



# Övning: Min plan

---

## Varför?

Du vet var du ska börja.

## Hur?

Skriv ner vilket problem du har valt och vilken övning du ska börja med. När skulle du kunna göra den övning du valde?

---

## Min åtgärdsplan

T.ex. "Det som stör mig mest är att jag inte får mina skoluppgifter gjorda. Jag vill börja planera min tid bättre. Jag bekantar mig med övningarna 3 och 4 där man går igenom att planera och dela upp det man ska göra. Jag börjar i morgon efter skolan."