

Förslag på verktyg genomgångna med Angelica Frithiof

- Öppna frågor

Inled samtalet med frågor som inte kan besvaras med ja eller nej. (gäller för personer som verbalt kan kommunicera). Ställ sedan följdfråga på svaret du får.

- Lyssna under ytan

Försök lyssna efter vilka värderingar som döljer sig bakom frustration, ilska, rädsla, upprepningar osv., vad som verkar vara viktigt för personen. Avbryt sedan och redogör för vad du uppfattat . Ex. "Tack. När jag lyssnat här på dig och hört hur du har upplevt mötet med oss så får jag känslan av att rättvisa är viktigt för dig. Stämmer det?"

- Personen bedömer samtalet

Avsluta mötet med att fråga om personen tycker att du har missat någon fråga som vore bra om du ställt. Fråga om det var något under samtalet som verkat otydligt eller inte känts bra.

- Tolkningsföretråde

Ställ hela tiden frågor om vad personen menar då hon/han uttrycker känslor, berättar om handlingar eller tankar. Få personen att definiera sig genom att ställa intresserade frågor även då du tror att du vet vad någon menar.

- Alternativa berättelser

Genom att undersöka människors alternativa berättelser genom detaljfrågor kan egna resurser komma till ytan. Alternativa berättelser är här berättelser som avviker från den vanliga problematiken.

- Dokumentation

Uppmuntra patienter/klienter/brukare och deras närstående till att själva vara med och dokumentera det som sker i deras liv. Ta intresserat del av dokumentationen och använd gärna som kvalitetsutvecklande material (med godkännande). Dokumentation kan ske skriftligt, via inspelning, intervju eller bild.

- Ge alternativ

När ni kört fast och personen kanske bara svarar "jag vet inte" – ge då gärna ett alternativ till svar som ni INTE tror stämmer. Då kan det bli lättare för personen att positionera och definiera sig.

Mitt råd är att välja ett verktyg och jobba in det tills det sitter i ryggmärgen. Gå sedan vidare till nästa. Hitta kollegor som valt samma och stötta varandra.

Lycka till!

För frågor samt bokningar: angelicafrithiof@gmail.com