

Övning 24

www.kbtterapi.se

Utvärdera

Utvärdera hemuppgiften du gjorde till idag genom att ange i procent hur långt du har kommit mot ditt mål.

Datum	Datum	Datum	Datum	Datum	Datum	Datum
Mål	Mål	Mål	Mål	Mål	Mål	Mål
Utvärdering %	Utvärdering %	Utvärdering %	Utvärdering %	Utvärdering %	Utvärdering %	Utvärdering %