

MÅLSPIL

OPGAVEKORT

”Jeg vil gerne opnå...”

”At lære hvad jeg selv kan gøre for at lette min hverdag...”

1

”At jeg får kontrol over min situation...”

2

”At mine pårørende bliver en aktiv del af min situation...”

3



MÅLSPIL

”At jeg får et bedre forhold til mine pårørende...”

4

”At gruppen har glæde af mine erfaringer...”

5

”At kunne træffe bevidste valg om min livsstil...”

6

”At opleve et fællesskab...”

7



MÅLSPIL

”At opleve noget nyt
og spændende...”

8

”At få det bedre med min
situation...”

9

”At få det bedre med
mig selv...”

10

”At blive motiveret til at
ændre vaner...”

11



MÅLSPIL

”At holde mig i form...”

12

”At kunne acceptere
min situation...”

13

”At få mere selvdisciplin...”

14

”At lære at tale med
fagpersonerne...”

15



MÅLSPIL

”At skabe nye
bekendtskaber, jeg kan
ses med privat...”

16

”At tale med andre
i samme situation...”

17

”At jeg bliver inspireret...”

18

”At jeg får gode
konkrete råd...”

19



MÅLSPIL

”At nogen holder mig
i ørerne...”

20

”At jeg får overskud...”

21

”At jeg får fortalt, hvad jeg
kan gøre i min situation...”

22

”At lære hvad jeg selv
kan gøre for at forhindre
komplikationer...”

23



MÅLSPIL

”At føle mig som et
helt menneske...”

24

”At jeg bedre kan
sige fra...”

25

”At jeg kan forklare
min situation til mine
omgivelser...”

26

”At opnå ting, som betyder
noget for mig...”

27



MÅLSPIL

”At være glad og tilfreds med mit liv...”

28

”At blive tryk i min dagligdag...”

29

”At få styrke til at gennemføre forandringer i mit liv...”

30

”At få viden om min sygdom...”

31



MÅLSPIL

”At overvinde min angst...”

32

”At tage ansvar for min situation...”

33

”At tro på, at ting kan ændres til det bedre...”

34

”At blive mere sund...”

35



MÅLSPIL

”
.....
.....
.....”

36

”
.....
.....
.....”

37

VIGTIGT

**IKKE
VIGTIGT**

