

Lerninhalte: In dieser Einheit werden die Vorteile einer Auseinandersetzung mit persönlichen Zielen beleuchtet. Dabei soll niveau- und themenspezifisches Vokabular u.a. in einem Bilderrätsel erweitert und in einem Kreuzworträtsel gefestigt werden. Eine Statistik zu den Zielen junger Menschen in Österreich dient zur Reflexion der Werte von 16- bis 30-Jährigen, welche im Rahmen des ÖIF-Prüfungsformats Schreiben durchgeführt werden soll.

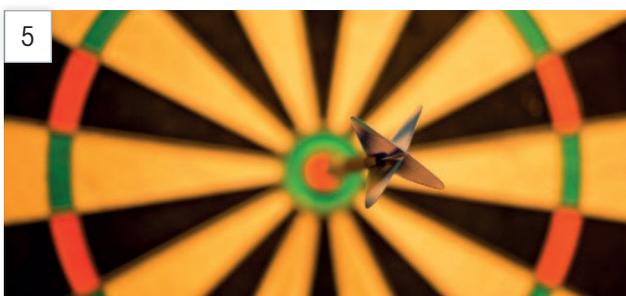
Grammatikschwerpunkt: Beistrichregeln (= Kommaregeln), Verben mit Präpositionen + Präpositionalpronomen

Prüfungsaufgaben: C1-ÖIF-Test: Sprechen, Aufgabe 2; Schreiben, Aufgabe 2

1 Ein Assoziationspiel

Schritt 1: Welche drei Bilder passen für Sie am ehesten zum Thema „Persönliche Ziele“? Wählen Sie Ihre Top 3 und reihen Sie diese von Platz 1 (= passt am besten) bis Platz 3.

Schritt 2: Bilden Sie Kleingruppen und einigen Sie sich auf ein Bild, welches das Thema dieser Einheit für Ihre Gruppe am akkuratesten widerspiegelt. Stellen Sie Ihre Wahl im Plenum vor, beschreiben Sie dabei das Bild möglichst genau und begründen Sie Ihre Wahl.



2 Vorteile von Zielen

Lesen Sie die folgenden Aussagen über Ziele und finden Sie zu zweit Synonyme oder bedeutungsnahe Begriffe für die unterstrichenen Wörter. Ergänzen Sie jeweils nur ein Wort.

Beispiel: Jeder Mensch braucht/benötigt Ziele.

- A Fleiß schlägt Talent haushoch: Denn Fleißige, die ein Ziel vor Augen haben, setzen sich am Ende des Tages/ _____ immer durch.
- B Es ist essenziell/ _____, dass man etwas hat, worauf man zusteuert. Ziele geben uns Orientierung: Man weiß dadurch, wo man hinsteuert, man übernimmt die Führung über sein Leben.
- C Wer Ziele hat, kann eindeutige/ _____ Entscheidungen treffen. Man kann sich vor Entscheidungen stets fragen: Bringt mich diese Chance meinem Ziel näher?
- D Ziele sollte man zur Fixierung laufend/ _____ aufschreiben. Schreiben hilft einem nämlich bei der Bewusstmachung von Zielen.
- E Ziele sollten Herzensangelegenheiten sein. Man sollte abwägen/ _____, welche Ziele man wirklich erreichen möchte: Worauf möchte ich am Ende meines Lebens zurückblicken?
- F Die Sichtbarmachung von Zielen ist empfehlenswert: Man kann Zielformulierungen am Kühlschrank anbringen/ _____ oder den „Hosentaschentrick“ anwenden. Hierbei schreibt man seine wichtigsten Ziele auf einen Zettel, zerknüllt diesen und steckt ihn in die Hosentasche. So hat man seine Ziele immer dabei und wird sie bei Entscheidungen im Alltag nicht so leicht verraten.
- G Ziele sollte man priorisieren: Welches Ziel ist mir am wichtigsten? Das höchstgereichte/ _____ Ziel sollte sich in alltäglichen Entscheidungen stets widerspiegeln.
- H Ziele haben auch Schattenseiten, denn sie können uns in unserer Sicht einschränken/ _____: Wir schauen im Tunnelblick zielgerichtet nach vorne und verpassen womöglich Wichtiges.

Recherchetipps:
 Online-Synonymwörterbücher können Ihnen bei dieser Aufgabe helfen, z. B.: <https://wortschatz.uni-leipzig.de/de> oder <https://synonyme.woxikon.de/>.

Schauen Sie sich nun das Video an, in dem die Aussagen A–G vorkommen, und notieren Sie weitere Kernaussagen zu den Punkten 1–8.

Hier kommen Sie zum Video „Darum ist es so wichtig, dass Sie Lebensziele haben“: bit.ly/3uswaak

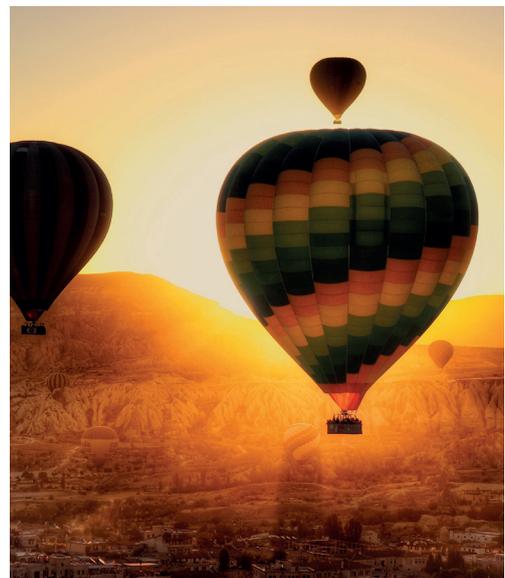
1 Ziele + Gesundheit	5 Rückblick am Lebensende
2 Ziele + Orientierung	6 Priorisierung
3 Bewusstmachung von Zielen	7 Ziele + Umfeld
4 Ziele + Zeit	8 Erfolgskontrolle

Vergleichen Sie Ihre Notizen zu zweit und schreiben Sie gemeinsam in maximal drei Sätzen eine Zusammenfassung über die Kernaussage des Videos.

Zusammenfassung:

Lesen Sie nun die Sätze 1–6 zu den Inhalten des Videos. Ergänzen Sie die Beistriche (= Kommas). Die Anzahl der fehlenden Beistriche ist jeweils in Klammern angegeben.

- 1 Eine spannende Studie die aus den USA kommt zeigt: Wer Ziele hat lebt länger. (3)
- 2 Wer Lebensziele hat der weiß wo er in seinem Leben hinsteuert woran er sich orientieren kann und wie er zielgerichtete Entscheidungen treffen kann. (3)
- 3 Ein ganz wesentlicher Punkt wie man Ziele fixieren und für sich formulieren kann ist das Aufschreiben von Zielen. (2)
- 4 Wenn Sie eine langfristige Perspektive haben werden Sie feststellen dass manche Ziele im Gesamtbild doch nicht so relevant sind wie Sie glauben weil sich Ziele und Werte im Laufe der Zeit ändern. (4)
- 5 Wenn man beteuert dass etwas das wichtigste Ziel ist das man verfolgt sollte sich dieses Ziel in den Entscheidungen des Alltags widerspiegeln. (3)
- 6 Es geht bei Zielsetzungen nicht um die Erfüllung gesellschaftlicher Erwartungen sondern um die Umsetzung persönlicher Wertvorstellungen denn Lebensziele sollten Herzensangelegenheiten sein. (2)



Grammatik: Einige Beistrichregeln (= Kommaregeln)

1 Trennung von Neben- und Hauptsatz

Morgen beantworte ich, weil ich endlich Zeit habe, deine E-Mail.

Wenn es schneit, hebt sich meine Stimmung automatisch. Ich weiß nicht, warum das so ist.

Ich zeige dir das Café, von dem ich immer erzähle und in dem ich so viel Zeit verbringe. [hier kein Beistrich vor „und“]

2 Trennung von Satzteilen (bei Aufzählungen und Einschüben/Appositionen)

Wir haben ein Schloss, drei Parks, ein Museum und eine Galerie besichtigt.

Mein Nachbar, ein leidenschaftlicher Musiker, macht ganz schön viel Lärm.

[Oder: Mein Nachbar – ein leidenschaftlicher Musiker – macht ganz schön viel Lärm.]

3 Trennung zwischen Haupt- und Hauptsatz (bei: aber, sondern, jedoch, doch, denn + ohne Konnektor)

Ich würde gerne mitfahren, aber das geht sich einfach nicht aus.

Opa kocht morgen, Oma grillt.

Weitere Regeln finden Sie hier:

<https://www.duden.de/sprachwissen/rechtschreibregeln/komma>

Bedeutungsunterschiede durch Satzzeichen

Opa sagt seiner unerträglich singenden Enkelin: „Nicht, aufhören!“ (Nicht! Hör auf! = Opa beendet die Qual)

Opa sagt seiner unerträglich singenden Enkelin: „Nicht aufhören!“ (= Opa ist höflich und quält sich weiter)

Oma will, Opa nicht. (= Oma will z.B. die Goldene Hochzeit groß feiern, Opa möchte seine Ruhe haben. Aber alles ist gut in ihrer Ehe.)

Oma will Opa nicht. (= Oh nein! Hat sich Oma in jemand anderen verliebt?)

Conclusio: Die Beistrichsetzung macht im Deutschen einen wesentlichen Unterschied, vor allem für Opa.

3 Diskussion

Prüfungsaufgabe: C1-ÖIF-Test: Sprechen, Aufgabe 2

Lesen Sie die folgenden Äußerungen zum Thema „Potential und Schattenseiten von Zielen“. Diskutieren Sie zu zweit darüber und bringen Sie auch eigene Aspekte und persönliche Erfahrungen in die Diskussion mit ein.

Das euphorisierende Gefühl, ein Ziel mit Anstrengung erreicht zu haben, motiviert mich. Ziele setzen Energien frei, ohne Ziele verfällt man hingegen schnell ins Nichtstun.

Viele knüpfen ihr Selbstwertgefühl an das Erreichen eines Ziels und setzen sich selbst damit einem großen Druck aus. Wird das Ziel nicht erreicht, kommt es zu Scham, Enttäuschung und Schuldgefühlen. Ein erstes Scheitern kann weitere Versuche unterbinden.

Ziele sind Richtungsweiser, keine fixen Endpunkte. Sie helfen dabei, mit einem guten Gefühl einfach mal in eine Richtung loszugehen. Die besten Ziele sind ohnehin die, die man nie wirklich erreicht.

4 Bilderrätsel zum C1-Wortschatz

Ergänzen Sie die passenden Wörter in den Kollokationen rund um das Wort „über“. Die Bilder helfen Ihnen dabei.

- 1 **über** sich hinaus  _____: Ziele setzen bei manchen Menschen eine derartige Energie frei, dass sie über sich hinaus _____.
- 2 den  **Über** _____ verlieren: Ich habe den **Über** _____ über meine zahlreichen Neujahrsvorsätze verloren. Ich nehme mir zu Silvester immer viel zu viel für das kommende Jahr vor.
- 3 jemanden/etwas einer  **Über** _____ unterziehen: Zur Erfolgskontrolle sollte man seine Zielformulierungen einer regelmäßigen **Über** _____ unterziehen.
- 4 die Vorteile/Nachteile  **über** _____ (= sind mehr/schwerer): Es gibt unzählige kritische Stimmen im Ziele-Diskurs, die darauf hinweisen, dass die Nachteile bei rigiden Zielverfolgungen über _____ können.
- 5 nach reiflicher  **Über** _____: Nach reiflicher **Über** _____ bin ich zu dem Entschluss gekommen, dass meine gesetzten Ziele nicht mehr meinen Werten und Bedürfnissen entsprechen.
- 6 ein  **über** _____ Konsum: Ein über _____ Konsum von Ratgeberliteratur kann auch schädlich sein. Denn er hindert Menschen daran, einfach ihrer Intuition zu folgen.

Kollokationen: Welche Wörter treten häufig zusammen auf?

Nicht alle Wörter passen zueinander, denn nicht alle sprachlichen Einheiten sind kombinierbar: *dick + Buch = dickes Buch (kombinierbar)*, *dick + Haus = ~~dickes Haus~~ (nicht kombinierbar)*.

Legen Sie Ihre Aufmerksamkeit bei Texten deshalb auf Kombinationsmöglichkeiten wie *massiv + Haus* und lernen Sie ganze Einheiten (*ein massives Haus*).

Lerntipp:

Legen Sie sich ein für Sie passendes System für die Sammlung von Kollokationen an (ein Heft, Karteikarten, eine Excel-Tabelle, etc.). Dort können Sie die Kollokationen, die Ihnen in der Textarbeit auffallen, sammeln und z. B. nach Verben oder Texten ordnen. **Tipp:** Schreiben Sie immer den Satz auf, in dem die Kollokation vorgekommen ist.

aufnehmen

- einen Kredit aufnehmen (Satz: ...)
- Kontakt zu jemandem aufnehmen (Satz: ...)
- etwas in ein Verzeichnis aufnehmen (Satz: ...)

- 7 Grenzen  **über** _____: Ziele helfen vielen dabei, ihre Grenzen zu über _____ und ihre Komfortzone zu verlassen.

5 Grammatik: C1-Verben und Präpositionalpronomen

Ergänzen Sie die korrekten Präpositionalpronomen allein oder zu zweit. Wer Hilfe benötigt, findet die einzusetzenden Wörter im Kästchen unten.

- 1) Was Ziele anbelangt, neige ich leider _____, mir zu viele auf einmal zu setzen und dann schnell überfordert zu sein.
- 2) Nun begnüge ich mich _____, mir täglich höchstens drei Mini-Ziele vorzunehmen.
- 3) Gerade möchte ich meine Aufmerksamkeit vermehrt _____ richten, meine beruflichen Ziele umzusetzen.
- 4) Gleichzeitig hüte ich mich aber _____, ausschließlich berufliche Ziele zu verfolgen, denn auch mein Privatleben ist mir wichtig.
- 5) In meiner Frauengruppe haben wir uns _____ ausgetauscht, wie man Ziele präzise formulieren kann.
- 6) Die Methode der „SMARTen Zielformulierung“ eignet sich _____, Ziele spezifisch, messbar, anspruchsvoll, realistisch und terminiert zu formulieren.
- 7) Viele Ratgeber beharren _____, dass Ziele zur Erfolgskontrolle messbar sein sollten.
- 8) Abgesehen _____, dass Ziele als Richtungsweiser in meinem Leben fungieren, bieten sie mir Klarheit über meine Werte und Hilfe bei schwierigen Entscheidungen.
- 9) Manche Menschen werden durch ihre starre Zielgerichtetheit jedoch _____ verleitet, den Weg Richtung Ziel nicht mehr auszukosten und sinnvolle Kursänderungen zu ignorieren.
- 10) Mein Leben beschränkt sich nicht _____, Ziele um jeden Preis umzusetzen. Stattdessen bleibe ich flexibel und achtsam.



Grammatik: Verben + Präpositionalpronomen + Nebensatz

achten auf: Wir achten darauf, dass wir viel Gemüse essen.

sich fürchten vor: Ich fürchte mich davor, dir die Wahrheit zu gestehen.

Hinweis: Die Präpositionalpronomen verweisen hier auf die Nebensätze. Sie können sich aber auch auf vorhergehende Aussagen beziehen: *Sie hat ihren Hochzeitstag vergessen. Ihr Mann ärgert sich darüber.*

damit, dafür, davor, davon, darauf, darauf, darauf, dazu, dazu, darüber

6 Ziele junger Menschen in Österreich

Prüfungsaufgabe: C1-ÖIF-Test: Schreiben, Aufgabe 2

Situation: Sie haben in einem Seminar ein Referat zum Thema „Ziele der jungen Generation in Österreich“ gehalten und dafür folgende Statistik über die Ziele 16- bis 30-Jähriger verwendet. Sie sollen nun für den Abschluss des Seminars eine schriftliche Ausarbeitung des Referats verfassen.

Die Ziele der jungen Generation in Österreich 2016

Soziale Sicherheit, sicherer Arbeitsplatz	62
Gut verdienen	59
Ein harmonisches Familienleben	57
Erfolg im Beruf	50
Genügend Freizeit, keine Überlastung durch Arbeit	47
Ein möglichst freies Leben ohne Zwang führen können	46
Einen eigenen Besitz schaffen	37
Ein ausgeglichenes, ruhiges Leben führen	37
Viel Abwechslung im Leben, viele neue Eindrücke	37
Gute Ausbildung abzuschließen	29

(von einem österreichischen Marktforschungsinstitut)

Verfassen Sie nun einen Text, in dem Sie die wichtigsten Punkte Ihres Referats schriftlich darlegen. Schreiben Sie mindestens 250 Wörter und gehen Sie dabei auf folgende Punkte ein:

- Fassen Sie die wichtigsten Informationen der Statistik zusammen.
- Interpretieren Sie die Informationen: Wie erklären sich die Zahlen? Warum antworten die Befragten so, wie es in der Statistik beschrieben wird?

Erläutern Sie:

- Wie ist Ihre persönliche Meinung zum Thema? Sind die Lebensziele der älteren Generation Ihrer Meinung nach ähnlich wie die der jüngeren Generation?
- Wie schätzen Sie im Vergleich dazu die Situation in Ihrem Land oder in anderen Ländern ein?

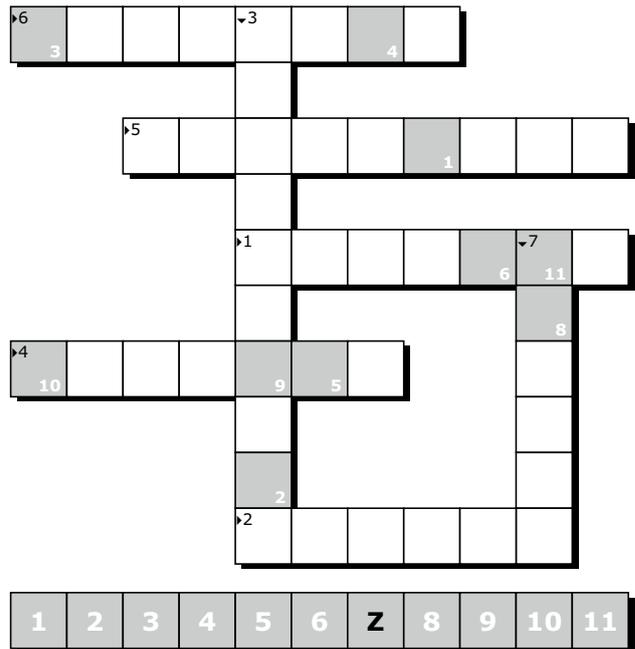
Berücksichtigen Sie dabei auch den Aufbau des Textes (Einführung in das Thema, Aufbau einer Argumentation, Schlussfolgerung). Übernehmen Sie die Vorgaben nicht wortwörtlich, sondern verwenden Sie eigene, situationsangemessene Formulierungen.

Beachten Sie, dass es sich um eine schriftliche Ausarbeitung des Referats handelt. Vermeiden Sie daher direkte Anreden und Phrasen, die sich an ein Publikum wenden.

7 Ein Kreuzworträtsel zur Wiederholung

Ergänzen Sie die Vokabeln aus dieser Einheit im Kreuzworträtsel rechts. Tragen Sie auch die Anfangsbuchstaben, die als Hilfe vorgegeben sind, in das Kreuzworträtsel ein.

- 1 „Über sich hinaus w_____“ bedeutet, dass man seine Komfortzone verlässt und seine Grenzen überschreitet.
- 2 Ein Synonym für „tendieren (zu)“ ist „n_____ (zu)“: Meine Eltern n_____ dazu, schnell aufzugeben.
- 3 Wenn es in einer Sache mehr Vorteile als Nachteile gibt, dann ü_____ die Vorteile.
- 4 Ein Synonym für „kontinuierlich/immerzu/ständig“ ist „l_____“: Neue Ideen oder Visionen sollte man sich l_____ in sein Notizheft schreiben.
- 5 Wenn ich den Ü_____ über meine Aufgaben und Termine verliere, dann herrscht Chaos.
- 6 „Sich b_____ (mit)“ bedeutet, dass einem etwas genug ist: Wir b_____ uns mit zwei Mahlzeiten am Tag, denn mehr können wir im Hochsommer nicht essen.
- 7 „Sich e_____ (für)“ bedeutet, dass etwas passend oder adäquat ist: Diese Tipps e_____ sich perfekt für Menschen, die noch nie Ziele formuliert haben.



Lösungen, Quellen, weiterführende Links

Lösungen

2 Vorteile von Zielen: Mögliche Synonyme – eine Auswahl: A letztendlich, zuletzt, schließlich, B wesentlich, bedeutungsvoll, ausschlaggebend, C klare, fundierte, sichere, D kontinuierlich, immerzu, ständig, E erwägen, bedenken, überlegen, F fixieren, befestigen, aufkleben, G topplatzierte, höchstplatzierte, höchste, H limitieren, einengen, blockieren, etc.

1 Eine spannende Studie, die aus den USA kommt, zeigt: Wer Ziele hat, lebt länger. 2 Wer Lebensziele hat, der weiß, wo er in seinem Leben hinsteuert, woran er sich orientieren kann und wie er zielgerichtete Entscheidungen treffen kann.

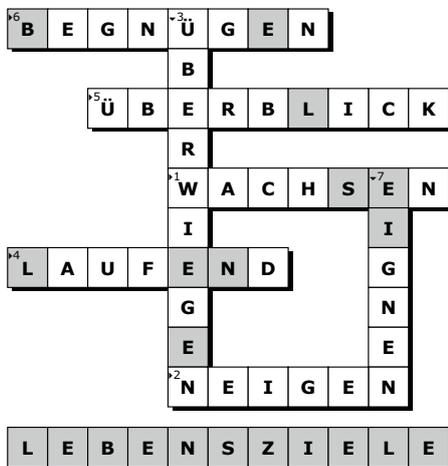
3 Ein ganz wesentlicher Punkt, wie man Ziele fixieren und für sich formulieren kann, ist das Aufschreiben von Zielen.

4 Wenn Sie eine langfristige Perspektive haben, werden Sie feststellen, dass manche Ziele im Gesamtbild doch nicht so relevant sind, wie Sie glauben, weil sich Ziele und Werte im Laufe der Zeit ändern. 5 Wenn man beteuert, dass etwas das wichtigste Ziel ist, das man verfolgt, sollte sich dieses Ziel in den Entscheidungen des Alltags widerspiegeln. 6 Es geht bei Zielsetzungen nicht um die Erfüllung gesellschaftlicher Erwartungen, sondern um die Umsetzung persönlicher Wertvorstellungen, denn Lebensziele sollten Herzensangelegenheiten sein.

4 Bilderrätsel zum C1-Wortschatz: 1 wachsen, 2 Überblick, 3 Überprüfung, 4 überwiegen, 5 Überlegung, 6 übermäßiger (auch: übertriebener), 7 überschreiten (auch: überwinden)

5 Grammatik: C1-Verben und Präpositionalpronomen: 1 dazu, 2 damit, 3 darauf, 4 davor, 5 darüber, 6 dafür, 7 darauf, 8 davon, 9 dazu, 10 darauf

7 Ein Kreuzworträtsel zur Wiederholung:



Hilfestellung zur Bearbeitung der Prüfungsaufgabe SCHREIBEN

6 Ziele junger Menschen in Österreich:

Wortschatz zur Wiedergabe von Informationen aus einer Statistik

laut (+ Genitiv oder Dativ, oft ohne Artikel): Laut Statistik sind 60 % der Befragten ... Laut einer Statistik aus dem Jahr ...

zufolge (+ Dativ): Der Statistik zufolge sind 30 % der Befragten ...

gemäß + nach (+ Dativ; stehen vor oder nach dem Nomen): Der Statistik nach/Nach der Statistik ... Gemäß dieser Statistik ...

Quellen (Stand: 11.10.2021)

Bilder: Pixabay, Pexels

2 Vorteile von Zielen: Youtube-Clip zu Lebenszielen: <https://www.youtube.com/watch?v=qkL82dF8WbM>

2 Vorteile von Zielen: Beistrichregeln: <https://www.duden.de/sprachwissen/rechtschreibregeln/komma>

2 Vorteile von Zielen: Online-Synonymwörterbücher: <https://wortschatz.uni-leipzig.de/de>, <https://synonyme.woxikon.de/>

3 Diskussion: Tipps für alternative Zielsetzungsmethoden und einen neuen Umgang mit Zielen: <https://schreibenwirkt.de/staff-zielen/>

6 Ziele junger Menschen in Österreich: Statistik von Markt Meinung Mensch:

<http://www.marktmeinungmensch.at/studien/die-ziele-der-jungen-generation-in-oestereich-2016/>

Weiterführende Links

Das Geheimnis wirksamer Zielsetzung: <https://schreibenwirkt.de/ziele-setzen/>