



Målark

Mit mål er: _____

Start:	1. delmål	2. delmål	3. delmål	4. delmål	5. delmål	Mål: Dato:
--------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-------------------

Handlingsniveau

Hvad kan gøre det lettere for mig at nå målet:

Hvad er det mindste jeg kan gøre:

Hvad er det mindste andre kan gøre:

Udfordringer - løsninger

Hvad kan gøre det sværere for mig at nå målet:

Hvilke løsninger har andre til denne udfordring:

Hvilke løsninger har jeg selv til denne udfordring:

Resultat

Hvad får jeg ud af at nå mit mål:

Hvad vil målet give mig af muligheder:

Hvilke konkrete handlinger vil jeg kunne gøre som jeg ikke gør nu:

Hvordan vil jeg opfatte/se på mig selv når jeg når målet:
