



**ONLINE-TRAINING FÜR FÜHRUNGSKRÄFTE**  
Wie Sie die Führung von Mitarbeitern heute und morgen erfolgreich meistern.

**Herzlich Willkommen!**

**Ziele**

Modul 5 - Video 3

# Was lernen Sie in diesem Video?

- Was ist überhaupt ein Ziel und welche Zielkriterien gibt es?
- Inwieweit hilft mir mein Ziel dabei, in meinem Leben das zu erreichen, was ich erreichen will?
- Was sollte ich beim Definieren eines Ziel beachten, damit ich es auch wirklich erreiche?
- Was ist wichtiger: Der Weg zum Ziel oder das Ziel selbst?

# Was sind überhaupt Ziele?

- „Ein Ziel ist ein **in der Zukunft liegender**, gegenüber dem Gegenwärtigen **veränderter**, **erstrebenswerter und angestrebter Zustand**.“
- „Ein Ziel ist somit ein **definierter** und **angestrebter Zustand** zu einem **Zweck**.“
- Zweck wird in diesem Zusammenhang als Endziel oder Finalursache verstanden.



# Ergebnisorientierung vs. Maßnahmenorientierung

- Sind Sie wirklich ergebnis-orientiert?
- Wozu wollen Sie dieses Ziel wirklich erreichen?
- Was ist Ihr Ziel hinter diesem Führungskräftetraining?
- Orientieren Sie sich nicht an Maßnahmen, sondern an Ergebnissen.
- „Viele sind hartnäckig in Bezug auf den einmal eingeschlagenen Weg, wenige in Bezug auf das Ziel.“ Friedrich Nietzsche
- Steht Ihr Ziel in Harmonie oder in Konflikt mit Ihren Werten?

# Warum überhaupt Ziele?

- „Nur wer sein Ziel kennt, findet den Weg.“ Laoze
- „Wer den Hafen nicht kennt, in den er segeln will, für den ist kein Wind der richtige.“ Seneca
- „Kaum verloren wir das Ziel aus den Augen, verdoppelten wir unsere Anstrengungen.“ Mark Twain
- „Wir sind nur dadurch erfolgreich, dass wir uns im Leben ein einzelnes beherrschendes Ziel setzen, und diesem Ziel alle anderen Überlegungen unterordnen.“ Dwight D. Eisenhower
- „Nur wer seinen eigenen Weg geht, kann von niemandem überholt werden.“  
Marion Brando

# Welche Arten von Zielen gibt es?

- Persönliche Ziele, berufliche Ziele
- Langfristig, mittelfristig, kurzfristig
- A-Ziele, B-Ziele, C-Ziele
- Ziele sind Diener, nicht Herren
- „Der Weg ist das Ziel.“



# Definieren und formulieren von Zielen

- Was möchte ich im Leben/Beruf erreichen? Und warum? Und wozu?
- Schriftlich, präzise, positiv
- Visualisierung: Wie wird es sein, wenn ich dieses Ziel erreicht habe?
- Die meisten Menschen überschätzen, was sie in einem Jahr erreichen können und unterschätzen, was sie in 10 Jahren erreichen können.



# Prüfung von Zielen

- Passt das Ziel zu Ihrem Lebens-Sinn?
- Löst das Ziel Vorfreude und Energie aus?
- Warum lohnt sich dieses Ziel für Sie?
- Für welche (-n) Ihrer Werte steht das Ziel?
- Was würden Sie verpassen, wenn Sie dieses Ziel nicht anstreben/erreichen?
- Haben Sie die Kontrolle über die Ziel-Erreichung?
- Was stoppt Sie? Was könnte Sie stoppen?



# Ausformulierung von Zielen nach SMART

- SMART (ER):
  - **S**pezifisch
  - **M**essbar
  - **A**nspruchsvoll
  - **R**ealistisch/ **R**elevant
  - **T**erminiert
  - **E**thisch korrekt/ **E**valuert
  - **R**e-Adjust (anpassen)



# Positiv vs. Negativ

- Die meisten Menschen wissen nur, was Sie nicht wollen.
- Unser Gehirn kann keine Negationen verarbeiten.
- Wir nutzen mehr Kräfte wenn wir beide Arten der Motivation verwenden:
  - Freude (hin-zu)
  - Schmerz (von-weg)
- Motivation entsteht nur durch Emotionen.
  - Welche positiven Emotionen verbinden Sie mit dem Erreichen des Ziels?
  - Welche negativen Emotionen werden mit dem Erreichen des Ziel wegfallen?

# Woher kommen unsere Ziele?

- Unser Umfeld, unsere Sozialisation
- Sinnvoll für junge Menschen: Vorbildern nachzueifern.
- Als Erwachsene sollten wir unsere Energie darauf ausrichten, unseren eigenen Weg zu gehen, um unserem Leben einen eigenen Sinn zu geben und damit unseren eigenen Beitrag zum Ganzen zu leisten.
- Fremden Zielen nachzujagen laugt seelisch aus.



Es geht in letzter Konsequenz nicht um das Ziel. Es geht um den Menschen, den wir auf dem Weg zu diesem Ziel werden.

Auf der einen Seite brauchen wir sinnvolle Ziel-/Ergebnisorientierung  
(kurz- bis langfristig).

Auf der anderen Seite leben wir unser Leben so wie wir unsere einzelnen  
Tage leben.

# Vergangenheit - Gegenwart - Zukunft

- Zeit ist eine Illusion.
- Alles, was wir je erlebt haben, fand in der Gegenwart statt.
- Alles, was wir je erleben werden, wird in der Gegenwart stattfinden.
- Das Leben findet also in der Gegenwart statt. Nur dort.
- Zeit ist eine sinnvolle Konstruktion unseres Verstandes. Aber auch nicht mehr.

# Zusammenfassung des Videos

- In diesem Video haben Sie gelernt,
  - ...dass es wichtig ist, Ziele zu haben - aber auch den Weg dorthin nicht zu vernachlässigen.
  - ...dass es einen großen Unterschied zwischen kurzfristigen und langfristigen Zielen gibt.
  - ...dass die Formulierung von Zielen anhand von den SMARTER-Kriterien vorgenommen werden sollte.
  - ...dass Ihre Ziele auch wirklich Ihre Ziele sein sollten - und es letztlich nicht nur um das Ziel geht, sondern um den Menschen, der auf dem Weg dorthin werden wird.

Notiz-Text zum Kopieren