

UNDER ETT SAMTAL

Samtalstekniker

Diskussionsfrågor

I samtal med barn kan man försöka stärka barnet genom att använda affirmationer samt bekräfta och avdramatisera barnets upplevelser, vilket är tekniker som syftar till att underlätta för barnet att prata om svåra ämnen.

Detta kan låta enkelt, men kan behöva lite träning för att det ska kännas bekvämt i en samtalssituation. Det finns också några nyanser i användandet av dessa samtalstekniker som kan vara bra att fundera över.

När det gäller affirmationer och bekräftelser kan det exempelvis vara bra att förhålla sig mer sakligt, det vill säga, underdriva känslor något snarare än att överdriva eller förstärka dem. Till exempel kan det vara lättare för ett barn att fortsätta berätta om den som lyssnar i relativt saklig ton konstaterar "du blev ledsen" istället för att själv bli tårögd och känslomässigt påverkad säga "åh, så fruktansvärt för dig!".

På samma sätt kan det vara bra att fundera över hur man sammanfattar det barnet säger utan att lägga till för mycket egna tolkningar av det som sagts.

1. Sammanfattningar

- Använder ni er av sammanfattningar i samtal med barn? Vilka erfarenheter har ni av det?
- Ge exempel på hur man kan sammanfatta barnets berättelse utan att lägga in för mycket egna tolkningar eller känslor.

2. Affirmera, bekräfta och avdramatisera

- Använder ni er av dessa tekniker i samtal med barn och vilka erfarenheter har ni av det?
- Hur brukar ni visa empati och bekräfta barnets känslor utan att era egna känslor tar över för mycket?
- Kan ni ge exempel på hur man kan affirmera och bekräfta ett barn på ett sakligt sätt, det vill säga, utan att överdriva känslor eller bidra till egna positiva eller negativa tolkningar?

3. Speglingar och reflektioner

- Använder ni er av dessa tekniker i samtal med barn?
Vilka erfarenheter har ni av det?
- Ge exempel på hur man kan använda sig av speglingar och reflektioner i ett samtal med barn.

4. Solfjädern, Barnkonventionen och Bra och dåliga hemligheter

- Använder ni er av dessa tekniker i samtal med barn och vilka erfarenheter har ni av det?
- Ge exempel på olika samtalssituationer där man kan använda sig av "Solfjädern" eller "Barnkonventionen".