

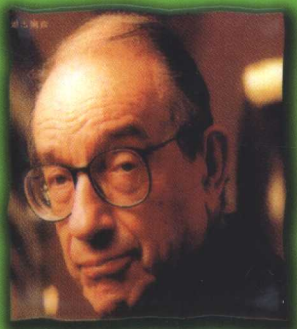
默默 余一 / 编著

AIM FIRST

目标第一

目标定位是走向成功的关键

MU BIAO DING WEI SHI ZOU XIANG CHENG GONG DE GUAN JIAN



推荐给年轻人目标定位的最佳培训读本

有了目标，对自己心目中喜欢的世界便有一幅清晰的图画，
这样你才能集中精力和资源于你所选定的方向和目标上。

——美国哲学家爱默生

AIM FIRST

目标第一

目标定位是走向成功的关键

THE FIRST GOAL IS THE KEY TO SUCCESS



目标定位是走向成功的关键

THE FIRST GOAL IS THE KEY TO SUCCESS

目标定位是走向成功的关键

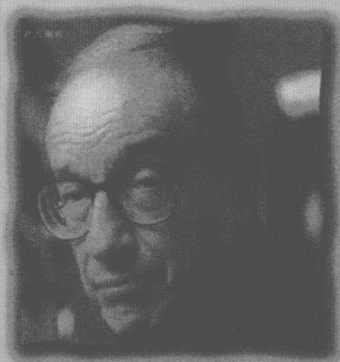
THE FIRST GOAL IS THE KEY TO SUCCESS

AIM FIRST

目标第一

目标定位是走向成功的关键

默默 余一 / 编著



图书在版编目 (C I P) 数据

目标第一 / 默默 余一编著. —北京: 地震出版社, 2005. 1

ISBN 7-5028-2535-5

I.目... II.①默...②余... III.目标管理 IV.C931.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 060902 号

地震版 XT200400209

目标第一

默默 余一 编著

责任编辑: 董 青

责任校对: 李 昭

出版发行: 地震出版社

北京民族学院南路 9 号

邮编: 100081

发行部: 68423031 68467993

传真: 88421706

门市部: 68467991

传真: 68467991

总编室: 68462709 68423029

传真: 68467972

E-mail: seis@ht.rol.cn.net

经销: 全国各地新华书店

印刷: 北京鑫丰华彩印有限公司

版 (印) 次: 2005 年 1 月第一版 2005 年 1 月第一次印刷

开本: 787×1092 1/16

字数: 213 千字

印张: 13

印数: 00001~10000

书号: ISBN 7-5028-2535-5/Z·331 (3161)

定价: 24.80 元

版权所有 翻印必究

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

INTRODUCTION



目标是行动的开始。只有目的明确、目标确定，做事才能专心致志、集中力量，才能表现出克制举棋不定、心神不安的顽强毅力。

戴尔·卡耐基说：“我们对小事情的注意，是指要从大处着眼，从小处入手，眼光放得远大，理想必须远大，但是我们的工作，却要从细微的事情来开始。”

而从做细微的事开始，着手身边事，会遇到许多具体问题，而且这些问题会给人带来许多烦恼。但是只要你尽心努力地把令人烦恼的问题解决掉，烦恼就会随之消失，你也不会因此而产生对人生的怀疑与虚无感，因为每一次具体问题的解决，都会成为你人生总体规划中极有意义的一环。

成功的人将事业作为人生的一部分，而不是全部。他们将自己潜藏心底的人生梦想和追求转化为切实可行的行动步骤并加以实现。他们不会让事业成为生活的负担，而是将事业变成实现人生目标、使生活美好的重要步骤。

本书引用大量成功人士的案例，生动而鲜明地告诉读者，在你计划你的未来时，要有远大的目标。因为有远大的目标可以：

- 使你更专注地把握此时此刻；
- 使你更加明确任务，产生动力；
- 使你更好地把握重点；
- 使你更准确地评估自己；
- 使你更全面地自我完善；



M U B I A O D I Y I

使你成为有大成就的人。

而要实现计划好的未来，就要付诸行动，从身边的事做起，即：

做你想做的事；

做你应该做的事；

做你最清楚的事；

做你确信正确的事；

做你认为最重要的事。

我们希望本书通过对这 11 个方面的诠释能为你的事业发展提供一个清晰可行的指导思路，即，按照理想设计目标，积极地生活，并通过现在的生活确定将来的面貌。

我们深信，一旦你在游走的不经意间拾起本书并展页览读，你会感觉到，内心的烦躁正在离你远去。



目录

CONTENTS

目 标 第 一

第一章大目标可以使你更专注地把握此时此刻

目标对当前工作、事业具有指导作用。也就是说，你现在所做的，必须是实现未来目标的一部分，因此你要懂得把握现在，重视现在。

- 将当下的目标具体化...../1
- 找到正确的方向...../3
- 打造一个全新的“自我”...../4
- 安排好一天的时间...../6
- 领悟时代的变化...../8
- 时刻关注本行业发展动态...../10
- 顺应社会潮流的发展...../11
- 好好思考你的现在...../13
- 掌握社会发展的快节奏...../15



第二章大目标可以使你更加明确任务，产生动力

有了目标，对自己心目中喜欢的世界便有一幅清晰的图画，这样你才能集中精力和资源于你所选定的方向和目标上。

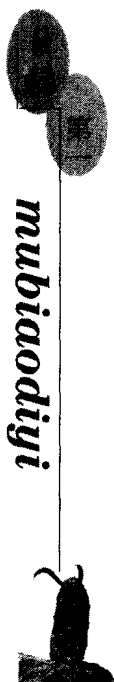
- 让目标导引行动的方向...../17
- 看清时下的经济趋势...../19
- 放弃不现实的目标...../21
- 沿着你自己的路走...../23
- 运用直接目标法取得成功...../24
- 你必须这样做...../26
- 逐一跨越小目标...../28
- 将积极的成功精神一以贯之...../29
- 关注你现在拥有的东西...../31



第三章大目标可以使你更好地把握重点

没有目标，我们很容易陷入跟理想无关的琐碎事务中，一个忘记最重要事情的人，会成为琐事的奴隶。

- 坚定地把握住想得到的东西...../33
- 掌握目标的进度与方向...../35
- 善于思考，才会以利于取舍...../36
- 认识你的生活重点...../38
- 在关键时刻决策好...../40
- 化解压力，控制自己...../41



突破环境和条件的局限...../43

看准时机，努力施展自己的才能...../45

第四章大目标可以使你更准确地评估自己

目标可以提供一种自我评估的重要手段，即标准，你可以根据自己距离目标有多远来衡量取得的进步，测知自己的能力。

认识真正的自我...../49

要有与众不同的眼光...../51

制作自己的人生指南针...../53

切忌满足于小成就...../55

规划好自己的人生...../56

创造条件来塑造魅力...../58

恰当地对自己进行分析...../60

铸就美好的品格...../61



第五章大目标可以使你更全面地自我完善

要实现目标，就要不断地自我完善，当你不停地在自己有优势的方面努力时，你的能力才会得以更好的提升，进而你才会得以更好地发展。

做到巧于应变...../63

及时改变已有的预见...../65

做自己的人生向导...../66



- 用开放的眼光自我变通...../67
及时捕捉商机...../69
对实际变化的情况有效应对...../71
设定尽量拓展自己的目标...../72
善于改进自己...../74
提高自我思想的认知...../75
追求一种属于自己的理想人生...../77
真诚与责任感是人生的主导原则...../79
相信自己并正确地引导自己...../81
尽情体会丰富充实的人生...../82

第六章 大目标可以使你成为有大成就的人

美国哲学家爱默生说：“一心向着自己的目标前进的人，整个世界都给他让路！”

- 眼光的大小决定成功的大小...../85
突破障碍，发挥你的生命潜力...../87
保持一种健康的心态...../88
拿出超越敢为的魄力...../90
以高远的目标鞭策自己...../92
有规矩才能成方圆...../94
确切地描述出你希望得到的...../95
最大限度地开发自己的潜能...../97



第七章 做你想做的事

生命中充满了许多机会，有的足以使你功成名就，对于这样的机会你是否要主动争取，好好利用，就得看你自己的决定了。

- 你有能力扭转当前的状况...../99
- 享受胆识带来的回报...../101
- 按照自己的想法去改变...../102
- 拥有一点儿“冒险”精神...../103
- 努力去攀登成功的山顶...../105
- 别害怕犯错误...../107
- 掌握成功的主动权...../108
- 对他人表示关切来谋取成功...../109
- 敢于表现自己的个性...../111
- 超脱于繁杂琐碎的事务之外...../113
- 回忆美好的事情能振奋精神...../115



第八章 做你应该做的事

杰克·韦尔奇说：“我主要的工作就是去发掘出一些很棒的想法，扩张它们，并且以积极的速度将它们扩展到企业的每个角落。”

- 去做曾被拖延的事情...../117
- 做一个善于倾听者...../118
- 尽心尽力做平凡小事...../121



把自己的位置放得低一些...../122
继续走完下一里路...../124
做出成绩来...../125
养成从观察中记忆的习惯...../127
遇危难时临危不乱...../128
帮助需要帮助的人...../130
该说“不”时就说“不”...../131
什么也不能取代勤奋努力...../133
从细微处用心着力...../135
今天就开始行动...../136

第九章 做你最清楚的事

为明日准备的最好方法，就是要集中你所有的智慧，所有的热忱，把今天的工作做得圆满。

努力发挥自己的特长...../139
在竞争中汲取知识...../141
涉足自己熟悉的行业...../143
相信你的能力是独一无二的...../145
认清失败的本质...../147
不要任何事都躬亲力行...../149
爱惜自己的生命储能...../150
热心于本职工作...../151
在平凡中寻求成长...../153
认真衡量自己的能力...../155
视野要开阔，姿态要放低...../157



拖延是阻碍进步的恶习...../158
聆听的越多，学到的越多...../160
光说不做无益于事...../161

第十章 做你确信正确的事

根据其他一些人的判断而决定自己的选择是危险的，必须想办法避开，因为他人的观点可能有偏见，而且经常有偏见，因此，你要做你确信正确的。

最困难的才是最美好的...../163
将自己置身于行动中...../165
寻找朝阳行业谋求成功...../167
积小博大者胜...../169
接纳有教益的批评...../171
受到挫折要放宽心...../172
有选择性的模仿才会有突破性的创造...../174
运用创造力解决问题...../176
用新的方式开创新的起点...../178
成功有赖于创造精神...../180



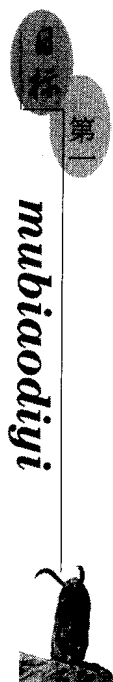
第十一章 做你认为最重要的事

在某种意义上，人生就是选择对自己最重要的事，然后去完成它，实现它。



M U B I A O D I Y I

- 依据你的价值观去选择...../183
- 把分散精力的要求置之度外...../185
- 恪守珍惜时间的原则...../187
- 认清事实的真相再去做...../188
- 理解事情的战略要点...../191
- 一次做好一件事情...../192
- 有效利用当下的时间...../194
- 只有生命才是最真实可贵的...../195





大目标可以使你更专注地 把握此时此刻

目标对当前工作、事业具有指导作用。也就是说，你现在所做的，必须是实现未来目标的一部分，因此你要懂得把握现在，重视现在。

第一章

将当下的目标具体化



你最好把有助于你达到中期和远期目标的近期特定目标写下来，设定当下目标并把握住，可以避免浪费时间，避免漫无目的地瞎干。

生活中，每个人都有当下具体的目标。比如说，你准备明天做什么，或希望下个星期与下个月做什么。你最好把有助于你达到中期和远期目标的近期特定目标写下来，这样目标会更容易实现。

如果你对自己在学校里的学习成绩不够满意，想改变自己的落后状况，取得更高分数，那么你就必须确立一个你所向往的明确目标，而不是含糊其词的想法。像“我想学好更多的课程”或者“我想取得更好的成绩”的想法是不行的，你的期望必须是一种具体的目标。如果你的目标是

大目标可以使你更专注地把握此时此刻



想获得一个更好的工作，那你就必须把这一工作具体表述出来，并自我限定在哪一段时间得到这份工作。

为达到一个目标，你必须事先要有一个清晰的概念，把目标具体化。你要了解对你最必要的是你应该在这个时候决定你的当下目标是什么：要具有健康的身体和健全的心智；要获得财富；要成为一个品行良好的人；要成为一个好的公民、好父亲或母亲、好丈夫或太太、好儿子或女儿。

如果你目前的理想和愿望还不够明确，不足以成为一个目标，那你可以想像一下几年以后成功的你是什么样子，对此，你可以自问：我想受到多程度的教育？我想做什么样的工作？我期望过什么样的家庭生活？我喜欢住什么样的房子？我想赚多少钱？我想结交什么样的朋友？你还可以这样试一试：在一周内每天花 10 分钟列出所有你当下心中想做到的事。一星期后你手头就会有几十个甚至上百个具体的要求。这样做会迫使你写出自己的愿望，这是开始把你的具体要求变为目标的最好方法。

设定当下目标并把握住，可以避免浪费时间，避免漫无目的地瞎干。而无论你采用什么方法，一定要运用积极的人生观才能实现你生命中的高远目标。积极的人生观是一种催化剂，它能使各种成功要素共同发生作用来帮助你实现目标。

明确目标是成功之始，而一个积极向上的目标会使你变得强大有力，会使你胸怀远大的抱负；积极的目标在你失败时会赋予你再去尝试的勇气，会使你不断奋进；积极的目标会给你前进的动力，使你避免后退，不再为过去担忧；积极的目标会将理想中的“我”与现实中的“我”统一起来，使你走向成功。

目标并不是方向，而是目的地。生活中许多人之所以没有成功，主要原因就是他们往往不明确自己的行动目标。我们必须首先确定自己想干什么，然后才能达到预定的目标。同样，只有明确自己想成为什么样的人，才能把自己造就成那样的有用之材。



找到正确的方向



假如你的一个目标发生了问题，应当更换另一个目标，这样才能重新认识自己，才能把事情做成。

确定了目标，也就是确定了方向。假如你的一个目标发生了问题，应当更换另一个目标，这样才能重新认识自己，才能把事情做成。

1888年，作为银行家的里凡·莫顿先生成为美国副总统候选人，一时声名显赫。1893年夏天，时任美国司法部部长的詹姆斯·威尔逊先生到华盛顿拜访里凡·莫顿。在谈话之中，威尔逊偶尔问起莫顿是怎样由一个布商变为银行家的，里凡·莫顿说：

“那完全是因为爱默生的一句话。当时我还在经营布料生意，业务状况比较稳定。但是有一天，我偶然读到爱默生写的一本书，爱默生在书中写的这样一句话映入我的眼帘：‘如果一个人拥有一种别人所需要的特长，那么他无论在哪里都不会被埋没。’这句话给我留下了深刻的印象，顿时使我改变了原来的目标。

“当时我做生意本来就很守信用，但是与所有商人一样，难免要去银行贷款些款项来周转。看了爱默生的那句话后，我就仔细考虑了一下，觉得当时各行业中最急需的就是银行业。人们的生活起居、生意买卖，处处都需要金钱；天下又不知有多少人为了金钱，要翻山越岭，吃尽苦头。

“于是，我下决心抛开布业，开始创办银行。在稳妥可靠的情况下，我尽量多往外放款。一开始，我要去找贷款人，后来，许多人都开始来找我。可见，任何事情，只要踏踏实实地去做，不可能失败。”

事实上，有许多人因为一生做着不适合自己的工作而遭到失败。在这

第一章

大目标可以使你更专注地把握此时此刻

