



SMART-mål

Personalet sikrer, at målene er SMARTe ved at stille følgende spørgsmål til borgerens målsætningsamtale:

1. **Specifikt** - hvad er det præcist, du vil opnå?
2. **Målbart** - hvornår er målet opfyldt?
3. **Attraktivt** - hvad er motivationen bag målet? Hvorfor er det vigtigt for dig at nå målet?
4. **Realistisk** - har du ressourcerne, der skal til for, at du når målet?
5. **Tidsbestemt** - hvornår er din deadline?

Mål, som borgeren selv har været med til at formulere

- Styrker borgers motivation
- Øger borgers fokus på træningen/opgaven, idet den har sammenhæng til målet
- Hjælper borger til faktisk at nå sine målet.