

Denkfragen zum Thema „Ziele erreichen“

Teil 1 - Die richtigen Ziele finden

„Die Qualität unserer Ziele bestimmt die Qualität unserer Zukunft.“

– Unbekannt

Ein kraftvolles Zitat, das einen dafür sensibilisiert, wie wichtig es ist, sich die richtigen Ziele vorzunehmen. Was aber heißt „richtig“ (oder im Sinne des Zitats: Was zeichnet eine gute Qualität von Zielen aus?).

Unser Ansatz hier ist folgender: Gute Ziele sind solche, deren Erreichen Sie **glücklicher und zufriedener** macht. Ziele, die in Ihnen eine positive und konstruktive Energie wecken. Ziele, die Ihnen, wenn Sie daran denken, ein Lächeln aufs Gesicht zaubern. Nutzen Sie einmal die folgenden Denkfragen, um solchen Zielen auf die Spur zu kommen:

Meine Herzenswünsche – also Sachen, die ich unbedingt erreichen, erleben oder haben will:

Wenn Geld und Zeit keine Rolle spielen würden, was ich mir dann vornehmen würde:

Was ich wirklich bereuen würde, wenn ich es nicht tun würde:

Sachen, die mir schon beim Tun selbst Freude machen und mich beglücken:

Wovon ich schon als Kind träumte:

Welche konkreten Ziele ich aus meinen Antworten ableiten kann:

Teil 2 – Ziele angehen und umsetzen

„Der Weg entsteht im Gehen wie durch ein Wunder.“

– Reinhold Schneider

Ein Ziel zu haben und es zu erreichen, sind zwei verschiedene Dinge. Je nachdem, wie groß Ihr Ziel ist, braucht es auch etwas systematischer Planung, um es tatsächlich zu erreichen. Vielleicht noch wichtiger ist aber die Freude an Ihrem Ziel. Denn die ist sozusagen fast ein Garant dafür, dass Sie Ihren Weg zur Umsetzung finden.

Auch zu diesem Thema einige Denkfragen:

Ein realistischer Zeithorizont für die Umsetzung meines Zieles (Grobplanung):

Was alles nötig ist, damit ich mein Ziel erreichen kann (Wissen, Können, Ressourcen etc.):

Wie und wo ich das, was mir vielleicht noch fehlt, bekommen oder erlernen kann:

Bis wann ich was erledigt haben möchte (Zeitplan):

Wie ich sicherstellen kann, genügend Freude am Erreichen meines Zieles zu haben:

Ein Notfallplan für den Fall, dass ich nicht vorankomme:

Teil 3 – Ziele, die man nicht allein umsetzen kann

„Wenn einer allein träumt, ist es nur ein Traum.

Wenn Menschen gemeinsam träumen, ist es der Beginn einer neuen Wirklichkeit.“

– Helder Camara

Manche unserer Wünsche oder Ziele sind so groß, dass wir sie nicht allein umsetzen können – bzw. es handelt sich um Ziele, die eine Gruppe von Menschen oder eine ganze Gemeinschaft betreffen (wie z.B. politische oder soziale Ziele).

Das Zitat hier zeigt auf, wie sich gemeinsam Ziele am besten erreichen lassen: dadurch, dass verschiedene Menschen von dem gleichen Ziel zu träumen beginnen.

Auch dazu haben wir hier einige Denkfragen für Sie:

Was konkret ist mein Ziel, das ich mit anderen zusammen umsetzen möchte?

Wie viele Menschen möchte ich für mein Ziel gewinnen? (Wie viele brauche ich minimal für die Umsetzung, wie viele idealerweise?)

Wie kann ich andere für mein Ziel begeistern? Was müssen sie wissen, um mein Ziel teilen zu können?

Wie erreiche ich die Menschen, die ich für die Umsetzung meines Zieles brauche?

Welcher Zeithorizont ist realistisch? (Grobplanung)

Wie gehe ich schrittweise vor, um mein Ziel mit den anderen zu erreichen? Womit fange ich ganz konkret an und wie geht es dann weiter? (Feinplanung)
