

Olika nivåer i familjearbete

- Kontakt
- Utbyta information
- Planering
- Psykopedagogik
- Förändrande familjesamtal
- Familjeterapi

Kontext

- Samtalets sammanhang
- Personens sammanhang
- Problemets sammanhang
- Talar jag med rätt personer?
- Finns andra behandlare ?

Kontakt

- Hur känns det att prata med den här personen?
- Om det är problem, kan det ha något med mig att göra?
- Kan jag göra något för att förstå och acceptera den här personen bättre?

Kontrakt

- Vad är vårt mål?
- Hur ska vi arbeta tillsammans för att nå målet?
- Är vi överens om det?
- Behöver vi omförhandla kontraktet?

Den nya berättelsen

- Hur kan jag förstå den andres berättelse?
- Kan jag med mitt lyssnande och mina frågor bidra till att en ny berättelse växer fram?
- Den ännu inte berättade historien.
- Den dominerande och den marginaliserade berättelsen.

Den nya erfarenheten

- Har jag bidragit till att den andre fått en ny erfarenhet i samtalet?
- Vilken ny erfarenhet har jag fått av detta samtal?
- "Varen icke endast ordets hörare utan även dess görare", som det står i Bibeln

Lotsen

- En lots bestämmer inte kursen.
- Hon hjälper fartyget att nå det mål som kaptenen och rederiet bestämt.
- Hon kliver av fartyget när hjälpen inte längre behövs.

Lotsens hållning

- Nyfiken
- Pålitlig
- Person
- Tar allas parti

Metodens huvudpång

- Att skapa en trygghet för gästerna genom en tydlig och fast struktur i samtalet.
- En tydlig framåtriktad rörelse som avslutas i en relativt självvald och relevant hemuppgift.
- Målet är att familjen ska bli en bättre fungerande samarbetande, lyssnande, bekräftande och problemlösande organisation.
- Problemlösandet är medlet till dessa mål.

● Samtalets faser

1. Social fas

- Görs kort. Varar från väntrummet tills man kommit in i samtalsrummet.
- Den överlägset bästa frågan: "Var det svårt att hitta hit?"

Sammanhangsmarkering

- En kort monolog från lotsen som ska klargöra sammanhanget.
- Vad är det för institution?
- Vem är lotsen?
- Vad kan man vänta sig av samtalet?
- Samtalsregler, hur länge, vad ska ha hänt innan de får gå hem?

Baskontakt

- Innan man kommer in på problemet ska lotsen ha fått en skissartad bild av alla deltagare i samtalet.
- Namn, ålder (på barn), jobb & skola, fritidsintresse.

Probleminventering 1

- Börja med med den minst engagerade föräldern.
- ” Vad är det största problemet för dig just nu?”
- Inga långa haranger. Följ upp med ”Men vilket är det största?” ”På vilket sätt är det ett problem för dig?” ”Just nu?”

Probleminventering 2

- Det viktiga här är att få en **relationell** problembeskrivning.
- Det innebär att personen själv är med, inte bara en annan utpekad person eller dennes beteende.
- Alltså "**Min** osäkerhet inför hur **jag** ska möta hans utbrott..."

Val av dagens problem

- En svår punkt för många. Lotsen lotsar varsamt, familjen ska välja.
- Lotsen påminner om att man kan ta de andra problemen vid senare samtal.

Att sätta mål

- Att flytta sig från problemen till målen är att öppna ögonen för nya lösningar.

Ett mål

- Konkret.
- Möjligt att uppnå.
- Uttryckt i positiva termer. Alltså ett önskat tillstånd, inte frånvaro av ett oönskat beteende.

Målfrågor

- Vad anser du ska behöva hända innan du tycker att nu klarar vi oss själva utan er hjälp?
- Vad skulle vara ett tecken för dig att ni är på väg?
- Hur vet du när det har blivit bättre?
- Hjälp familjen/personen att få ordning på målen genom att skriva på blädderblock!

Vad har man försökt hitills?

- Tro inte på frasen "Vi har försökt allt men ingenting hjälper".
- Vanligen har man bra idéer, men man har släppt dem för tidigt.
- Här kan man också mönstra ut det som inte fungerat.

Inventering av resurser

- Be var och en nämna en egenskap hon har som kan vara värdefull i jobbet här.
- En erfarenhet som kan vara till nytta.
- En förebild eller inspiratör.
- En hjälpare i nätverket.
- Be familjemedlemmarna hjälpas åt att hitta resurser hos de andra.

Samspelet kring problemet

- Nu är det dags att göra familjen "systemiskt medveten". Ser de spelet så har de lättare att hitta lösningalternativ.
- Här kan de klassiska cirkulära frågorna komma till sin rätt.
- Kartläggning av samspelet i familjen, men också från andra runt familjen.

Tankepaus och återgivning

- En kort tankepaus kan vara bra för att samla tankarna hos lotsen samt att öka koncentrationen från familjemedlemmarna.
- Lotsens (eller andrelotsens) anteckningar är utgångspunkten för återgivningen.
- Kort sammandrag av problemen och vilket de valde. Beskrivning av samspelet, resurser och vad de redan har prövat.
- Lotsen förklara hur nästa samtal kommer att se ut.

Feedback

- "Hur var samtalet?" för var och en i familjen.
- Om man är ivrig att få tips: Hänvisa till nästa samtal och ge vid behov en observationsuppgift:
- "Ni valde problemet YYY. Tills vi ses nästa vecka vill jag att ni allihopa observerar hur det går med det. Är det någon dag som är sämre? Någon som är bättre?"

Kontrakt

- Om familjen är något så när nöjd:
- ”Är ni med på att vi fortsätter med tre samtal till (eller 5 eller 7) för att undersöka om det här är en bra metod att gå vidare med?”
- ”Har jag förstått det rätt om det här och det här är mål för er i familjen som vi ska kunna arbeta med?”

Nästa samtal

- Vilka förändringar har ni noterat?
- Kan vi fortsätta med det problem ni valde senast?
- Inventera lösningsidéer.

- Låt familjen välja en lösning som man vill prova.
- Ge hemuppgift utifrån den valda lösningen.
- Innan du ger hemuppgiften, se till att familjen/personen är beredd att arbeta.

En hemuppgift ska vara

- Konkret.
- Möjlig att uppnå.
- Formulerad i positiva termer - alltså hellre börja med något nytt än att sluta med något oönskat.

Det tredje samtalet

- Gå igenom hemuppgiften.
- Om den inte är gjord så var den olämplig eller för svår.
- Gå på nytt igenom motivation och kolla av om vi ska försöka hitta en bättre hemuppgift.

- Att använda sig av resurserna.
- Att undersöka tidigare lösningsförsök på nytt.
- Att använda sig av målen.

Att avsluta ensamtalsserie

- Återgå till kontraktet i början och undersök om man närmat sig målen.
- Ge återkoppling till familjen kring de resurser du observerat i deras samarbete.
- Berätta för dem hur du ser att de problem de arbetat med hänger ihop.

Avslutning 2

- Diskutera vad de anar kan gå snett framöver.
- Undersök hur de ska hantera det utifrån de erfarenheter de fått.
- Välkomna dem tillbaka om nya behov uppstår.