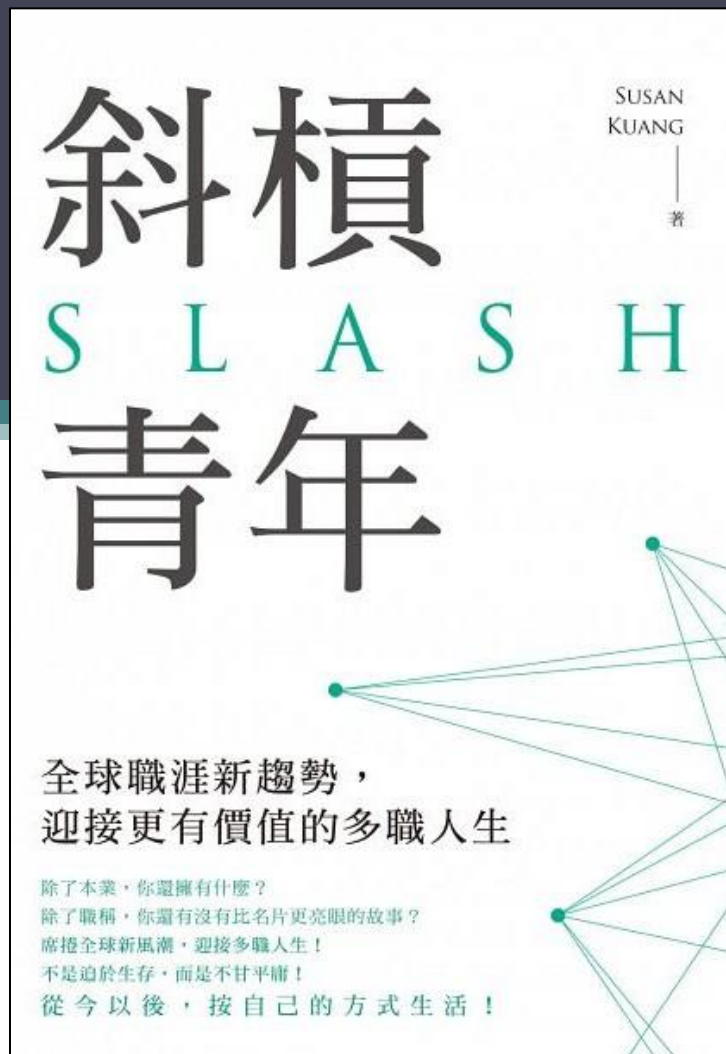


斜槓青年

全球職涯新趨勢，迎接更有價值的多職人生

作者：[Susan Kuang](#)

報告人：鄧曉汝



選書動機

- 想了解“斜槓”一詞
- 不再滿足“單一職業”的生活方式，藉由多重職業來體驗更豐富的人生。

目錄

- **Chapter 1** 在人生的交叉口，你會往哪裡走？
- **Chapter 2** 迎接多職人生
- **Chapter 3** 成長，請先折磨自己
- **Chapter 4** 此時此刻，就過自己的人生

生命的意義，誰決定？

- 人生sop？

認真讀書→上好大學→找好工作→收入好
→買車買房→養兒育女→退休養老

- 「活著就是為了受苦，苦受玩了，生命該結束了。」

- 「人生欠缺讓我一想起就興奮不已的生存理由」

有可以努力的目標，當下就是有意義

誰奪走了工作的樂趣？

- 「斜槓青年」提倡的多職人生，就是一種主動尋求讓自己生活更快樂的方式
- 問題的關鍵，不在工作本身，而在於工作背後的動力

媒體去中心化，人人都是自媒體

- 知識與技能就是商品
- 你不能不知的共享經濟

財務自由只有一步之遙

- 「渠道的故事」
- 被動收入 > 日常支出

「我不夠好」，怎麼辦？

- 無論是誰，無法忽視的就是他人的評價
- 我們都有過度自信的傾向，讓我們無法看到自己的問題
- 害怕自己不夠好，本能排斥一切負評
- 最好的辦法：轉念“我在進步”

一萬小時的虛幻馬拉松

- 全面發展就是全面平庸
- 「效率」已不是時代的關鍵字

你被堅持「綁架」了嗎？

- 如果總是做一段時間就放棄，不堅持下去的話，會不會永遠無法成功
- 「試錯」，做了才知道，對了就繼續，不對就重新調整

「內聖外王」的人生哲學

- 本書的核心思想
- 創業成功最關鍵的因素是什麼？

創辦人及核心團隊的精神

扒開活埋你的惰性

- 慾望的課題
- 意志力的課題
- 開始做比做得好更重要

讓理性之燈，照亮你的迷茫

- 設定合理目標
- 基於目標和信念，採取試當的行動
- 堅持以合理證據支撐信念

從0到1

- 自己想做的事，如何成為他人想買的產品
- 關鍵-視角轉換，即從主觀的視角轉化成客戶視角
- 關鍵-將需求具體化

「理想生活」長什麼模樣？

- 此刻就是幸福，永遠在不滿足追逐新目標，就像在跑步機上一樣，沒有終點
- 不要後悔現在不做

冥想，不被情緒控制的練習

- 情緒是一種因外在刺激而產生的內在信號，目的是讓我們採取行動
- 學會冥想，觀察內心，了解潛意識

心得

- 斜槓青年的概念帶給一些人新的啟發與方向，但也讓一些人感到自卑與焦慮，讓為自己不可能辦得到。
- 重要的不是兼職賺很多錢，而是學習他們勇敢追求想做的事，豐富精神生活。
- 本書自序中提到「萬一哪天罹患醫療費用高的重症，卻沒有足夠的錢支付，怎麼辦？」
「如果真的沒有錢治，就別治了吧！」
與其煩惱這個，不如現在活得精彩。