

# GROW-MODEL

## GOAL

### Wat wil je bereiken?

- Waarom is dit voor jou belangrijk?
- Wat zou er gebeuren als je dit niet bereikt?
- Wat denk, doe of voel je als je dit bereikt?

## REALITY

### Wat speelt er nu?

- Wie, hoe, wat, wanneer, welke?
- Wat doe/denk/voel/wil je in de huidige situatie?
- Hoe zien anderen deze situatie?
- Welke kwaliteiten/bronnen helpen jou?
- Wat zijn de interne en externe belemmeringen?

### Welke keuzes ga je maken?

- Hoe gemotiveerd ben je op een schaal van 1-10?
- Hoe kun je dit versterken?
- Wat zijn de eerste concrete stappen?
- Wie heb je hiervoor nodig?
- Wat kan ik voor jou betekenen?

### Aan welke oplossingen denk je?

- Welk effect heeft de oplossing op de situatie?
- Wat zijn de voor- en nadelen?
- Wat voor belemmeringen zie je?

## WRAP-UP

## OPTIONS

