



16 | 导学：你应该掌握哪些学习方法？

2021-01-04 李运华

大厂晋升指南

[进入课程 >](#)



讲述：安晓辉

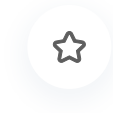
时长 08:17 大小 7.59M



你好，我是华仔。

从今天开始，我们进入到课程的第三部分，学习方法。

我相信绝大部分人都是愿意通过学习来提升自己的，但是在你学习的过程中，肯定会遇到很多困难。比如在之前的课程中，就有同学提出了非常典型的问题：





hua168

2020-12-17 16:21

大神，动不动就要精通，我有疑问

- 1.官方技术文档和市面上的书，大部分是入门，部分进阶，自己怎么弄成精通？连大门在哪里都不知道😂
- 2.有老婆孩子，撇开加班不讲，下班要陪老婆孩子，每天就能抽1-1.5小时学习，在累的情况下学习往往效率低，有那么多时间成长成精通？

不知道你是不是也有这样的感受：光是上班累得要死，还要陪对象吃饭逛街看电影，或者送孩子去上培训班，根本就没什么时间学习；等到哪天好不容易有点空余时间，又因为没有计划，只能随便找本书或者上网水水论坛看看；就算知道要针对某个技能专门提升一下，也不知道怎么学才能达到精通水平；过段时间回头一看，前几周学的东西又忘得差不多了；跟别人交流一下子就暴露了水平.....

其实你遇到的这些学习相关的困难，我在过去的职业生涯中也都遇到过。为此，我看了很多书来学习各种学习技巧，同时我自己也尝试总结了一些更加适合互联网行业的学习技巧。经过多年的实践检验和筛选，我逐步形成了一套系统的学习方法。

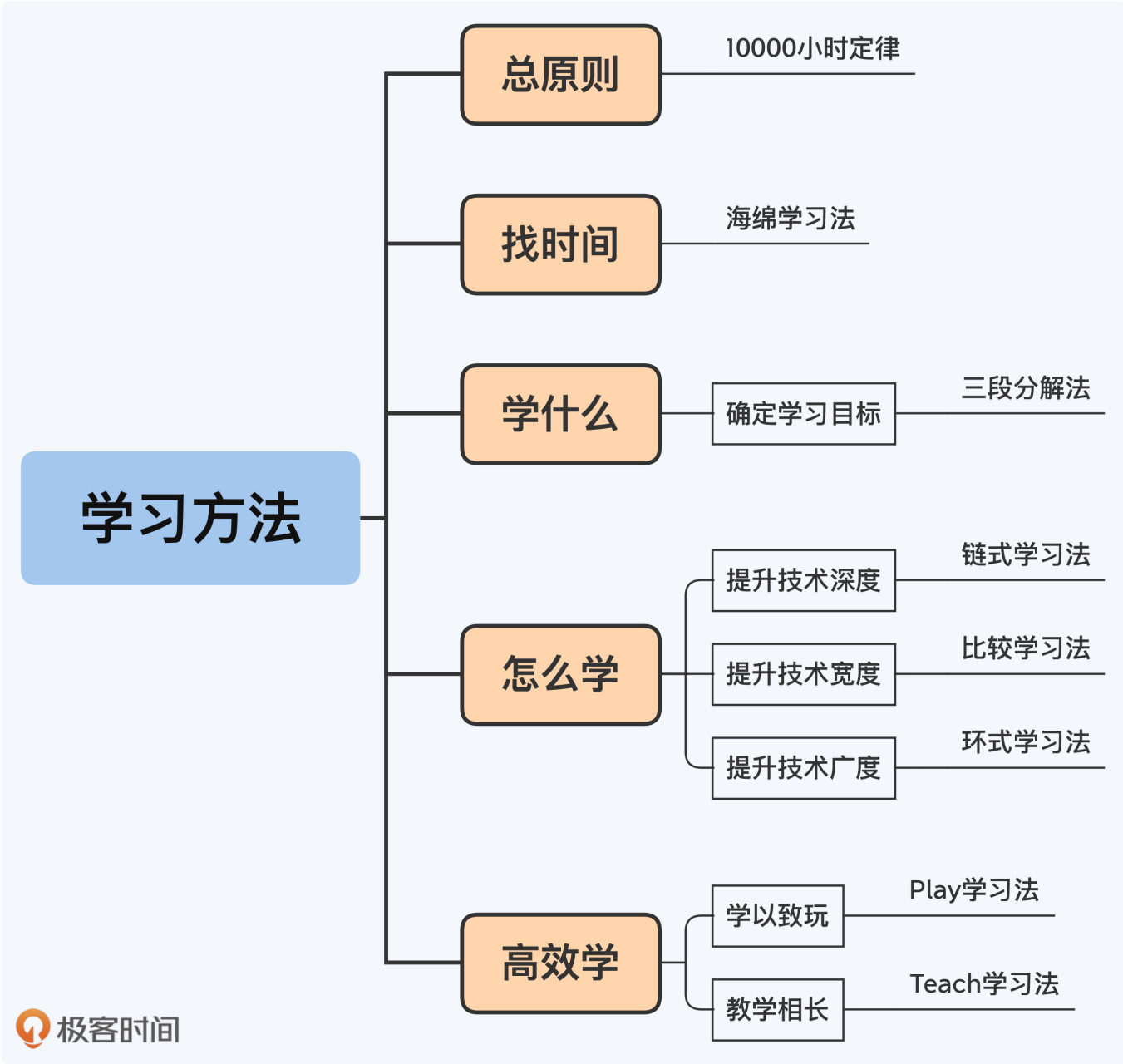
现在，我就把这一套方法分享给你，让你能够用最少的时间实现最好的学习效果。

指导原则和关键问题

我认为一套系统的学习方法，既需要一个统领全局的宏观指导原则，让人能够一目了然地理解它的核心内容，同时也要能够回答以下四个关键问题：

1. **时间从哪里来？** 如果没有足够的时间投入，再好的理论也只是纸上谈兵。
2. **学什么？** 找到正确的学习方向，明确了学习的目标，才能做到有的放矢。
3. **怎么学？** 不同的学习目的应该有不同的学习方法，保证学习的投入产出比。
4. **怎么保证学习效果？** 如何解决“学了用不上，学了就忘”两个常见影响学习效果的问题。

按照这个思路，我将这套学习方法的大纲整理如下，方便你了解。



接下来，我逐个简要介绍一下。

简介

指导原则：10000 小时定律

总的指导原则是 10000 小时定律，它是一个很出名的用于专业领域提升的理论，有大量的相关资料可以参考（例如《异类》《1 万小时天才理论》等），其核心思想是如果你想要在专业领域不断提升自己的能力，必须投入足够的时间。

找时间：海绵学习法

10000 小时可不短，相当于平均每天 3 小时，持续 10 年时间。我们平时光是工作就已经“累成狗”了，可能还有家人需要照顾，怎么才能找到自己的 10000 小时呢？这就要靠海绵学习法了。

海绵学习法是我原创的一个时间管理方法，它可以让你轻松地挤出时间，既不会对工作、家庭和娱乐有明显的影响，又能够兼顾学习。

学什么：三段分解法

有了时间之后，我们要学什么呢？怎么才能制定合理的学习目标呢？如何制定可行的学习计划并能够真正落地呢？这就要靠三段分解法了。

三段分解法是我原创的制定学习目标和计划的方法，它基于职业等级体系，将 10000 小时逐级分解，最终落实到可以实施的各项学习行动。

怎么学：链式 & 环式 & 比较学习法

确定目标和计划后，我们具体要怎么提升技术能力呢？在职级详解部分你已经了解到，技术能力可以拆解成三个维度，技术深度、技术宽度和技术广度。我在第 9 讲解释过这三个维度的区别。

针对技术能力的不同维度，我原创了 3 个不同的学习方法：

链式学习法适合提升技术深度，通过自顶向下逐步深入的方式，将关联技术逐一掌握。

比较学习法适合提升技术宽度，通过比较相似的知识或者技能，全面掌握单个领域的技术。

环式学习法适合提升技术广度，通过学习业务闭环流程中相关技术，全面掌握多个领域的技术。

保证效果：Play 学习法、Teach 学习法

就算用对了方法，我们在学习过程中还是会遇到一些难以解决的困难，这些困难会导致我们学习效果不好。

第一个常见困难是，如果平时不学，真正要用的时候又来不及临时学；但如果平时学了，可能要等很久才能在工作找到的实践机会，到时候技术可能都生疏了。

第二个常见的困难是，学完之后感觉学得不深，跟别人讨论的时候，或者在晋升答辩环节被问到的时候，就发现很多东西明明学过，却说不出个所以然来。

针对这两个常见影响学习效果的问题，我通过学习和实践，归纳提炼出如下两种学习方法：

Play 学习法可以用来解决工作中暂时没有实践机会的问题，学以致“玩”，通过“玩耍”的方式来应用。

Teach 学习法可以用来解决学得不深的问题，教学相长，通过“教学”的方式来加深理解。

组合使用

最后，我还想补充一点，这些学习方法是相辅相成的，你可以根据你当前的级别和实际工作内容，把它们组合起来使用，具体的方式如下：

第一步，无论你当前是什么级别，先用“三段分解法”来规划你的学习目标和计划。

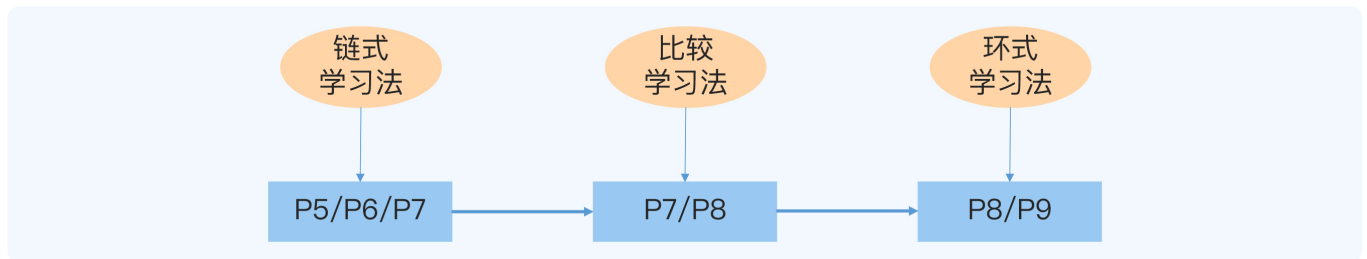
第二步，使用“海绵学习法”来找到你可以用于学习的时间。

第三步，根据学习目标采取相应的学习方法。

如果你是 Java 后端 P5/P6/P7 级别，你的技术提升以技术深度为主，你可以采取“链式学习法”来学习 MySQL 以提升技术深度；

如果你是 P7/P8 级别，除了技术深度外，还需要提升技术宽度，你可以采取“比较学习法”来学习 PostgreSQL、MongoDB 和 Elasticsearch 等存储系统；

如果你是 P8/P9 级别，你可以采用“环式学习法”来学习跨领域的技能，比如学习 vue、小程序和人工智能等业务闭环流程涉及的技术领域。



当然，并不是说每个级别都只能用指定的学习方法，例如 Java 后端 P6/P7 的技术人员一样可以使用“环式学习法”从整体上概要地了解前端的基本原理。

第四步，采用“Play & Teach 学习法”来加强效果。

小结

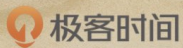
现在，我们总结一下这一讲的重点内容：

1. 一套系统的学习方法，既需要一个总的指导原则，也需要回答 4 个关键问题：时间从哪里来？学什么？怎么学？怎么保证效果？
2. 在我总结的这套学习方法中，10000 小时定律提供了指导原则；海绵学习法解决了时间从哪里来的问题；三段分解法解决了学什么的问题；链式、环式和比较学习法解决了怎么学的问题，Play 和 Teach 学习法解决了怎么保证学习效果的问题。
3. 学习方法是相辅相成的，你需要基于当前的级别和工作内容，把多个方法组合起来使用。

思考题

这就是今天的全部内容，留一道课后思考题给你吧。你在学习过程中遇到的最大困难或者困惑是什么？你尝试了什么解决方法呢，效果怎么样？

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。



不要光靠悬梁刺股，掌握方法不再辛苦。



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 15 | 答辩技巧：回答评委提问有哪些技巧？

下一篇 18 | 三段分解法：怎么利用10000小时成为大牛？

精选留言 (10)

写留言



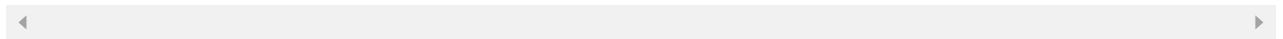
吴大山 置顶

2021-01-06

我自己在持续学习过程中总结了一套学习方法：<http://wudashan.com/2020/03/29/Learning-Method/>，主要是将学习内容拆细，学习过程拆细。

展开 ∨

作者回复：非常赞，你的这个方法论已经是通用的学习方法论了，可以用来学习技术和非技术的知识。

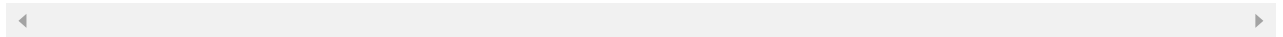
**金鹏**

2021-01-04

高手都有自己的方法

展开 ∨

作者回复: 还没有成为高手前，可以学学高手的方法：)

**秋天**

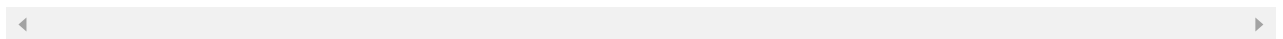
2021-01-04

平时工作中有用到es、shiro、eureka、springcloud、但是没有深入的去学习，还有感觉自己的一些技术基础不是很牢固，还有分布式一些常用的架构，学的时候迷茫，看这个书看一半，就看那个书，而且上面列举的技术栈，只在项目中作为配套使用，不是作为核心，需要深入的话 又没地方深入使用或者调优或者二次开发等

展开 ∨

作者回复: 你其实谈了两个比较普遍的问题：

1. 缺乏方法论的指导，看的東西都是零散的，沒有串起來；這個我問題我建議你學學我的架構專欄，裡面就有方法论的系统介绍。
2. 学了用不上，这个后面正好有一讲来如何应对

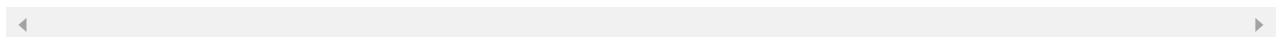
**南风**

2021-01-18

现在重要的是找到学什么

展开 ∨

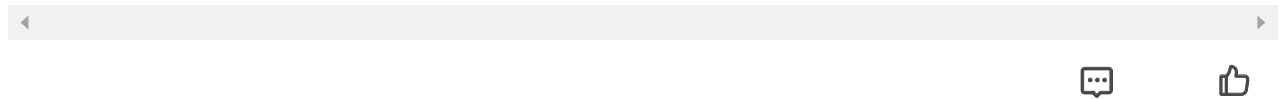
作者回复: 三段分解法可以认真看看

**涛**

2021-01-12

最大的问题就是无规律的学习，导致学习进度总是停滞不前。

作者回复: 无规律学习目标性不强，不好跟踪和评估，效率比较低



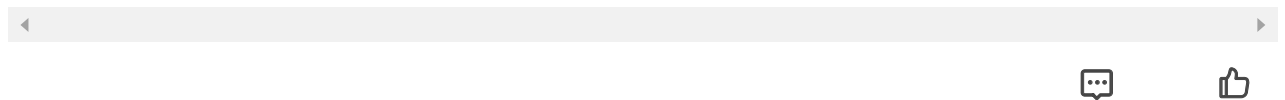
Geek_6e76ef

2021-01-05

狗：我才没那么累 😊

展开 ▾

作者回复: 好像真是这样的：)

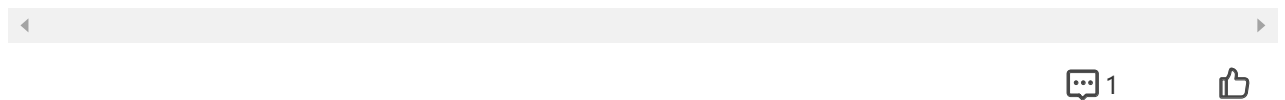


基拉

2021-01-05

- 1、往往系统学习一项新技能耗时较长，而学到的新知识没有用到工作中，容易懈怠
- 2、需要同时学习的技能项很多，怎么合理安排时间和优先级

作者回复: 有没有自己尝试过什么方法？



周平

2021-01-05

困难1：学习时间不够，杂事多。

解决： 1) 挤时间，有时间就学一会儿。

2) 固定一个时间段学某一个知识点。

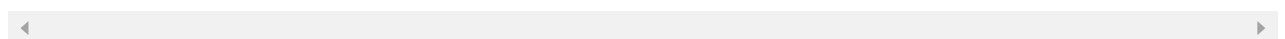
比如，早上就是极客时间。

晚上是SLAM相关知识。...

展开 ▾

作者回复: 困难2我建议还是多跟身边的同事中的高手请教，行业社群如果是微信群的话，效率不高，我现在基本都不怎么加群聊。

B站很多视频资料确实不错。



**开发仔圈圈**

2021-01-04

最大的困惑是不确定怎样算学通学精，比如那些体系很大的，像spring...

另外，对于需要一定业务场景的，比如达到一定并发的，分步式的，支付场景等等，play和teach该怎么去应用呢？

目前还没想到比较好的解决办法...

展开 ∨

作者回复: 把技术能力分为3个维度：技术深度、技术宽度、技术广度，根据工作和等级需要有不同的侧重点。具体后面会展开讲述

**Harvey**

2021-01-04

你好，华仔：

关于如何学习也是我很关注的一个话题。

请教一个问题？

我是java程序员，电商，但水平一般，阿里的P6级别恐怕都达不到。我的问题是
1) 现在应该在深度学什么？ ...

展开 ∨

作者回复: 前面每个级别的介绍就已经讲了P6和P7的通用要求了，你可以结合你的业务和岗位来按照 05 COMD模型那一讲来细化自己的能力要求。

学什么、怎么学、时间从哪里来都重要，这是一个完整的体系，哪一环缺失都会影响最后的效果。

当然，核心的原则肯定还是面向晋升学习，这就是 03 晋升原则里面提到的：学习的东西要能够为公司带来价值。

