

SÖDERTÖRNS HÖGSKOLA | STOCKHOLM
sh.se

Reflekterande processer

En modell för samtal

Reflekterande processer av Tom Andersen



Reflekterande samtal

Under kursen kommer ni att få pröva ett sätt/metod för reflekterande samtal – reflekterande team

Användning: Exempelvis familjebehandling, utredande samtal i familj ex ungdom och förälder, och handledning.

Om metoden- Reflekterande processer



Metoden reflekterande processer ger möjlighet för dig att komma till tals och bli lyssnad på i lugn och ro. Du kan välja vad du vill ta till dig. Välja att ignorera eller slå dövörat till.

Fokus ligger på din egen inre process och dialog med dig själv.

Aha-upplevelser!

I reflektionerna som du delar med dig av används positiva beskrivningar och vi undviker konkurrens eller kritik.

Reflekterande samtal- samtal om samtalen



Metoden

Tydligt växlande mellan TALANDE och LYSSNANDE position

Att få behålla sin integritet och värdighet

Icke-dömande förhållningssätt

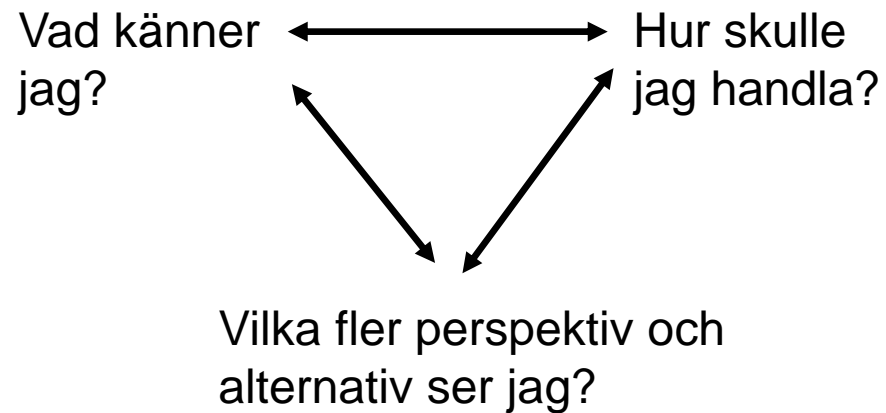
Nyfiket lyssnande

Ta in andras perspektiv

Undvika dialog

Reflekterande position/den egna inre processen

Hur göra detta hjälpsamt för ämnesägaren?





Varför reflekterande team?

- Hjälpa människor att tänka i nya banor, att vidga sina perspektiv och få andra berättelser till sin egen. Förändring är drivkraften och syftet
- System är oftast en familj, partnerförhållande med barn, släkt m.fl. Dvs. en grupp människor som delar ett sammanhang, en tillhörighet (s-känsla) och en historia.
- Låsta system (två oftast flera) människor som har fastnat i svåra situationer och/eller relationer

”Skillnaden som gör skillnaden” Bateson



Situation och urval av skillnader

Vi förstår saker i en kontext och vi tycker olika saker är viktiga

Vi förstår utifrån en mångfald av perspektiv – multivers, dvs. det finns inte ”en sanning” eller ”ett rätt perspektiv”

Genom att bidra med olika perspektiv, lyfter vi fram olikheter, s.k. skillnader.

Syftet med reflekterande processer är att lyfta upp ”skillnader som gör en skillnad”

Vad ser du?

Det finns alltid mer att se än det jag ser. Det finns många ogjorda bilder. Den rätta bilden-finns den?



Reflekterande processer i praktiken

Aktörer:

Intervjuande team (Intervjuare + ämnesägare)

Reflekterande team

Process:

- Samtalet inleds med att intervjuaren efterfrågar beskrivningar från ämnesägaren/ägarna
- Under tiden så lyssnar det reflekterande teamet på deras samtal
- När det intervjuade teamet har talat färdigt, går ordet över till det reflekterande teamet för att sedan gå över till intervjuteamet igen.
- Antalet byten mellan teamen kan variera.

Intervjuarens roll



- Leta efter utforskande ingångar i det som sägs
- Fokusera på vad ämnesägaren vill få ut av reflektionerna
- Ställ lagom ovanliga frågor
- Var uppmärksam på hur frågorna tas emot
- Ha ett nyfiket och icke-dömande förhållningssätt

Det reflekterande teamets roll

Att fundera på:

- Hur kan situationen/dilemmat beskrivas ytterligare?
- Vilka fler tänkbara versioner kan det finnas av olika beskrivningar?

Utforska vidare:

- Beskriv det sagda utifrån fler perspektiv
- Undvik råd om det inte är direkt efterfrågat



Frågor för att kunna öppna upp för andra perspektiv



För vanliga frågor ger ingen förändring

För ovanliga frågor kan resultera i att personen sluter sig och inte kan relatera till frågan eller engagera sig.

Försiktig nyfikenhet är väldigt viktigt hos den som frågar och reflekterar!

Var uppmärksam på klientens/ämnesägarens kroppsspråk

Lagom ovanliga frågor som bidrar till nya perspektiv:



Skillnad över tid/ förändring:

Hur är det nu jämfört med tidigare?

I relation till:

-Vilka var omständigheterna? Vem har varit inblandad/ inte inblandad?

Till skillnad från:

-När började det? När blev det värre?

Hur vi förstår något:

-Hur kan det förklaras? Hur kan det förstås?

Källa: Andersen (2012)

Reflekterande frågor

Se nya möjligheter

Få syn på alternativ till en fastlåst situation

Avsikt att påverka men utan riktat svar

”Hur kan detta förstås”?

”Vilka känslor uppstår i dig”?

”Vilka fler perspektiv finns”?

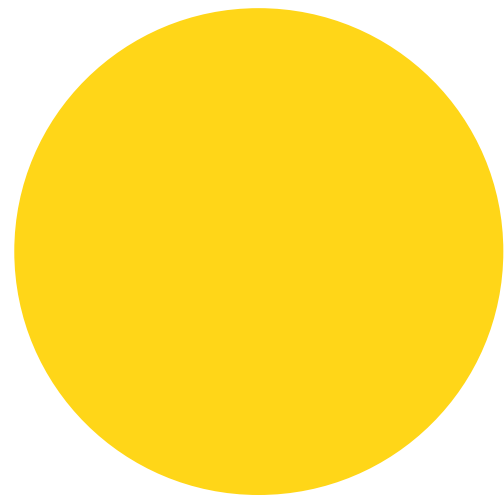
Fråga dig själv:

”Vad behöver jag mer få reda på för att bättre förstå den andre”?



Allas ansvar

- Möt varandras beskrivningar och reflektioner med respekt
- Låt det som sägs i rummet stanna i rummet
- Stötta varandra i lärandeprocessen
- Låt processen ta tid – långsamhetens lov
- Var inte för självkritiska
- Gå tillbaka och läs boken, om det är något som är svårt att förstå
- Ställ frågor om ni inte förstår- det finns inga dumma frågor



SÖDERTÖRNS HÖGSKOLA | STOCKHOLM
sh.se