

### Halbzeit 2009

Wir sind alle in das Jahr 2009 mit guten Vorsätzen und vielen Zielen gestartet. Was wollten Sie anders, besser machen? Was wollten Sie schaffen, leisten und erreichen? Mehr Zeit für sich selber? Mehr Kontakt zu Familie und Freunden? Mehr Sport und Kultur? Gesünder leben? Ihr Leben aktiv gestalten statt getrieben zu werden?

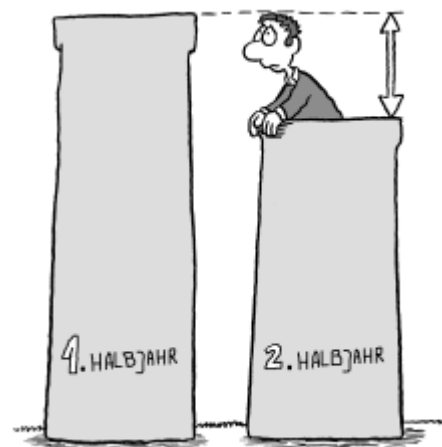
Hand aufs Herz: Sind Sie noch eisern dran? Was ist Ihren Vorsätzen und den Zielen in diesem schwierigen Jahr 2009 geworden? Die ersten sechs Monate des Jahres liegen hinter uns und jetzt ist ein kritischer Blick auf die Zielerreichung notwendig.

**Wo stehen Sie bei Ihrer persönlichen Zielumsetzung?** Sind Sie konsequent dabei, Ihre Ziele umzusetzen? Oder hat auch Sie der Alltag mit seinen vielfältigen Anforderungen schon wieder „aufgefressen“? Strampeln Sie schon wieder im „Hamsterrad“?

Damit Ihre Ziele im Jahr 2009 Wirklichkeit werden, ist es **sinnvoll, jetzt einen Check zu machen**. Jetzt sollten ca. 60 % der Ziele erreicht sein. Warum? Es ist Ihnen sicher auch schon so ergangen, dass Sie im 1. Halbjahr „gut im Rennen“ waren, aber dann merkten, dass die „Sommerpause“ und die Weihnachtszeit den Zeitplan ins Wanken bringen. **Das 2. Halbjahr ist einfach „kürzer“ als das 1. Halbjahr.**

Es empfiehlt sich dabei in folgenden Schritten vorzugehen:

- ➊ Schauen Sie sich noch einmal Ihre Ziele an. Haben Sie Ziele für jeden Ihrer Lebensbereiche formuliert? Oder gibt es bei Ihnen nur Ziele für die Arbeit? So wichtig die Arbeit auch ist, Sie brauchen Ziele für alle Lebensbereiche, sonst gerät Ihr Leben aus der Balance. Sie werden dann unausgeglichen und unzufrieden.
- ➋ Nicht alle Ziele sind gleich wichtig. Setzen Sie Prioritäten, entscheiden Sie, welches Ziel für jeden Lebensbereich im Jahr 2009 besonders wichtig ist.
- ➌ Erstellen Sie danach einen konkreten Aktionsplan mit dem Sie Ihre Ziele in 2009 umsetzen werden.



## 7 goldene Regeln für die Zielerreichung

- ❶ Halten Sie Ihre Ziele unbedingt **schriftlich** fest. Formulieren Sie so **spezifisch** wie möglich, was Sie ganz **konkret** erreichen wollen. Formulieren Sie positiv, was Sie erreichen wollen.

---
- ❷ Machen Sie Ihre Ziele **messbar**. Drücken Sie es in leicht ermittelbaren Zahlen aus. Nur so können Sie erkennen, ob Sie Fortschritte machen und ob Sie im Plan liegen.

---
- ❸ Ihre Ziele sollten so **anspruchsvoll** sein, dass Sie wirklich heraus gefordert werden. Sie müssen aber gleichzeitig auch **realistisch** erreichbar sein. Sie sollten sich weder unter- noch überfordert, sondern motiviert fühlen.

---
- ❹ Strukturieren Sie Ihre Ziele in **Teilziele**, denn kaum ein Ziel ist in einem Schritt erreichbar.

---
- ❺ Erstellen Sie für die Zielerreichung einen exakten **Zeitplan** und legen Sie ein **Zeitbudget** fest. Definieren Sie **Kontroll- und Endtermine**. Behalten Sie diese Termine immer im Auge. Das ist die beste Garantie dafür, dass Sie Ihre Ziele termingerecht erreichen werden.

---
- ❻ Nicht alle Ziele sind gleich wichtig, legen Sie deshalb für alle Ziele **Prioritäten** fest. Wer seine Prioritäten richtig setzt, hat seine Zeit besser im Griff. Gerade in der zweiten Hälfte des Jahres müssen Sie sich auf die wirklich wichtigen Ziele konzentrieren. Werfen Sie jetzt Ballast ab, indem Sie sich von unwichtigen Zielen sofort trennen!

---
- ❼ Schreiben Sie die **kritischen Erfolgsfaktoren** auf. Es gibt fast immer Hindernisse auf dem Weg zur Zielerreichung. Benennen Sie diese **Stolpersteine** und legen Sie Strategien fest, wie Sie sie zur Seite räumen werden.

---

## Zwischenbilanz – Status der Zielerreichung

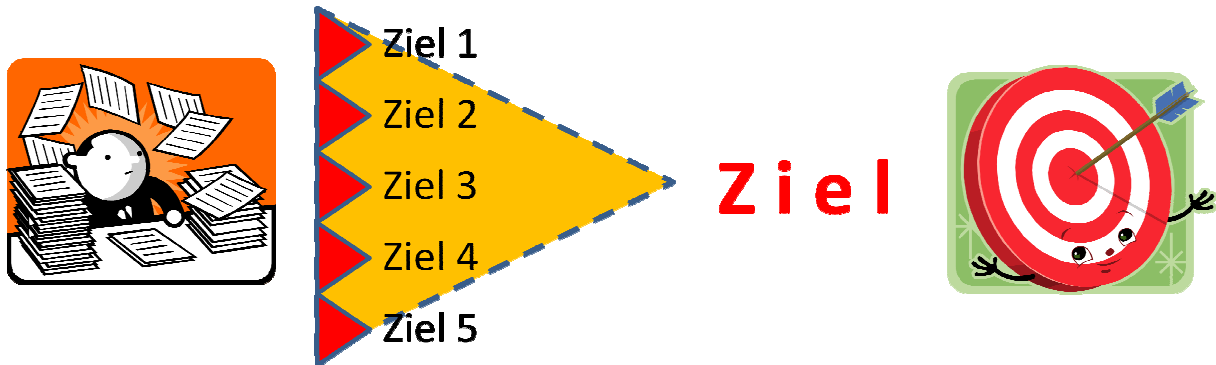
Schreiben Sie bitte Ihre wichtigsten Ziele für das Jahr 2009 auf. Wo stehen Sie bei der Umsetzung? Welche Teilziele haben Sie erreicht? Bei welchen Zielen sind Sie keinen Schritt voran gekommen? Welche Ziele wollen Sie in diesem Jahr nicht weiter verfolgen, weil sich die Erreichung dieses Zieles in diesem Jahr als unrealistisch erwiesen hat, bzw. sich Ihre Prioritätenliste verändert hat. Auf welche Ziele wollen Sie sich in den verbleibenden Monaten konzentrieren, um ein möglichst gutes Ergebnis zu erzielen?

	Ziele	Bisher erreichte Teilziele	Weitere Teilziele 2009	Bis wann erreicht?
1		_____ _____	_____ _____	_____ _____
2		_____ _____	_____ _____	_____ _____
3		_____ _____	_____ _____	_____ _____
4		_____ _____	_____ _____	_____ _____
5		_____ _____	_____ _____	_____ _____
6		_____ _____	_____ _____	_____ _____

## Konzentration der Kräfte

Als wir das Ziel aus den Augen verloren,  
verdoppelten wir die Anstrengungen.

**Mark Twain**



**Das Motto für die 2. Jahreshälfte:**

**Konzentration auf die wesentlichen Ziele und Aufgaben!**

Wenn Sie bei Ihrer Zielerreichung noch nicht soweit sind, wie Sie es sich vorgestellt haben, kann es jetzt nicht darum gehen, noch mehr zu arbeiten, sich noch mehr anzustrengen. Jetzt kommt es auf einen intelligenteren und effektiveren Einsatz der Kräfte an. Durch die Konzentration Ihrer Kräfte auf die wichtigen Ziele werden Sie wesentlich erfolgreicher werden.

**Das David – Prinzip:** Denken Sie nur einmal an die Geschichte von David und Goliath. David hat Goliath nicht durch größere Kräfte besiegt, sondern dadurch, dass er seine deutlich schwächeren Kräfte konzentrierte. Und er zielte nicht irgendwo hin, sondern auf die Stirn, und das war in diesem Fall der wirkungsvollste Punkt.

Entscheidend für den weiteren Verlauf des Jahres 2009 ist, dass Sie sich jetzt auf die zentralen Aufgaben, auf die **Schlüsselaufgaben** konzentrieren! Schlüsselaufgaben festzulegen, bedeutet, sich auf einige wenige Punkte zu konzentrieren.

**Ein Durchschnittsmensch, der sich auf den wirkungsvollsten Punkt konzentriert,  
wird erfolgreicher als ein Genie, das sich verzettelt.**

**Wolfgang Mewes (Begründer der EKS)**

## Konzentration auf die wesentlichen Ziele

Zu Beginn des 20. Jahrhunderts erkannte der italienische Soziologe und Ökonom **Vilfredo Frederico Pareto (1848-1923)**, dass 20 Prozent der italienischen Familien über rund 80 Prozent des Volksvermögens verfügten. Diese Gesetzmäßigkeit ist in der Folge auch auf andere Lebensbereiche übertragen worden und hat auf diesem Weg auch Eingang in das Arbeits- und Zeitmanagement gefunden.



### Pareto-Prinzip oder die „80 - 20-Regel“

Das Pareto-Prinzip besagt, dass eine Minderheit der Ursachen, des Aufwands oder der Anstrengungen zu einer Mehrheit der Wirkungen, des Ertrags oder der Ergebnisse führt. 20 Prozent aller Tätigkeiten und Aufgaben sind also für 80 Prozent der Ergebnisse verantwortlich. In den übrigen 80 Prozent der Zeit erreichen wir dagegen nur noch 20 Prozent des Ergebnisses. In der Praxis sind daher vier Fünftel der Anstrengung – oder zumindest ein großer Teil davon – für das Ergebnis weitgehend unbedeutend.

### Beispiele für das Pareto-Prinzip:

- 20% des Aufwands bringen 80% der Ergebnisse.
- 20% der Besprechungszeit erwirken 80% der Beschlüsse.
- 20% der Mitarbeiter verursachen 80% der Fehlzeiten.

- 20% der Produktionsfehler verursachen 80% des Ausschusses. Betrachten Sie Ihre eigene Arbeitszeit, werden Sie vermutlich ebenfalls feststellen, dass sie in 20 Prozent der aufgewandten Zeit ca. 80 Prozent der produktiven Ergebnisse liefern.

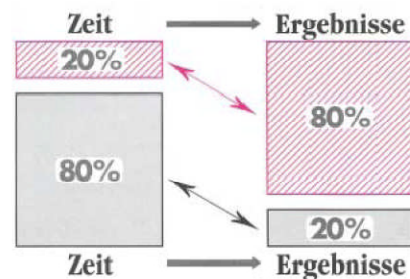
### Mehr Erfolg mit weniger Aufwand?

Die beiden Zahlen 80 und 20 sind die Antwort auf die Frage „Wie viel Prozent des Ergebnisses werden mit wie viel Prozent des Einsatzes erreicht?“. Natürlich trifft das Verhältnis 20:80 nicht immer exakt zu. In vielen Fällen findet sich jedoch eine Annäherung an dieses Verhältnis.

### 80:20-Denken - Schlussfolgerung

Nur wenige wichtige Aufgaben tragen zum eigentlichen Erfolg bei. Ein recht kleiner Teil Ihrer Produkte oder Ihrer Kunden erzeugt einen großen Teil Ihres Umsatz oder Ihrer Gewinne.

**80:20 -Denken bedeutet Konzentration auf das Wesentliche**, auf profitable Produkte, Dienstleistungen oder Geschäfte. 80:20 –Denken bedeutet Dinge zu tun, bei denen man wesentlich mehr herausbekommt als man hineinsteckt. Konzentrieren wir uns auf diese Aufgaben!



## Ziele motivieren durchzuhalten

Die kalifornische Küste lag nebelverhangen da an jenem Morgen des 4. Juli 1952. 34 Kilometer westlich davon, auf der Insel Catalina, stieg eine 34-jährige Frau ins Wasser und schickte sich an, in Richtung Kalifornien zu schwimmen, entschlossen diese Strecke als erste Frau zu bewältigen. Ihr Name war Florence Chadwick. Sie war bereits die erste Frau gewesen, die den Ärmelkanal in beiden Richtungen durchschwommen hatte.

Das Wasser war eiskalt, und der Nebel war so dicht, dass sie kaum die Begleitboote ausmachen konnte.

Millionen schauten über die nationalen Fernsehsender zu. Mehrmals mussten Haie mit Gewehren vertreiben werden, um die einsame Gestalt zu schützen. Die Müdigkeit war nie ihr großes Problem bei diesen Schwimmleistungen gewesen – es war die eisige Kälte, die ihr zu schaffen machte.

Über fünfzehn Stunden später bat sie, steif vor Kälte, aus dem Wasser geholt zu werden. Sie konnte nicht mehr. Ihre Mutter und ihr Trainer, die im Boot neben ihr herfuhr, sagten ihr, dass die Küste schon ganz nah sei. Sie drängten sie, nicht aufzugeben, aber als sie zur kalifornischen Küste hinüber schaute, sah sie nichts als den dichten Nebel und bat darum, heraus geholt zu werden. Stunden später, als ihr Körper sich erwärmt hatte, kam der Schock über ihren Misserfolg. Nur eine halbe Meile vor der kalifornischen Küste war sie aus dem Wasser gezogen worden! Ein Reporter fragte sie: „Miss Chadwick, was hat sie davon abgehalten, diese letzte Meile zu schwimmen?“

„Es war der Nebel“, antwortete sie. „Wenn ich das Land hätte sehen können, hätte ich es geschafft. Wenn man da draußen am schwimmen ist und sein Ziel nicht sehen kann ...“



## Zum Glück gibt es Sprüche ... zur „Halbzeit“

Mein Problem ist, dass ich immer sehr selbstkritisch bin,  
auch mir selbst gegenüber.

**Andi Möller**

Wenn ich über's Wasser laufe,  
dann sagen meine Kritiker, nicht mal schwimmen kann er.

**Berti Vogts**

Das wird alles von den Medien hochsterilisiert.

**Bruno Labbadia**

Wir können so was nicht trainieren,  
sondern nur üben.

**Michael Ballack**

Dann kam das Elfmeterschießen.  
Wir hatten alle die Hosen voll, aber bei mir lief's ganz flüssig!

**Paul Breitner**

Wir müssen gewinnen, alles andere ist primär.

**Hans Krankl**

Die Situation ist bedrohlich, aber nicht bedenklich.

**Friedhelm Funkel**

Es gibt nur eine Möglichkeit:  
Sieg, Unentschieden oder Niederlage!

**Franz Beckenbauer**

Ich habe fertig!

**Giovanni Trapattoni**

# Dem Leben Richtung geben

Mehr LebensZeit durch SelbstManagement



Die moderne Arbeitswelt fordert ihren Preis: Hektik, Stress, ständige körperliche und geistige Anspannung. Wir sollen flexibler, mobiler und vor allem schneller sein. Das Ergebnis ist, dass sich viele Menschen wie in einem Hamsterrad fühlen, das immer schneller gedreht wird. Es fällt zunehmend schwerer, Beruf und Privatleben in Einklang zu bringen. Immer mehr Menschen leiden deshalb unter Stresssymptomen, fühlen sich leer und ausgebrannt.

Das muss nicht so sein, denn es ist möglich, aus diesem Teufelskreis des getriebenen Seins auszusteigen, das Leben ins Gleichgewicht zu bringen und es entsprechend angenehm zu gestalten. Dieses ganzheitliche Zeit-Seminar will Sie in die Lage versetzen, in Ihrem Leben die optimale Balance zwischen Arbeit und Privatleben zu finden. Sie sollen der Meister Ihres beruflichen und privaten Lebens werden.

Wenn Sie Ihre Zeit besser für die Dinge nutzen wollen, die Ihnen wirklich wichtig sind, dann sollten Sie dieses Selbstmanagement-Seminar besuchen. Steigen Sie zwei Tage aus dem Alltag aus und tanken Sie neue Energie auf.

Sie lernen ganzheitliche Methoden des gezielten Ziel-, Zeit-, und Selbstmanagements kennen, die Ihnen helfen werden, Ihre Arbeits- und Lebensqualität zu steigern. Sie gewinnen mehr Zeit für alle Lebensbereiche.

**Termin: Sa. – So. 5. – 6.12.2009 2 Tage in Hamburg**

Copyright © 2009 Peter Beutler. Alle Rechte vorbehalten.  
Kein Teil dieses newsletters darf ohne schriftliche Erlaubnis wieder verwendet werden.  
[www.peterbeutler.de](http://www.peterbeutler.de)

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