



LEARNING ABILITY

学习力

如何成为一个有价值的知识变现者

Angie 著

普通人也能实现人生弯道超车的成长秘籍

每一个优秀的人，对任何小的成就，都会保持极度的敏感

立刻行动，遇见不一样的人生

王潇 | 古典 | 秋叶 | 姚笛 | 彭小六 | Scalars | Spenser

联合推荐

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

LEARNING ABILITY

学习力

如何成为一个有价值的知识变现者

Angie 著

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

学习力：如何成为一个有价值的知识变现者 / Angie 著. —北京：
中国铁道出版社，2017. 12 (2017. 12 重印)
ISBN 978-7-113-23820-9

I. ①学… II. ①A… III. ①自我管理—通俗读物
IV. ①C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 230351 号

书 名：学习力：如何成为一个有价值的知识变现者
作 者：Angie 著

策 划：巨 凤 读者热线电话：010-63560056
责任编辑：苏 茜
责任印制：赵星辰 封面设计：仙境

出版发行：中国铁道出版社 (100054, 北京市西城区右安门西街 8 号)
印 刷：北京尚品荣华印刷有限公司
版 次：2017 年 12 月第 1 版 2017 年 12 月第 2 次印刷
开 本：880mm×1230mm 1/32 印张：8.5 字数：200 千
书 号：ISBN 978-7-113-23820-9
定 价：39.80 元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书，如有印制质量问题，请与本社读者服务部联系调换。电话：(010) 51873174
打击盗版举报电话：(010) 51873659



如果想做，总会找到方法

没有人对自己的初始人设满意。

为了改良人设，无论是通过勤奋还是捷径，几乎每个人一直都在找方法。“趁早星人”就是这样始终在寻找、试验和分享方法的一群人；而在“趁早星人”中，Angie 又是一位代表性人物，她从未停下寻找、试验和分享的节奏，她的人生故事可以说非常“趁早”。

这本书的所有方法中，执行是最重要的一环，听到的道理再好，如果不去做到，也依然过不好这一生。比厘清思路和做出选择更难的，是把选择了的事做完。

还有，在所有的事物中，让我们最终没有去到那里的，并不是最紧急的事，而是那些重要不紧急的事。而你的人生质量、你的智识、你的外表、你的人际、你的收入增加、你的体验扩展，总之，几乎你人生中的一切美好，都是由重要而不紧急的事情组成的。

更多的时候，你明知道自己做什么，依然会拖延和半途而废，你会因为怀疑方法没用而焦虑。其实，让你焦虑的不是担心完不成目标，而是担心你错过了实现本该属于你的美好人生。

美好人生的秘密，就隐藏在日复一日中！

如果你想做，总会找到一个方法，祝愿你早日找到它！

趁早品牌 & 趁早 APP 创始人

畅销书作家 王潇



前言

PREFACE

接到出版社 Sophie 的出书邀请时，我兴奋了好多天，谁年少时没有出书梦啊。

这本书，“写+反复修改稿件+临时加入伊伊画的插图”，前前后后花了差不多一年的时间，现在终于要和大家见面啦！

在这一年的时间里，我的身份也发生了很大的改变，2017年3月21日，我从互联网广告公司的运营总监岗位上辞职。辞职后的一个月，我把之前累积的合作邀请一口气做完，那种与时间赛跑的感觉，真是爽。

为什么要写这本书？

我就是大家口中所谓最普通、最平凡的人：二本学校毕业，不是学霸，第一份工作也很普通：在一家民营企业从事客服工作，一位四岁半宝宝的妈妈，曾经全职一年在家保胎生小孩。

这样背景的人生，可以有什么可能？

2016年年初，我开始在各大平台上“刷脸”讲微课，无论是公众号后台还是我的个人微信，常常会收到很多人的留言：Angie，请问你能把你的时间管理理念系统地分享给大家吗？一节微课听得真不过瘾啊！

八年的互联网行业从业经验，让我感触最深的有两点：

一是：你要知道你的用户是怎么想的，做其所想，满足其所需！

二是：你要有最小可行性产品思维，小步快跑，快速试错。

利用很短的时间，我归纳总结了自己的时间管理体系，并开始招生。这是我人生很重要的转折点，从那之后，我的人生开始变得不一样。

可能很多人会说：Angie，你抓住了打造个人品牌的红利期！

时机真的很重要，但如果一个人总是有运气把握住一个又一个的机会，这个人肯定不会那么简单。

这本书，我从大学的故事开始写起，把人生当中每一个关键的节点分享给大家，无论是哪一章，都是“故事+方法+思维升级”三种标配组合，让大家阅读起来有趣味的同时，还有收获。

- 人生的一些关键环节，该如何做选择；
- 如何正确而有效地努力，避免成为一个无效学习者；
- 如何正确挖掘兴趣，找到自己持续努力的方向；
- 普通人实现梦想的最佳方式；
- 如何管理好自己的时间，成为高效能人士；
- 有关个人品牌的一些解读，探索斜杠青年之旅少走一些弯路。

每次晒出【在行】一对一咨询学员的真实好评时，除了得到大量的点赞，我总是能收到其他行家老师给我的私信，大致的意思是，你现在那么忙，【在行】的收入又是你所有收入矩阵中最低的一个，为什么在还坚持做。

我的想法很简单：一对一咨询的收入性价比确实是最底的，但是价值性价比却是最高。每一次，学员因为我的毫无保留分享而受到启发，找到方向，知道自己下一步该怎么走时，我都觉得这是一件相当值得坚持去做的事情。

无论是这本书、我的各种不同主题的系列课、咨询等内容，我需要做的是，确保每一个出品都是自己满意的精品，让大家有收获，这就是坚持做这件事的元驱动力！

感谢阅读过我的公众号文章、听过我的课、和我约过咨询，还有我【价值变现研习社】首创成员的每一个人，我知道你们这些人当中，不单只支持过我一次，总是以各种方式，带给我无限力量。

感谢@玉小姐、@吴静波帮我校稿，以及给出的建议，我都认真做了修改。感谢@伊伊在那么短的时间里，帮我的书做了好看又有内涵的插图。

感谢我的老公 @刘先生，无论我做什么样的决定，他会和我一起分析利弊，而不仅仅是简单地说一句：我支持你！

感谢我的编辑 @Sophie，给了我很多很好的建议，以及非常耐心和 nice！

如果你有任何的问题，请一定记得添加我的同名公众号 Angie (ID: Angie20160120)，我等你！

Angie
2017.9

目录

CONTENTS

1 20 ~ 30 岁， 与时间赛跑的这十年

1. 一个二本学生的逆袭之旅 /2
2. 第一份正式 offer：未毕业却先失业 /6
3. 重新出发：误打误撞进入了时下最火的互联网行业 /10
4. 努力看得见：结婚前，我们住进了自己的 Dream House /12
5. 经历一场手术：我辞掉了高薪工作 /15
6. 意外 Gap Year（间隔年）：我成为妻子和母亲 /19
7. 回归职场：直接晋升为管理者 /21
8. 跳槽到大型外企：开始探索人生版本另一种活法 /25
9. 30 岁这一年：人生开始弯道超车 /35



2

我的打卡式人生： 寻找多张人生的多米诺骨牌

1. 真正改变你的事情，生活从不提前告知 /42
2. 推动我前进的第一张多米诺骨牌 /45
3. 200 多天的学习：我找到了自己的终身学习方向 /48
4. 700 多天的坚持：一个人的孤单，一群人的成长 /50
5. 我的打卡式人生：精进，成为生活的常态 /55
6. 十个简单好用的方法，迅速提升你的行动力 /64

3

【方向】：从微梦想清单开始， 找到你管理人生的阶段方向

1. 对不起，你的人生处于未激活状态 /70
2. 假如我们活到 75 岁，人生其实只有 900 格 /73
3. 改变，从一份微梦想清单开始 /76
4. 如何拥有一份定制版微梦想清单 /79
5. 梦想清单 VS 微梦想清单：寻找一生的方向 /85

4

找到你的价值兴趣， 让你的成长有迹可循

1. 选择困难症患者，我有良药治愈你 /92
2. 先有兴趣，还是先有行动 /94
3. 兴趣探索也有坑：不做无所谓试错 /97

4. 兴趣太多?简单四步实现你的价值兴趣/101
5. 80%的时间,投入到你的“景”兴趣当中,20%的时间探索人生边界/104
6. 只有真正持续地努力,才有机会让你看起来与众不同/106

【时间管理】：越忙越有时间，找到你的分类价值时间

5

1. 5分钟,先学会时间管理的最短有效路径/114
2. 这样管理时间就对了:找出你的时间特点/120
3. 每天的黄金专注时间:找到高度自律的自己/126
4. 常态时间:为你的不同场景找到定向的精进方式/132
5. 闭环式学习法则:碎片化时间也能得到很好的利用/137
6. 动态时间:从容管理时间的秘诀/140
7. 暗时间:连自己都无法察觉原来可以被使用的时间/142
8. 无效时间:一句“够了”就够了/146
9. 清晨时间的有效利用,让我的效率提升了数倍/148

正确投资你的时间,成为有价值的人

6

1. 提高价值,从识别你的时间伪自由开始/156
2. 如何避免掉入互联网最大的时间黑洞/160
3. 算一算,你的时间值多少钱/165
4. 升级你的价值观:猜猜谁更值钱/167
5. 这十个错误的行为,避免你做错误的时间投资/171
6. 正确投资自己的时间,拥有100分人生价值观/177

7 【自我管理】： 一个人活得就像一支队伍

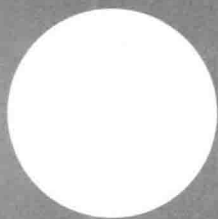
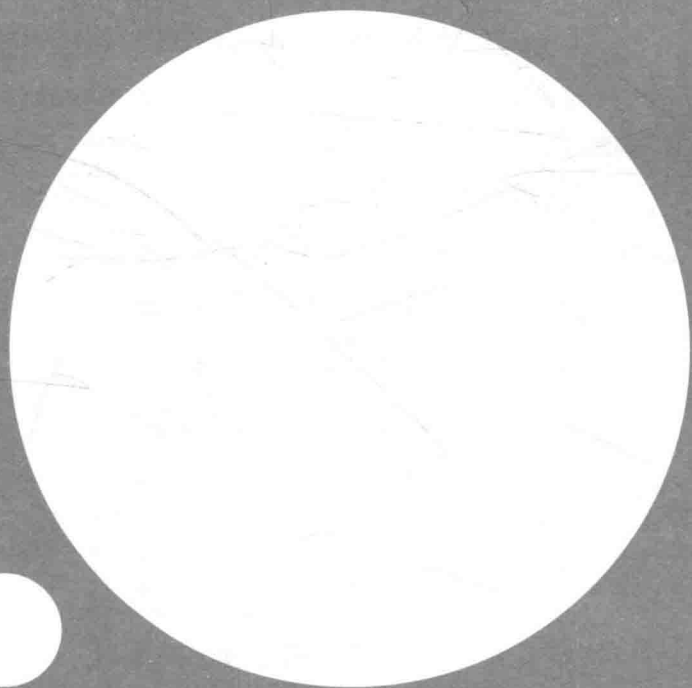
1. 一个人，如何才能活得像一支队伍 /184
2. 5分钟，学会一个超实用的自我管理小工具 /188
3. 所谓的平衡，是每一个身份都可以给我力量 /190
4. A+B式思维模式，比平衡更厉害的是生活的融合 /193
5. 自我管理达人育儿新思维：原来还可以这样育儿 /199
6. 过得好的人，都应该拥有的单身力 /203
7. 如何成为一名自燃型人 /207
8. 十个自我管理的小方法，让你的人生趣味度提升十倍 /213
9. 十个维度，教你轻松做年度总结 /218
10. 十个维度，100%提升你的计划完成率 /222

8 人人都能成为斜杠青年： 我的斜杠青年探索之旅

1. 斜杠青年，一个很酷的职业 /230
2. 开启斜杠之旅之前，你需要建立金钱观 /233
3. 赚钱，是一个人最大的综合实力 /237
4. 作为一“枚”职场妈妈，我是如何一步步走上斜杠青年之旅的 /240
5. 坚定斜杠青年之路：渐渐长成自己喜欢的样子 /245
6. 普通人，如何增加成为斜杠青年的机会 /251
7. 2017年辞职后，开启属于我的全新人生 /256

第1章

20 ~ 30 岁，与时间赛跑的这十年



1. 一个二本学生的逆袭之旅

2004年，我考上了广东省的一所二本学校，在当时，这是一所相对普通的学校，现在已经升级为重点本科。

现在回想起来，情景还历历在目，当查到分数只有600分时，我的眼泪止不住地流了下来。我所在的东山中学是叶剑英的母校，考这样的分数，在当时是中下等的水平。我打电话给高中的同学哭诉，剧情的发展完全超乎了我的意料。几乎所有感情不错的同学听到我的分数时，都为我高兴！

原来，在他们的眼里，这样的分数我都高攀不起！

这才是最大的打击，当你认为自己值得更好时，别人却认为你不过如此。

我暗暗地告诉自己：大学四年，我要改变自己的人生轨迹。

大一第一学期，我已经开始了目标管理法，定了4个目标，如下图：



大一一开始做目标管理

为什么会有这样的四个目标：

四个目标	目标意义
考过四级、六级	80后对英文都有一定的执念，如果能够把英文学好，会是一件既酷又对未来职业生涯有很大帮助的事
每年拿奖学金	仿佛从懂事开始，我对金钱就有一定的“欲望”。此外，拿奖学金既能证明自己学习成绩优秀，还可以有实质的物质回报
恋爱	20岁的我，对恋爱，一直固执地认为：校园式恋爱才是最纯洁的恋情，这必须是每一个大学生的标配
社会实践	一开始是想着为未来的就业做准备，如果能赚到钱，更是一举两得的事

等到毕业那一天对照目标：

- 考过四级、六级：大一，我顺利考过四级。考六级时，并没有一次性通过。大四的第一学期，只剩最后一次放手一搏的机会了，我停掉了其他所有的活动，最后以500多分考过了六级。考过六级对我而言，是一块就业的敲门砖。
- 每年拿奖学金：从大一到大三，三年一共拿了六项奖学金（大四没有奖学金）。我并不是一个传统意义上的好学生，也会翘课、抄同学作业。但是每一次考试前的一个月，我都会给自己制定一个考试复习排期表，每年都实现了自己的预定目标。拿知识付费元年的标准来解读这件事：这不就是知识变现的一种形式吗？在多年以后，我才意识到，拼搏拿奖学金的过程，简直就是一种最好的锻炼学习能力的方法。
- 恋爱：从大一开始谈恋爱，直到今天结婚生子。我清晰地认识到，并不是每一对校园恋人都能走进婚姻的殿堂，而我无疑是幸运的一个。截止到2017年，我们认识17年、恋爱14年、结婚8年、小孩4岁。
- 社会实践：参加了无数的社会实践，毕业那年靠自己的努力有

了5位数的积蓄。后来工作时，许多面试官都感觉我不像应届毕业生，更像是一“枚”职场老手。

以上四个目标的设定和最终100%完成，从现在的角度来看，我一直还是颇为努力和有计划的人。

世界观是观完世界才有的，一开始谁都不知道自己的路是否走对，只有真正做出来的人才有资格评论。

每个人，在设定自己的人生角色目标时，要注意以下三大维度。

(1) 从人生角色的角度来看

- 现阶段人生角色当中，必须要实现的事件是什么？比如我是学生，拿奖学金和考过六级是我当时特别想做的事。
- 现阶段人生角色当中，为下一阶段做铺垫的事件是什么？比如下一阶段我将进入职场，社会实践对我来说就变得很重要。
- 现阶段人生角色当中，能增加人生活法多样性的行为是什么？比如在大学时期如果不谈恋爱，是未来一定会后悔的一件事情。

(2) 从目标的数量来看

四年的时间，3~5个目标是最为合理的数量，少了太过单一，多了又不够聚焦。

(3) 从目标的可实现性来看

- 你的价值观是什么？这个问题不是所有人都认真地考虑过，即使考虑了，也不一定有答案。在没有答案之前，带着对这个问题的持续性思考，会增加答案浮出水面的概率。20多岁时，我的价值观也并不清晰，但从所设立的目标来看，几乎都和个人成长有关。与其说是价值观，用更通俗的表达方式来说是我接受对个人成长有帮助的一切事件。

- 你的目标能让你有一个更加美好的未来！我是那种喜欢为自己的未来描绘故事场景的人，这样的蓝图描绘会让自己对未来有更多的憧憬，当遇到困难时，更有坚持下去的力量。
- 目标的完成，通常能起到杠杆效应。你的目标达成，通常不是单一结果事件，而是能起到杠杆效果——一件事的完成，起到正向连锁反应，比如说拿奖学金。
- 试错机制！很多人好奇，30岁的我为什么会如此自律。主要原因是我把本应该放在职场上的试错机制提前到了成本更低的大学生活中来。整个大学生活，单纯从社会实践来说，我前前后后做了10多种完全不同的尝试，过足了不同版本生活的“瘾”。
- 目标的反馈：你所要努力的方向，如果时间过长，阶段性的反馈会变得非常重要。比如说，奖学金是每半年领一次、在考过六级之前得先通过四级，阶梯式的反馈，让20多岁的我找到了最适合自己成长的节奏。