

Engagere:

- *"Hvordan gik det med at udfylde Mind map"?*

Fokuser samtalen:

- *Du har skrevet nogle emner ned, det er _____ og _____*
- *Hvilke af disse emner skal vi starte med??*
- *Hvad gør du dig af tanker eller bekymringer omkring _____?*

Frembring forandringsudsagn:

- *Hvilke fordele ville der være ved at forandre _____?*
- *På en skala fra 1 til 10, hvor 1 er slet ikke vigtigt, og hvor 10 er maksimalt vigtigt, hvor vigtigt er det så for dig at forandre _____?*

Hvad er det der gør at du svarer _____ - og ikke (et lavere tal)

- *På samme skala fra 1 til 10, hvor 1 er slet ingen tiltro, og hvor 10 er maksimal tiltro – i hvor høj grad tror du så på, at du ville kunne ændre _____ - hvis du besluttede dig for det?*

Hvad er det der gør at du svarer _____ - og ikke (et lavere tal)

Opsummer personens egne motiver og gode grunde - både på vigtighed og tiltro, og stil så afslutningsvis følgende nøglespørgsmål:

- *Hvad tænker du at du vil gøre?*

Planlægning:

- *Hvis du beslutter dig for at ændre _____ - hvad kunne så være et første skridt?*