

GAS: Goal Attainment Scale (Zielerreichungsskala)

Subjektive Ziele objektiv messen

Problem Nr. / Titel

+4
dazwischen
+3
dazwischen
+2
dazwischen
+1
dazwischen
0
dazwischen
-1
dazwischen
-2

Beispiel*Problem 1: Berufliche Orientierung*

	+4	Mir ist klar, wie es beruflich in den nächsten vier bis fünf Jahren weitergehen soll. Ich fühle mich weder über- noch unterfordert, die Arbeit ist mir nicht zu stressig und nicht zu langweilig. Ich fühle mich im Team wohl, fühle mich geschätzt, bin kompetent.
dazwischen		
	+3	
dazwischen		
	+2	
dazwischen		
	+1	
dazwischen		
	0	Meine berufliche Perspektive ist für mich unklar. Meine gegenwärtige Arbeit erlebe ich als eher stressig, bin stark gefordert, gewisse Themen wiederholen sich. Im Team stehen wir in einer Übergangsphase (Eintritt neue Kollegin). Ich habe Angst vor einer allfälligen Veränderung.
dazwischen		
	-1	
dazwischen		
	-2	Versauern auf unbefriedigender Stelle, im Team am Rand stehen, am falschen Platz sein, Überforderung.

Die SMART-Regeln

Anleitung zur Formulierung von Zielsetzungen

Ziele, deren Zielerreichung überprüft werden soll, müssen präzise und realistisch formuliert werden. Was zunächst wie eine Selbstverständlichkeit klingt, kann sich im Laufe des Arbeitsprozesses als mühevoll entpuppen. Eine wichtige Unterstützung hierbei sind die „SMART-Kriterien“. Hinter dieser Buchstabenkombination verbergen sich folgende Anforderungen an die Zielformulierung:

S Spezifisch

Es ist klar formuliert, was durch das Projekt oder die Massnahme genau bewirkt werden soll.

M Messbar

Es wird festgelegt, wie die Erreichung des Zieles möglichst objektiv überprüft werden soll.

A Anspruchsvoll

Das Erreichen des Zieles ist eine Herausforderung. Das Ziel ist nicht zu niedrig gesteckt.

R Realistisch

Das Ziel ist aber auch nicht zu anspruchsvoll, so dass das Erreichen illusorisch bleiben würde.

T Terminiert

Es wird festgelegt, in welchem Zeitraum das Ziel erreicht werden soll.