

## Målsättning - SMART Recovery Sverige

<b>Livsområde</b> (Från livsstilsbalanscirkeln)				
<b>Relaterat till värde</b> (Från min värdehierarki)				
<b>Mål:</b>				
<b>Specifikt</b>	<b>Mätbart</b>	<b>Accepterat</b>	<b>Realistiskt</b>	<b>Tidsbestämt</b>
<b>Reviderat mål</b> (om behövt)				
<b>Specifikt</b>	<b>Mätbart</b>	<b>Accepterat</b>	<b>Realistiskt</b>	<b>Tidsbestämt</b>
<b>Uppgifter/delmål för att nå målet:</b>				

<b>Livsområde</b> (Från livsstilsbalanscirkeln)				
<b>Relaterat till värde</b> (Från min värdehierarki)				
<b>Mål:</b>				
<b>Specifikt</b>	<b>Mätbart</b>	<b>Accepterat</b>	<b>Realistiskt</b>	<b>Tidsbestämt</b>
<b>Reviderat mål</b> (om behövt)				
<b>Specifikt</b>	<b>Mätbart</b>	<b>Accepterat</b>	<b>Realistiskt</b>	<b>Tidsbestämt</b>
<b>Uppgifter/delmål för att nå målet:</b>				