



**PERSÖNLICHKEITS-
ENTWICKLUNG
ZIELE SETZEN
SMART**



VETACADEMY

SMART-ZIELE SETZEN

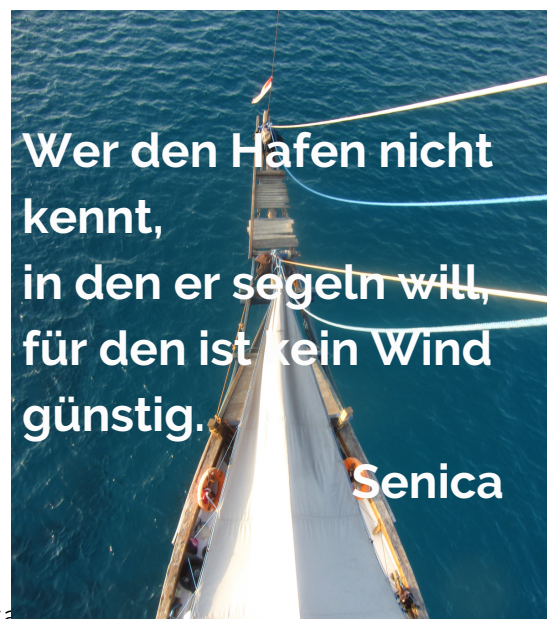
Wenn Du Dir ein Ziel setzt, ist es sinnvoll dieses gut zu **strukturieren und produktiv** zu nutzen. Es hilft bei der Formulierung des Zieles sicherzustellen, dass es sich **nicht** um einen **Wunsch** handelt und eine realistische Chance besteht es auch einzuhalten. Eine Möglichkeit dazu ist das SMART-Prinzip, welches ich Dir hier kurz vorstellen möchte.

SMART steht für:

S = spezifisch oder signifikant; d.h. die Ziele müssen ganz eindeutig definiert sein. Um arbeiten zu können, müssen die Ziele konkret, klar und unmissverständlich festgelegt werden. Die Frage die Dir bei der Klärung helfen kann ist: Was genau ist das?

M = messbar

Das Ziel sollte so formuliert werden, dass später objektiv erkennbar ist, ob Du das Ziel erreicht hast oder nicht. Verwende, nach Möglichkeit einen Wert oder eine Darstellung, zum Beispiel einen Prozentsatz, eine Zahl oder eine Maßeinheit. Dies wird in der Geschäftssprache auch oft als KPI bezeichnet, dem 'Key performance indicator'.



A = Ansprechend / Akzeptanz

Der Endzustand sollte von Dir, bzw. bei gemeinsamen Zielen, allen Teilnehmern akzeptiert und positiv beschrieben werden. Die Verwendung aktiver Verben in den Formulierungen hilft hierbei.

R = Realistisch

Ziele sollten aktiv durch Dein eigenes Verhalten, oder das des Teams, beeinflusst werden können. Es sollte also machbar und herausfordernd zugleich sein. Greife ruhig etwas höher, um Dich zu motivieren, ohne dabei abzuheben versteht sich. Denke immer daran, dass Du weder den Frust der `Unerreichbarkeit` schüren, noch die Latte zu tief anlegen möchtest.

T = Terminiert (zeitlich)

Setze Dir immer eine Frist. Zur Kontrolle ist ein fester Zeitpunkt am sinnvollsten. (Nicht die eigene Klinik ist das Ziel, sondern die Eröffnung am 1. Dezember 2021). Natürlich sind auch mehrere Daten für Unterschritte möglich, dann behandle jeden Schritt komplett wie ein eigenes Ziel. Z.B. am 1. Juli alle Anträge versandt haben und am 1. September Räumlichkeiten gefunden zu haben. Genauso gehst Du auch bei der Veränderung Deiner Verhaltensweisen vor. Lege klare Deadlines fest, wann Du was erreicht haben möchtest.

Die Reihenfolge in welcher Du arbeitest ist übrigens völlig egal. Ich würde Dir nur raten Dir eine für Dich passende Reihenfolge anzugewöhnen. Damit geht es jedes Mal schneller.

Wenn Du z.B. schon sicher den Zeitpunkt weisst, fange damit an. Oft ist die Messbarkeit ein Punkt der länger dauert und wird daher gern nach hinten geschoben. Warte aber nicht zu lang.

Wenn Du mit Deiner Persönlichkeit eher pragmatisch bist und generell sehr praktisch orientiert wird der Punkt des Realismus für Dich kein Handicap darstellen. Grundsätzlich könntest Du ihn somit auch rausschmeissen. Finde einfach Deinen für Dich passenden Ansatz.





Hier sind einige Fragen, die Dir dabei helfen können das SMART-Konzept für Dein Ziel umzusetzen.

Spezifisch	Sind die Aussagen klar? Immer wieder beliebt sind Mutmassungen oder alternative Auslegungen.
Messbar	Wie ist der Erfolg nachzuvollziehen? Sind Einzelschritte gut erkenn- und messbar?
Akzeptiert	Sind die Ziele attraktiv und akzeptiert? Sind sie anwendungsorientiert?
Realistisch	Ist die Zielsetzung realistisch für die Person, bzw. das Team? Besteht das Risiko einer Überforderung?
Terminiert	Gibt es eine klare Deadline? Sind Zwischenschritte definiert?

Am besten hältst Du Deine Ziele schriftlich fest. Gemäss einer Studie von Dr.Gail Matthews (Dominican University California) werden Ziele mehr verinnerlicht und signifikant mehr von denjenigen erreicht, welche Sie vorher niedergeschrieben haben. Und wer will das nicht?

