

今天给我的小伙伴分享：新人如何突破从0到1。

我们先来看看我们人生的成长路径是怎么样的？对，它就是波浪式前进，螺旋式上升的。

所以我们要能够明白，在这个过程中，它不是一帆风顺的。就像昨晚莫莉老师举的一个例子，她问雪瓶老师，她团队管理有问题，然后雪瓶老师回她说，我团队管理也有问题。

所以说明什么？

说明有问题是所有人的一个常态，就是你解决了一个，另一个又出现了，所以我们要像拥抱变化一样，去拥抱问题。

就像如果我们最近学习《易经》，那么你也一样可以受到很多启发。比如大有卦，告诉我们要抓住万事万物，万物的本源，才能亨通，拥有财富。

同人卦，告诉我们做事要从小到大，从近到到远，这样我们才会亨。太多了，大家都可以好好去琢磨。

关于昨天的作业，我看到大家有写家庭这一块，也有关于社群运营打，其实都是可以的。但是，我们首先要清楚的一个点是，目标不能太多，其次就是逐个单点突破。

我一开始的卡点就是时间管理，后来进入早起，再去当助教，现在是领教，时间管理也是理解得越来越深刻了。

我从去年8月份开始分享，后来每一期基本都有分享。

一开始不知道怎么分享，就看了萌姐的《人生效率手册》这本书，后来学习了高效能人生实战训练营后，又进行了迭代。

这些都还是我自己的理解，后面听了莫莉老师的时间管理拆解后，又有了新的认知。当然，效率手册和总结笔记就是时间管理的工具。

不知道大家现在使用的怎么样？来，我们可以来个互动，你现在在写效率手册吗？在写的话，感觉怎么样？

我是去年12月份开始，有这种写效率手册快感的，之前都是很痛苦的，觉得写这个

更加浪费时间，每天还要打卡，忙死了。

现在我分析了一下原因，首先是当时刚开始用，不熟练。其次是方法没对。最后就是做一件事很难，那我们可以养成习惯！

我就是这么样去突破我的时间管理的，这个过程前面都会是很慢，但是，我们要去接受自己很慢，然后去以人为师不断精进。那最后你都是可以单点突破的。

所以突破的本质，它并不是一下子就是解决了某个问题，而且在前期进行了大量的积累，这样突破才能去过稳赢人生。