

# Få øje på ressourcerne

Erfaringer med den løsningsfokuserede tilgang og brug af  
ressourcefokuseret sprog på FGU som konkrete redskaber med  
afsæt i recoveryorienteret rehabilitering

## Torben Børsen Rosholm

- Almenunderviser - Matematik

## Svea Due Persson

- Pædagogisk konsulent
- PGU underviser – Omsorg og sundhed

# Tjek ind

Hvilken hemmelig,  
pædagogisk superkraft ville  
du ønske, at du havde?



# Program

- Case
- Recoveryorienteret rehabilitering
- Løsnings fokuseret tilgang (LØFT)
- LØFT I forløbssamtaler
- Opsamling

# Case

Sofie 17 år  
Elev på medieværksted

Stort fravær, massive problemer med at komme op om morgenen og kommer ofte for sent på de dage, hun møder

Gider ikke rigtig deltage i noget og synes, det er spild af tid at være der

Skeptisk over for autoriteter og respekterer ikke undervisernes vejledning

Ikke engageret og fylder meget på værkstedet og ryger ofte i konflikt med de andre elever

Har bestået 10. klasse på en efterskole, men forløbet endte med, at hun blev bortvist



Kommer fra et dysfunktionelt hjem uden kontakt til sin far og med en meget dårlig relation til sin mor

Hendes mor er kontanthjælpsmodtager og bor hos nogle venner, da hun lige nu er uden fast bolig

Er anbragt i selvstændig bolig med bostøtte, hvilket hun giver udtryk for, at være glad for

Der er mistanke om, at hun ryger hash, og at det er årsagen til det høje fravær

Vil gerne på HF, men det vurderes urealistisk på nuværende tidspunkt på grund af fravær, umodenhed og manglende motivation

# Hvordan ser Sofies liv ud om 10 år?

- Uddannelse og beskæftigelse?
- Familieforhold?
- Fritidsliv?



# Sofies liv efter 10 år



I gang med 4. semester  
på en  
universitetsuddannelse  
og arbejder som  
pædagogmedhjælper

Dyrker  
fodbold, skak  
og musik

Single og har lige  
købt ejerlejlighed  
med en god veninde

Vi er kodet til ubevidst at fokusere på vores udfordringer.

**Derfor er vi nødt til bevidst at fokusere på vores styrker.**

- Elevernes nuværende tilstand siger ikke nødvendigvis noget om deres fremtid
- Hvad eleven kan i en given kontekst, fortæller ikke nødvendigvis hvad eleven kan i en anden kontekst
- **Udgangspunkt i elevens håb og drømme**



# Recovery

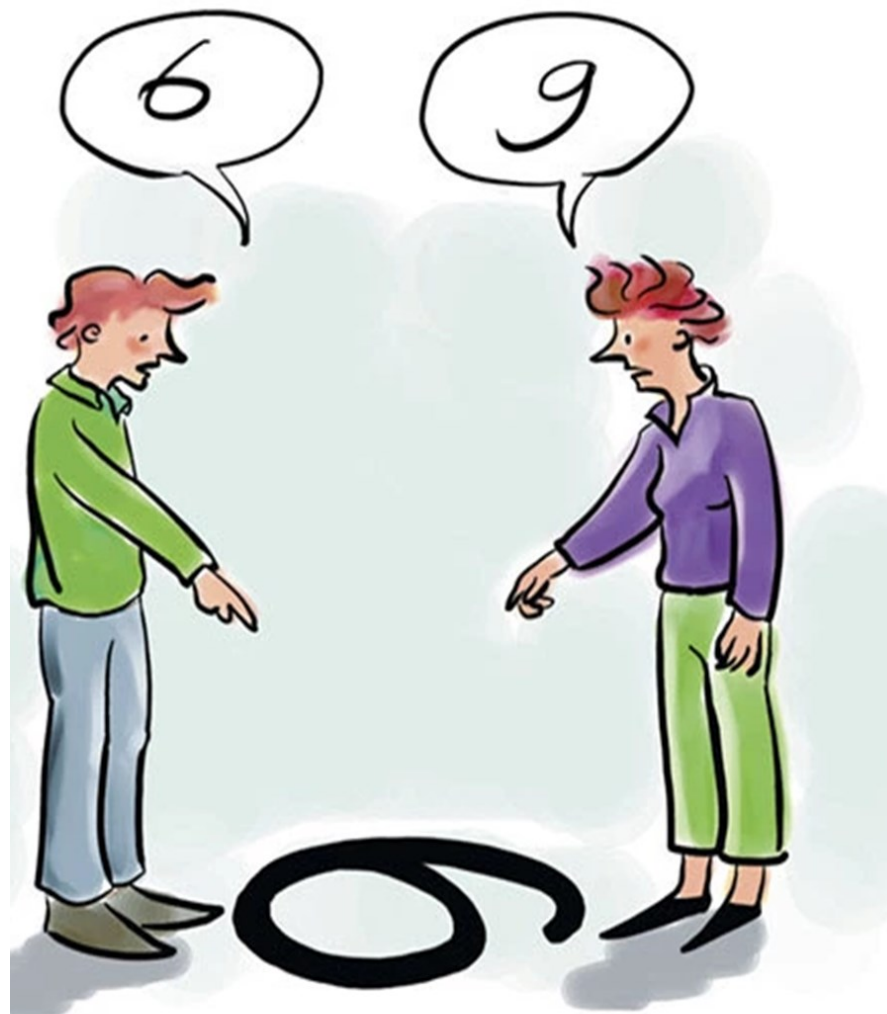
- **Recovery** betyder at komme sig, og har fokus på, at menneskelige problemstillinger ikke behøver at være permanente, men ofte er et udtryk for midlertidige funktionsnedsættelser.
- **Recovery orienteret rehabilitering**  
Elevsynet kan simplificeret defineres som:  
*Et samarbejdende partnerskab mellem underviser og elev, hvor det er elevens oplevede behov, der er i centrum*



# Perspektivskifte

## Et indefra-perspektiv:

- Eleven giver selv udtryk for sine holdninger, oplevelser og ønsker
- Vi skal, ved hjælp af relevante redskaber og metoder, få indblik i elevens oplevede situation og oplevede behov
- Elevens ønsker og værdier skal tages alvorligt og tillægges værdi i beslutninger, der træffes af eleven selv



## Et udefra-perspektiv:

- Vores syn på eleven er baseret på en generaliseret forståelse af, hvad det vil sige at være elev med en given diagnose, situation eller problemstilling
- Vi mener at kende elevens behov ud fra den viden

# LØFT (Den løsningsfokuserede tilgang)

Interesserer sig for, hvordan menneskers oplevede problemer kan løses ved at gå fra problemfokuseret samtale til løsningsfokuseret samtale gennem:













- ✓ Fokus på at lytte efter ressourcer og åbne op for løsninger ved at anvende bevidst sprogbrug
- ✓ Orientering mod de elementer og områder, der allerede fungerer
- ✓ Øget opmærksomhed på at italesætte styrker og undtagelser fra problemet
- ✓ Et afsæt i at beskrive det, der ønskes se ske og aftaler om skridt på vejen derhen

At fokusere på det, vi ikke vil, leder ikke nødvendigvis til det, vi vil!

Problemfokuseret samtale

eller

Løsningsfokuseret samtale

Problemfokuseret samtale			Fokus	Løsningsfokuseret samtale		
						
Problemer	Det, der ikke fungerer	Svagheder		Løsninger	Det, der fungerer	Styrker
						
Det, der ikke ønskes	Det, der er galt	Årsager til problemet		Det, der ønskes	Undtagelser fra problemet	Skridt mod det, vi ønsker se ske
Ja, men...	Kan ikke...	Hvorfor?	Sprog	Ja, og...	Kan...	Hvordan?
Hvis...	Problemet er...	Det har vi prøvet		Hvornår?	Det lykkedes, fordi?	Næste skridt?

De fleste af os ved præcis, hvad vi ikke vil,  
men hvad vil vi i stedet for?

## Hvordan gør vi det i praksis?

En letanvendelig mulighed er at afholde samtaler med  
afsæt i den løsningsfokuserede  
metode – de tre søjler, som taler ind i:

### Det, vi ønsker se ske...

I stedet for det, vi gerne vil undgå

### Det, der fungerer allerede...

I stedet for det, der er galt

### Det, der bekymrer...

I stedet for det, der er årsager til problemet

### Aftaler om de næste små skridt...

I stedet for det, der er slutmålet

Det, der fungerer	Det, jeg ønsker se ske	Det, der bekymrer

# LØFT som forløbssamtale













Det, der fungerer	Det, jeg ønsker se ske	Det, der bekymrer
<p><b>Elev:</b> Nogle gange bliver jeg efter frokost</p> <p><b>Vejleder:</b> Du bliver ved med at prøve, selvom noget er svært</p>	<p><b>Elev:</b> At blive på skolen hele dagen i stedet for at tage hjem efter frokost</p> <p><b>Vejleder:</b> Sammen finde redskaber til, hvad der kan hjælpe dig med at blive efter frokost (hvad er det, der har fungeret de gange, hvor du er lykkedes med at blive?)</p> <div data-bbox="1029 1093 1595 1333" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"><p><b>Aftaler om næste skridt:</b></p><p><b>Elev:</b></p><p><b>Vejleder:</b></p></div>	<p><b>Elev:</b> Jeg har en del fravær, fordi jeg tit går hjem efter frokost</p> <p><b>Vejleder:</b> Du har et højt fravær på trods af, at du virker til at være glad for at komme på skolen</p>

"Problem talk creates problems and solution talk creates solutions" (Steve de Shazer)

## Problemfokuseret samtale

eller

## Løsningsfokuseret samtale

Problemfokuseret samtale			Fokus	Løsningsfokuseret samtale		
						
Problemer	Det, der ikke fungerer	Svagheder		Løsninger	Det, der fungerer	Styrker
						
Det, der ikke ønskes	Det, der er galt	Årsager til problemet		Det, der ønskes	Undtagelser fra problemet	Skridt mod det, vi ønsker se ske
Ja, men...	Kan ikke...	Hvorfor?		Ja, og...	Kan...	Hvordan?
Hvis...	Problemet er...	Det har vi prøvet	Sprog	Hvornår?	Det lykkedes, fordi?	Næste skridt?

# Elevernes feedback

- Motiverende at man snakker, om det der fungerer
- Ikke kun fokus på det dårlige
- Nemt at svare på spørgsmålene, ikke kompliceret
- God samtaleform
- Godt at det skrives ned, så man kan se det
- Dybere niveau, når man får lov at give sin egen mening
- Mere personligt



## ROR manual for FGU - version 1.1

### Nysgerrighed på elevens perspektiv

- ✓ Tag ikke for givet, at du på forhånd ved, hvad eleverne mener, håber på eller kan blive til
- ✓ Vær klar over, at ingen kasser eller diagnoser, kan forudsige det enkelte menneskes adfærd og behov

### Eleven i centrum

- ✓ Tag udgangspunkt i elevernes drømme, håb og oplevede behov
- ✓ Undersøg fordomsfrit sammen med eleverne, hvad der skal til for at opfylde drømmene, fremfor at realitetskorrigere
- ✓ Del håbet, og vis samtidig nye døre, der kan åbnes

### Få øje på det, der fungerer (ressourcefokus)

- ✓ Sprog skaber identitet og indhold i menneskers selvforståelser, så vær opmærksom på at få ressourcerne talt frem
- ✓ Få øje på, italesæt og anvend den enkelte elevs og værkstedsfællesskabets styrker, men anerkend også, hvad eleverne synes er svært
- ✓ Mennesker har behov for at blive set og anerkendt for deres ressourcer. Selv den dårligst fungerende elev har tre gange så mange ressourcer som problemer, og det er her, potentialet findes

### Styrk elevens oplevelse af kontrol

- ✓ Overvej, hvor du kan give eleverne mere indflydelse og øget kontrol i eget (skole) liv
- ✓ Vær opmærksom på at have fokus på elevernes oplevelse af øget kontrol frem for at bygge på almene antagelser

### Tilhørsforhold

- ✓ Styrk og dyrk fællesskabet, men husk at fællesskaber kan se meget forskellige ud

### Ligeværdig dialog

- ✓ Kommuniker respektfuldt, tålmodigt, venligt og nysgerrigt
- ✓ Støt eleverne i at finde egne ord og narrativer til at forstå og håndtere situationer på





# Tjek ud

Hvis du skulle  
anvende  
tilgangen i din  
egen praksis?

Det, der fungerer	Det, jeg ønsker se ske	Det, der bekymrer

# Spørgsmål?



# Litteratur

Blickfeldt, F. B. (2021). *Recovery-orienteret rehabilitering. Re-orientering for mental sundhed*. København: Hans Reitzels Forlag.

De Jong, P., & Berg, I. K. (2006). *Løsningsfokuserede samtaler*. København: Hans Reitzels Forlag.