

## Referensram

J

ag har nu verkat i över trettio år i sammanhang där människor hjälper människor. Erfarenheterna, lärdomarna och färdigheterna har komposterats till den jag är och hur jag är med dem jag möter. Det här är en aldrig avslutad utveckling & hoppas jag. Idag har jag nedanstående utgångspunkter för mitt arbete:

Systemteori komplexa system, som t.ex. en familj eller en arbetsplats, förstås orsak och verkan bäst cirkulärt. Allt hänger ihop och påverkar och påverkas av varandra. Människor förstås bäst utifrån hur de som individer (med förmågor och begränsningar) samspelar i sina olika livssammanhang. Kommunikationsteori Det är omöjligt att inte kommunicera. Sända och mottagna budskap är olika saker varför vikt behöver läggas på klargöranden och tydlighet. Reflekterande processer Tid och reflektion behövs för att inre och yttre dialoger ska kunna mötas och ny kunskap förvärvas. Salutogenes Betoning på utveckling av det friska och fungerande, snarare än eliminering av det dåliga och icke önskvärda även om det senare ibland behöver benämnas och hanteras. Lösningfokus Det är oftast mer givande att fokusera på önskade lösningar, mål och undantag från problem, än på orsaker och på var "felet" är. Äkthet, genuina möten och likvärdighet I och med mötet med Jesper Juul och Family-Lab lägger jag än större vikt vid att stötta självkänsla och personligt ansvar för att kunna upprätthålla kärleks- och meningsfulla relationer. Grunden är en ömsesidig känsla av lika värde och värdefullhet.