

Ziele verfolgen

Was immer Sie sich vornehmen: Sie sollten systematisch an Ihre Ziele herangehen. Dabei muss jeder für sich seinen eigenen Weg und das richtige Tempo finden. Mit der richtigen Planung sichern Sie Ihren Erfolg ab.

Viele Silvestervorsätze zeigen: Der Erfolg hängt allein von der konsequenten Umsetzung ab.



BEI DEM THEMA GEHT ES UM DIE FRAGEN:

- Wie berücksichtigen Sie Ihre Ziele im Alltag?
- Was tun Sie bei unerwarteten Veränderungen?
- Wie gehen Sie mit Rückschlägen um?



Welche Erfahrungen haben Sie bisher mit der Umsetzung persönlicher Ziele gemacht?

Was hat gut funktioniert, wo gab es Schwierigkeiten?

Keywords

Belohnung Enttäuschung Erfolge Etappenziel Misserfolge Priorität
Rückschläge Trittsteine Umsetzungsplan Zielverfehlungen

Verfolgen Sie Ihre Ziele konsequent

Sie können sehr anspruchsvolle Ziele erreichen – aber das geht nur Schritt für Schritt. Ihr Umsetzungsplan sollte nicht zu anspruchsvoll sein. Er darf Sie zeitlich nicht überfordern.

– **Setzen Sie Zwischentermine.**

Ein großes Ziel lässt sich immer in Teilziele aufsplitten. Jedes Teilziel können und sollten Sie mit einem Termin versehen: *Bis Ende März habe ich einen detaillierten Plan für die Umsetzung meines Vorhabens erarbeitet.*

– **Planen Sie jeden Schritt im Detail.**

Legen Sie fest, was Sie tun wollen, um das Zwischenergebnis bis zum festgesetzten Termin zu erreichen. Machen Sie dafür Ihren Detailplan, der maximal sieben Schritte enthalten sollte. Diese Schritte sollten Sie möglichst nacheinander angehen können. So schützen Sie sich davor, vieles gleichzeitig anzuschieben. Sie können sich ganz auf das Nächstliegende konzentrieren.

– **Gleichen Sie Ihren Umsetzungsplan mit Ihren übrigen Aufgaben ab.**

Die Umsetzung Ihrer Ziele erfordert Zeit und Energie. Beides müssen Sie aufbringen. Das kann zu Konflikten mit etlichen anderen Pflichten führen, die mehr oder weniger geplant Ihren Alltag bestimmen. Denn auch ohne Ihre Ziele haben Sie jede Menge Aufgaben beruflicher, familiärer und persönlicher Natur. Die möchten und müssen Sie erfüllen. Achten Sie darauf, dass Ihr Umsetzungsplan nicht mit diesen Aufgaben kollidiert.

– **Ziehen Sie regelmäßig Zwischenbilanz.**

Jeder Zwischentermin ist eine gute Gelegenheit, Ihren Fortschritt zu überprüfen:

Was hat gut funktioniert? Was weniger gut? Woran lag das?

Auf diese Weise erkennen Sie die Trittsteine, die Ihnen helfen, voranzuschreiten, aber auch die Stolpersteine, die Sie tunlichst vermeiden sollten. Fragen Sie sich auch:

Was folgt daraus für meine nächsten Schritte? Wie kann ich meinen Erfolg absichern?

– **Schaffen Sie eine Brücke zum Alltag.**

Wenn Sie Ihren Tag planen, können Sie alles, was zu tun ist, mithilfe einer einfachen Frage beurteilen:

Was führt mich zu meinen Zielen?

Diese Dinge sollten Priorität haben. Wenn Sie neue Vorhaben starten oder neue Aufgaben übernehmen, fragen Sie sich:

Führt mich das zu meinen Zielen?