

Ledtråds-
konferensen
20 november 2019

Urban Norling
Sussan Öster

Metodbok

*för lösningsfokuserade samtal
– att bygga lösningar med ungdomar
i vardagliga och i tuffa situationer*



Sussan Öster och Urban Norling
för Samordningsförbundet Västra Mälardalen



Lösningssfokus och Ensamkommandes Hälsa



Projektet ska ta fram ett enkätverktyg, samt undersöka; om utveckling och tillämpning av gemensam arbetsmetodik och förhållningssätt (Lösningssfokus) har en positiv inverkan på ensamkommande flyktingbarns psykiska hälsa och boendetrivsel, samt på personalens arbetsmiljö, arbetstillfredsställelse och arbetsallians med ungdomarna.

Agenda

- Inledning om projektet och metodboken
- Grundidéerna
- Att lyssna och samtalsallians
- Kort om lösningsfokuserat språk och kommunikation
- DOK
- Exempel från samtal där olika samtalskulturer möts
- Perspektiv på ledarskap
- Ledarskapets möjligheter

"Om du inte vill ändra ditt sätt att lyssna och samtala - så läs inte den här boken!"

"Den här boken är full av exempel där "vanliga" människor - inte supercoacher eller superterapeuter - har haft lösningsfokuserade samtal..."

Den innehåller hjälpsamma verktyg för den som vill lära sig att ha dialoger på det här viset.

Den är föredömligt enkel utan att förringa det hårda arbete det kräver ..."

Harry Korman, leg. läkare, specialist i barn och ungdomspsykiatri, leg. psykoterapeut, handledare i familjeterapi vid SIKT, Malmö.

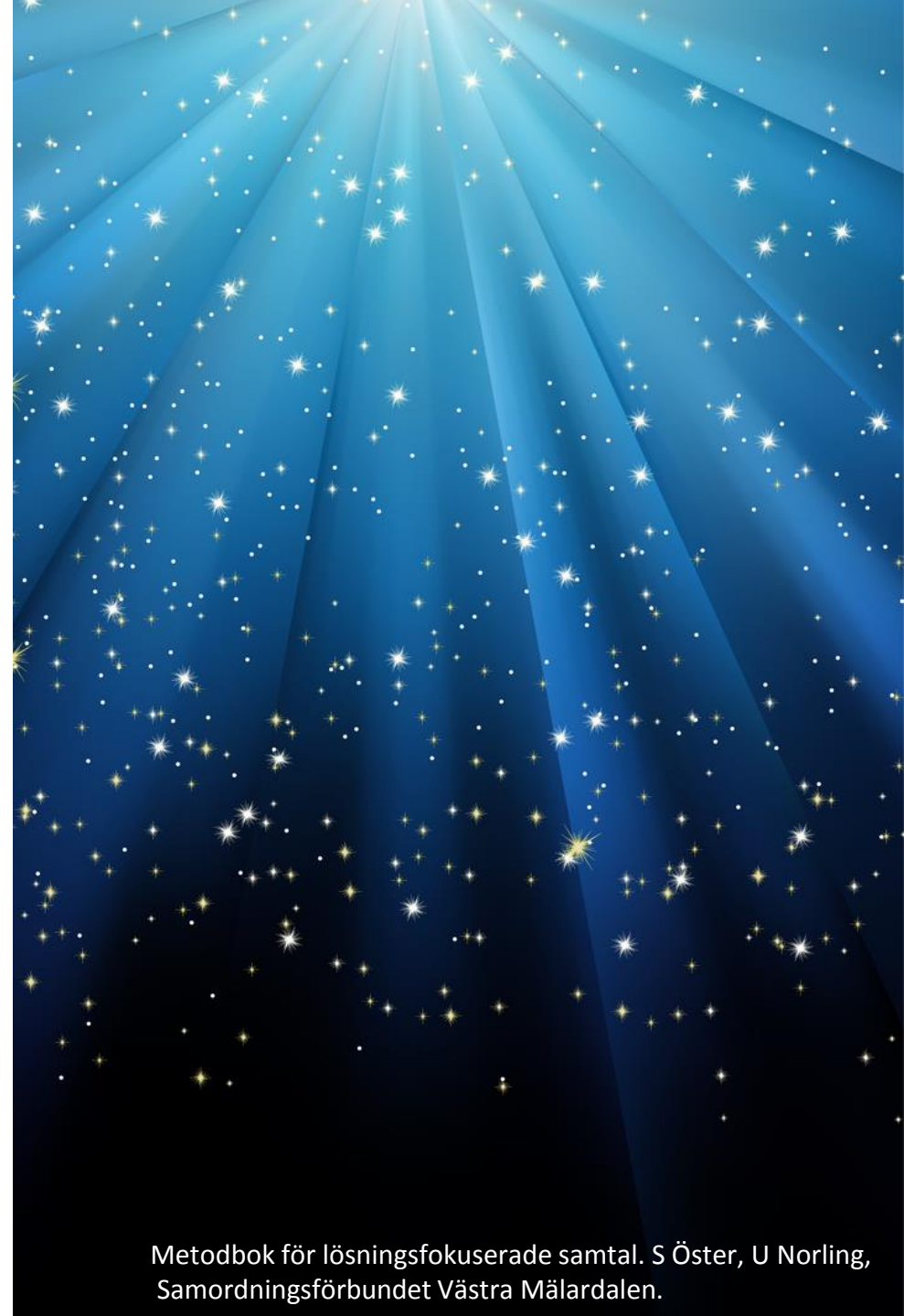
- 
- **Samkonstruera bra lösningar genom dialog och goda samtal**
 - **Undvika att fastna i att ge goda råd och "säga till"**
 - **Stärka hopp framåt och tilltro till den egna förmågan**
 - **Låta personen ta ansvar för sin egen utveckling**



*"Lösningsfokus är lätt att förstå men det
krävs mycket träning för att verkligen anamma det,
i praktiken, i samtal."*

Harry Korman

Möt i resurser först och LYSSNA

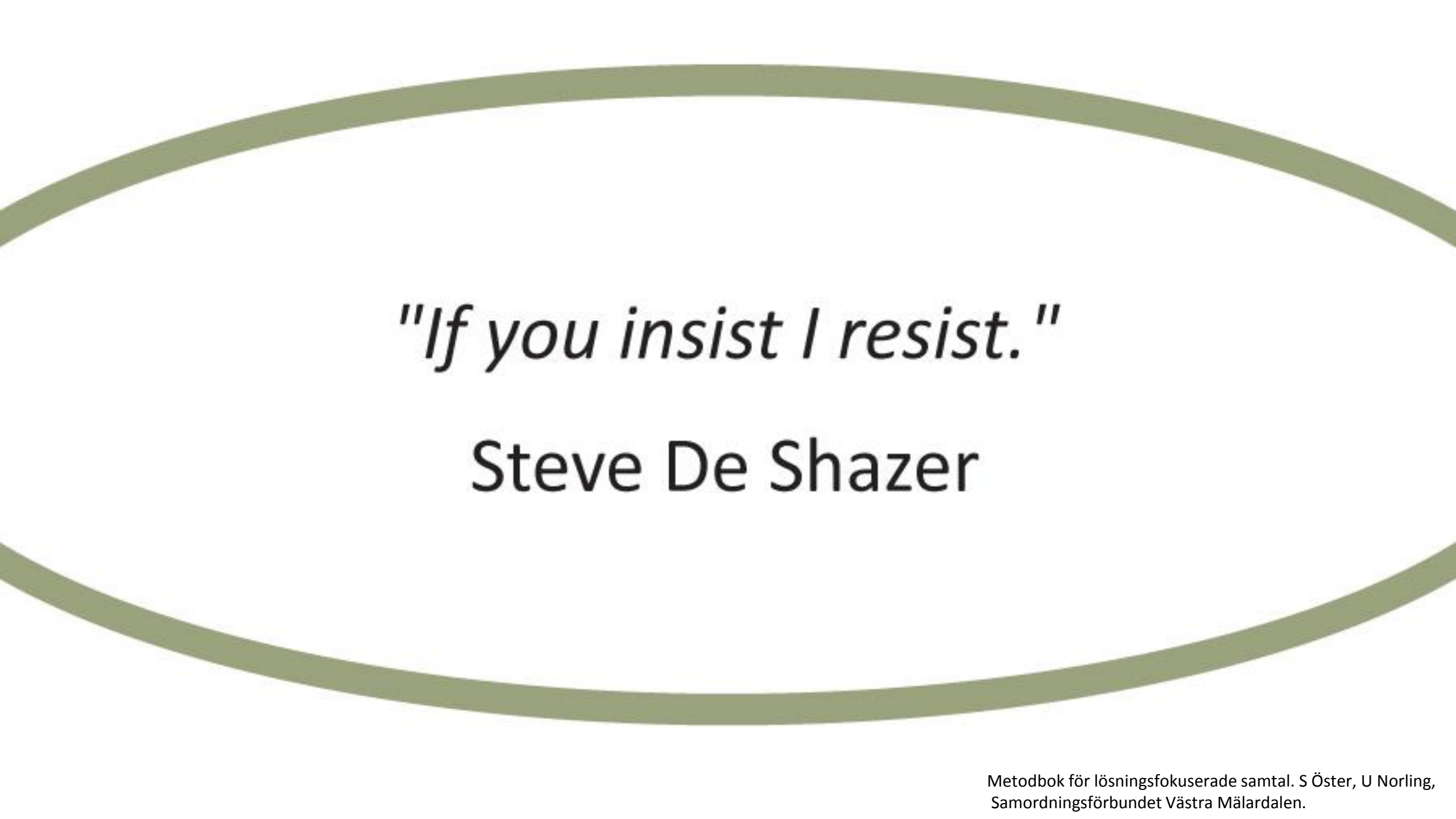


Samtalsallians



- » *När och hur kan du uppmärksamma ungdomens styrkor, resurser och kompetenser?*
- » *Vad är till hjälp för dig att i samtal rikta uppmärksamhet mot ungdomens ansträngningar och ambitioner?*





"If you insist I resist."

Steve De Shazer

I ett lösnings- och problemfokus gäller också att man tänker annorlunda om språk och kommunikation:

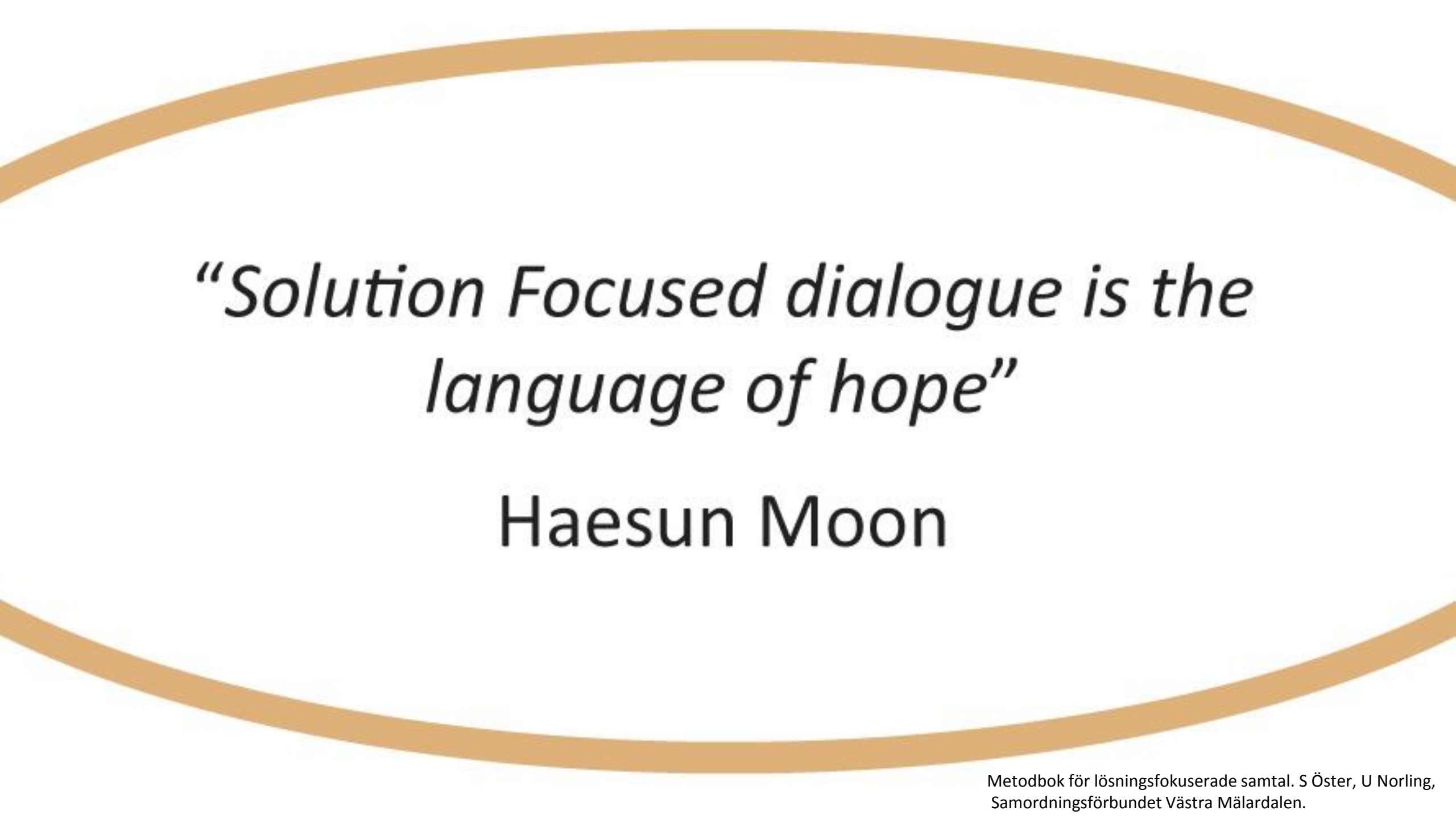
Lösningsfokus:

- Utforskar detaljer om hur individen vill ha det istället.
- Flyttar fokus mot perspektiv som ger nya tankar, beteenden och handlingsalternativ som stödjer positiva effekter.
- Ett sätt att samarbeta och stödja lösningsbygge.

Problemfokus:

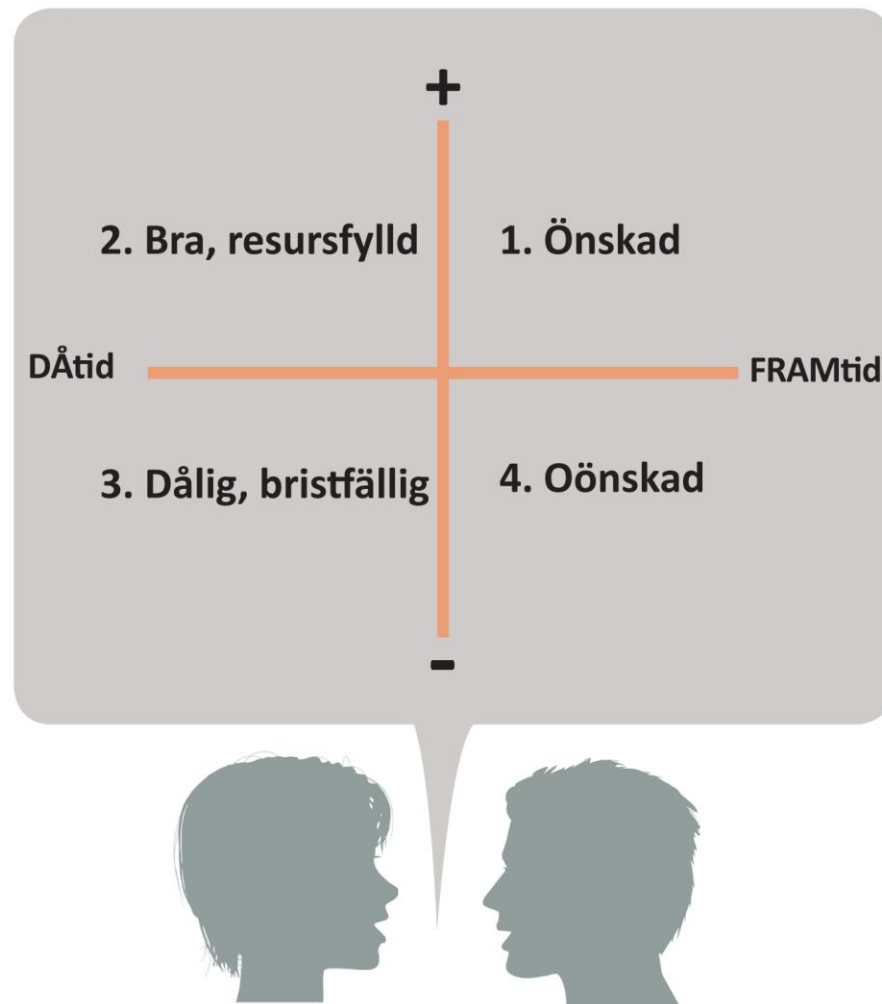
- Utforskar detaljer om problemet.
- Håller kvar tankar och beteendemönster som försvårar förändring.
- Ett sätt att hitta fakta för problemformulering.

Grundkälla: Rayya Guhl, föreläsning 2016



*“Solution Focused dialogue is the
language of hope”*

Haesun Moon



Källa: Dialogic Orientation Quadrant, Haesun Moon,
University of Toronto and Canadian Center for Brief Coaching
Tolkning och översättning Sussan Öster

”

*Om den lösningsfokuserade samtalsmodellen
ska fungera så behöver den böttna i det
lösningsfokuserade förhållningssättet.*

Metodbok

*för lösningsfokuserade samtal
– att bygga lösningar med ungdomar
i vardagliga och i tuffa situationer*



Sussan Öster och Urban Norling
för Samordningsförbundet Västra Mälardalen



**Tack för din medverkan och ditt
lyssnande...**

+ frågor och reflektioner?

Tack!

Sussan Öster

sussan@goodsolution.se

070-552 41 21

Urban Norling

urban@goodsolution.se

070-542 48 47