



下一个项目经理就是你

关于我



- 姓名：周金根
- 广联达软件股份公司架构师
- 专注软件开发、产品管理、敏捷个人
- zhoujingen@gmail.com

[IT博客](#)

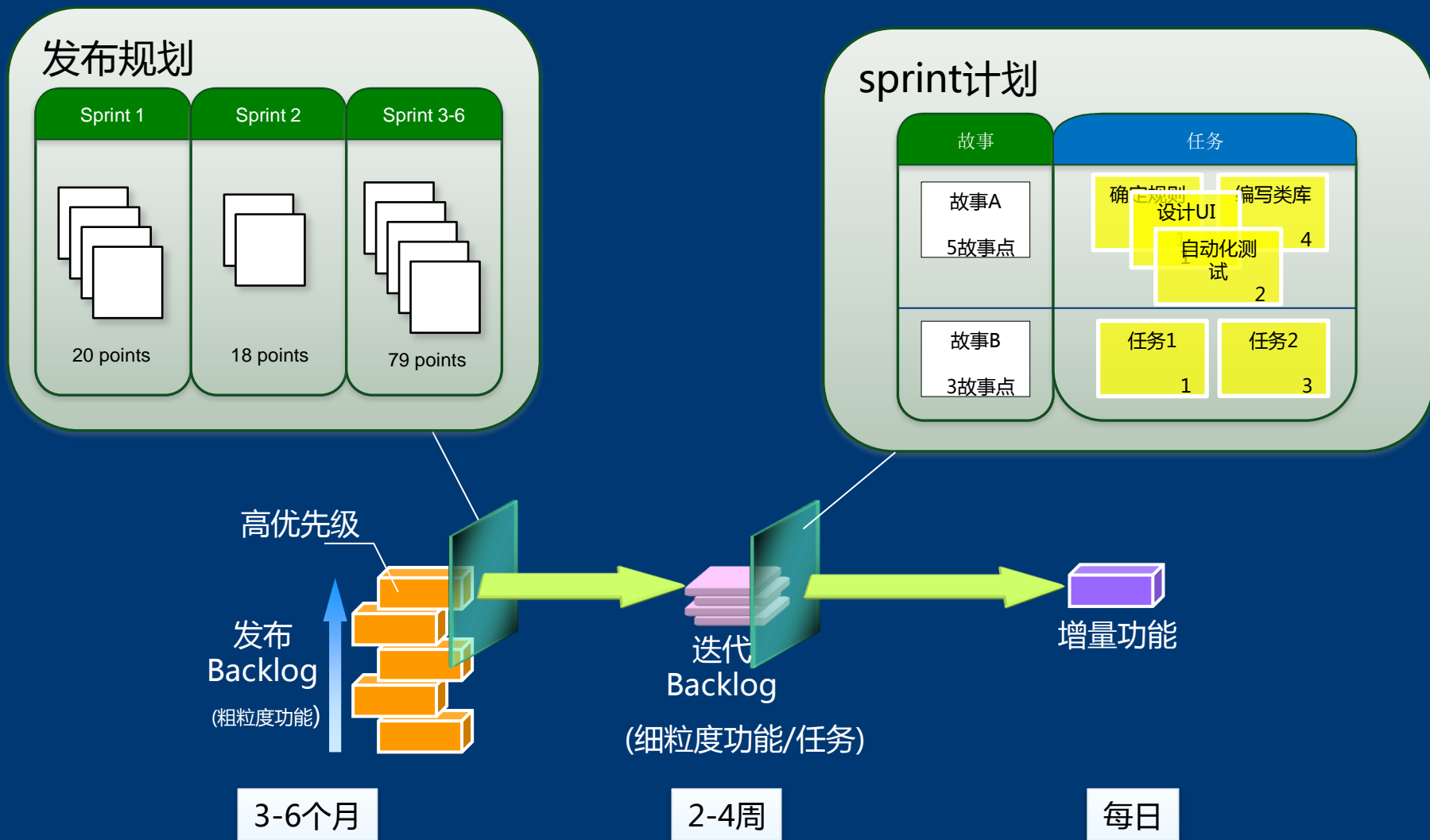
[新浪微博](#)

敏捷个人：[新浪微群](#)

[北京俱乐部](#)

[报名帖](#)

发布、迭代规划



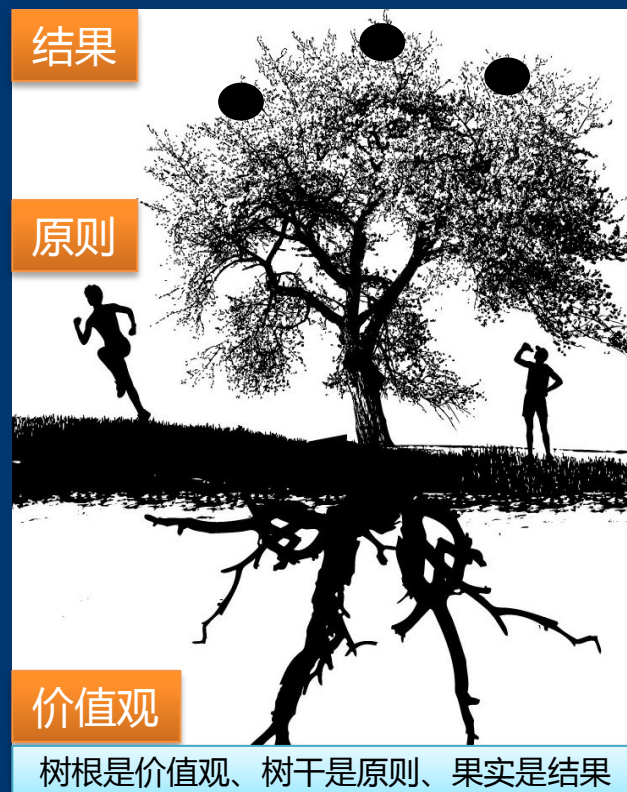
Scrum失败的深层原因：人、管理思想

❓ 为什么总感觉不够敏捷？

❓ 怎么实施敏捷了，反倒更不敏捷了？



根基不稳



你有这种情况吗

职业发展



为什么我这么努力，但工作怎么总是停滞不前？我该如何学习、沟通？如何让自己做事高效起来？

生活状态



在别人眼里，我可能算是一个非常成功的人，可是谁又知道，作为一个完整的人，生活中我其实一点都不幸福！

内在自我



我不知道自己更适合干什么？我不知道我要成为一个什么样的人？我总是不自信，情绪也不稳定，总是否定自己。

工作需要敏捷，生活也需要敏捷，这才算完整、真实的个人

停下来思考一个项目：个人成长

62.28%职场人的快乐指数令人担忧

37.72%的网友选择了“总的来说是快乐的”

41.64%的网友表示“不快乐的时候多”

20.64%的网友表示“很痛苦，想换工作”



快乐



高效



平衡

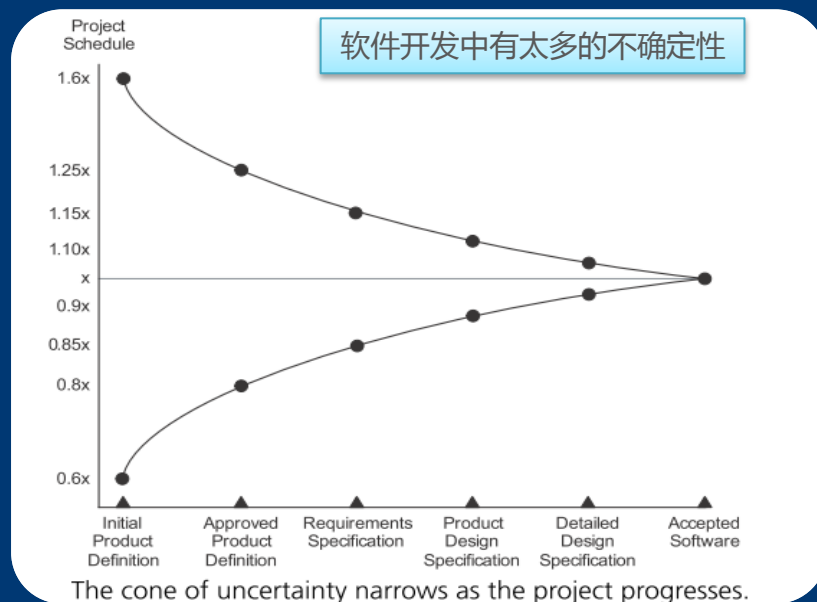


变化中成功：学习和适应



变的我们所处的环境、成长的阶段

不变的是对成功的追求



变的是软件开发的不确定性

不变的是价值

使用Scrum让自己成功



通过可视化、检视和适应来管理复杂性，不确定性和变化

敏捷个人 - 认识自我，管理自我

我是产品负责人

定义愿景和功能



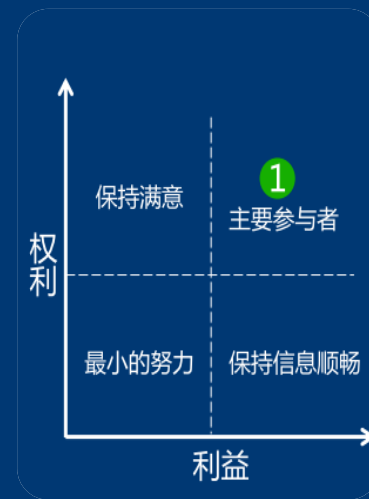
优先级



确定发布计划



管理涉众



我与自我



生活方向盘

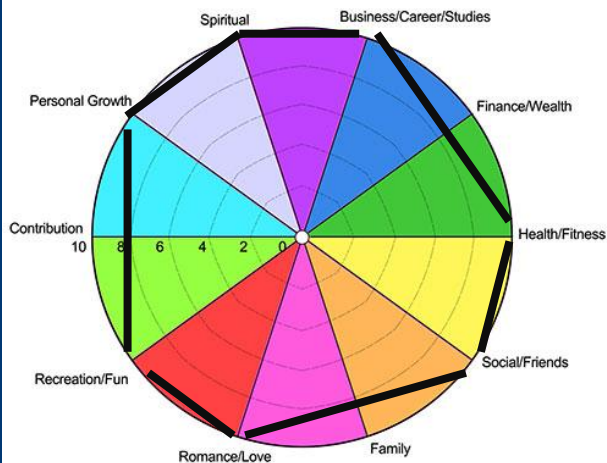


1. 学习、工作
你是如何工作和学习的？做出了哪些工作成绩？
2. 财富
你的收入有多少？你能存多少钱？你当前的资产有多少？你有哪些花销？
3. 健康
你身体是否健康？你的生活方式是否健康？你有充足的睡眠和休息吗？你的饮食是否健康？你有规律性的锻炼吗？
4. 社会关系
你有好的社会圈子吗？有值得信赖、保持联系、一起交流的朋友吗？你同他们关系紧密吗？你有结交新的朋友吗？
5. 家庭关系
你的家庭关系如何？你能与他们随意交流吗？你能与他们交心吗？
6. 爱
你是单身还是已婚？你找到你生活的搭档吗？
7. 娱乐
你有自己的娱乐方式吗？工作之余你有参加休闲活动吗？
8. 贡献
你对团队有贡献吗？你有反馈社会吗？
9. 个人成长
你感觉到自己在成长吗？你在不断挖掘你的潜能吗？你现在做的是最好的自己吗？
10. 灵修
你的世界观、价值观、信仰，实现自我？

我是哪一类？

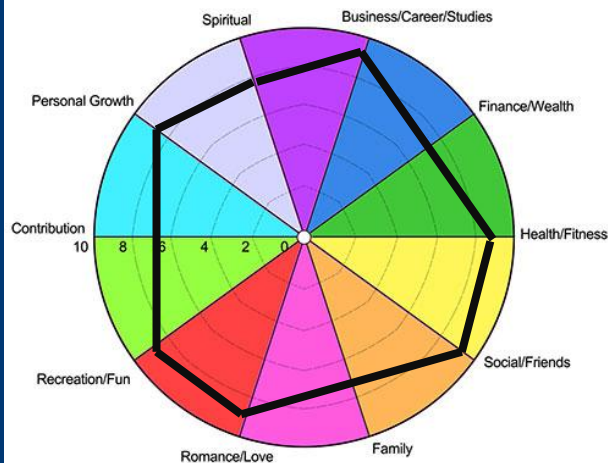
圆型

My Life Wheel



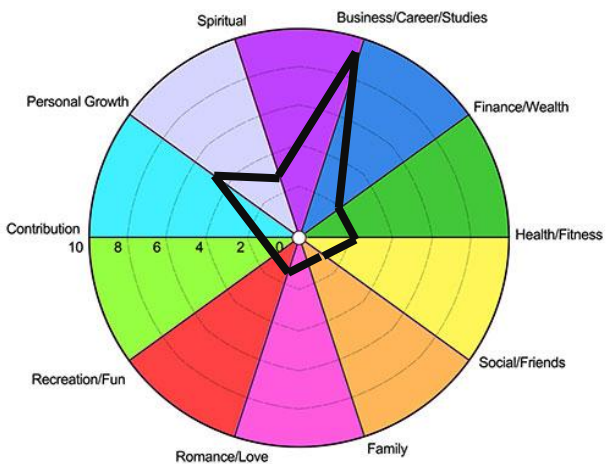
丰满的

My Life Wheel



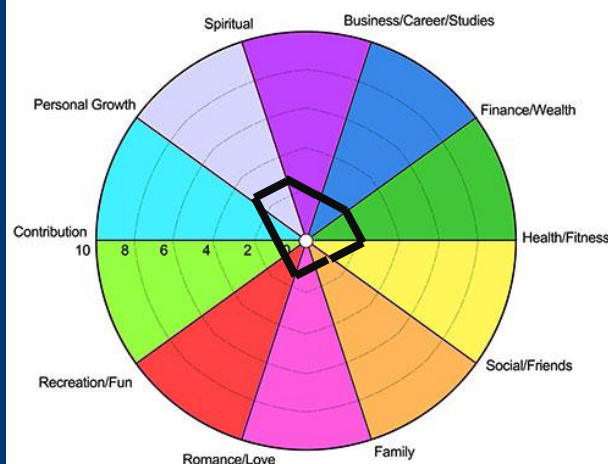
不均匀的

My Life Wheel



狭窄的

My Life Wheel



敏捷个人行为冰山图



成功 = (知识 + 技能) X 态度

知识和技能反映出一个人的基本素质，而成功的关键在于态度

敏捷个人 backlog

三个方面

(知识 + 技能) X 态度



二个阶段

认识自我



管理自我

内容框架

优劣势

思维

必备习惯

精力管理

性格

想象力

学习管理

时间管理

自律、自省

心智

职业规划

团队协作

情绪

激励

目标管理

一个指南

价值观、原则和实践

sprint backlog: 4个必备习惯

读书



观察



认识自己，管理自己的途径？

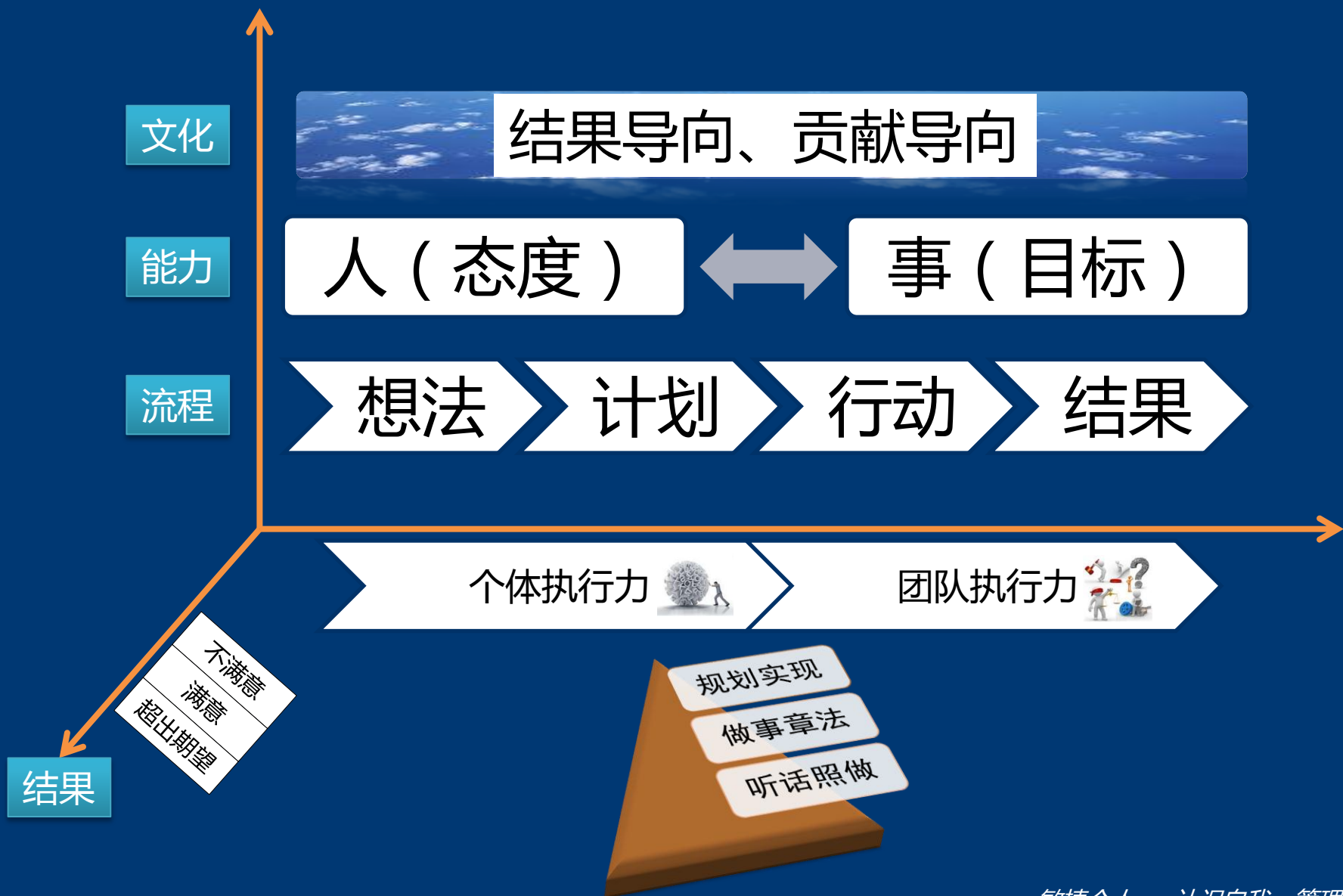
自省



交流

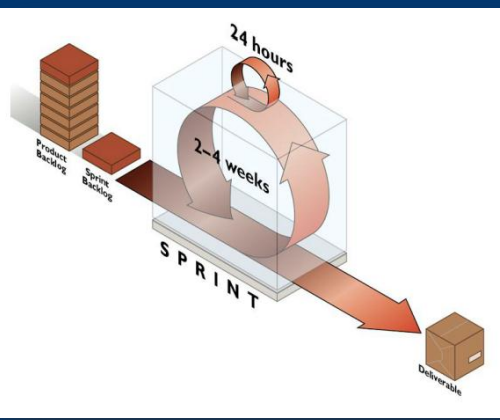


sprint backlog : 执行力



敏捷个人流程

热点	周一愿景	每日结果					周五回顾	
生活	1. 2. 3.	一	二	三	四	五	好的	改进
工作		1.	1.	1.	1.	1.	1.	1.
个人		2.	2.	2.	2.	2.	2.	2.
		3.	3.	3.	3.	3.	3.	3.



敏捷个人的价值观



快乐



高效



平衡

敏捷个人的原则

积极主动



知行合一



少就是多



发挥优势 > 弥补缺点



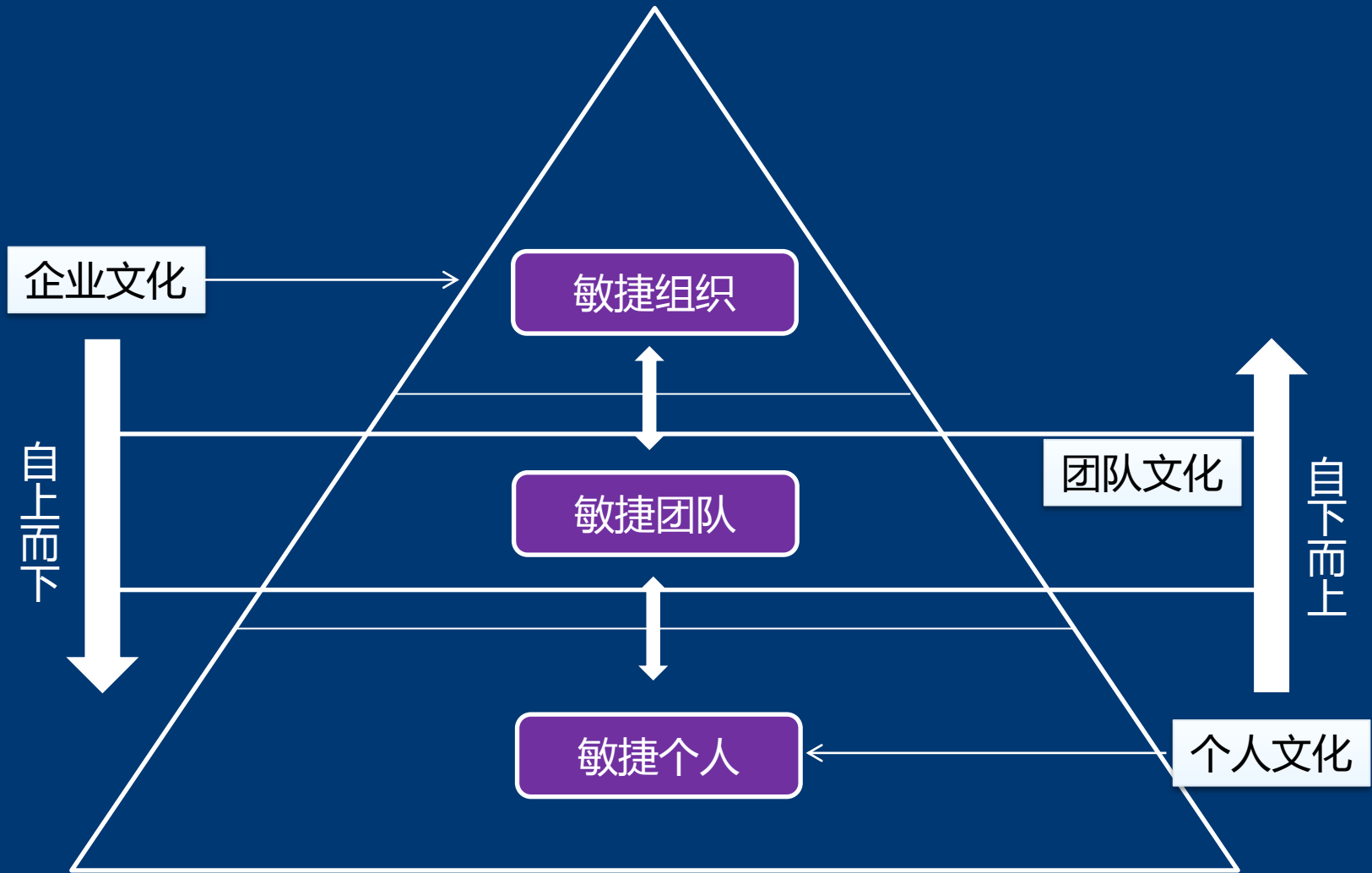
方法 > 结果 > 活动



精力管理 > 时间管理



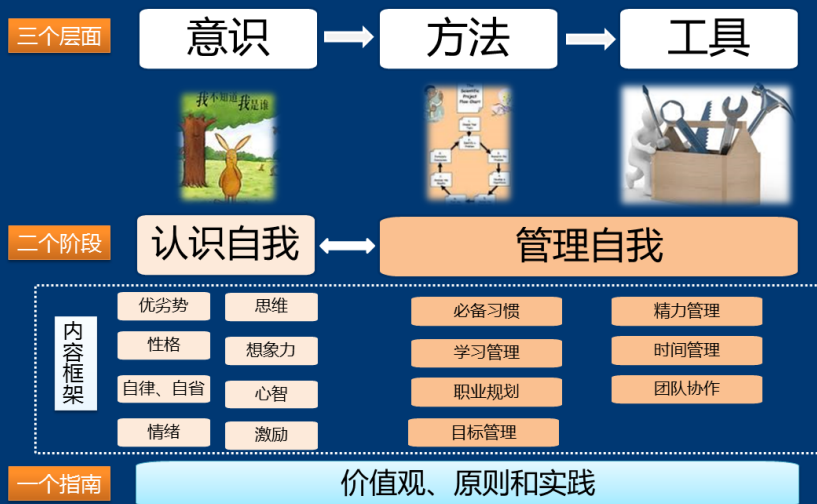
敏捷文化的三个层次



敏捷文化，从个人文化入手，团队文化落实，企业文化持续

敏捷个人是.....

敏捷个人是一个成长指导框架



敏捷个人是一个社区



- 敏捷个人专注于个人成长，提供知识体系以及实践指导
- 敏捷个人不是一个新生的方法
- 敏捷个人让你从众多方法和实践中释放出来
- 敏捷个人适用于大多数个人的成长，**不仅仅局限于IT行业**
- **敏捷个人重视实践，而不只是方法的定义**

认识自我，管理自我，找到快乐、高效、平衡的生活！

敏捷个人电子书



敏捷个人 v0.2
—认识自我，管理自我

Glodon 广联达 周金根

zhoujingen@gmail.com
<http://zhoujg.cnblogs.com/>

2010-12

5070-15

差不多一口气看完了《敏捷个人—认识自我，管理自我》这篇文章，感触颇大。倘若说这篇文章是教人如何认识自我，管理自我，做敏捷的个人，我更愿意将它作为一个励志的篇章。文章之所以会引起共鸣，很大程度上是因为含蓄地揭露了长时间以来内心深处的种种纠结，矛盾和不安。心里的种种情绪、疑虑，文章均一一给予排除和解决。

- 1 检视阅读
- 2 分析阅读
- 3 主题阅读
- 4 读书笔记
- 5 分享交流



敏捷个人 - 认识自我，管理自我

谢谢!

寻找快乐、高效、平衡的生活，适合在校大学生、初中级职业人

周金根 **Glodon** 广联达
zhoujingen@gmail.com
敏捷个人新浪微群

Glodon 广联达
因为了解 创造更多

敏捷个人 - 认识自我，管理自我