

Løsningsskapende samtaler

ANMELDT AV
Lena Hole

PUBLISERT 31. januar 2007

PSY
KOL
OGI



Peter de Jong og Insoo Kim Berg | **Løsningsskapende samtaler** Gyldendal Norsk Forlag, 2005 Kr 349. 336 sider

Det er ikke ofte man kommer over litteratur som klarer å formidle den varme, ydmykhet og innlevelse i terapirommet som preger Insoo Kim Bergs bøker. Sammen med Peter De Jong har hun vært sentral i utviklingen av løsningsfokuserte tilnærminger. De Jong er professor i sosialt arbeid ved Calvin College, mens Berg arbeider ved Brief Family Therapy Center. I Norge kjenner vi Insoo Kim Berg best, fordi hun har vært her så mange ganger. Hun skriver i forordet hvordan hun beundrer den stillferdige, vennlige og beskjedne norske væremåten, som «krummer nakken» og ikke gir opp på vei mot målet. Det er noe hun ser som et ideal i terapirommet.

Dette er en verdifull lærebok som demonstrerer løsningskapende verktøy som kan bli brukt i terapeutisk arbeid med par, barn, ufrivillige klienter, familier og enkeltklienter, organisasjon og grupper. Vi får beskrevet bruk av skalerings spørsmål, unntaksspørsmål, mestrings spørsmål, mirakelspørsmålet og observasjons oppgaver. Forfatterne viser hvordan man med utgangspunkt i slike verktøy strukturerer den enkelte time, fra det første møtet frem til kontakten med klienten avsluttes. Det står et kapittel om arbeid i grupper og organisasjoner, og her er også våre egne omtalt, Gro Johnsrud Langslet og Arild Aambø, med sine erfaringer. Av nordmenns bidrag er også Tom Andersens arbeid beskrevet.

Boken er tykk, med et mangfold av konkrete eksempler som gir innblikk i hvordan man gjennom språket kan bygge opp en løsningskapende samtale. Gjennomgående er en vektlegging av verdier og holdninger; det å vise respekt for menneskers verdighet, tilpasse behandlingen til klientens bestilling, fremme klientens egne visjoner og bygge på klientens sterke sider.

Mirakelspørsmålet, som Insoo Kim Berg er opphavsperson til, beskrives slik at man vet hvorfor og hvordan man stiller det, og hvordan man følger det opp. Vi får konkret innføring i hvordan vi kan utforske unntak og bygge videre på klientens sterke sider og tidligere vellykte løsningsforsøk. Litt lenger ut i terapiprosessen ser forfatterne på hvordan man setter ord på fremgang, hvordan man utvider fra de små forskjellene og måler klientens fremgang. Bakerst i boken finner man skjemaer og oversikter som gjør det enklere å lære seg hvordan man kan holde fast på løsningsorientering under samtalene.

Jeg vil trekke frem ett av mange nyttige kapitlene, nemlig om de ufrivillige klientene, som er presset til samtaler av andre, og som selv ikke har tro på at endring er mulig, enten det er ungdom som presses av foreldrene eller kriminelle av domstolen. I disse samtalene er det lagt vekt på ikke å forvente endring, men rette oppmerksomheten mot klientens situasjon her og nå. Dette er ikke ment som en strategi for å øke klientens motivasjon. Poenget er at klienten får satt ord på hva han eller hun ønsker kunne vært annerledes. Nettopp i klientens motvilje kan man ofte finne svar som ville være til hjelp, i protesten mot behandling eller i sinnet mot personer som ikke har hjulpet. Men å bevege seg målbevisst mot et resultat er et valg terapeuten gir klienten kontrollen over. På fritt grunnlag må klienten kunne utforske sitt ufrivillige utgangspunkt, og de valg og muligheter en har innenfor dette.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 44, nummer 2, 2007, side

ANMELDT AV

Lena Hole