

Metodbok

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



Sussan Öster och Urban Norling
för Samordningsförbundet Västra Mälardalen



"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 ...som bidragit till positiv förändring.

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 barn och ungdomspsykiatri
leg. psykoterapeut, handledare i familjeterapi, SIKT, Malmö.

Mer info om boken: sussan@goodsolution.se

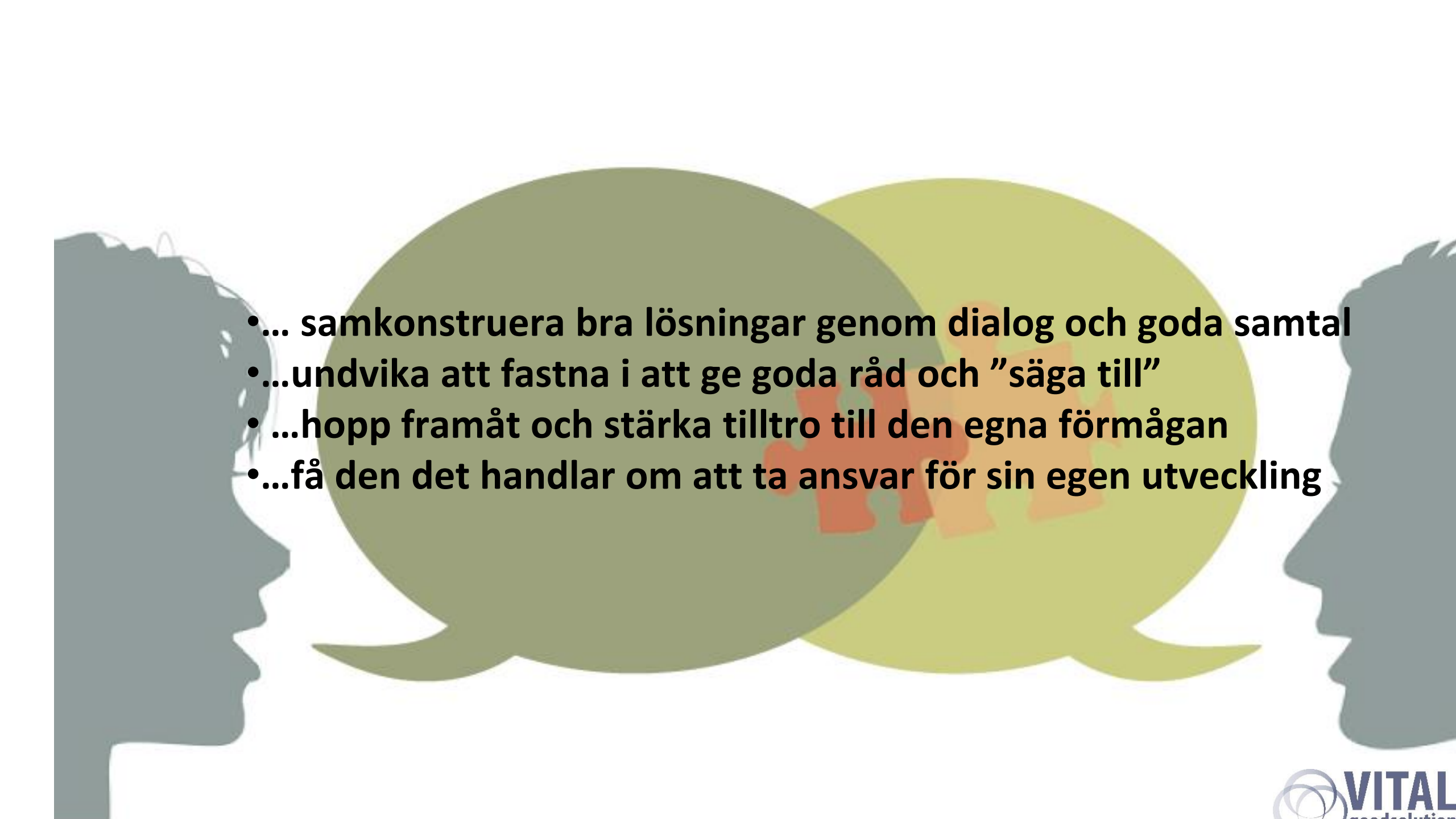
Beställa boken: www.goodsolution.nu/VITAL

"If you insist I resist."

Steve De Shazer

”

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

- 
- ... samkonstruera bra lösningar genom dialog och goda samtal
 - ...undvika att fastna i att ge goda råd och "säga till"
 - ...hopp framåt och stärka tilltro till den egna förmågan
 - ...få den det handlar om att ta ansvar för sin egen utveckling

FAMILJ OCH SOCIALA KONTAKTER, VIKTIGA MÄNNISKOR

SKOLA

Anta att
dina skolresultat utvecklas som du
önskar – vilken skillnad skulle det
göra för dig?

Vad
tycker du om att göra
på fritiden? Vad gillar du
särskilt mycket?

FRITID

Vad
kommer
andra lägga märke
till som säger dem
att...?

När händer
det att du trivs
bättre på
boendet?

BOENDE



Jag som samtalsledare tänker så här:

- Den jag samtalar med är expert på sig själv och sitt liv och sitter inne med sina egna bästa lösningar.
- Det finns alltid spår av lösningar som vi kan bygga vidare på i samtalet.
- Jag kan lyssna och lägga mina egna idéer och förslag åt sidan.



*... och för att få en
hållbarhet i ditt
lösningsfokus:
vilken utgångspunkt tar ni
inom er organisation i
samtal och möten?
Här kommer ledarskap och
medarbetarskap in.
**Kommunikation
bygger
organisation.***



- » *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?*



Tack! Kontakta mig gärna ☺ Sussan Öster,
sussan@goodsolution.se,
www.goodsolution.nu/VITAL

Nu över till Oscar och Urban

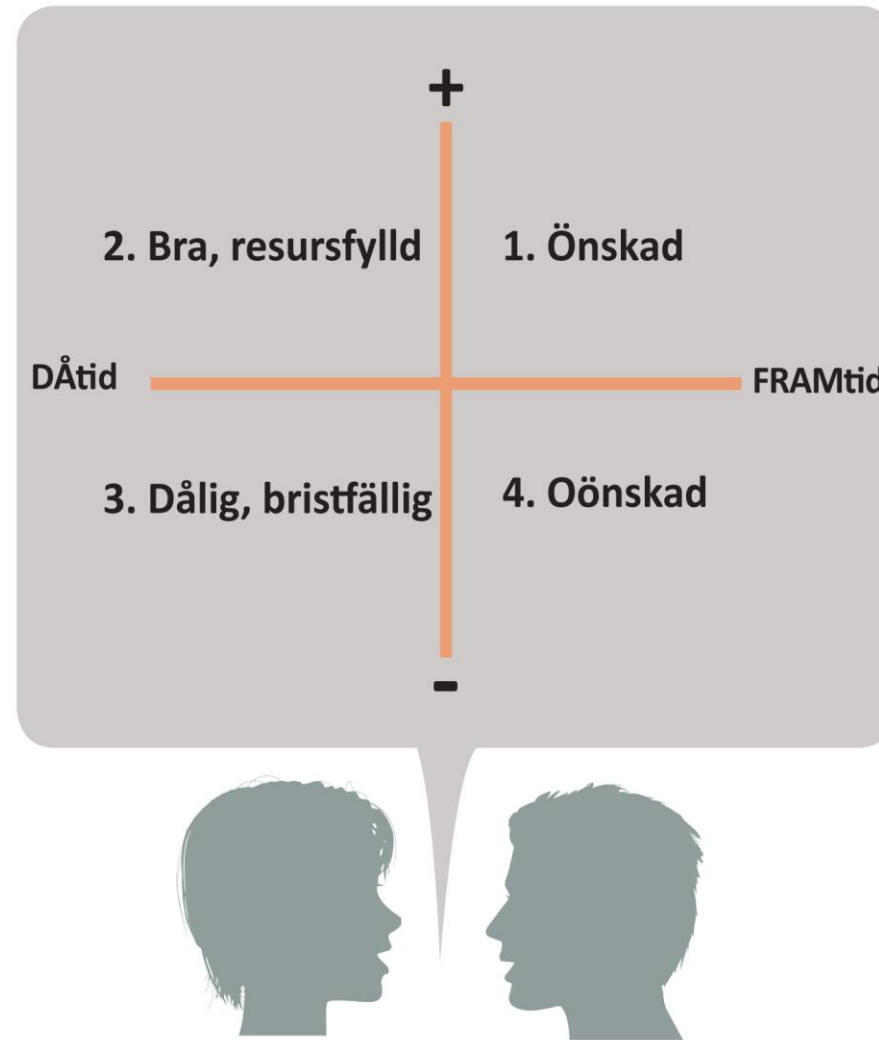


*Personalen
lyssnar på mig
när jag pratar.*

*Vi pratar vi om
det som är
viktigt för mig.*

*Vi pratar på
ett sätt som
passar mig och
känns rättvist
för mig.*

*Jag känner
mig
respektfullt
behandlad.*



Källa: Dialogic Orientation Quadrant, Haesun Moon,
University of Toronto and Canadian Center for Brief Coaching