

Denna bok handlar om det lösningsfokuserade förhållningssättet och dess unika verktyg för kommunikation genom fokus på möjligheter och lösningar. I grunden handlar ett lösningsfokuserat förhållningssätt om att identifiera och kommunicera möjligheter, och att förstärka dessa. Möjligheter inger hopp och väcker den energi som krävs för att ta itu med det hårda arbetet att besegra problem och skapa förändring.

Boken riktar sig till alla som vill ha insikt i lösningsfokuserat förhållningssätt, och hur man kan använda det i sin professionella yrkesutövning, t.ex. inom olika typer av klient/patientarbete och i arbetsledande positioner.

Jag förmedlar mina tankar om lösningsfokuserat förhållningssätt varvat med exempel från min praktik. Bokens struktur följer min baskurs om lösningsfokuserat förhållningssätt.

Min förhoppning är att boken ska vara till stöd för läsaren att finna och utveckla sitt lösningsfokuserade förhållningssätt, och att införliva det i sitt yrkesutövande.

Aviva Suskin-Holmqvist

Aviva är legitimerad psykolog och legitimerad familjeterapeut med statlig handledarkompetens. Hon har många års erfarenhet av arbete som samtalsterapeut, handledare och utbildare. Via HILiT AB arbetar Aviva med olika organisationer och företag.



ISBN 978-91-633-8131-7

Konsten att vara lösningsfokuserad pessimist

Aviva Suskin-Holmqvist

