

Ziele SMART setzen

Ziel:

Spezifisch und konkret mit einer festen Absicht formuliert — Was möchte ich erreichen und warum?

Messbar - bestimme wie und wann ist das Ziel erreicht — Woher weiß ich, wann ich das Ziel erreicht habe?

Attraktiv und erreichbar — Wie kann ich dieses Ziel erreichen?

Realistisch und machbar innerhalb einer bestimmten Zeit — Ist dies der richtige Zeitpunkt für mich, auf dieses Ziel hinzuarbeiten?

Terminiert - was ist bis wann zu erledigen — Bis wann möchte ich dieses Ziel erreichen?

Ziel 1:

Spezifisch

Messbar

Attraktiv

Realistisch

Terminiert

Ziel 2:

Spezifisch

Messbar

Attraktiv

Realistisch

Terminiert

Ziel 3:

Spezifisch

Messbar

Attraktiv

Realistisch

Terminiert