

Mit S.M.A.R.T. formulierten Zielen programmieren Sie den Erfolg

Bei der positiven Formulierung von Weg-Zielen hilft Dir die S.M.A.R.T.- Technik. Sie ist vielfach in der Praxis erprobt und einfach einzusetzen. S.M.A.R.T umfasst 5 Prüfkriterien, denen Zielformulierungen genügen müssen. Erfüllt Deine Zielformulierung die Kriterien in jedem Punkt, ist die Chance sehr groß, dass Du das Ziel auch erreichen wirst!

Mit S.M.A.R.T. – Kriterien Zielformulierungen prüfen

S.	S. = Spezifisch konkret Was genau willst Du? S. = Simpel Ist das Ziel einfach formuliert? S.= Selbstinitiiierbar u. kontrollierbar Ist das Ziel 100%-ig von dir oder dem Mitarbeiter zu steuern?
M.	M. = Messbar Woran erkennst Du, dass Du das Ziel erreicht hast?
A.	A. = Attraktiv Willst Du es wirklich? Bist Du bereit dich dafür zu engagieren und den Preis zu bezahlen? A. = Als ob jetzt Ist das Ziel in der Gegenwart formuliert?
R.	R. = Realistisch Liegt es im Bereich des für dich Möglichen? (Hältst Du es für machbar?)
T.	T.= Total positiv Ist das Ziel positiv und ohne Vergleich beschrieben? T.= Timing Wann genau ist das Ziel erreicht?

Ziele messbar machen

Absichtserklärung	Operationale Ziele
Wir wollen den Umsatz steigern.	Der Umsatz ist im Mai um 25% gestiegen!
Die Servicequalität soll besser werden.	Anfragen werden ab heute, dem 25.05.2028 binnen 3 Tagen beantwortet!
Ich intensiviere die Außendiensttätigkeit.	Jeden Tag besuche ich 8 Kunden.

Formblatt Zielvereinbarung:

Ziele	Meilensteine	Endtermin
1.		
2.		
3.		
1.		
2.		
3.		
1.		
2.		
3.		
Unterschrift MitarbeiterIn:	Unterschrift Führungskraft:	

Ziele-Workshop:

Wo stehst Du heute?	
Beruflich	
Finanziell	
Gesundheitlich	
Familiär	
Soziale Kontakte	
Welche Tätigkeiten kannst Du besonders gut?	
Welche Tätigkeiten führst Du besonders gerne aus?	
Was waren deine größten Lebenserfolge in deinem Leben und welche Fähigkeiten musstest Du einsetzen?	
Warum sind Ziele notwendig für ein erfolgreiches, erfülltes und glückliches Leben?	

<p>Schreibe bitte 3 Beispiele auf, bei denen die Angst vor dem Versagen dich daran gehindert hat, etwas zu tun, was Du tun wolltest.</p>	
<p>Misserfolge sind oft unsere besten Lehrmeister. Aus jedem Rückschlag kannst Du etwas lernen und darauf aufbauen. Nenne 3 Misserfolge, Enttäuschungen, die Du erlebt hast und schreibe nieder, was sie Dir gebracht haben.</p>	
<p>Wenn Du absolut sicher wärst, dass Du nicht scheitern könntest – welche Aufgabe würdest Du in Angriff nehmen?</p>	
<p>Notiere jetzt zu den aufgeführten Bereichen Deine Ziele:</p> <p>Beruflich</p>	
<p>Finanziell</p>	
<p>Gesundheitlich</p>	
<p>Familiär</p>	
<p>Soziale Kontakte</p>	

Hinterfrage Deine Ziele hart!

- Willst Du deine Ziele wirklich erreichen?
- Was hast Du davon, wenn Du dein Ziel erreicht hast?
- Was gefällt dir daran?
- Warum ist es für dich so wichtig, dein Ziel zu erreichen?
- Was ist das Beste daran?
- Was hat sich damit für dich erfüllt?
- Was bist Du bereit dafür zu tun?
- Notiere zu jedem Ziel den Zeitpunkt, wann Du es erreicht haben willst?
- Ist es realistisch? – falls nein: Ändere dein Ziel so ab, dass es zu 50% Aussicht auf Erfolg hat.
- Was fehlt Dir noch, um das Ziel zu erreichen?
- Wie könntest Du dir die fehlenden Dinge besorgen?
- Gibt es jemanden, der in dieser Sache bereits erfolgreich ist, von dem Du lernen kannst?
- Woran erkennst Du, dass Du dein Ziel erreicht hast?
- Stell' dir vor, Du hättest dein Ziel jetzt schon erreicht (auf Repräsentationsebene achten!). „Wie würdest Du es erleben, fühlen, sehen...?“ Welche Körperhaltung gehört dazu? Nimm diese jetzt ein!

Ökologie-Check

- Was passiert in deinem Umfeld, wenn Du dein Ziel erreicht hast?
- Was hat sich bei Dir verändert?
- Wie sehen deine einzelnen Lebensbereiche aus? Was ist anders?
- Sind diese Veränderungen akzeptabel für dich?
- Möchtest Du diese Konsequenzen in Kauf nehmen?

Unterteile dein Ziel in mehrere kleine Ziele.

- Was ist der erste Schritt, den Du umsetzt?
- Wann fängst Du womit an?