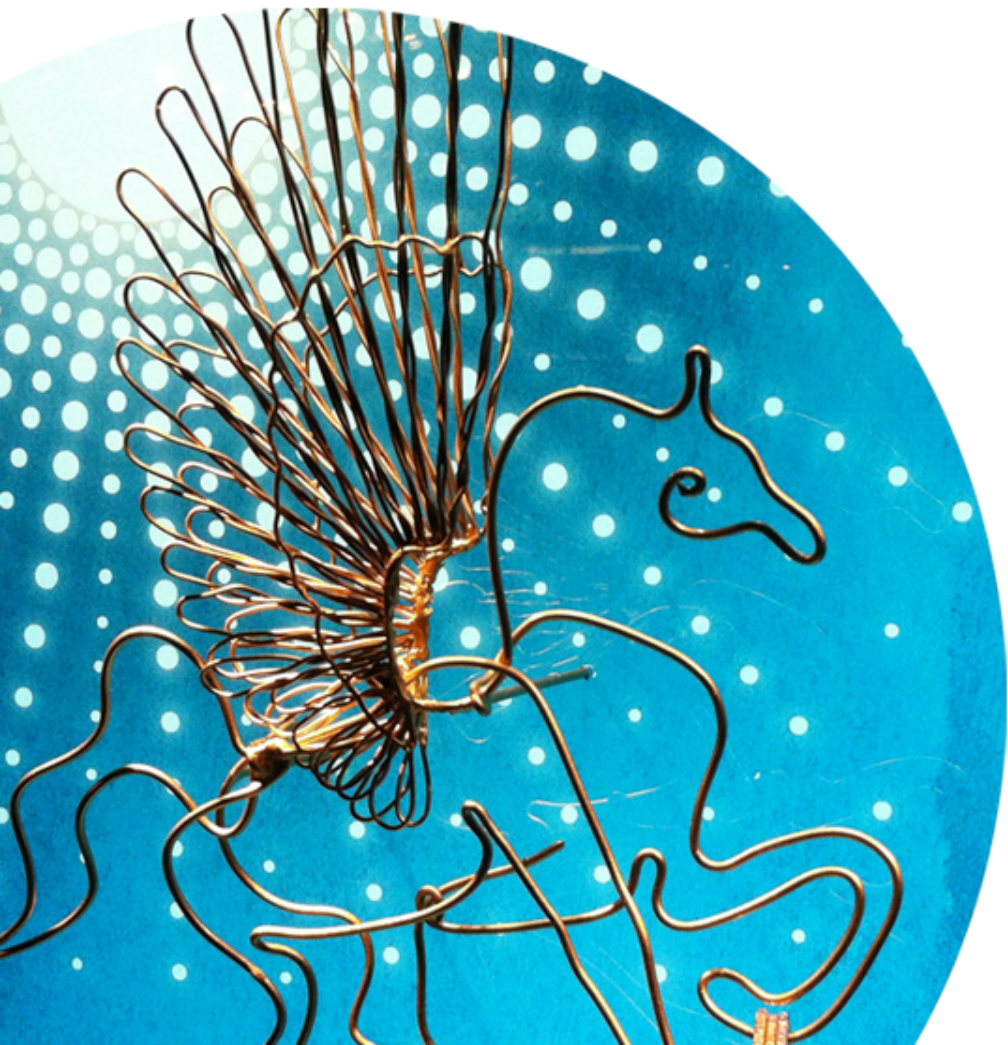
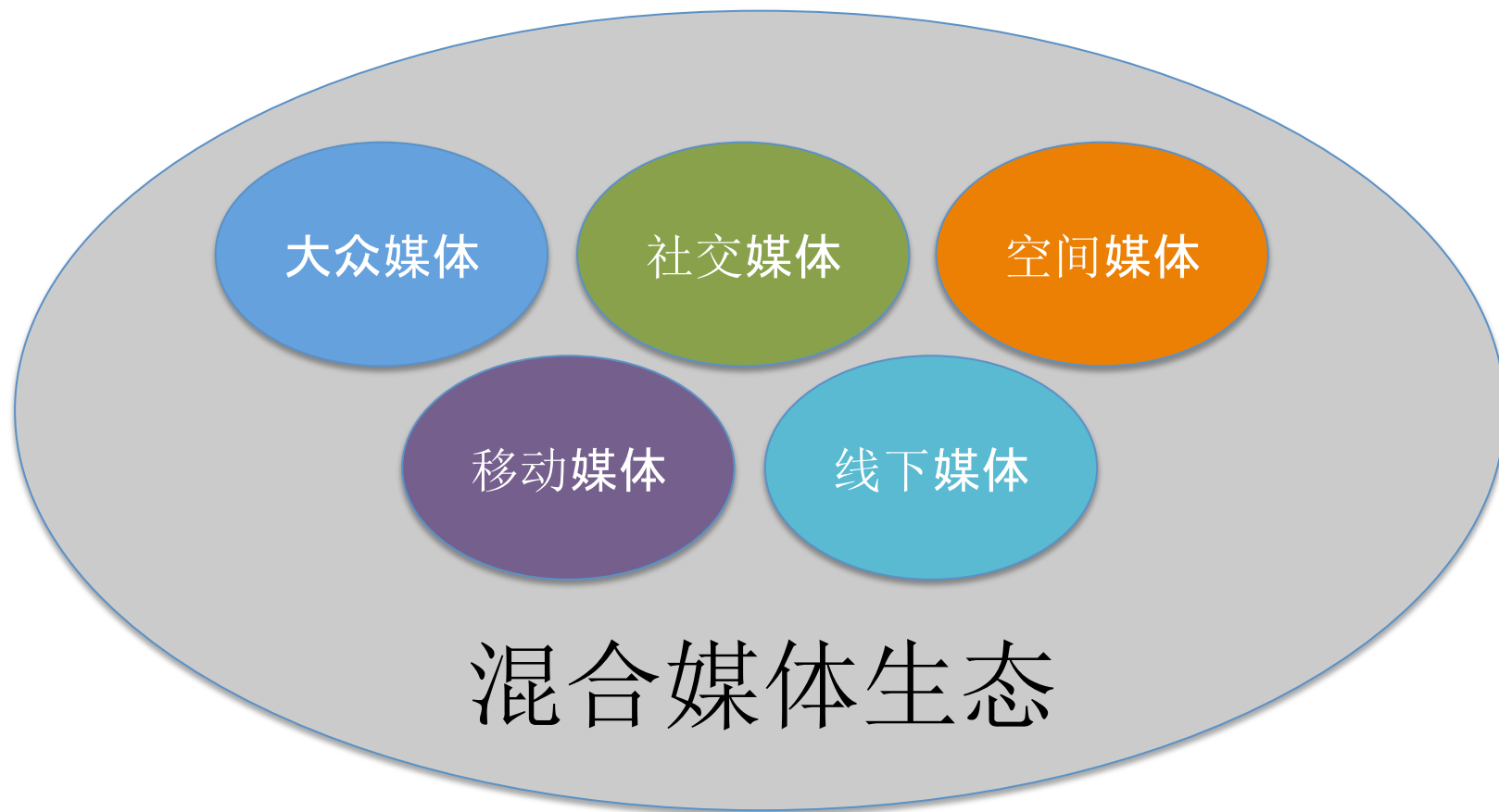


# 混合媒体时代 的个人发展

Oliver Ding



# 混合媒体时代



随着技术、设备和生活形态的演变，媒体生态已经演化为多种媒体形式并存的混合媒体时代。

# 线上和线下的混合

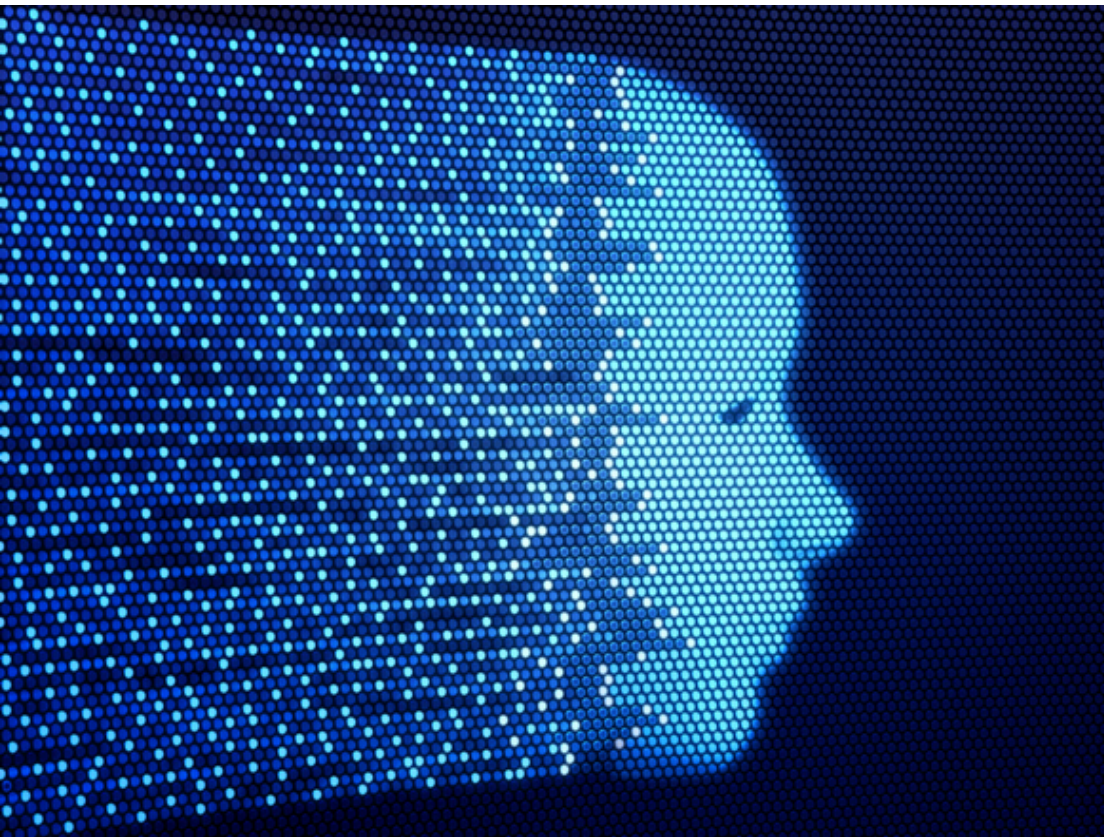


移动工具的发展，本地信息的崛起，让线上和线下无缝隙地联结在一起。

虚拟的互联网和真实世界的生活已经融为一体，难分彼此。



# 多种媒介形式的混合

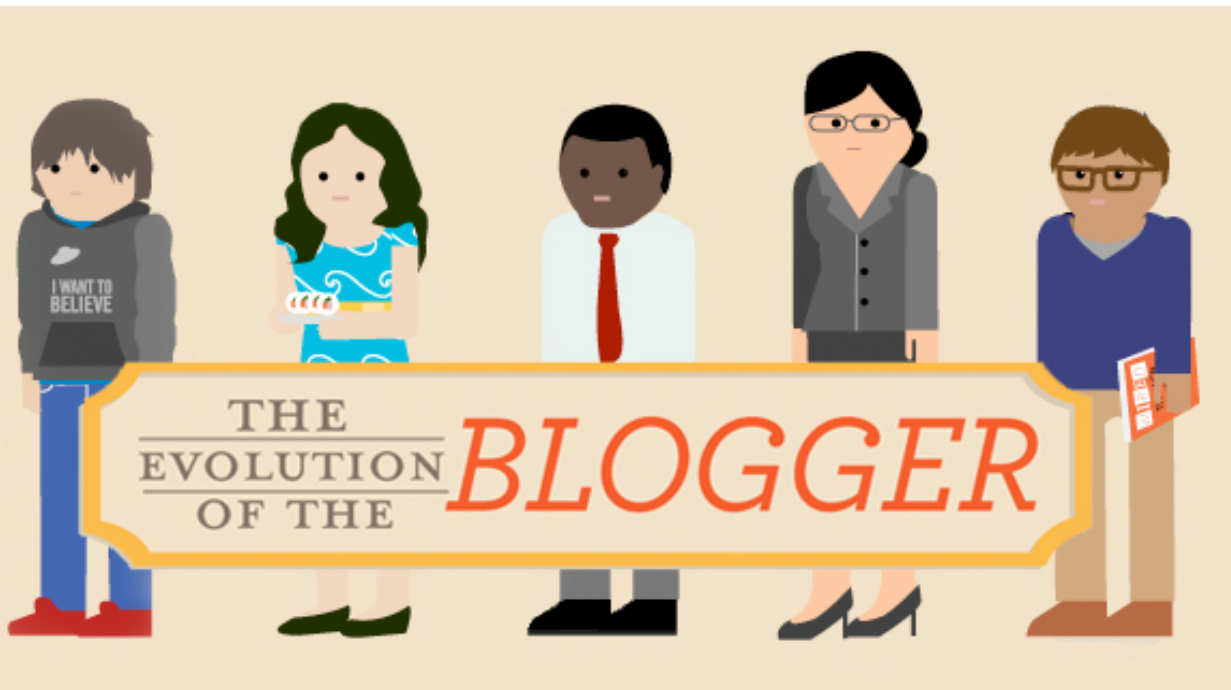


文本、照片、视频、音频、  
幻灯片、可视化数据图.....

书籍、博客、维基百科、  
学术文献、社交问答、社交  
媒体.....

蓬勃发展的多种媒体形式，  
为我们的成长带来更多可能。

# 人人都是出版者



传统媒体人士、各类机构、自由个体都成为内容的出版者。

专业人士和业余人士各得其所，内容百花齐放，品质良莠不齐。

原创内容极度丰富之后，内容策展(Content Curation)成为致胜关键。

# 商业、公益跨界



商业、公益、政府等各界机构基于解决共同社会问题和挑战，进行跨界合作。

各类媒体平台成为促成跨界合作的最佳载体。

# 位置媒体



移动工具让人们更便利地感知周边信息。

世界各个角落的本地资讯更容易发表，让本地和全球受众自由获取。



# 身体的延伸



移动工具成为人类身体器官的延伸，各类身体情报数据如今可轻松获取。

网络帮助人们保存各类记忆，大脑记忆功能外部化。

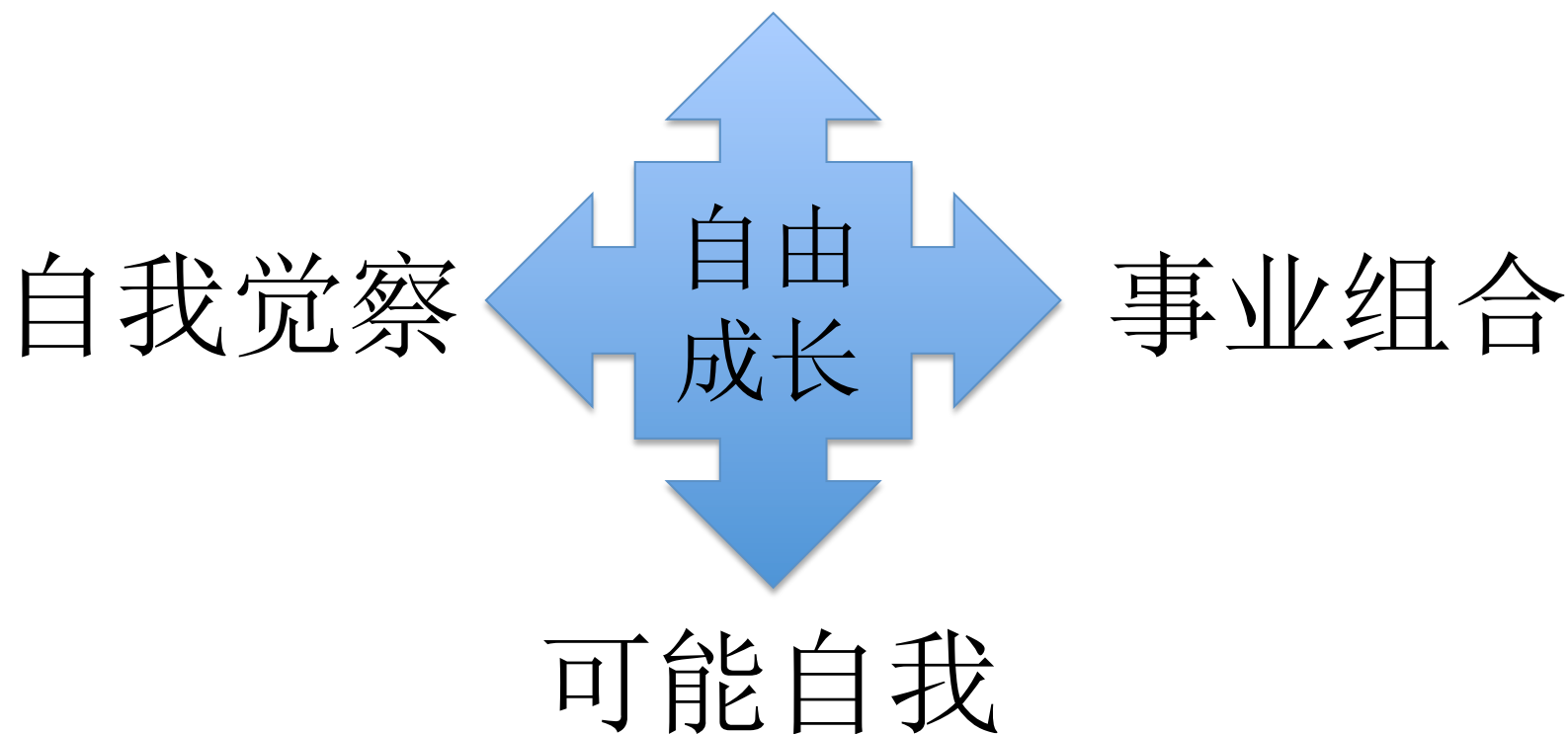




这些趋势对个人发展意味着什么？

# 个人自由成长的时代

自我决定论



# 自我决定论

- 自我决定论认为人是积极的有机体，具有先天的心理成长和发展的潜能。
- 自我决定就是一种关于经验选择的潜能，是在充分认识个人需要和环境信息的基础上，个体对行动所作出的自由的选择。
- 自我决定的潜能可以引导人们从事感兴趣的、有益于能力发展的行为，这种对自我决定的追求构成了人类行为的内部动机。

# 可能自我

- 你由许多个自我组成，这些自我部分不仅仅像传统观念认为的一样，由你的过去决定，它很多程度上也会取决于你目前的环境以及你对未来的希望和恐惧。
- “真实的自我”植根于过去，“可能的自我”立足现在和未来。
- 当各种“可能自我”漫无目的地变来变去时，使职业生涯转变产生的唯一途径就是把我们的各种可能自我身份变成现实，然后再对这些身份不断锻造，直到我们积累足够的实际经验，能够指导我们采取更有决定意义的行动。



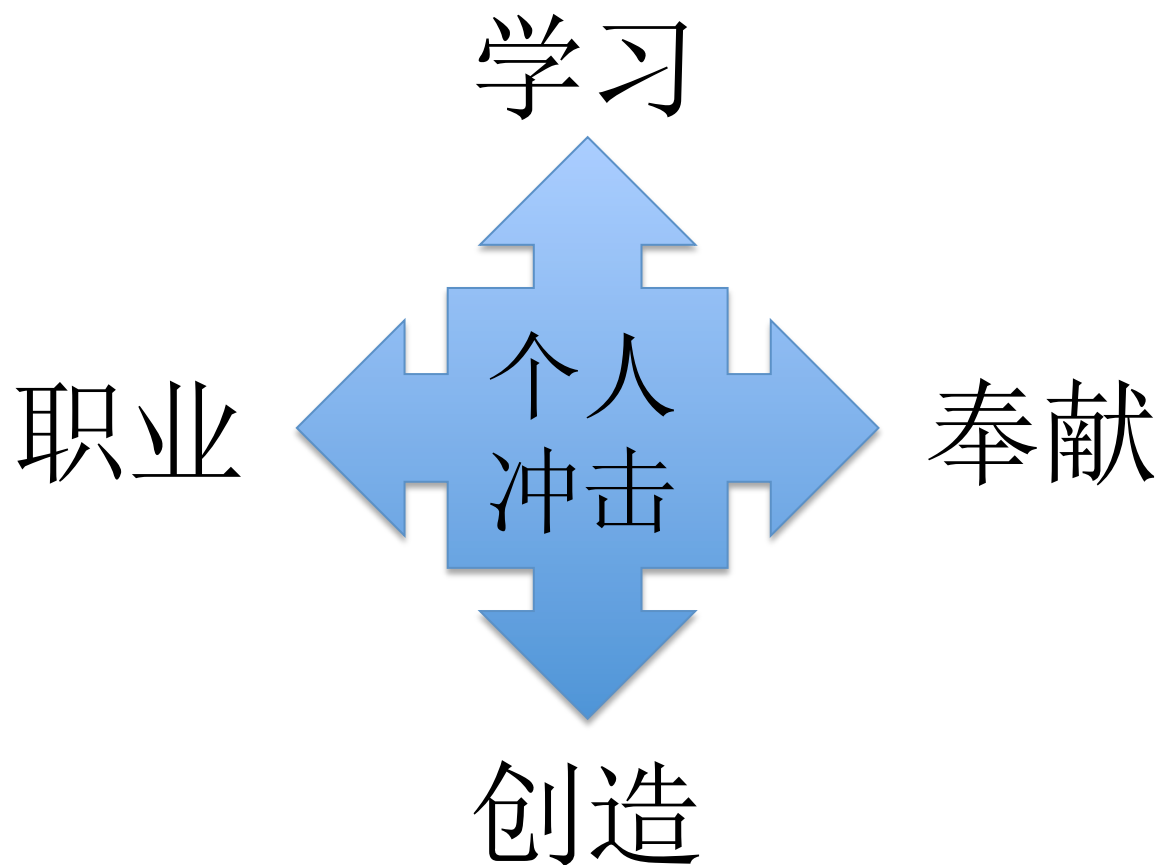
# 自我觉察

- 自我觉察(self-awareness)是自我成长的根本。个体若能充分自我觉察，必然改变。觉察本身就具有治疗的作用。
- 自我觉察乃是专注自我内心，对自己的个性、能力、欲望、价值观、心智模式等方面的洞察。唯有充分的自我觉察，才能内定，打下与他人互动，与世界联结的根基。

# 事业组合

- 支薪工作不是实现个人事业的唯一途径。更有进取心的实践是事业组合。
- 如果你把自己想像为一个人的社会企业，那么，实现这个社会企业的社会冲击的方法，就是多种事业的组合：
  - 支薪工作
  - 志愿事务
  - 家庭事务
  - 个人创作
- 随着个人生涯周期的进展，可以调整事业组合中不同成分的比例，达成契合时势与环境的平衡。

# 个人潜能最大化的时代



# 更自由的学习

- 学校不再是学习的唯一环境。MOOCs正在提供更多的高等学习机会。
- 各行各业者都可以通过网络分享，担任其他人的学习导师。
- 网络提供丰富的多种媒介形式的内容，同时提供联结全球社区和本地社区的管道。
- 学历不再是考量人才的唯一方法。通过网络建构的社会化声誉正在崛起，帮助我们发现更多英才。



**coursera**

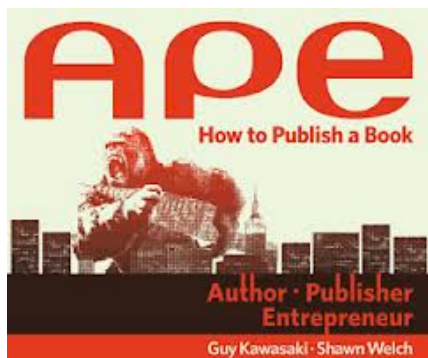
**Quora**

**TED**  
IDEAS WORTH SPREADING



# 更自由的职业

- 更多展露个人才华的平台。社会化传播赋予优秀人才更多脱颖而出的机会。
- 更多挖掘个体潜能的机会。在依赖大型机构实现职业发展之外，人们还可以通过网络拓展自由个体的成长。



自出版如火如荼



众筹平台助力创意者

SKILLSHARE

桃李满天下的新方式



AngelList

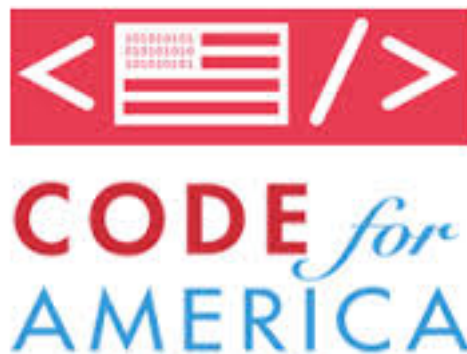
风险投资透明化

# 更自由的奉献

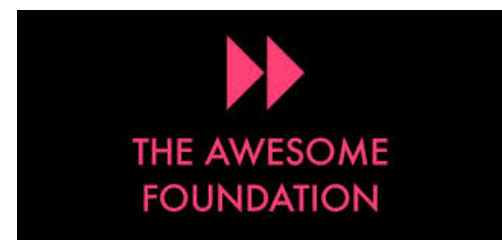
- 你可以更好地帮助公益机构去达成使命。
- 也可以通过各类大规模协作贡献你的时间和技能。
- 还可以自己发起公益社区，和志同道合者一起改变这个世界一点点。



聪明人基金会推出Acumen+项目，邀请你加入她们的各地社区



为美国编程吧！



1000元奖励异想天开的想法，本身就是几个青年的异想天开。

# 更自由的创造

- 写作、编程、设计、播音、创业.....越来越多的创作形式，得以通过网络获得更多的支持。



Medium.com  
体验更好的在线写作平台



与全世界程序员一起编程



分享你的产品创意

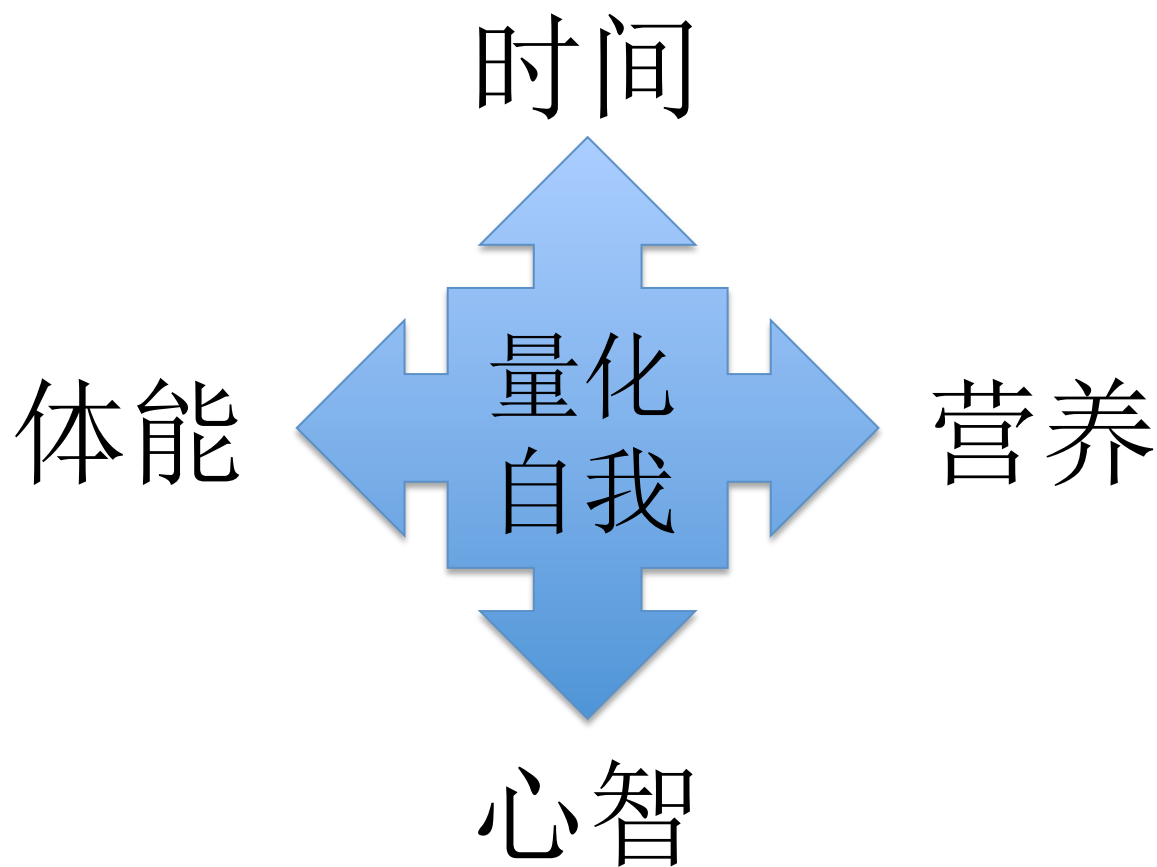


让你播音给世界听



创业周末速成班，背后是全球创业加速热潮

# 个人管理最科学的时代





# 掌控你的时间

- 各类时间记录工具、清单管理工具、任务管理工具层出不穷。



Clear App



Any.DO



toggl



Wunderlist

# 掌控你的身体

- 喜欢跑步？用RunKeeper获取你的跑步数据，详细的统计、对比和分析，让你洞察改善优化的方向。



- Apple HealthKit将带来更多想像空间。



# 掌控你的营养

- 测量记录每日食物营养成分，统计分析。

- MyFitnessPal
- Calorie Counter
- SparkPeople Food
- Calorie Tracker
- Lost It!

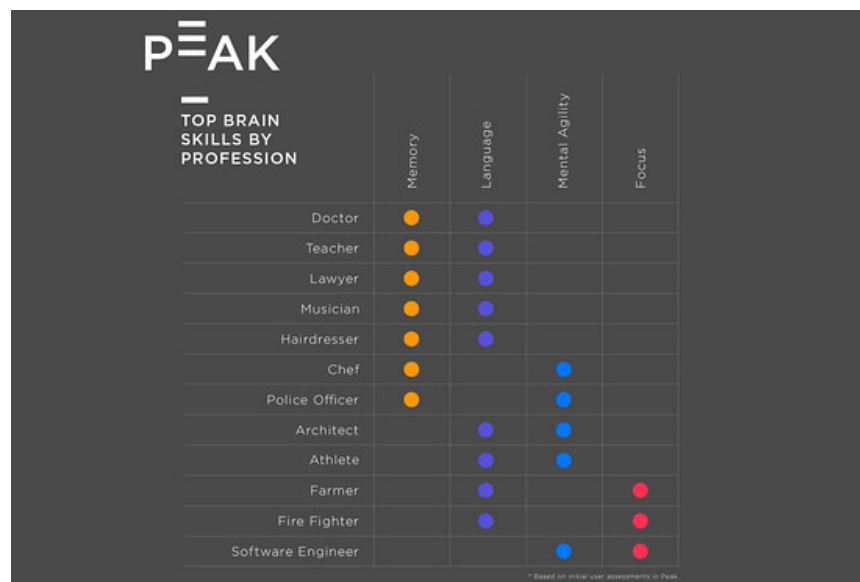


# 掌控你的心智

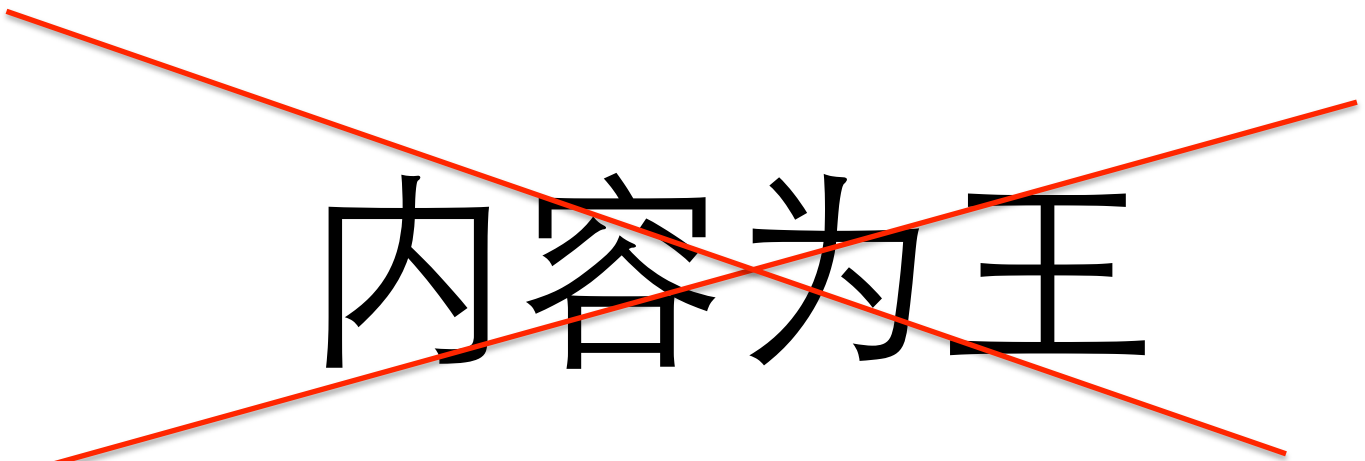
- 大脑可以训练吗？
- 如果你在iOS App Store输入“brain training(大脑训练)”，你会发现1,500个结果。



Lumosity



Peak 大脑训练app



内容为王

行动为王

如果数据和内容不能促成人们采取实际行动，  
那么混合媒体对于个人发展的意义就等于空谈。



# 挑战：言行不一

信奉理论  $\neq$  使用理论  
(Espoused theory) (Theory-in-use)

人们宣称他所遵行的理论。

人们的实际行动所体现出来的理论。

行动科学家告诉我们：

人们的行动是经过设计的，作为行动者，他们要对自己的行动设计负责。



# 为最优行动而设计

作为工具开发者，我们的使命是借助最新技术、设备和时机，帮助人们采取最优化的行动。

# 最优行动的五环



Swordi Start提出“最优行动的五环”，用来指导混合媒体时代个人发展app的开发。

Oliver Ding



Swordi Start是Oliver Ding创办的创业咨询公司，旨在为中美等地的创业公司、投资者和社会创新机构提供成长咨询服务。Swordi Start提供一系列【成长伙伴】项目，服务初次创业者、连续创业者、公司高管创业者、大型公司内部创业等。【成长伙伴】项目的服务内容包括：初创项目设计、战略业务重构、融资咨询、品牌识别设计、网络应用及移动开发咨询、信息架构咨询等。