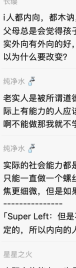


	遨游之舟 5.7 话题 (来自知乎) 老实人如何改变木讷内向的气质?	2025/5/7 08:13
	静笃 子曰：刚毅木讷，近乎仁。为啥要改变呢🤔	2025/5/7 09:42
	遨游之舟 孔子说的跟题主说的木讷不是一个内涵	2025/5/7 10:34
	遨游之舟 圣人讲，敏于行而讷于言	2025/5/7 10:35
	遨游之舟 题主说的，大概率是在人际相处中，反应慢、见事迟，枯燥、自卑	2025/5/7 10:38
	花千放 是的	2025/5/7 10:38
	遨游之舟 老实人+木讷+内向，不特码改变，还当宝呢。生存是第一义	2025/5/7 10:38
	遨游之舟 老实人首先是一个能力的问题	2025/5/7 10:40
	张博明 1自信，专注于工作、家庭、职业技能，有钱男子汉，无钱汉子难； 2祛魅，阅读、交友、向他人学习，以对别人的学业、行业、身份祛魅； 3包装，比如健身、衣着。 ----- 「小李：5.7 话题 (来自知乎) 老实人如何改变木讷内向的气质?」	2025/5/7 10:41
	遨游之舟 粟裕，林彪，都是典型内向型性格，得找到自己的赛道。	2025/5/7 10:41
	遨游之舟 抓住主要矛盾。你要牛逼了，放个屁都是精彩演讲。所谓一白遮百丑	2025/5/7 10:42
	遨游之舟 毛说的老实人，和题主说的也不是一回事。 毛意思是，实事求是，说老实话、办老实事。 ----- 「星星之火：毛主义说不要让老实人吃亏」	2025/5/7 10:43
	星星之火 一般来说，思想上循规蹈矩不敢突破传统打破规则则会反应到行为上，被认为老实。但人们对变化和创造新鲜事物是感兴趣的，这也是人类的规模能发展到如此庞大的原因之一，这种喜欢也许被写在DNA里面了	2025/5/7 10:50
	张博明 对现代化生活，毛主席还有个重要贡献，就是亲身示范让全国人民对高层、权威祛魅：他的照片、音视频、信件、年谱、手稿、乃至身后遗体...无不在全面、立体、真实地展现了作为一个有血有肉的个体，应该如何待人接物、教养子女、婚丧嫁娶、吃喝拉撒、穿衣吃饭、休闲娱乐...。这可比封建的皇室贵胄或者礼仪性王室高明多了。	2025/5/7 11:12
	纯净水 祛魅其实就是实践论呀，战略上藐视敌人 战术上重视敌人。有光环就是没做过的事情有畏难心理，抓住主要矛盾然后去做，就可以循环上升的去祛魅	2025/5/7 11:15
	长缨 我觉得每个人对老实人的定义都不太一样，要解决这个人的问题，先问问清楚他认为自己是什么样的老实人，具体哪些表现能看出来他是老实人	2025/5/7 11:20
	我啊 	2025/5/7 11:23
	我啊 感觉可以参考金瓶梅解说的这一段，武大应该可以契合题主之中的老实人木讷一词。	2025/5/7 11:24
	长缨 i人都内向，都木讷，都不会勾心斗角，人际交往中都会吃亏。 父母总是会觉得孩子太内向了，想让他外向一点；或者孩子太外向了，想让他内向一点。但其实外向有外向的好，内向有内向的好，老子说顺其自然，无为而治，才是最好的发展方式。所以为什么要改变?	2025/5/7 11:24
	纯净水 老实人是被所谓道德困住而没有提升相应能力的人，就是传统教育培养出来的羊群，但是实际上有能力的人应该是知世故而不世故，有能力做恶但是道德品质约束自我，但是老实人就是啊不能做那我就学	2025/5/7 11:29
	纯净水 实际的社会能力都是混圈子资源交换来的，内向人要是因为内向而不参与社会资源交换，那就只能一直做一个螺丝钉，当然也有很多内向人会去混圈子，这是所谓的内向人的优势可以更聚焦更细致，但是如果只是内向不社交就跟残疾一样 ----- 「Super Left：但是不得不承认，这个世界就是外向人统治的世界，很多规则都是由外向人制定的，所以内向的人不可避免的要吃亏」	2025/5/7 11:32
	星星之火 人际交往能力，也是一种商品交换、流通的能力，只不过这个商品是看不见摸不着的，是一种让人与人能够相互交流、走动的能力。从另一个角度来讲，也是一个“商人”，商人是从事生产、采购、销售这些特点，人际交往同样也存在生产价值、购买价值、销售价值	2025/5/7 11:50
	星星之火 老实、木讷、内向的人，至少在购买和销售价值这方面，是比较弱的，生产价值不被这几个标签定义	2025/5/7 11:53
	纯净水 适合在大企业上班，做职能岗位，后期运营，但是可能缺点就是接触不到核心业务，一般企业核心业务还是销售和产品为主，哦，对了还有技术卡，如果技术过硬的话也是可以的 ----- 「星星之火：老实、木讷、内向的人，至少在购买和销售价值这方面，是比较弱的，生产价值不被这几个标签定义」	2025/5/7 11:55
	星星之火 老实人追女孩子就是个典型的例子，你越表现得想把他追到，就越难追。你卖东西，越是表现得想把东西卖出去，求着客人买，客人就越觉得你的东西不值钱，就不想买。	2025/5/7 12:18
	星星之火 中国的婚恋市场还存在物化女孩的思想惯性，内向的女孩好掌握，适合用来当家庭主妇工具人，男生也更便于在这类女孩子身上享受封建大男子主义的特权	2025/5/7 13:22
	多米(玖梓) 没有哪个男人把女人娶回家是为了当个工具人吧，一个真正和谐的家庭，应该是两个人共同的家庭，各有各的付出相互扶持只是为了生活过得更好一些。	2025/5/7 13:46
	糖糖 跟自己的习惯反着来就能改变	2025/5/7 08:18
	糖糖 具体方法： 1. 改变木讷：日常沟通中试着多说几个字，试着多做些回应、表情也丰富些。多练习说话、演讲。 2. 改变内向：试着去做外向的事、多参加活动、锻炼自己的勇气。 3. 学会拒绝，不要为了关系而委屈自己，不惹事也不怕事。 4. 多看名著，以史为鉴，学学其它人如何处理难题，试着去解决生活中的难题，不回避。	2025/5/7 08:22
	徐红 反者道之动，弱者道之用。	2025/5/7 08:38
	徐红 无论是什么，哪方面，要想改变，不就是反着来么！反着来，这么浅显的道理，有时候就连自己也搞不明白，陷进去不能自拔。	2025/5/7 08:42
	徐红 改——即知错能改，(大多数情况下)朝相反的方向；变——变化，变动，灵活，不死板，化解；改变改变，即为：更改变化，灵活变通。	2025/5/7 08:46
	糖糖 反着来这件事，做起来很难，需要极强的意志力。 遇事时，多年以来形成的习惯是第一反应，这个反应速度很快，有时根本来不及“反着来”。因此，要不断反思、克制，才有可能成功。 而且，反着来会改变长久形成的生存策略，可能会让一个人没有安全感、不知所措，还可能产生恐惧、焦虑的情绪。 这个阶段是分水岭，突破了，人就成长了，成为想要的自己。没突破就会被罐破摔，会觉得自己都这么努力了还不行，果然这条路行不通，还是别改了。 靠自己改变是一件非常难的事，因为未知，所以会迷茫，努力会用错了方向，也可能努力了很久却带来了负反馈让自己没有了动力。 能改变自己的人，很了不起呀。	2025/5/7 09:11
	清溪溪语梧桐林 能改变自己的是神，江山易改，本性难移！ 木讷内向是上帝给你涂的底色！ 连熬夜不睡觉这种习惯都改不了的人，还是别改了！ 最后再把自己内耗死！ 其实题主很可能的意识是:我之所以不成功，或者如今的不好的境况的原因，是因为我老实木讷内向，我改了我就好了！ 我被人欺负，因为我老实木讷内向！ 我赚不了钱，因为我老实木讷内向！ 我赚不到钱，因为我老实木讷内向！	2025/5/7 09:26
	徐红 尽管如此，我正在试图改变自己🤔，每天坚持写日记(用手机记，反思，调整)，记录心理历程和情绪变化。每天改变一点点，每天进步一点点，打破舒适区，改掉坏习惯🤔，养成好的行为和思维方式🤔。	2025/5/7 09:48
	徐红 慢慢来，不求有很大的改变，只求不原地踏步就行。人到中年，思维容易固化，得一点一点的突破。	2025/5/7 09:50
	斗战胜佛 	2025/5/7 09:51
	也无风雨也无晴 如何改变自己，方法是很多的，在阅读、学习、练习、自律等方法中，一个很好办法应该是通过环境来改变自己。 内向木讷可能是在生活工作环境里养成的（以及先天原因）。 通过外部环境改变人，加上你内心有改变的意思，结合起来就可以改变。 这个外部环境可以是一个组织，这个组织具备一些特点： 1) 干活是外向型的，如销售、社交等。 2) 洗脑、打鸡血，激励你改变。如传销、中介、保险... 3) 改变自己获得正向反馈，如金钱、爱情、归属感等，让你可以克服困难坚持... ----- 「遨游之舟：5.7 话题 (来自知乎) 老实人如何改变木讷内向的气质?」	2025/5/7 13:04
	清溪溪语梧桐林 成年人的世界，只筛选，不改变！ 自己性格秉性也是如此！ 不否认自己的性格秉性是可以改变的，因为事物是变化的！ 但是性价比不高，很可能论为了内耗，自己玩自己！ 内向外向并没有什么好坏，好坏只在于搭配！这世界内向的人多了去了，最省力的方式是你去找适合内向人做的事情，而不是明知山有虎偏向虎山行！	2025/5/7 16:58
	宋阳 1-别试图改变一个成年人，哪怕是自己。 2-利用自己的性格和外在气质而不是伪装成一个自认为有优势的性格和气质。	2025/5/7 08:38
	水杉 先读下曾国藩传，有好的就学，不好的就不学。曾国藩就是以学圣人改善自己身上的一些不好的习惯，人无完人，修身养性是终身的事情	2025/5/7 09:15
	董建鹏 向内求，自知者明，“不明”的外在表现就有可能木讷内向。我觉得木讷内向的本质还是没有认清自己是一个什么样的人，没有强大稳定的精神内核，活的不通透，就会脆弱，太在意外界的评价和夸奖，外在表现就“不稳定”，就会木讷内向。所谓攘外必先安内，要通过学习、做事、修行，充实自己的思想和心智，形成自己的气场，阅己、悦己，到了这个境界，所谓的“木讷内向”就会变成“稳重成熟”。最好还要有一点“恬不知耻”或者“破除我执”。	2025/5/7 09:11
	✧ Lucas 读书，书法，爬山，游泳，八段锦，太极拳。文明其精神，野蛮其体魄。 ----- 「遨游之舟：5.7 话题 (来自知乎) 老实人如何改变木讷内向的气质?」	2025/5/7 08:18
	清江竹月 走出去，多实践，多总结 ----- 「遨游之舟：5.7 话题 (来自知乎) 老实人如何改变木讷内向的气质?」	2025/5/7 08:20
	✧ Lucas 理论结合实践，是知行合一的基础，通过大量调查研究实践，一定会有质的提升。 ----- 「✧ Lucas：读书，书法，爬山，游泳，八段锦，太极拳。文明其精神，野蛮其体魄。」	2025/5/7 08:30
	melon 老实人，要想改变，就要突破。不知道木讷说的是不是和异形交往。 1 去做一段时间销售，兼职都行，要每天面对各种形形色色顾客那种，进行产品推销讲解。 2 去KTV等地方当服务员。	2025/5/7 08:42
	坤宁 1.原因：交际能力不够，内心缺少自信。 2.解决办法：去找人交流，在群里积极发言，不要担心对错。 3.实践—认识总结—再实践—...日积月累，能力一点点提升起来，自信心也随之增加。 ----- 「遨游之舟：5.7 话题 (来自知乎) 老实人如何改变木讷内向的气质?」	2025/5/7 08:44
	品茗不语 遵循自己的内心，倾听内心的声音，享受内心的宁静，获得真我，其他一切不重要。以前会以为这是唯心，现在很享受这种状态，至于木讷还是内向，也许是来自别人的评价，听听就好，倾之一笑。🤔	2025/5/7 08:44
	学军 看你做什么行业吧；有的行业适合这种性格的人做。不一定非得八面玲珑呀。如果：非得想改变；那就改变一下你接触的人和环境。不断逼自己练习！人是环境的产物；事上练最好了。我以前也说话就脸红；和人聊天就害怕；心里打鼓！后面因为工作需要没有办法；必须要改变了，慢慢也就习惯了。虽然 现在和一些其他厉害的人没办法比。但是至少逼到人不怵；和别入聊事儿的时候比之前好多了。	2025/5/7 08:36
	王延富 多读书 《毛泽东选集》 《毛泽东传》 影视 《毛泽东传》 学习教员斗争经验和智慧。 尤其建议在社会上摸爬滚打10年以上的同志，深度反复阅读教员的著作会更加受益匪浅。有了经历和阅历后，更能深刻理解教员的伟大。 ----- 「遨游之舟：5.7 话题 (来自知乎) 老实人如何改变木讷内向的气质?」	2025/5/7 08:19