

Tilbage til fremtiden

- løsningsfokuserede perspektiver og samtaler

Undervisning PKR 25. feb. 2012

Psykolog Morten Halberg

Summe øvelse

- Fortæl sidemanden om noget du har set, lagt mærke til, er blevet optaget af etc. ved en anden terapeuts arbejde, som du godt kan lide. Hvad er det ved dennes stil, du synes godt om, som passer dig osv.? Beskriv så detaljeret som muligt, helst så den anden ville kunne gøre det umiddelbart efter. (Brug ca. 2x10 min)

Udgangspunkt og retning

Problem

Hvad er dit bedste håb?

Løsning

Hvad bringer dig her?

Antagelser

- *Jeg antager, at når folk kommer til mig så er det fordi de ønsker en bedre fremtid. Det er et meget anderledes udgangspunkt end at antage at folk kommer fordi de har problemer.*
- *Det får betydning for hvilken retning vi sætter i samtalen, hvordan vi orientere os sammen med klienten osv...*

Løsning og ~~Problem~~

- Problemet er 1. skridt i en løsning og er som sådan altid allerede opløst.
- Problem forudsætter løsning, løsningen går forud eller danner baggrund for problemet – ellers ville det være et faktum
- Forandring er allerede i gang vores opgave er at fortsætte den ikke at skabe forandring. Det er ikke et spørgsmål om noget forandres, forandring antages at være i gang, spørgsmålet er hvornår det gør en forskel.
- Problemer er løsninger der er holdt op med at virke

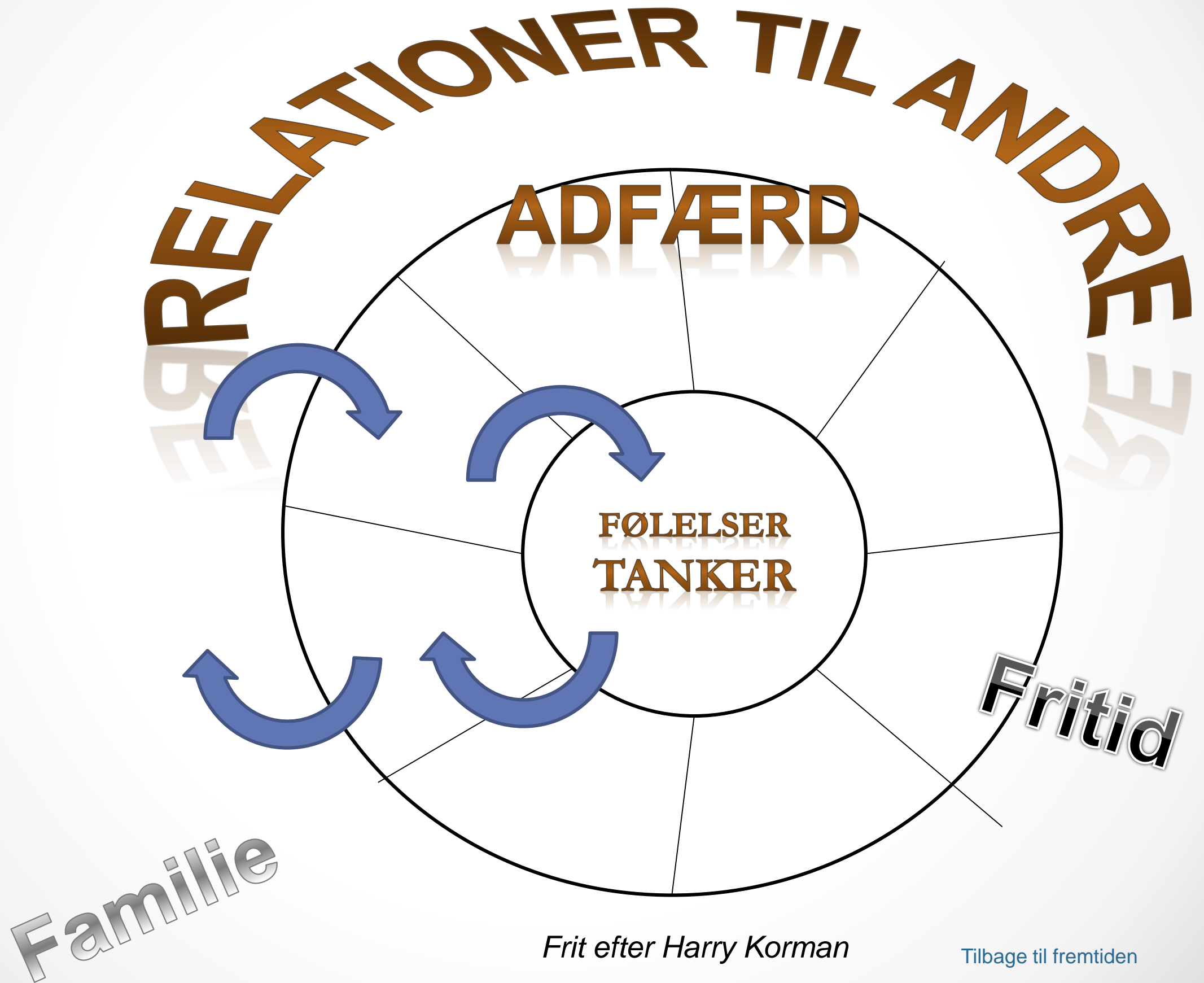
Løsninger

- I al sin enkelthed handler løsninger om at nogen gør eller opfatter noget anderledes på en måde som fører til større tilfredsstillelse.
- Fra dette perspektiv er det ikke interessant hvad der er forklaringen på denne forandring, det interessante er beskrivelsen af hvad der gøres anderledes og hvad terapeuten gjorde der understøttede dette.

de Shazer i 'clues'

Beskrivelsens metodologi

- Vi må forlade alle forklaringer, de leder os til at spekulere – over sammenhæng, årsag etc. og i stedet erstatte det med beskrivelser.
- Hvis forandring er i gang må vi kunne spore den, det er vores fornemste opgave som terapeuter. Det vil altid vise sig i forskellige beskrivelses-niveauer af folks liv.
- Som terapeuter kan vi have gavn af et kort at orientere os efter når vi søger at afdække overfladen.



Læringsteams del 1

- I skal nu arbejde i læringsteams med at udvikle et kort der lader jer orientere jeg i samtaler.
- Udvikle kort på baggrund af svar

Videoeksempel

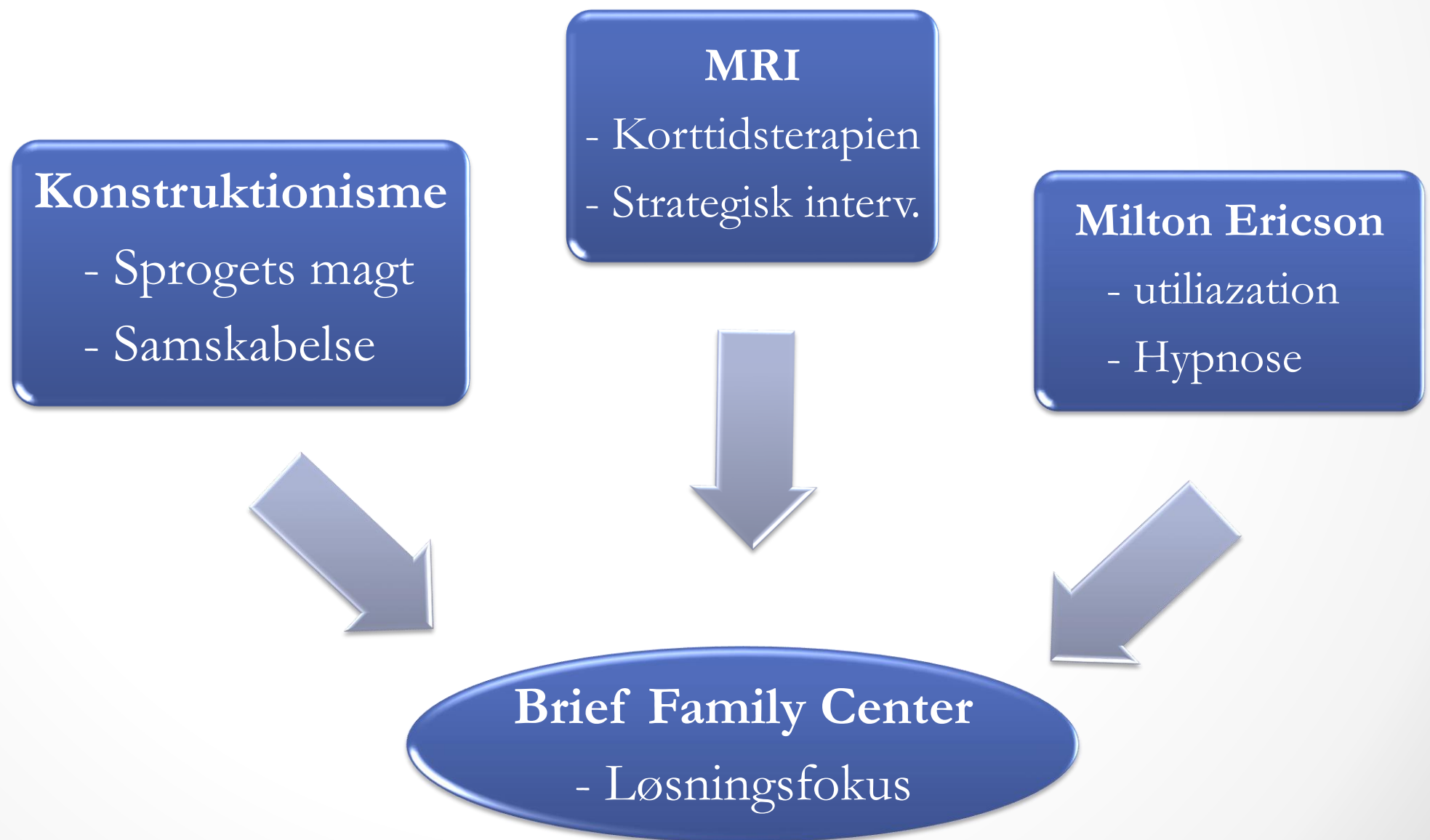
Samtale Marie



Læringsteams del 2

- Studer hinandens kort og hold minimøde i teamet hvor I drøfter inspirationen.
- Tilføj eventuelle nye beskrivelser, områder eller teamer

Inspirationer for LF



Inspirationer for LF

- Præsenteret problem og ikke andet
- interventionerne skal løse problemerne – så klagen ophører
- klienten samarbejder, opgaven er at hjælpe klienten til at gøre brug af sine resurser. Løsningen har de selv, vi må sikre de kan være deres bedste 'jeg'. utilization (om handling) the act of using
- modstand er død
- Samtalen udnytter bevidst de suggestive elementer i kontakten, for at fremme klient resurser og fremgang. 'når' vs. 'hvis'
- vi skaber vores verden i den sociale interaktion, terapeut og klient er et samskabende system, der har som mål at opløse et problem. Sproget forhekser og skaber forvirring, problemer findes i sproget de er ikke empiriske entiteter.
- Terapi er et sprogspil med to eller flere deltagere, der er organiseret i samtale omkring løsninger

Fremtidsorientering

- where do we find the future? as potentiality in the present. The future unfolds within social interaction, a self-organising activity with processes which could bring about transformation at any step.

Gale Miller

Feedforward og MQ

- *Samtaler om en forestillet og ønsket fremtid åbner mulighed for at se et uanet sæt af løsninger på en given situation*
- *Mq er en måde at etablere denne fremtidsorientering.*

Svar og spørgsmål

- Vi har en tendens til at fokusere på hvilke spørgsmål vi skal stille, det er vores værktøj, og vi prøver at udvikle så spidsfindige spørgsmål som muligt. Omvendt så ved vi at det er svarene der bestemmer spørgsmålene, og det interessante er i grunden svarene ikke spørgsmålene.
- Når vi ser svarene er det nemmere at vide hvilke spørgsmål vi kan stille.
- Fokus på svar tvinger os til at lytte efter klienten

Læringsteams del 3

- At udvikle spørgsmål på baggrund af svar
- Med afsæt i det landskab af beskrivelser i har udviklet, skal I nu gå tilbage og se hvilke spørgsmål det giver anledning til at stille.

Videoeksempel

- Samtale Camilla

Læringsteams del 4

- Få foldet kortet ordentligt sammen så det kan tages med og bevares i den videre læringsproces