

























Ziele (Symptomziele, Auslöserziele, Funktionsziele, Hintergrundziele)	Wie sähe es genau aus, wenn ich das Ziel zu 100% erreicht habe.	Zielerreichung in Prozent (bitte auf Linie ankreuzen)			
<i>Beispiel: Reduktion von depressivem Grübeln</i>	<i>unter 5 min Grübeln</i>	<i>Datum</i>	<i>Datum</i>	<i>Datum</i>	<i>Datum</i>
1.		 0 100	 0 100	 0 100	 0 100
2.		 0 100	 0 100	 0 100	 0 100
3.		 0 100	 0 100	 0 100	 0 100
4.		 0 100	 0 100	 0 100	 0 100
5.		 0 100	 0 100	 0 100	 0 100
6.		 0 100	 0 100	 0 100	 0 100

