

1. Aktuelle situation: Mentor tager udgangspunkt i mentees aktuelle situation og noterer det f.eks. ”Jeg oplever dagligt kaos i mine arbejdsopgaver”.
2. Herefter får mentor mentee til at formulere et mål eller et forventet slutresultat, f.eks. ”Jeg får styr på min kalender”.
3. Herefter tales om muligheder for at nå målet, f.eks., ”Hver mandag kl. 8: kalenderarbejde – opgaver, aftaler og fritid noteres”.
4. Mentor og mentee taler om en plan for, hvordan målet bliver muligt.
5. Mentee formulerer ”den nye situation”, som hun/han forestiller sig den ser ud, når planen er gennemført.

