

Warum Ziele?

Ziele setzen, verfolgen und erreichen

Wenn du mit deinen Ergebnissen unzufrieden bist, dann wird es Zeit, etwas zu verändern. Alles, was du bis heute erlebst, ist, zum größten Teil, das Resultat deiner bisherigen Gedanken, gewohnheitsmäßigen Gefühle und Taten.

Ein weit verbreiteter Irrsinn

Psychologen sehen es als eine besondere Form des Irrsinns an, immer dasselbe zu tun und dabei zu erwarten, dass das Ergebnis daraus irgendwie anders oder besser wird.

Was willst du verändern?

Welche Ergebnisse willst du endlich verbessern, und welche Veränderungsziele ergeben sich daraus?

Stimmen deine Ziele noch, oder musst du vielleicht deine Verfahrensweisen und deine Gedanken, Gefühle und Gewohnheiten ändern, damit endlich das dabei herauskommt, was du wirklich willst?

Know-how und Training

Auf dieser Website nehmen wir die wichtigsten Strategien und Methoden unter die Lupe, die uns im Leben und Beruf „weiter“-bringen können.

Daraus entwickeln wir dann ein Trainingsprogramm, das du für dich so anpassen und umsetzen kannst, dass du endlich zügig das vom Leben und in deinem Beruf bekommst, was du wirklich erwartest.

Ausbildung fürs Leben

Man kann heute ein ganzes Universitätsstudium absolvieren und dabei doch kein einziges Wort über das lernen, was eigentlich am wichtigsten ist: wie man seine Ziele professionell erreicht.

Warum überhaupt Ziele?

Warum brauchen wir überhaupt Ziele?

Kommt nicht sowieso immer alles anders, als wir es uns vorgenommen haben, und ist es dann nicht besser, wir lehnen uns zurück, genießen das Leben und lösen die Probleme, so wie sie auftreten?

Erfolg ist Zielerreichung

Du ahnst es bereits: Meine Antwort ist ein klares NEIN!

Erfolg bedeutet, private und öffentliche Ziele zu erreichen, die uns über uns selbst hinauswachsen lassen und die Schwierigkeiten zu meistern, die sich uns dabei in den Weg stellen. Nur so fühlen wir uns lebendig und erleben wirklich Sinn in unserem Leben.

Freiheit durch eigene Ziele

Wenn du nicht die Initiative aufbringst, dir selbst lohnende Ziele zu setzen, dann tun es andere für dich, und du musst logischerweise nach deren Pfeife tanzen.

Das allein schon ist Grund genug, den anderen mit eigenen Plänen vorzuzukommen.

Aristoteles

Schon Aristoteles, einer der größten Philosophen unserer abendländischen Kultur, hat vor etwa 2400 Jahren darauf hingewiesen, dass wir Menschen „teleologische“ d.h. zielorientierte Wesen sind. Das bedeutet, dass wir ohne sinnvolle Ziele und den nötigen Fortschritt dazu nicht glücklich werden können.

Maxwell Maltz

Maxwell Maltz hat in seinem bemerkenswerten Buch „Psychocybernetics“ dann ca. 1960 ausgeführt, dass wir einen unbewussten Mechanismus in uns tragen, der uns untrüglich zum Ziel führt, wenn wir es uns vorher klar und deutlich einprogrammieren.

Das Teufelchen

Umgekehrt heißt das, dass unser Unterbewusstsein ein intelligentes, aber gefährliches Teufelchen ist, das „kleine Kinder frisst“ und alles mögliche Unheil anrichtet, wenn wir es nicht mit sinnvollen Zielen beschäftigen.

Dieses Teufelchen steckt auch hinter vielen Formen von Depression, Angst, Burnout und allen möglichen psychosomatischen Krankheiten.

Glück braucht Orientierung

Earl Nightingale, ein bekannter amerikanischer Lebenslehrer, meinte dazu: „Glück besteht in der progressiven Umsetzung eines würdigen Ideals oder Ziels“, und Victor Frankl, der Begründer der Logotherapie, schrieb: „Das größte Bedürfnis der Menschheit besteht darin, die Bedeutung und den Zweck des Lebens zu finden.“

Wellness, Antiaging und Beauty

So gesehen, ist die erfolgreiche Arbeit an sinnvollen und spannenden Zielen auch die wirksamste und preiswerteste Kur für dein Wohlfühl, deine Energie und deine positive Ausstrahlung.

Eine berühmte Harvard-Studie

Wenn man das alles weiß, ist es schier unverständlich, warum so wenig Menschen mit klaren, schriftlich fixierten Zielen in ihrem Leben arbeiten.

Noch unverständlicher ist, warum unsere Schulen und Universitäten die Arbeit mit Zielen nicht zum Hauptfach erklären.

Eine berühmte Harvard-Studie aus den Jahren 1979 bis 1989 belegt, dass nur etwa 3% der Probanden klare, schriftliche Ziele für ihre Zukunft und Pläne für deren Umsetzung hatten – und wen wundert es, dass diese 3% ein Vielfaches an Ergebnissen und Zufriedenheit im Vergleich zu den restlichen 97% erreichten?

Übung

Bist du jetzt neugierig, was du ab heute unternehmen kannst?

Überlege bitte, welche „kleinen Kinder“ dein inneres Teufelchen „frisst“, wenn du nicht gerade mit erfolgreicher Zielarbeit beschäftigt bist, und mit welchen Plänen du es für dich besänftigen und ihm Manieren beibringen kannst.

Wie geht es weiter?

Wenn du wissen möchtest, wie es weitergeht, dann bleibe dran. In den nächsten Lektionen geht es darum, wie du deine Potenziale für eigene Ziele ausloten und aktivieren kannst.

Christian von Kessel
Business- und Personal Coach
www.new-strategy.com

Solltest du gerade das Gefühl haben, mit deinen privaten oder öffentlichen Zielen gegen eine Wand zu laufen, dann helfe ich dir gern, neue funktionierende Perspektiven zu finden.