

Wer Ziele hat, ist besser drauf!

Ein Ziel verfolgen motiviert!

- Du legst dir ein Ziel fest, das du erreichen möchtest.
- Du suchst aktiv nach Möglichkeiten, um dieses Ziel zu erreichen.
- Du hast nicht mehr das Gefühl, Dinge umsonst zu tun. Alles was man tut, auch unerfreuliche Dinge, machen einen Sinn.

Was brauchst du um deine Ziele zu erreichen?

- Was sind deine Qualitäten und welche wirst du benötigen?

Beispiele: Kommunikation, Genauigkeit, Logik, Ausdauer, Vorstellungsvermögen, Strategie, Analyse, ...

- Welche Fähigkeiten hast du und welche wirst du benötigen?

Um zum Beispiel mit dem Rad quer durch Lateinamerika zu fahren brauchst du:

- Qualitäten: Ausdauer, hohe Belastbarkeit, Abenteuersinn ...
- Fähigkeiten: Eine Landkarte lesen, Spanisch sprechen (zum Einkaufen, nachfragen, Unterkunft), ein Budget verwalten ...

Einige der Qualitäten und Fähigkeiten besitzt du bereits, andere gewinnst du durch außerschulische Hobbies hinzu. Aber dort, wo du die meisten Fähigkeiten erlernst, ist die Schule.



Wie lege ich meine Ziele fest?

Warum ein Ziel festlegen?

- Damit du zielgerichtet arbeitest und nicht herumtrödelst!
- Effizient arbeiten.
- Um Probleme zu lösen.
- Zwischenstufen zur Erreichung des Ziels festlegen.
- Sich motivieren.
- Fortschritte machen.

Drei Punkte um das Ziel richtig festzulegen:

- Erreichbarkeit. Ein unerreichbares Ziel entmutigt schnell.
- Motivation. Das Ziel soll eine Herausforderung sein, eine Möglichkeit, sich selbst zu übertreffen. Ein zu leichtes Ziel ist nicht motivierend.
- Messbarkeit. Du musst problemlos sagen können, ob du dein Ziel erreicht hast oder nicht.

Beispiel: «Gute Noten bekommen» ist kein messbares Ziel.

Du solltest besser eine Note festlegen, z.B. eine zwei, die du erreichen möchtest.

Kleiner Tipp

Schreibe dein Ziel auf ein Blatt Papier, das du in deinem Zimmer aufhängen kannst oder in deinen Terminplaner legst. So behältst du das Ziel immer vor Augen. Und wenn du schließlich Bilanz ziehst kannst du dir überlegen, ob du dein Ziel erreicht hast, ob du vielleicht noch mehr Zeit brauchst oder ob du vielleicht auf andere Art und Weise auf dein Ziel hinarbeiten solltest!