

#### **4. Alle er eller vil bli i stand til å kontrollere sitt eget liv'**

Om dette er første refleksjon anbefaler vi at dere bruker litt tid på å avklare formen på refleksjonen. (se "oppskrift").

Påstanden leses høyt, og deltakerne kan komme med sine tanker. Gi rom for at folk kan tenke seg om. Om ingen tar ordet kan du spørre om det er noen som har noen tanker rundt denne påstanden. Forhåpentligvis er dere nå i gang!

Et godt tips er å spørre utdypende om tema som kommer opp som kan være aktuell eller interessant for de som er med. Om dette er utfordrende kan de undernevnte støttespørsmålene være til hjelp.

<b>Spørsmål/tema:</b>	<b>Oppfølgingsspørsmål:</b>
<input type="checkbox"/> Hva vil det si å kontrollere sitt eget liv?	<input type="checkbox"/> Hvordan kan en ha kontroll på sitt eget liv og samtidig be om hjelp?
<input type="checkbox"/> Hvordan kan fagpersoner bidra til at brukere kan få mer kontroll?	<input type="checkbox"/> Finnes det noen eksempler på dette?
<input type="checkbox"/> Ønsker alle å ha kontroll?	<input type="checkbox"/> Hvilke deler av livet er det viktig å ha kontroll over?
<input type="checkbox"/> Hvorfor kan det være viktig å føle at man har kontroll over sitt eget liv?	<input type="checkbox"/> Hva kan være konsekvenser av å ikke ha/føle at man har kontroll over livet sitt?