

	Individuelle Förderung in der Höheren Handelsschule	Datum:
	Modul 1: Individuelle Zielsetzung mit der SMART-Methode	

Inhaltliche Vorgaben:	<ul style="list-style-type: none"> • Gesprächsrulette • Ziele setzen mit der SMART - Methode
Intentionen:	<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS sollen sich in der neuen Gruppe besser kennenlernen und gleichzeitig inhaltlich in das Thema starten, anhand der Methode des Gesprächsrullettes. • Die SuS sollen die SMART-Regel der Zielformulierung selbst herleiten und ihre Ziele nach dieser Regel formulieren.
Hinweise zur Organisation und zu den Abläufen:	Zu diesem Modul sind zwei Unterrichtseinheiten mit jeweils 45 Min. geplant.

Synopse I (für die erste Unterrichtseinheit/ 45 Min.)

Phase	Handlungsschritte	Sozialform	Medien / Materialien
Einstieg I	Es werden in einer Klasse zwei Kreise (sitzend oder stehend) gebildet, in denen sich die Schülerinnen und Schüler gegenüber sitzen. Rotiert wird etwa nach ca. 3 Minuten, immer im Wechsel der innere oder äußere Kreis in entgegengesetzte Richtung. Maximal 4 Wechsel insgesamt.	Unterrichtsgespräch	Fragen für SuS, Arbeitsblatt mit Fragen
Erarbeitung I	Mögliche Fragen, die innerhalb des Kreises gestellt werden könnten, werden vorgegeben, um ein Gespräch anzuregen. Die SuS müssen sich nicht zwingend an die Fragen halten, wichtiger ist es, dass ein gutes Gespräch entsteht.	Gruppenübung	M1: Starthilfe
Reflektion I	Im Anschluss an die Übung sollen alle Schülerinnen und Schüler ihre Erkenntnisse, Übereinstimmungen und ggf. Ziele, die sie aus den Gesprächen gewonnen haben, schildern und reflektieren, wahlweise in Kleingruppen (3-5 SuS) mit Flipchart oder Plakat im Plenum präsentieren. Arbeitszeit in den Kleingruppe 10 Minuten, Vorstellung jede Gruppe nicht mehr als 5 Minuten	Unterrichtsgespräch Wahlweise: Kleingruppen	Wahlweise: Flipchart/Plakat, Eddings
Einstieg II	Nach der Reflektion des Gesprächsrullettes wird das Arbeitsblatt 1 mit dem Titel „Ziele im Fokus – Zeithorizonte der Ziele“ an die SuS ausgeteilt und die Aufgabe entsprechend erklärt.	Unterrichtsgespräch/ -aktivität	M2: Arbeitsblatt 1
Erarbeitung II	Bearbeitung des Arbeitsblattes 1	Einzelarbeit	

Reflektion II	Besprechen des Arbeitsblattes 1,	Unterrichtsgespräch	
----------------------	----------------------------------	---------------------	--

M1

Starthilfe für die Übung Gesprächsroulette

Die folgenden Fragen sollen bei der kommenden Übung (Gesprächsroulette) als Starthilfe dienen und nicht einfach nur abgearbeitet werden. Viel wichtiger ist es, dass ein gutes Gespräch zwischen Euch entsteht, da dies die Grundlage für die nächsten zwei Schulstunden sein wird.

- *Wieso hast du dich für die Höhere Handelsschule entschieden?*
- *Was hast du vorher gemacht?*
- *Wolltest du eigentlich eine Ausbildung anfangen?*
- *Wieso der kaufmännische Bereich?*
- *Hattest du einen Plan B (oder einen Plan A)?*

	Individuelle Förderung in der Höheren Handelsschule	Datum:
	Modul 1: Individuelle Zielsetzung mit der SMART-Methode	

M2

Arbeitsblatt 1: Ziele im Fokus – Zeithorizonte der Ziele

Einzelarbeit (Arbeitszeit: **15 Minuten**)

Arbeitsauftrag: Lies den folgenden Text¹ und beantworte die Fragen!

Ziele im Fokus: Durch kurzfristige, mittelfristige und langfristige Ziele zum Erfolg

Allgemein lassen sich Ziele danach unterscheiden, wann sie erreicht werden sollen. Es kann in langfristige Ziele, mittelfristige Ziele und kurzfristige Ziele unterschieden werden. Diese Unterscheidung ist wichtig, wenn es um die Strategie geht, wie die Ziele erreicht werden sollen, denn je nach Zeithorizont gibt es Unterschiede in der Zielformulierung und der Strategie zur Zielerreichung.

- langfristige Ziele beschreiben Ziele über einen Horizont von ca. fünf Jahren hinaus
- mittelfristige Ziele sind Ziele in einem Zeithorizont zwischen ca. einem halben Jahr und ca. fünf Jahren
- kurzfristige Ziele sind meist Ziele, die innerhalb der nächsten Tage bis Monate erreicht werden sollen

Natürlich sind die genannten Zeithorizonte **keine fixe Einteilung**, sondern lediglich eine grobe Orientierungshilfe. **Letztendlich ist es situationsbedingt und dir selbst überlassen, wo du die zeitliche Grenze zwischen den verschiedenen Zielarten ziehst.**

Langfristige Ziele

Langfristige Ziele sind Ziele, die du über einen längeren Zeitraum erreichen möchtest. Häufig fallen hierunter auch Lebensziele. Um auf die langfristigen Ziele zu kommen helfen dir Fragen wie:

- Wo möchte ich in zehn/zwanzig Jahren stehen?
- Wohin möchte ich mich beruflich langfristig weiterentwickeln?

Mittelfristige Ziele

Mittelfristige Ziele sind Ziele, die du über einen etwas entfernten Zeitraum erreichen möchtest. Diese mittelfristigen Ziele können z.B. Ziele sein, die als Zwischenziele dazu dienen, ein langfristiges Ziel zu erreichen. Ebenso können diese aber auch unabhängig von langfristigen Zielen sein. Um auf mittelfristige Ziele zu kommen helfen Fragen wie:

- Was ist mein nächster Karriereschritt?
- Was möchte ich in einem Jahr bzw. drei Jahren erreicht haben?
- Was kann ich innerhalb der nächsten Jahre tun, um meine langfristigen Ziele zu erreichen?

Kurzfristige Ziele

Kurzfristige Ziele sind Ziele, die du in der näheren Zukunft erreichen möchtest. Diese kurzfristigen Ziele können wiederum Zwischenziele für mittelfristige oder langfristige Ziele sein, aber auch für sich alleine stehen.

Um auf kurzfristige Ziele zu kommen helfen dir Fragen wie:

- Was kann ich in den nächsten Wochen oder Monaten tun, um in meinem Beruf weiter zu kommen?
- Welche Erfolge möchte ich in den nächsten Wochen oder Monaten erreichen?

¹ Quelle: <http://www.erfolgsbauekasten.de/in-welchem-zeitraum-wilst-du-deine-ziele-erreichen/> und <https://shur.de/kurzfristige-ziele-langfristige-ziele/>

Warum du alle Zielarten brauchst

Hast du dir nur kurzfristige Ziele gesetzt, kannst du häufiger Erfolgserlebnisse haben. Doch es wird mit der Zeit passieren, dass du ohne Orientierung und Struktur von Ziel zu Ziel rennst. Somit verlierst du dich und deine Motivation an den Zielen und hörst auf.

Andersherum töten ausschließlich mittelfristige und langfristige Ziele deine Motivation. Dadurch, dass es so weit entfernt ist, bekommst du das Gefühl, dass du es niemals erreichen wirst.

Doch in Kombination sind sie unschlagbar! Du kannst drei Zielarten kombinieren, um erfolgreich all deine Ziele zu erreichen. So geben dir deine mittelfristigen und langfristigen Ziele die Richtung vor.

Die kurzfristigen Ziele geben dir auf diesem langen Weg immer wieder neue Erfolgsmomente und Motivation. Sie sind Zwischenziele auf der langen Reise zu deinem langfristigen Ziel.

1. Handelt es sich bei dem Ziel „den Schulischen Teil der Fachhochschulreife zu schaffen“ um ein kurzfristiges, mittelfristiges oder langfristiges Ziel? Begründe deine Antwort kurz!

2. Welche **kurzfristigen** Ziele würdest du dir setzen, um das Ziel „den Schulischen Teil der Fachhochschulreife zu schaffen“ zu erreichen?

	Individuelle Förderung in der Höheren Handelsschule	Datum:
	Modul 1: Individuelle Zielsetzung mit der SMART-Methode	

M2_Lösung

Arbeitsblatt 1: Ziele im Fokus – Zeithorizonte der Ziele

Einzelarbeit (Arbeitszeit: 15 Minuten)

Arbeitsauftrag: Lies den folgenden Text² und beantworte die Fragen!

Ziele im Fokus: Durch kurzfristige, mittelfristige und langfristige Ziele zum Erfolg

Allgemein lassen sich Ziele danach unterscheiden, wann sie erreicht werden sollen. Es kann in langfristige Ziele, mittelfristige Ziele und kurzfristige Ziele unterschieden werden. Diese Unterscheidung ist wichtig, wenn es um die Strategie geht, wie die Ziele erreicht werden sollen, denn je nach Zeithorizont gibt es Unterschiede in der Zielformulierung und der Strategie zur Zielerreichung.

- langfristige Ziele beschreiben Ziele über einen Horizont von ca. fünf Jahren hinaus
- mittelfristige Ziele sind Ziele in einem Zeithorizont zwischen ca. einem halben Jahr und ca. fünf Jahren
- kurzfristige Ziele sind meist Ziele, die innerhalb der nächsten Tage bis Monate erreicht werden sollen

Natürlich sind die genannten Zeithorizonte **keine fixe Einteilung**, sondern lediglich eine grobe Orientierungshilfe. **Letztendlich ist es situationsbedingt und dir selbst überlassen, wo du die zeitliche Grenze zwischen den verschiedenen Zielarten ziehst.**

Langfristige Ziele

Langfristige Ziele sind Ziele, die du über einen längeren Zeitraum erreichen möchtest. Häufig fallen hierunter auch Lebensziele. Um auf die langfristigen Ziele zu kommen helfen dir Fragen wie:

- Wo möchte ich in zehn/zwanzig Jahren stehen?
- Wohin möchte ich mich beruflich langfristig weiterentwickeln?

Mittelfristige Ziele

Mittelfristige Ziele sind Ziele, die du über einen etwas entfernten Zeitraum erreichen möchtest. Diese mittelfristigen Ziele können z.B. Ziele sein, die als Zwischenziele dazu dienen, ein langfristiges Ziel zu erreichen. Ebenso können diese aber auch unabhängig von langfristigen Zielen sein. Um auf mittelfristige Ziele zu kommen helfen Fragen wie:

- Was ist mein nächster Karriereschritt?
- Was möchte ich in einem Jahr bzw. drei Jahren erreicht haben?
- Was kann ich innerhalb der nächsten Jahre tun, um meine langfristigen Ziele zu erreichen?

Kurzfristige Ziele

Kurzfristige Ziele sind Ziele, die du in der näheren Zukunft erreichen möchtest. Diese kurzfristigen Ziele können wiederum Zwischenziele für mittelfristige oder langfristige Ziele sein, aber auch für sich alleine stehen.

Um auf kurzfristige Ziele zu kommen helfen dir Fragen wie:

- Was kann ich in den nächsten Wochen oder Monaten tun, um in meinem Beruf weiter zu kommen?
- Welche Erfolge möchte ich in den nächsten Wochen oder Monaten erreichen?

² Quelle: <http://www.erfolgsbauekasten.de/in-welchem-zeitraum-wilst-du-deine-ziele-erreichen/> und <https://shur.de/shortfristige-ziele-langfristige-ziele/>

Warum du alle Zielarten brauchst

Hast du dir nur kurzfristige Ziele gesetzt, kannst du häufiger Erfolgserlebnisse haben. Doch es wird mit der Zeit passieren, dass du ohne Orientierung und Struktur von Ziel zu Ziel rennst. Somit verlierst du dich und deine Motivation an den Zielen und hörst auf.

Andersherum töten ausschließlich mittelfristige und langfristige Ziele deine Motivation. Dadurch, dass es so weit entfernt ist, bekommst du das Gefühl, dass du es niemals erreichen wirst.

Doch in Kombination sind sie unschlagbar! Du kannst drei Zielarten kombinieren, um erfolgreich all deine Ziele zu erreichen. So geben dir deine mittelfristigen und langfristigen Ziele die Richtung vor.

Die kurzfristigen Ziele geben dir auf diesem langen Weg immer wieder neue Erfolgsmomente und Motivation. Sie sind Zwischenziele auf der langen Reise zu deinem langfristigen Ziel.

1. Handelt es sich bei dem Ziel „den Schulischen Teil der Fachhochschulreife zu schaffen“ um ein kurzfristiges, mittelfristiges oder langfristiges Ziel? Begründe deine Antwort kurz!

Es handelt sich um ein mittelfristiges Ziel, da es in zwei Jahren erreicht werden soll.

2. Welche **kurzfristigen** Ziele würdest du dir setzen, um das Ziel „den Schulischen Teil der Fachhochschulreife zu schaffen“ zu erreichen?

	Individuelle Förderung in der Höheren Handelsschule	Datum:
	Modul 1: Individuelle Zielsetzung mit der SMART-Methode	

Synopse II (für die zweite Unterrichtseinheit mit 45 Min.)

Phase	Handlungsschritte	Sozialform	Medien / Materialien
Einstieg	Die SuS haben sich in der ersten Unterrichtseinheit kurzfristige Ziele aufgeschrieben. Sind diese auch angemessen formuliert? Die Lehrkraft führt das neue Thema „Zielformulierung mit der SMART-Regel“ ein und teilt das Arbeitsblatt 2 aus.	Unterrichtsgespräch	M3: Arbeitsblatt 2 „Ziele setzen und formulieren“
Erarbeitung I	Bearbeitung des Arbeitsblattes 2	Einzel- bzw. kooperative Gruppenarbeit	
Erarbeitung II	Im Plenum wird das Arbeitsblatt 2 besprochen. Anschließend stellen die SuS unter Einleitung der Lehrkraft die SMART-Formel der Zielformulierung zusammen.	Unterrichtsgespräch	M4: „Die SMART-Formel der Zielformulierung“
Sicherung/ Vertiefung	Die SuS formulieren ihre Ziele nach der SMART-Regel individuell	Einzelarbeit	M5: „Meine SMART-Ziele für das neue Schuljahr“

	Individuelle Förderung in der Höheren Handelsschule	Datum:
	Modul 1: Individuelle Zielsetzung mit der SMART-Methode	

M3

Arbeitsblatt 2: Ziele setzen und formulieren

Erste Arbeitsphase – Einzelarbeit bzw. kooperative Partnerarbeit (Arbeitszeit: 15 Minuten)

Arbeitsauftrag: Betrachte folgende Situationen. Welche Probleme stellst du bei den Zielformulierungen fest? Wie würdest du die Ziele anders formulieren?

Situation 1:

In der Realschule ist Lisa eine sehr gute Schülerin gewesen. Mit der Höheren Handelsschule möchte sie weiterhin eine der Besten in der Klasse sein. Sie setzt sich zum Beginn des Schuljahres folgendes Ziel:

„Ich will auf dem Zeugnis eine Eins!“

Am 31.01 bekommt Lisa ihr erstes Halbjahreszeugnis. Die Durchschnittsnote beläuft sich auf 2,0. Außer im Fach Sport hat Lisa keine Eins bei den Fächern bekommen. Hat sie nun ihr Ziel erreicht?

Problem der Zielformulierung: _____

Ihr Vorschlag zur Zielformulierung: _____

Situation 2:

Zum Anfang des neuen Schuljahres setzt Simon sich folgendes Ziel:

„Ich will gute Noten auf dem nächsten Zeugnis!“

Simon gibt sich viel Mühe in der Schule. Auf dem Zeugnis hat er überwiegend 2 und 3, bis auf die Fächer Englisch und Sport. Bei denen hat er jeweils nur eine 4 bekommen. Die Durchschnittsnote beläuft sich auf 3,0. Hat Simon sein Ziel erreicht?

Problem der Zielformulierung: _____

Ihr Vorschlag zur Zielformulierung: _____

Situation 3:

In der vorherigen Schule ist Markus zweimal sitzen geblieben. Nun setzt er sich das Ziel:

„In der Höheren Handelsschule bleibe ich nicht sitzen!“

So lange Markus keine Gefahr für die Versetzung sieht, tut er nichts für die Schule. Erst nachdem er drei Fünfen in den Klassenarbeiten hat, fängt er an, sich um seine schulische Leistung zu kümmern. Leider zu spät.

Problem der Zielformulierung: _____

Ihr Vorschlag zur Zielformulierung: _____

Situation 4:

David muss die Unterstufe der Höheren Handelsschule wiederholen, weil er in drei versetzungsrelevanten Fächern mangelhafte Leistungen erbracht hat. Zum Anfang des neuen Schuljahres setzt er sich folgendes Ziel:

„Ich schreibe ab jetzt nur die Note Eins oder Zwei in allen Fächern!“

David passt im Unterricht nun viel besser auf und bereitet sich gut auf die Klassenarbeiten vor. In der ersten Arbeit in Mathematik hat er eine 4 geschrieben. Darüber ist er sehr verärgert.

Problem der Zielformulierung: _____

Ihr Vorschlag zur Zielformulierung: _____

Situation 5:

Natalie hat sich zum Anfang des Jahres das Ziel gesetzt:

„Mit dem Rauchen aufzuhören!“

Als ihre Mutter sie wieder rauchen sieht, fragt sie Natalie: „Wann hörst du mit dem Rauchen auf? Ich dachte, du hast es dir als Ziel gesetzt“ „Ja, ja. Habe ich. Irgendwann höre ich auch damit auf!“

Problem der Zielformulierung: _____

Ihr Vorschlag zur Zielformulierung: _____

	Individuelle Förderung in der Höheren Handelsschule	Datum:
	Modul 1: Individuelle Zielsetzung mit der SMART-Methode	

M3_Lösung

Arbeitsblatt 2: Ziele setzen und formulieren

Erste Arbeitsphase – Einzelarbeit bzw. kooperative Partnerarbeit (Arbeitszeit: 15 Minuten)

Arbeitsauftrag: Betrachte folgende Situationen. Welche Probleme stellst du bei den Zielformulierungen fest? Wie würdest du die Ziele anders formulieren?

Situation 1:

In der Realschule ist Lisa eine sehr gute Schülerin gewesen. Mit der Höheren Handelsschule möchte sie weiterhin eine der Besten in der Klasse sein. Sie setzt sich zum Beginn des Schuljahres folgendes Ziel:

„Ich will auf dem Zeugnis eine Eins!“

Am 31.01 bekommt Lisa ihr erstes Halbjahreszeugnis. Die Durchschnittsnote beläuft sich auf 2,0. Außer im Fach Sport hat Lisa keine Eins bei den Fächern bekommen. Hat sie nun ihr Ziel erreicht?

Problem der Zielformulierung: **Es ist unklar, ob das Zeugnis im Durchschnitt mit Eins bewertet werden bzw. in welchem Fach die Eins stehen soll.**

Ihr Vorschlag zur Zielformulierung: **Ich will auf dem Zeugnis eine Durchschnittsnote von Eins**

Situation 2:

Zum Anfang des neuen Schuljahres setzt Simon sich folgendes Ziel:

„Ich will gute Noten auf dem nächsten Zeugnis!“

Simon gibt sich viel Mühe in der Schule. Auf dem Zeugnis hat er überwiegend 2 und 3, bis auf die Fächer Englisch und Sport. Bei denen hat er jeweils nur eine 4 bekommen. Die Durchschnittsnote beläuft sich auf 3,0. Hat Simon sein Ziel erreicht?

Problem der Zielformulierung: **„Gut“ kann man nicht definieren/ messen**

Ihr Vorschlag zur Zielformulierung: **Ich will auf dem nächsten Zeugnis in allen Fächern mindestens eine 2,3.**

Situation 3:

In der vorherigen Schule ist Markus zweimal sitzen geblieben. Nun setzt er sich das Ziel:

„In der Höheren Handelsschule bleibe ich nicht sitzen!“

So lange Markus keine Gefahr für die Versetzung sieht, tut er nichts für die Schule. Erst nachdem er drei Fünfen in den Klassenarbeiten hat, fängt er an, sich um seine schulische Leistung zu kümmern. Leider zu spät.

Problem der Zielformulierung: **Das Ziel ist sehr passiv/ unattraktiv formuliert.**

Ihr Vorschlag zur Zielformulierung: **In der Höheren Handelsschule will ich unbedingt versetzt werden. Ich schreibe in jedem Fach mindestens eine Vier.**

Situation 4:

David muss die Unterstufe der Höheren Handelsschule wiederholen, weil er in drei versetzungsrelevanten Fächern mangelhafte Leistungen erbracht hat. Zum Anfang des neuen Schuljahres setzt er sich folgendes Ziel:

„Ich schreibe ab jetzt nur die Note Eins oder Zwei in allen Fächern!“

David passt im Unterricht nun viel besser auf und bereitet sich gut auf die Klassenarbeiten vor. In der ersten Arbeit in Mathematik hat er eine 4 geschrieben. Darüber ist er sehr verärgert.

Problem der Zielformulierung: **Das Ziel ist unrealistisch zu erreichen.**

Ihr Vorschlag zur Zielformulierung: **Ich schreibe in jedem Fach mindestens eine Vier.**

Situation 5:

Natalie hat sich zum Anfang des Jahres das Ziel gesetzt:

„Mit dem Rauchen aufzuhören!“

Als ihre Mutter sie wieder rauchen sieht, fragt sie Natalie: „Wann hörst du mit dem Rauchen auf? Ich dachte, du hast es dir als Ziel gesetzt“ „Ja, ja. Habe ich. Irgendwann höre ich auch damit auf!“

Problem der Zielformulierung: **Es ist unklar, bis wann es mit dem Rauchen aufgehört werden soll.**

Ihr Vorschlag zur Zielformulierung: **Ich höre bis Ende des Jahres 2018 mit dem Rauchen auf.**

M4

Die SMART-Formel der Zielformulierung³

Zielbeispiele	Probleme in der Formulierung	Daraus hergeleitete Kriterien für die Zielformulierung	
„Ich will auf dem Zeugnis eine Eins!“			
„Ich will gute Noten auf dem nächsten Zeugnis!“			
„In der Höheren Handelsschule bleibe ich nicht sitzen“			
„Ich schreibe ab jetzt nur die Note Eins oder Zwei in allen Fächern!“			
„Mit dem Rauchen aufzuhören!“			

³ Quelle: [https://de.wikipedia.org/wiki/SMART_\(Projektmanagement\)](https://de.wikipedia.org/wiki/SMART_(Projektmanagement))

	Individuelle Förderung in der Höheren Handelsschule	Datum:
	Modul 1: Individuelle Zielsetzung mit der SMART-Methode	

M4_Lösung

Die SMART-Formel der Zielformulierung

Zielbeispiele	Probleme in der Formulierung	Daraus hergeleitete Kriterien für die Zielformulierung	
„Ich will auf dem Zeugnis eine Eins!“	Es ist unklar, ob das ganze Zeugnis im Durchschnitt mit Eins bewertet werden bzw. in welchem Fach die Eins stehen soll.	Ziele müssen spezifisch/ eindeutig definiert sein (nicht vage, sondern so präzise wie möglich)	S
„Ich will gute Noten auf dem nächsten Zeugnis!“	„gut“ kann man nicht definieren/ messen	Ziele müssen messbar sein	M
„In der Höheren Handelsschule bleibe ich nicht sitzen“	Das Ziel ist sehr passiv/ unattraktiv formuliert.	Die Ziele müssen für die Person ansprechend/ attraktiv bzw. erstrebenswert sein	A
„Ich schreibe ab jetzt nur die Note Eins oder Zwei in allen Fächern!“	Das Ziel ist unrealistisch zu erreichen.	Das gesteckte Ziel muss möglich und realisierbar sein.	R
„Mit dem Rauchen aufzuhören!“	Es ist unklar, bis wann es mit dem Rauche aufgehört werden soll.	Das Ziel muss mit einem fixen Datum/ Termin festgelegt werden können.	T

