



下载APP

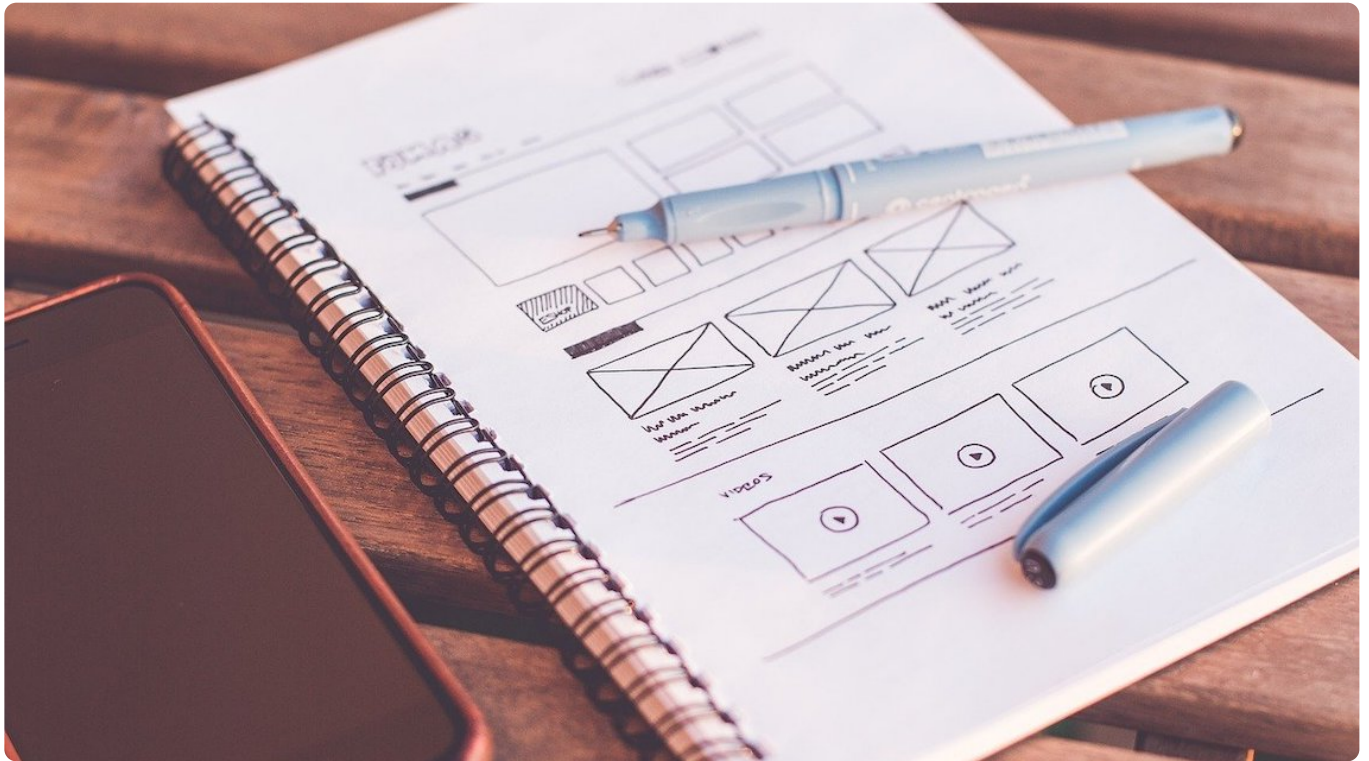


18 | 三段分解法：怎么利用10000小时成为大牛？

2021-01-08 李运华

大厂晋升指南

[进入课程 >](#)



讲述：安晓辉

时长 11:28 大小 10.50M



你好，我是华仔。

10000 小时定律虽然理论上很简单，但真正要落地实行也并不那么容易。上一讲我介绍了怎么通过海绵学习法来获取你的 10000 个小时，但是就算有了时间，你也很难十年如一日地坚持学习。

能否坚持，当然要看你对自己的事业是否有“激情”。但如果只靠激情来支撑，持续 10 年依然是一个很大的挑战。因为我们的大脑在进化的过程中，已经形成了需要不断的正反馈才能保持兴奋的机制，也就是说，与其在第 10 年给一个大奖励，还不如每个月都给一奖励。所以除了激情，你还需要“先定一个能达到的小目标”。



那么，具体要怎么制定小目标呢？这一讲，我就为你介绍一个三段分解法，带你把“10 年成为大牛”这个大目标，分解成一个个可以在短期内达成的小目标。

第一段：分解“等级”

第一段分解，是在当前状态和最终的目标状态之间，分解出中间的等级。

10 年成为大牛这个目标虽然比较长远比较宏大，但并不意味着在成为大牛之前，我们一直停留在菜鸟阶段原地踏步。在菜鸟和大牛之间，其实有几个关键的里程碑，这些里程碑就是中间的等级。

大部分的专业领域都有比较正式的等级划分标准，例如钢琴专业从 1 级到 10 级，跆拳道从白带到黑带。对于互联网的领域来说，虽然没有通用的专业等级标准，但不同的公司都会有类似的职级体系，你可以直接以公司的职级体系来划分中间等级。

以跨越式职级为例，从 P5 到 P9，你经历的等级包括以下这些：

1. P5，职场新手，工作 1~3 年，需要别人带你完成任务。
2. P6，项目能手，工作 3~5 年，能够独立完成任务。
3. P7，团队专家，工作 4~8 年，能够带领小团队实现目标。
4. P8，领域专家，工作 8 年以上，能够带领多个团队实现目标。
5. P9，业务导演，工作 10 年以上，能够导演成熟落地的作品。

我们可以看到，虽然说至少 10 年才可能成为 P9 这个级别的大牛，但是你 3 年就可以达到 P6，5 年就可能达到 P7，8 年就可能达到 P8，在这个过程中，你一直在成长和提升，早就不是当初的菜鸟了。如果对你来说，不是非得赚它一个亿才算小目标，那么你已经可以活得比较滋润了。

分解出中间的各个等级之后，我们核对一下自己目前所处的位置，然后瞄准下一个最近的等级，继续第二段的分解。

第二段：分解“技能”

虽然朝下一个等级努力的时间是 2~3 年，跟 10 年比起来已经缩短了不少，但是这个时间还是比较长的。为了更好地利用这 2~3 年时间，我们需要进一步分解。

第二段分解的目标就不是等级了，而是技能，也就是为了达到下一个等级的要求，你需要针对哪些技能做专项提升。

如果你所在的公司已经有成熟的职级体系，你可以参考 [🔗 第 5 讲](#) 的 COMD 能力模型，整理出当前级别和下一级别的能力要求矩阵，这样就可以一目了然地看出具体的能力差距项有哪些了。

如果你所在的公司目前没有成熟的职级体系，或者你准备跳槽到某个心仪的公司，你也可以采取一个取巧的方式来明确能力项差别，这就是直接查看公司的招聘要求。

以阿里巴巴招聘网站上的“Java 开发专家”这个职位为例，[🔗 招聘要求](#)如下：

Java开发专家

职位描述

- 1、蚂蚁国际出海关键年份，有机会参与搭建多个全球钱包。
- 2、和海外技术生态对接，同时面临跨洲跨国家的技术挑战。
- 3、从点到面，如果说国内支付宝是点，那么国际是做面，架构能力能够达到很大的飞越。
- 4、空间很大，需要有强心力的人参与。

职责

- 1、参与蚂蚁国际钱包平台架构设计与开发，承担核心功能代码编写，开发与维护系统公用核心模块。
- 2、理解业务，主导各类业务及技术改造类项目的系统分析与设计工作，主导技术难题攻关，持续提升系统在大规模分布式系统环境下高并发、海量请求数下的高处理性能，解决各类潜在系统技术风险，保证系统的安全、稳定、快速运行。
- 3、负责指导、培训普通开发工程师，审核开发工程师的设计与研发质量。

任职要求

- 1、扎实的 Java 编程基础，精通 Java EE、SOA、OSGI 等相关技术；对各种开源的框架如 Spring、Hibernate 等有深入的了解，对框架本身有过开发或重构者可优先考虑。
- 2、三年以上大型数据库如 MySQL 使用经验，三年以上大规模高并发访问的 Web 应用系统设计和开发经验。
- 3、熟练掌握 Unix/Linux 操作系统，对常用命令运用娴熟，能够根据实际需要快速编写 Shell 脚本。
- 4、具备良好的识别和设计通用框架及模块的能力。
- 5、对金融或支付行业经验优先。

引自阿里巴巴集团招聘网站

可以看到，“Java 开发专家”（对标阿里 P7）要求的技能包括 Java、Spring、SOA、MySQL、Hibernate 和 Linux/Unix 等。多查看一些类似的职位描述（不同公司、不同业务线），你就能获得“Java 开发专家”的大概要求的技能范围。

但实际上，真实的技能要求会比职位描述更加细致，比如“熟练掌握 Java 编程技术”到底意味着什么，职位描述是不会写得特别清楚。我个人的习惯是将这些要求整理为一个思维导图，详细列出每个技术点。

注意，这张图只是一个示例，并不是说所有 Java 开发专家都一定是这个要求，比如互联网行业和电信行业的要求就不一样，你需要根据自己的行业和技术方向整理出适合自己的思维导图。

有了这样一个思维导图后，我们就可以开始真正进行第二段分解了。分解的方法很简单，**哪里不懂补哪里！**比如你感觉自己现在的数据库水平很一般，只会写 CRUD 语句，其他的東西都不懂，那么你就专攻数据库这一部分，通过一段时间的专项提升来拿下这个技能。

专项提升某个技能的持续时间既不能太短，也不能太长，一般建议在 6 个月左右。

时间太短，容易陷入为了“完成任务”而去学的误区，没有真正得到有效提升。例如我曾指导一个下属学习 MySQL，结果他就看了几个 PPT 就说自己学完了，其实还远远没有熟练掌握 MySQL 相关技能。

时间太长的话，其他技能就来不及提升了，要是你 2 年时间都用来提升数据库，那操作系统怎么办？网络怎么办？所以 6 个月为一个周期，基本上刚刚好。

举个例子，如果你目前岗位是 Java 后端开发，级别是 P5，如果晋升到 P6 需要掌握数据库、Linux 操作系统、网络编程的技术，最终的二段目标分解如下：

1. 2021.01 ~ 2021.06：提升数据库水平
2. 2021.01 ~ 2021.06：提升 Linux 水平
3. 2021.06 ~ 2021.12：提升网络和网络编程水平

当然，二段目标的提升顺序并不是一成不变的，很多时候你还需要根据工作内容进行调整。比如主管最近正好安排你来负责优化系统性能，降低机器负载，那么你完全可以把“提升 Linux 水平”挪到“提升数据库水平”之前。

第三段：分解“行动”

第二段分解之后，我们得到了 6 个月左右的技能提升目标，接下来要做的，就是通过第三段分解，将技能提升目标分解为具体要做的事情，然后按照计划执行。

比如说你的二段目标是“提升 Linux 水平”。那么，怎样才能提升呢？你可以上网搜索（知乎是个好地方），也可以去问有经验的朋友，把二段目标细化为 1 ~ 2 个月的三段目标。

以我刚加入 UC 的情况为例，之前我在华为的时候，是在 Windows 平台上用 VC6 进行开发，而到了 UC 之后，是在 Linux 平台上用 C++ 开发。所以我当时就确定了“提升 Linux 水平”这个目标，然后通过上网查、找别人问等方法，最终将这个目标分解为 4 个行动：

1. 1.5 个月：通读《UNIX 环境高级编程》
2. 1.5 个月：通读《Linux 系统编程》
3. 2 个月：通读《UNIX 网络编程 卷 1》
4. 1 个月：Linux 常用命令实战，包括 tcpdump、ps 和 top 等

把 6 个月的技能提升目标进一步分解成 1~2 个月的具体行动目标之后，实施起来就简单多了。我每 1~2 个月只需要专注做好一件事，每次完成后都很有成就感，既感觉自己的水平有了提升，又佩服自己能够坚持按计划完成任务。这样的双重激励让我更有动力去完成下一个目标。

当然，**在具体落地的时候，你还需要进一步分解到周**，比如下周看完某本书的哪几个章节。但是在做计划的时候，我建议你先分解到月就可以了，因为一开始就直接分解到周还是比较耗费时间的，而且如果出现计划之外的事情，调整计划本身花费的时间和精力成本也比较高。

最后，我大约花了 2 年的时间将 Linux、网络和 MySQL 三个重点技能从一无所知提升到高级的水平。很多同事都问我，之前在华为是不是就是做这方面的，因为他们觉得短时间能达到这个水平是不太可能的。

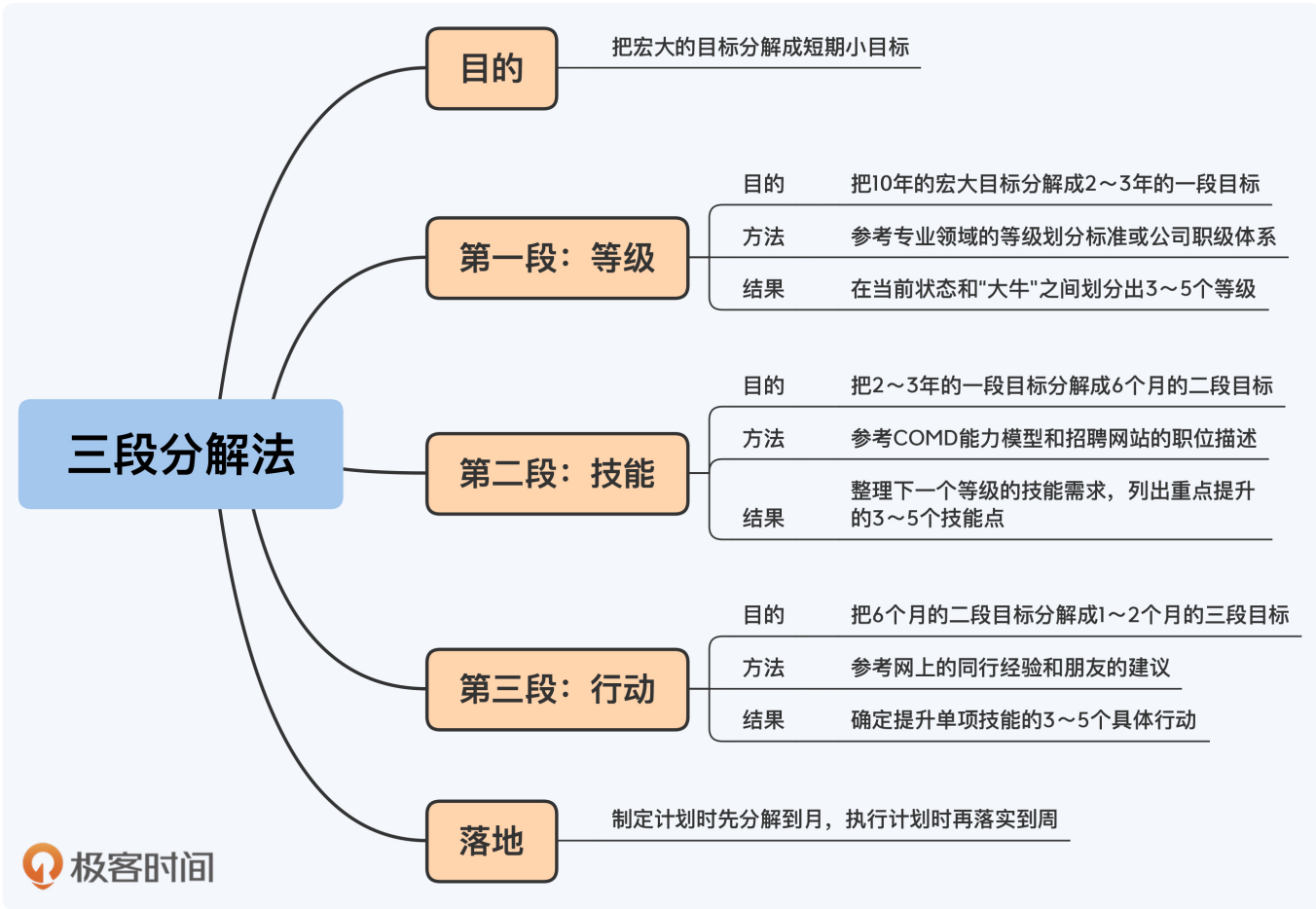
小结

这一讲我跟你分享了三段分解法。虽然我举的例子都是技术领域的，但是这个方法在其他很多领域也都适用，比如说产品和运营等。

通过这个方法，你可以把宏大的目标逐步分解成可以落地的日常行动，一边“仰望星空”，朝着最终的方向前进，一边“脚踏实地”，一步一个脚印地去实现它。

现在，我们再回顾一下三段分解法的要点：

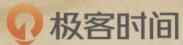
1. 第一段是分解等级，参考专业领域的等级划分标准或公司的职级体系，在当前状态和大牛之间划分出 3~5 个中间等级，把 10 年的宏大目标分解成 2~3 年的一段目标。
2. 第二段是分解技能，参考 COMD 能力模型和招聘网站的职位描述，整理下一个等级的技能需求，列出自己需要重点提升的 3~5 个技能点，把 2~3 年的一段目标分解成 6 个月左右的二段目标。
3. 第三段是分解行动，参考同行在网上发布的经验和朋友的建议，确定提升单项技能的 3~5 个具体行动，把 6 个月左右的二段目标分解成 1~2 个月的三段目标。
4. 虽然最终执行计划的时候要落实到周，但是制定计划的时候分解到月就行了，这样做的好处是，计划调整起来更加方便灵活。



思考题

这就是今天的全部内容，留一道课后思考题给你吧。以后端 Java 开发为例，P5/P6/P7/P8 都有 “Java 编程技术” 的相关要求，那我们为什么不在 P5 的时候就安排时间全部学完，彻底掌握这项技术呢？

欢迎你把答案写到留言区，和我一起讨论。相信经过深度思考的回答，也会让你对知识的理解更加深刻。



要实现1亿的小目标，先落地1周的小行动。



李运华《大厂晋升指南》

提建议

© 版权归极客邦科技所有，未经许可不得传播售卖。页面已增加防盗追踪，如有侵权极客邦将依法追究其法律责任。

上一篇 17 | 海绵学习法：怎么找到你的10000小时？

下一篇 19 | 链式 & 比较 & 环式学习法：怎么多维度提升技术能力？

精选留言 (8)

写留言



Monday

2021-01-13

很悲催现实，看技术书籍，啃得太慢。有些时候消化不了，硬着头皮看，为看完而看书。最终的结果是看完之后，不知道章节具体讲了什么。

展开 ∨

作者回复: 看技术书看的太慢主要还是积累不够，我开始也看的更慢，后来积累多了就会快，比如说我最近学习ClickHouse，里面的很多概念和技术我都看过，学起来就很快



3

**Monday**

2021-01-16

再次拜读，认识到自己所处的位置

展开 ∨

作者回复: 加油：)



1

**Monday**

2021-01-12

8年Java开发，以华仔放出的Java开发专家图对应，感觉还缺：

- 1、Java-诊断工具（刚学过的时候会用，但是工作中很少用又忘记了）
- 2、开源项目-Hibernate（基本上都是使用Mybatis）、Netty（几乎没玩过）；
- 3、基础-网络（一直的痛）和安全
- 4、unix/linux-原理（只会一些常用的简单命令，进行简单的部署和日志查看）...

展开 ∨

作者回复: 首先我再次说明一下：我给的图只是一个参考，并不是说不管你什么岗位什么业务都要按照这个图来，你应该根据的工作背景和业务背景来整理适合自己的Java技能图谱。

Spring的学习程度：先看你们工作对Spring的要求，如果是核心技能，可以参考后面的链式学习法的细节分层方式来学习。

Unix和Linux：都可以，专栏只是一种学习形式，不影响你的学习计划，你可以根据自己的习惯来学习，例如我的习惯是非常成熟和通用的技术我一般看经典书籍，例如操作系统；新的或者偏实战的我就看专栏，例如推荐系统。

学习是否来得及：种一棵树最好的时机是10年前，其次是现在：)



1

**周平**

2021-01-09

花6个月时间攻一项核心技能，进一步拆解成1~2个月，再拆解到每周，实在是厉害。

我现在的学习方法，只是在缺什么就补什么，并没有规划，只有坚持。这种闷头走路的方式，由于知识点是有限的，等学完的那一刻，突然发现，有走出山洞的感觉，那一刻的...
展开 ∨

作者回复: 规划加坚持，效果会更加明显



1

2

**jss**

2021-01-19

思考题: 作者在文中是不是有说明了 :-)

专项提升某个技能的持续时间既不能太短，也不能太长，一般建议在 6 个月左右。

时间太长的话，其他技能就来不及提升了，要是你 2 年时间都用来提升数据库，那操作系统怎么办？网络怎么办？所以 6 个月为一个周期，基本上刚刚好。

...

展开 ∨

作者回复: 文中只是说了单个持续时间不能太长也不能太短，思考题的答案不是这个。

就算你在P5阶段按照计划逐步来学，很多知识和技能没有积累，学也学不会，简单来说就是知识和技能都是迭代的，你在P5阶段就想学P9的内容，就算告诉你怎么学也学不会。

**Harvey**

2021-01-08

你好，华仔：

1.关于学什么这个话题，我的总结是要基于职场的技能体系和平常工作中的技能来确定要学什么。所以在学一个技能之前首先有一个该技能知识体系，然后把这个技能放在自己的职场体系中。至于怎么建立一个技能框架也需要自己花点时间研究，比如 用快速阅读 经典书籍的目录、技术官网。...

展开 ∨

作者回复: 即使再忙，每天都坚持，哪怕10分钟也可以，这样就能保持状态，不要小看10分钟，能看不少内容



1

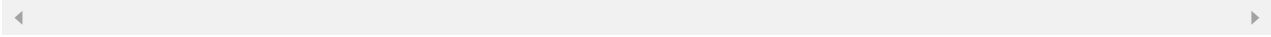


小祺

2021-01-08

时间就像英雄的技能点，不要全点在一个技能上，不然其它技能的技能点就不够了...

作者回复: 如果你一定要加在这个技能点上，能提升上去么？



杨杰

2021-01-08

学习JAVA知识是一个循序渐进，渐进明细的过程，需要一次次的迭代深入

作者回复: 正解，就算你想学，一次就学完全部也是不现实的

