

# Selbstmanagement: Mit klaren Zielen ins neue Jahr

► Zum Jahresende werden von vielen Unternehmen die Business Pläne für das nächste Geschäftsjahr entworfen. Berater machen sich Gedanken über zukünftige Projekte mit bestehenden und neuen Mandanten. Oft werden viele Stunden und mehrere Wochen in die Ausarbeitung der Unternehmenspläne investiert. Aber wie viel Zeit investieren Sie in die Planung Ihrer eigenen Zukunft? Der folgende Beitrag soll Sie motivieren ebenfalls Zeit, in die Planung Ihrer persönlichen Zukunft zu investieren. Denn Ihre Zukunft planen Sie heute! Und je genauer Sie wissen, was Sie wollen, desto wahrscheinlicher werden Sie es erreichen.

## 1. Situationsanalyse

Am Anfang einer Planung sollte stets die persönliche Situationsanalyse oder der Jahresrückblick stehen. Die Situationsanalyse umfasst folgende vier Lebensbereiche:

1. Körper und Gesundheit
2. Arbeit und Leistung
3. Familie und Freunde
4. Sinn und Kultur

Bei der Situationsanalyse helfen folgende Fragen:

- Wie sieht es um meinen aktuellen Gesundheitszustand aus bzw. wie oft war ich krank in diesem Jahr? Waren Krankheiten ggf. erste Anzeichen einer beruflichen Überlastung?
- Welche beruflichen Erfolge habe ich in diesem Jahr erzielt und wie sieht meine aktuelle berufliche Situation aus? Welche beruflichen Chancen und Risiken sehe ich im nächsten Jahr bzw. in den nächsten Jahren?
- Wie ist meine private Situation? In welchem Zustand ist meine Partnerschaft? Wie sieht es mit meinen familiären Beziehungen und meinen Beziehungen zu Freunden aus? Habe ich diese Beziehungen ausreichend gepflegt?
- Was hat mich in diesem Jahr motiviert und warum hat es mich motiviert? Was sind meine Lebensmotive? Warum tue ich das, was ich tue?

Unternehmen erstellen mindestens einmal im Jahr eine Bilanz. Wie sieht Ihre Bilanz für dieses

Jahr aus? Sind Sie mit diesem Jahr zufrieden? Wer diese Fragen ehrlich und schriftlich beantwortet und ein realistisches Bild seiner eigenen Situation zeichnet, hat die Basisarbeit für die Planung des nächsten Jahres getan.

## 2. Zielklarheit und Planung

Am Anfang steht das Ziel. Schon Seneca sagte: *„Wenn man nicht weiß, welchen Hafen man ansteuert, ist kein Wind günstig.“* Zielklarheit ist deshalb eine wichtige Voraussetzung für die eigene Planung und den zukünftigen Erfolg. Die Planung Ihrer Zukunft sollte alle vier Lebensbereiche umfassen und ebenfalls schriftlich erfolgen. Die folgenden Fragen helfen Ihnen bei der Planung:

1. Welche gesundheitlichen Ziele habe ich und was bin ich bereit dafür zu tun?
2. Welche beruflichen Ziele habe ich?
3. Wie sollen die Beziehungen zu meinem Partner, Familie und Freunden aussehen?
  - a) Wie viel Zeit will ich, wann in die Pflege der Beziehungen investieren?
  - b) Welchen Beitrag will ich aktiv zur Verbesserung dieser Beziehungen leisten?
4. Welche Werte sind mir wichtig und welche Werte haben für mich im nächsten Jahr Priorität?

Die Ziele sollten **SMART** formuliert sein. Das heißt, dass sie **spezifisch**, **messbar**, **aktionsorientiert**, **realistisch** und **terminierbar** sein sollten. Nichts ändert sich, außer ich ändere mich. Wer auch im nächsten Jahr das gleiche tut wie bisher, wird sehr wahrscheinlich auch im nächsten Jahr die gleichen Ergebnisse wie in diesem Jahr erzielen. Viele Menschen überschätzen, was sie in einem Jahr erreichen können und unterschätzen was sie in 5 Jahren erreichen können. Deshalb sollten Sie nicht nur einen Jahresplan für das nächste Jahr, sondern auch einen 5-Jahres-Plan für Ihr Leben und Ihre fernere Zukunft erstellen. Um sicherzustellen, dass Sie auch Ihre zuvor festgelegten Ziele im nächsten Jahr erreichen, ist es zweckmäßig die vier Lebensbereiche konkret Monat für Monat und Woche für Woche eines Jahres zu planen. Dadurch erreichen Sie Balance im Leben. In



Von WP StB CVA Prof. Andreas Creutzmann, Vorstandsvorsitzender der IVA VALUATION & ADVISORY AG Wirtschaftsprüfungsgesellschaft, Frankfurt, und der IACVA-Germany e.V. sowie geschäftsführender Gesellschafter der Creutzmann & Co. GmbH Wirtschaftsprüfungsgesellschaft Steuerberatungsgesellschaft, Landau. Arbeitsbereichsleiter Unternehmensbewertung und Value Based Management an der SRH Hochschule Calw, [www.creutzmann.eu](http://www.creutzmann.eu)

dem Bewertungspraktiker 4/2007, S. 19–23, habe ich das Konzept der **Work-Life-Balanced-Scorecard** vorgestellt. Ich arbeite seit vielen Jahren erfolgreich damit. Es reduziert die Planung auf das Wesentliche. Viele Menschen werden von Jahr zu Jahr effizienter, aber nicht unbedingt effektiver. Effektivität stellt die Frage: **Tue ich die richtigen Dinge?** Effizient sind Sie, wenn Sie die Dinge richtig tun. Bleiben Sie effizient, aber werden Sie noch effektiver im nächsten Jahr. Beruflich und privat. Entscheidend ist aber, dass Sie handeln. Denn nur wer handelt, wird sich in Richtung seiner Ziele bewegen.

### 3. Glücksmomente

Wer die – entsprechend seiner Zielsetzung und Lebensmotive – richtigen Dinge tut, hat die Chance auf viele Glücksmomente im nächsten Jahr. Und es gibt wohl keinen Menschen, der sich nicht über viele glückliche Augenblicke im nächsten Jahr freuen würde. Berufliche Erfolge sind noch schöner, wenn man sie mit der Familie und Freunden teilen kann. Hierzu bedarf es aber einer intakten Partnerschaft bzw. guten Beziehungen zu seinem familiären Umfeld und seinen Freunden. Eine intakte Partnerschaft, die Familie oder Freunde können eine wertvolle und wichtige Energiequelle für Ihr Leben sein. Gerade zum Jahreswechsel besteht häufig die Chance in die privaten Beziehungen zu investieren, da Sie oft gemeinsame Zeit mit den Menschen verbringen werden, die Ihnen besonders wichtig sind. Nutzen Sie diese Chance. Zeitplanung ist der erste Schritt auf dem Weg zum Wesentlichen. Wer nicht plant, der wird verplant! Sorgen sie dafür, dass im nächsten Jahr Ihre Tage möglichst opti-

mal verlaufen. Machen Sie aus jedem Tag etwas Besonderes, Machen Sie aus jedem Tag einen glücklichen Tag. Beherzigen Sie dabei folgende Empfehlungen von Lothar Seiwert:

1. Tun sie jeden Tag etwas, das Ihnen Freude macht.
2. Tun sie jeden Tag etwas, das Sie Ihren Zielen näher bringt.
3. Tun sie jeden Tag etwas, das einen Ausgleich zur Arbeit schafft.

Achten Sie darauf, dass Sie im nächsten Jahr viele Termine für Entspannung, Wohlbefinden, Spaß, Geselligkeit, und Lebensfreude planen. Geben Sie auch Ihrem Privatleben einen Termin. Vereinbaren Sie Termine mit sich selbst.

### 4. Ausblick

Die Basis für viele Glücksmomente im nächsten Jahr ist die Gesundheit. Nur wer gesund ist, wird besonders schöne Augenblicke des Glücks erleben können. Viele Menschen treiben mit ihrem Körper und ihrer Gesundheit Raubbau. Schlechte Ernährung und wenig Schlaf potenzieren das Risiko gesundheitlicher Schäden. Wer sagt, dass er keine Zeit für Bewegung, Entspannung, Schlaf, gesunde Ernährung, Familie und Freunde hat, der sagt, dass ihm etwas anderes wichtiger ist. Mir ist kein Mensch bekannt, dem in einer Woche mehr als 168 Stunden Zeit zur Verfügung steht. Zieht man hiervon 49 Stunden Schlaf ab, verbleiben 119 Stunden wache Zeit. Wie viel Zeit davon gönnen Sie sich? Schon *Martin Buber* sagte: „*Ein Mensch, dem nicht jeden Tag wenigstens eine Stunde gehört, ist kein Mensch.*“