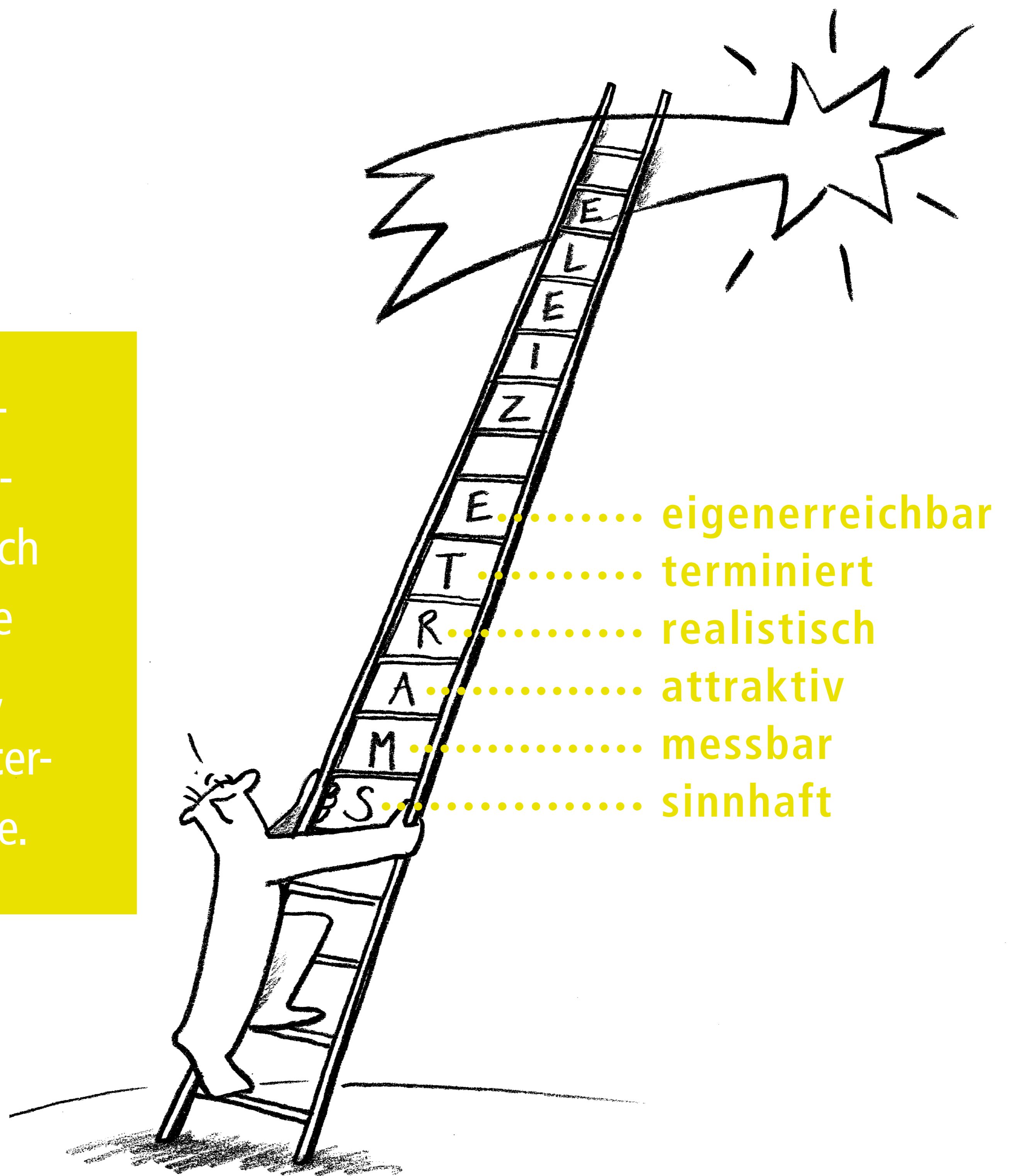


Smarte Ziele

Smart ist Englisch und heisst übersetzt soviel wie schlau, klug, intelligent. So sollen unsere Ziele natürlich sein. **Smarte** ist drüber hinaus eine Abkürzung und steht für sinnhafte, messbare, attraktive, realistische, terminierte und eigenerreichbare Ziele.



„Als wir das Ziel aus den Augen verloren, verdoppelten wir die Anstrengungen.“ Mark Twain

Ziele helfen uns, uns bewusst zu entwickeln. Denn der Mensch entwickelt sich immer in die Richtung, in welche seine Aufmerksamkeit gelenkt wird. Ziele sind in dem Sinne Aufmerksamkeitspunkte. Wenn wir keine Ziele haben, so kann es vorkommen, dass wir uns zwar in hektischer Effizienz üben, also die Dinge schnell und richtig machen, aber eben die falschen Dinge tun; Dinge, die uns unserer Lebensvision keinen entscheidenden Schritt näher bringen, aber an unseren Kräften zerren.

Sobald jemand ein Ziel setzt, beginnt unser Gehirn bereits automatisch mit dem Prozess der Zielerreichung. Als kybernetisches, sich selbst organisierendes System gibt unser Gehirn uns von unserem Bewusstsein entkoppelt selbstkorrigierende Rückmeldungen, damit wir fokussiert unseren Zielen entgegenstreben.

Untersuchungen zeigen, dass nur etwa drei Prozent der Untersuchten Ziele in obigem Sinn haben. Die aber verdienen soviel, wie der Rest zusammen.