

Spørsmål

Endring



Stabilitet

- Hvilke endringer foregår i ditt liv?
- Hvilke endringer skjer rundt deg og i samfunnet?
- Hvordan påvirker endringene deg, hvilke konsekvenser kan de få?
- Liker eller misliker du endring? Trenger du stabilitet?
- I de endringene som foregår, hva oppleves som stabilt?
- Finnes det forventninger til henholdsvis endring eller stabilitet, for eksempel fra samfunnet, familie, ditt nære fellesskap, deg selv?
- Hva i ditt liv akkurat nå er stabilt? Hvordan opplever du denne stabiliteten?
- Hvis ønsket om endring står i konflikt med ønsket om eller behov for stabilitet, hvordan ta valg og gjøre riktige overveielser mellom de to hensynene?



Endring

- Utforske endringer i eget liv og endringer i omgivelsene
- Vurdere om endringer er ønskede eller uønskede
- Se hvordan endringer i eget liv eller omgivelser kan forandre forutsetningene for valg
- Analysere hvilke endringer man har opplevd tidligere, og å se på hvordan de ble håndtert
- Være oppmerksom på endringer i ens nære omgivelser eller i samfunnet og vurdere hvilke konsekvenser de kan ha på eget liv

Stabilitet

- Se etter hva som er stabilt i eget liv og i omgivelsene
- Vite hvilket behov man har for stabilitet i ulike situasjoner
- Vurdere behov for stabilitet opp mot ønske om endring
- Være oppmerksom på at stabilitet kan komme i konflikt med ønske eller krav om endring