

← Behoudtaal

- Waarom lukt het niet?
- Wat vind je zo lastig?
- Waardoor zie je er tegenop?
- Wat houdt je tegen?

Verandertaal →

- Wat zou het je kunnen opleveren als het zou lukken?
- Wat zijn voor jou de drie belangrijkste redenen om dit te gaan doen?
- Hoe belangrijk is het voor je om dit te gaan aanpakken?
- Als alle veranderingen die je wilt zouden lukken, hoe anders zou alles er dan uitzien?
- Stel dat je zo doorgaat, zonder te veranderen. Wat stel je je dan voor bij de ergste dingen die je kunnen overkomen?