

Ambivalensutforskning

Gå igenom rutorna motsols. Börja i ruta 1 och avsluta med ruta 4.

INTE FÖRÄNDRA	FÖRÄNDRA
<p>1. Vad är det du upplever som bra med situationen som den är nu?</p>	<p>4. Vad skulle du vinna på att göra en förändring?</p>
<p>2. Vad är mindre bra med situationen nu?</p>	<p>3. Finns det någon nackdel med att göra en förändring?</p>