

SMART
Utbildningscentrum


Skyddsfaktorer

Inre eller yttre styrkor, kunskaper, förmågor eller resurser som fyller en stödjande funktion



SMART
Utbildningscentrum

Nyckelbegrepp;
Känsla av sammanhang, *KASAM* (Sense of coherence)
– Vilket antas vara ett mått på i vilken utsträckning individen har förmåga att hantera livets oundvikliga svårigheter (Antonovsky, 1991)



Aaron Antonovsky (1923-1994)

Tonvikt läggs på det friska - fokus på *skyddande faktorer*.

SMART
Utbildningscentrum

KASAM
Känsla av sammanhang

<i>Begriplighet</i>	Upplever tillvaron som begriplig och att det som sker är någorlunda förutsägbart
<i>Hanterbarhet</i>	Upplever av man att har resurser som kan möta de krav som ställs
<i>Meningsfullhet</i>	Upplever av att de krav som ställs är utmaningar, värda investering och engagemang

SMART
Utbildningscentrum

Skyddsfaktorer

Skattning av resurser

SMART
Utbildningscentrum

Skyddande faktorer

1. Social kompetens
2. Hjälpsamhet
3. Empati
4. Impulskontroll
5. Coping
6. Kreativitet
7. Problemlösning
8. Inre kontroll

SMART
Utbildningscentrum

Skyddande faktorer

9. Kunskap
10. Fritidsintresse
11. Traditioner
12. Tro, religion och andlighet
13. Nätverk
14. Fysisk hälsa
15. Psykisk hälsa
16. Framtidstro

SMART
Utbildningscentrum

Utforskande frågor...

Be om konkreta exempel

- Berätta om en situation/tillfälle när du har svårt/lätt att *umgås med andra*.
- Om skattningen är låg...
Vad skulle vara annorlunda om du blev bättre på att *hantera ditt humör*?
- Vad skulle du behöva hjälp med?
- Hur viktigt är det för dig att få en bättre *fysisk/psykisk hälsa*?
- Hur ser du på framtiden? Vad gör du om ett år?

SMART
Utbildningscentrum

Sammanfatta av skattningen med fokus på styrkor och förbättringsområden

SMART
Utbildningscentrum

Impulskontroll

Psykisk hälsa

Socialt nätverk

Fysisk hälsa

Kreativitet

Kunskap

Tonåringar och unga vuxna

Samtalsstilar		SMART Utbildningscentrum
Styra <i>När man informerar, instruerar, förklarar och ger råd.</i>	Vägleda <i>Inför olika val, svåra beslut eller viktiga förändringar.</i>	Följa <i>När man inte riktigt förstår och vid starka känslor.</i>
MI-anda		
↓	↓	↓
<ul style="list-style-type: none"> - Går före klienten - Tydlighet - Bestämna - Leda 	<ul style="list-style-type: none"> - Går tillsammans - Båda deltar med olika erfarenhet och kunskaper - MI är en förfinad form av den vägledande stilen 	<ul style="list-style-type: none"> - Klienten går före - Lyssnandet är centralt

Möte med föräldrar

SMART
Utbildningscentrum

Samtal med föräldrar – Att tänka på...

- Samtal mellan jämlikar – *Partnerskap*
- Föräldern är "experten" – *Icke dömande*
- Gemensam problemlösning
- Bygg vidare på starka sidor hos *alla* involverade
- Informera i dialog
- En upprörd förälder är en förälder som bryr sig – *Bekräfta*
- Tappa inte bort barnets röst!

SMART
Utbildningscentrum





**MI vid Autism
och ADHD**

SMART
Utbildningscentrum

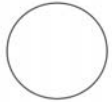
Anpassad MI

Den nuvarande kunskapen och den kommunikativa förmågan är begränsad.





Den nuvarande kunskapen och den kommunikativa förmågan är god.



Anpassad MI **SMART**
Utbildningscentrum

Anpassad MI **SMART**
Utbildningscentrum

Bekräftelser <i>Positiv förstärkning</i>	<i>Bekräftelser</i>
Öppna frågor <i>Slutna frågor istället för öppna, flervalsfrågor eller öppna frågor med tillförd information; ex. Hur mår du...just nu?</i>	<i>Öppna frågor eller inbjudningar som ex. Berätta lite om...</i>
Reflektioner <i>Enkla reflektioner eller istället använda sammanfattningar eller slutna frågor. Metaforer kan fungera ibland.</i>	<i>Komplexa reflektioner som lyfter fram underliggande mening eller känslor, även metaforer.</i>
Sammanfattningar <i>Korta sammanfattningar, gärna i punktform. Använd med fördel papper och penna – skriv en lista.</i>	<i>Koncis sammanfattning med reflektioner och fokus på förändringsprat.</i>
