| 1
通过制定目标来计划我的未来
步骤 5 – 通过制定目标来计划我的未来
什么是目标？
就是您将来想做的能让您拥有美好生活的事情。
聆听 NDIS 的参与者和他们的照顾者分享他们的目标，以及 NDIS 能怎么帮助他们：
这里是视频的文字记录：文字记录-目标
目标是您努力去实现的事情。目标可以大或者小，长期或者短期，复杂或者容易。目标通常是可以衡量的，也就是说您可以通过某种方式来判断您是否实现了它。
志向是对于未来的希望和梦想，它们通常是远大和复杂的目标，可能需要大量的工作和时间才能实现。通常把这些远大的志向分解成较小一些的步骤往往很有帮助。这些较小一些的步骤也是目标。
比如说您喜欢绘画和素描。您的志向可能是拥有出售自己美术作品的小生意。一个有用的目标可能是去上关于管理小生意的课程。这是一个短期的目标，使您向自己的志向更近了一步。当您完成了这个课程时，您就
知道您已经实现了这个目标。然后您就可以制定另一个帮助拥有自己小生意的目标。
为什么目标是重要的？
它们：
让您集中精力或者做事有目的
让您看到进步
帮助激励您，避免把事情搁置在一边
帮助您在康复的道路上前进。
开始思考您未来的志向和如何让您的目标变成现实。
no results