

# Sammenligning af to vejledningsmetoder –Gunnel Lindhs ”Femmeren – en vejledningsmetodik” og Shazer og Bergs ”Den løsningsfokuserede tilgang” (LØFT)

Henrik Bov Pedersen, 2007. hbp@buf.kk.dk

## Forskelle

---

### Femmeren

Vejlederen skal opfattes som kompetent af den vejledte.

Bærende princip i vejledningen er den vejledtes ”delagtighed” i processen.

Vejleder forsøger at udvide perspektivet ved at udfordre vejledtes opfattelse ud fra egne tolkninger.

Udfordringer baseres på sammenfatninger ud fra vejleders perspektiv, konfrontationer og tolkning og brug af egne erfaringer.

Konfronterer vejledte med, at hun ikke udnytter sine ressourcer effektivt.

Udfordringer er nødvendige, selv om de kan virke som påtrængende ”besk medicin”.

Udfordrer negative udsagn, som fx den vejledtes selvnedvurderende holdninger.

Undersøger, hvorfor vejledtes tidligere forsøg mislykkedes.

Evaluerer som bedømmelse med henblik på forbedring.

Lægger op til, at vejlederen kommer med bedømmelsen under evalueringen.

Spørger under evaluering, om de opstillede mål blev nået.

### LØFT

Den vejledte skal opfattes som kompetent af vejlederen.

Vejledte er ”ekspert i eget liv” og har kompetencen.

Vejleder forbliver i en ikke-vidende position.

LØFT anerkender kun sammenfatninger, som bliver i vejledtes referenceramme, og afviser vejleders selvinddragelse som brud på ikke-vidende position.

Taler om, hvor vejledte udnytter sine ressourcer ”måske bare lidt”, og hvordan man kan ”se mere af det”. Kompetence og vurdering forbliver hos vejledte.

Påtrængende udfordringer erstattes af respektfuld ikke-vidende undren. Udforsker hellere ”ikke-problemer”, dvs. undtagelser, samt mulige fremtidsscenarier med den vejledtes handlinger i fokus.

Søger efter undtagelser. Når frem til positive nuanceringer bl.a. ved hjælp af skalaspørgsmål.

Undersøger, hvor vejledtes tidligere forsøg lykkedes ”bare lidt”.

Evaluerer med fokus på allerede opnåede fremskridt.

Ansører under evalueringen den vejledte til selv at formulere hidtidige skridt i den rigtige retning.

Spørger, hvilke fremskridt der er sket siden sidst.

### Femmeren

Åbne spørgsmål af højere værdi end lukkede spørgsmål.

Omformuler vejledtes lukkede problemudsagn i retning af udsagn, der lukker op for mulige løsninger.

Vejleder fokuserer (styrer) i retning af at tale om den vejledte selv, vejledtes omgivelser og relationer, samtals hovedtema.

Tal om vejledtes egen rolle frem for andres rolle.

Det er ikke vigtigt at kende årsager til et problem tilbundsående. Handling er det centrale.

Konfrontationer gennemføres nænsomt efter modellen: spejling – konfrontation – give initiativet tilbage. Vejleder afstår fra at konfrontere yderligere, hvis udfordringen ikke accepteres af vejledte.

Den vejledtes egne tolkninger foretrækkes frem for vejlederens og fremmes gennem en kombination af spørgsmål og spejlinger.

Perspektivudvidelse medvirker til, at urealistiske ønsker skaleres ned til realiserbare mål.

Formuler mål som noget, man kan gøre, modsat noget, man ikke kan.

Anbefaler brug af "drømmeteknik".

Anbefaler brug af "kraftfeltsanalyse" til at opnå balanceret vurdering af hindringer og muligheder.

Hjælper vejledte med at undersøge alle tænkelige måder at realisere et mål på.

Nedbryder handleplaner i mindre bestanddele.

Giver støtte til udformning af konkret handleplan.

### LØFT

Benyt kun lukkede spørgsmål som afsæt for at stille åbne spørgsmål.

Tal om situationer, hvor problemet kun er til stede i mindre grad eller slet ikke.

Vejleder fokuserer på samme måde, men med større vægt på løsnings- og mindre på problemaspekter.

Tal om vejledtes egen rolle i løsning, snarere end andel i problemet.

Der eksisterer ikke en logisk sammenhæng mellem et problems årsag og dets løsning.

Konfrontation gennem respektfuld ikke-vidende undren.

Den vejledtes egne tolkninger foretrækkes frem for vejlederens og fremmes gennem en kombination af spørgsmål og sammenfatninger. Vejleders tolkninger antydes højest som forslag i den afsluttende feedback.

Søgen efter aktuelle undtagelser bringer mirakelscenarier ned i et realistisk leje.

Mål formuleres som noget, der "begynder", ikke som noget, der "slutter".

Anbefaler brug af "mirakelspørgsmål" med efterfølgende detaljering og spørgsmål til, hvor miraklet allerede sker "en lille smule".

Kan bl.a. benytte "Signs of Safety"-modellen (som ikke stammer fra LØFT, men en beslægtet metode) til at opnå en balanceret risikovurdering.

Tilskynder den vejledte til at formulere og opdage alle sine styrker til at gennemgå processen.

Fokuserer på "næste skridt".

Giver komplimenter, observations- og handleopgaver.

### Femmeren

"Spejling". At se verdenen med den vejledtes øjne og give dette tilbage (Rogers "som om").

Klargøre problemsituationen.

Undgå hindringer for at lytte.

Undgå hvorfor-spørgsmål.

Følg spørgsmål op.

Giv plads for tavshed.

Benyt sammenfatninger.

Fortiden må ikke blive central i vejledning.

Problemer udredes fra nutidsperspektiv.

Mål formuleres konkret og specifikt.

Målorienteringen fokuserer især på det korte overskuelige tidsperspektiv.

Der skelnes mellem delmål og endegyldige mål.

### LØFT

Empatiske omformuleringer.

Lytte efter, hvad der er vigtigt. Omformulere.

Lyt med ikke-vidende accept.

Undgå hvorfor-spørgsmål.

Benyt "ekko".

Giv plads for tavshed.

Benyt sammenfatninger.

Fortiden må ikke blive central i vejledning.

Problemer udredes fra nutidsperspektiv.

Mål formuleres konkret og specifikt.

Målorienteringen fokuserer især på "næste skridt".

Der skelnes mellem den ideelle situation og situationer, hvor man er kommet bare et lille stykke af vejen.