



Ziele

Andreas Lohr

*“Es gibt ein Ziel, aber keinen Weg;
was wir Weg nennen, ist Zögern.”*

Franz Kafka

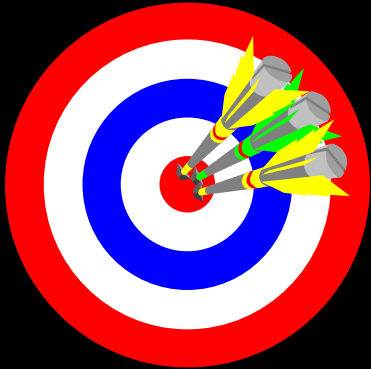
Inhaltsübersicht

- Grundbegriffe
- Was ist ein Ziel?
- Schriftlichkeit
- Ziele, Wünsche, Absichtserklärungen
- Attributionstheorie
- Zielkriterien
- Ziele sind: ...
- Vom Ist-Zustand zum Ziel
- Einfacher Zielklärungsprozeß
- Systemische Strukturaufstellung
- Gefahren bei Zielen
- Literatur

Grundbegriffe

- Wunsch : Gewünschte Orte, wo man hin will
- Strategie : Festlegung (Entscheidung) des Weges
- Ziel : Meilensteine des Weges
- Plan : Beschreibung des Weges
- Aktion : Einzelne Schritte des Weges
- Ergebnis : Ort, wo man tatsächlich gelandet ist.
- Kontrolle : Abgleich, ob man tatsächlich auf dem richtigen Weg ist

Was ist ein Ziel?



- „Ziele sind Träume mit Deadline!“
- Ziele sind innerlich erlebbare (vorstellbare), persönlich wünschenswerte Situationen.

Schriftlichkeit

- Berechnen Sie bitte: $364 * 674$ im Kopf
- Viele Aufgaben lassen sich nur schriftlich lösen.
- Arbeiten Sie deshalb immer schriftlich!
- Miller: 7 ± 2 Informationseinheiten (chunks) können bewußt verarbeitet werden.

Ziele, Wünsche, Absichtserklärungen

- Ziele beschreiben zukünftige Zustände, die aus eigener Kraft erreicht werden können.
- Wünsche liegen im Gegensatz zu Zielen außerhalb des eigenen Einflußbereiches.
- Absichtserklärungen sind Ziele, die jedoch dem Zielkriterium „konkret“ widersprechen.

Attributionstheorie

Attribution von Erfolg

	intern	extern
stabil	Kompetenz	Leichte Aufgabe
variabel	Anstrengung	Glück

Attribution von Misserfolg

	intern	extern
stabil	Inkompetenz	Schwere Aufgabe
variabel	Faulheit	Pech

Zielkriterien

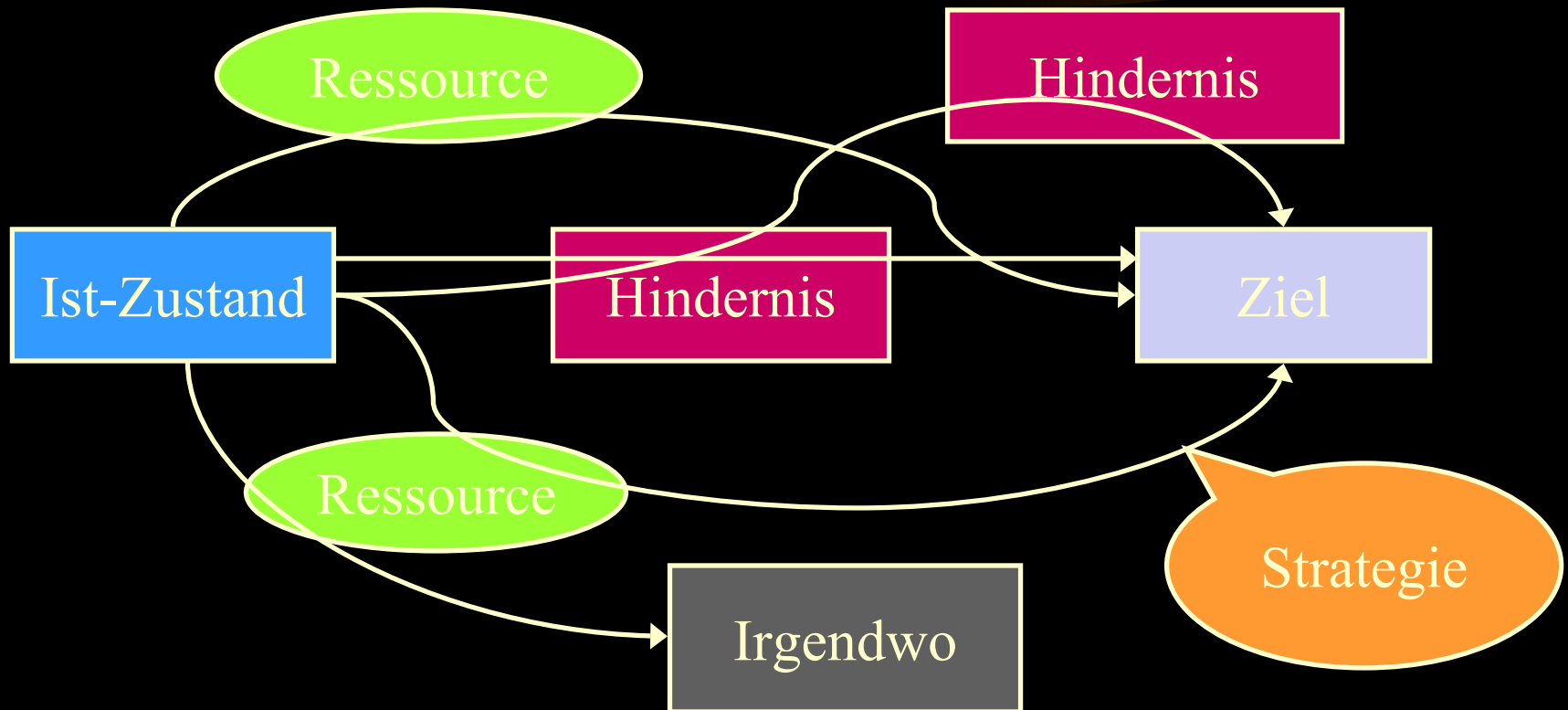


- Konkret (inhaltlich, zeitlich, sinnesspezifisch)?
- Positiv formuliert?
- Ohne Steigerungen und Vergleiche?
- Zu 100 % in der eigenen Kontrolle?
- Keine Weichmacher?
- Dein eigenes Ziel? (Persönlich erstrebenswert?)
- Realistisch, aber anspruchsvoll?
- Relevant (im Sinne der Meta-Ziele)

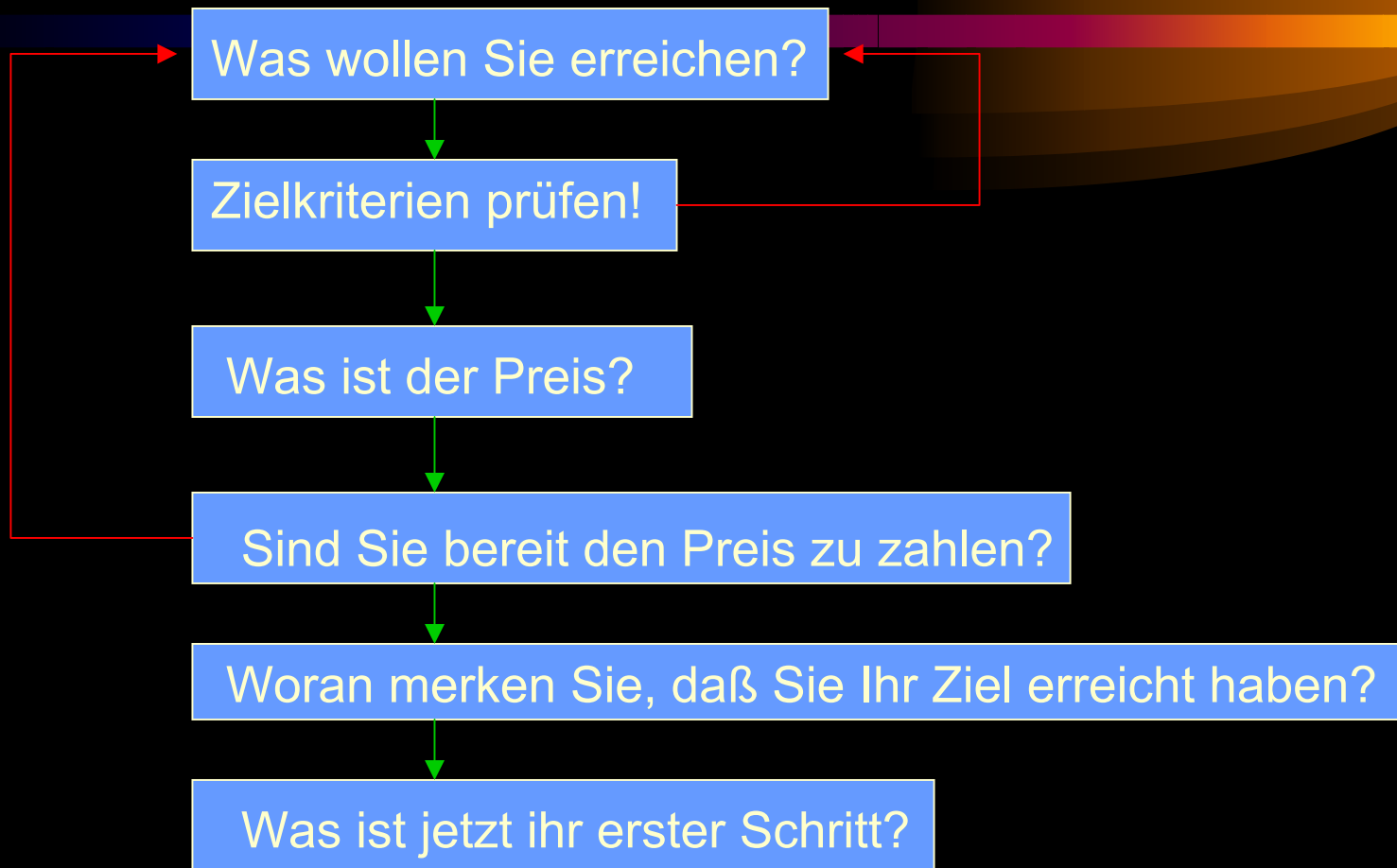
Ziele sind:

- Sehr spezifisch
- Sagen genau, was ich will
- Meßbar
- Kontrollierbar
- Planbar
- Erlebbar
- Machbar
- Realistisch
- Schriftlich
- Erstrebenswert
- Datiert
- Motivierend
- Positiv
- Eindeutig
- Bildhaft

Vom Ist-Zustand zum Ziel



Einfacher Zielklärungsprozess



Systemische Struktur- aufstellung



Zukünftige
Aufgabe

Ziel

Verdeckter
Gewinn

Hindernis

Fokus

Ressource

Gefahren bei Zielen

- Zu viele Ziele, relativ zu Zeit und Kapazität
- Unrealistische Ziele
- Kaum Ziele und Wünsche bzw. Ängste

Literatur

