



HILIT

med fokus på lösningar



www.hilit.se
aviva@hilit.se

Bästa förhoppningar

Efter dag(en) 3 när du är tillbaka på jobbet och träffar dina klienter.

Vad hoppas du att du gör annorlunda som säger dig att kursen har gjort en skillnad?

Hur kommer dina klienter att märka det på dig?

Hur kommer du att märka det på dem?

De gyllene reglerna

Om det inte är trasigt, laga inte det

När du vet vad som funkar gör mer av det

Om det inte fungerar ändra fokus

Steve De Shazer och Mark Mkerrew

Behåll fokus på det som fungerar

- Vad har blivit bättre sen sist?
eller
- Har du märkt något som har blivit bättre sen sist?
eller
- Vad har fortsatt att fungera sen sist?

eller

- På en skala från 0 – 10 (målskalan)

Var har du stått som lägst? Var har du stått som högst sen sist?

Jobba som vanligt med skalan

När det inte är bättre

- Likadant?

Vad fungerar fortfarande?

Målskala

- Sämre?

Målskala som innan.

Coping (hantera) frågor

FÖRÄNDRING



FÖRÄNDRAR

Mina samtalsverktyg

**LYSSNA *ALLTID* EFTER
DET SOM FUNGERAR**

Förstärk det som fungerar med nyfikenhet

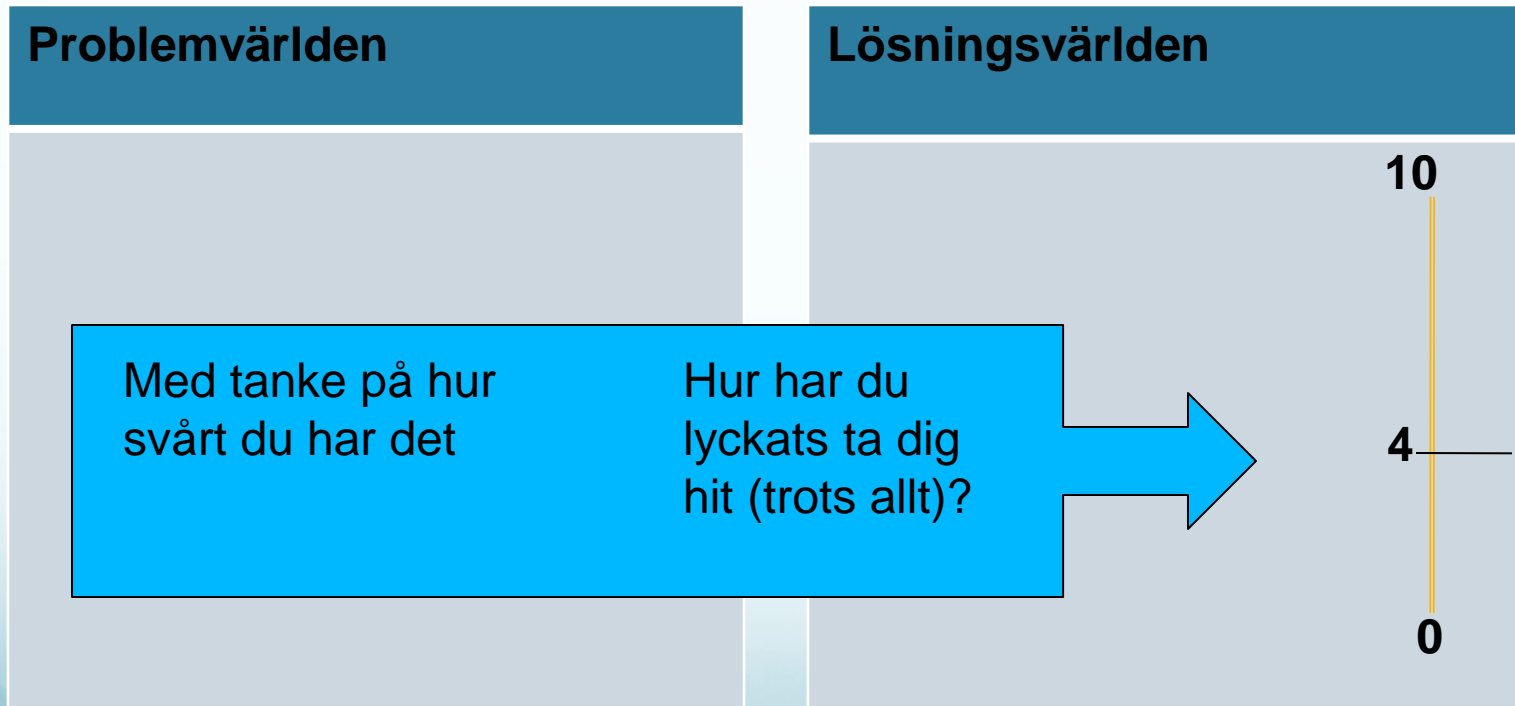
Bekräfta svårigheter

Ignorera det som inte fungerar

Sammanfatta framgångar

Skilda världar

och hur man får ihop dem



Intressanta länkar

- www.sflk.se
- <http://rayyaghul.wordpress.com/solution-focused-therapy/>
- http://www.sikt.nu/Articl_and_book/EgnaSkrifter.htm
- <http://www.brief.org.uk>
- <http://www.solutionsdoc.co.uk/sft.html>
- <http://www.hilit.se>