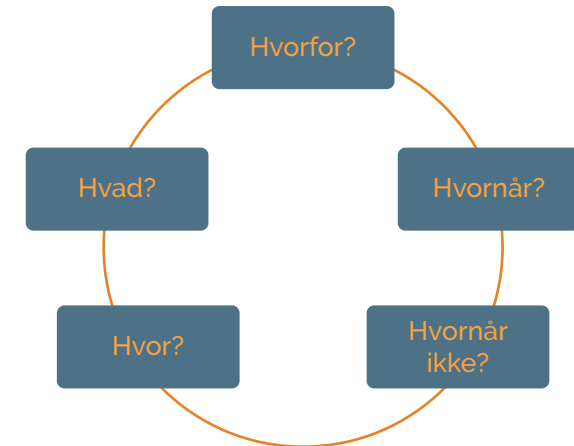


Mikroanalyse

Mikroanalysen er et værktøj til at undersøge bestemte situationer, hvor en aktivitet enten blokeres af en bestemt adfærd, eller hvor en aktivitet ikke kan bremses igen.

- I detaljer beskriv de 5-15 minutter der igangsætter en aktivitet eller blokerer for at starte en ønsket aktivitet.
- Undersøg både tidspunkter hvor adfærden opleves uhensigtsmæssig og når den ikke gør.



Hvad laver jeg?	Hvorfor? (hvad giver det for mig? Og hvordan føles det imens?)	Hvornår gør jeg det?	Hvornår gør jeg det ikke?	Hvor gør jeg det?