

Umsetzung meistern

Was immer Sie sich vornehmen: Sie sollten an Ihre Ziele systematisch herangehen. Dabei müssen Sie Ihren eigenen Weg und das richtige Tempo finden. Mit der richtigen Planung sichern Sie zusätzlich Ihren Erfolg ab.

Denn nichts ist so deprimierend wie der 10. Anlauf und die schwindende Hoffnung, dass es ja jetzt vielleicht einmal klappen könnte. Davor sollten Sie sich schützen. Was gar nicht schwer ist, wenn Sie systematisch vorgehen.

Viele Silvestervorsätze zeigen: Der Erfolg hängt allein von der konsequenten Umsetzung ab.



BEI DEM THEMA GEHT ES UM DIE FRAGEN:

- Wie arbeiten Sie an Ihren Zielen im Alltag?
- Was tun Sie bei unerwarteten Veränderungen?
- Wie gehen Sie mit Rückschlägen um?



Welche Erfahrungen haben Sie bisher mit der Umsetzung persönlicher Ziele gemacht?

Was hat gut funktioniert, wo gab es Schwierigkeiten?

Keywords

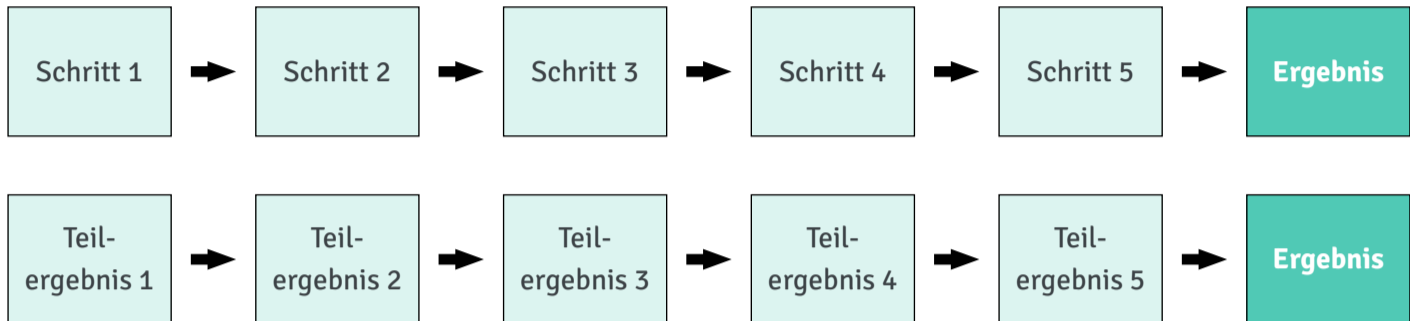
Enttäuschung innerer Schweinehund Misserfolge Priorität Pufferzeit Rückschläge
Salami-Taktik Überraschungen Umsetzungsplan Zielverfehlungen



Planen Sie systematisch

Stellen Sie einen Umsetzungsplan für ein Ziel auf:

- Überlegen Sie sich, was Sie als Erstes tun, um Ihr Ziel zu erreichen, als Zweites, als Drittes ... Achten Sie auf eine logische Abfolge.
- Zur Absicherung überlegen Sie sich, welches Ergebnis Sie in einem bestimmten Zeitraum erreichen wollen, welche Zwischenergebnisse Sie dahin führen.



Planen Sie nicht nur einen Schritt nach dem anderen, überlegen Sie sich, wie die nächsten Schritte aussehen, welche Entscheidungen und Weichenstellungen nötig sind, damit Sie sie rechtzeitig vorbereiten können.



Wenn Sie sich beispielsweise auf eine Prüfung vorbereiten wollen, sollten Sie früh genug damit anfangen. Das fällt Ihnen vielleicht erst auf, wenn Sie vom Prüfungstermin ausgehen und rückwärts berechnen, welche Zeit Sie zum Lernen und welche Zeit Sie zum Wiederholen brauchen.

Auf dem Weg zum Ziel können Hürden auftauchen, mit denen Sie vorher nicht rechnen konnten. Es können sich Umstände ergeben, die Ihre Planung durcheinanderwirbeln, ohne dass Sie dies voraussehen konnten. Da hilft nur eine flexible Planung, die zeitlich nicht zu eng ist und Ihnen die Möglichkeit gibt, Ihren Umsetzungsplan entsprechend zu ändern. Sie können dies leicht erreichen, wenn Sie nach jedem Schritt eine Pufferzeit einplanen. Sollten Sie in der vorgesehenen Zeit fertig werden, können Sie sich über den Erfolg freuen und die Pause genießen. Sollte etwas dazwischenkommen, wirft Sie das nicht gleich um.



Überraschungen sollte es bei der Umsetzung nicht geben.

Verfolgen Sie Ihre Ziele konsequent

Sie können sich sehr anspruchsvolle Ziele setzen – doch Ihr Umsetzungsplan sollte nicht zu anspruchsvoll sein. Das heißt: Er darf Sie zeitlich nicht überfordern und nicht zu kompliziert sein. Verzichten Sie besser auf einen zu ehrgeizigen Zeitplan, als genau daran zu scheitern.