

Lernziele mit der SMART-Methode

Gut formulierte Ziele motivieren und helfen dir, fokussiert zu bleiben.

| | | |
|----------|--------------------|--|
| S | Spezifisch | Was genau möchte ich erreichen? Je konkreter, desto besser. |
| M | Messbar | Woran erkenne ich, dass ich es geschafft habe? |
| A | Attraktiv | Warum ist dieses Ziel für mich wichtig und bedeutsam? |
| R | Realistisch | Ist das Ziel mit meinen Ressourcen und meiner Zeit erreichbar? |
| T | Terminiert | Bis wann möchte ich das Ziel erreicht haben? |

Mein SMART-Ziel Nr. 1

Spezifisch – Was genau möchte ich erreichen?

Messbar – Woran erkenne ich Erfolg?

Attraktiv – Warum ist mir das wichtig?

Realistisch – Was brauche ich dafür?

Terminiert – Mein Zieldatum: _____

Mein SMART-Ziel Nr. 2

Spezifisch – Was genau möchte ich erreichen?

Messbar – Woran erkenne ich Erfolg?

Attraktiv – Warum ist mir das wichtig?

Realistisch – Was brauche ich dafür?

Terminiert – Mein Zieldatum: _____
