

## Goals – Virtue or Vice?

© Moritz Czubatinski, <http://www.pokergeeks.de>; 19.03.2009

Ganz nach dem Titel des Artikels "Ziele – Tugend oder Laster?" werde ich in den folgenden Zeilen verraten, warum Ziele nicht immer das Gelbe vom Ei sind. Warum, Ziele sind doch immer gut? – werden sich jetzt einige von euch fragen. Ja, natürlich. Die richtigen Ziele sind gut und meiner Meinung nach sogar notwendig um erfolgreich zu sein, sie motivieren und geben einem Milestones, auf die man hinarbeiten kann. Sie können falsch gesteckt jedoch zum krassen Gegenteil ihrer eigentlichen Intention mutieren.

Im Projektmanagement gibt es diesen tollen Slogan, einen von diesen Slogans, die zur Zeit jeder benutzt und keiner versteht. Diesen finde ich jedoch gar nicht schlecht: Ziele müssen S.M.A.R.T. sein. Ganz klar, oder? Specific, Measurable, Ambitious, Realistic und Time-Scaled.

Ich stimme zu.

**Specific (spezifisch, besonders):** Ein Ziel muss genau definiert sein und nicht einfach nur am Wegrand liegen (dafür sind Zwischenziele oder sogenannte Milestones = Meilensteine gedacht). Alle wichtigen Eckdaten und Bedingungen müssen abgesteckt sein, damit 100%-ig klar ist, wann man das Ziel erreicht hat.

**Measurable (messbar – qualitativ und quantitativ):** Eigentlich selbsterklärend, damit man überhaupt erst die Bedingungen abstecken kann, wann man das Ziel erreicht hat, müssen diese auch messbar sein. Dies kann sowohl als auch, am besten aber qualitativ und quantitativ sein. Z.B. kann ich es mir zum Ziel setzen, 30.000 Hände auf NL100 zu spielen (quantitativ) und dabei 3.5ptbb Winrate zu erzielen (qualitativ).

**Ambitious (ehrgeizig):** Euer Ziel darf kein Ziel sein, das zu einfach zu erreichen ist, ansonsten fällt das Erfolgsgefühl beim Erreichen eher mau aus. Ist euer Ziel ehrgeizig, oder euer Milestone, dann motiviert das Erreichen dieses Ziels zusätzlich, euch beim Erreichen neuer Ziele zu unterstützen. Nicht jeder dahergelaufene Straßentrottel darf es sich auch zum Ziel setzen können, bzw. es dann auch erreichen. Trotzdem müssen Ziele folgendes sein:

**Realistic (realistisch):** Der Knackpunkt: Euer Ziel darf nicht zu hochgegriffen sein, sonst werdet ihr es eventuell nie erreichen oder von dem langen Weg dort hin abgeschreckt bzw. sogar demotiviert werden, oder aber ihr fangt gar nicht erst an, da es ja „so viel“ ist. Wer kennt das nicht, man muss auf eine Klausur lernen und es ist ein Arsch voll Stoff. Wo fängt man an? Kleine Ziele setzen, die dennoch ambitioniert sind, z.B. erst einmal ein Kapitel lernen. Oder innerhalb eines Jahres von NL5 auf NL200 aufsteigen und sich dabei immer wieder kleine Zwischenziele setzen. Das war z.B. mein Ziel als ich anfing, zu pokern (naja, ganz am Anfang wollte ich natürlich die Millionen, aber das hat sich schnell relativiert...). Der goldene Mittelweg sozusagen, wie so oft. Jetzt bin ich auf NL200 und kann sagen: Geil.

Time-Scaled (termingerech, zeitgenau): Im Projekt-Management schon eher wichtig, macht es beim Pokern nicht die Welt aus, wenn ihr euer Ziel etwas später oder sogar etwas früher erreicht. Verschätzt ihr euch in eurem Zeitplan komplett ist klar: Das Ziel war zu hoch gesetzt. Manche Ziele erfordern auch keine Terminabgabe und die qualitative und quantitative Messung reicht völlig aus, um abzuschätzen, ob man das Ziel erreicht hat.

Gut, was hilft uns das Ganze jetzt beim Pokern? Dazu müssen wir uns noch etwas anschauen: Die Motivation. Es gibt 2 Motivationsarten, die Intrinsische (Genial!) und die Extrinsische (Gut, aber nicht genial – vor allem beim Pokern).

Die intrinsische Motivation kommt von uns aus, wir spielen Poker, weil wir spielen wollen. Nicht, weil wir Geld brauchen, nicht, weil ein Bonus abgespielt werden muss. Einfach, weil wir Pokern wollen. Oder weil wir Geld anhäufen wollen (es aber nicht brauchen) und deshalb Pokern wollen. Oder weil wir endlich mal NL200 erreichen wollen. All dies sind Motivationen ohne äußeren Zwang. Spielen wir aufgrund der intrinsischen Motivation, spielen wir unser bestes Poker. Ohne Frage.

Die extrinsische Motivation hingegen ist eine Motivation, die durch Zwänge erzeugt wird. Wir brauchen Geld für den Urlaub, ein Bonus muss abgespielt werden in einer bestimmten Zeit, wir müssen Losses chasen und so weiter. Spielen wir aufgrund dieser Motivation, spielen wir meistens beschissenes Poker. Absolut beschissen. Auch wenn wir es nicht zugeben wollen, es ist unter aller Sau. Schaut euch die Hand Histories einer Session an, die ihr aus einem dieser Gründe gespielt habt. Grauenhaft.

Ziele können uns jetzt helfen. Sie können uns helfen, unsere intrinsische Motivation aufrecht zu erhalten und so selten wie möglich, am besten !!NIE!! aufgrund von extrinsischer Motivation zu spielen. Und sie helfen uns auch, besser zu erkennen, warum wir genau jetzt spielen wollen. Das funktioniert ganz einfach. Wir setzen uns ein Ziel, z.B., 30.000 Hände in einem Monat zu spielen, die nächsten 5 Sessions nicht zu tilten, o.ä. Lieber keine monetären Ziele innerhalb eines Zeitraums, da Poker wie wir alle wissen eine Dirne sein kann und es durchaus frustrierend sein kann, ein solches Ziel zu erfüllen. Monetäre Ziele ohne zeitliche Vorgaben sind in Ordnung, sollten aber auch vermieden werden. Ok, wann immer wir jetzt spielen wollen, um dieses Ziel zu erreichen, wollen wir von uns aus spielen. Wir spielen nicht, um einen Bonus abzuspülen, oder „weil wir halt müssen, aber eigentlich haben wir gar keine Lust“, nein, wir spielen aufgrund einer von uns selbst gesetzten Bürde. Man muss dabei aufpassen, dass das Ziel selbst nicht zu einem Zwang wird, sonst hat das ganze einen negativen Zirkel-Effekt und wird wiederum zu einem äußeren Zwang. Das wäre quasi das selbe wie sich selbst von hinten ins Bein zu schießen. Die Ziele also nicht zu hoch stecken.

Hört sich erst einmal komisch an, aber mir hat es in der Praxis enorm geholfen. Mein nächstes Ziel: NL200 Winning Player werden. Nicht zu krass, aber auch nicht zu einfach, und wenn ich es geschafft habe werde ich ein gutes Gefühl haben. Und ich werde nie spielen, wenn ich denke, dass mein Spiel gerade meinem Ziel nicht zuträglich ist. Viel Spaß beim Anwenden.