

## BRAINSTORM NU

Hvordan kan det lykkes at opnå dine mål? og hvad er der som holder dig tilbage?

---

---

---

Hvor skal der gøres en ekstra indsats for at komme i mål? Er det måske kun en periode?

---

---

---

Hvem holder dig tilbage? Er det dig selv?, naboen? Familien? HVEM?

---

---

---

Husk på at du har meget større muligheder end du tror.

Dit slot har mange flere døre end du tror. Er du villig til at se dig i en ny situation?

Det kan være små skridt, men du kan også gøre helt op! Udforske hver rum i slottet og få det du vil..

### **Det du skal gøre nu er, er at skrive ned hvem kan hjælpe dig**

Disse mennesker skal have 4 ting tilfælles:

- 1. De skal kunne lide dig.**
- 2. De skal være positive og kan give positiv/konstruktiv kritik**
- 3. De skal have nosser til at sige hvad der skal siges.**
- 4. De skal kunne være ærlige over for dig**

1. 

---

2. 

---

3. 

---

4. 

---

Hvad skal holde dig motiveret så du når i mål?

---

---

---

Du har lavet dine delmål: Hvad skal du belønnes med, når du når i mål?

---

---

---

Hvilken små fejring skal du give dig selv når du har nået det første delmål, og det næste, hvad skal du give dig selv, hvem skal du fejre det sammen med?...?

---

---

---

---

---

---