



Mit der eigenen Lebenzielplanung zum persönlichen Erfolg

Udo Krauß

„Napoleon Hill wurde 1883 im US-Staat Virginia geboren. Bereits mit 18 Jahren arbeitete er als Journalist. Eines Tages begegnete er Andrew Carnegie, einem zu dieser Zeit sehr erfolgreichen Industriellen. Carnegie gab ihm den Auftrag, die Gesetze der Erfolgreichen und Großen zu erforschen. In über 20 Jahren widmete sich Hill dieser Aufgabe. Mehr als 16.000 Männer und Frauen interviewte er. Eines seiner wichtigsten Ergebnisse war unter anderem, dass 95 % der Menschen Misserfolge vorwies, weil sie kein definiertes Lebensziel hatten. Die anderen 5 % waren die Erfolgreichen und Glücklichen.“¹⁾

Worum geht es bei der Lebensziel-Planung?

Bei der Lebenszielplanung geht es um eine langfristige Zieldefinition. Alle Wünsche werden aufgelistet und plausibel gemacht. Der Wille alleine, ein Ziel erreichen zu wollen, ist nicht ausreichend. Der Zustand in der Zukunft muss vorstellbar sein, denn unsere Vorstellung ist um ein Vielfaches stärker als der Wille allein. Wille und Vorstellung müssen an einem Strang ziehen. Erst wenn wir uns unserer Ziele bewusst sind, hilft uns unser Unterbewusstsein bei der Zielerreichung. Das Unterbewusstsein steuert wie ein „Autopilot“ unsere Lebensziele an – ganz automatisch und ohne unser „bewusstes“ Zutun.

Wir müssen „loslassen“ lernen. Ziele gehören „über Bord“ geworfen, wenn wir uns diese nicht gut vorstellen können. Die Konzentration auf das Wesentliche ist entscheidend. Es ist eine alltägliche Erfahrung: Wenn Sie auf etwas zielen, so wie beim „Dartpfeilwerfen“ auf eine Zielscheibe, konzentrieren Sie sich, sammeln Ihre Energien in eine bestimmte Richtung. Wenn Ihr Pfeil schließlich die Scheibe trifft, gibt es Punkte und vielleicht einen Gewinn, vor allem aber Befriedigung.

5 Schritte zur eigenen Lebensziel-Planung

1. **Ziele aufschreiben:** Schreiben Sie Ihre Wünsche auf. Durch das Aufschreiben werden Wünsche zu Zielen. Ihre Ziele werden Ihnen durch das Aufschreiben „bewusst“ gemacht.
2. **Ziele hinterfragen:** Richtig zufrieden wird auf die Dauer nur sein, wer mit „innerer“ Überzeugung hinter etwas steht. Will ich die Lebensziele wirklich erreichen? Glaube ich daran? Kann ich mir bereits heute sehr deutlich die Situation vorstellen, mein Lebensziel erreicht zu haben? Macht mir die Verfolgung des Ziels „ein Leben lang“ Spaß?

3. **Ziele selektieren:** Welche Ziele sind mir besonders wichtig? Welche sind weniger wichtig? Nur durch die „Konzentration“ auf bestimmte wichtige Ziele kann die vorhandene Energie gezielt eingesetzt werden.

4. **Ziele kompatibel machen:** Ziele wie z.B. „Mit 50 Jahren bin ich Geschäftsführer“ und „Mit 50 Jahren unternehme ich eine Weltreise“ sind nur schwer miteinander kompatibel. Früher oder später kommt es zum Zielkonflikt.

5. **Lebensziele formulieren:** Wenn die Lebensziele definiert werden, sind insbesondere vier wichtige Faktoren zu beachten:

(1) Nicht „ich möchte“ oder „ich will“, sondern **„ich bin“ oder „ich habe“**. Lebensziele sind keine Wünsche sondern gehen in Erfüllung.

(2) Nicht „später“, sondern **„in 20 Jahren“ oder „mit 65 Jahren“**. Lebensziele müssen wie alle Ziele zeitlich terminiert sein.

(3) Nicht „Ich bin mit 60 reich“, sondern **„Ich habe mit 60 Jahren ein Vermögen von 1 Mio. Euro“**. Konkrete Werte, die messbar sind, müssen Inhalt der Zielformulierung sein.

(4) Nicht negative Formulierungen wie „Ich möchte keine Schulden mehr haben“, sondern positive Formulierungen wie **„Ich habe mit 60 Jahren ein Vermögen von 1 Mio. Euro“**.

6. **Lebensziele kontrollieren:** Prioritäten der Bedürfnisse und Ziele verändern sich im Laufe der Zeit und müssen deshalb periodisch überprüft werden. Die abschließliche Fixierung auf das Endziel kann blind machen für den Weg, ja, sie kann sogar ein Hindernis für die Zielerreichung darstellen.

Warum machen sich trotzdem nur 5 % der Bevölkerung Gedanken über die eigene Lebensziel-Planung?

Das lässt sich eigentlich leicht verdeutlichen:

- Die eigene Lebensziel-Planung ist „wichtig“ aber nicht „dringend“. Alles was nicht „dringend“ ist, lässt sich problemlos auf morgen, auf nächste Woche, auf die nächsten Monate und Jahre verschieben.
- Die Definition der eigenen Lebensziel-Planung erfordert **Selbstdisziplin**. Ich muss mir einige Abende Zeit nehmen, muss darüber mit meinem Partner oder meiner Familie sprechen – das erfordert Zeit und Disziplin. In dieser Zeit habe ich viele Möglichkeiten, mich durch „Unwichtiges“ abzulenken. Wir sind eine Gesellschaft von Zuschauern geworden: Krimis, Spielfilme, Shows, sportliche, politische, gesellschaftliche Ereignisse.
- Der Glaubenssatz: „Ich habe doch keinen Einfluss darauf, was in den nächsten 10, 20, 30 Jahren passieren wird.“
- Die Veränderung in der eigenen Entwicklung braucht Zeit. Wir müssen über Jahre festgefahrene Mechanismen ändern. Was in der heutigen „Speed-Gesellschaft“ **nicht sofort Wirkung** zeigt, erscheint unattraktiv.

Fazit

„Abends muss man die Idee haben, morgens die kritische Haltung und mittags den Entschluss treffen.“ (André Kostolany, amerikanischer Finanzexperte, 1906 – 1999)

Fassen Sie jetzt Ihren Entschluss für Ihre eigene Lebenszielplanung. Denn gerade im Berufstand der Trainer und Berater haben Sie heute eher den je die Möglichkeit, Ihren eigenen Weg zu gehen und sich zu positionieren. Und das ist auch notwendig bei der Vielzahl der Trainer und Berater, die sich auf dem Markt „tummeln“..

Seminar zum Thema

Termine zu Seminaren mit der Grundlage der Lebensziel-Planung erfahren Sie beim Autor.

Literatur

¹⁾ Bernd W. Klöckner: „Systematisch reich“, Goldmann Verlag, 2000, S. 30-31

Lothar J. Seiwert: „Life-Leadership. Sinnvolles Selbstmanagement für ein Leben in Balance.“, Campus, 2001

Udo Krauß, ist selbstständiger Trainer und Berater in Darmstadt. Er hat sich auf das Training und Entwicklung der Marke „Eigene Persönlichkeit“ in den Bereichen Führung, Verkauf, Team, Kommunikation, Präsentation und Selbstmanagement spezialisiert.

Udo Krauß
3K-Consulting

Tel. 0711/907-5433, Fax -5434
info@3K-Consulting.de
www.3K-Consulting.de