

DOELENKAART



MIJN DOEL:

DATUM:



WAAROM IS DIT DOEL BELANGRIJK VOOR MIJ?



WAT WIL IK DEZE PERIODE PROBEREN OF VERANDEREN?



WAT IS EEN EERSTE KLEINE STAP DIE IK DEZE WEEK KAN ZETTEN?



WANNEER VOELT DIT VOOR MIJ GESLAAGD?



WIE KAN IK BETREKKEN OM DIT DOEL TE BEREIKEN?
EN/OF WAT KAN ME HELPEN?

TERUGBLIK

DATUM:



HEB IK EEN STAP GEZET?

JA

NEE



ALS HET GELUKT IS: HOE VOELDE DAT?



ALS HET NIET GELUKT IS: WAT KAN IK ANDERS PROBEREN?
OF HEB IK ANDERS NODIG?