

## Übung: SMART Ziele setzen

Die SMART-Methode ist ein einfacher und strukturierter Weg, Ziele zu formulieren und eine gute Basis, für die Erstellung eines detaillierten Zeitplans für die Erreichung des Ziels.

Suchen Sie eines Ihrer Ziele aus und entwickeln Sie es über die unten stehende Vorlage. Danach können Sie ein Handlungskonzept entwerfen und mit der Umsetzung beginnen.

Schritte	Merkhilfe	Fragen und Antworten	Fertig?
1	<b>S</b> pezifisch	Q1: Was ist das Ziel? A1:  Q2: Was sind die Einzelheiten des Ziels? A2:  Q3: Was will ich mit dem Ziel erreichen? A3:  Q4: Wer ist beteiligt? A4:  Q5: Wo soll es stattfinden? A5:  Q6: Welche Ressourcen sind verfügbar? A6:	<input type="checkbox"/>
2	<b>M</b> essbar	Q1: Wie kann ich Fortschritt messen? A1:  Q2: Habe ich die entsprechenden Instrumente, um den Fortschritt zu messen? A2:  Q3: Wie werde ich wissen, dass ich mein Ziel erreicht habe? A3:	<input type="checkbox"/>
3	<b>A</b> ngemessen ambitioniert	Q1: Habe ich die finanziellen Mittel, um mein Ziel umzusetzen? A1:	<input type="checkbox"/>

			<p>Q2: Habe ich die entsprechenden Fähigkeiten und den entsprechenden Willen? A2:</p> <p>Q3: Habe ich Zugang zu Hilfe, falls nötig? A3:</p> <p>Q4: Habe ich alle notwendigen Ressourcen? A4:</p> <p>Q5: Habe ich genug Zeit, das Ziel zu erreichen? A5:</p>	
<b>4</b>	<b>R</b>	<b>ealistisch</b>	<p>Q1: Warum ist das Ziel wichtig? A1:</p> <p>Q2: Ist das Ziel meine Zeit wert? A2:</p> <p>Q3: Ist es der richtige Zeitpunkt für diesen Schritt? A3:</p>	<input type="checkbox"/>
<b>5</b>	<b>T</b>	<b>erminiert</b>	<p>Q1: Wann werde ich das Ziel erreichen? A1:</p> <p>Q2: Wann will ich die einzelnen Schritte umsetzen? A2:</p> <p>Q3: Wann kann ich mit den ersten Ergebnissen rechnen? A3:</p>	<input type="checkbox"/>