

## Gå dypere

Hvorfor vil du ha/trenger du hjelp til livsstilsendring?

---

---

---

---

---

Hva håper du å få til med denne prosessen?

---

---

---

---

---

Føler du nå at du vil klare å oppnå det?

---

---

---

---

---

Er du villig til å gjøre alle oppgavene og hjemmearbeid? (Spesielt de du har motstand mot?)

---

---

---

---

---

Hva er din største frykt vedrørende din vekt?

---

---

---

---

---

Hva er din mest krevende utfordring, bortsett fra din vekt, akkurat nå?

---

---

---

Hva frykter du i denne situasjonen?

---

---

---

Hvordan håndterer du stress i øyeblikket?

---

---

---

Hvor mye glede skaper du i livet ditt i øyeblikket?

---

---

---

Hva gir livet ditt mening?

---

---

---

Tror du at du lever det livet du var ment å leve?

---

---

---

Hva vil du at andre mennesker skal tro om deg?

---

---

---

---