

Værdsættende samtale om det konkrete samarbejde

Prioriteret
opgave

- _____
- _____
- _____

Hvad går
godt?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Udfordringer

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Muligheder

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Aftaler

- _____
- _____
- _____
- _____

Hjemmeopgave mellem 2 og 3 modul på ADHD – uddannelsen

Til modul 3 vil vi bede jer om, som hjemmeopgave at gennemføre en samtale med to af jeres borgere med ADHD, med udgangspunkt i Vækstmodellen (Marianne Grønbæk-Henrik Pors)

Vi har udarbejdet og tilpasset modellen til målgruppen voksne med ADHD og beder jer om i samarbejde med borgerne at anvende modellen.

Samtalen tager sit udgangspunkt i den bevilligede ydelse, som den er beskrevet i bevillingspapirerne eller i den overordnede handleplan.

Det er jeres opgave at afprøve modellen, holde jer til konceptet, finde de spørgsmål der virker i samarbejdet med den konkrete borger og fastholde fokus og overblik på opgaven. I er den der sammen med borgeren samler op på det i når frem til og får skrevet aftalerne ned, således at borgeren kan anvende dem.

Til støtte for jeres proces får i udleveret en guide med forløb og forslag til spørgsmål i kan stille under de enkelte overskrifter i modellen.

Forsiden udleveres i to eksemplarer, så borgeren kan beholde den ene. Forsiden er tænkt som siden, hvor der skabes et visuelt og sprogligt overblik over det vigtigste, der er kommet frem i samtalen. Her skrives de konkrete aftaler, der er lavet mellem borgeren og støttepersonen. Hvad er borgerens opgave i forhold til næste gang og hvad er støttepersonens?

De øvrige ark er arbejdspapirer, som støttepersonen tager med tilbage, for at kunne fastholde det nuancerede billede af det der er talt om og som afsæt for planlægningen af den fremtidige faglige indsats.

På modul 3 får i mulighed for at udveksle jeres erfaringer med anvendelse af modellen i jeres sparringsgrupper. Derfor bedes i medbringe det skriftlige materiale vedrørende de to samtaler til modul 3.

God arbejdslyst

Går godt – Værdsættelsen

Værdsættelsen er grundlaget for resten af samtalen og skaber tryghed og tillid mellem parterne i samtalen.

- Hvad går godt i forhold til den valgte indsats?
- Beskriv hvornår det går godt!
- Beskriv sidste gang det lykkedes for dig!
- Kan du beskrive andre ting der går godt for dig?

Find selv på andre spørgsmål, der fremmer at den anden går i gang med at beskrive alt det han lykkes med, det han er tilfreds med, det han positivt tror om sig selv...

Skriv alt nøje ned og gerne med borgerens egne ord...

Giv det sagte betydning og støt den anden i at trække det væsentligste frem. Skriv det i fællesskab på forsiden.

Udfordringer – fra problem til udfordringer

”Problemer syntes at have en særlig evne til at tiltrække en, to eller tre hurtige løsninger. Man løser derved problemet, inden de er ordentlig ”udnyttede”. Hvis man i stedet ”udnytter” problemet i den forstand, at man tager udgangspunkt i, at et problem kan rumme flere konstruktive udfordringer, skabes en mulighed for udvikling og man afholder sig fra de hurtige løsninger”.

- Hvilke udfordringer har du i forhold til eksempelvis at kunne købe ind/ den valgte indsats/det valgte fokus.
- Hvilke af de nævnte udfordringer er den/de væsentligste for dig?
- Hvad er det mest udfordrende for dig i den udfordring?

Få den anden til at fortælle om og brede udfordringerne ud, således at både du og han har et tydeligt og nuanceret billede af hvad udfordringen/udfordringerne består af.

Hjælp den anden til at prioritere, så der kun arbejdes videre med en eller to af de vigtigste udfordringer.

Giv det sagte betydning og støt den anden i at trække det væsentligste frem. Skriv det i fællesskab på forsiden

Muligheder – Mulighedernes muligheder

Mulighederne er direkte målrettet de valgte udfordringer. Her drejer det sig om at få så mange muligheder frem som muligt. Det kan være vigtigt at det bliver enkle og konkrete handlinger, der kan omskabe udfordringerne til positiv og konstruktiv adfærd og handlinger. I samtalen kan selve arbejdet med at konkretisere eller forenkle en meget overordnet eller kompleks mulighed, skabe den dialog og lydhørhed, der er vigtigt i forandringsprocesser. De mange muligheder er med til at synliggøre håb for den anden.

- Hvilke muligheder ser du? Skriv alt op, så der virkelig bliver åbnet op for alle visionære sluser og dermed muligheder for flere valg end man selv kan se.
- Hvem er muligheden god for?
- Hvad er det mest geniale ved denne mulighed?
- Hvad ville gøre muligheden mere konkret?

Giv det sagte betydning og støt den anden i at trække det væsentligste frem. Skriv det i fællesskab på forsiden.

Aftaler, der forpligtiger

Opgaven her er at skabe klarhed på aftaler. Borgeren vælger en eller flere af de beskrevne muligheder, som han ønsker at arbejde videre med, - er motiveret for at forandre. Der laves konkrete aftaler om hvad borgerens indsats er og hvad støttepersonens indsats er, således at det er tydeligt for begge parter. I dialogen omkring aftalerne skabes der et forpligtigende samarbejde omkring den konstruktive forandring, som borgeren ønsker. De konkrete aftaler skrives ned, - det kan være en god ide at det er borgeren der skriver aftalerne ned på hans forside og støtteperson der kopierer til sin egen.

Eksempler på spørgsmål, der kan fremme det gensidige ansvar og ejerskab til de valgte aftaler

- Hvilke aftaler har du lyst til at lave?
 - Hvilke aftaler vil være godt for dig at lave?
 - Hvilke aftaler vil være vigtigst for dig at lave til vi ses næste gang?
 - Hvilke konsekvenser vil denne aftale have?
 - Hvilke opgaver har du valgt at løse med dette valg?
 - Er der noget du har brug for min hjælp til i forhold til denne aftale?
-

Aftaler:

Giv det sagte betydning og overfør aftalerne til forsiden

Værdsættelse af det vi udretter sammen

Hvad har været det bedste ved denne samtale? Sådan sluttet alle samtaler for at fastholde det positive fokus og værdsætte den tid, energi og anstrengelse som borgeren har bidraget med i samtalen. Det er afsættet til at man går fra samtalen med lyst og energi til at omsætte aftalerne til succesfulde handlinger.

- Hvad har været det bedste i denne samtale for dig?
- Hvad har været det mest berigende i denne samtale for dig?

Skriv det ned, så du har det med til de næste samtaler, du får her vigtige informationer omkring hvad der er hjælpsomt for den anden, som du kan give mere af fremover.