



Wie Ziele erreicht werden.

Warum erreichen so viele Menschen - und leider auch viele Unternehmer und Selbstständige - ihre Ziele nicht? Nun, weil die meisten gar keine oder die falschen Ziele haben. Wer keine Ziele hat, kann auch nirgendwo ankommen. Falsche Ziele bleiben unerreichbar. Und wenn man den Weg zum Ziel nicht erkundet hat, wie soll man dann irgendwo ankommen. Auf eine Urlaubsreise angewendet, wird sofort klar, wie absurd unser Vorgehen in diesem Fall tatsächlich wäre: Wir würden nicht wissen, wohin wir reisen wollen, uns wäre allerdings klar, wohin wir nicht reisen wollen. Wir hätten eine unpräzise oder gar keine Vorstellung darüber, auf welchem Weg wir das Ziel erreichen wollen.

Wie wichtig klare, konkrete und schriftliche Ziele und die konkrete Planung sind, mag auch dieses Beispiel illustrieren: Im Rahmen einer Langzeituntersuchung der Yale-Universität wurden Studenten der letzten Semester befragt, ob sie ihre Ziele niedergeschrieben und eine konkrete Planung erstellt hätten. Lediglich 3 Prozent der Studenten beantworten diese Frage positiv. 20 Jahre später wurden diese Studenten wiederum befragt. Es stellte sich dabei heraus, dass die 3 Prozent der **Studenten mit den schriftlich fixierten Zielen erfolgreicher waren** als die Gesamtheit der übrigen 97 Prozent, die keine schriftlichen Ziele hatten. Außerdem waren diese Studenten zufriedener und glücklicher.

Ihre Ziele ermitteln

Es bedarf selbstbestimmter und konkreter Ziele, die alle ihre Lebensfelder abdecken. Berücksichtigen Sie nur einige Lebensfelder oder beschränken Sie sich gar nur auf Ihr Lebensfeld „Unternehmer sein“, so werden Sie wichtige andere Bereiche vernachlässigen. In Ihr persönliches Gleichgewicht kommen Sie nur dann, wenn Sie Ihre Ziele entsprechend Ihrer ganz persönlichen Prioritäten verfolgen. Nur dann werden Sie Erfolg haben.

Formulieren Sie langfristige Ziele immer GROSS. So groß, dass sie Ihnen eigentlich unrealistisch erscheinen. Wunderbar ist: Ziele haben die Eigenschaft, Wirklichkeit zu werden, wenn Sie von diesen wirklich überzeugt sind sowie Sie diese geplant und mit Ihrer ganzen Energie anstreben.

Ihre Ziele sollten unbedingt immer **SMART sein**, das bedeutet die Ziele sollten:

- > **SCHRIFTLICH:** sinnesspezifisch erlebbar fixiert, vor allem visualisiert, werden,
- > **MESSBAR:** messbare Erfolgskriterien haben,
- > **ATTRAKTIV:** ein für Sie persönlich attraktives Ziel sein,
- > **REALISTISCH:** für Sie eigenständig erreichbar,
- > **TERMINIERT:** mit einem exakten Termin versehen sein.

Überprüfen Sie Ihre Ziele immer, ob sie einer objektiven Kosten-Nutzen-Analyse standhalten.

In dieser Phase sollten Sie alle Argumente und Aspekte abwägen, die gegen die Zielerreichung sprechen und dann das Ziel ggf. noch einmal bewerten.

Wenn Sie sich für ein Ziel entschieden haben, sollten Sie es sich so konkret wie möglich vorstellen, wie es sein wird, wenn Sie dieses Ziel erreichen. Machen Sie sich Ihr Bild: Bei wichtigen Zielen ist es hilfreich, sich Fotos, die die Ziele visualisieren, an einem Ort aufzuhängen, an dem Sie sich oft und lange aufhalten. Bewährt hat sich auch eine Ziel-Collage, zusammengestellt aus Ihren Zielbildern, die Sie in Zeitschriften finden oder z.B. im Internet bei Google Bilder.

Ziele sollten Sie unbedingt immer schriftlich formulieren, denn nur so fixieren Sie Ihre Ziele und schließen quasi einen Vertrag mit sich selber ab. **Die schriftliche Formulierung erlaubt es Ihnen auch, Ihre Ziele und Ihre Zielerreichung immer wieder zu kontrollieren.**

Insbesondere bei den langfristigen Zielen kann es vorkommen, dass sich Ihre Ziele mit der Zeit verändern, da sich Ihre persönlichen Prioritäten geändert haben. Dann haben Sie sich weiterentwickelt und die Ziele harmonisieren nicht mehr mit Ihrer Entwicklung. In diesem Fall sollten Sie Ihre langfristigen Ziele anpassen und Ihre Planung entsprechend verändern. Vermeiden sollten Sie unbedingt, Ihre Ziele eigenen Realitäten anzupassen und diese so sukzessive immer weiter zu verkleinern.

Ihren Weg planen

Für Ihren Erfolg ist es unverzichtbar, dass Sie bei der Erreichung Ihrer Ziele und Teilziele nach Plan vorgehen. Also eine ganz konkrete Planung der Schritte und Maßnahmen entwickeln, die zur Erreichung Ihrer Ziele sinnvoll und (Fortsetzung Rückseite)

notwendig sind. Jeder dieser Schritte ist wiederum für Sie ein Teil- oder Unterziel. Sie sollten umso detaillierter planen, je kurzfristiger ein Teilziel ist.

Hilfreich ist es auch, Ihre Planung rückwärts zu machen. Also: Sie stellen sich vor, dass Sie das Ziel schon erreicht haben. Dann planen Sie retrograd die Schritte und Aktivitäten, die es Ihnen möglich gemacht haben, dieses Ziel zu erreichen. Nach Fertigstellung dieser Rückwärtsplanung gehen Sie dann Schritt für Schritt den geplanten Weg, diesmal natürlich vorwärts.

Einige ganz praktische Empfehlungen:

> Für jeden von uns ist es zunächst ungewohnt, das Leben zu planen. Das gilt insbesondere für alles, was das persönliche Leben, die Familie oder Freunde betrifft. Jedoch bedürfen auch diese Lebensfelder einer Planung und Sie werden feststellen, wie mit der Zeit Ihr Leben reicher wird. Denn Sie beginnen auch hier, bewusst zu leben und Ihre Ziele immer mehr zu erkennen und mit Konsequenz zu verfolgen.

> Planung ist zeitaufwändig, das gilt vor allem für den Anfang. Mit der Zeit werden Sie feststellen, dass Sie mehr Zeit, als Sie für die Planung verwenden, bei der eigentlichen Realisierung und Ausführung einsparen. Also: Letztendlich werden Sie effektiver und erreichen vor allem viel mehr als ohne Planung!

> **Planung erfordert nicht nur zu Anfang ein hohes Maß an Disziplin**, denn Sie müssen langfristige Gewohnheiten zum Beispiel bezüglich Ihres Tages- oder Wochenablaufes verändern. Planen Sie deshalb Ihre Planung wie andere Termine und Aufgaben fix in Ihren Tagesablauf ein. Halten Sie sich strikt an diesen Ablauf und Sie werden mit der Zeit feststellen, wie die Planung für Sie zu einer Selbstverständlichkeit wird. Aber: So lange müssen Sie aus eigener Kraft und Energie durchhalten.

> **Planen Sie alles, was wichtig ist, schriftlich.** Denn nur so können Sie komplexe langfristige Planungen im Griff halten und sich selber bei der Planausführung kontrollieren.

Detaillierte Ablaufplanungen können Sie natürlich auch computerunterstützt mit den üblichen Programmen machen. Hier empfiehlt sich auch Mindmapping-Software, wie Freemind (kostenlos) oder Mindmanger (kostenpflichtig), da diese Programme besonders auf die Art des assoziativen Denkens abgestimmt sind.

Weitere praktische Tipps für den Erfolg

Natürlich werden Sie immer wieder auf Ihrem Weg begegnen, was wir üblicherweise ein Problem nennen. Besser ist es ein Problem als **Herausforderung** zu sehen, die es Ihnen möglich macht, zu wachsen und sich weiter zu entwickeln.

Machen Sie sich bitte dabei immer bewusst: Letztendlich hat jeder von uns alle erforderlichen Ressourcen, um jede Herausforderung zu meistern. Nur vertrauen wir leider uns selber und damit unseren Ressourcen oft nicht.

Verabschieden Sie sich bitte unbedingt von dem Wort „Problem“ und nehmen Sie Ihre Herausforderungen als das an, was sie wirklich sind: Ihre Chancen für Ihr Wachstum.

Sie werden auch immer wieder etwas machen, das landläufig als Fehler bezeichnet wird. Fehler bewerten wir oft negativ und schaden uns damit selber und nehmen uns die Energie. Hier empfiehlt es sich, das eigene Denken umzustellen. **Ihre Fehler sind nichts anderes als Ihre Lernschritte auf Ihrem Weg zu Ihrem Ziel.** Sie lernen mit jedem Fehler, dass der gewählte Weg nicht der richtige war und Sie einen anderen probieren sollten, der Sie dann zum Ziel führt. **Nennen Sie Fehler einfach Rückmeldungen, Erfahrungen oder Lernschritte, denn das sind sie tatsächlich.** Und Sie werden feststellen, wie Sie damit ganz anders umgehen können.

Noch eine Empfehlung: **Streichen Sie das Wort „nicht“** aus Ihrem Wortschatz und formulieren immer, was Sie wollen. Am Anfang wird es schwierig sein, ähnlich wie das Ablegen einer schlechten Angewohnheit. Mit der Zeit wird es immer einfacher werden und Sie werden feststellen, wie sich Ihr Denken immer stärker an Ihren Zielen ausrichtet. Automatisch entfernen Sie sich von dem, was für Sie eine negative Aura hat und schlechte Gedanken auslöst.

Der Unternehmercoach Jörg Mann ist spezialisiert auf die Bewältigung unternehmerischer oder persönlicher Herausforderungen von Unternehmern. Als Berater, Marketing- und Kommunikationsspezialist mit langjähriger eigener unternehmerischer Erfahrung unterstützt der Diplom-Kaufmann seit 22 Jahren Unternehmen unterschiedlichster Branchen und Größen. www.coach-fuer-unternehmer.com