

Individuelle Zielsetzung

Vereinbaren Sie mit der und für die Familie/ Lebensgemeinschaft Ziele, die dabei helfen, die Ressourcen zu stärken. Besonders gut gelingt dies, wenn die Ziele mit Hilfe des **SMART-Prinzips** formuliert werden.

Code der Familie

□	□	□	□	□	□	□	□
---	---	---	---	---	---	---	---

Name:

- | | |
|----------------------|--|
| S pezifisch | Um was geht es? |
| M essbar | Woran erkenne ich, dass das Ziel erreicht ist? Welche Zwischenschritte werde ich erreichen? |
| A kzeptiert | Was motiviert mich, das Ziel zu erreichen? |
| R ealistisch | Kann ich das Ziel erreichen ? Was brauche ich, um das Ziel zu erreichen? |
| T erminierbar | Bis wann soll das Ziel erreicht sein? |

Welches Ziel/ welche Ziele möchten Sie erreichen?

Zielvereinbarung
am

□	□	□	□	□	□	□	□
---	---	---	---	---	---	---	---

Zielerreichung
am

□	□	□	□	□	□	□	□
---	---	---	---	---	---	---	---

Um **was** geht es?

.....
.....
.....
.....
.....

Woran **erkenne** ich, dass das Ziel erreicht ist? Welche Zwischenschritte werde ich erreichen?

.....
.....
.....
.....
.....

Was **motiviert** mich, das Ziel zu erreichen?

.....
.....
.....
.....
.....

Kann ich das Ziel **erreichen**? Was brauche ich, um das Ziel zu erreichen?

.....
.....
.....
.....

Bis wann soll das Ziel **erreicht** sein?

.....
