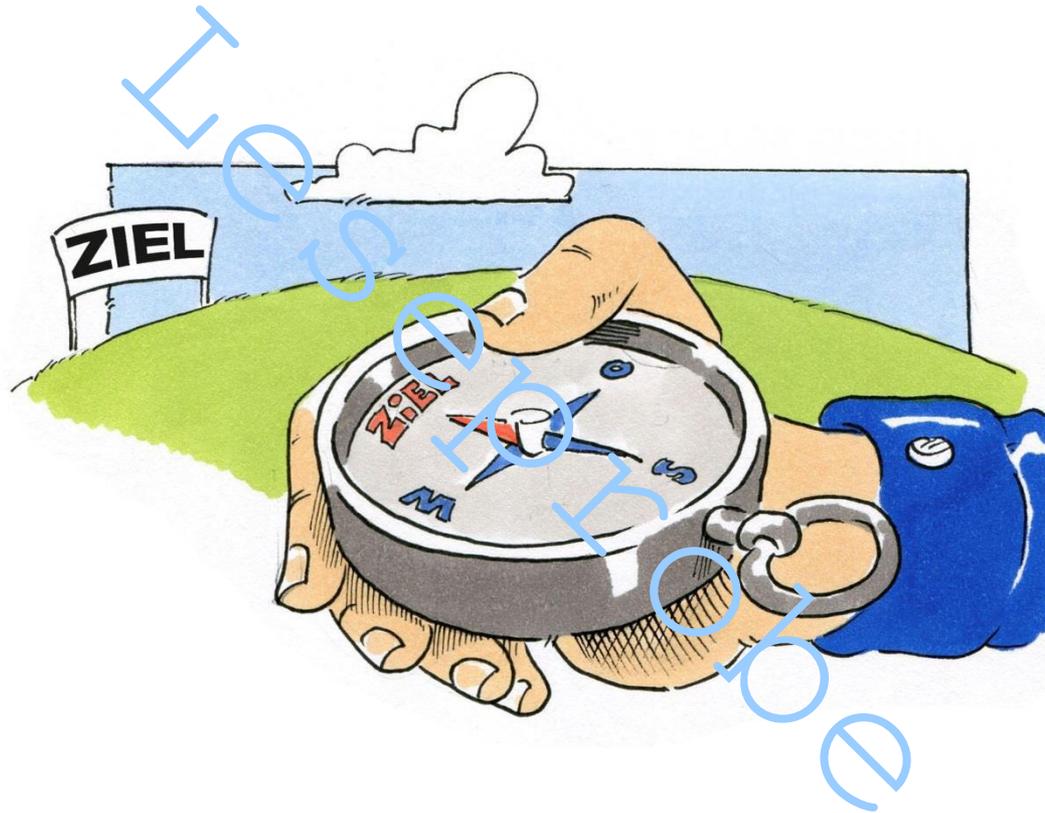


Mit Plan zum Erfolg

LESEN SICH DIE
HINWEISE

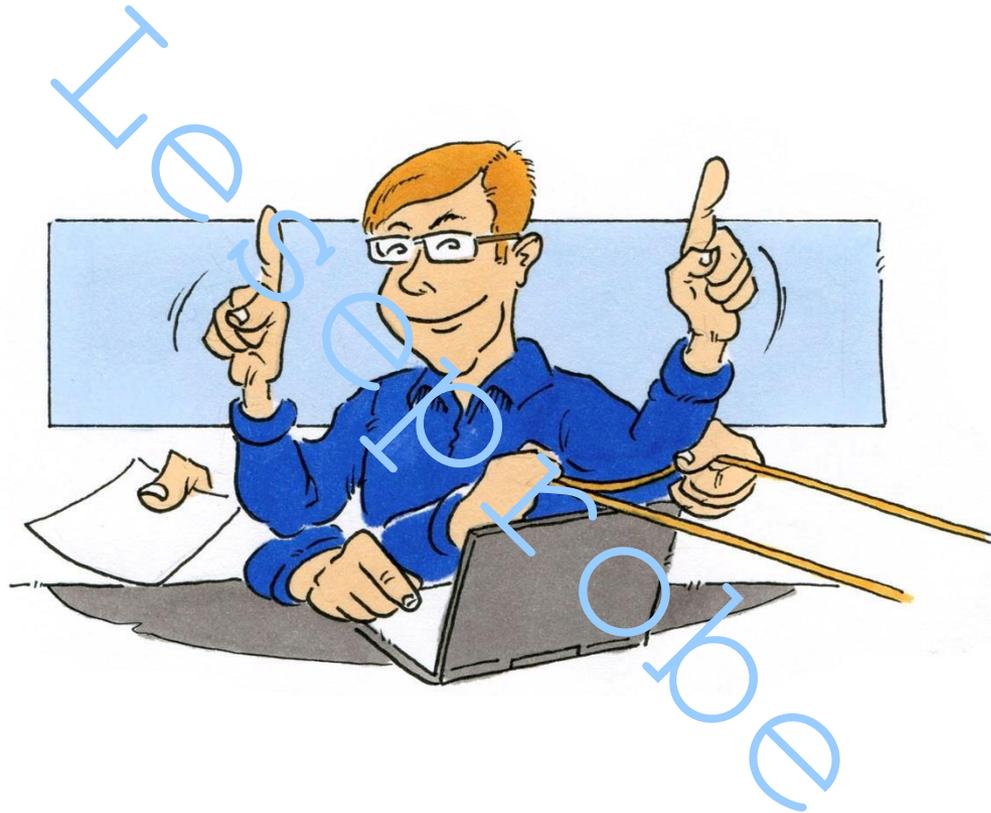
- Einleitung
- Was ist Erfolg?
- Persönliche Arbeits- und Erfolgstechniken
- Leistungsmaximierung
- Positives Denken und Handeln
- Zielsetzung/Zielerreichung
- Motivation
- Motivationsformen
- Motivationsmöglichkeiten
- Zeitfallen
- Das Phänomen Stress
- Die Ebenen der Stressreaktion
- Stressanalyse
- Erarbeitung eines persönlichen Stressbewältigungsprogramms
- Weniger Stress durch richtiges Zeitmanagement
- Tages-Clearing





Erfolg ist, gesteckte Ziele zu erreichen!



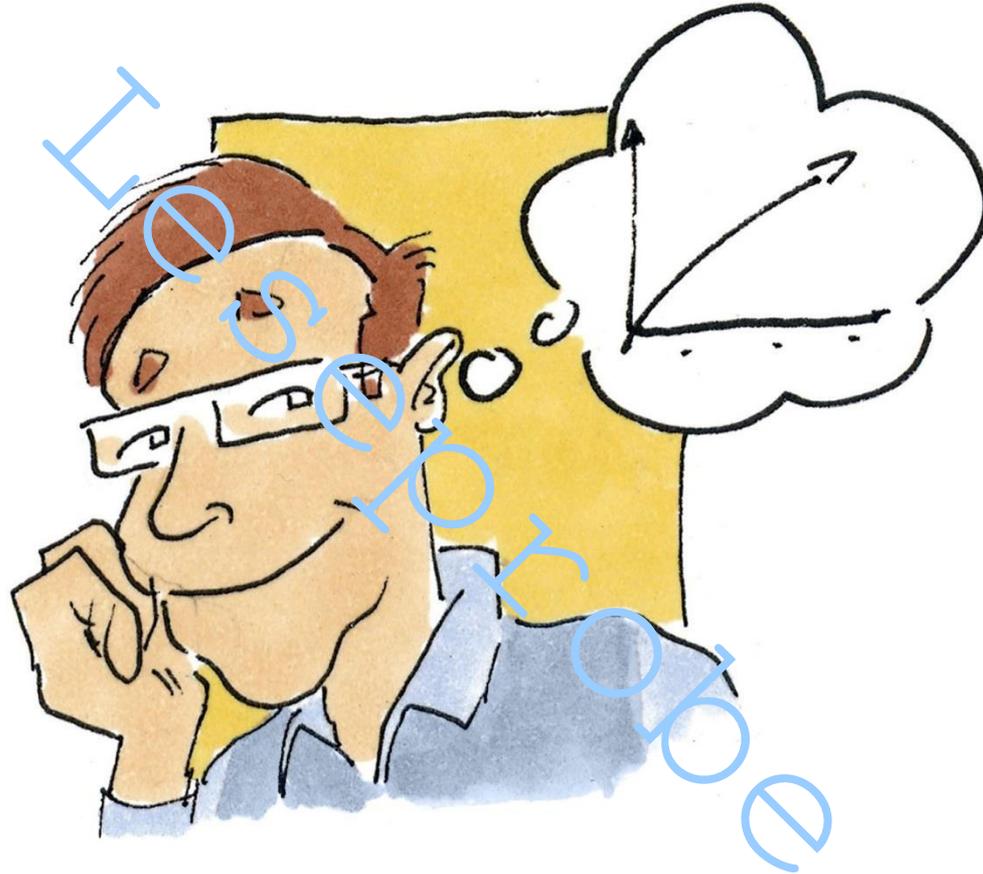


Erledige alles sofort!

Warte nicht auf andere!

LESERKÖNIG





Vertraue darauf, dass nichts unmöglich ist!



Die wichtigste Grundlage für persönlichen Erfolg!

Drei Positivregeln, die Sie immer beachten sollten:

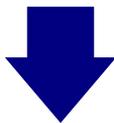
Freude

Freude bereiten und erleben



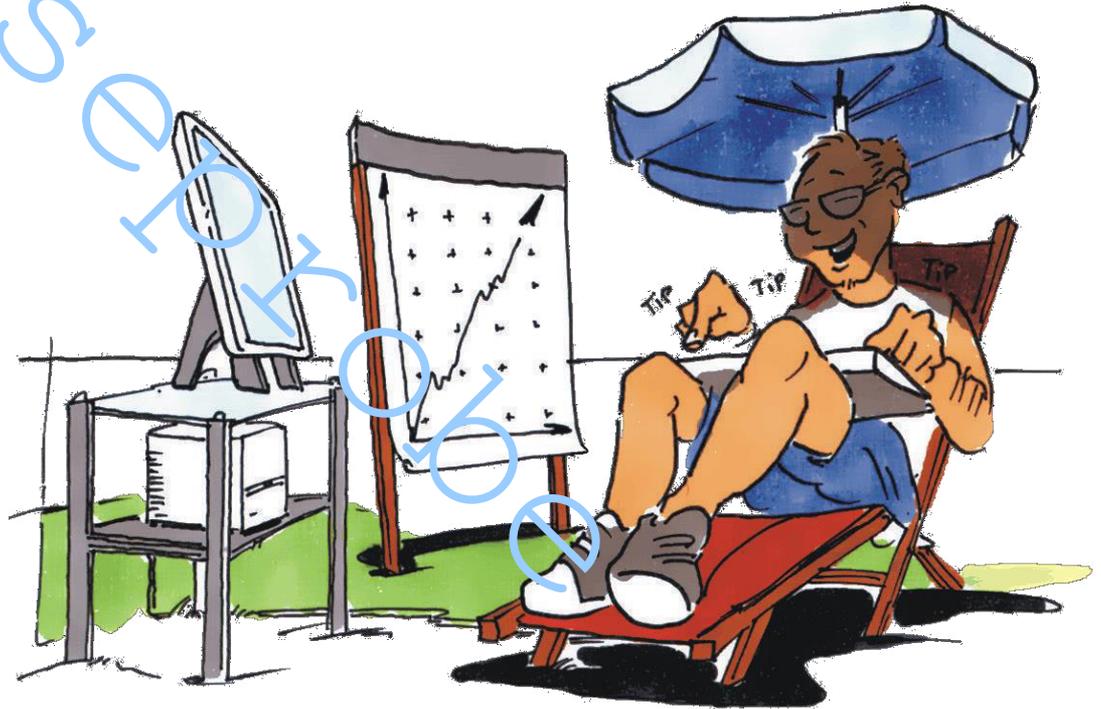
Erfolg

eigenen Zielen näherkommen



Ausgleich

Ausgleich zur Arbeit schaffen



Ziele als Lebenskonzept

- Ziele definieren
- Maßnahmen planen
- Aktivitäten realisieren
- Zielerreichung kontrollieren



- Ohne Ziele gibt es keinen Plan.
- Fehlende Messung von Zielen bewirkt Unzufriedenheit.
- Der Erfolg wird durch Ziele messbar.
- Klare Ziele schaffen Identifikation.
- Die Mitarbeiter werden durch Ziele motiviert.
- Jeder weiß, was von ihm erwartet wird.
- Ziele helfen, sich einzuschätzen und Ideen zu entwickeln
- Ziele werden gebraucht, damit die richtigen und wesentlichen Dinge getan werden.
- Ziele ermöglichen Rahmenbedingungen, um Fortschritte festzulegen.
- Mit Zielen ist der eigene Standort zu bestimmen
- Mit bekannten Zielen kann Arbeit besser gesteuert und geleistet werden.

**Der Mitarbeiter muss in der Lage sein,
das formulierte Ziel selbst aktiv beeinflussen zu können.**



1. Zieldefinition

Das Ziel bezeichnet den zukünftigen Zustand einer Idee oder Vision. Die Erreichung dieses Zustandes ist **wünschenswert, lohnend** oder **notwendig**.

1. Ziel-Definition
2. Ziel-Anforderung
3. Ziel-Formulierung

2. Ziel-Anforderungen

Die sieben Ws:

1. WAS soll erreicht werden?
2. WIEVIEL soll erreicht werden?
3. WIE soll das Ziel erreicht werden?
4. WER soll das Ziel erreichen?
5. WANN soll das Ziel erreicht werden?
6. WO soll das Ziel erreicht sein?
7. WARUM soll das Ziel erreicht werden?

