Läheisen muutostyölomake

Kuinka tyytyväinen olet yleensä elämääsi asteikolla 0-10,
jos kymmenen on paras mahdollinen ja nolla huonoin mahdollinen?

Mikä on tavoittelemasi tilanne ITSESI kannalta riippumatta pelaajasta?

Millä tavoin lähdet etenemään tavoitettasi kohti ryhmän jälkeen? Millaisten konkreettisten tekojen avulla?
Mitä pitäisi tapahtua seuraavaksi, jotta pääsisit yhdellä numerolla kohti tavoitettasi?

Millaista apua tarvitset tavoitteiden saavuttamiseksi? Miten apu auttaisi sinua parhaiten?

Mitä tapahtuu jos jäät yksin muutostyön kanssa?

"Vaikeatkin tilanteet ovat ratkaistavissa - uusilla tavoilla, jolloin menneisyyden kokemuksista voi tulla taakan sijasta voimavara."