



## Information

# Be Better Be SMART

Erreiche Dein Ziel mit der SMART Methode

### Kursinhalt

Oft nehmen wir uns Ziele (Wünsche) mit der festen Absicht vor diese auch zu erreichen. Manchmal gelingt uns das, ein anderes Mal nicht. Etwas hat uns dabei gehindert oder blockiert.

Ob mehr Erfolg, eine bessere Figur oder mit dem Rauchen aufhören; diese und ähnliche Ziele hört man ständig von seinen Mitmenschen. Jeder hat irgendetwas, das er erreichen möchte und versucht scheinbar alles Mögliche, um dabei erfolgreich zu sein. Die meisten Menschen wissen allerdings nicht, wie man ein Ziel überhaupt richtig formuliert. Eine Hauptursache für das Nichterreichen von Zielen ist die fehlende, klare Zielformulierung. Kein Wunder, dass nur so wenige Menschen ihre Ziele auch wirklich erreichen.

Das Ziel des Kurses ist, den Teilnehmers ein tiefes Verständnis dafür zu geben, wie wichtig es ist, Ziele mit der SMART Methode klar zu formulieren, um so die Erfolgsquote drastisch zu erhöhen. Dabei werden die einzelnen SMART Kriterien vorgestellt und erklärt. Weiterhin werden fortgeschrittene Zielsetzungskriterien genannt, die der Zielformulierung einen letzten Feinschliff geben.

### Kursinhalt

- Vorstellung der SMART Methode.
- Das exakte Formulieren von Zielen und was es bedeutet SMART zu sein.
- Vorstellung von fortgeschrittenen Zielsetzungskriterien.
- Psychologische Fettnäpfchen, die den Erfolg verhindern.

### Lernergebnisse

- Ein vertieftes Wissen, wie jemand Ziele klar beschreiben kann.
- Ein vertieftes Verständnis von psychologischen Verhaltensweisen.
- Eine kritische Einschätzung von Annahmen und Beschränkungen.
- Fortgeschrittene Kenntnis in Fehlern der eigenen Zielformulierungen.

**Voraussetzungen:** Gute Laune und der Wunsch sich zu verbessern.

**Lern- und Lehrmethoden:** Das eTraining wird online durchgeführt.

**Prüfmodalitäten:** Der Kurs wird durch einen individuellen Online-Test bewertet. Du musst 80% der Punktzahl erreichen, um Dein Zertifikat zu erhalten.

Ich wünsche Dir viel Erfolg und viel Spaß bei Deiner nächsten Zielformulierung.

**Dein Büro-Produktivitäts-Guide Dipl.-Ing Andreas Frank, MBA**