

Ein Ziel zu formulieren, das dich in deinem Tun und Wirken – privat und auch im Job – voran bringt, kann zu einer Herausforderung werden. Dieses Handout kann dich bei der Formulierung deiner Ziele unterstützen. Eine von vielen Möglichkeiten ist zu prüfen, ob dein Ziel die „smarten“ Kriterien erfüllt.

Das Ziel muss **SMART** sein!

S – spezifisch (konkret)

M – messbar (Woran erkenne ich, dass ich mein Ziel erreicht habe?)

A – angemessen & attraktiv (Lohnt es sich für mich, das Ziel zu erreichen, bin ich motiviert?)

R – realistisch & relevant (Ist mein Ziel für mich erreichbar?)

T – terminiert (Bis wann will ich mein Ziel erreicht haben? Mach dir ein Zeitfenster auf. Es hilft Dir dran zu bleiben und gibt Möglichkeiten für Korrekturen und das Erkennen von erreichten Teilschritten.)