Vänd SORKK

Börja med den långsiktiga riktningen och arbeta bakåt till en konkret situation där en ny erfarenhet kan skapas.

---

1. Vad vill vi ska bli möjligt över tid?

Beskriv den funktion, det beteende eller den riktning som är viktig på längre sikt.

2. Vilken erfarenhet behöver skapas?

Vad behöver personen, den professionella, teamet eller verksamheten få erfara för att riktningen ska kännas mer möjlig?

3. Vilket beteende kan skapa den erfarenheten?

Vad behöver göras konkret?

4. Vilken inre aktivering behöver kunna hanteras?

Vilka tankar, känslor, kroppsliga reaktioner eller förväntningar kan finnas när beteendet ska genomföras?

5. Vilken konkret situation kan ge möjlighet att pröva detta?

När, var och i vilket sammanhang kan nästa steg genomföras?