

Min drøm er	(Skriv en kort redegjørelse)		
Dette er målet mitt	(Formuler et konkret mål som du vil jobbe mot)		
Dette må jeg gjøre for å nå målet	(Beskriv minst tre konkrete tiltak)	-	-
Framdriftsplan	(Dato eller årstall for når de ulike tiltakene skal være gjennomført)	-	-
Dette kan hindre meg i å nå målet	(F.eks. personlige, økonomiske, geografiske, kulturelle eller politiske hindringer)	-	-
Dette kan hjelpe meg å nå målet	(Ulike hjelpemidler, fysisk og/eller psykisk trening, osv.)	-	-
Disse kan hjelpe meg å nå målet	(Lag en liste over personer du kan be om råd, hjelp og konstruktiv kritikk)	-	-
Dette vil jeg gjøre når jeg møter motgang	(Konkrete handlinger, psykisk beredskap)		