

Eesmärgistamise tööleht

1. PRAEGUNE OLUKORD 5 märksõna, mis iseloomustavad Sinu hetkeolukorda.	3. TEGEVUSKAVA Konkreetsed tegevused, mis on vaja teha, et soovitud olukorrani jõuda.	2. SOOVITUD OLUKORD 5 märksõna, mis iseloomustavad Sinu poolt soovitud seisundit.

SÕNASTA ENDA EESMÄRK: (kirjeldab selgelt soovitud seisundit ja selle saavutamise tähtaega)

MIKS SUL ON VAJA SEDA EESMÄRKI SAAVUTADA?	
3 TORKIVAT PÕHJUST Millised halvad tagajärjed kaasnevad sellega, kui Sa ei saavuta enda eesmärki?	3 INNUSTAVAT PÕHJUST Mis muutub Sinu elus paremaks, kui selle eesmärgi saavutad?

RESSURSID	ARENDA
<p>(millised olemasolevad tugevused ja anded aitavad Sul seda eesmärki saavutada):</p> <ol style="list-style-type: none">1.2.3.	<p>(tõehetk – mida pead enda hoiakute ja harjumuste juures muutma, et võiksid õnnestuda):</p> <ol style="list-style-type: none">1.2.3.

ESIMENE TEGU: (üks konkreetne tegevus, mille teed kohe ära, et eesmärgi poole liikumine käima tõmmata)