

# Formulierung von Zielen

## Hintergrund

Ziele sollten im Idealfall SMART sein. Die Formel setzt sich wie folgt zusammen:

Sinnesspezifisch

Messbar

Attraktiv

Realistisch

Terminiert

## Eigenschaften eines wohl definierten Ziels

1. Das Ziel sollte in Inhalt, Ausmaß und Zeitbezug klar definiert sein.
2. Die Umsetzung des Ziels sollte unter dem hundertprozentigen Einfluss der Person stehen.
3. Das Ziel sollte eher klein als (zu) groß sein.
4. Es sollte den Beginn von etwas erfassen (und nicht das Ende).
5. Das Ziel sollte in konkreten, spezifischen, verhaltensbezogenen Worten bzw. Ausdrücken beschrieben werden.

## Fragen zur Zielformulierung

- Was ist in diesem Fall Ihr Ziel?
- Welches Ziel haben Sie denn in dieser Situation?
- Woran würden Sie erkennen, dass Sie Ihr Ziel erreicht haben?
- Wer würde an welchem Verhalten von Ihnen merken, dass Sie Ihr Ziel erreicht haben?



TECHNISCHE  
UNIVERSITÄT  
DARMSTADT

**HDA**  
Hochschuldidaktische  
Arbeitsstelle

EINFACH  
LEHREN.DE

Hochschuldidaktische  
Arbeitsstelle (HDA)

Hochschulstraße 1  
S1|03  
64289 Darmstadt

Didaktik-Hotline:  
[06151-16-76666](tel:06151-16-76666)

[einfachlehren@  
hda.tu-darmstadt.de](mailto:einfachlehren@hda.tu-darmstadt.de)

[www.einfachlehren.de](http://www.einfachlehren.de)

