

DE 10 H'ER

**Hvad
skal jeg
lave?**

[Indhold]

**Hvorfor
skal jeg
lave det?**

[Meningsskabende]

**Hvornår
skal jeg
lave det?**

[Tidspunkt]

**Hvor skal
jeg lave
det?**

[Placering]

**Hvem skal
jeg lave det
med?**

[Person]

**Hvordan
skal jeg
lave det?**

[Metode]

**Hvor længe
skal jeg
lave det?**

[Tidsperspektiv]

**Hvor
meget skal
jeg lave?**

[Mængde]

**Hvad skal
jeg lave
bagefter?**

[Indhold]

**Hvem kan hjælpe mig, og
hvordan
kommunikerer
behovet for hjælp?**

[Støtte, tryghed]