

De 9 H'er skaber overblik

Mentees med psykisk sårbarhed mangler ofte overblik. Mentor har her en vigtig rolle som koordinator og med at hjælpe med at tydeliggøre "den røde tråd". En måde at gøre dette kan være at hjælpe mentee med at besvare de 9 H'er.

1. Hvad skal jeg lave? (indhold)
2. Hvorfor skal jeg lave det? (mening)
3. Hvordan skal jeg lave det? (metode)
4. Hvor skal jeg lave det? (placering)
5. Hvornår skal jeg lave det? (tidspunkt)
6. Hvor længe skal jeg lave det? (tidshorisont)
7. Hvem skal jeg lave det med? (personer)
8. Hvor meget skal jeg lave? (mængde)
9. Hvad skal jeg så? (næste)

Kilde: Ungeguide – Inspiration til indsatsen med psykisk sårbare unge. Marselisborg – Center for udvikling, kompetence og viden. 2012