

阿呆和他的新媒体朋友: 技术支撑传播武器库 数据打造理性运营手

WCplus作者阿呆 微信: [wonderfulcorporation](#) 公众号(点击打开二维码):数据部落 网站:[askingfordata.com](#)

加入WC社群获得工具更新推送(好友验证请备注 WCplus用户+昵称 否则通过率低)

数据来自微信公众号平台,WCplus仅作转化工具,版权或使用问题请联系原公众号。请勿将数据用于任何商业用途,WCplus对此不承担任何法律责任

对不起, 我要教你把人生过得爽爽爽爽爽!

原创: 咪蒙 咪蒙 2018-05-31

MIMENG



第1236篇文章

插画师 / SEPT.

咪蒙

你们害我!

你们害我一整天都开心得在办公室旋转跳跃托马斯全旋空中转体两周半!

看了昨天的后台留言, 大家都开始学习夸自己、爱自己了。

我觉得, 写文章再累, 都值了。

今天我想继续跟你们说, 如果你不自信, 不要担心.....

自信是一种技能。

可以学习。

就像学游泳、学骑车、学连续打96个喷嚏一样。

学会之前, 你会觉得很难。

学会之后, 你再也不会忘掉了。

所以来吧, 从现在开始, 都给我学起来!!!!



想要建立核心自信，那么，对自己就只能有一个核心标准。

也就是说，你只在一件最重要的事上对自己严格要求。

其他事情，你默认自己就是可以做不好。

比如我，我只在写作这件事上，对自己很苛刻。

想不出一个好的开头，那就一边哭一边想，一边洗澡一边想，一边吃烤串一边想.....想到掉发、秃头、月经不调为止.....

上个月，我要去日本出差。

我通宵写稿，写到早上6点半，然后顶着两个硕大的黑眼圈，直接去机场。

我让黄小污帮我看看，稿子有没有什么问题。

结果我刚下飞机，就收到黄小污热情洋溢的反馈：

太烂了！！！！重写！！！！

妈耶。

她的感叹号比字还多！

我只能在羽田机场，饿着肚子，就地一坐，含泪重写。

在写稿这件事上，我从不废话，从不辩解，从不讨价还价。

没写好，我认，我改（然后在内心默默地吐槽黄小污是个老巫婆）。

我的核心自信，就是通过在写作上不断变强，才建立的。

除了写作，其他方面，我都对自己毫无要求。

比如，我路痴，我觉得自己好可爱，偶尔没有迷路，就觉得战胜了全国99%的路痴，好厉害！想给自己放烟花！

比如，我丢三落四，我觉得这是因为不拘小节，一看就是做大事的人，不行了，打完这句话，我要给自己放礼炮了！

反正，就是要牢记你最重要的事是什么，其他的事，不是你的核心竞争力，管他。

》》怎么找到你最重要的事呢？

列出你的自我要求清单。

比如：聪明、颜值高、身材好、有趣、情商高、学习能力强、表达能力强、写作能力强、好奇心强、吃得多.....等等。
然后我们可以开始做排除法，一项一项地，把不重要的删掉，强迫自己删到只剩最后一项。

这一项就是我们最在意、最重要的。

我们只要明确了自己的核心标准，就会发现，确立了人生的主线，我们就不再迷茫了，不再瞻前顾后，不再患得患失了。

确立你人生的主次，是极其重要的。

不要告诉我，你试了，还是找不到最重要的事，最在意的事。

行，你找不到，就活该你自卑一辈子！

2.

找到你最重要的事，然后呢？

你要在这件事上发力，单点突破，让它成为你的长板。

我们的人生，是由自己的长板决定的。

这是注意力稀缺的时代，我们只能看到每个领域顶尖的人。

你们想想我就知道了，我除了写作足够强，其他全是缺点，矮、胖、贪吃、脏乱差、猥琐、拖延、耍赖、脸皮厚、口无遮拦.....（限于篇幅，先意思意思列这么多吧）

但这并不妨碍我被看见啊。

》》怎么才能有你的长板？

1.在时间和精力的分配上，向这件事高度倾斜。

拼尽全力，完成一万小时的积累，不能受任何事干扰。

当你遇到任何困扰，你就问自己，跟建立你的长板有关系吗？

没有的话，就让它滚蛋。

2.在这件事上，不断地精进、复盘。

光花时间和精力不够，要总结、复盘、提升，然后形成正循环。

给你们看一下，我每天都会给自己的文章做复盘。

我会特别及时地反思，我哪里写得好，哪里写得特别好.....

3.

有了长板，那么我们的短板怎么办？

我的方法是，自欺欺人发自肺腑地爱上我们的短板！

当我们学会和自己的短板相处，我们才真正的内心强大了。

不用花时间纠结：我不会做家务怎么办啊，我长得太矮怎么办啊。

我们要知道，短板没有那么可怕，不会带给我们什么毁灭性的打击。

短板只是我们的槽点，而不是缺点。

比如你觉得自己脸型不好看，想想马云吧，是不是觉得脸型这种事太低端了。

比如你觉得自己性格很孤僻，想想乔布斯和周星驰，是不是性格孤僻还超级萌的.....

如果有人说你有什么缺点，你应该理直气壮地告诉他：

我们的缺点和优点是配套的。

我胆小怕死，我就可以趋利避害，躲过飞来横祸；
我粗枝大叶，我就比较强心脏，不会玻璃心。
如果我们真的去改缺点，会导致我们相应的优点也没了。

再说了，一个人既有长板又有短板，我们的人缘才会更好嘛。

看上去没有短板的人，特别可怕，完全不接地气。

我们会觉得这样的人很难亲近。

相反，他有明显的长板，然后有一些缺点，顿时就觉得很萌。

比如，我采访过一个全球500强的大中华区总裁，她是绝对的女强人，在职场上见神杀神见佛杀佛。每次下属约她吃饭，她都一本正经地说，我还有很重要的事要做，然后她一本正经地回到办公室，一本正经地打开电脑，一本正经地看起了小黄文。

这样一想，是不是觉得她超萌的？

》》怎么爱上你的短板？

列一个最坏结果清单。

我们这个短板，最坏能有什么后果，我们会失业吗？会死吗？我们的夜生活会不和谐吗？

如果不会，那就随它去呗。

PS /

来吧，今天我也留个作业。

用可爱的方式来描述你的缺点。

我的同事杨科南，他就是内心特别强大的人。

他跟我一样，特别丢三落四，每天有半个小时以上在找东西。

我问他，“你每次丢东西的时候，你怎么想？”

他说，“我会对自己说，你真是一个迷糊的小傻瓜。”

爱自己是一生的功课。

先从爱自己的缺点开始吧。

.....

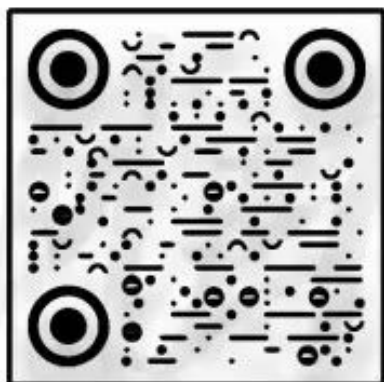
BY /

本文编辑：任小葱 罗可可 意晴

版式：上上

THANK YOU FOR

YOUR KIND ATTENTION



关注这个号的你可以说是很优秀了

我的缺点就是，缺一个你的赞