然后上征信的平台，比如房贷车贷还有借呗，微粒贷，等等，上了征信，就优先处理哪个平台的，重点说一下网贷的起诉概率非常小，成本不划算，周期长。

最后就是一些不合规的一些网贷，这种债务也是最闹心的，大部分都会被各种暴力催收，威胁恐吓，甚至上门骚扰，爆你的通讯录，存足本金后再找他们谈减免不合理的费用，如果对方不同意可以要示他们走法律程序，我估计他们也不敢，因为他们本身的行为就是违法的。如果才几千块钱，又是各种骚扰，还是还早点还上的好，避免弄得自己身心疲惫。如果你有别的打算，自己思量就行。

协商停息分期还款：专业的名词叫做停息挂帐，不是说停息挂在那里，停息挂帐也是每月要还款的，根据《商业银行信用卡业务监督管理办法》第 70 条规定，在特殊情况下，确认还款金额超出持卡人还款能力的，且有还款意愿的，可向发卡银行平等协商，达成个性化还款分期协议，最长不超过 5 年。

信用卡逾期协商还款技巧，协商免息分期三步骤：

第一、准备好你的材料，证明你负债和收入的证明材料，给到银行，一般是征信报告，

和公司或单位开具的收入证明等等，证明你有稳定的还款能力。

第二、你给到银行一个什么样的还款方案，比如说你想分期 12 期，24 期，30 期，48 期，

60 最长是 60 期，每一期还多少钱。一定要具体到详细数字，这个方案一定是要合理的，你能接受，银行也能接受的，假如你欠 40000 元，分 20 期免息分期，每月还款 2000 元，这就是合理的

第三、银行那边或催收公司已经有了违规的催收行为，那么你又可以作为谈判有利的依据，你懂了吗？不懂可以问老师。认真去执行，你就得到理想方案，最后一定要好好挣钱，在法律 允许的情况下，想尽一切办法挣钱，还款的一切前提，是你有还款能力。不然一切都白

搭。

整理债务，合理规划还款，避免起诉。如果你身陷信用卡债务问题，请关注我，一个经历负债的小苗，愿你三冬暖，愿你春不寒，愿你不因债务烦。

## 二、12 条网贷逾期应对方案

1: 不管接到任何一个平台催收的电话，首先你需要告知对方，这通电话正在录音，再跟他进行对话，因为从法律证据层面来说，只有告知对方电话正在录音，才能作为呈堂证供。2: 如果你只是单纯的网贷，我建议不要接电话，不回短信，不加微信，如果可以换个号码，电话号码我建议换电信的号码，目前移动和联通可以通过网查的方式查到你身份证名下的电话号码，另外想要换号码前，最好是能安抚你的通讯录里面的亲朋好友，找个合适的理由告知朋友，一旦接到电话直接说不认识自己。

3: 如果是银行信用卡，建议处理方式，不要失联，保证每个账单期有还款记录，主动和银行协商，不要失联，你可以选择性的接电话，不一定每个电话都要接，保证每个账单期有还款记录，如果你实在是最低和代还的方式都没法还，就每天还一块，钱多的时候每个月还个两百，和银行协商，是依据《商业银行信用卡监督管理条例第七十条》和银行平等协商，签订个性化分期还款协议，还款期限不得超过五年，在协商还款期内，停止收取利息，罚息，滞纳金，其他费用。

4: 线上 714 高炮，借条，如米房，今借到，无忧，这类型，我建议要不就不借，要不借了就不要还，因为你还不起，也还不完，杠住催收就是，不要理。

5: 接到任何一个催收电话，记住一点，不要相信催收说的任何一个字，催收嘴里连标点符号都是假的，所以不要想着跟催收协商还款，催收没有这个权利给你减免任何费用，你一旦还了本金，接下来换一个人催你还利息和逾期费。

6: 不要相信催收给你发的任何一个律师函，诉前通知函，起诉书，因为这些都不具备任何法律效应。真正唯一有法律效应的是法院的传票，法院传票一般都是通过邮政快递，或者由法院的工作人员上门投递，传票的投递都是很严谨的，任何一个环节出错都是无效投递，所以法院不会给你短信发传票的。

7: 你接到任何一个电话，说他是律师，风控部，案件调查科的人，一律视为催收人员，因为行业内叫角色扮演。

8: 关于网络仲裁，互联网金融仲裁目前在国内是个新型模式，目前运作的不是很成熟，仲裁机构只有仲裁权利，也就是可以给你出具仲裁书，但是一旦需要执行，还得由法院进行执行，但是目前国内的法院很少配合互联网仲裁的，所以大家收到仲裁书等同于白纸。

9: 法院传票，大家收到法院传票，一般都是排期开庭，另外法院到庭后可以跟法院还有机构协商的，你可以告知你的难处，要求分期还款，还款期限参照个性化分期还款协议。网贷 95% 不会起诉，银行起诉也是挑人起诉，没有完全参照的规则，几率大概等同于中五百万。

10: 目前查阅到的网贷和银行信用卡起诉案例，99%都是民事案件，不会涉及到刑事责任，目前唯一涉及到刑事责任的就是信用卡诈骗，满足信用卡诈骗的几点，身份信息作假，长期违规使用信用卡，这点是取证最难的，第三长期失联，恶意欠，金额巨大。

11: 目前国内没有骗贷这条罪名，就算涉及诈骗也是合同诈骗，合同诈骗第一条就是资料作假，所以大家不要相信催收说的骗贷和诈骗。

网贷投诉，我建议去《中国互联网金融协会》公众号或者网站举报，每条可以举报五次，并下个天眼查，输入你要投诉的平台，在产品信息一栏可以查到你当时 贷款 的平台 APP 全称，举报时间需要等待大概十天左右，一般你就可以收到平台给你的回复，解决你投诉的问题，但是我建议大家不要跟平台协商，每天去投诉，目前有很多人举报都一个月了，平台的催收基本不找债务人联系了。

**12:** 银行投诉，当你遇到银行催收的威胁恐吓的时候，记得一定要投诉，投诉的方式有两种，一种找银行客服，如果碰到客服推卸或者搪塞，就直接告知他那你就找银监会投诉，另外就是去银监会投诉，投诉可以找发卡行所在银监会，或者找你当地的银监会投诉，目前知道的浙江，广东银监会受理投诉处理很快的。

银行投诉话术，我要投诉某某银行信用卡催收员对我进行暴力违法催收，言语威胁恐吓，人身攻击，恶意辱骂紧急联系人，并对我生活工作造成严重影响，银监会会问你有什么诉求，要求当事催收员对我进行赔礼道歉，消除影响，停止骚扰，并对我本人进行停催。最后强调以下，只是为真正负责人出方法减少压力，老赖真正不还者除外！愿大家上岸成功。

### 三、催收经常使用的手段

#### 电话或短信通知

这也是最温柔的一种催收手段，这种催收方式一开始大多数是人工的，也是有固定的话术，有温柔的，有恐吓的，后期很多公司就换成了网络电话，AI 智能语音操作，有时你接到的电话没有归属地的，大部分都属于网络电话，现在这种智能语音模仿的声音与真人的发声几乎一模一样，有的还会配合着你说，这种催收方式的成功率也是最低的，很多公司都会用在还款日之前，来提醒用户要实际还款，基本起不到催收的作用。

大家要注意的是，这样的电话一定要及时接听，无论是人工的还是智能语音的，如果你不接听，平台就会一直给你打，就会认为你没有偿还的意愿，可能会实施其他更恶劣的催收手段。

小额贷上征信？是骗人的！

目前市面上绝大多数的网贷平台是不会上征信的，尤其是小额贷，**714** 网贷这样的本身自己

都是违法的，怎么可能会上征信，而且现在大部分网贷是属于民间借贷，也是不可能上征信的。所以大家不要轻信催收人员对你的吓唬，但是大家一定要注意，正规的平台，比如银行旗下的金融公司，或者支付宝旗下的借呗，花呗都是会上征信的。这些正规的平台大家尽量不要逾期，以免影响个人征信。

不过可乐也要插一句，现在网监部门对网贷平台监管的力度加大，导致很多不合规的网贷平台整改、破产、封停，还能存活下来的也是相对正规的平台，一点点肯定也都会上征信的。

## 爆通讯录

这也是最普通、最令人反感的催收手段，通过对你通讯录和通话记录里的好友，不断的发骚扰信息和电话来给你施加压力，最终达到让你还款的目的。但是这种做法可能会适得其反，现在的催收人员也是相对比较谨慎这样去做了。

所以在出现逾期的时候，你要及时与平台联系协商，让平台知道你是有还款意愿的，不要去骚扰不相干的人。因为平台也知道，如果轰炸通讯录了绝大多数人会选择不还款了，所以平台也会再给你一些时间的。

平台要起诉你？不可能！

如果催收人员对你说“已经上报公安机关”“已经起诉移交至法院”“已委托代理律师处理借贷纠纷”等等，百分之百是骗你的，目的只是为了催促你还钱，所以不用怕，不要被他们吓唬到你成功一半！

上门催收？可能性越来越小！

之前有过在公司楼下、在小区楼下拉横幅，粘贴字报，甚至殴打，这些做法都是违法的，如果遇到这样的暴力催收，那就更好办了，集齐证据，报警是最直接的方法，或者双方协商解决，基本协商成功的，利息就不用还了。

借钱太容易，对于某些喜欢冲动消费的人来说，却不是一件好事，因为一旦超过自己的还款能力，就很可能逾期。本身申请次数越多，大数据也就影响的厉害！如果胡乱的盲贷、乱贷，

那征信上将变得驳杂，才导致后期贷款时常被拒！不了解自身下，别盲目去贷！可以去拉一份征信报或者在公众号“魔晶查询”查询大数据情况，如果真的网黑指数已经到达了极高的危险程度，那就说明你已经黑的差不多了！

如果你也深陷网贷，高利贷其中，那么请你点个关注，小编后面会持续分享贷款上岸经验，我们一起互相打气，互相鼓励，早日上岸。

看到这，你知道该如何应对催收了吗？说说你都遇到过怎样的催收手段！

## 四、有钱都买不到的反催收秘籍

大多数人都是属于多头借贷，银行信用卡，网贷，线下，借条，一旦逾期就会遭到暴力催收，目前不管什么类型的贷款平台，都会有暴力催收的行为，就算是合规的平台也一定会有违法违规的行为，下面小编总结一些反催收技巧。

**1:** 不管接到任何一个平台催收的电话，首先你需要告知对方，这通电话正在录音，再跟他进行对话，因为从法律证据层面来说，只有告知对方电话正在录音，才能作为呈堂证供。**2:** 如果你只是单纯的网贷，我建议不要接电话，不回短信，不加微信，不加 QQ，如果可以换个号码，电话号码我建议换电信的号码，目前移动和联通可以通过网查的方式查到你身份证名下的电话号码，另外想要换号码前，最好是能安抚你的通讯录里面的亲朋好友，找个

合适的理由告知朋友，一旦接到电话直接说不认识自己。

3: 如果是银行信用卡，建议处理方式，不要失联，保证每个账单期有还款记录，主动和银行协商，不要失联，你可以选择性的接电话，不一定每个电话都要接，保证每个账单期有还款记录，如果你实在是最低和代还的方式都没法还，就每天还一块，钱多的时候每个月还个

两百，和银行协商，是依据《商业银行信用卡监督管理条例第七十条》和银行平等协商，签订个性化分期还款协议，还款期限不得超过五年，在协商还款期内，停止收取利息，罚息，滞纳金，其他费用。

4: 线上借条，如米房，今借到，无忧，这类型，我建议要不就不借，要不借了就不要还，因为你还不起，也还不完，杠住催收就是，不要理。

5: 接到任何一个催收电话，记住一点，不要相信催收说的任何一个字，催收嘴里连标点符号都是假的，所以不要想着跟催收协商还款，催收没有这个权利给你减免任何费用，你一旦还了本金，接下来换一个人催你还利息和逾期费。

6: 不要相信催收给你发的任何一个律师函，诉前通知函，起诉书，因为这些都不具备任何法律效应。真正唯一有法律效应的是法院的传票，法院传票一般都是通过邮政快递，或者由法院的工作人员上门投递，传票的投递都是很严谨的，任何一个环节出错都是无效投递，所以法院不会给你短信发传票的。

7: 你接到任何一个电话，说他是律师，风控部，案件调查科的人，一律视为催收人员，因为行业内叫角色扮演。

8: 关于网络仲裁，互联网金融仲裁目前在国内是个新型模式，目前运作的不是很成熟，仲裁机构只有仲裁权利，也就是可以给你出具仲裁书，但是一旦需要执行，还得由法院进行执行，但是目前国内的法院很少配合互联网仲裁的，所以大家收到仲裁书等同于白纸。

9: 法院传票，大家收到法院传票，一般都是排期开庭，另外法院到庭后可以跟法院还有机构协商的，你可以告知你的难处，要求分期还款，还款期限参照个性化分期还款协议。网贷

95%不会起诉，银行起诉也是挑人起诉，没有完全参照的规则，几率大概等同于中五百万。

10: 目前查阅到的网贷和银行信用卡起诉案例，99%都是民事案件，不会涉及到刑事责任，

目前唯一涉及到刑事责任的就是信用卡诈骗，满足信用卡诈骗的几点，身份信息作假，长期违规使用信用卡，这点是取证最难的，第三长期失联，恶意拖欠，金额巨大。

11: 目前国内没有骗贷这条罪名，就算涉及诈骗也是合同诈骗，合同诈骗第一条就是资料作假，所以大家不要相信催收说的骗贷和诈骗。

12: 网贷投诉，我建议去《中国互联网金融协会》公众号或者网站举报，每条可以举报五次，并下个天眼查，输入你要投诉的平台，在产品信息一栏可以查到你当时贷款的平台 APP 全

称，举报时间需要等待大概十天左右，一般你就可以收到平台给你的回复，解决你投诉的问题，但是我建议大家不要跟平台协商，每天去投诉，目前有很多人举报都一个月了，平台的催收基本不找债务人联系了。

**13:** 银行投诉，当你遇到银行催收的威胁恐吓的时候，记得一定要投诉，投诉的方式有两种，一种找银行客服，如果碰到客服推卸或者搪塞，就直接告知他那你就找银监会投诉，另外就是去银监会投诉，投诉可以找发卡行所在银监会，或者找你当地的银监会投诉，目前知道的浙江，广东银监会受理投诉处理很快的。

**14:** 银行投诉话术，我要投诉某某银行信用卡催收员对我进行暴力违法催收，言语威胁恐吓，人身攻击，恶意辱骂紧急联系人，并对我生活工作造成严重影响，银监会会问你有什么诉求，要求当事催收员对我进行赔礼道歉，消除影响，停止骚扰，并对我本人进行停催，目前用这种方式浦发和平安的催收员，对债务人有过赔偿记录，本人亲自指导。

**15:** 当你投诉银监会后，你就等着银行催收主管给你回电，行业叫做安抚电话，目的就是

要你撤诉，请一定坚持自己的立场，不接受任何其他人的道歉，一定要当事催收员对你赔礼道歉，催收主管一定会说，这个事情我需要跟催收员进行沟通，你就等着催收员给你来电道歉，催收员给你来电道歉后，那就银监会天天见

**16:** 支付宝花呗和借呗投诉流程，因为支付宝强大的大数据支持，一旦你的花呗借呗逾期，

他们会通过大数据找到你的之前有过转账记录，或者有过扫码加的好友电话联系，行业叫做联系第三方，如果有收到这种信息，投诉流程，微博关注《蚂蚁金服客户中心》私信投诉，第二打支付宝客服，告知对方有滥用第三方行为，此事将会投诉到网信办。第三，打网信办电话 12377 投诉支付宝，侵权，滥用你第三方信息。

以上是反催收秘籍，大家可以收藏一下。

## 五、催收的各个阶段

第一阶段，逾期 1 天至 60 天（温柔以对）

逾期 1-30 总行电催

态度尚可、基本不上门、以上门为要挟、以开卡为诱惑、减免低

这段时间属于初步的催收阶段，在这个时间段是最容易对用户施加压力的，由于时间比较短，而且很多人也是第一次逾期，所以心中对于法律的敬畏之心，还是起到了一定的约束作用。很多逾期的人，在这个时间段是非常害怕的。催收人员此时并不会恶言相撞，但不排除少部分的网贷平台会直接开始暴力催收。如果这个时候没有还钱，那么就会进入第二阶段。

逾期 31-60

分行属地、外包第三方公司

态度咄咄逼人、上门概率高、以起诉为要挟、以减免为诱惑

逾期到这个阶段的客户一般都是面临经济问题的，经过初步催收后，催收态度开始强硬，一

般咄咄逼人，恶语相向。经常催收会上门调查、法律诉讼、193 条为要挟进行催收。并且胡乱普法，本金未到 5 万非要说备用金、利息、违约金也算本金。有些催收人员甚至开始冒充公检法律师进行催收，如果再无还款，一般进入第三阶段

**逾期 61-180**

外包第三方催收、律所催收、以已经立案，送案卷为要挟。虚假分期

这个时间段属于催收的“黄金时间”，也就是大家所说的“暴力催收”，如果进入到这个时间段，将会接到无数个催收电话，不仅仅是自己，还有自己通讯录里面的人也会接连受到影响。除此之外，各种仿造的律师函等等都会出现，甚至还会伪造各种机关的信息。而且，这种伪造的现象占据了大多数，原因很简单，你就算是信用卡逾期，但一定会上征信。

但是很多网贷平台都是不合规的，尤其是各种套路贷平台，他们没有让你上征信的权限。这不代表你就不用还钱了，还是那句话，欠债还钱，天经地义。

**逾期 181-360**

抢案型外包公司、感情诉说

由于经历了前面的催收，很多欠款人会感到愤怒，甚至有不少的人因为自己的通讯录被“爆”了，所以一气之下就不还钱了，这种情况很常见。于是第三阶段开始慢慢的和你打“感情牌”，由于时间较长，放款公司和催收承包公司之间的约束不会很多，所以催收公司就像是被解放了双手一样，随意催收，不过大多数还是要打“感情牌”。

**逾期 360+**

资产包。形成坏账，债权转让

进入了这个阶段，我相信欠款人应该已经没有什么知心朋友了，虽然说这句话有点重，但的

确是事实。不过，你的欠款似乎也已经成了坏账。这个时候近半的放款公司会把债权转让，

同时也让催收继续进行。等于是双管齐下，要记住，一旦债权转让后，你再还钱，那就等于

是白还，原因很简单，原来的公司跟这笔债务没有关系了，即便你还钱，很多平台也不会消除 APP 上面的欠款金额，更不会把你的征信恢复，因为，债权已经不属于原来的公司。也就是说，自己的债务成了坏账，这个时候催收会进行筛选，只要电话通了，那就会成为主要催收对象，继续循环这四个过程，如果电话不通，那么就会被催收直接放弃。

六、信用卡逾期后，不用着急还钱！满足这几点，逾期反而是件好事

信用卡逾期后大部分人都会变得焦急，因为怕逾期后征信受到影响。当然，如果你的逾期是



不小心逾期的话，那就尽快把逾期的钱还上就行，不超过一个月的话，征信是完全不会受到影响的，毕竟银行对于信用卡的还款是给出了一个月的宽限时间，就是为了防止持卡人出现遗忘的问题。

但是话又说回来，逾期后的持卡人大多数还是因为承受不起每月巨额的还款金额，才导致逾期的。再加上每月不断产生的利息和违约金，说白了，能还起的话谁会愿意逾期呢？最主要的原因还是实在没钱还，很现实的问题，但是也是最真实的问题。

这里要给大家普及一个逾期后的还款“误区”。

千万不要在逾期后开始还最低还款，因为这样就是在给银行“送钱”。

因为一旦逾期后，每月是会产生利息和违约金的，如果在下次还款日前没有还清本金加利息的话，这些利息和违约金会计入下次还款的本金里面，从而再产生更高的利息和违约金。表

面是你已经还了最低还款，但是还得钱会先去填补上个月的利息和违约金，剩下的才会进入

最低还款，所以，到最后还是判定你没有还清最低还款，依旧是逾期状态。

这就是一些逾期后还坚持最低还款的持卡人，明明每月都有在还钱，但是欠款总额根本就没有减少多少，只是在白白往里面扔钱而已。

但是，逾期后也不要怕。世上无难事，只要你善于寻找方法。

找到对的方法，逾期或许对于自己还款来说还是一件好事。因为现在可以找银行进行信用卡逾期协商，就是逾期后的信用卡持卡人实在承受不了每个月的偿还款项，可以向所在银行申请一个停息分期的个性化还款方案，这种还款方案是不产生利息的，并且最高可分 5 年 60 期偿还。可以大大减少持卡人的还款压力，最重要的是这种逾期协商的办法是目前能帮助逾期持卡人尽早上岸的最有效的方法。

想要协商是需要满足一定条件的： 信用卡已经是逾期状态

向银行表达出自己的还款欲望

每月能还最低还款，并且不可再次逾期想摆脱催款人员的骚扰

满足以上四个条件就可以进行信用卡逾期协商，并且协商的时候还有可能减免一部分的利息。

所以，变相的来讲，逾期对于想上岸的持卡人来说，或许还是一件好事，不仅还款压力减小了，还能为自己节省一部分的不必要的支出。

这里只是想告诉大家逾期不可怕，因为逾期对生活失去信心才可怕，最后祝逾期的大家早日

上岸。

## 七、信用卡逾期该如何协商分期方法！

信用卡逾期向来会比网贷逾期要严重，所以小编也一直强调总负债中优先还款信用卡，因为不仅仅逾期上报央行征信的问题，还有可能会坐牢，且坐牢也无法起到偿还债务的作用（当然银行不会轻易让我们坐牢的），所以如果信用卡逾期以后我们应该怎么做

好好看以下：

#### 一、征信逾期与帐单逾期的区别

征信逾期是帐单的最后还款日都没还够最低还款，下一个帐单日为征信逾期日，部分银行可自行推延几天！如：6月19日为最后还款日还不起最低还款，6月19日至6月30日为

银行内部逾期，只产生逾期费而不上征信。到7月1日这帐单日为征信逾期日，征信逾期是由这天开始算起，到10月1日为逾期3个月！

帐单逾期是逾期前1个月的帐单算起的，如：7月份实际是在6月份的帐单，因此应由6月份帐单开始纳入帐单逾期！我们常常听到银行工作人员说逾期了3个帐单，但实际征信逾期才1个月！

#### 二、逾期办理协商分期的途径

请律师代办协商分期，这是高效快捷的方法，但需支付一定的律师委托费用！

通过各银行的信用卡总部所在地的银保监局介入协调，投诉逾期期间银行催收不合理的行为，请求通过协商分期来解决与该银行的债务纠纷！

银保监局受理后，该银行就会停催，因此不要设电话拦截，接该银行卡部的电话来协商分期之事！

三、向银保监局投诉方式及银保监局的处理方式：1.电话投诉  
电子书函投诉，

书面投诉并附上证据，邮寄到该管辖范围的银保监局！银保监局的处理方式：

第一次投诉时，先会让你与该银行自行协商，协商不成功时，列举该银行的无理要求，并说自己想分的多少期，当然分期数要合理的

进行第二次投诉，银保监局就会介入协调你与银行的分期之事。快的几天就协商成功分期！二次投诉要1个月左右才协商成功的，要有耐性、学会等待！

#### 四、各银行所属银保监局及联系方式私小编

#### 五.投诉内容案板

致 xx 银监局工作人员或 xx 信访工作人员：您们好！

本人因个人原因辞职在家，没有收入来源，家里也发生点事，导致 xx 银行信用卡逾期，十分抱歉！现从新寻得工作，想通过协商分期还款来履行 xx 银行的债务，奈何多次与银行客服及催收人员协商无果，要一次还清本息和昂贵的违约金，还变本加厉地恶意催收，无尽的

滋扰朋友、同事！现恳请贵局工作人员能施以援助之手，帮一帮无助之人，介入本人与 xx 银行的协商分期之事，让本人可安心工作履行分期债务，让家人、朋友、同事重回安宁！万分

感谢！祝贵局工作人员：身体健康、心想事成！！

电子邮箱投诉附上存带有恐吓成份的信息、催收函件、身份证正反面，一个星期左右就有银监局的受理通知函，银行也会联系你协商分期！

六.银行提出贫困证明，是可以失业证明或家人的病历证明代替的，银行只要流程，其它才不会管！

以上希望对朋友们有帮助，不管网贷还是信用卡协商靠个人且建立在你有还款能力的基础上，该调整心态就去调整！该努力的加把劲去努力！加油吧！

八、记住这 26 条法规，面对疯狂的小催收再也不怕

催收自律公约 26 条法律法规

《互联网金融逾期债务催收自律公约》第三章行为规范

第十三条债务催收对象应符合法律法规有关要求，不得骚扰无关人员。

第十四条从业机构无法与债务人取得联系时，为恢复与债务人联系，方可与债务人事先约定的联系人进行联系。

第十五条在开展债务催收时，催收人员应第一时间表明所代表机构的名称，现场催收时应主动出示相关证件及借款资料。

第十六条催收人员在与债务人及相关当事人沟通时，应使用文明礼貌用语，不得采用恐吓、

威胁、辱骂以及违反公序良俗的语言或行为胁迫债务人及相关当事人。

第十七条催收人员应在恰当时间开展债务催收活动，不得频繁致电骚扰债务人及其他人员。

第十八条催收人员不得向债务人外的其他人员透露债务人负债、逾期、违约等个人信息，法律法规另行规定的情形除外。

第十九条从业机构应当指定收款渠道，催收人员不得使用其他渠道或方式收取债务人及相关当事人的还款，也不得以催收名义非法收取额外费用。

第二十条现场催收人员着装须文明得体，不得违背公序良俗，不得穿着误导性服装。

第二十一条现场催收应全程录音或录像。现场催收人员应主动告知债务人及相关当事人录音或录像行为。

第二十二条现场催收人员不得殴打、伤害债务人及其他人员，不得非法限制债务人及其他人员人身自由，不得非法侵入他人住宅或非法搜查他人身体。

第二十三条现场催收人员不得抢掠或破坏债务人及其他人员财物。

第二十四条现场催收人员如与债务人及相关当事人发生冲突，应主动报警。

第二十五条催收人员不得诱导或逼迫债务人通过新增借贷或非法途径筹集资金偿还逾期债务。

第二十六条催收人员不得冒用行政部门、司法机关以及其他任何机构或个人的名义开展催收。违反规定，你就投诉

## 九、负债的四个阶段

负债不因债务烦。不管出于什么原因，只要面对自己认为的巨额债务都会经过以下四个阶段。

### 第一阶段：无法接受期

这个阶段是刚刚开始爆仓的阶段，一般都是刚刚大家开始坦白期。一般都是以为一直以为自己能处理和挽救这个阶段。也是拖延到最终无法挽救的地步才坦白，然后来自各方面的催收压力，亲人责怪的压力，真是人都想死了的心情。

这种阶段是最难以让人接受的阶段，每天都是做事无心，放下一切，工作已经不重要的徘徊中。终日想着如何一步登天，或者一步还清。有些极端的，可能会在想犯罪的行为，或者自杀的行为。

### 第二阶段：懊悔、忏悔、后悔期

这个阶段是刚刚开始接受了面临巨债的真实情况。渐渐地每天开始了对亲人、朋友的愧疚，

更多的是对自己这种愚蠢做法的追悔。认为自己的做法实在不应该，每天都是在懊悔和忏悔

中度过。

最多的是“如果当初自己不这样做就好了，也不至于这种程度”。这种阶段是懊悔最深的阶段，每天在重复懊悔中、重复忏悔中度过。

或者应该选择更加聪明和智慧的做法如何处理事情。时间你逆转不了，事实也无法逆转。这种懊悔和忏悔你应该终身伴随，而不是终日在这种阶段里停留。

后悔是没有后悔药的，做法了及时纠正就能迅速逆转。很多人在这个阶段反反复复，重重复复地在错误的道理奔跑，导致越跑越远，很难回到正确的道路上。

所以这个阶段不要全部停留太久，但是忏悔请伴随终身，一生牢记，切勿再犯错误。第三阶段：毫无目标期

### 第三阶段：毫无目标期

进入了第三阶段这个阶段是很迷茫的阶段。每天努力生活的方式和各种各样重新开始的想法

涌上心头，一时觉得迷茫，一时觉得毫无目标，一时觉得无法偿还。终日徘徊在行动与思想的纠结中，迟迟不勇于面对现状和接近目标的做法。毫无方向感，一心想赚大钱。

我告诉您，这个阶段大部分人都会经历，当没有目标的时候，应该把自己增值起来。如何做，该怎么做。（从你身边力所能及的事情做起）

### 第四阶段：开始奋力赚钱偿还期（重生期）

恭喜你，经过前面三阶段的曲折和心力交竭的复杂。你终于进入这个重要的阶段，前面几个阶段都是每人必然会经过的时间段，每个阶段都会有，但愿你们不要停留太久。有人在前面三个阶段停留了几个月，有人可能停留了几年时间，甚至有人停留着终身，从此毁了终身。

前面三个阶段是看谁能迅速脱离，必将决定这个阶段能快速通过的阶段。这个阶段才是改变你将来生活的唯一阶段。

这个时候，如果有亲人、朋友带你或者给予您道路的方向最好。如果没有，请不要灰心。请坚持保持一颗尝还债务的心态，只要你愿意和带有尝还一切重新开始心态，你必将成功。

你自己假设的一切障碍，都不是障碍，你步伐越大，努力的程度越高，将来帮助你的人就自然会更多。永远相信您能克服一切的困难，苦难只是磨炼你重生的必然。记住：只有你自己才能帮你快速走出困境，重回或者比以前的生活会有意义的多。

#### 十、负债如何翻身？

如何翻身呢？ 明确方向

一句话，打工翻身遥遥无期，创业翻身近在咫尺。

想快速翻身，还是得以理财赚钱、创业的行动力去打拼，仅仅靠固定工资是不够的，开源节流很重要。

调整心态

目前全国的失信被执行人有 1500 万人以上，我身边就好几个，现在已经很普遍了，这些仅仅是失信被执行人，其他负债的呢，更多，全国贷款逾期率今年达到了 40%以上，有数据显示，超过 3 亿人都存在信用逾期。

所以，即使逾期也不要紧，首先要活下来。

调节心态，让自己有个必胜的精神支柱。

向前看，向钱看

我和很多负债的朋友嘲讽自己，死都不怕，信用逾期都不怕，那还有什么好怕的，更何况连死的资格都没有了，因为你的命都不属于你自己了，你还有很多责任，还有很多债务需要去偿还。

所以，好好学着，寻找机会。

所以，结合我自己的经历和体会，还有我身边很多负债的朋友的经验，如何处理好自己的负债，有三点和大家分享。

先把自己的“命”找回来

保证自己的正常心态和信念，不要把自己打倒，让自己可以从容应对有可能发生的一切，比如自己的心理压力，还有外部的催收压力。

钱不是不还，但欠钱不欠命。先把自己的“命”找回来。保证自己的自由生活

负债过程中正确妥善处理好各种逾期债务，不要凭自己一时冲动，要动之以情，晓之以理，合理合法和债权人协商债务问题。

一定要避开法律中刑事责任，比如信用卡大额逾期的法律责任，积极和银行部分协商，分期分次还款。

另外，负债人也要学会咨询律师通过法律法规来维护自己的合法权益。只要干不死，就往死里干

面对债务，调整好心态，不要总是花时间老想着债务，只有赚钱还债才是唯一的出路。

很多人天天总想着债务，天天算账，你再怎么算也不会少的，所以，有时候要学会忘记债务，

让自己保持一个乐观的好心情。心情，心态最重要，不然是没有心情做事的。

逼自己一把，有时候人在绝境中是可以激发很多潜能的，比如我，我觉得这两年我都佩服我自己。

我们也要学会去安慰自己，很多成功的人也曾经失败过，负债过，经历过更多的磨难，以后的创业之路才会更平顺。

40 岁之前赚的钱，都不是自己的，我们要庆幸债务发生在 40 岁之前，男人 40 岁之后才是真正事业的开始。

经历过和承受住了多大的磨难，方能享有多大的掌声和成就。只要干不死，就往死里干，谁怕谁！

#### 十一、负债四个你最最该记住的电话

负债爆发时一定要知道的四个电话，2020 年是爆发的一年，当你的债务全面爆发时，一定要知道的四个电话。

第一，网贷逾期被骚扰，拨打 12377

第二，信用卡逾期被骚扰，拨打 12378

第三，查询是否被起诉，拨打 12368

第四，法律常识咨询，拨打 12348

## 十二、负债后必须要做的三件事

当你负债累累时，快要崩溃时，不妨去试试做这三件事儿，一定会对你的生活有所改观。

### 1、看得起小钱，才能赚得到大钱

现实中，很多人都会死死盯着那些商业中的成功人士，却忽略了他们的发迹也是从最底层开始做起的。

比如很多的犹太人刚开始做生意的时候都是靠最底层出售信息，通过信息差来赚钱，还有从事酒店，饭馆的生意，这些都是辛苦钱，但他们的策略都是先赚小钱以便让自己的生活维持下去，但是在做生意的过程中，依然不忘继续寻求其他的门路。

而我们现在的不少人，做生意普遍的都是看到某个人在某个行业赚到了大钱，不假思索地就

进入这个行业，最后血本无归。有时候虽然也赚到了一些钱，但是却并没有其他的想法，一

直守在那一亩三分地不舍得放手。

在犹太人眼里，偏执和骄傲都会导致悲剧发生，更会制造贫穷。所以他们总是会显得“不安分”，哪里能挣钱就会去哪里，而且小钱大钱都能挣。

### 2、不责难、不推诿，你的成功就藏在“委屈”里

犹太人中的石油大亨洛克菲勒曾说：“行动不是因为想法，而是由于自己所承担的责任。”在工作中，我们总是能够看到很多人感到很困惑，压力重重，其实多数时候不是因为工作本身，而是工作中的人际关系难以处理。最终导致本来在一家很有前景的公司，却因为忍受不了某些同事或领导而选择离职。

这样的行为可以用疯狂来形容，我们为何要用别人的“错误”来惩罚自己呢？

万通地产创始人冯仑先生曾说：“伟大是熬出来的！他人忍受不了，你坚持下去了；他人放弃时，你还在努力。能享受成果的必然是你啊。”

说的再通俗一些，看在钱的面子上，受些委屈也是值得的，但记住一句话：千万不要让自己白白受委屈！比如我曾经在公司里因为技术能力比较弱，总是被一些老员工和领导批评，甚至开大会骂，我都能忍，但是有一点，你们骂完我，一定要帮我梳理清楚，让我弄明白。否则，这委屈我会翻倍地怼回去！没有这点脾性，在职场很难混得好。

### 3、珍惜你的时间和金钱，升级大脑

有句话说：“废掉一个人的方法很简单，让他忙到没时间去思考。”

在《塔木德》也不止一次给我们提到，珍惜我们的时间和金钱。让每一分钟都花费的有价值，让每一分钱都花费的有意义。

我觉得这句话中有着大智慧。我相信很多人都非常认可这句话，但是很难将其变成自己的人生信条，融入自己的血液之中。

每个人都面临着各种压力，甚至负债，但是要知道生活的幸福并不是由一座房子换来的，买房子、车子是为了生活更幸福，而不是给自己带来痛苦的。那样的话，不仅浪费我们的金钱，

还浪费我们的时间。

### 十三、什么贷款能贷，什么贷款千万别碰？

如今贷款已经很普及，银行体系，金融机构体系，网络平台体系，种类繁多。利息不等，很多贷款却隐藏很多套路！今天，教你，哪些贷款可以做，哪些贷款千万别碰。

如果是银行体系的贷款，是不会出现高利贷，所以都可以放心的贷款，但是要注意，分辨是不是正银行，有小部分是银行投资的消费金融公司或是小贷公司这种的利息可能高一些，但是基本也不会是高利贷。

如果银行内分开优先顺序的话，建议，优先做房产抵押贷款，然后其次是做消费信用贷款，最后再是信用卡分期的万用金之类的。

银行下面的消费金融公司，比如说湖北消费金融，中银消费，兴业消费。这些是属于银行

投资的消费金融公司，也都是正规的，就是相比较银行来说，额度低一些，利息相对高一些，

年化利率大概相差 1.5-2.0 倍。不过这种消费金融公司对普通人来说还比较适用，因为银行

的信用贷款要求高很多，消费金融公司对自身资质要求低一些，更容易贷到款。湖北银行消

费利息 0.91%，中银消费 0.98%，兴业消费 0.95%，大部分消费金融利息在 0.9-1.1%之间，

利息还是比较低的。

新一贷，大数金融，友金所等等金融平台。平安新一贷属于银行资金，算是银行信用卡领域做的最大的，但是利息确实金融平台的利息级别。新一贷 0.85%，大数金融 1.18%，友金所 1.25%，相对来说比银行消费金融公司利息略高一些，在银行体系贷款申请不下来之后，可以尝试去申请这类贷款。

小贷公司。这个类别的贷款在 2011 年之后陆续崛起，利息 2%以上，可能很多人觉得这个利息不是高利贷吗，但是他其实不是高利贷，因为个月里面，利息拆分成利息+平台管理费，管理费可不算利息，完美合法化！小贷的代表有平安普惠，宜信普惠，友信等等，各类带有普惠，什么信，什么融的很多很多，这种类型的，个人建议，不到万不得已，千万别借，

实在是没办法了，借了之后也要在有钱的时候立马还了，切记不可一而再再而三的借小贷的钱！

网络贷款，这类就是目前俗称的现金贷，之前的小贷金额算是比之前银行贷款要低一些了，网贷额度更是低到了极致 1000-10000 元!!! 但是居然还有很多很多人去借，因为他们门槛低到了极致！基本大部分都可以借到，就是利息是算周，按月算的都很少，这类贷款，不管利息高与低，千万不要借，借了你就完蛋了，逾期不还款，通讯录马上爆！逾期很吓人，很多很多年轻人都是被网贷毁了，借 1000-3000，还不起借新还旧的，利息不断滚，几千可以滚出几十万来！

蚂蚁借呗，微粒贷，招联金融。这类属于正统派的网贷，有些金额还可以，利息也属于正



常的，那到底这些能不能借呢？其实，如果通过其他方式能解决资金问题，尽量还是不要用这些，这些额度几千小几万的额度，会对你其他银行体系贷款造成影响，比如买房，如果借呗，招联金融用的比较多，银行是拒贷的，包括抵押贷款，银行信用卡，也是有影响，所以不要捡了芝麻掉了西瓜。

总体来说，小额资金需要尽量用信用卡解决，20 万以上，做抵押贷款最高，利息低，还款压力小，有资金需求一定记得先做银行体系的，退而求其次才是消费金融，包括新一贷大数金融，小贷，网贷，是不在万不得已，逼的没办法的情况不要做，就算做了一有钱也要及时还了。贷款，要记得还款，请珍惜自己的信用！

#### 十四、有一种高利贷叫“信用卡最低还款”

高利贷我们通常想到的是民间借贷但从收取的利息来说

有一种高利贷叫信用卡最低还款。当你一旦选择信用卡最低还款

意味着日息万分之五，同时也意味着你放弃了信用卡 50 或者 55 天的免息期。什么意思呢？

举个例子，你的信用卡账单日是每月 11 号，免息期最长 50 天

如果你 8 月 12 号刷了 10000 元，如果银行在同一天把钱垫付给商家（垫款给商家这

天叫记账日）。此后再无消费

那么这笔消费会计入到 9 月 11 日的账单中，显示本期账单 1 万元，最后还款日是 10

月 1 日。

如果你选择在 10 月 1 日将 1 万元全额还清，你获得了最长 50 天的免息期。

但如果你在 10 月 1 日这天选择最低还款 1000 元。此后也没有在用这张卡刷卡消费或支取现金。

那么利息就从 8 月 12 日消费这天按 1 万元开始计息，日息万分之五，月复利计息，直至欠款全部还清。

如此，下个月 10 月 11 日这天账单日，你的对账单上除了 9000 元未还部分，同时还有循环利息：

$10000 \times 0.05\% \times 50$ （8 月 12 日至 9 月 30 日）=250 元

$9000 \times 0.05\% \times 11$ （10 月 1 日至 10 月 11 日）=49.5 元

合计利息：299.5 元！

需注意：

1、存在循环信用时，新的消费也没有免息期了。

2、每家银行对循环利息的计息方式不同，有的是按交易记账日的全部消费全额计息，有的是在最低还款后，按未清偿部分按每日万分之五，收取银行记账日直至欠款全额还清的利息。如此，这种还款方式下，年化借款利率高达 20.02%，显著高于你们房贷、车贷、商贷利率甚至高过你们一年用投资所赚的收益率。

而我们知道，当投资回报率<贷款利率时，实际上是利用杠杆加速亏损，孰轻孰重，

自己掂量。

信用卡还款，请务必选择：一次性全额还清。

### 十五、负债也是一种资产吗？

负债有两种，一种是坏的负债，一种是好的负债。什么是坏的负债呢？比如，你刷信用卡透支来吃喝玩乐购物消遣，这个卡债就是坏的负债了。当然，负债额度在你能偿还的范围内，还算马虎过得去。如果超出了你的偿还能力，你就会被发卡机构咬上了，高额罚息会让你得不偿失。继续这么超额地刷下去，恭喜你，你就成了发卡行的衣食父母，卡奴你是当定了。那些最后烧炭的卡奴，都是用“以卡养卡”的方式，把自己养上绝路的。那什么是好的负债呢？这也有两个标准：借债用于生产经营活动；债务成本必须低于经营的利润。比如，你开了一家店，急需 2 万块钱做周转，因为这笔钱是借来赚钱的，这就符合好债的第一个标准。但如果这笔债务的利息要 3 千块，而你借这笔债所赚来的钱只有 2 千，那么这就不

符合第二个标准，因此，就不是那么好的负债了。但总比借债消费来得强。假如赚头有 5

千，利息有 3 千，那这就符合好债的两个条件，你就可以借这笔外债了。最后，还要说一

下的是，就算是好债，也不能完全靠债务来经营。像华人首富李嘉诚，他的企业通常的负债

比率都在 15%左右，也就是说，口袋有 100 块钱，才敢借 15 块来周转。这样就不会落入

偿不起债的风险。而对于特别赚钱的业务，李超人敢把偿债比率稍稍抬高，但都不会超过 30%。反观国内的一些企业，负债比率动辄百分之 80、一两百，甚至好几百，也就是说，手头的资本抵消掉债务外，还有一屁股外债，这是最大的风险。一旦市场出现波动，这个企业就陷入破产的境地，而万劫不覆。

现在这个时代，毕业一出社会就背上许多债务，负债该怎么还是个很苦恼的问题，债务也是让人对生活兴致缺缺、无法振作起来的原因，但为了解决债务的问题，首先要先了解自己

为何会负债，如果连自己都不晓得问题出在哪，那这问题真的很大，也很难做出改变，如果你不想人生就此这样，那该是正视解决问题的时候了，不要再周而复始陷入债务的轮回当中，在你意识到自己为何会陷入债务之后，下一步就是弄清楚该如何偿还这些债务，以下几点是我整理出来摆脱债务的不同方法！

## 1.停止增加负债

这听起来像废话，但就像我前面所提到，如果你不知道为何会欠债，那么你就很难停止增加你的债务，

另外，如果你正在偿还债务但同时时间又持续增加其它更多的负债，这样还是无法解决债务的问题，

你可以透过这 4 种方式来停止增加负债：

剪去信用卡

把信用卡额度降低

少逛百货公司、shopping，多去户外运动

逛网拍时将想买的放入下次购买清单，隔一週再来检视这些东西只是想要还是真的需要 2. 设定预算

你该为每月的花费来设定预算，以便真正知道自己的钱都花去哪了，预算可以帮助自己了解资金的流向，清楚知道哪些地方开销最大，并思考该如何有效降低，记帐 app 是你最好的得力助手，你真的应该从今天开始认真做记录了，相信我，它真的很有效！

## 减少花费

如同上面所说的，你需要一个明确的预算来有效控制花费，才能把多馀的钱拿来偿还债务，思考一下如果你有 100 万的负债，那你还需要买一隻 2 万块的手錶吗？其实还债比的就是谁意志力够强，谁够有决心，有多想要多快清除这些债务，你可以减少喝星巴克的次数改去喝全家(我觉得全家的美式真的不错)，用一些可以省钱的方式来降低在店家的消费(有折扣才去)，卖掉你不常开的车子和贵重物品，改搭公共交通，开始学做饭等等...

增加额外收入这是最快解决债务的一种方式，你再怎麼减少花费，能省的空间毕竟有限，人家说开源节流，不只是节流，它把开源放在前面，表示开源比节流更是重要，除了白天稳定的工作之外，你可以再找一份晚上兼职的事业，或是假日接工作、开滴滴，送外卖等等，

或从你有兴趣的东西开始发展，或从原本就有的一技之长扩展更多元的收入，能增加额外收

入的管道实在太多了，你该好好思考如何发展副业。

## 借低还高

透过低利率的信用贷款来整合高利率的负债，降低利息支出，这个方式也是许多负债族最常

使用的方式，每个月降低一些，长期累积下来也是一笔很可观的数字。6.强迫存钱

将每个月领到的薪水使用自动转帐，存一定的金额到平常不常使用的帐户裡，而这个帐户最好是连提款卡都没有，强迫储蓄并让提款的困难度提高，这样你就不会想去动用裡面的钱，也让这笔钱成为你的日常的紧急预备金。

#### 7.绝不欠卡数

绝对不要使用信用卡或是只还信用卡最低应还，这些循环利率最高达 18%到 24%，循环利息就是负债的根源，我们平常投资投报率 6%就很厉害了，银行藉由循环利息比你还会赚，所以，再怎么样都不要积欠信用卡卡费，避免卡债缠身。

十七、每个月兼职收入 5000+，多的是你不知道的开源方法

如何找到一份适合自己的兼职？

根据钱钱做兼职多年来的经验，找兼职从爱好、资源、技能这三个方面入手，更容易找到让自己满意的兼职，并靠它赚到钱。

#### 第一原则・爱好

其实在我的身边，有很多身藏不露的兼职达人，她们勤勤恳恳的做着主业，悄无声息的玩着副业，我以为只有自己那么拼命的开源，原来大家都那么拼。

做代购的小胡，看我每天上班除了工作就是刷手机，以为我很闲，于是好心的给我说让我给

她当代购助理，但我拒绝了。

一闺蜜最近在搞鲜花团购，想拉我入伙，我也拒绝了。

可以想象得到她们鄙视的眼神，有钱不赚你傻呀？可她们并不知道我每个月的副业并不比她

们少，拒绝他们也是理所当然的。

总有人给我说：让我跟着你学理财吧，我也想和你一样靠理财赚钱。

可她们却并不知道自己是否真正喜欢这份副业，说白了就是冲着别人觉得能赚钱来的，而并不知道自己能不能赚钱。

就像我那个代购的朋友一样，我曾经不止一次旁敲侧鼓的告诉她，我喜欢研究基金、理财，并且可以赚利息，可她却听不进我说的任何理财方法，以及基金知识，一看基金一跌就沉不住气，立刻赎回。

可一讲起代购就唾沫横飞，让人听了恨不得马上加入。但对于像我这种对代购无感的人来说，尽管她把代购描述的像童话故事一样美丽，我也会无动于衷，最后她总结出了一条：每个人的爱好不一样，就像你喜欢研究理财，而我喜欢代购。

所以找副业的第一原则就是兴趣爱好，只有真正爱好，才有赚钱的动力。

## 第二原则 • 资源

俗话说：“在家靠父母，出门靠朋友，朋友多路好走”，我那搞鲜花团购的闺蜜，一开始也没想到要卖花，但她特别喜欢交朋友，感觉跟谁都熟，平时也喜欢搞一些团购，什么便宜就团什么。好友越来越多，后来发现朋友圈的人比较喜欢鲜花，索性放弃其它团购，专门搞鲜花团购，现在人家一个人忙不过来，还专门请了两个代理，每个月轻轻松松 5000+。

你的资源就是你的人脉，人脉就是钱脉，人脉越多越宽越广，你赚钱的速度就越快。

不信你试一下把微信好友加到 5000 人，再靠朋友圈赚钱，如果你有那么多好友还赚不到钱，来找钱钱便是，保证让你分分钟赚到钱。

## 第三原则 • 技能

刚入职场的人不建议急着发展副业，而是先把主业干好。等把主业干好了，再靠职场技能发展副业。在职场待那么久总该学到一技之长了，如果你连一点技术都没有学到，那证明你一定是在混日子，副业也不可能发展得好。

比如你的主职工作需要经常接触 PS，可以上“猪八戒威客网”找抠图方面的兼职，一张图片 1-10 元不等，一个晚上多的时候拿下 200 元没问题，技术越熟练拿到的钱越多，而且这个网站各种任务都有，在这个网站上靠技术赚钱特别吃香。

比如你的主职工作是文案，你可以自己上“悟空问答”回答问题赚钱，越多人看，钱越多，慢慢积累粉丝，流量越大收入越高。

钱钱再总结一些靠谱的兼职平台供大家参考，具体平台如下： 知识变现平台：饭团、知乎 live、知识星球、荔枝微课、分答

内容平台：今日头条、百家号、大鱼号、企鹅号、一点号、网易号、火山小视频

其它兼职：英语翻译、微商、烘焙、化妆、港货代购、团购等等

不要总是杞人忧天，又想开源，又怕找不到开源的路子，要想找到合适自己的开源方法，钱钱觉得不应该盲目随从，别人觉得哪个赚钱就一股脑的扎进去。

在开源之前不妨先问问自己，自己有什么爱好、资源、技能，如果三样都没有，那只能靠苦力开源，如果不想靠苦力开源，就趁早去学一项技能，等学好了找兼职也是水到渠成的事了。

十八、4 个副业兼职 让我不上班：仍然月入 3 万今天和大家分享副业赚钱的兼职，满满的干货。修改简历赚钱【这个是重点】

这个副业项目，任何时候都可以做。现在求职的人特别多，很多人找工作 3 个月，仍然找不到工作，很大的原因是，第一关就被 HR 筛选掉了，所以就失去了所有的工作机会。最大的问题就是出在个人的简历上，很多人觉得个人简历无所谓，正是这个你认为的无所谓，才是决定你是否能够找到工作、决定你的工资高低的重要因素。

职场的人士还是占据了江湖的半壁江山，修改完善简历，任何一个上班的人，都可以当作副

业来做，每天可以完善修改 3 份左右的简历，每个单价一般在 150 元左右，你可以计算下，

你的收入每天是多少。

你通过每天修改完善简历，赚到了自己的副业 500 元左右，求职的同学，通过你修改完善

的简历，找到了高工资的工作，这是一个双赢。何乐而不为呢？

另类的售卖卫生纸

这个副业收入项目，适合每个人，男士女士都可以做。大家在街面上见到的，他们做每提纸 5 元进货，然后 8 元一提，15 元 2 提销售，每提纸巾赚到的钱也就是 2.5 元。5 元的进货成本，7.5 卖出，这样的利润不值得你去付出大量的时间，是最低效的赚钱方式之一。

很多人不知道的是，这样的卫生纸，每提的渠道源头价格仅仅只有 1.5 元到 2 元，2 元已经

是最高的进货成本了，这样你才可以赚到将近 4 倍的利润，这样才值得你去做这个事情来赚钱。

有的人可能会说，为什么你的渠道我没有呢？不要问我为什么，我就是有，你就是没有！社会交往的本质在于价值的等值互换，你没有给别人带来特别的价值，别人为什么要把很多人享受不到的渠道源头价格给你呢？你觉得呢！

手机空拍的副业

很多人现在都是人手一部智能手机，在这个互联网时代，一部手机几乎都可以完成工作了，现在一种新兴副业叫做手机空拍，在家躺在床上也可以操作，一天最基本也有 80.90 块甚至一百多，也是挺不错的，每月也就是有 2500 左右的收入，差不多够一个普通家庭买菜吧，对你的经济状况不会有非常大的促进。

手机看广告赚钱的副业

很多人每天都在看广告，但是你没有因为看广告赚钱，这是没有意义的，是在消耗你宝贵的时间。

在相关渠道注册你的账号之后，经过 1 天左右的排队审核等待，基本上就可以获得看广告

的资格，刚开始的时候，你的账号级别不高，每天能看的广告数量是有限的，即使是这样，

每天也有 30-40 元左右的收入，每个月也有 1000 元以上了，也算是一个零花钱。

随着账号级别的提升，每天看广告的数量就会逐步增多，有的同学在上上班之余，每天利用业余时间看广告，每个月也有将近 1 万元左右的收入。

## 十九、102 个副业赚钱平台汇总

### 任务类

做任务类的副业比较简单，没什么难度，也适合所有人，不过收益也有限，每天能赚个几十块钱。

阿 里 众 包 腾讯搜活帮百 度 众 测 有道众包  
京东微工

龙猫众包

百川任务

### 跑腿类

跑腿类副业的工作性质，就是出卖体力，这本质上跟工地搬砖、送外卖、发传单没什么区别，

只要你愿意干就行。美团众包

蜂鸟众包点 我 达 达达

UU 跑腿人人快送拍照类

这个副业主要是拍一些门店或街道，完成任务后获得平台的奖励，

美团拍店企鹅汇图

高德地图淘金百度地图淘金问卷调查类

做问卷调查获得积分，积分可以兑换礼品或现金奖励，人人都可以做。第一调查网  
易调网

调研吧

投吧

爱调查

K 任务

家教类

这个适合有专业技能的大学生或教师的副业，对学历有要求，一般需要本科以上，目前的家教时薪大致在 50-200 元/时左右。

学而思网校 app 海风智学中心 app 掌门 1 对 1

作业帮答主 轻轻教育 课桌

图片类

出售自己制作的图片，或者拍摄的图片，上传平台，只要有人购买就能赚钱，而且是长期有效的。

视觉中国 东方 IC 中国图库 图虫

昵图网问答类

简单来说，就是回答别人的问题，平台会给补贴，你获得收益。

百度知道合伙人

悟空问答

知乎

在行

翻译类

这个对外语有要求的，入驻之前会进行考试，通过后才能接任务赚钱。有道人工翻译做到 我译网 Gengo

Fiberead 文档类

上传资料到文档，别人下载就能赚取收益。

百度文库 豆丁文库 道客巴巴 设计类

适合会 ps 的人，会做 ppt 之类的，比如设计 logo、表情包、等等。微信表情开放平台

千图网 汇图网

小米主题商店

开三云匠网

猪八戒

包图网

声音类

用自己的声音赚钱，比如配音、电台主播、有声小说。喜马拉雅



配音秀配音圈

今日头条音频程序员类

程序员接私活赚外快的平台。猿急送  
开源众包

码易

程序员客栈码市

微擎

（62）解放号互站网

知识付费类

如果你是领域专家或特别擅长某一领域，可以通过开课或回答问题赚钱。

千聊

腾讯课堂

网易云课堂

知乎 live

小鹅通

知识星球 FM 蜻蜓自媒体类

自媒体平台赚钱，方式有很多，平台也有很多。微信公众号  
企鹅号百家号大鱼号头条号

搜狐号简书 小红书知乎 豆瓣

视频直播类

可以靠广告、打赏、带货赚钱。抖音  
快手

微信视频号

斗鱼

哔哩哔哩

写作投稿类

对于有些文笔比较好，又想赚点生活费的大学生，可以试试。懒觉大妈

中国写手之家 中国赏金写手网豆瓣稿费银行 各大公众号投稿推广类  
这个副业是推荐商品赚取佣金。淘宝联盟

京 东 联 盟 多 多 进 宝 天 眼 查 推 广 大 疆 联 盟 二 手 类  
买卖二手商品赚钱，或者倒卖商品赚钱。转转  
闲鱼

办公软件模板

可以出售 PPT 模板、个人简历模板等。

pptstore

稻壳儿

演界网

变色龙脚步网

这里总共是 102 个平台，花了 2 天时间总结出来了，基本每个平台我都看过了，都是很靠谱的，还有很多平台没有写进来，是因为精力有限。

今天这篇是汇总，后面我会细致写某种分类副业，你对哪种副业感兴趣，也可以给我留言，我会一一答复。

写在最后：我觉得做副业，还是要找一些，技术性，积累性，或有发展前景的，可能这些难度比较大，花费时间比较多，但是他能享受到时间的复利收益却是最大的。

二十、最全最靠谱的网赚资源平台（89 种），网络赚钱指南，兼职赚钱项目  
目录大纲（10 个大类）

写作小说类

自媒体平台

技能兼职类

威客任务类

直播视频类

信息招聘类

租赁服务类

在线教育类

体力跑腿类

调查奖励

二十一、25 个超适合学生党的 0 成本兼职赚钱方法！

自媒体兼职类公众号投稿

目前来说，公众号投稿还是一项比较靠谱，而且能提升个人写作水平的赚钱渠道，也能为自己积累粉丝，很多人都是先学会投稿，然后确定自己的写作风格，后期直接自己做一个公众号、变现。

为大家整理了 30 个适合写作新手的投稿平台：精选 30 个很适合写作新手的投稿平台

拆书稿、听书稿、书评

拆书稿：用思维导图的形式，把按照一定逻辑，把一本书拆解成十个主题，对应写十篇文章，每篇 2500 字，稿费的价格依照拆解的质量而定，大概 2 百左右，拆完一本书，赚个四位数的稿费不成问题。

听书稿：形式略难一点，把一本书用一篇文章拆解出来，包括引题+破题+作者简介+三个主题观点。

目前还再接收拆书稿、听书稿的平台整理：拆书稿投稿平台

具体流程，可以参考我之间的这篇文章，<https://zhuanlan.zhihu.com/p/77188084>，目

前知乎上是一千多个赞，一万多的收藏。

豆瓣稿费银行

全网可信度比较高的征稿、约稿平台，稿费的跨度很大，里面会有一些杂志、翻译类、伪原创、软文的约稿，比较适合空余时间较多的人，能赚到钱。

目前头条号，百家号的活动还是挺多的，像千人计划，前段时间还有客服教你如何发布微消息，如何更容易的拿到黄 V 认证，新手的话过了新手期就比较容易赚钱了。

设计类兼职 淘宝兼职设计

淘宝上搜索图片设计、图片代做、美工兼职关键词，找到店家以后可以进行沟通，一般情况下是做一些产品的宣传海报，公众号或者文章的排版等，大部分店家会有试稿，新手可以多练几个，一方面提升自己的能力，另一方面多了解市场需要。

自由人协作平台

网站兼职很多，比如配音、文案、插画等，几乎各种技能都能有用武之地，在平台上，赚钱是很容易的。

云琥在线

平台会定期更新很多设计类的订单，任务充足，价格差不多都在 100 元以上，新手不用担心自己赚不到钱，因为平台提供很多针对性的课程，帮助大家轻松度过新手期。

FOTOR

制作各种封面图，包括手机海报、公众号封面的 logo、邀请函等等，按件付费，大部分是 150-500，平台反馈一般都比较快，大概是 2 个工作日就会有回复。

千图网

平台对设计人员的要求不是很高，有 PPT 模板、海报、插画绘图等等各种兼职，作品的价格稍低一些，大概是在 10-50 之间。工资周结算，接单无上限要求，只要你够优秀。

翻译类兼职

有道兼职译员，<https://f.youdao.com/joinus>

工作时间每天固定三个小时，内容以英语类翻译居多，中译英是 80 元/千字中文，英译中 120 元/千单词，大平台的信誉还是可以的。

人人译，<http://www.renrenyee.com/>

工作时间灵活，小任务 3 分钟左右即可完成，支持手机端操作，可以充分利用碎片化时间，轻松完成一项项工作，赚点饭钱，而且翻译种类很多。

我译网，<https://www.wiitrans.cn/translator>

首先是性价比高，部分接单的价格是 180 元/千字，平台中间收取的费用不高，大部分都是给译员，交易流程公开透明，正式入驻之前会有测试。

做到网，<https://www.zuodao.com/crowdsourcing/homePage.html>

入门门槛相对低，平台出的测试题相对简单，适合刚入门的新手，平台比较人性化。 兼职

人员在工作中，会有上下文和重点词的参考译法作为辅助，能够更好的帮助用户完成翻译工作。

事在人为, <http://www.szrw100.com/>

平台订单充足，涉及到的兼职工作内容也比较多，有翻译、法律、会计领域等，适合对口专业人才，待遇丰厚。

其他类兼职在线客服

阿里巴巴云客服和支付宝的蚂蚁云客服，报名入口在阿里众包 App，每小时 8-15 块钱，工资次月发放，关键是有提供实习证明，对以后找工作也是很有帮助的。

闲鱼赚钱

应该是利用买卖双方的信息差，也可以出售自己的一些考研笔记、学习资料等内容，具体操作大家可以看这篇回答：

线上兼职讲师

比较适合空余时间比较多的学生，内容多以辅导为主，都是一些培训机构的招募。

网课推广、兼职助教

游戏主播

喜欢打游戏，并且技术还不错的同学可以试试，但是一定要去正规的招聘平台上找。编程开发

这个需要一定的基础，而且专业性也比较强，可以从网络平台接一些项目来做，比较正规的

平台有猪八戒网、猿急送、威客网、码云等等，里面会有具体的任务介绍和时间要求。

### 旅行体验师

可以一边旅行，一边赚点外快，像马蜂窝，头条，去哪网都会不定期招聘旅行达人，条件要求一般是：会拍照、录像剪辑、撰写旅行游记、攻略。

### 校园代理

之前有同学做过移动公司的校园代理，挣多挣少全看自己了。前期肯定是比较难，一是不敢开口；二是不知道说什么。但是与人讲解、沟通确实很锻炼人，有经验的推广人员，能够通过一段时间的问答，总结出自己的一套应对话术，有兴趣的可以尝试一下，每年开学都会有很多公司来招聘。

## 二十二、十三个赚钱副业，你要学会受益无穷！

### 副业一、老照片修复

相信很多人都在抖音上刷到了，《100 年前的北京》

这类视频呢，就是通过 AI 技术手段处理后，将很老、破损、画质不好的视频，变得更加清晰。

当下这类需求也比较大的。

因为人们的生活慢慢变好了，可身边有些挚爱的人却不在了只留下了他们年轻时的老照片有的照片都已破碎不堪

有的已经模糊不清了

很多 70，80 岁的老爷爷老奶奶，包括父辈他们小时候，拍照都是黑白色底片的

他们其实也想看看，他们年轻时候的”彩色模样“。

于是就延申出了这样一个副业。

老照片修复案例：

### 这类副业的玩法汇总 1、赚信息差

通过抖音发布老照片前后修复的视频，来实现吸引客户。淘宝有很多修复老照片的卖家。每一家问一问，找一家报价最低的，联系他们完成交付，你只需要做好前端成交即可。一般报价在 99 左右，老照片破损严重的，价格在 199-299 元。

如果不知道如何定价，可以按照上面案例里给出的指示，加一下同行，看下他们的报价，直接套用即可。

**B** 站里有很多免费的教程，不要傻傻的去付费找人学习这个技术了。

自己学习后，等于利润全部自己赚了。一天接 1-2 单，一个月就有大几千块了。

努力点，矩阵玩抖音，流量大点的话，一个月破万也是极有可能的，事在人为，看每个人自己的努力了。

重要的事情说三遍重要的事情说三遍重要的事情说三遍

如果遇见土豪，可能一次给你几十张照片都是有可能的。所以第一张修复，一定得保证质量，让客户满意。

/副业 2：二次元祝福配音

每逢过节或者生日，公司上市，开大单，很多人都会发上祝福，但这么多年下来，人们仿佛对普通的祝福都产生了免疫。

这类视频制作难度不高

步骤一、可以先在抖音上或者快手，小红书上采集卡通动画的视频。用”去水印“小程序，进行水印处理。

步骤二、写文案

文案可以直接复制同行步骤三、配音

免费渠道：搜狗输入法，百度输入法，讯飞输入法，找到变身功能

付费渠道：如果客户要求，可以在淘宝、闪电配音网上找真人配音。一般是 10-15 元一条。

步骤四、剪辑，将视频和配音导入剪映，添加字幕即可。

步骤五、等抖音号粉丝达到 1 万，再留♡。

步骤六、打造朋友圈，用户付款图，案例图，满意图。成交客户。

目前一条祝福视频的制作的报价，在 20 元左右

/副业 3、热点表情包号

首先说下为什么要做热点表情包号？

懂行的人，会认为，这种号怎么变现？其实不然，流量的用法得看人以及思路

比如我后面提到的副业里，有很多看似也不好变现的，其实只是变现模式没有选对而已!!!

此副业变现模式建议

淘宝客

小说 CPS 变现卖衣服，鞋子

商品橱窗卖一些 10 元以内的秒杀商品，因为不是带货号，所以卖贵了，基本没人买。案例展示：

操作流程：

一、表情包获取渠道

百度，小红书搜索“表情包”

百度搜索一键生成表情包



公众哈搜索表情包，进到公众号获取

## 二、文案

同其他副业一样，抖音搜索“文案馆”获取文案

## 三、视频剪辑利用”剪映“

这里要说一点，**BGM** 是最关键的。

那么大家不知道发什么 **BGM** 的话，同样，将同行的音乐保存下来，直接用即可。剪辑的时候，多运用转场，特效，动画功能，把视频做成抖音用户喜欢的风格

清晰度，可以利用好调节的功能，给大家一个参考数值：对比度 10，亮度 8，饱和度 20，色温-8，这是目前我们测试过的数值里，最清晰的视频

副业 5、生肖号+塔罗牌占卜

毕竟生在中国，中国人还是比较信生肖或者星座的。

所以在刷到自己的生肖后，都会忍不住停不下来看看比如看看自己的运势，看看自己的爱情等等。

大家应该看到过很多测运势的网站，有的是付费的，有的是免费的

而他们目前也正在做抖音和快手，所以大家应该可以想象的到其中肯定是有利可图的案例展示：

用这一个搜索渠道后，一年 365 天，完全不用担心没有素材可用 2、视频制作

视频制作形式：图文，真人出镜，如果是副业的话，建议做图文的。制作软件：依然是剪映，视频制作软件都用剪映就行

背景图：统一，选择一个比较有喜气色彩的，比如红色底部 **BGM**：喜庆，古风都行

变现模式：

1、引流到微信，做塔罗牌占卜，做八字测算。价格在 399-899 一单。对接淘宝即可。

2、视频挂小程序，塔罗牌小程序，有来有趣测爱情均可。目前小程序按 CPS 结算，下面图是我一个朋友的，收益还不错。

#### 制作流程

1、素材获取来源公众号

同行

今日头条

2、视频制作

视频内容，可下载同行的视频，剪掉一些不喜欢的片段，拼凑一些其他素材的片段，就变成自己的了。

音频可以用同行的，这个官方是认可的。

背景做到统一，首推的形式，直接下载一些名人的采访片段里，最经典的对话，实践证明，

这类视频最受欢迎。

变现：

1、开通商品橱窗卖书

2、引流到 QQ 群，做 CPS 淘客或者小说分销。  
这个 QQ 群，每天 800 多人在线，你们可以想下收益。

#### 副业 7、音乐 U 盘号

听歌一向都是人们喜欢的，只要你的歌选择的好  
就会有人停下来滑动的手指，来听，那么就延申出了音乐号。案例展示：

素材来源：

##### 1、网易云，酷狗

制作流程

- 1、找一些明星的演唱会视频，加上歌曲名，歌词
- 2、找一些经典的电影片段，比如大话西游，比如古惑仔。配上你要发布的音乐即可。这两种形式是制作比较简单且效果比较好的。推荐！

变现模式

##### 1、引流到微信卖 U 盘

建议大家别挂商品橱窗卖 U 盘，我一个朋友，之前店铺经常会被同行恶搞，因为这个项目也有一年多之久了。

##### 2、教人制作同类账号。 副业 8、网易云音乐热评号

这类账号就是蹭网易云的热点，头像用的是网易云音乐的头像。

让很多人以为就是官方的，吸粉很厉害，之后再配上一些大众都能够消费的产品进来变现。

案例展示

微博搜索，网易云音乐热评。2、制作制作

视频内容可以用风景或者非常唯美的画面，比如山、海，森林，城市的某个街道，晚霞，朝阳等等。

写上一段搜索的素材文字 BGM 用当下的热门音乐变现模式

接单，按粉丝量来算，10W 粉丝接单新歌的价格在 500-1000 左右。

橱窗卖书，卖秒杀商品。副业 9、明星混剪号

无论哪个平台，明星都是最大流量的

那么蹭明星的流量，是目前涨粉最快也最简单的方法案例展示：

这些账号里都有你们想要的模板和制作形式。素材怎么获取：

做哪个明星，就关注他们的微博。毕竟明星经常使用的还是微博，或者抖音也行。视频制作：获取的明星视频+好的文案+热门 BGM。

明星视频：比如疫情期间捐款的明星，为社会公益做出了巨大贡献的明星。文案：正能量，求赞。请点赞把爱心传递出去。

变现模式：

1、引流到微信教学

2、开通商品橱窗卖秒杀商品，20 元以内

3、卖号。1 个粉丝一分钱计算。

副业 10、短视频壁纸号+其他产品变现

壁纸现在对于普通人来说，其实就是涂个新鲜劲儿

以前有很多微商，通过其他的一些平台送壁纸来引流，但是流量不是很精准所以如果能够把你的变现模式匹配到大众都有的需求的，收益就会很可观 变现模式契合粉丝的：

导入到公众号做小说分销

贴合壁纸的，定制手机壳，定制衬衫，定制小视频，定制服装等等。

再或者是人人都有需求的，鞋子衣服也是不错的选择。

以上，是目前壁纸号仅推荐大家做几种的变现。

壁纸号案例展示：

制作流程： 1、搞定壁纸

免费壁纸来源渠道：

手机应用商店搜索“壁纸”，会有很多壁纸类的 APP。比如壁纸 APP，下载比较方便

壁纸网站推荐：昵图网

热门应用网站：小红书，知乎，微博

这里就说下小红书，因为平台坚决维护作者的原创权益，因此图片是无法直接下载的小程序“红薯库”可以解决

将小红书原文链接复制，然后在红薯库上进行下载即可。付费壁纸来源渠道：

觉得找图麻烦的，可以直接在某宝进行购买 2、搞定文案

文案推荐：抖音搜索“文案馆”这类账号的文案写的非常好，直接套用即可

### 3、制作视频

软件：剪映

制作形式：

轮播图：目前轮播图在抖音的权重不高，你们看到的轮播图的账号，基本也都是从 18 年或者 19 年开始做的。

动态壁纸：如果不知道怎么做，最简单的方式在一个台手机设置好动态壁纸，用另一台手机固定好拍摄就行，注意手不要抖！

### 4、引流

主页达到 1W 粉后留 V，1W 粉之前如果有人问，可以回复“私”。

但要注意，不要全部评论都回复，账号权重太低的时候，容易导致封评论功能 7 天记得发布视频，用抖音网页版发布，设置”不让用户下载“

这样他们就乖乖加你了副业 11、闲鱼卖货

此副业重点推荐！！

为什么要做闲鱼副业？ 闲鱼天生具有副业属性

虽然发展年限比较久了，但真正被开发的程度，我预测也只是到了 40%，还有很多空间每天花费时间不多，一个账号 2-3 个小时即可

操作难度低

收益见效快，上来就可以直接卖货，卖货了就可以赚钱

大张说：闲鱼卖货最全攻略：普通人看了也能赚钱，目标月入 5W [zhuanlan.zhihu.com](http://zhuanlan.zhihu.com)

（干货建议收藏）[zhuanlan.zhihu.com](http://zhuanlan.zhihu.com)

此文章是比较全的攻略，大家可以好好看下

## 副业 12、宝宝起名

刚生下宝宝的家长，很大的痛点就是起名了。

想起一个好名字，确实不是一件很简单的事情，需要考虑到多个方面比如星座，八字，生肖，以及对未来的期望，等等。

所以也就延申出了这个副业

在抖音快手里也有很多做起名的账号流量还是比较大的。

案例展示：

视频制作： 图片轮播

文字视频（加专场特效，背景特效比如落花，剪映里的特效功能都可以满足） 真人出镜

如果大家要做副业的话

做第二种，文字视频即可。

如果想做项目的话看，可以考虑做真人出镜。

这个副业也是我比较看好的，做的好的话，可以发展成一个主业。

项目流程：

抖音引流-微信朋友圈案例展示+通过话术成交--对接师傅接单

大家不知道怎么找师傅或者没有资源的话，可以在淘宝上找人对接

一般起名收费是 30 元，起名到满意为止，发手稿。

而在微信里一般收费在 298--698，后续也可以卖一些母婴产品。

## 副业 十三 撩妹表情包

微信聊天，彻底把表情包给捧火了，一图顶千言的妙用，受到了很多人的青睐。撩妹子的时候，一个表情发过去，顿时就能让双方会意，提升了不少效率，避免了直白的尴尬。

一个撩妹高手，绝对是一个表情包斗图高手。

就像这张图，适当的时候发出去，绝对起出一图顶万言的妙用，避免了直白被拒的尴尬，又清晰的表达了意思，绝对是撩妹必备表情包。

此类应用场景不胜枚举，由此引发表情包的强烈需求。

看到这里很多人会产生不屑会说，不就是表情包吗，随便百度搜索一搜一大堆，他咋可能会成为一个赚钱的项目呢？

但是，你只能代表你自己。并不能代表所有人，因为每个人的认知都是有偏差的，每个人的能力也是有差距的。所以社会上才会产生了各种各样的需求，有需求就会产生交易。

玩自媒体的，觉得写标题是件简单的事情

玩社群裂变的，觉得加粉是件随手而来的事情

玩 SEO 的，觉得提升排名也是正常的事情

玩竞价的，觉得每天赚几千块钱也是轻松的事情。

举这么例子，只想告诉你，赚钱的基本功=信息差/能力差

一般人不会 PS 作图，只能被动的接受现成的表情包，他们会通过百度、QQ、微信、微博……

去寻找想要的东西。

讲到这里，答案已经揭晓，很多人会明白。只要受众够多够精准，总会有人买单。微博大家不陌生，日活量高达 3 亿。里面有大量的表情包博主。

一般的套路是：发微博-要的私信-微信联系-成交 一套十元。淘宝成本 6.8 元，4 个 G 转卖无数次。

实测一天能成交十套左右。上下班之余即可操作。 $100 \times 30 = 3000$  一月额外收入 3000 元。

适合兼职赚钱的群体，只要勤发文，达到这样收入并不难。

如果想要靠此，赚更多，百度了解一下微博实时号，能够获得大量曝光率，效果更好，自己养也可以，只不过耗时比较长。月入万元没啥问题。

难易度排序：

难度高的副业，竞争小，但起效慢，稍微费时，因为门槛就过滤掉了很多人想短时间内赚钱的人

难度低的副业，竞争大，但起效可能会，操作比较简单。

所以大家可以根据自身情况进行选择适合自己的副业。

以上抖音副业均可在快手同步操作。

在此说一点，任何副业，只要项目不是太差，并且有成功案例的，就代表是可以做的。

如果做不好，基本都是人的问题，要么容易放弃，要么执行力不够，要么不够拼，不喜欢思考和总结。

希望大家可以重视起副业来！

这次疫情，让很多人突然没了主业收入，于是很慌，不知所措，希望大家引以为戒，让自己有危机感起来~

有了副业，哪怕主业暂时出现问题，你的命运也可以由自己来掌舵！

### 二十三、适合女生的赚钱副业

我这个账号是 3.11 日开始做的，到现在做了快 2 个月了吧。总收入：7111

最近 30 天收入：5741

看完图，绝大多数的人估计一脸懵逼，不知道这是啥，赚的是啥钱

简单说，就是在头条发视频，头条就会给钱，我们经常会看完视频后，发现结尾会有广告，这个广告的收入，头条留大部分，给内容创作者少部分，这样的情况下，你的视频播放越多，广告收入越多。

于是，你只要制作大家喜欢的内容，让播放量起来，就能赚到不错的收入

比如我这个视频，3.29 日发布的，到今天，是 219w 播放量，我的视频单价是 10 元/万播放，

$219 \times 10 = 2190$  元

不过这个收入，完全是看头条的心情，给推荐多，就多收入点，给的推荐少，就收入少点，比如前几天每天还近 500 呢，这几天就几十了。



你说不？

要是纯卖苦力，有啥意思，这视频发出去后，你基本就是躺赚了，自动在平台播放着，播放量哗哗的涨，你的收入也哗哗的来，嘻嘻。

#### 二十四、两个最赚钱的副业，你要知道！

话不多说，分享 2 个副业赚钱项目，各位看官，拿去即可。

##### 一、给电视剧、电影写评论 每月多赚 5000 元

现在很多电影、电视剧为了扩大影响，都会在渠道里面提供这样的副业兼职，你可以利用快进功能，快速的看完电影或者一个电视剧的某一个精彩部分，用手机随手写个评论，评论肯定是正向的，字数大概在 100 字左右，一条评论一般在 5-12 元之间，3 分钟就能写好，至

于你的每条评论是 8 元、5 元还是 12 元，这是系统根据你的评论内容的质量判定的。现在有很多写评论的同学，利用自己所有的空闲时间，在手机操作也是挺好的。

##### 二、网络助理的副业 月入 8000+

这个副业项目，之前我讲过，今天再次分享，是因为有一些同学做的非常不错，不但拿到了自己的每月的收入，还为自己的下一步发展奠定了相当好的基础。

有 2 个同学中间退出了，和我说的理由是，做的事情没有价值，每天也就是回复回复后台信息，和相关的合作伙伴打打电话、发发邮件，这简直是一个服务员，感觉非常浪费自己的时间，这是退出的 2 个同学和我说的原话。

所以你会发现，人的眼光有长有短，人的认知有高有低，有的人，可能注定你赚不了太多的钱，明明告诉你了可以做，然后你做了几天，又思考了几天，回来告诉我说，这个做不了。你在用你的认知，来否定了我给你的方向和具体步骤，对此，多说无益，我没有太多的时间。

如果你的认知是正确的，那你在互联网领域的成就，肯定会超过 80% 的互联网创业者，这个问题，很多人没有思考过。

很多人更没有想到的是，给网络社团和相关博主做助理，不要说打字、回复邮件，即使让自己打扫卫生也是可以的，因为你接触到的、可以利用的资源和圈子，可以让你很轻松的年入百万。

我所认识的年薪百万以上的朋友，或者是副业有很高的收入者，大都是平民子弟出身，学历还好，985 院校有，专科毕业的也不少。

他们无论出身 IT，还是销售大拿，都是说出话来能让你消化半天，聊起事来足以让你烧失眠的人物。他们用 10 年的青春和汗水，置换出洞穿迷障的火眼金睛，置换出普通人奋斗多年也无法企及的资本财富。

## 二十五、做这两种副业可以拥有“睡后收入”

### 一、靠卖图片赚钱

那现在互联网有没有那种少管事，多收益的项目可以操作呢？

我们都知道现在 从事自媒体的人越来越多，那需要图片、视频等素材的人当然也是水涨船高了。

所以通过卖图片赚钱这个项目前景还是不错的。比如【图虫创意】这个网站。

在图虫网的首页上点击“我要卖图”就可以了（如下图）

在完善信息的同时还需要上传 5 张原创作品。

然后提交基本信息成功之后就可以等待官方审核，审核成功之后，就可以依靠卖图片去获得收益了。

这个图片是完全依靠官方的流量推荐给你赚钱，平台会自动帮你推广作品，呢只需要等待收益就可以了。在平台上图片是可以针对很多人的，卖的价格也相对较高，所以这个项目的收

[进入游戏达人推广首页](#)

这个玩法很简单，就是抖音去搜索【游戏达人推广】进入小程序里面，然后随机挑选一个你觉得比较好玩的游戏，了解他的玩法，然后直接下载下来，顺便把视频录制下来，然后再回到这个页面，直接发布视频即可。

具体的收益，要根据你的视频播放量，游戏转化率等数据来决定了。

游戏转化率指的是人们在看了你的视频之后，有多少点击了绿色图标，跳转到游戏界面去玩游戏了。

视频播放量越高，游戏转化率越高，你的收益就越高。

对于创作者来说，制作这种推广游戏小视频，除了收益不错以外，还有很多优点。比如，不用露脸，羞于镜头的小伙伴也不用害怕。  
又如，推广的都是小游戏，不用烧配置的电脑，只用手机就可以。

我们谈“睡后收入”，其实是在谈我们的收入结构，是在谈如何实现财富自由。“有睡后收入”的人生和“没睡后收入”的人生，是完全不一样的。你的“睡后收入”决定了你收入的多少，也决定了你的下半生的生活状态。

富人之所以富是因为富人会创造金钱，他们会思考致富，而不是努力致富。他们会研究各种赚钱的方法，而不是只靠工资赚钱。

## 二十六、强烈推荐 3 类最适合年轻人的靠谱副业

分享几个路子稳，门槛不高，变现快，适合年轻人的靠谱副业。

绝不是什么送外卖、滴滴、打字等苦力活，都是能让你快速成长、性价比极高的工作。

注意：没有立刻月入过万的副业，想 10 天半个月就暴富的同学，建议关闭窗口。

这些「用心就有可观收入」的副业，全部源于身边的“早富人群”分享和我的亲历总结，建议观看之前点赞+收藏防走失，话不多说，上干货！

副业一「流量变现类」1）小红书博主

非常适合有空闲时间、又特别会拍照的同学们。

据了解，10w 粉博主的广告报价起码 4k 打底，每个月发两三篇走心笔记，能轻松月入过万。

黛西身边就有位 158/110 斤的学妹，很擅长穿搭和化妆，尝试做博主后意外收获很多粉丝，

还没毕业就月入近万，现在正在知名企业实习，有十分强的带货能力，收入也不断上涨中，

远超同龄人。

想赚钱，了解平台的用户群体很重要。

从下图就能看出，小红书主要是年轻女士使用的软件，我们正处这个年龄，能完全明白这个群体的需求，只要投其所好发布动态，不用出境、不用文笔多赞，就能得到不菲的收入哦~

操作很简单，重点要明白心急吃不了热豆腐，经营好小红书是长期之战。接下来简单介绍方

法，准备做笔记啦：

第一步：注册账号、确定领域。

⚠ 注意：注册后不要立刻发笔记，会被误以为是广告营销号、机器号。

建议前期先学习至少半个月，去思考选择、深入了解账号定位。目前火热领域有：美妆、护肤、美食、搭配、搭配、旅游、健身等。

第二步：高质量输出，耐心涨粉

好看图片和走心内容是涨粉的关键。拿穿搭领域举例，不管是胖是瘦，只要照片不过分 P 图、真实显瘦、衣服描述细致，穿搭好看，就会有人愿意买单。

这里分享几个拍照软件，让你的照片瞬间大变样

第三步：增加曝光率，等待变现

当账号粉丝量过 5k/阅读量过 2k，半年内无违规行为，且发布过 10 篇以上笔记，就能申请

成为小红书【品牌合伙人】，通过后就能开启流量变现之路，一直富富富啦~它的好处如下：

只要你能模仿并学习文案，并 P 得一手好图，与粉丝亲密互动，这个副业千万不要错过~  
抖音小众领域

会穿搭/化妆/剪辑的同学们，一定要了解具有流量的抖音副业，没有你想象中得那么难！  
想一想，我们在抖音最喜欢看什么？

除了搞笑、虐单身贵族、不食人间烟火的美少女美男外，我们还爱看： 第一：颠覆冲突的形象逆袭——穿搭/化妆变化。

不论是行走的骨架子、露麒麟臂/大肚子/大象腿的微胖身材、还是长相一般的女生，只要镜

头一闪衣服妆容一换，让屏幕的前的人大声叫绝，就能吸引粉丝，等积累足够粉丝量时，就可以选择直播带货/接广告来变现，用形象逆袭的方法，成功打动别人的购买欲望。

前期是：逆天的穿搭/化妆能力，强到别人都想把头都寄给你的那种。

得几十到百万赞，是不是超简单！完全没有技术难度！

更重要的是，因消遣娱乐的同质化视频过多，影响用户使用体验，抖音很愿意给小众影视作者，高流量的发展空间，为用户提供用户新的情感共鸣和认知。简单点说，这个领域还有很多的赚钱机会~

那么如何在饱和的抖音市场中，稳定发展副业呢？步骤与小红书差不多：

第一步：个性鲜明的账号名字。

如穿搭类：125 斤 xxx；剪辑类：超看影视……让用户一眼就能认出你的领域。

第二步：前期学习行业牛人。

关注 25 个以上的同行，拆解模仿爆款文案，拆解文案怎么火、视频怎么创新、如何互动等

等。新媒体更新信息非常快，要每日进行及时复盘，这里掌握高效的复盘方法也非常重要，

如果不知该如何复盘的同学，可以关注我的公众号「黛西巫巫」，我把花了 2 天整理的高效复盘攻略分享给你，当然核心还是要坚持哟~

总结后，内容保持个人的风格，让别人对你有记忆点。如穿搭类不要今天穿搭、明天弄发型、后天推荐鞋子……

第三步：创作作品的“3 思考”：

粉丝喜欢什么类型的视频？ 剪辑的视频自己能坚持看完吗？ 视频怎样能引起别人的吸引力，并愿意关注我？

就像黛西写文也会思考，要写得怎样，才能让屏幕前的你，愿意点个赞，哈哈…… 第四步：延伸周边技能

发展到一定粉丝量时，同质化的视频粉丝会看腻，这时可更换视频风格，或展示自己更多的才艺。比如：

穿搭达人扩展化妆领域；影视剪辑做影视解说，自己配音讲解故事的精彩之处，展示口才与逻辑能力。

在抖音火爆的时代，每个点击都带有人民币的香味，只要保持自己有料、视频有亮点，吸引粉丝真的并不难实现！

知乎好物推荐

不用多高级的写法，不用多大的粉丝量，只需认真分享自己购买过的物品，就能吸引知友下

单购买商品，赚取流量变现的副业。

黛西推荐这个平台的原因有二：

第一：利于变现。

知乎回答不像抖音视频的算法模式，一刷就没了。

选对好问题，加上超高质量回答，能有持续曝光性，带来长尾流量的收益。切记：回答一定

要走心实用，让知友感受到你的真诚！ 第二：收入动人。

拿零食这个最有流量领域举例，1w 赞至少有 2k 收入，随着赞数增加，甚至过万可能。如图，这是大 V 级别的奖励，不用酸，你也可以~

操作起来没有过多难度，按照以下步骤，就能增加你的钱袋啦：

选择适合领域：零食、护肤、美妆、穿搭等好物推荐。

熟悉平台条件：限个人账号申请，等级大于等于 3 级，没有违规知乎记录，同时遵守好物推荐的运营规则。

申请开通方法：知乎搜索【好物推荐】，完成申请后，准备好素材写文章及问答时，点击【购物车】将商品链接插入文中，就能开始带货赚取佣金之路啦~

微信公众号

这是最难、同时利益最大的副业，甚至会因它而逆天改命，黛西就是其中收益的一员。

很多人觉得公众号市场饱和，红利已过，再折腾也没用。并不是，黛西身边仍然有很多人，靠着运营公众号，收入翻了好几倍，多家出版社主动约稿出书。

做公众号，靠的不是背景、关系、颜值，而是掌握一套正确的方法，然后持之以恒地坚持下去。

唯一条件，就是你要持续输出有料的内容。只要文笔过硬，一个人一台电脑，就有可能做出比一家小公司还高的产出。

如果你感兴趣这个行业，建议你先不要立刻注册账号，埋头苦干，而是去积累：

第一步：先多输入输出。

疯狂看爆文和模仿练习写作，有条件的话，把市面上所有质量过关的写作、新媒体运营等课程都听一遍。

记住，先学写作，再学运营，没有内容、光靠标题党噱头无营养的账号，往往会死得很惨。

第二步：尝试投稿。

一篇文章 100-几 k 不等，黛西第一次投稿心理学类文章，拿到了 2000 的稿费，当时可乐坏了，之后成为平台签约作者，小日子过得也算不错~

渠道：在想投稿的账号后台，寻找投稿通道，参考要求写稿。不要放弃写的过程，只有不断输入输出，文笔才能飞速增涨。

而性价比最高的输入方式，就是读书。持续大量的阅读能让你的知识量迅速飙升，肚子里有了墨水自然也能写出好内容，如果你对文字感兴趣，也想用知识创作来获得价值变现，可以关注我的公众号「黛西巫巫」，我把 200 本值得跪读的高质量好书分享给你，大大减少你找书花费的时间~

第三步：确定擅长领域，注册账号。

思考好账号的定位，是美妆？成长干货？明星类？读书类？确定后，输出高密度文章进行吸粉。

当账号粉丝和阅读量达到一定要求时，可通过流量主（底部广告点击量）、读者赞赏、接广告来恰饭养活自己啦~

想做好一个号，最重要的就是不忘初心，给粉丝提供真诚内容，千万不要为了赚钱，让文章变了味啊~

以上几个副业，都在间接或直接锻炼你的写作能力，这是永远不会被淘汰的技能，能不断提高个人身价，让自己能吃香饭的权利。

副业二「线下变现类」

当旅游业开始恢复时，「民宿出租」是增加收入的超好副业！特别适合稍有存款的朋友，没准还能赚得盆满钵满。

这个副业前期稍微吃力些，需花费人力和精力装饰房间，装修成北欧风、简约风，整体干净富有特色，挂上有个性的小饰品，就能吸引不少住客啦。看看下图，是不是感觉到超舒服！

黛西朋友在长沙景区附近出租民宿，平时除去必要房租花费，一个月稳赚 6k 以上，旺季时过万，她告诉我，前期打点好，把信息发布到爱彼迎/美团民宿/飞猪等平台上，按着以下规范化管理，每天花费时间不到 1 小时，完全不影响本职工作：

装好电子锁——住客网上沟通——发放时效密码/电子房卡——自主入住，不需规定时间——

——确认住客退房——联系保洁——确认保洁清扫后的照片——结清洁费。



我偷偷和她取了民宿经营秘诀，分享给你们：

选好住所位置。离景区/地铁口越近、人流量越多、性价比越高、收益便越大。

装修风格独特。好看不花哨，干净不脏乱。浴室、卧室一定要注意细节，不然住客看到

一些不明物体/液体，一定会炸毛的……

态度有趣，及时解决住客问题。如果能打成一片，会大大收获潜在顾客哦~

有间属于自己装修的出租屋，偶尔能解决个人的居住问题，想想生活美滋滋的，大学生也可以尝试哦~

副业三「技能变现类」

技能类：ppt/海报/简历等设计技能

出售一次服务，取得多次酬劳，躺着也能赚钱，是最好的副业形式，而「网络技能变现」就能实现这个梦想。

把设计出色的 ppt/海报/简历放在网上，价格设置几元到几十元区间，收益=单价\*付费下载量，再进行多量发布，一个月的收入非常可观，特别适合在校大学生。

条件：扎实的设计制作能力，符合学生、企业的风格需求，富有卖点，做到精华中的精华。

渠道：时间财富网、任务中国、猪八戒网、包图网、昵图网、千图网、汇图网、手工课……

更高阶操作：拥有超专业技能，进行 IP 授课，开启课程变现。

兴趣类：配音、拆书稿

第一：配音

很多人知道头条号的【青云计划】，能写文赚稿费。

ps：青云计划是对创作者的奖励机制，每个月第一篇入选的获奖文章，有 1000 元奖金；

在这个月中后续获奖文章，每次有 300 元；

当你的账号被评为月度优质账号，再次奖励 5000 元。（太诱人了是不是！）

但很少人知道，头条号还能音频赚钱！

这是刚推出不久的板块，平台扶持力度很大，目前具有很大的变现空间，音质条件好的同学们，可以去尝试哦~

条件：不需出境、持续输出有价值的高质量音频即可，就能获得几千到上万的收益，重在质量。

领域：晚间故事、情感生活、相声评书、励志加油站、奇闻异事等。

方法：学习音频大平台：喜马拉雅、蜻蜓 FM 的火爆内容，学习号主的运作模式。前期下载好内容的共有版权，转为文字打印出来，用个人声音录制音频上传到头条号；

后期发布原创音频，持续输出好内容。

爱阅读的小伙伴，这个副业是为你量身订造的！拆解一本书能获得 2k 到上万的收入，稿件质量越好，收益越高。

拆书稿就是将一本书，拆解成大概 7-10 篇不同观点的深度文章，比一般投稿文章更有难度，是超高性价比的脑力副业。

如果大号/纸媒采用了稿件，会成为你的能力背书、履历亮点，对于后续投稿和面试都有帮助哦~

投稿渠道：麦家陪你读书、阿里读书、十点读书、樊登读书、慈怀读书、路上读书、夜读、有书、夜读、得到等。

到这里，黛西的优质副业分享就到此结束啦，帮大家总结如图：

图来了图来了，记得点赞取走呀~

人生不是只有一条路可走，每一类副业，都增加了我们生活的可能性。当你牺牲偷懒享乐的时间，去投资自己、发展事业，保持耐心和持续努力时，自然会得到相对安稳可靠的生活，实现经济独立，拥有对生活说【不】的权利。

最后，想分享一段有关【金钱观】的话，与你共勉：

「你所赚的每一分钱，都是对这个世界认知变现，所亏的每一分钱，都是因为对这个世界认知有缺陷。

你永远赚不到超出认知范围之外的钱，除非靠运气，但靠运气赚到的钱，最后往往又会靠实力亏掉，这是一种必然。

这个社会最大的公平就在于：当一个人的财富大于自己认知的时候，这个社会有 100 方法收割你，直到让你的认知和财富相匹配为止。」

二十七、怎样在家躺赚月入过万？

分享两个 通过业余时间 就可以赚钱的项目，每个项目都能赚钱，只要你认真看下去沉下心去做，一个月最少可以过 10000 以上的收入。

今天先说说抖音，现在基本上每个人都玩抖音 那么怎么通过抖音来赚钱呢。

第一项目：抖音书单

年初开始火起来的书单，一个励志视频 或者 励志的语录 然后 下面有个购物车 推荐 XX 书。

下面这个是我 6 月份做了 的书单收入 虽然不多 但是够生活费了 其中 6 月 2 号有个视频

爆了直接收入就翻倍了。

我下面来讲讲具体操作。

第一步：确定你的细分领域

目前热门的书单分类有如下几类：

1、励志类，正能量类；

2、情感类；

3、小说类。

这几种卖的是最火的了

第二部：选择你的视频风格 下面是案例

第三步：选择你要卖的书单 添加导入 就可以完成了 一本卖 36 卖一本利润 24

如果一个视频爆了 大概按照 10 万的播放量来算大概卖 100 本左右 一天利润 2400，而且

是 0 成本的投入算是空手套白狼。

第四部：你不需要做任何推广，你需要坚持每天剪切制作发布视频就可以了

注意：要学会养号 如果你的号没有权重 基本上视频是没有播放量，建议一般一个星期发 1 个~2 个视频 发布时间 早上 9~11 点左右 下午 4~6 点这个区间 发送最好为合适。

还有一种模式是卖实物，就是好物推荐，我上个星期做的一个账户已经开始有流量了。

第二项目：闲鱼固有的免费送模式。

就是你只需要，通过拼多多找产品然后把产品放到闲鱼上面去卖就可以了。

拼多多下单包邮是 6 块钱，然后闲鱼是免费送 12 块钱包邮 平均每一单利润是 6 块钱。  
注意一个细节（拼多多买的时候填写 闲鱼买家的地址 就可以 你就是一个中间商 赚差价）

第三个项目就是知乎了，目前知乎有两种变现模式一种是值乎就是粉丝向你提问题然后你给他解答单次收费根据不人群收费不一样这个需要比较专业的技巧才可以实现，所以需要一些门槛。

下面是我一个月的 1 万多的收入可以看看，如果你有专业的技巧 回答比较好可以尝试做做

值乎把你的专业分享给其他人，能帮助到别人自己又有收入，知乎是一个乐于奉献的平台

## 二十八、四步告别负债，走向人生正循环

私信回复”哗啦啦“，可以下载这张表格

第一步，是把负债好好地、全面地梳理一遍。

我后来意识到，之所以钱会越欠越多，本质上是因为，弄不清自己到底欠了多少钱、什么时候要还、利息是多少，导致每次跟着账单截止日期东拼西凑，非常被动。所以，面对负债，重要的不是“拆东墙补西墙”，想办法把眼前的负债还上；而是重新从欠款梳理开始，切断“债务滚雪球”的源头。

查找欠款账单。一般来说，在分期和借款的平台上，都能查到完整的账单。如果实在查不到，也可以咨询平台客服。比如我的大部分欠款来自信用卡、白条、花呗和微粒贷，在这几个平台上，都能查到详细的账单。还有一部分是找朋友借的钱，这就得找出借条或者借款记录，再把债务整理出来。

账单登记。为了方便管理，我把所有的借款都登记在了一张表格里，记录下借款平台、借款的时间和金额、以及还款的时间和金额。整理完成以后，所有的借款情况一目了然，心中有数以后，我感觉没那么慌了。

第二步，是梳理资金来源，确认好哪些钱可以用来还款。

这一步和梳理债务的过程一样，需要把各项资产都盘点出来，看看哪些可以及时提取出来还钱。如果还款压力比较大的话，还可以考虑变卖一些不常用的物品，优先偿还借款。

比如我当时卖掉了一些旧衣服、一部旧手机，换回来 3000 块钱。加上每个月 5000 的收入，

以及 1000 多的奖金，能有不少钱用来还款。

第三步，把负债和还款相匹配，建立一份明确的还款计划表。这步并不复杂，主要目的，就

是把我们“要还的钱”和“能还的钱”，一一匹配起来。简七给了我很多建议，其中有两个小技巧特别想分享给大家：

第一，优先偿还借款利率最高的欠款。对我来说，信用卡欠款利率最高，所以在安排的时候，我会优先还掉这部分钱。

第二，如果离还款日期还比较远，还可以把用于还款的钱，投资一款合适的理财产品。比如我 1 号攒下了 3000 元，但信用卡下个月 1 号才需要还。我就可以把这笔钱，先投入到货币基金中去，到时候再来偿还账单，一边还负债，顺便也能赚点收益。

华制作的每月还款明细表最后第四步，执行，并且坚持。

其实，上面说的每一个步骤都不难。我还完钱之后，把这个方法交给一个同样欠几万卡债的

朋友，连她的信用卡利息，每月还款表都帮她制定好了，按表操作的话，6-7 个月可以轻松还完。

结果我今年春节回家，她哭着告诉我，她欠的更多了，差不多有 20 万。为什么会这样？我

想，在正确还债方法的背后，更需要日复一日的坚持：

坚持每个月工资到手，扣除基本生活费后，就严格按照还款表的计划执行，每张卡的还款数

额都要精确到 1 块钱；面对周围朋友同事的聚会旅行邀约，坚定说不，减少社交成本；对

每一件想要购买的东西，都用好物标准衡量，坚持断舍离；发现自己的特长，在节流的同时想想开源，在工作上付出比别人多一百倍的努力。

这条路，我走了 398 天，而我的朋友连 60 天都没能坚持就放弃了。按照最初制定的还款计

划，我需要需要 3 年多的时间，还完这 13 万欠款；但有了明确的目标后，我把自己所有的时间和精力都投入在了工作上，获得了多次加薪机会。

最终，我只用了 1 年多的时间，就还完了所有欠款。4 年以后，我存下了好几十万，拥有了自己的第一桶金。

华的学习笔记

低谷的时候就像在一口锅的锅底，你往哪个方向走都是向上的，但是你也得逼自己往上走呀。

谁都知道跌倒以后要爬起来，但泥足深陷的人，却往往连力量的支撑点在何方都不知道。唯有面对泥泞，找到坚实土地，才是站起来的第一步。

也只有如此，才能知道自己不足的，承认不能改变的，做出艰难但更优的决定，从最细微之处开始，让生活美好起来。

希望我的故事，能给你改变的力量，帮你一步步迈向理想的生活~

最后，如果你想一步一步脚踏实地坚持还款，可以私信我回复“哗啦啦”获取华华的还款计划表。  
理财更简单，人生更自由！