

Värderingar och mål

- Steg 1 Låt klienten välja fem bilder som representerar det liv hen vill leva. Uppmana klienten att inte tänka allt för mycket – välj de bilder som tilltalar. När klienten känner sig klar, samtala lite kort om varje bild. Det är viktigt att klienten berättar vad hen ser och tänker på när hen ser bilden. Det kan skilja sig ifrån vad du ser!
- Steg 2 Låt nu klienten välja ut de tre viktigaste bilderna och berätta varför dessa valdes (om möjligt, låt klienten rangordna dessa tre).
- Steg 3 Välj en utav bilderna och låt denna stå för ”den viktigaste just nu”. Denna bilden representerar nu klientens målbild (förändringsområdet).
- Steg 4 Låt klienten utveckla och beskriva målbilden tydligare. Lyssna efter olika förändringsområden i klientens berättelse. Gör en meny/agenda av beskrivningen med de olika områdena som rubriker. Sammanfatta genom att presentera menyn och låt klienten göra en agenda utifrån menyn.
- Steg 5 Låt klienten utveckla området och sök efter tidigare lyckanden, redan påbörjade steg eller försök. Använd BÖRS och FUSS för att stärka motivation och tilltro till egen förmåga, stärk känslan av beredskap.

Avsluta med nyckelfrågan, exempelvis;

- *Vad är första steget?*

- *Vad berättar du nästa gång vi ses?*



1



2



3



4



5



6



8



10



12



14



7



9



11



13



20



15



16



17



18



19



21



22



23



24



25



26



27



28



29



30



31



32



33