

# Løsningsorienterte samtaler

ANMELDT AV

Steinar Sunde

PUBLISERT 1. februar 2005

PSY  
KOL  
OGI



Arild Aambø **LOS, Løsningsorienterte samtaler** Oslo: Gyldendal Akademisk, 2004 Kr 385. 314 sider. ISBN 82-05-30265-0

Arild Aambø er lege og daglig leder for PMV – senter for helse, dialog og utvikling, samt nestleder ved Nasjonal kompetanseenhet for minoritets helse.

Aambø tar i denne boken et oppgjør med hvordan helsevesenet tar en årsak-virkning-modell hentet fra Newtons mekanikk og overfører den på langt mer kompliserte systemer enn Newton forholdt seg til. Ny innsikt og tekniske nyvinninger har ført til forventninger om en effektiv helsetjeneste som skal kunne behandle det meste. Dette skjer, i følge Aambø, selv om de fleste leger vet at en medisinsk sannhet sjelden varer lenger enn ti år. Mange av helseplagene folk sliter med i hverdagen er ikke av typen diagnose a fører til behandling b. Helseplager er ofte sammensatt av både fysiologiske, psykologiske og relasjonelle faktorer. Det kan derfor ofte være nyttigere å vite noe om løsningsprosesser, hvordan mestre plagene, enn å løse en isolert problemstilling.

Boken er delt i tre deler. Den første delen handler om løsningsorientert arbeid som en abstrakt modell for arbeid med å bedre folks helse og velferd. Den andre delen er i sin helhet viet den løsningsorienterte samtalen som en konkret prosedyre. Tredje og siste del omhandler hvordan løsningsorientert tenkning og konkrete prosedyrer kan anvendes på gruppenivå innenfor forebyggende helsearbeid i et lokalsamfunn.

Aambø henter mange eksempler fra praksis for å illustrere poengene. Dette gjør boken lettlest og tilgjengelig, også for dem som ikke har kjennskap til løsningsorientert

tenkning fra før. Boken er preget av at Aambø jobber ved nasjonal kompetanseenhet for minoritets-helse. Mange av de kliniske vignettene er hentet fra arbeid med klienter med minoritetsbakgrunn. Funksjonen til en «ikke-vite»-posisjon i den terapeutiske samtalen blir mer åpenbar ved samtaler med klienter med minoritetsbakgrunn. Aambø fremhever sentrale poenger som behov for terapeutisk fleksibilitet, og at det ikke handler om å se, men å synliggjøre. Aambø beskriver teknikkene, og vektlegger samtidig følelsenes plass i samtalene og behovet for å bygge en relasjon før man introduserer løsningsorienterte spørsmål. En styrke ved denne boken er at Aambø jevnlig kommer tilbake til når det passer å stille løsningsorienterte spørsmål, og betoner at relasjonen er avgjørende for hvilke spørsmål man bør stille.

Den første delen av boken kan ses som et helsepolitisk innspill: «Gang på gang har jeg erfart at de som trenger hjelpen mest, er de som har vanskeligst for å utløse den hjelpen de trenger fra det etablerte helseapparatet. Først etter at jeg begynte å gi rom for andre typer intervjuer enn de rent diagnostiske, gikk det opp for meg hvilke lidelser dette faktisk medfører for den som blir rammet, og jeg fant at en løsningsfokuseret tilnærming kan være et fortreffelig alternativ når den medisinske modellen ikke strekker til.»

Videre tar Aambø mål av seg å formidle hvordan denne tilnærmingen kan brukes både ved forebyggende helsearbeid og ved individualsamtaler.

Jeg synes at Aambø tar opp en sentral faglig debatt og at han er pedagogisk i sin form. Boken burde være aktuell som pensum innen helsefagene, og anbefalt lesning for de som ønsker et løsningsorientert perspektiv på forebyggende helsearbeid, eller en fordypning i løsningsorienterte samtaler.

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 42, nummer 2, 2005, side*

**ANMELDT AV**

**Steinar Sunde**, Avdeling for yngre, HjelsetHelse Nordmøre og Romsdal