



决心比智慧更重要

# 毛主席语录



下定决心，不怕牺牲，  
排除万难，去争取胜利！

# 引言



有时候，决心比智慧更重要；  
有时候，坚持比创新更重要！

# 目 录

- 一、决心是什么
- 二、为什么要谈下决心
- 三、如何下决心并持之以恒
- 四、注意事项

01

# 决心是什么

• 信念/渴望/意志/力量/勇气

# 1、什么是决心？



是指一种坚定不移、不达目的誓不罢休的意志，  
是“**一定要**”的强烈渴望和全力以赴的行动。

## 2、什么是智慧？



是指一种迅速、正确认识，分析、判断和解决问题的能力。

# 小结



决心+智慧=成功

决心+行动=成功

# 02

## 为什么要谈下决心

- 一切的开始/驱动力

## 二、为什么要谈下决心？

- A. 有的人过于保守，安于现状；
- B. 有的人做事优柔寡断，瞻前顾后；
- C. 有的人难以坚持目标，做事情虎头蛇尾；
- D. 有的人容易受挫，遇到困难就放弃、逃避；
- E. 有的人心态浮躁，总是沉不下心做事；
- F. 有的人缺乏自律，容易受到外界干扰。



# 03

## 下决心的意义和目的

- 个人/他人/社会

### 三、下决心的意义和目的

- A. 有利于激发个人活力，提升自信和激情；
- B. 有利于清晰自我目标，保持专注力；
- C. 有利于挖掘自身潜能，提高能力；
- D. 有利于让人在困难、诱惑面前保持清醒、冷静；
- E. 有利于让人持之以恒，走向成功。



《热辣滚烫》贾玲减肥 11个月瘦了100斤

# 04

## 如何下决心并持之以恒

- 信心/决心/恒心

# 1、如何下决心

A. 明确自己的目标  
咬定目标不放松



确定目标前，问清自己3个问题：

- ① 为什么要做这件事？
- ② 它对你的意义是什么？
- ③ 是出于自我的认同还是追随他人脚步？



# 1、如何下决心

B. 给自己的目标  
寻找充分的理由

为什么必须做？  
如果不做这件事，对生活甚至人生有什么影响？



面对死亡的威胁，唯一的目标就是逃生

# 1、如何下决心

C. 不给自己犹豫的时间  
抱着必胜的心态  
确定目标立即行动

干中错 错中学 学中干



郭瑞杰接手养生酒 立即着手包装设计

# 1、如何下决心

## D. 找出自己的性格特征 及差距 分析影响决心的因素

- 自我分析
- 师长、同事、朋友帮忙

### 性格优点：

- 1、待人热情、真诚
- 2、认真、有责任心
- 3、好奇心重
- 4、灵活、不钻牛角
- 5、大方

### 性格缺点：

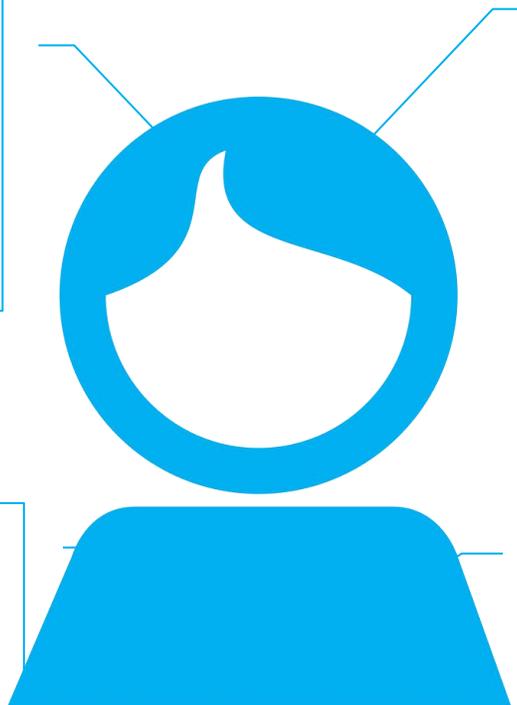
- 1、以自我为中心
- 2、耐力、毅力不足
- 3、思维发散

### 工作优势：

- 1、亲和，易获好感
- 2、执行力强
- 3、创新意识强
- 4、应变能力强
- 5、社交广泛

### 工作劣势：

- 1、不合群、无团队意识
- 2、容易放弃
- 3、工作缺乏条理性分析



# 1、如何下决心

E. 提前找出困难，把困难分析透，一步步消灭

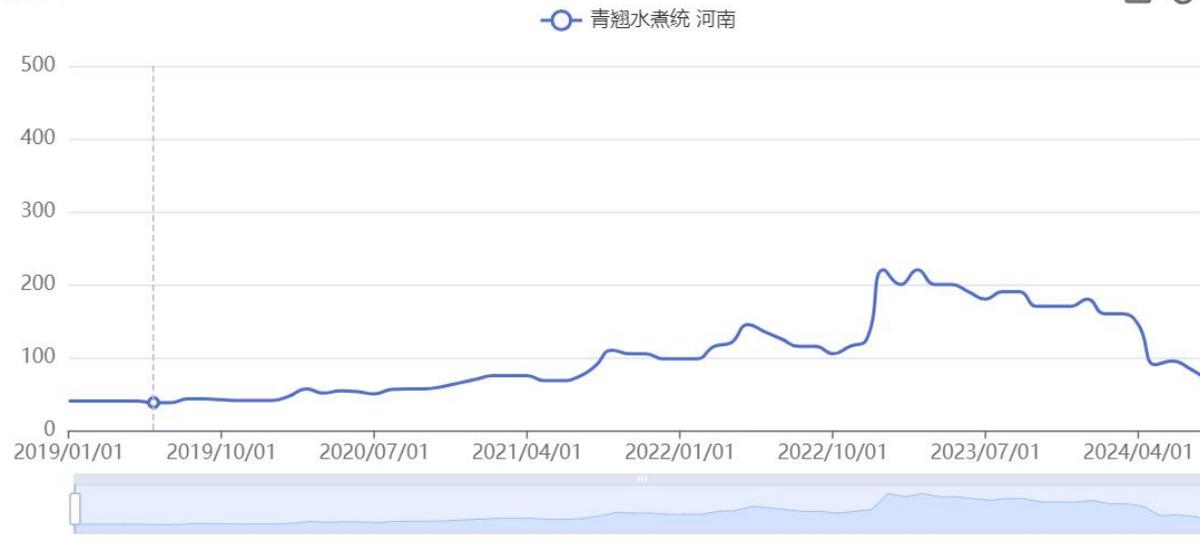
青翘水煮统 河南

青翘水煮统 河南

其他市场对比

点击查看更早的市场价格

时间范围：2019.01.01至2024.08.03



中药材最大的困难：药材价格波动大  
如连翘 2023.1最高价220元/kg，现70元/kg

# 1、如何下决心

F. 要常想象自己成功以后获得的地位、收入、荣誉



# 1、如何下决心

G. 常对比成功者的做法、行为，并进行模仿



图片来源：视觉中国 www.vcg.com

崇拜的家乡能人：苏改青  
做糠醛/发电厂/往返北京第一个客运汽车线

# 1、如何下决心

H. 经常鼓励自己  
我敢干 我能干 我会干

做砖雕、当厂长、创业、做扶贫



# 1、如何下决心

I. 养成遇事果断，  
做事麻利的习惯

快是成功之本，是成功的利器

狼吞虎咽



五快：吃饭快、走路快、说话快  
睡觉快、拉得快

# 1、如何下决心

J. 做错事后，要认为该犯的错迟早要犯，早犯早好

早犯是小错误  
晚犯就是大错误

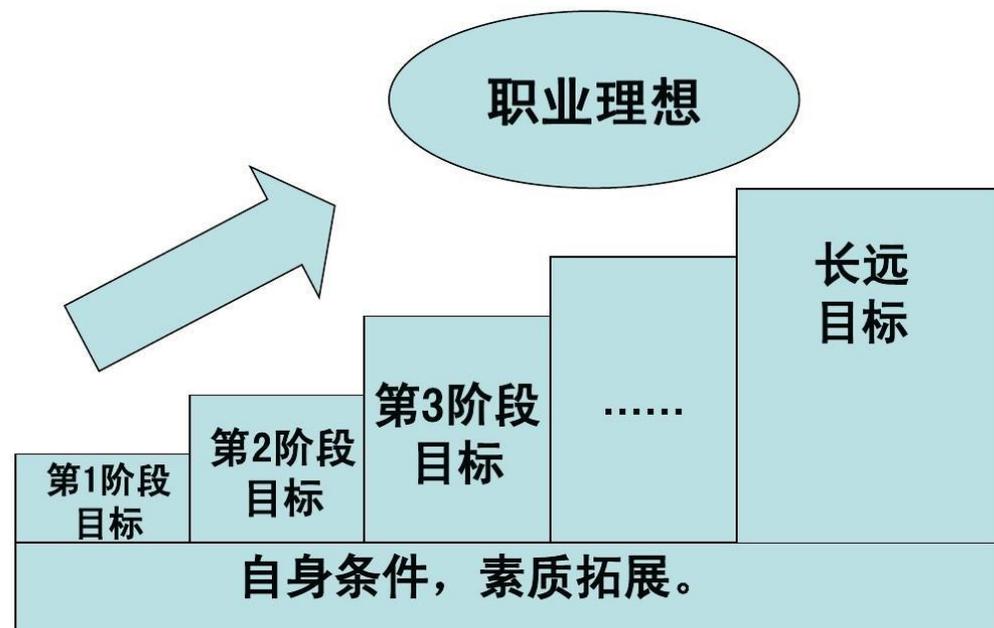
没事的，  
犯点错误很正常，



## 2、如何持之以恒

A. 将目标分解为小目标，降低难度，保持动力

长远目标的实现，需要经历一个个阶段目标。



## 2、如何持之以恒

B. 制定具体、可行的计划  
按步骤一一执行

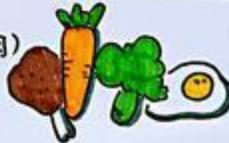
健身计划

目标：1个月减重5斤

1 腹部	2 休	3 腿部	4 休	5 综合	6 休	7 跑步
8 腹部	9 休	10 腿部	11 休	12 综合	13 休	14 跑步
15 腹部	16 休	17 腿部	18 休	19 综合	20 休	21 跑步
22 腹部	23 休	24 腿部	25 休	26 综合	27 休	28 跑步
29 腹部	30 休					

饮食：

- 每餐2个拳头绿色蔬菜（不同种类蔬菜）
- 每餐1个手掌的蛋白质（乳制品、豆制品、鸡蛋、红瘦肉、鱼虾、鸡胸肉）
- 每餐1个拳头的碳水（米、面、马铃薯、红薯、饼干、莲藕）



## 2、如何持之以恒

C. 定期回顾和总结  
检查自己的进展

发展理念：顺其自然 进二停一



早计划、晚总结，周会、月会、季会、半年会、年会等

## 2、如何持之以恒

D. 每个小目标实现时，  
及时奖励自己

奖励自己吃饭、喝酒、旅游等



## 2、如何持之以恒

E. 小目标失败时  
请同事、上下级、朋友  
分析失败的因素



## 2、如何持之以恒

F. 避开可能使自己分心的事  
保持专注和耐心

每年定任务1个月，闭关2周

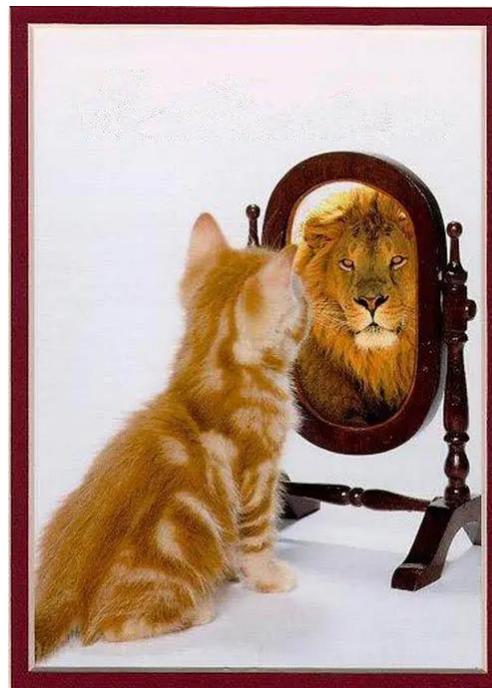


闭关期间 全员禁止带手机

## 2、如何持之以恒

G. 培养积极的心态，  
和强大的自信心

不因他人打击、嘲笑而气馁  
不因挫折、困难而退缩

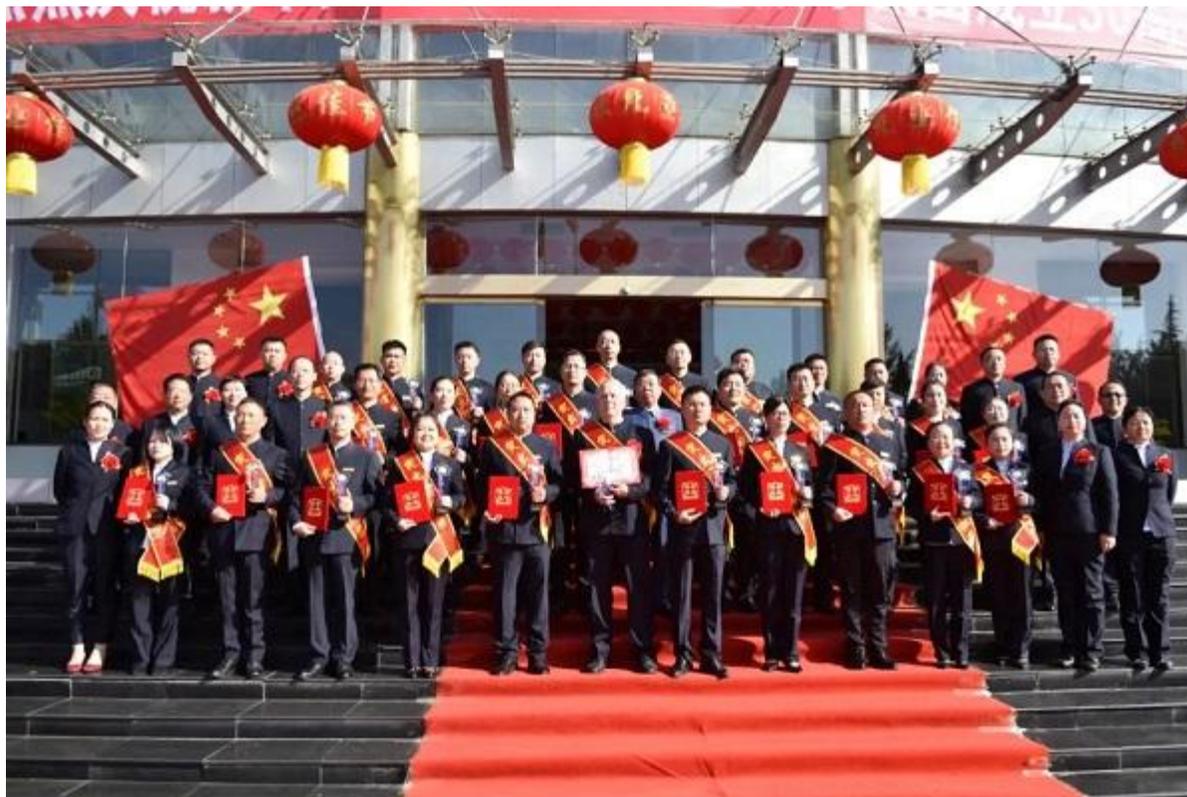


想当将军的士兵，就要把自己当做  
“将军”

## 2、如何持之以恒

H. 想退缩时  
寻找能激励自己的榜样  
从他人成功中汲取力量

农业学大寨、工业学大庆



感动振东30周年人物

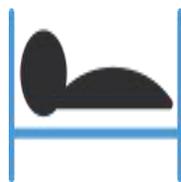
## 2、如何持之以恒

I. 寻求家人、朋友或同事  
支持请他们监督、提醒



## 2、如何持之以恒

J. 长期坚持，形成良好习惯，  
走向成功



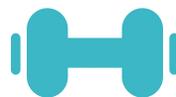
早睡早起



早计划晚总结



自我激励



定时锻炼



健康饮食



保持阅读



学习新技能



坚持写日记



多出去社交

成人的9个好习惯

# 小结

锁定目标不放松；  
简单思维快执行；  
专注自信迎难上；  
全力以赴获成功！

05

注意事项

# 注意事项

- A. 目标不要定的太大；
- B. 遵循规律，不要偏激；
- C. 下决心从小事到大事，循序渐进；
- D. 下定决心后，坚持更重要；
- E. 不要过于追求完美；
- F. 尽量回避无意识伤害别人。



**注意 敲黑板 划重点**

我们相信：

世上无难事，只怕下决心！

下定决心，不怕牺牲！

排除万难，去争取胜利！





**决心是培育出来的！**

**胆量是练就出来的！**

**事业是实干出来的！**



企业家爱国 就是做好产品

为中国人设计 让中国人健康

我是这样想的 也是这样做的