

SMART-Ziele - Musterlösungen

Ich möchte kreativer denken.

Ich werde wöchentlich 3 unterschiedliche kreative Denkübungen durchführen, um meine Fähigkeit zum kreativen Denken zu stärken und neue Perspektiven zu entwickeln.

Ich möchte mein Zimmer aufräumen.

Ich werde am kommenden Freitagabend innerhalb von einer Stunde mein Zimmer aufräumen, indem ich alle Kleidungsstücke ordentlich falte und meine Schulsachen sortiere.

Ich möchte besser in Englisch werden.

Ich werde in den nächsten drei Monaten mindestens zwei englischsprachige Bücher lesen und wöchentlich mindestens eine Stunde Englisch sprechen.

Ich möchte mehr Zeit mit meinen Freunden verbringen.

Ab dem kommenden Samstag werde ich jeden Samstag mindestens zwei Stunden mit meinen Freunden in einem Café verbringen, um unsere Beziehungen zu stärken.

Ich möchte glücklicher sein.

Ich werde jeden Abend vor dem Schlafengehen ein Tagebuch führen und darin notieren, was mich glücklich gemacht hat, um meine Zufriedenheit im Laufe eines Monats zu steigern.

Ich möchte mehr Geld sparen.

Ich werde jeden Monat 10% meines Gehalts auf ein separates Sparkonto überweisen, um so bis am Ende des Jahres CHF 600 zu sparen.

Ich möchte mehr Sport treiben.

Ich werde zweimal pro Woche für mindestens 45 Minuten ins Fitnessstudio gehen, um meine körperliche Fitness zu verbessern.

Ich möchte kreativer sein.

Ich werde jede Woche eine neue kreative Herausforderung annehmen, sei es das Experimentieren mit verschiedenen Skizziertechniken oder das Entwerfen von digitalen Illustrationen, um meine kreativen Fähigkeiten kontinuierlich zu entwickeln.

From:

<https://wiki.bzz.ch/> - BZZ - Modulwiki

Permanent link:

https://wiki.bzz.ch/de/modul/m431_med/learningunits/lu05/loesungen/smart?rev=1759210585

Last update: 2025/09/30 07:36

