

恒泰证券

HENGTAI SECURITIES

投资者教育基地

# 目标管理

2020 - ALL  
RIGHTS

INITIATIVE

# Contents

## 目录

01

内心的愿望

02

SMART原则

03

拆解目标行动

1

# 你的愿望

## 愿望=目标？

回顾一下你的愿望是什么？成为……



## 愿望=目标？

回顾一下你的愿望是什么？想要……



AJ鞋



赠《53多功能笔记本》

愿望=目标？

制定一个**科学合理的目标**才是实现愿望的**第一步**！

## 哪些是好目标？

我想要一台iPad

我要好好  
学习英语

参加学校运动会  
3000米并取得名次

我要上清华

我要30天内，每天背诵  
并默写高考词汇书中的  
50个单词

我之前的排名是150名，我  
要提升瘸腿的数学单科排  
名50名，考入全校前百名

## 哪些是好目标？

不太好的目标	好目标
我想要一台iPad	我之前的排名是150名，我要提升瘸腿的数学单科排名50名，从而能够考入全校前百名
我要上清华	
我要好好学习英语	我要30天内，每天背诵并默写高考词汇书中的50个单词
参加学校运动会3000米并取得名次	



2

SMART

# SMART原则

恒泰证券

HENGTAI SECURITIES

投资者教育基地

要想解决问题，你需要先描述问题  
要想达成目标，你需要先描述目标  
掌握了“它”，才真正有可能实现你的目标  
否则就是一个又一个倒下的

现代管理学之父

彼得·德鲁克

Peter F. Drucker



## 来看看，两种“目标”有何不同？

我想要提升英语成绩



我希望自己在接下来的1个月内，每天做一套听力题、背30个单词，且每星期复习一次做题，已实现下次期中的英语成绩可以从125分提升到130分+

## 完整案例参考——提升英语成绩

S	具体学什么	学习高考英语相关内容
M	怎么算达到目标	最近一次大考英语成绩达到130分+（+5分）
A	是否可实现	1.每天做一套听力题 2.每天背30个单词 3.做好错题积累，并每个星期复习一次
R	目标与其他目标相关行如何	英语是自己比较弱势的学科，英语提高5分后，整体排名可以提高50-100名，考入985的概率会更大
T	给自己多长时间	1个月

# SMART原则

恒泰证券

HENGTAI SECURITIES

投资者教育基地

- Specific : 具体的
- Measurable : 可衡量的
- Attainable : 可实现的
- Relevant : 有相关性的
- T : 有时限的

# Specific : 具体的

恒泰证券

HENGTAI SECURITIES

投资者教育基地

- 模凌两可的描述
- 5H1W帮你更明确
  - what-针对目标对象，成绩/钱/能力…
  - where-领域/地点，高考…
  - when-达成目标的时间（同T），1年/每天…
  - who-目标的实施者，自己/需要协助自己的人…
  - why-目标可行的背景原因，自己有一定的知识积累…
  - how-具体方法，背单词…

# Measurable : 可衡量的

恒泰证券

HENGTAI SECURITIES

投资者教育基地

- 量化：数量、质量、时量
- 细化：分解，找出影响产出结果的因素
- 流程化：路线图

我要30天内，每天背诵并默写高考词汇书中的50个单词，将自己的词汇量从4000提升到5000

# Attainable : 可实现的

恒泰证券

HENGTAI SECURITIES

投资者教育基地

- 不切实际
- 目标过大

我之前的排名是150名，我要在这学期的期末考试中，通过提升瘸腿的数学单科排名50名，从而能够考入全校前百名，以便有更大概率考入自己的目标院校



## ■ 当戏的这个目标是与长期目标相关的

我之前的排名是150名，我要在这学期的期末考试中考入全校前百名，以便有更大概率考入自己的目标院校

# T：有时限的

恒泰证券

HENGTAI SECURITIES

投资者教育基地

- 无限的拖延
- 明确时限

我要**30天内**，每天背诵并默写高考词汇书中的50个单词，将自己的词汇量从4000提升到5000

## 完整案例参考——提升英语成绩

S	具体学什么	学习高考英语相关内容
M	怎么算达到目标	最近一次大考英语成绩达到130分+（+5分）
A	是否可实现	1.每天做一套听力题 2.每天背30个单词 3.做好错题积累，并每个星期复习一次
R	目标与其他目标相关行如何	英语是自己比较弱势的学科，英语提高5分后，整体排名可以提高50-100名，考入985的概率会更大
T	给自己多长时间	1个月

## 完整案例参考——自己攒钱买相机

S	具体是啥	不向爸妈伸手，通过生活费攒钱买相机
M	怎么算达到目标	买到某品牌微单一台（4k左右）
A	是否可实现	每月生活费1k，过年压岁钱2k 食堂吃饭每月600，文具教辅等支出100元 不再游戏氪金、减少外出娱乐活动，每月存300元
R	目标与其他目标相关行如何	希望自己能学习拍摄，高考后开始尝试做一个博主
T	给自己多长时间	1年

**试着用SMART原则，把你的愿望写成目标吧！**

3

# 拆分目标

**很多时候，我们的目标不是一朝一夕就能够达成的**

**目标需要被拆解/分类，从而让我们更好地落地执行**

## 成为一名养基人，做下一个张坤

短期  
1年后

总成绩再提高20分，  
考入复旦大学的金融学专业

中期  
2-3年后

- 1.每学期学业绩点top20%，并拿到保研资格
- 2.大学前3年进行1-2次基金公司实习
- 3.在大四考取证券从业资格证
- 4.创建模拟盘，积累实操经验

长期  
4-6年后

研究生毕业后，通过笔面试拿到xx证券公司offer，成为行业研究员…



**为什么目标会被拆分成三个阶段呢？**

**拆分的依据是什么？**

# 拆分目标的“三把标尺”

时间

金钱

能力

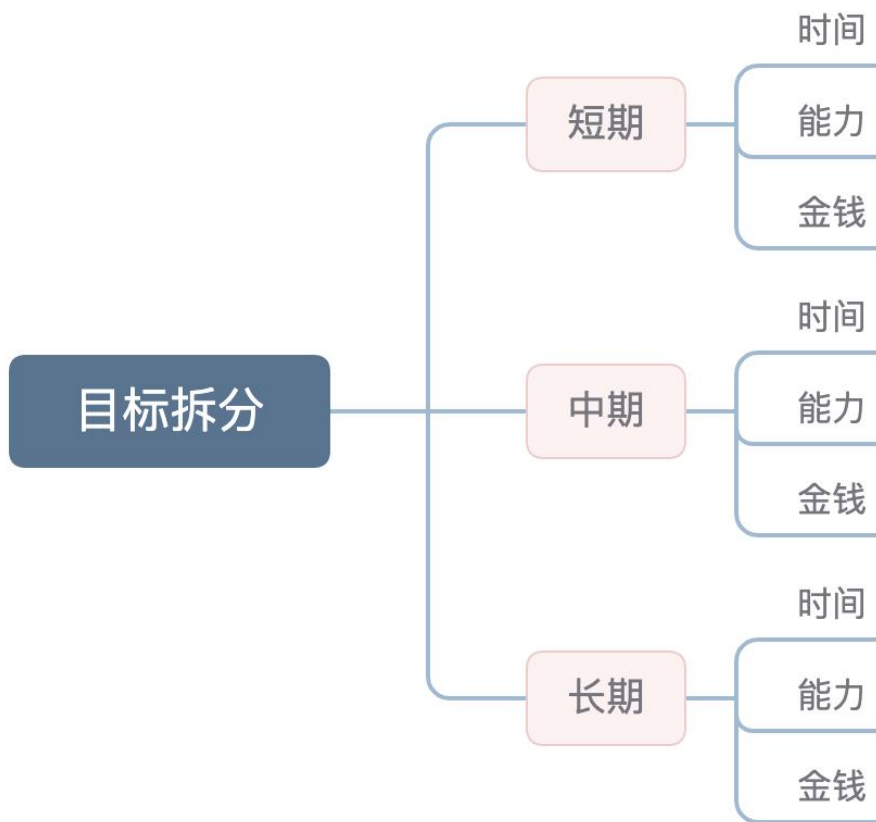
终极目标

# 拆分目标的“三把标尺”



假设房价均价为1.5w/平米  
 预计购入100平米+  
 总价150-170w  
 首付款为50w  
 月还贷8k左右

# 拆分目标-思维导图



试着拆分一下你的目标吧

运用SMART原则定义自己的目标  
并创建一份你的“目标思维导图”

课后作业