

優勢羅盤 · 桌面卡組

AC-200 · 63.5 × 88.9 mm · 6 張 · 套件 v2.0.0 · 編號 AC11-2026-0001

印刷下單引數

成品尺寸	63.5 × 88.9 mm（撲克標準）
出血	四邊各 3 mm（本sheet已含）
安全區	裁切線內縮 4 mm——文字圖示不得越界
圓角	3.5 mm 模切（撲克卡行業標準）
紙張	300–350 gsm 銅版卡紙，建議萊卡紋
色彩	原稿為 RGB；印刷廠請轉 CMYK（FOGRA39 / GRACoL）
版式	A4 豎版 2 × 3 拼版，單面；每桌一副請印兩份
內容	羅盤主卡 ×1 · 象限卡 ×4 · 審計卡 ×1；含卡背頁與空白擴充套件卡頁

裁切與裝配

1. 正面頁用卡紙列印；若支援雙面映象，正反頁同批印刷。
2. 沿裁切線裁切，或用每格印出的定位框直接上切紙機。
3. 用 3.5 mm 圓角器倒角，或按上方引數送印刷廠模切。
4. 每 2–4 人一桌放一副；審計卡可反覆填寫——工位請備空白卡頁。

寫你自己的情境、隊名或跟進動作。同尺寸、同安全區。

許可：CC BY 4.0——可商用、可換牌，保留署名行即可。單次活動/機構授權見 使用許可.md。

AC-200

兩根軸

優勢羅盤

給你鐘頭定位的地圖——不是給你的判決書。



交叉兩根軸：你真正擅長什麼、什麼在抽乾你；你的遠見要什麼、眼下的痛點催什麼。每一塊工作落在四個象限之一。審計兩週日程，找到黃金賽道，結束內耗陷阱。

四步跑法

- 1 · 10 分鐘 收證據，不收觀點——過去兩週，逐小時的日程。
- 2 · 5 分鐘 把每塊工作放上象限。信日程表，不要信記憶。
- 3 · 5 分鐘 讀圖：保護 Q1、授權 Q3，結束 Q4。
- 4 · 5 分鐘 定一個帶日期的動作，兩週後回看。

AC200-0 · v2.0 · workshopskill.com

Q1

遠見 × 順手

黃金賽道



價值

會複利的鐘頭——每一小時讓下一小時更值錢。

代價

代價是忽視：沒人認領的優勢，遲早外包給別人。

動作

像客戶會議一樣保護它，再用減法擴張它。

這一小時，讓下一小時更值錢。

AC200-1 · v2.0

Q2

遠見 × 耗人

學習區



價值

只值一筆投資：補到不擋黃金賽道為止。

代價

在這裡追求精通，是穿了效率外衣的拖延。

動作

學到「夠用」就停，剩下的預算全投給 Q1。

學到它不再擋路為止。然後停。

AC200-2 · v2.0

Q3

痛點 × 順手

救火賽道



價值

高效、被誇、薪水體面——但逐月貶值。

代價

在這裡越出色，需求就越多。從不復查的季節，會變成職業生涯。

動作

交給把它當 Q1 的人；能自動化就自動化；否則逐月遞減。

擅長這件事，本身就是陷阱。

AC200-3 · v2.0

Q4

痛點 × 耗人

內耗陷阱



價值

沒有價值：耗能量、產平庸、什麼也證明不了。

代價

最安靜的漏洞——它通常穿著美德的衣服。

動作

直接結束：談掉、換掉，或離開要求你做它的安排。

改進它，仍然是拿最好的鐘頭做最差的事。

AC200-4 · v2.0

審計

證據，不是觀點

兩週日程審計



Q1 黃金賽道 _____ 小時——健康：40% 以上

Q2 學習區 _____ 小時——健康：10–15%

Q3 救火賽道 _____ 小時——健康：30% 以下

Q4 內耗陷阱 _____ 小時——健康：5% 以下

動作

Q3 + Q4 超過 60%：這就是人質日程。說出最大的時間賊。

一個動作，一個日期，兩週後回看。

AC200-A · v2.0



優勢羅盤
WorkshopSkill · CC BY 4.0



優勢羅盤
WorkshopSkill · CC BY 4.0



優勢羅盤
WorkshopSkill · CC BY 4.0



優勢羅盤
WorkshopSkill · CC BY 4.0



優勢羅盤
WorkshopSkill · CC BY 4.0



優勢羅盤
WorkshopSkill · CC BY 4.0

