

## Hvad motiverer dig?

Spørgsmål	Dine svar
Hvad forhindrer dig i at ændre på dit mønster?	
Hvilke erfaringer kan du inddrage (både gode/dårlige)?	
Hvad vil du foreslå, hvis din bedste ven stod i samme situation?	
Hvad kan motivere dig til at ændre dit mønster?	
Hvad vil der ske, hvis du ændrer adfærd?	
Hvad skal der til, for at du lykkes med at ændre dit mønster?	
Hvad vil det give dig?	

Hvad motiverer dig?

--	--