

Begriff	Erklärung
	www.smoffen.com
Smoffen	<p>Smoffen bedeutet „smart offline sein“. Beim Smart-offline-Sein wird nicht mehr kommuniziert, nicht mehr zu- oder hingehört. Es werden auch keine Informationen gesendet oder neue aufgenommen.</p> <p>Wer smofft, geht bewusst einige Minuten von seiner Umgebung kommunikativ offline, um ruhig, wohlüberlegt und geplant jeden neuen Tag und jede neue Woche anzugehen.</p>
Smoffer	Smoffer ist jemand, der danach strebt, keinen Tag und keine Woche ohne professionellen Review und Neuplanung anzugehen und dazu über ein Nutzerkonto auf smoff.ch verfügt.
Smoff-Time	<p>Smoff-Time ist die Zeit, in der man bewusst von seinem Umfeld offline geht, um sich auf seine persönliche Planung und Selbstmanagement zu konzentrieren.</p> <p>Es wird das Erlebte des Vortages oder der Vorwoche reflektiert und sich auf den neuen Tag oder die neue Woche vorbereitet.</p> <p>Smoff-Time ist die Zeit, um nachzuverfolgen, was man sich vorgenommen hat, und zu definieren, was man sich neu vornimmt.</p>
Smoff-Bilder <i>Smoff-Pictures</i>	<p>Fotografische Dokumentation des persönlichen Reviews des Vortages oder der Vorwoche und der Planung des neuen Tages oder der neuen Woche. Die Bilder werden vom Smoffer täglich mit dem Smartphone aufgenommen und automatisch via App in die Smoff-Bilder-Galerie hochgeladen. Dort können sie von einem Mentor kommentiert oder mit Kollegen geteilt werden.</p>
Vorbild	Jemand, der etwas so gut beherrscht, dass es sinnvoll ist, seinem Beispiel zu folgen und bei Bedarf nachzufragen.
Smoff-Time-Vorbild	Ein Smoff-Time-Vorbild hat es sich zur guten Gewohnheit gemacht, jeden Morgen einige wenige ruhige Minuten smart offline zu gehen, um mit persönlichem Review und Neuplanung den neuen Tag zu initialisieren. Er geht jeden Tag wohlüberlegt und gut vorbereitet an. Er lebt das beispielhaft und gut nachvollziehbar vor.
Smoff-Bilder-Vorbild	<p>Jemand, der täglich ein beispielhaft gutes persönliches Planungs- und Selbstmanagementsystem praktiziert, das andere über Bilder nachvollziehen und dem Sie folgen können.</p> <p>Ein Smoff-Bilder-Vorbild dokumentiert seine persönlichen Gedanken, seine Reviews und Neuplanungen per Foto und teilt diese geschützt über die Mentoring-Plattform www.smoff.ch mit Menschen, denen er vertraut und deren Wohl ihm am Herzen liegt.</p>

Mentor	Jemand, der die Fähigkeit und den Willen hat, aktiv zum Wohlergehen eines anderen (Mentee) beizutragen und vertrauenswürdig ist.
Smoff-Time-Mentor	Ein Smoff-Time-Mentor kümmert sich darum, dass das morgendliche Smoffen zur täglichen Gewohnheit wird und auch bei widrigen Umständen, Ablenkungen und gegen den inneren Schweinehund beibehalten wird. Ein Smoff-Time-Mentor muss so vertrauenswürdig sein, dass ein Mentee ihm Zugang zu seinen Smoff-Time-Statistikdaten, Smoff-Time-Grafiken und seinem Smoff-Nutzerkonto gewährt.
Smoff-Bilder-Mentor	Ein Smoff-Bilder-Mentor kümmert sich darum, dass die persönliche Planung und das Selbstmanagement seines Mentees möglichst professionell, effizient und effektiv sind. Dafür dokumentiert der Mentee das Ergebnis seiner täglichen beziehungsweise wöchentlichen persönlichen Reviews und Neuplanungen (Smoffen) über Smartphone-Fotos, die automatisch mit dem Mentor geteilt werden. Der Mentor kann via Webinterface Einfluss nehmen, indem er die Smoff-Bilder des Mentees textlich und grafisch verändert. Damit kann er Feedback geben, Alternativen aufzeigen und Vorschläge machen. Ein Mentor muss so vertrauenswürdig sein, dass ein Mentee ihm über Review- und Planungsbilder Einblick in seine beruflich bezogenen Gedanken, Gefühle, Fortschritte und Rückschlüsse gibt. Ein Mentor muss so angesehen und respektiert sein, dass sein Smoff-Bilder-Feedback auch angenommen wird.
Smoff-Gruppen	Jeder Smoffer kann vom smoff.ch-Systemadministrator einer oder mehreren thematischen Gruppen zugeordnet werden. Eine Gruppe kann als reine Vereinfachung des Reportings und der Betreuung angelegt sein oder auch dem Aufbau sowie Betrieb einer abgegrenzten Smoffer-Community dienen. Bei einer Community können die Gruppenmitglieder gegenseitig die Smoff-Time-Grafiken und -Reports der Gruppe sowie jedes einzelnen Mitglieds sehen. Diese Informationen können in anonymisierter Form in einer Website (Intranet/Internet) auch mit immer aktuellen Daten publiziert werden.
Smoff-Gruppen-Betreuer Coaches	Smoff-Gruppen-Betreuer haben für alle Gruppenmitglieder die gleichen Rechte wie Smoff-Time-Mentoren. Auf Smoff-Bilder haben Sie per Default keinen Zugriff. Smoff-Gruppen-Betreuer haben spezielle Benachrichtigungs- und Posting-Features zur Verfügung. Für jede Gruppe können vom Systemadministrator ein Gruppenbetreuer, Co-Betreuer und Beobachter (Supervisor) eingetragen werden.
Smoff-Gruppen-Mitglieder	Im Nutzerprofil sind sich unter der Sektion „Support und Coaching“ die Gruppen verzeichnet, denen ein Smoffer zugeordnet ist. Er kann die Gruppen per Hyperlink besuchen. Damit sieht er die Smoff-Daten seiner Gruppenkollegen und erkennt selbst, wer seine Daten sieht beziehungsweise wer als Gruppenmanager Smoff-Time-Mentorrechte für sein Smoffen-Nutzerprofil hat.
Smoffen-Mentoring-Plattform www.smoff.ch	smoff.ch ist eine Web-Plattform, die speziell auf individuelle, persönliche „On-the-job“-Unterstützung aus der Ferne (remote) ausgelegt ist. Sie macht es einfach, effektiv und sicher, das Wohlergehen eines Erwerbstätigen in Form einer temporären oder dauerhaften Mentor-Mentee-Vertrauensbeziehung zu fördern. Diese Förderung erfolgt über die Einflussnahme auf die Erstellung, die Verfolgung und den Review von persönlichen Plänen für Tage und Wochen. Die Plattform bringt Menschen, die für ihren Arbeitsalltag Hilfe annehmen wollen, mit Menschen zusammen, welche die nötige Unterstützung und Förderung geben können und wollen.
SmoffBook	Ein SmoffBook ist ein persönliches Notizbuch, das als Basis für das Smoffen, das heißt für den alltäglichen professionellen Review und die Neuplanung, genutzt werden kann. Es enthält die notwendigen Planungsformblätter für Tage, Wochen und Quartale. Ein SmoffBook macht das Führen von To-Do-Listen und die gelben Notizzettel weitgehend obsolet. Website: www.smoffbook.de . Handelsübliche Angebote: www.smoffbook.com

2ease	<p><i>To ease</i> – vereinfachen, erleichtern 2ease Work Planning AG: www.2ease.org</p> <p>Die 2ease AG ist ein Unternehmen, das die Arbeitsplanung für Organisationen und Einzelpersonen im Kontext des digitalen 21. Jahrhundert einfach, effizient und effektiv macht. Sie sorgt für geplanteres und zielführenderes Vorgehen.</p> <p>Dafür stellt die 2ease AG Systeme, Web-Plattformen/-Apps, Medien und auch Supportleistungen bereit, die jeden einzelnen Arbeitstag eines Menschen schnell, sicher und dauerhaft wertvoller machen – für ihn selbst, sein Umfeld und seinen Arbeitgeber.</p>
2ease SMan System	<p>Das 2ease SMan System ist ein professionelles persönliches Planungs- und Selbstmanagementsystem, basierend auf jeweils 8 Formblättern pro Woche, die chronologisch in einer Timeline angeordnet sind (Papier DIN A5 oder digital) und mit einem Stift per Hand beschrieben werden.</p> <p>Mit dem System sind eine kurz-, mittel- und auch langfristige professionelle Planung und Zielverfolgung möglich.</p> <p>Es bildet die Basis für ein operatives, taktisches und auch strategisches Selbstmanagement vom Studenten bis zur obersten Führungsebene.</p>
Persönlicher SMan Masterplan	<p>SMan Masterplanung ist eine professionelle persönliche Planung für längere Zeiträume und für das Setzen sowie Verfolgen komplexer, anspruchsvoller Ziele des beruflichen und privaten Lebens.</p> <p>Es umfasst die taktisch-strategische Arbeitsplanung für die nächsten Monate und Quartale, die auf dem persönlichen operativen Review der vorhergehenden Wochen und Monate beruht.</p> <p>Ein SMan Masterplan bildet alles ab, was das Arbeitsleben eines Menschen aktuell prägt, prägen könnte und prägen sollte. Im Masterplan sind Risiken und Opportunitäten genauso festgehalten wie auch alle wesentlichen Optionen und Szenarien, die man hat.</p> <p>Der SMan Masterplan besteht aus zwei bis drei DIN-A4-Seiten und wird in der Regel zwei- bis viermal pro Jahr mit einem gängigen Textverarbeitungsprogramm komplett überarbeitet. Die Grundstruktur des Plans und damit auch der Ablauf der Planung sind in einer Word-Formatvorlage festgelegt.</p>
Professionelle Planung	<p>Merkmale professioneller persönlicher Planung</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Merkmal 1:</i> Sich bewusst Zeit für Review und Neuplanung von Tagen und Wochen nehmen: Smoff-Time. • <i>Merkmal 2:</i> Bei Neuplanungen alles Relevante berücksichtigen und sicher nichts Wesentliches aus dem Auge verlieren. • <i>Merkmal 3:</i> Für jeden Tag und jede Woche einen selbstverbindlichen Plan erstellen, der auch systematisch nachverfolgt wird. • <i>Merkmal 4:</i> Mit der Planung sinnvolle, relevante und keine abträglichen, unsinnigen Ziele verfolgen. • <i>Merkmal 5:</i> Seine Pläne mit Menschen teilen und abstimmen können, die für einen wichtig sind.

Smoff-Farben-Code	In vier Farbstufen (Rot – Orange – Grün – Blau) ausgedrückte Professionalität von vier Arten persönlicher Planung. Als Referenz gilt das Buch „Professionelle Planung und Selbstmanagement“ von Jürgen Lauber <i>Blau: Vorbild-Niveau Grün: Gutes Soll-Niveau Orange: Noch nicht ganz auf Soll-Niveau Rot: Bemühung erkennbar Schwarz: Start geplant Grau: Ohne Einschätzung</i>
Smoff-Time-Niveau	Drückt aus, wie stark die professionelle Gewohnheit ausgeprägt ist, einen neuen Arbeitstag erst nach einer konzentrierten, ruhigen Phase des persönlichen Reviews und Neuplanung anzugehen. Die Farbwertung leitet sich direkt aus der Smoff-Rate ab. Das ist die Anzahl der Tage mit der Smart-offline-Phase, dividiert durch die Anzahl der regulären Arbeitstage in einem gewissen Zeitraum. Für die Zeiträume der vergangenen Woche, der vergangenen fünf und vergangenen 13 Wochen werden die Niveaus jede Woche neu errechnet. Diese montäglichen Wochenberichte sind in der Nutzerkonsole ersichtlich. Rot: Startet nur wenige Arbeitstage nach bewusster Smart-offline-Phase. Rate: 10–30 % Orange: Startet die meisten Arbeitstage erst nach der Smart-offline-Phase. Rate: Grün: Startet in der Regel die Arbeitstage erst nach der Smart-offline Phase. Rate: Blau: Startet die Arbeitstage und Arbeitswoche vorbildlich erst nach der Smart-offline-Phase: Rate: Achtung: Wochen mit weniger als vier Arbeitstagen werden für Farbniveaus nicht ausgewertet. Und auch Tage beziehungsweise Wochen, die im Smoffen-Kalender der Nutzerkonsole als Abwesenheit eingetragen sind, werden in der Berechnung der Smoff-Rate nicht berücksichtigt.
SMan-Tagesplanung	Persönliche Tagesplanung mit professionellem 2ease SMan Planungs- und Selbstmanagementsystem
SMan-Wochenplanung	Persönliche Wochenplanung mit professionellem 2ease SMan Planungs- und Selbstmanagementsystem
SMan-Masterplanung	Persönliche Langzeit-/Jahresplanung mit professionellem 2ease SMan Planungs- und Selbstmanagementsystem
	Die Einschätzung der professionellen Planungsniveaus für die Zeiträume von Tagen, Wochen und Jahren basiert auf Vorschlägen des jeweiligen Mentors, die von einem System-Admin geteilt und im Smoffen-Nutzerprofil eingepflegt werden. Die Grundlage der Einschätzung bilden die Smoff-Bilder von Reviews und Neuplanung auf der Smoffen-Mentoring-Plattform (www.smoff.ch).