

大家好，我是你们的朋友，小诺。

上周，我们和大家提到了  
震荡市的应对方法，其中提到了基金定投。那么，  
什么是“定投七步法”，真的有用吗？

其实目前网络上有好几种看起来不太相同的“定投七步法”，但是万变不离其宗，基本上可以归纳为以下七个步骤，不同方法之间的区别可能只在于把哪些行为归入到第几步，并不影响核心思路：

第一步、判断当前及未来的可用资金情况；

第二步、了解自己的风险承受能力；

第三步、设定一个合理的定投“小目标”；

第四步、选择适合自己的基金产品；

第五步、制定可执行的定投计划；

第六步、观察、应对变化，长期、纪律性投资；

第七步、适时止盈；

### ？“烹饪”定投的“七步法”？

？那么怎么理解这七步呢？网上大多数解释比较复杂，这里我给您带入一个场景。

咱们先回想一下，最开始做菜的时候，是一个什么样的步骤。

#### 1.先想好这顿饭打算花多少钱

？

在开始做菜之前，咱们最先想到的，其实是这顿饭打算做多少东西，花多少钱。理性的消费者是不会每个月第一天就把一个月工资都吃掉，剩下二十多天喝西北风的。

。

其实做定投也是这样。在开始之前，先明确自己当前的家庭“资产—负债”情况，也就是说，先

统

计出

来收入有

多少，扣除掉贷款

、负债、每个月正常开支之后还有多

少结余。因

为定投是长期的纪律性投资，所以还需要考虑未来1-3年内自己收入水平是否会有较大变化，或者有较大资金需求。充分考虑到以上情况之后，才能确定好自己可以用来定投的“闲钱”。

2.过滤掉不喜欢、不能吃的菜系。

？

有了一个预算之后，咱们脑海中可能会飞速回顾各种美味，然后第一时间过滤掉不适合自己的美食，比如“太油”、“太辣”、“过敏”等等，把自己不喜欢或者不适合吃的食物排除在外。

而在做定投之前，新手基

民往往容易忽略这个步骤，就是

对自己做一个比较完整的“[风险偏好测试](#)”。有的人喜欢“重口味”，追求刺激，想要“搏一搏单车变摩托”；而有的人追求安稳，觉得“平平淡淡才是真”。这些偏好不仅是由自身性格决定，也会受到人生所处阶段、收入水平等各种因素影响。

3.设定一个“小目标”。？

咱们刚开始做饭，一般心里也会对自己有个“小目标”。比如很多人会说，“不求好吃，能熟就行”，一般新手不太可能上来就说“我要做出五星级大厨的水平”。

？基金定投开始之前，小诺推荐大家设定一个适合自己的“小目标”，这些“小目标”期望获取的收益不同，实现的时长不同，也决定了我们后续定投决策的不同。当然，[要结合自己的风险偏好来设定目标](#)。

？4.决定具体要做的菜。

在确定好前面的事项之后，咱们就可以慢慢盘算出自己具体想做的菜名了。很多时候这几步在咱们脑海中可以快速的完成，那是因为咱们对于自己喜欢吃什么、能吃什么、不能吃什么已经非常了解了。

咱们理财时也需要养成这样的思维习惯。到了第四步，就可以根据前面三步划出的范围，通过对比“基金公司”、“基金经理”、“基金规模”、“风险收益情况”、“历史业绩”、“投资风格”等等因素，精心挑选出具体要定投的基金产品了。

？

5.根据自己的烹饪水平开始做菜。

到了这一步，就可以开始做菜了，但是咱们做的时候还是会先把做菜的步骤在脑海中过一番，再开始动手，并且在这个过程中，咱们会去尽量选择以自己当前的水平可以做得到的操作，切个“花刀”之类对新手来说又做不到意义又不是特别大的操作，会被我们剔除。

定投其实也是一种“计划”。新手定投先不要去追求那些“花刀”，可以先决定好定投的周期、节奏、策略，想想是“周定投”还是“月定投”？计划投资多长时间？能否坚持纪律性投资？市场点位低了要不要加码？诸如此类，想明白这些问题就可以开始定投了。

？

6.观察火候，掌握时机，稳定心态。

？

小诺刚学做饭的时候，就经常抱怨，很多菜谱老是爱写什么“油温七成热”、“放盐少许”，弄的人一头雾水，抓着菜谱就想逼问作者“七成热是多热”、“少许是多少”？但后来才明白，做菜要根据食材的具体情况、锅的大小、导热情况、油的不同、菜的多少、火力的大小等等各种外在情况来相应处理。

其实基金定投也是这样的。很难用一些说死的硬性条件

来衡量，  
它需要观  
察市场，把握时机  
，需要稳定心态，长期持有，做时间  
的朋友，这些才是大部分定投策略的底层逻辑。

?7.及时起锅。

?  
做菜的时候会发现，什么时候起锅很关键。早了怕不熟、不进味，晚了怕老了、糊了。

基金定投也是  
的，有种说法叫做“傻傻的  
买，聪明的卖”，说的就是  
定投什么时候卖出“止盈”很重要

。在最高点卖出是每个投资者的理想状态，但难度系数跟在空气中徒手接子弹也没啥差别。更多的时候，面对上涨，总想再多赚一点，结果让“煮熟的鸭子”飞走了，不仅没赚到，可能又因为波动让自己亏损回去。所以如何止盈是每个投资者的必修课。目前比较常见的止盈方法有“设定盈利目标”、“分批止盈”、“机会成本止盈”、“最大回撤止盈”、“动态止盈”等等，都可以了解一下。

### 小结?

定投跟做菜有一个地方很相似，那就是这二者，既是技术，在某种程度上也是艺术。不管是“七步法”，还是“五步法”，归根结底，二者都需要足够了解自己，根据每个人的偏好不同来调节，没有  
“最好”，只有“最适合”。  
二者都需要掌握“火候”，跟时间做朋友，需要耐心等待，需要仔细观察。

最复杂的食材，往往只需要最简单的烹饪方法。想明白了这些，即使不用多么复杂的方法，您的定投也会“真香”的~

风险提示：市场有风险，投资需谨慎。投资人应当充分了解基金定期定额投资和零存整取等储蓄方式的区别。定期定额投资是引导投资人进行长期投资、平均投资成本的一种简单易行的投资方式。但是定期定额投资并不能规避基金投资所固有的风险，不能保证投资人获得收益，也不是替代储蓄的等效理财方式。投资者投资于本公司的基金时，应认真阅读《基金合同》、《托管协议》、《招募说明书》、《风险说明书》、基金产品资料概要等文件及相关公告，如实填写或更新个人信息并核对自身的风险承受能力，选择与自己风险识别能力和风险承受能力相

匹配的基金产品。投资者需要了解基金投资存在可能导致本金亏损的情形。基金管理人承诺以诚实信用、勤勉尽责的原则管理和运用基金资产，但不保证基金一定盈利，也不保证最低收益。基金管理人管理的其他基金的业绩不代表本基金业绩表现。基金的过往业绩及其净值高低并不预示其未来业绩表现。基金管理人提醒投资者基金投资的“买者自负”原则，在做

出投资决策后，基金运营状况与基金净值变化引致的投资风险

，由投资者自行承担。我国基金运作时间较短，不能反映股市发展的所有阶段。