

# 九步确定你的人生目标和制定达到目标的计划

发表于 21 Jun 2007 · 时间管理 · 个人提升

你想在五年之后，十年之后，或者一年之后的今天在哪？这些都是你的目标，你可不想一直呆在你现在的位置，但明确你的真正的目标是一件困难的事情。

很多人认为设定人生目标就是找一些遥遥无期的梦想，但永远不会实现。这被看成是只是预言如何实现自己抱负，因为，**第一，这些目标没有被足够详细的定义；第二，它始终只是一个目标，而没有相应的行动。**

定义你的目标是一件需要你花费很多时间仔细考虑的事情。下面的步骤可以让你开始这样的旅程：

- 1. 写出一个你的人生目标的清单。**人生目标是一件重要的事，换句话说，就是你的人生抱负，不过抱负听起来总像一种超出你可控范围的事情，而人生目标是，如果你愿意投入精力去做，就可能达到的。因此，你这一生真正想要的是什么？什么是真正想去完成的事情？什么事情如果你突然发现你不再有足够的时间去完成的时候，会后悔不已？这些都是你的目标，把每个这样的目标用一句话写下来。如果其中任何目标只是达到另外一个目标的关键步骤，把它从清单中去掉，因为他不是你的人生目标。
- 2. 对于每一个目标，你需要设定一个你认为合适的时间框架。**这就是你的十年计划，五年计划，还有你的一年计划。其中一些目标可能会有“搁置期”因为你的年龄、健康、经济状况等，这些你需要用来完成目标的因素需要花一些时间来达成。

下一步描绘你达到每一个人生目标的详细旅程——这才是更让人热血沸腾的部分。对于每一个人生目标，都按照下面的步骤来处理：

- 1. 把每个人生目标单独写在一张白纸的顶端。**
- 2. 在每个目标下面写上你要完成这个目标所需要但是目前你又没有的资源。**这些东西可能是某种教育、职业生涯的改变、财务、新的技能等等。任何一个你在第1步里面去掉的关键步骤，都可以在这一步中补上。如果任何一个目标下面还有子目标，都可以补上，以保证你的每一步都有精确的行动相对应。
- 3. 在第2步所列出的每项中，写下你要完成每一步所需要的行动。**这个可能是一个检查清单，这是你可以完成你的目标的所有确切的步骤。
- 4. 检查你在第2步里面所写的时间框架，在每一张目标表上写下你所要完成目标的年份。**对于那些没有确定年限的目标，考虑一下你想要在哪一年完成它并以此做为年限。
- 5. 检查整个时间框架，为你所需要完成的每一小步，写下你所需要完成的现实时间。**
- 6. 现在检查你的整个人生目标，然后定一个你这周、这个月和今年的时间进度表——以便你自己可以按照预定的路程去完成你的目标。**
- 7. 把所有的目标完成时间点写在你的进度表上，这样你对要完成的事情就有了确定的时间了。**在一年的结尾，回顾你在这一年里面所做的，划掉你在这一年里面已经完成的，写下你在下一年里面所要去完成的。

可能你需要花很多年的时间去，比如说，完成一次职位提升，因为你先要去找一份兼职工作以  
及你可以获得更多的钱供你去上完一个在职课程以拿到MBA学位，但你最终会到达你的目标，  
因为你不但计划好了你要得到什么，并且也计划好了要如何去得到，在得到之前你要做哪些步骤。  
恭喜！

原文：[9 Steps to Define your Goal Destination and Devise a Plan to Get There - lifehack.org](#)

| 翻译：ppip

**发布：** 褚墨 · 时间管理 @ 时间管理 / 个人提升

**标签：** 个人提升、目标、计划

分享到：

« 上一篇

[ThinkingRock Hacks:调整字体大小](#)

下一篇 »

[十大高明的Google搜索技巧](#)

搜索褚墨网站

搜索

#### 推荐摘录

普通人与成功人的不同之处，不在于缺少力量，不在于缺少知识，而是缺少意志力。

[阅读全文 →](#)

#### 广告

#### 系列文章推荐

学会自律

拒绝借口

克服拖延症

培养好习惯

怎样设定目标