

Plan B-huskelisten

Trinnet *Empati*

Bestanddele/Mål:

Indsamle information om samt opnå en klar forståelse af barnets bekymring eller perspektiv på det pågældende uløste problem.

Ord:

Indledende forespørgsel (neutral observation):

”Jeg har bemærket at [indsæt uløst problem] ... hvordan kan det være?”

Bore efter information:

Indebærer normalt reflekterende lytning og at stille uddybende spørgsmål; at indsamle information om det uløste problems hvem, hvad, hvor og hvornår; og at spørge barnet hvad han/hun tænker midt i det uløste problem, samt hvorfor problemet opstår under nogle omstændigheder, men ikke under andre.

Mere hjælp:

Hvis du er usikker på, hvad du skal sige efterfølgende, hvis du vil have mere information, eller hvis du er forvirret over noget, barnet har sagt, sig da:

”Hvordan det?”

”Jeg er forvirret.”

”Jeg forstår ikke helt.”

”Kan du fortælle mig mere om det?”

”Lad mig tænke over det et øjeblik.”

Hvis barnet ikke taler eller siger

”Det ved jeg ikke,” forsøg da at finde ud af hvorfor:

Måske var det uløste problem ikke fri for udfordrende adfærd, ikke specifikt nok, ikke fri for voksenteorier, eller måske var det ”sammenklumpet” (frem for opdelt).

Måske bruger du den akutte Plan B (frem for den proaktive Plan B)

Måske bruger du Plan A.

Måske ved barnet det faktisk ikke.

Måske har barnet brug for, at problemet deles op i dets mindre bestanddele.

Måske har barnet brug for tid til at tænke.

Hvad du bør tænke:

”Hvad forstår jeg endnu ikke om barnets bekymring eller perspektiv? Hvad giver endnu ikke mening for mig? Hvad må jeg spørge om for at forstå det bedre?”

Lad være ...

At springe over trinnet *Empati*.

At antage, at du allerede ved, hvad barnets bekymring er, og betragte trinnet *Empati* som en ren formalitet.

At haste igennem trinnet *Empati*.

At forlade trinnet *Empati* før du har fået en fuld forståelse af barnets bekymring eller perspektiv.

At tale om løsninger endnu.



Trinnet *Definition af voksenbekymringer*

Bestanddele/Mål: Tage den anden parts (ofte den voksnes) bekymring i betragtning.	Ord: ”Sagen er den, at [indsæt voksenbekymring]” eller ”Jeg er bekymret for, at [indsæt voksenbekymring]”.	Mere hjælp: De fleste voksenbekymringer hører under en af disse to kategorier: Hvordan problemet påvirker barnet. Hvordan problemet påvirker andre.	Hvad du bør tænke: ”Har jeg været tydelig omkring mine bekymringer? Forstår barnet, hvad jeg har sagt?”	Lad være ... At begynde at tale om løsninger endnu. At prædike, dømmende, formane eller at være sarkastisk.
---	--	---	--	--

Trinnet *Invitation*

Bestanddele/Mål: Brainstorme løsninger, som er realistiske (det vil sige, at begge parter kan udføre det, de aftaler), og som tilfredsstiller begge parter (det vil sige, at løsningen virkelig adresserer begge parters bekymringer).	Ord: Gentag de bekymringer, som blev identificeret på de to første trin. Begyndes normalt med ”Jeg spekulerer på, om der er en måde ...”	Mere hjælp: Hold dig så tæt som muligt til de bekymringer, der blev identificeret på de to første trin. Selvom det er en god idé først at give barnet muligheden for at foreslå en løsning, er det en holdindsats at finde frem til en løsning. Det er en god idé at overveje chancerne for, om en given løsning faktisk virker. Hvis du mener, at der er mindre end 60-70 procent chance for, at den virker, bør du overveje, hvad der gør dig skeptisk ved den og tale om det. Dette trin ender altid med en aftale om at vende tilbage til Plan B, hvis den første løsning ikke fungerer på længere sigt.	Hvad du bør tænke: ”Har jeg opsummeret begge parters bekymringer på en præcis måde? Har vi reelt overvejet, hvorvidt begge parter kan gøre det, de har aftalt at gøre? Adresserer løsningen virkelig begge parters bekymringer? Hvad skønner jeg, at chancen, for at løsningen fungerer, er?”	Lad være ... At haste igennem dette trin. At begynde trinnet med forudbestemte ”geniale” løsninger. At godkende løsninger, som begge parter faktisk ikke er i stand til at udføre. At godkende løsninger, som faktisk ikke adresserer begge parters bekymringer
--	--	--	---	--

