

AMBIVALENSUTFORSKNING: Gå igjennom rutene mot klokken. Begynn i rute 1, og avslutt med rute 4.

IKKE ENDRE

1

Hva opplever du som bra med situasjonen slik den er nå?

ENDRE

4

Hva vil du oppnå ved å gjøre endringen?

2

Hva er mindre bra med situasjonen slik den er nå?

3

Hvilke ulemper ser du ved å gjøre en endring?

