

S.M.A.R.T.a - Modellen

Kan användas då du skapar egna mål

S	Specifikt
M	Mätbara
A	Ambitiöst
R	Realistiskt
T	Tidsbestämt
a	Ansvarstagande

Använd smart modellen för att säkra handlingar och mål.
Så de kan vara överkomliga (låta sig göras) och överskådligt.

Handlingsplanen samlar ihop reflektionerna och är med för att kartlägga vilka handlingar du kan göra för att framöver skapa en positiv förändring. (eget liv, familjen, arbetet, systemet)

	VAD (specifika, realistiska, mätbara)	VEM (personer du vet kan hjälpa till)	Hurdant/vilket sätt	NÄR (specifika tidpunkter - högst tre månader framöver)	Utv. Om tid (6 månader)
1					
2					
3					
4					
5					