



**Gerard Egan**

**Skilled helper**

Øyvind Laundal

## Innhold

- Teoretisk grunnlag
- Mål og verdier
- Struktur og oppbygging
- Fase I
- Fase II
- Fase III
- Handling og gjennomføring

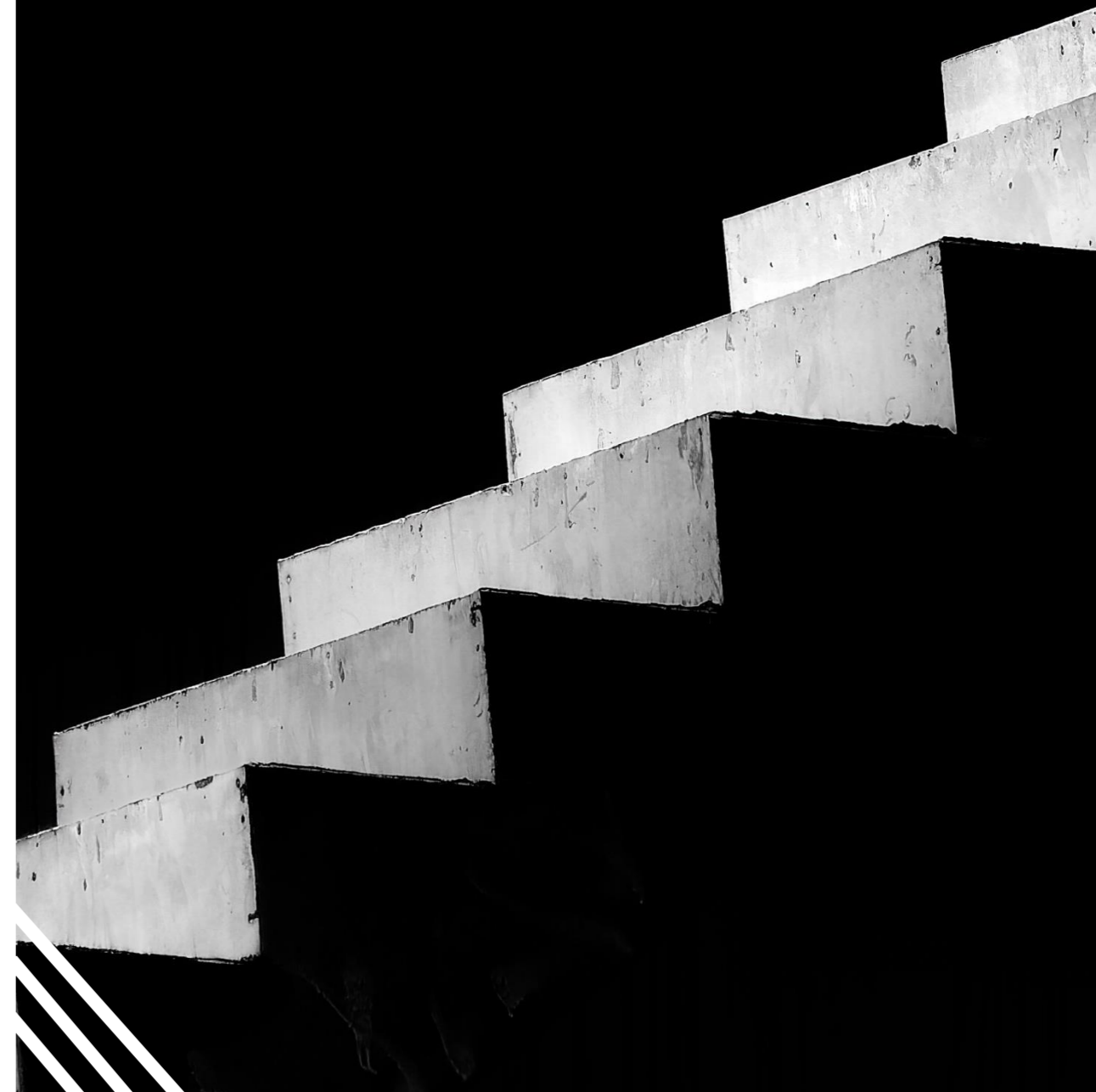
## Læringsutbytte

- Gjøre rede for hovedtrekkene i Gerard Egans Skilled Helper-modell og den teoretiske forankringen.
- Forklare hvordan modellen integrerer humanistiske, kognitive og løsningsfokuserede perspektiver i rådgivning.
- Beskrive de tre fasene i modellen og hvordan de henger sammen i et helhetlig handlingsforløp.
- Anvende sentrale ferdigheter i de ulike fasene, fra utforskning av nåsituasjon til planlegging og gjennomføring av handling.
- Reflektere over betydningen av relasjon, leverage og kontinuerlig handling i arbeidet med endring og mestring.

# Teoretisk grunnlag og kompetanse

---

- Humanistisk fundament
- Fokus på styrker
- Integrert tilnærming
- Fleksibel og presis kompetanse

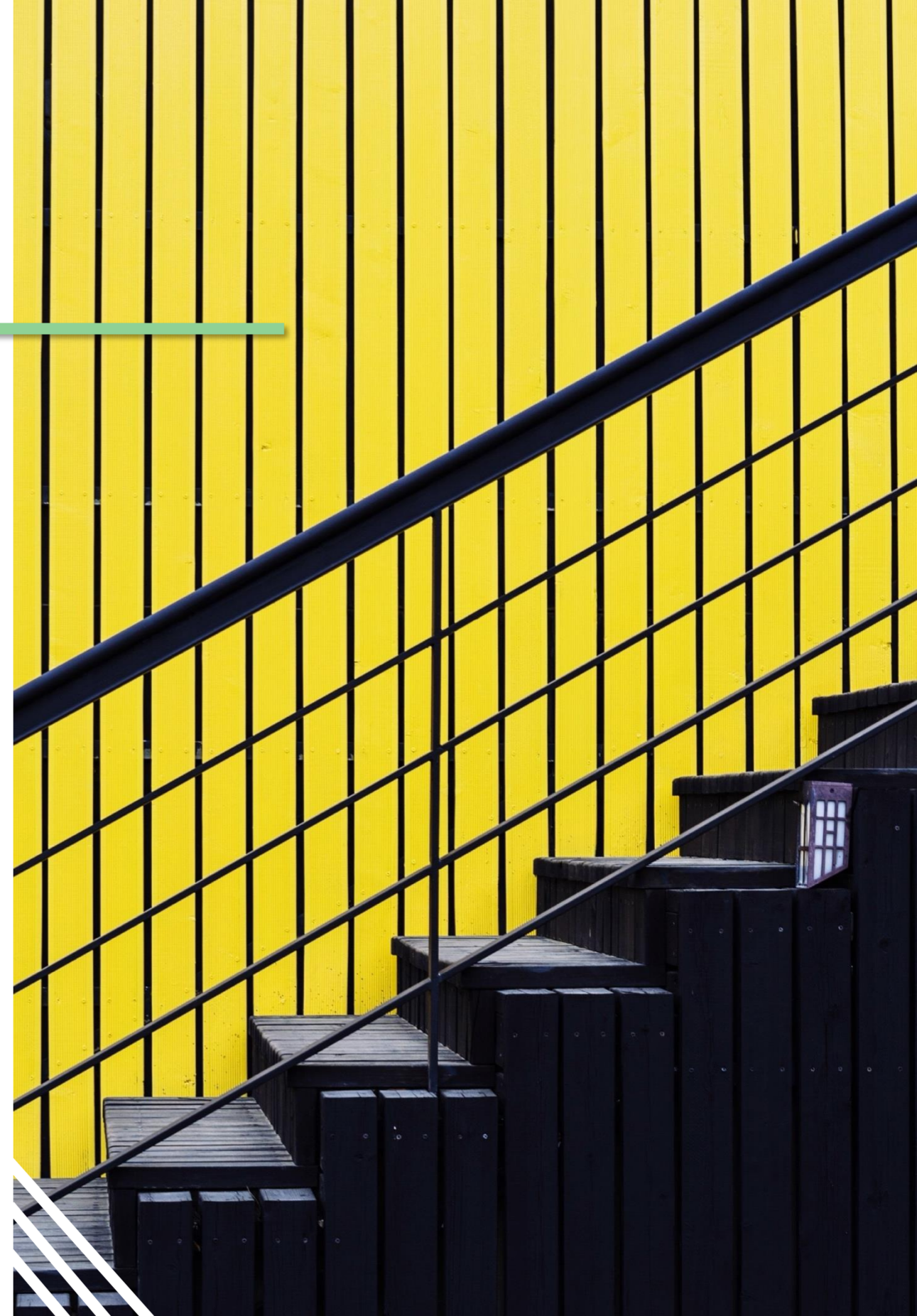


# Mål og verdier

# Mål

---

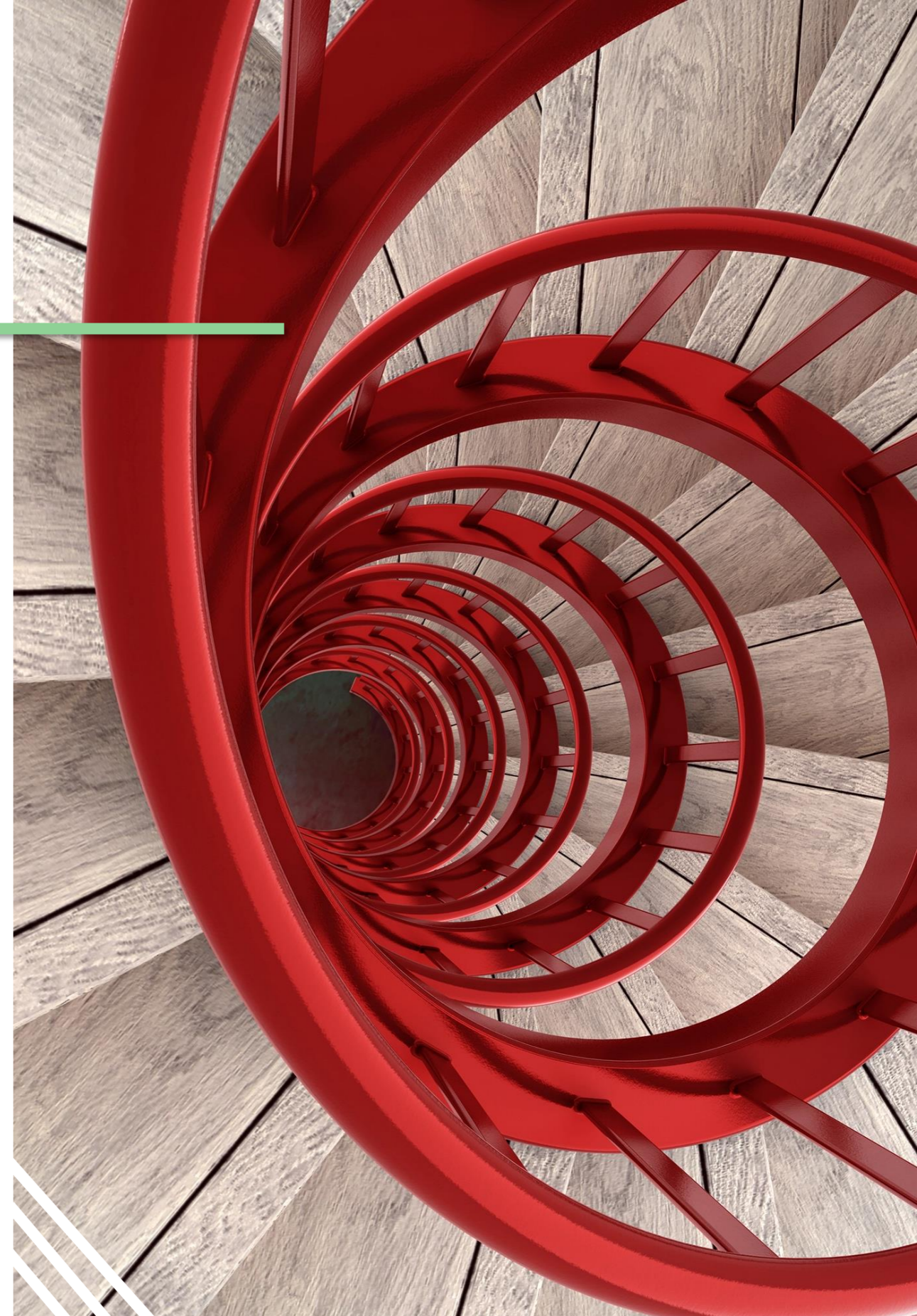
- Livskvalitet
- Selv-hjelp
- Forebygging
- Vekst og endring



# Rådgiverrollen og verdigrunnlag

---

- Rådsøkers egne løsninger
- Dialog og støtte
- Respekt og anerkjennelse
- Risiko og ansvar



# **Struktur og oppbygning**

# Struktur og oppbygning

- Flere faser og steg
- Relasjon som forutsetning
- Humanistisk → kognitiv retning
- «Action arrow» – mot handling
- Helhetlig handlingskontinuum

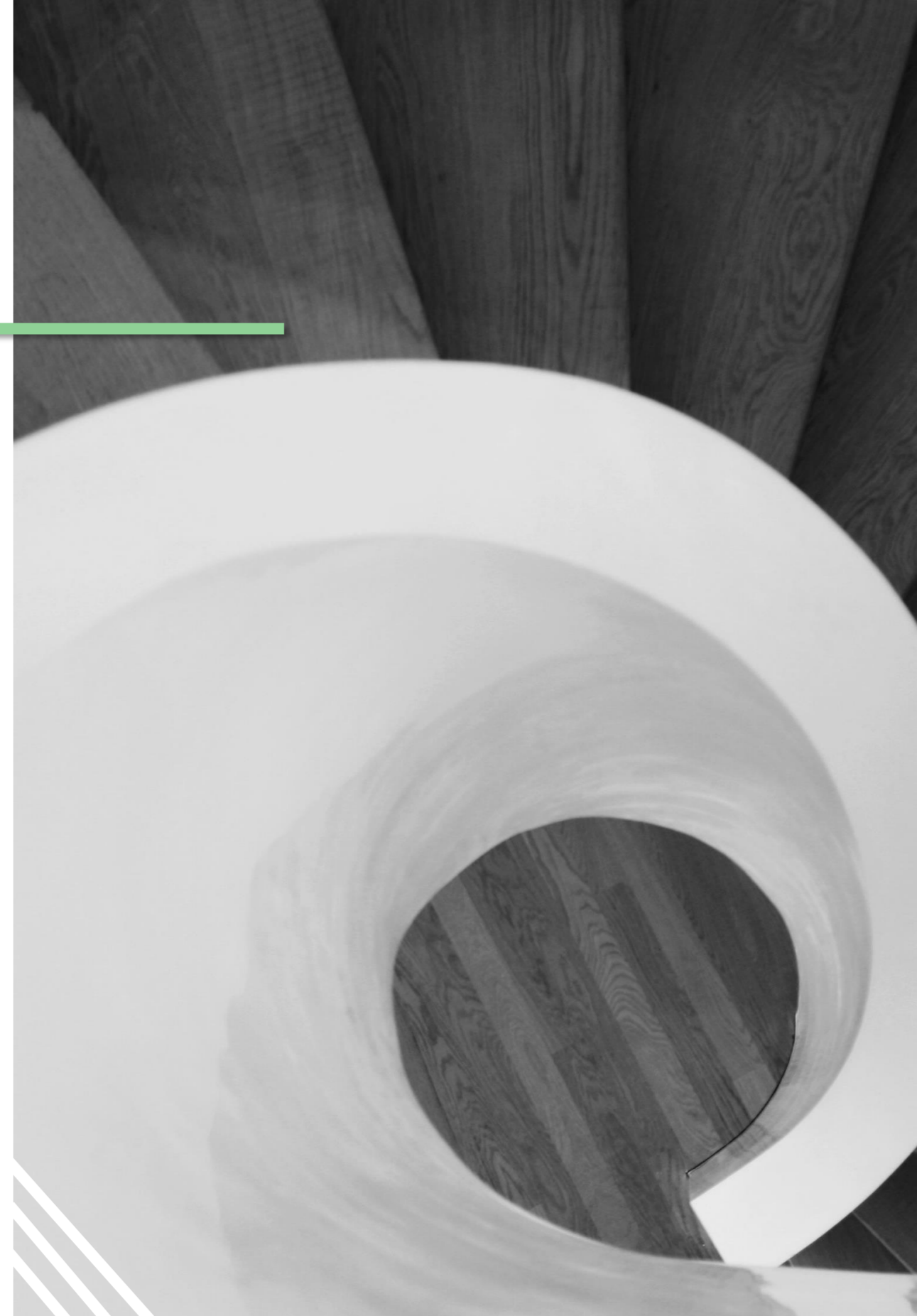


**fase I**

# Nåsituasjonen

---

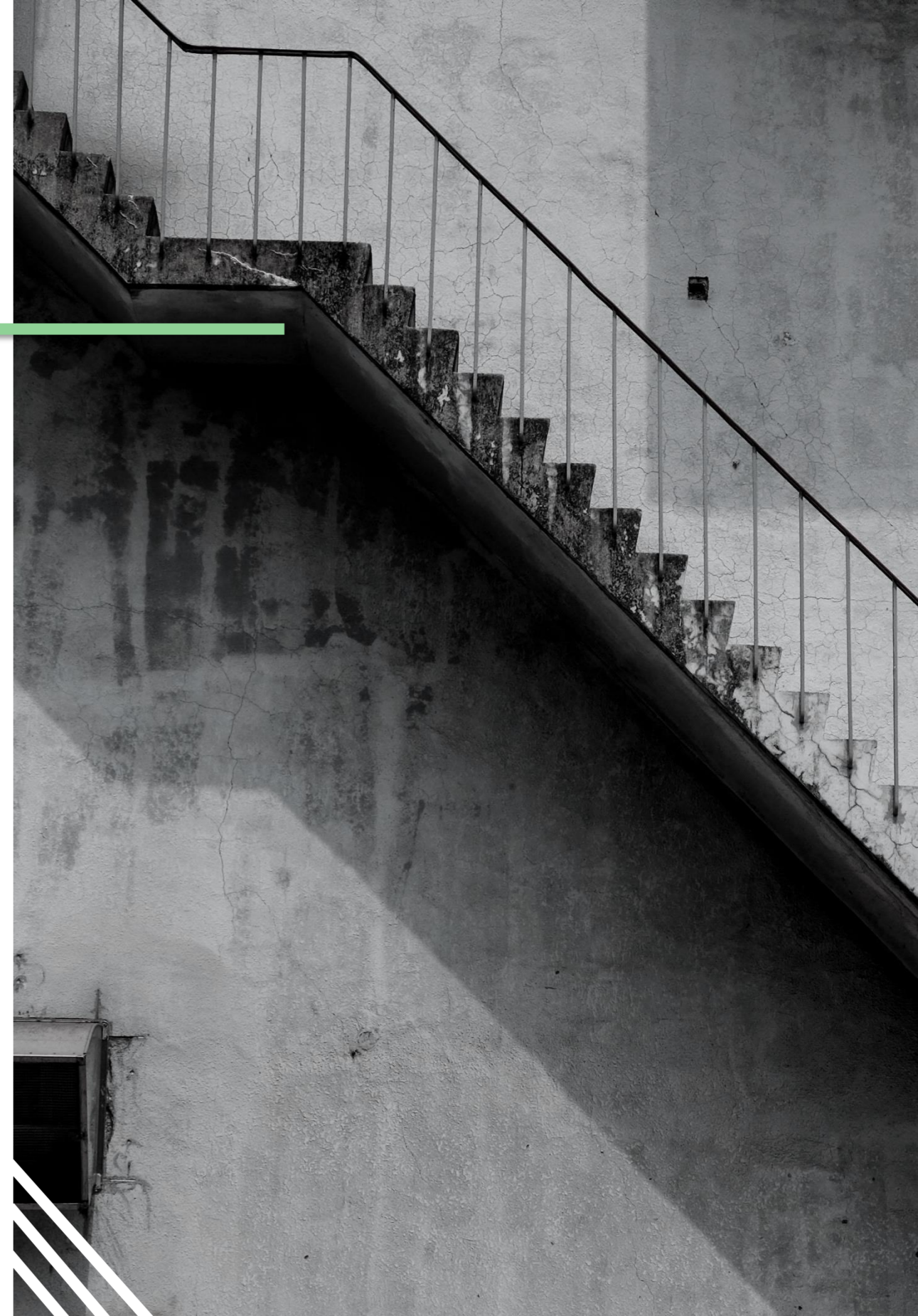
- Klargjøre hovedutfordringer
- Bygge relasjon og allianse
- Utforskning og tillit
- Oversikt over problembildet



# Steg 1 – Historien

---

- Rådsøkerens fortelling
- Eget perspektiv
- Anerkjennelse av erfaringer
- Relasjonsbygging



## Steg 2 – Blinde flekker

- Det usagte
- Nye perspektiver
- Åpne, utforskende spørsmål
- Oppdage mønstre



## Steg 3 – Vekting

---

- Prioritere fokusområder
- Endringspotensial
- Realistiske valg
- Rådsøkers eierskap



# Ferdigheter i fase 1 – Utforske

- «Hva skjer nå?» – kartlegging
- Problemer vs. ubrukt potensial
- Aktiv lytting, refleksjon, fokusering
- Blindsoner og konstruktiv utfordring
- SOLER og kjernebetingelsene



**fase II**

# Ønsket situasjon

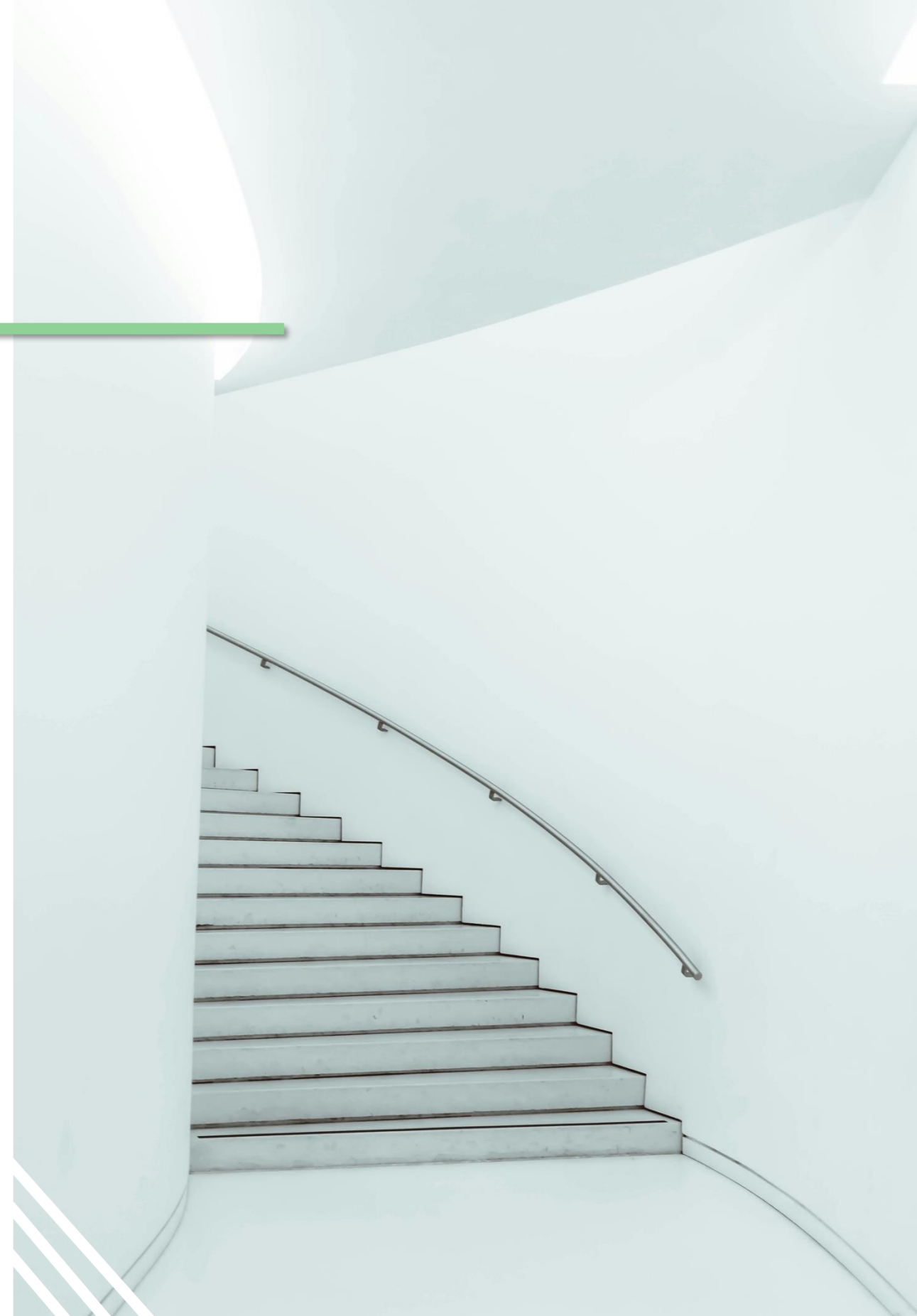
---

- Fra problem → ønsket fremtid
- Meningsfull og realistisk retning
- Håp, eierskap, motivasjon
- Indre og ytre drivkrefter

# Steg 1 – Muligheter

---

- Utforske ønsket fremtid
- Løfte blikket fra problemet
- Identifisere ressurser
- Åpne for håp og retning



## Steg 2 – Løsningsagenda

- Konkretisere mål
- Fra retning → handling
- Realistisk og motiverende
- Rådsøker eier målet



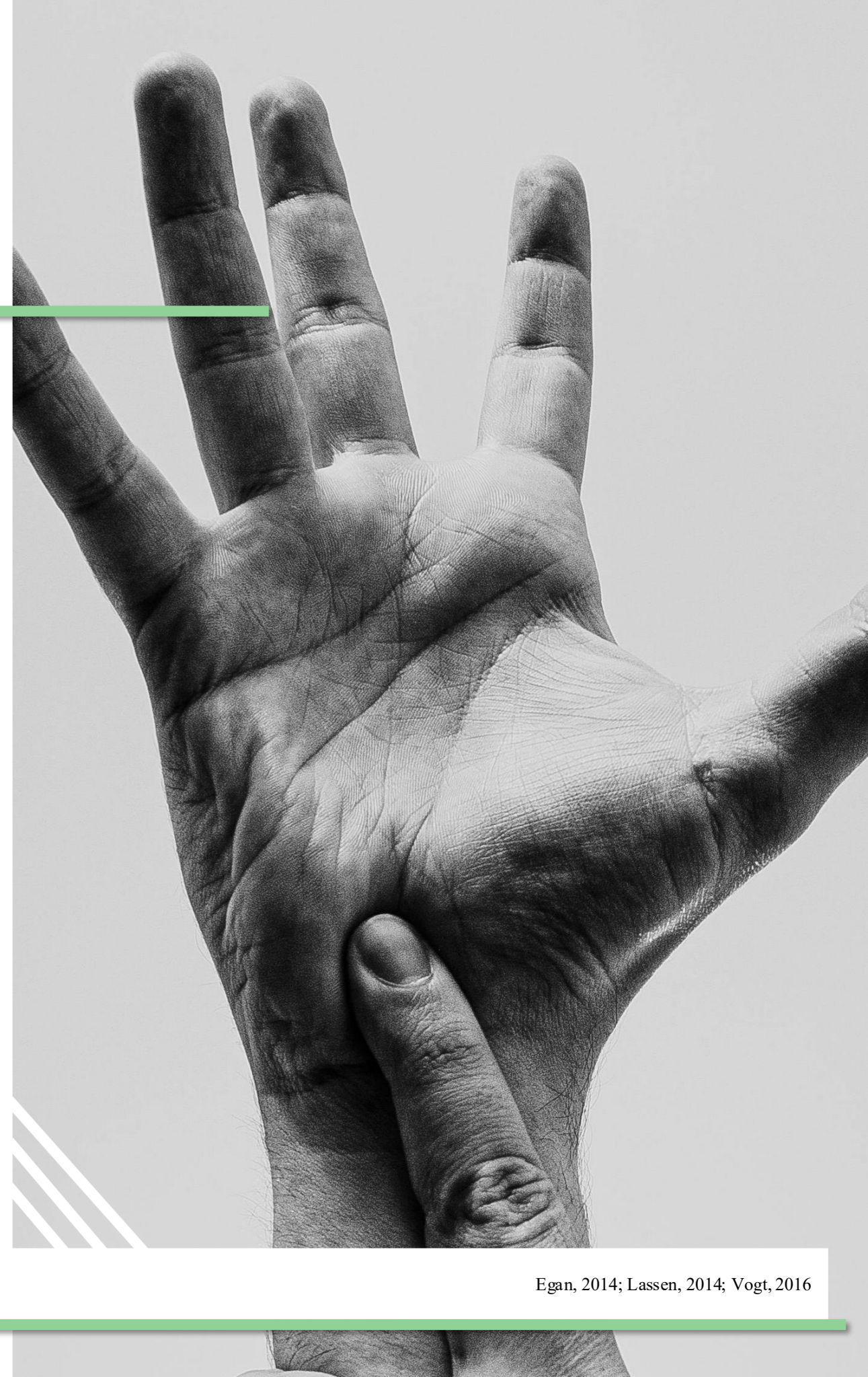
## Steg 3 – Forpliktelse

- Styrke motivasjon
- Fra intensjon → handling
- Tydelige og tidfestede tiltak
- «Hva er du villig til å gjøre?»



# Ferdigheter i fase 2 – Utforske

- Koble utfordringer til retning
- Utvide perspektiver
- Konkretisere mål (SMART)
- Skape håp og eierskap

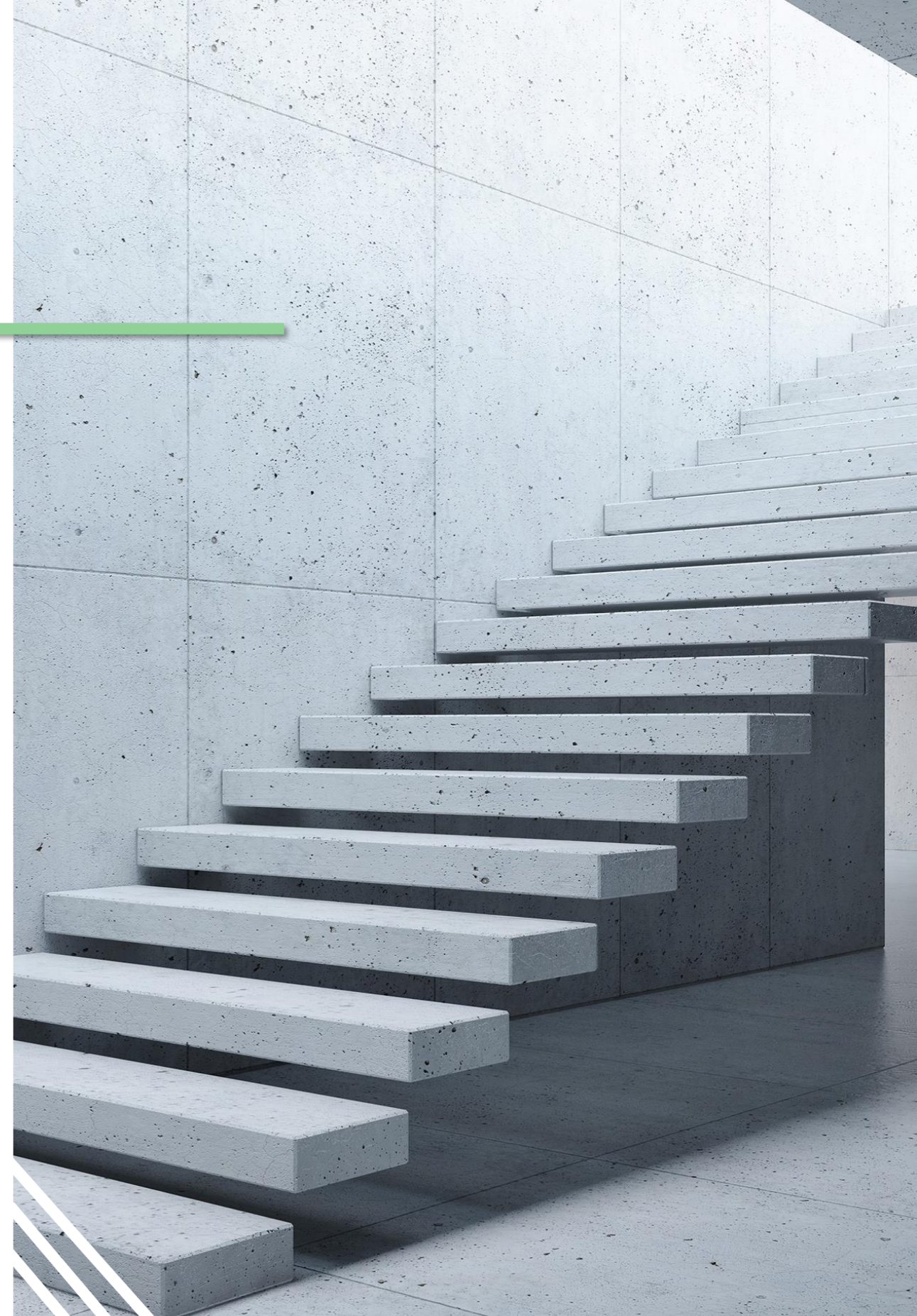


**fase III**

# Planlegge og handle

---

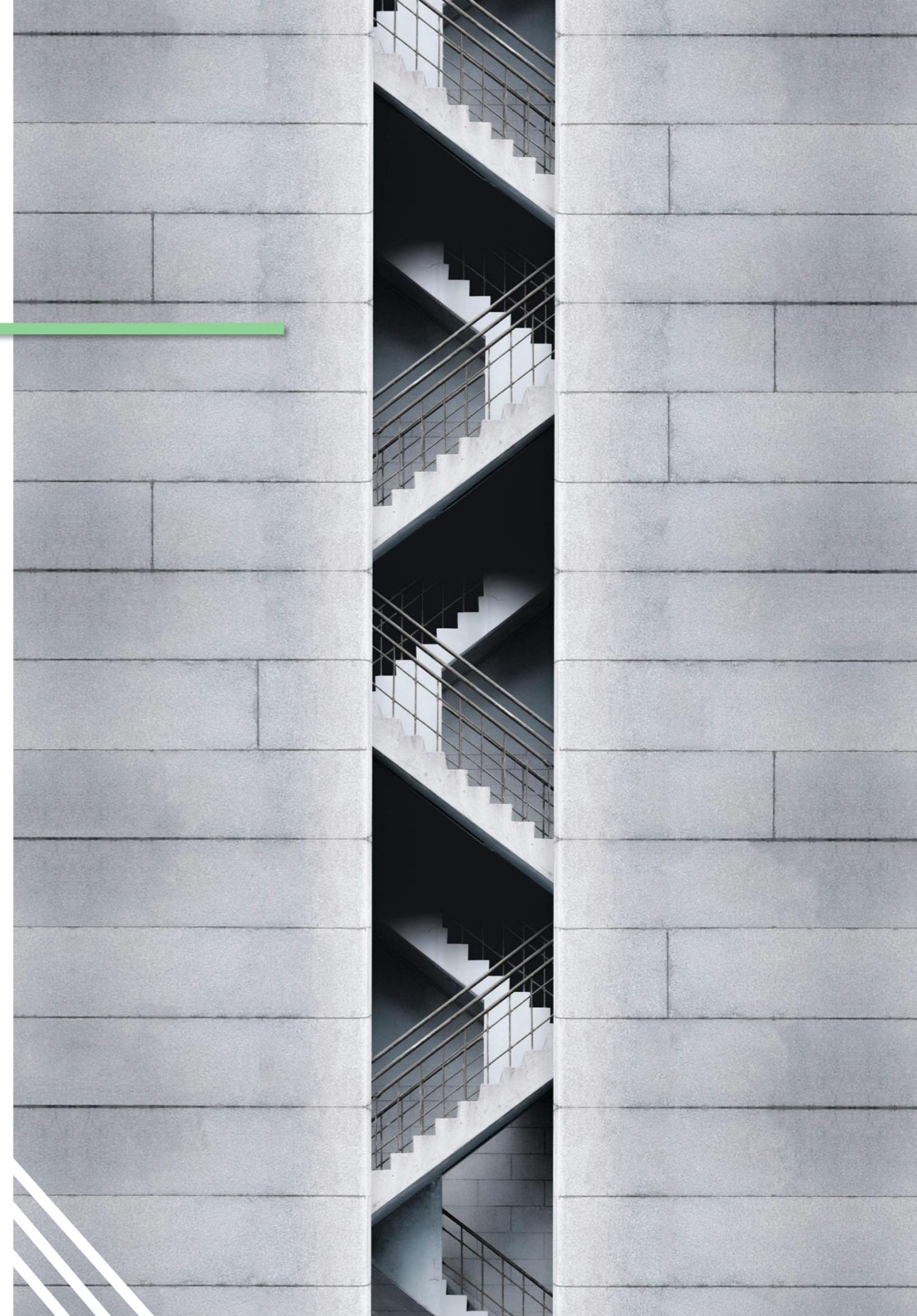
- Fra refleksjon til handling
- Strategier og valg
- Konkret handlingsforløp
- Synlig endring



# Steg 1 – Potensiell handling

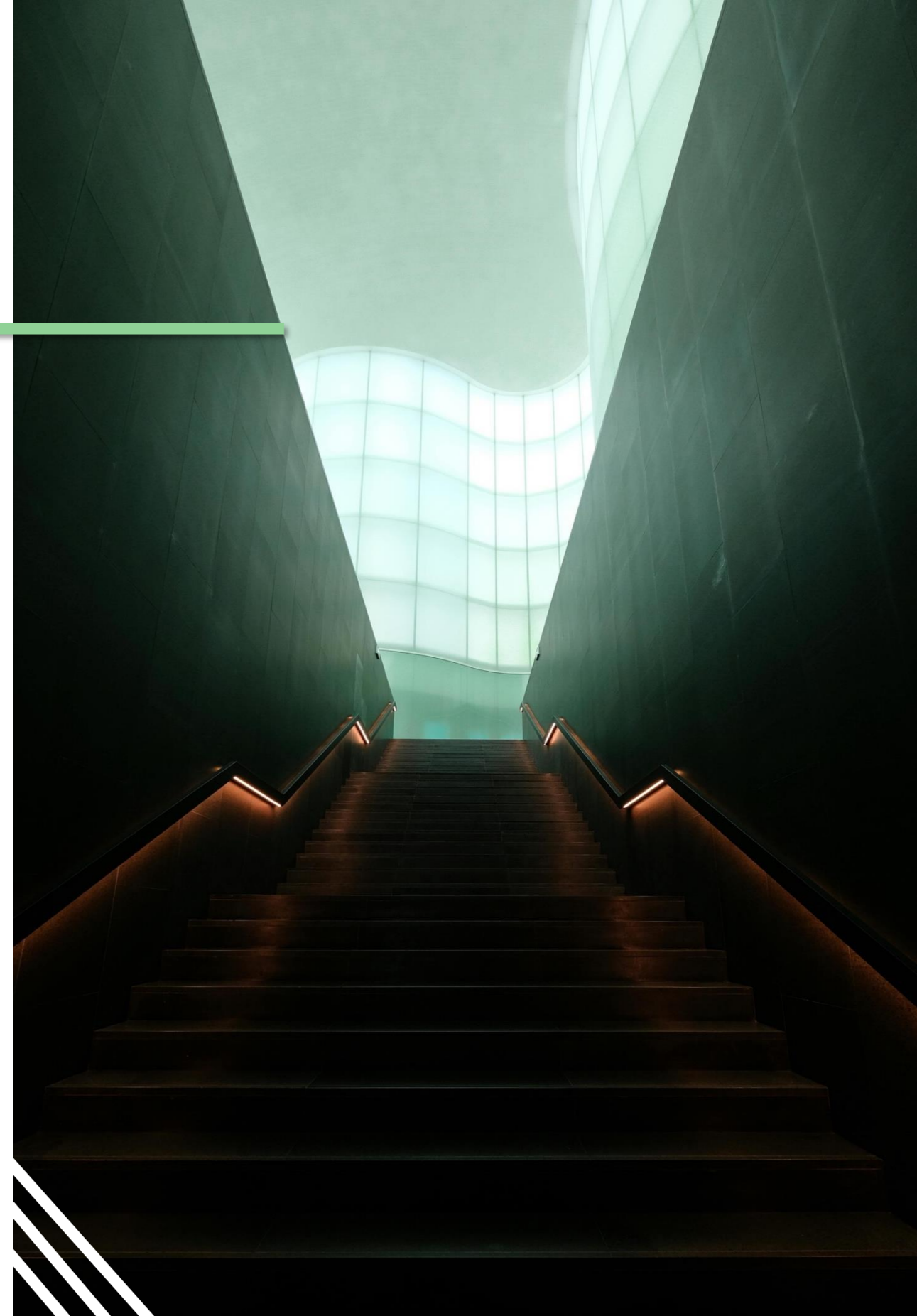
---

- Utvide handlingsrom
- Flere veivalg
- Verdier og ressurser
- Kreativ problemløsning



## **Steg 2 – Best egnet strategi**

- Realistiske valg
- Mestring og selvstendighet
- Tilpasset støtte
- Retning mot avslutning



## Steg 3 – Plan

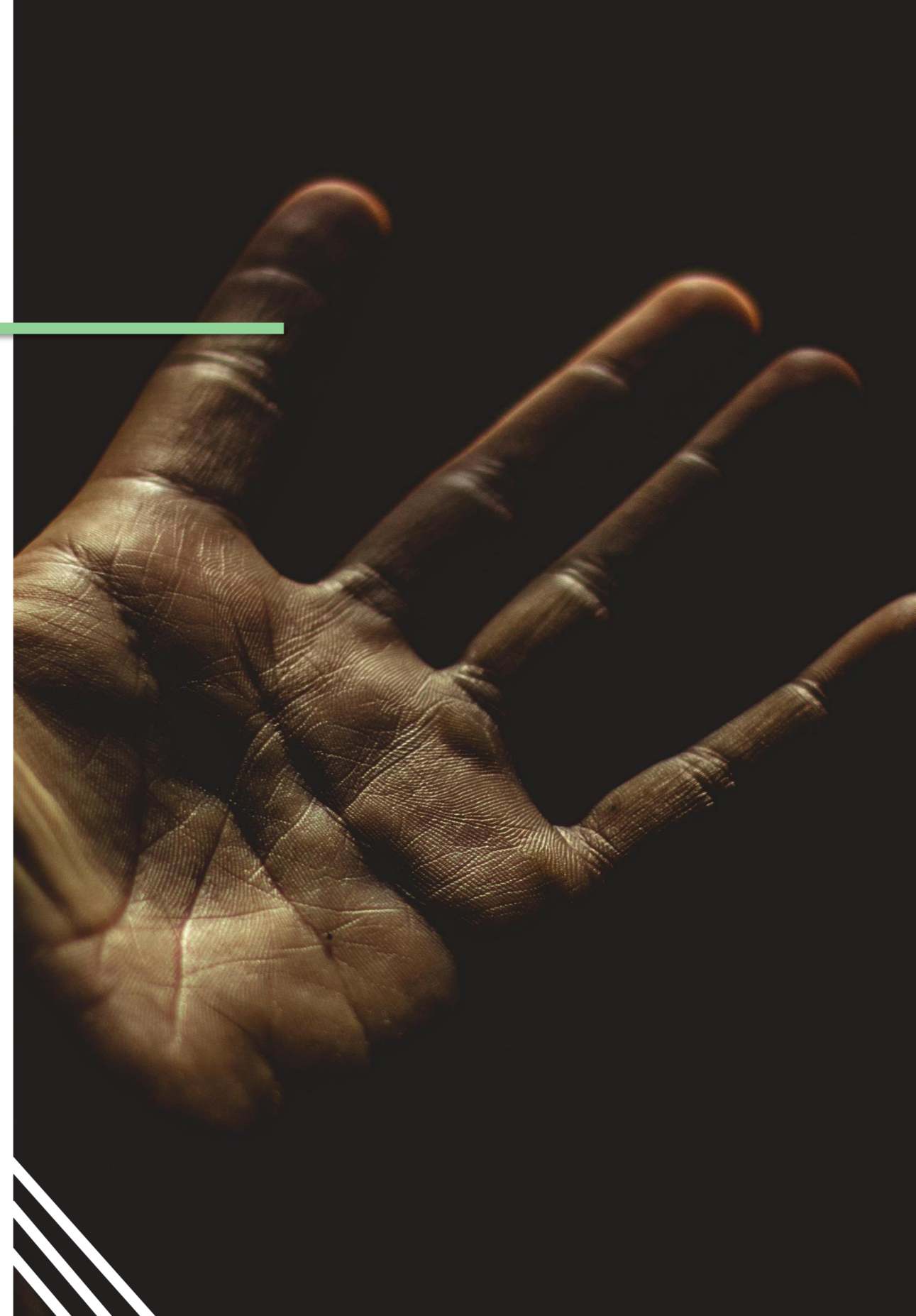
---

- Konkret handlingsplan
- Tydelige steg og tidsrammer
- Forebygge hindringer
- Fleksibel justering

# Ferdigheter i fase 3 – Strategier for handling

---

- Fra innsikt til handling
- Idémyldring og problemløsning
- Valg og konsekvensvurdering
- Konkret plan og evaluering
- Økt selvstendighet

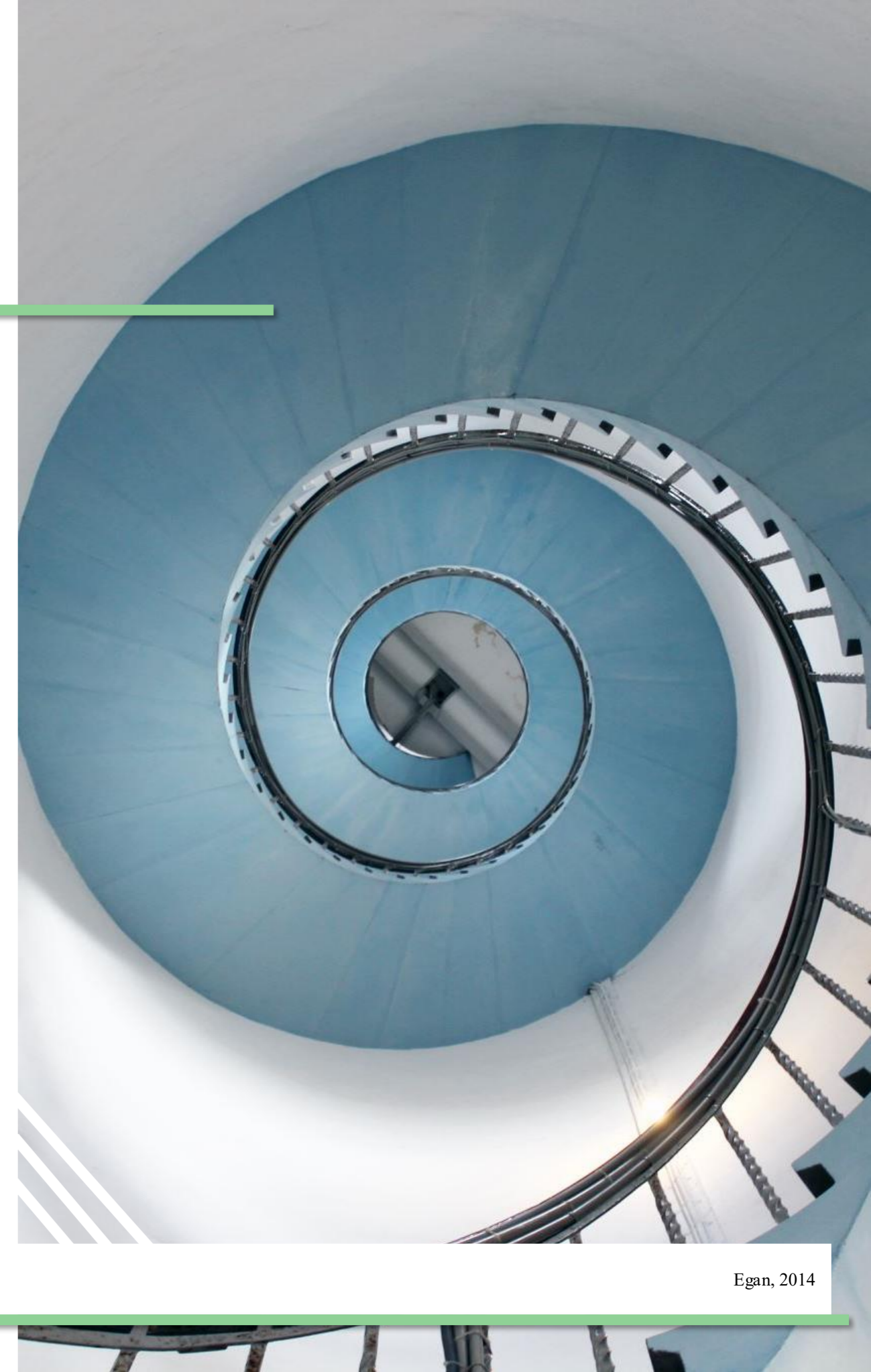


# Handling og gjennomføring

# Handling som gjennomgående dimensjon

---

- Kontinuerlig bevegelse
- *The action arrow*
- Leverage og små steg
- Mål, motivasjon og plan
- «Hvordan få det til?»



# Referanseliste

---

Egan, G. (2014). *The skilled helper: A client-centred approach* (10. utg.). Cengage Learning.

Kversøy, K. S., & Hartviksen, M. (2018). *Samarbeid og konflikt: To sider av samme sak: SØT-modellen* (2. utg.). Fagbokforlaget.

Lassen, L. M. (2014). *Rådgivning: Kunsten å hjelpe og sikre vekstfremmende prosesser* (2. utg.). Universitetsforlaget.

Vogt, A. (2016). *Rådgivning i skole og barnehage—Mange muligheter for hjelp til barn og unge*. Cappelen Damm akademisk.