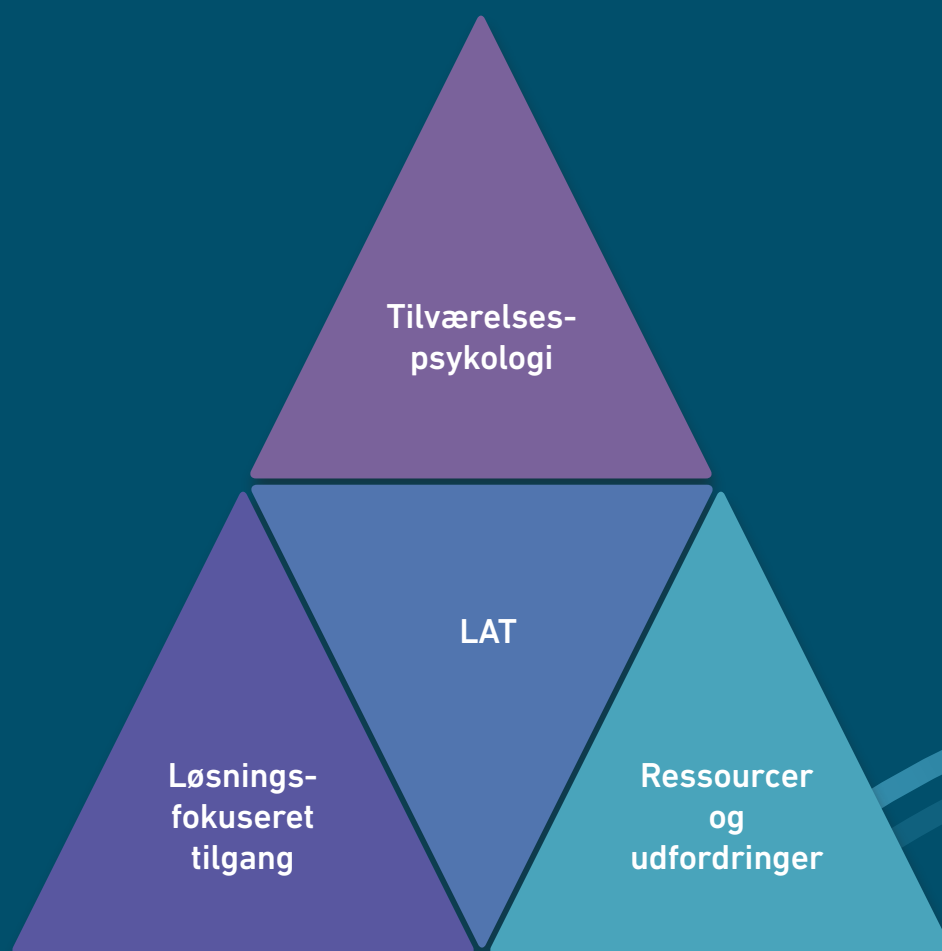


Vejledning om LAT-metoden; Løsningsfokuseret Arbejde med Tilværelseskompetencer

Mindset og metode for mentor- og forældrecoachindsatsen – 2020



Nationalt Center for
Forebyggelse af Ekstremisme

Indhold

INDLEDNING	4
1. INTRODUKTION TIL FOREBYGGELSE AF EKSTREMISME I EN DANSK KONTEKST	5
1.1 MENTOR- OG FORÆLDRECOACHINDSATSEN SOM EN FOREBYGGENDE INDSATS	7
1.2 HVAD SIGER FORSKNINGEN?.....	8
2. TEORIEN BAG LAT-METODEN	10
2.1 BRUGEN AF LAT-METODEN I ET FORLØB MED EN BORGER.....	12
2.2 REDSKABER, DER UNDERSTØTTER MENTOR OG FORÆLDRECOACH I ARBEJDET MED LAT-METODEN.....	13
3. METODISKE GRUNDPILLER I LAT-METODEN	15
3.1 TILVÆRELSESPSYKOLOGIEN.....	15
3.2 LØSNINGSFOKUSERET TILGANG.....	16
3.3 SIGNS OF SAFETY®.....	17

Indledning

Denne vejledning beskriver mindsettet og metoden for arbejdet i det landsdækkende korps af mentorer og forældrecoaches til forebyggelse af ekstremisme.

Vejledningen indeholder derfor en teoretisk og metodisk indføring i de grundlæggende tilgange, som metoden *Løsningsfokuseret Arbejde med Tilværelseskompetencer*; også kaldet LAT-metoden, består af. Der gives ligeledes en kort præsentation af de fire redskaber, som skal understøtte mentorer og forældrecoaches i deres forløb med borgere.

Først indledes med en kort præsentation af forebyggelse af ekstremisme i Danmark med det formål at rammesætte det landsdækkende korps af mentorer og forældrecoaches i den nationale forebyggelsesindsats mod ekstremisme.

Læs mere i de øvrige delpublikationer



Dette dokument er én ud af seks vejledninger, som til sammen udgør den understøttende formidling til det landsdækkende korps af mentorer og forældrecoaches til forebyggelse af ekstremisme.

Den samlede formidlingspakke består af:

- **Delvejledning 1: Vejledning om LAT-metoden; Løsningsfokuseret Arbejde med Tilværelseskompetencer - Mindset og metode for mentor- og forældrecoachindsatsen**
- **Delvejledning 2:** Vejledning til mentorer i brug af metoden Løsningsfokuseret Arbejde med Tilværelseskompetencer.
- **Delvejledning 3:** Vejledning til forældrecoaches i brug af metoden Løsningsfokuseret Arbejde med Tilværelseskompetencer.
- **Delvejledning 4:** Vejledning til koordinatore i det landsdækkende korps af mentorer og forældrecoaches.
- **Delvejledning 5:** Implementeringsvejledning til kommuner om opstart og implementering af lokal mentor- og forældrecoachindsats.
- **Delvejledning 6:** Information til de unge som indgår i et mentorforløb.

I vejledningen anvendes følgende ikon:



1. VÆRKTØJER



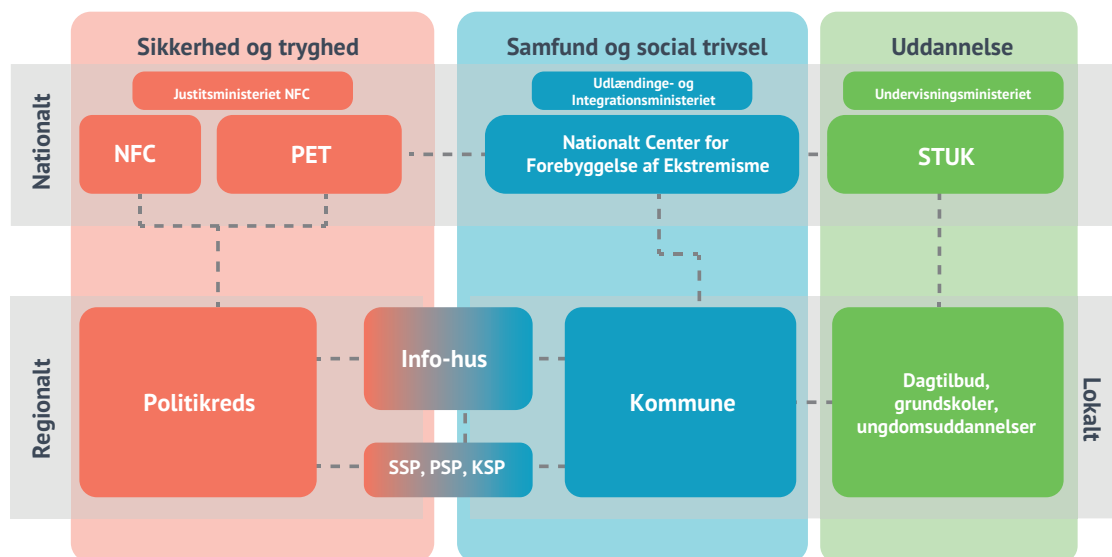
2. VIDEN

1 Introduktion til forebyggelse af ekstremisme i en dansk kontekst

Den danske tilgang til at forebygge ekstremisme tager udgangspunkt i, at ekstremisme har mange forskellige negative konsekvenser. Ikke alene forårsager ekstremisme terrorhandlinger, vold, trusler, hærværk og andre hadmotiverede forbrydelser; ekstremisme kan også skade menneskers sociale trivsel og demokratiske dannelse. Derfor er der flere forskellige lovgivninger, som forpligter myndighederne og begrundet en forebyggende indsats:

- Straffeloven og anden lovgivning på justitsområdet skal hindre terror og andre ulovlige handlinger.
- Den sociale lovgivning skal sikre borgernes trivsel, udvikling og selvstændighed.
- Skole- og uddannelseslovgivning skal sikre trygge undervisningsmiljøer og dannelse af eleverne til et samfund med frihed og folkestyre.

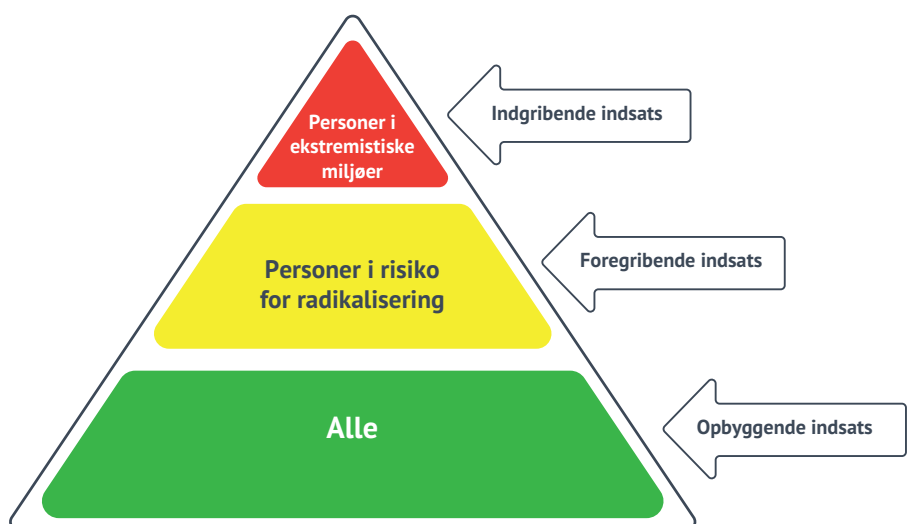
Disse forskellige lovgivninger og begrundelser for at forebygge indebærer et bredt tværsektorielt samarbejde mellem forskellige myndigheder, både på lokalt, regionalt og nationalt plan.



Den samlede forebyggelsesindsats kan illustreres med forebyggelsestrekantens tre niveauer: Det opbyggende, det foregribende og det indgribende.

Den tidlige forebyggelse sker gennem brede **opbyggende indsats** i dagtilbud, skoler, på ungdomsuddannelser, i familien og blandt civile aktører som foreninger og klubber. De brede opbyggende indsats er med til at ruste børn og unge med demokratiske, kritiske og sociale kompetencer, som skaber modstandskraft over for udvikling af risikoadfærd. De danske kommuner spiller en central rolle i denne indsats.

De foregribende indsats skal dæmme op for risikoadfærd, inden den udvikler sig i mere alvorlig retning.



De foregribende indsatser kan fx være en del af relationsarbejdet i institutioner, skoler og gadeplansindsatser i udsatte boligområder. Endvidere arbejder infohusene, de lokale kriminalpræventive samarbejder mellem kommunerne, politiet m.fl., for at forebygge ekstremisme. Infohusene bygger på SSP-samarbejdet og omfatter på det lokale niveau dels *infohus netværk*, hvor politi, kommuner og andre aktører kan drøfte bekymrende tendenser, dels *infohus kommune*, hvor bekymringer om enkeltpersoner kan drøftes indenfor retsplejelovens rammer. På baggrund af infohusets anbefalinger kan der, hvor der er behov, gives støttetilbud tilpasset den enkeltes behov, risici og ressourcer, som kan hjælpe personen til at gøre sig fri af risikoadfærd. Det kan fx være mentorstøtte eller andre former for sociale, sundhedsmæssige eller uddannelses- og beskæftigelsesrettede indsatser.

De indgribende indsatser er indsatser over for personer, som har begået kriminelle handlinger med ekstremistisk motiv, eller som vurderes at være i overhængende risiko for at gøre det. Disse indsatser varetages af PET, politiet og kriminalforsorgen, men der kan ofte også være brug for en social eller beskæftigelsesrettet indsats, hvilket kommunen skal varetage i samarbejde med de øvrige aktører.

Der kan læses mere om forebyggelse af ekstremisme i Danmark på stopekstremisme.dk

Viden



Ekstremisme og radikalisering

Ekstremisme betegner personer eller grupper, som begår eller søger at legitimere vold eller andre ulovlige handlinger med henvisning til samfundsforhold, de er utilfredse med. Betegnelsen omfatter blandt andet venstreekstremisme, højreekstremisme og militant islamisme.

Ekstremistiske miljøer og ideer er ofte karakteriseret ved:

- Manglende respekt for andre menneskers frihed og rettigheder
- Manglende respekt for institutioner og beslutningsprocesser i det repræsentative demokrati
- Forenklede verdensopfattelser og fjendebilleder, hvor bestemte grupper eller samfundsforhold ses som truende
- En lukkethed omkring miljøet eller gruppen, som skaber et stadigt mere udtalt opfattet modsætningsforhold mellem 'os' i miljøet eller gruppen og 'dem', de forestillede fjender – ofte stort set alle uden for miljøet
- Ønsket om at skabe et mere 'ordnet', 'rent' eller 'retfærdigt' samfund

Radikalisering betegner en kortere eller længerevarende proces, hvor en person tilslutter sig ekstremistiske synspunkter eller legitimerer sine handlinger efter ekstremistisk ideologi.

Radikaliseringsprocesser er meget forskellige hos de enkelte personer, det drejer sig om, men de er ofte karakteriseret ved et eller flere af disse punkter:

- Processen kan ske gradvist eller mere pludseligt – i visse tilfælde i forbindelse med en væsentlig livsbegivenhed
- I mange tilfælde sker der en intensiv socialisering, bearbejdning og gradvis skarpere retorik i lukkede grupper samt – i de seneste år – også en mere åben påvirkning via sociale medier
- Personen kan tage afstand fra familie, venner, fritidsaktiviteter og andre sociale fællesskaber uden for det ekstreme miljø
- Der kan ske en 'dehumanisering', hvor dem, man opfatter som fjender, ikke ses som mennesker længere, hvilket igen kan være med til at legitimere voldshandlinger.

Kilde: Nationalt Center for Forebyggelse af Ekstremisme, stopekstremisme.dk.

1.1 Mentor- og forældrecoachindsatsen som en forebyggende indsats

Nationalt Center for Forebyggelse af Ekstremisme har siden 2015 uddannet mentorer og forældrecoaches over hele landet. Formålet er at have en forebyggende og understøttende indsats i den kommunale praksis, over for personer, hvor der er en bekymring i relation til ekstremisme, og hvor personen gennem forløbet opnår et bedre greb om egen og fælles tilværelse, knyttet til både sociale, sundhedsmæssige og andre problemstillinger. Det kan også dreje sig om forældrecoachforløb, hvor forældrecoachen enten støtter forælderen eller den pårørende i at opnå et bedre greb om tilværelsen, eller understøtter en ung med at få bedre greb om tilværelsen gennem samarbejdet med forældrene.

Mentor- og forældrecoachindsatsen er således målrettet personer som:

- Færdes i et ekstremistisk miljø
- Viser konkrete bekymringstegn på radikalisering
- Udviser sårbarhed – psykisk/ og eller socialt – over for tiltrækningen til ekstremistiske miljøer og/ eller ideologier
- Deres forældre/ pårørende.

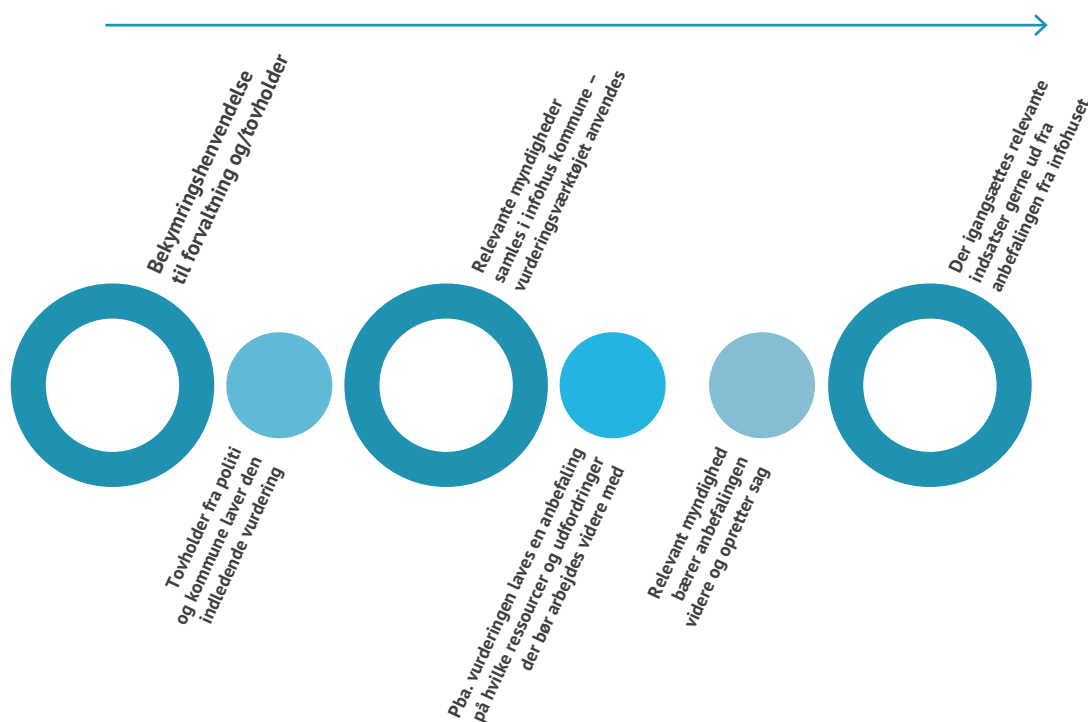
Formålet med at have lokale, kommunalt forankrede mentorer og forældrecoaches er at understøtte den håndholdte indsats i den kommunale kontekst. LAT-metoden er udviklet med et universelt formål for øje, hvorfor mentorer og forældrecoaches dels uddannes i at arbejde med sårbare borgere generelt, og dels har særlige kompetencer til at indgå i kortere eller længerevarende forløb med personer, der færdes i ekstremistiske miljøer eller viser bekymringstegn på involvering i ekstremisme.

Mentor- og forældrecoachindsatsen igangsættes oftest efter, at der er foretaget en omfattende udredning af den borger, som udviser bekymrende adfærd. Udredningen er i de fleste tilfælde foretaget gennem infohus kommune, hvor infohuset anvender et vurderingsværktøj til analyse af borgeren. Værktøjet er udviklet specielt til samarbejdet i infohus kommune og skal sikre en grundig faglig analyse og en ensartet systematik på tværs af kommuner og politikredse.

Værktøjet består af fire redskaber, der guider praktikerne igennem tre essentielle trin:

1. modtagelse og beskrivelse af bekymring,
2. analyse af personens situation, og
3. helhedsvurdering og anbefaling¹.

Først efter den grundige faglige analyse af borgeren, igangsættes mentor- og forældrecoachindsats af myndighedssagsbehandlere i kommunen, hvis det vurderes relevant, at en sådan indsats vil være til gavn for pågældende borger. Det er illustreret i figuren nedenfor.



1. Læs mere her: <https://stopekstremisme.dk/tilbud-og-vaerktojer/vurderingsvaerktoj>.

Den kommunale forpligtigelse til at forebygge ekstremisme ved blandt andet en mentor- og forældrecoachindsats beror på kommunens eksisterende lovgivning, særligt i Lov om Social Service (serviceloven – SEL) og i Lov om Aktiv Beskæftigelse (LAB).

Kommunerne har efter SEL § 146 et ansvar for at føre tilsyn med de forhold, hvorunder børn og unge under 18 år samt vordende forældre lever i kommunen. Dette tilsyn skal ske på en sådan måde, at kommunen så tidligt som muligt kan få kendskab til tilfælde, hvor der må antages at være behov for særlig støtte til et barn eller en ung under 18 år, eller hvor det må antages, at der kan opstå et behov for særlig støtte til et barn umiddelbart efter fødslen. Dette ansvar for børns og unges udvikling og trivsel indbefatter også den tidlige forebyggelse af sociale problemer, og herunder vil børn og unge, der er i risiko for at blive rekrutteret til et ekstremistisk miljø, oplever negative konsekvenser ved ekstremisme eller er hjemvendt fra udrejse til en konfliktzone, ofte også være i målgruppen for særlig støtte efter SELs regler. Det skal dog understreges, at der altid skal foretages en konkret og individuel vurdering af om bekymringen for et barn eller en ung er tilstrækkelig til at iværksætte sociale foranstaltninger efter SEL.

Tilsvarende for borgere over 18 år indgår forebyggelsen af ekstremisme i det socialfaglige og kriminalpræventive arbejde samt i de beskæftigelses rettede tilbud. Dette sker gennem kommunernes ansvar for at forebygge og afhjælpe de mulige årsager ved at anvende eksisterende lovgivning fra SEL, særligt SEL § 12b og LAB-loven. Et tilbud efter LAB-loven kan være en hjælp til at forhindre, at en borger bliver tilknyttet negative sociale fællesskaber og dermed et tilbud, der indirekte kan understøtte forebyggelse af ekstremisme.

SEL § 12b: Voksne i risiko for radikalisering og ekstremisme

§ 12 b. Kommunalbestyrelsen skal sørge for, at personer over 18 år har mulighed for at få gratis, målrettet rådgivning i henholdsvis til § 10, hvis de henvender sig, fordi de er i risiko for at blive radikaliserede eller de ønsker hjælp til at forlade et ekstremistisk miljø. Tilbuddet om rådgivning kan omfatte opsøgende arbejde.

Stk. 2. Kommunalbestyrelsen kan som led i tilrettelæggelse af den målrettede rådgivning efter stk. 1 etablere kontaktperson- eller mentorordninger.

Stk. 3. I forbindelse med den målrettede rådgivning efter stk. 1 skal kommunalbestyrelsen overveje, om den pågældende har behov for yderligere støtte efter denne lov eller anden lovgivning.

Stk. 4. Rådgivningen efter stk. 1 skal ske i samarbejde med borgeren.

Til at imødekomme den lovgivningsmæssige forpligtigelse kan særligt uddannede mentorer og forældrecoaches tilbyde den rådgivning og støtte, som både SEL og LAB understøtter. LAT-metoden er derfor udviklet til at skabe trivsel for sårbare målgrupper med særligt fokus på forebyggelse af ekstremisme, og hvor der er fokus på at sætte opnåelige og positive mål for personen for derigennem at udvikle tilværelseskompetencer.

1.2 Hvad siger forskningen?

Udviklingen og tendenserne inden for radikalisering og ekstremisme er dynamiske, og både forskning og erfaringer fra praksis har vist, at alle radikaliseringsforløb er forskellige². Sagerne har mange facetter og spænder vidt, hvilket understreger behovet for velkoordinerede samarbejder og et bredt forebyggelsesarbejde både på lokalt og nationalt niveau. Alle i Danmark, der er sårbare over for ekstremisme og radikalisering, skal kunne hjælpes rettidigt. Det gør sig gældende, uanset om man har berøring med kriminalforsorgen, politiet, asylsystemet, psykiatrien, kommunen eller andre myndigheder.

Derfor er mentor- og forældrecoachindsatsen iværksat som et led i at forebygge, at personer tiltrækkes af eller kommer længere ind i ekstremistiske miljøer. Blandt landets kommuner er der gode erfaringer med rådgivning gennem en kontaktperson eller mentor, hvor mentoren har særlig viden eller kendskab til radikaliseringsprocesser og ekstremistiske miljøer. Det samme har gjort sig gældende i forhold til aktivering af netværk og pårørende, der har vist sig som virkningsfulde tilgange til udsatte målgrupper³.

² Videnssynthesen, 2018, Nationalt Center for Forebyggelse af Ekstremisme.

³ Evaluering af mentor- og forældrecoachindsatsen, 2018, Oxford Research.

Viden



Forskning i indsatser til forebyggelse af ekstremisme indikerer:

At støtte og vejlede personer i sårbare livsfaser kan hjælpe personen væk fra ekstremistiske miljøer. Der er dokumenteret gode erfaringer med, at mentorordninger kan give denne støtte og vejledning, som kan bidrage med:

1. At borgerne *motiveres til at vælge en positiv retning i livet* enten som et led i en afstandtagen fra ekstremistiske miljøer eller som et led i løsrivelsen herfra.
2. At borgerne *udvikler nye positive sociale bånd*, der kan støtte dem i den sårbare livsfase
3. At borgerne *opnår en mere stabil hverdag* uden for ekstremistiske miljøer.

Forskningen i indsatser til forebyggelse af ekstremisme indikerer også:

At inddragelse af familien er et vigtigt element i det forebyggende arbejde. Familien kan virke som en støttefunktion, der er med til at holde borgeren væk fra ekstremistiske miljøer og kan bidrage til:

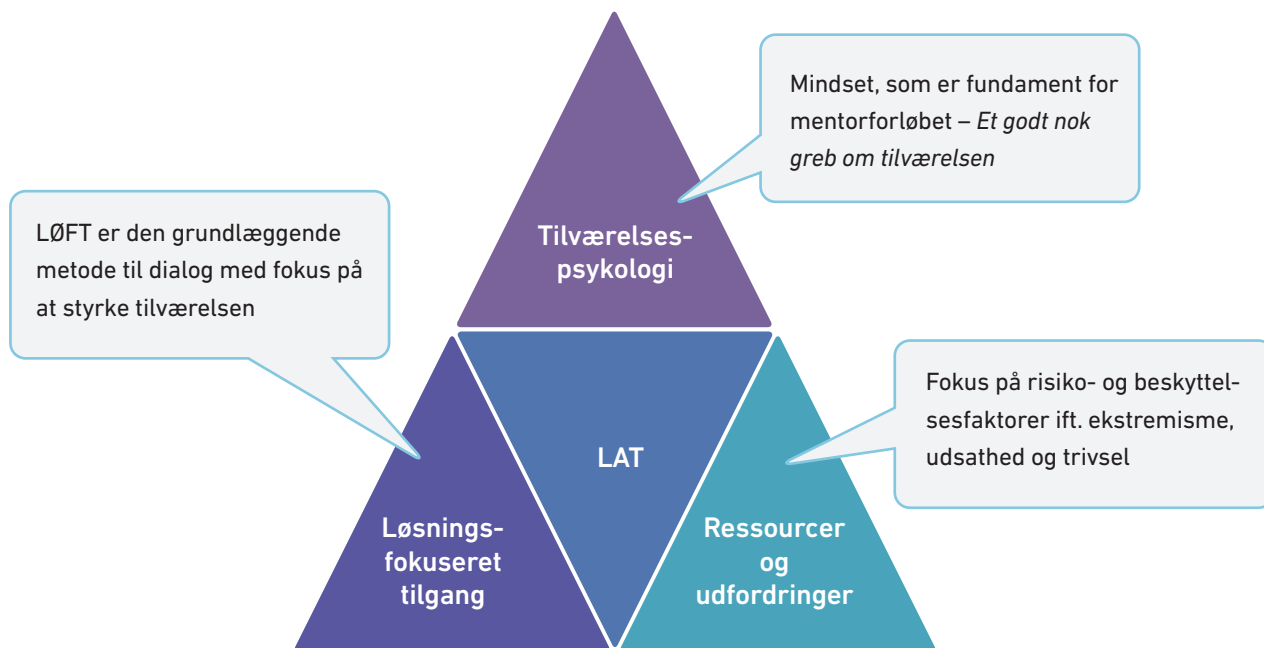
1. At borgerne får en større *motivation for at vælge en positiv retning i livet*
2. At borgerne *udvikler nye positive sociale bånd* eller forstærker eksisterende bånd til familie og netværk
3. At borgerne *opnår en mere stabil hverdag* uden for ekstremistiske miljøer med støtte fra familie og venner.

Kilde: Videnssynthesen 2018, Nationalt Center for Forebyggelse af Ekstremisme.

2 Teorien bag LAT-metoden

Det landsdækkende korps af mentorer og forældrecoaches anvender metoden Løsningsfokuseret Arbejde med Tilværelseskompetencer, også kaldet LAT-metoden. Formålet med LAT-metoden er at hjælpe mennesker med at få et godt nok greb om egen og fælles tilværelse. Metoden sigter mod at udvikle og styrke grebet om tilværelsen, så man som borger selv bliver retningsgivende for sin udvikling og kompetent til at navigere videre i hverdagen og livet.

Metoden har sit fundament i tre tilgange, hvilket kan illustreres på følgende måde:



De tre tilgange er følgende:

- **Tilværelsespsykologien** er det teoretiske fundament for LAT-metoden. Her findes metodens grundtanke om at understøtte borgere i at få et bedre greb om egen og fælles tilværelse.
- **Den Løsningsfokuserede Tilgang (LØFT)** danner grundlag for samarbejdet og for relationsopbygningen mellem mentor eller forældrecoach og borgeren. LØFT er således de samtale- og spørgeteknikker, som medvirker til at gøre den tilværelsespsykologiske tilgang til et mindset hos både mentorer og forældrecoaches og hos borgerne.
- **Ressourcer og udfordringer** har fokus på udredning, planlægning og progression (UPP) og er inspireret af Signs of Safety®. Denne tilgang skal understøtte mentorer og forældrecoaches i at danne et helhedsorienteret billede af borgerens situation; det, der fungerer, og det, der bekymrer, hvilket skal give retningen for samarbejdet.

De tre metodiske tilgange udfoldes yderligere længere fremme i vejledningen. Nedenfor beskrives LAT-metoden mere indgående.

I LAT-metoden integreres den tilværelsespsykologiske forståelse om at understøtte borgeren i at opnå et godt nok greb om egen og fælles tilværelse med den løsningsfokuserede tilgangs fokus på at kigge fremad. Tilværelsespsykologien understøtter et systematisk arbejde med de almenpsykologiske processer hos borgeren, mens den Løsningsfokuserede Tilgang leverer samtale- og spørgeteknikker, der hjælper mentor og forældrecoach i at opbygge en tillidsfuld relation til borgeren og støtte borgeren i at blive løsningsfokuseret aktør i eget liv. Yderligere integreres de undersøgende og udforskende elementer fra Signs of Safety i denne forståelsesramme med sit fokus på at danne et helhedsorienteret billede af borgerens situation og dermed af de risiko- og beskyttelsesfaktorer, der er til stede i og omkring borgeren i forhold til ekstremisme, udsathed og trivsel generelt. Det er med til at angive en retning for samarbejdet mellem mentor / forældrecoach og borgeren.

Langt de fleste mennesker vil gerne have en god nok tilværelse for dem selv og hinanden. De fleste vil også gerne være med til at skabe forandring for at få et godt nok greb om tilværelsen. Som regel ved man som menneske godt, hvilke problemer man ønsker at være fri for, men man kan have tabt syne af sin fremtidige tilværelse, hvor disse problemer ikke er til stede⁴. Med LAT-metoden understøtter mentor og forældrecoach borgeren i at belyse og sætte fokus på, hvordan en sådan fremtidig tilværelse ser ud ved at:

- Finde og fremhæve det, som peger fremad mod forandring.
- Hjælpe med at finde det, som man faktisk har indflydelse på.
- Hjælpe med at sætte gode mål, der kan handles på her og nu.

For borgere, der er sårbare over for ekstremisme, kan det handle om at sætte fokus på deres veje til og fra ekstremisme, som skabes i et samspil af faktorer på tværs af forskellige niveauer. Disse faktorer kan fx omfatte et oplevet samfundspres eller en oplevet uretfærdighed, den sociale interaktion med den ekstremistiske gruppe og gruppens tilbud om tilhørsforhold, identitet eller modstand mod det etablerede samfund, individets baggrund eller sårbarhed, fx en familiemæssig baggrund præget af turbulens eller udsathed, kriminalitet, oplevelsen af truet identitet eller en søgen efter spænding. Disse faktorer kan hver især have større eller mindre vægt for det enkelte individ⁵.

Særskilt i forhold til individets løsrivelse fra ekstremisme peger forskning på, at skuffelse over eller uoverensstemmelser med gruppen, manglende indfrielse af forventninger til gruppens formål, psykisk udmattelse og udbrændthed samt afsky ved voldelige metoder kan spille ind. Hertil kan sociale relationer og kontakt med det omkringliggende samfund understøtte vejen ud⁶.

Når man som menneske får styrket sit greb om tilværelsen, betyder det, at man:

- Har det godt med den måde, hvorpå man er sammen med andre (familie, venner, kolleger), eller at man kan udvikle den måde, hvorpå man er sammen med andre.
- Har det godt med sit arbejde eller den uddannelse, man er i gang med, eller at man selv får mulighed for at gøre noget ved den måde, hvorpå man er på arbejdsmarkedet eller i uddannelse.
- Føler sig tilpas i den kultur og det samfund, man er del af, eller føler sig tilpas med den måde man selv vil og kan bidrage til sin kultur og sit samfund.
- Får afstemt den måde, man gerne vil leve på under hensyntagen til andre, så alle kan trives og således at kultur og samfund kan fungere som grundlag for gode fællesskaber.

At være aktør og have et godt nok greb om tilværelsen betyder altså, at man trives i sin tilværelse. Trivsel er en tilstand "hvor individet kan udfolde sine evner, kan håndtere dagligdags udfordringer og stress, på frugtbar vis kan arbejde produktivt, samt er i stand til at yde et bidrag til fællesskabet."⁷

Hvis man har eller kan få udviklet og styrket sit greb om egen og fælles tilværelse, er man aktør i egen og fælles tilværelse. Man er som menneske selv med til, på en løsningsfokuseret måde, at bruge sine tilværelseskompetencer til at udforme sin egen tilværelse. Man er også selv med til som menneske at give et bidrag til den fælles tilværelse, og man kan være en del af og give sit eget personlige bidrag til nære sociale relationer, til fællesskaberne omkring én og til samfundet generelt.

LAT-metoden er på den måde dels problemløsningsorienteret dels udviklingsorienteret. Den støtter og hjælper borgeren med at håndtere en bestemt udfordring, hvorfor dette over tid former sig til et mindset hos borgeren, hvor borgeren tænker sig selv som én, der kan og vil håndtere sine udfordringer, samt til et skillset hos borgeren hvor borgeren oplever at have redskaber til at få greb om tilværelsen.

⁴ *Homo Prospectus*, 2016, Seligman, M. E. P., Railton, P., Baumeister, R.F. & Sripada, C. . Oxford, Oxford University Press.

⁵ *Videnssyntensen*, 2018, Nationalt Center for Forebyggelse af Ekstremisme.

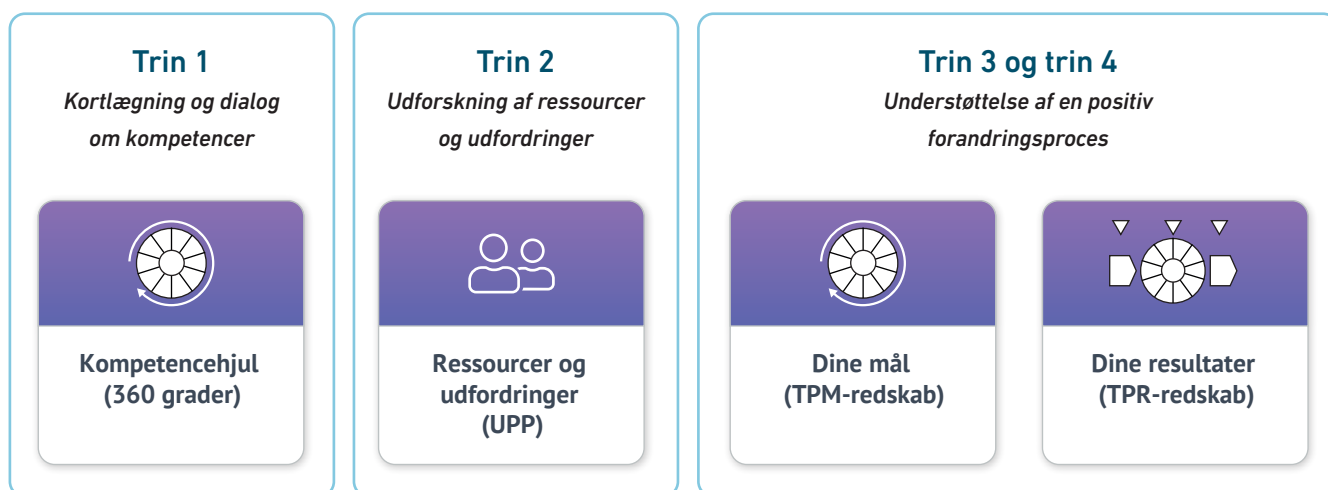
⁶ *Videnssyntensen*, 2018, Nationalt Center for Forebyggelse af Ekstremisme.

⁷ <https://www.sst.dk/da/sundhed-og-livsstil/mental-sundhed>.

2.1 Brugen af LAT-metoden i et forløb med en borger

Nedenfor er den typiske arbejdsgang for LAT-metoden i et mentor- eller forældrecoachforløb visuelt optegnet. Som illustreret er der tale om følgende typiske trin:

- **Trin 1:** Dan et helhedsorienteret billede af borgerens situation ved at udforske, hvilke kompetencer borgeren har, særligt med afsæt i tilværelsespsykologien og LØFT-baseret dialog.
- **Trin 2:** Udforsk borgerens ressourcer og udfordringer og skab samtidig den retning, som forløbet skal have. Denne udforskning sker gennem dialog om både indre og ydre omstændigheder omkring borgeren.
- **Trin 3 + 4:** Understøt borgeren i en positiv forandringsproces med afsæt i, hvad der er væsentligt for borgeren at arbejde med lige nu. Fokus er at styrke borgeren i at anvende og udvikle sine kompetencer og ressourcer for at opnå konkrete og veldefinerede mål som en del af det at få et bedre greb om sin tilværelse.



Arbejdsprocessen er optegnet som en simpel lineær proces, men LAT-metoden beror sig på relationsarbejdet med borgeren og vil i praksis være et dynamisk samarbejde, der bevæger sig mere cirkulært, og hvor en positiv forandringsproces allerede tager sin start i dialogen om borgerens situation.

Borgerens ressourcer og udfordringer kan netop ændre sig over tid. Det betyder, at der vil være behov for at definere og arbejde mod nye mål med det formål at styrke borgeren i en positiv udviklingsproces og få et bedre greb om tilværelsen. Mennesker og de forandringsprocesser, de gennemgår, er meget forskellige. Det vil også gælde for borgere, der er sårbare over for ekstremisme. I nogle tilfælde kan en forandring ske meget pludseligt, måske som følge af en udefrakommende hændelse, men for de fleste vil der være tale om en længerevarende og dynamisk proces, der kræver løbende støtte.

Som det ses af illustrationen, knytter der sig fire centrale redskaber til arbejdsgangen, som understøtter mentorer og forældrecoaches i arbejdsprocessen. Redskaberne er tænkt som et 'stillads' at støtte sig til i forløbet.

I figuren ses det, at 360°-redskabet anvendes til i dialog med borgeren at kortlægge kompetencer på trin 1, mens redskabet Udrednings-, Planlægnings- og Progression (UPP) anvendes til at udforske ressourcer og udfordringer hos borgeren på trin 2. Tilsammen er hensigten, at mentoren eller forældrecoachen danner sig et nuanceret og helhedsorienteret billede af borgeren og borgerens situation, som kan medvirke til at sætte den rette retning for forløbet. Til at understøtte borgeren i forandringsprocessen anvendes Tilværelsespsykologiens Målsætningsredskab (TPM) og Tilværelsespsykologiens Refleksionsredskab (TPR). Det er de to redskaber, der hjælper borgeren med at sætte og arbejde efter gode mål og finde de små skridt på vejen mod målene. Dette sker på trin 3 og 4.

Redskaberne betegnes 'Kompetencehjulet', 'Ressourcer og Udfordringer', 'Dine mål' og 'Dine resultater' på platformen www.tilvaelseesmestring.dk.

Værktøjer



Platformen tilværelsesmestring.dk

Som koordinator og som mentor og forældrecoach har du adgang via eget login til den elektroniske dialogplatform: www.tilværelsesmestring.dk

På platformen findes de redskaber, der understøtter mentorerne og forældrecoaches i at arbejde med LAT-metoden. Koordinator kan også få overblik over antallet af forløb i egen kommune og få viden om hvert enkelt forløb.

2.2 Redskaber, der understøtter mentor og forældrecoach i arbejdet med LAT-metoden

Nedenfor skitseres det overordnede formål med hvert af de fire redskaber.

I Delvejledning 2: Vejledning til mentorer i arbejdet med metoden Løsningsfokuseret Arbejde med Tilværelseskompetencer og i Delvejledning 3: Vejledning til forældrecoaches i arbejdet med metoden Løsningsfokuseret Arbejde med Tilværelseskompetencer er det udfoldet, hvordan de fire redskaber anvendes konkret i et forløb.



360°-redskabet – 'Kompetencehjulet'

Redskabet har til formål at skabe et generelt billede af, hvordan borgeren oplever sig selv i forhold til de ti fundamentale tilværelseskompetencer, og hvilke kompetencer der er mulige at udvikle. Det giver mulighed for at få et billede af, hvordan det står til med borgerens tilværelseskompetencer, som led i at danne et helhedsorienteret billede af borgerens situation.

Tilværelseskompetencerne er inddelt i tre overordnede kategorier, hvorunder de ti tilværelseskompetencer fordeler sig.

<p>At kunne deltage i egen og fælles tilværelse.</p> <p>For at tilværelsen lykkes, skal man som menneske have kompetencer til at kunne deltage i opbygning, bevarelse og udvikling af egen og fælles tilværelse.</p> <p>Kompetencerne indenfor denne kategori er:</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Nære relationer: At kunne være en del af et godt og nært netværk.2. Rammer: At kunne sørge for rammerne omkring sig selv og sine interesser.3. Fællesskaber: At kunne deltage på en personlig måde i de større fællesskaberpunktum
<p>At kunne realitetsafstemme egne og fælles tilværelsesprojekter med virkeligheden.</p> <p>For at tilværelsen skal lykkes, skal man som menneske have kompetencer til at kunne afstemme egne forståelser med omverdens forståelser.</p> <p>Kompetencerne indenfor denne kategori er:</p>	<ol style="list-style-type: none">4. Nærvær: At kunne være helt optaget af noget, og handle fokuseret.5. Planlægning: At kunne finde de fremgangsmåder, der er de mest effektive.6. Normer & værdier: At kunne overveje normer og værdier i dine mål og fremgangsmåde.
<p>At kunne sætte sig ind i og navigere mellem de mange forskellige perspektiver, der er på tilværelsen i en mangfoldig og globaliseret verden.</p> <p>Det handler om at kunne mentalisere. For at tilværelsen skal lykkes, skal man som menneske have kompetencer til at kunne sætte sig ind i og navigere åbent, rummeligt og med kritiskkonstruktive perspektiver på tilværelsen.</p> <p>Kompetencerne indenfor denne kategori er:</p>	<ol style="list-style-type: none">7. Opmærksomhed: At kunne være opmærksom på verden, på nonverbale udtryk hos andre, på følte fornemmelser og påvirkninger i egen krop.8. Forstå dig selv: At kunne mærke, hvad man selv tænker, føler og vil med sin tilværelse.9. Forstå andre: At kunne se tilværelsen fra andres perspektiv.10. Forstå systemer: At kunne forstå verden og de systemer og regler, der har betydning for tilværelsen.



Redskabet Udredning, Progression og Planlægning (UPP) – 'Ressourcer og udfordringer'

UPP-redskabet fungerer som et analyserende og udforskende dialogredskab. Det anvendes til at kortlægge borgerens ressourcer og til at tale om de ydre og indre omstændigheder omkring borgeren, der fungerer og udfordrer, herunder også risiko- og beskyttelsesfaktorer i forhold til ekstremisme.

Kernen er her, at der altid er noget, der fungerer, og noget, der kan udvikles – en lille smule eller en hel del⁸. Med afsæt i dialogen om borgerens ressourcer og udfordringer udvælges de fokusområder, som borgeren i særlig grad ønsker at arbejde med, og som dermed pejer og giver retning på mentor- og forældrecoachindsatsen.

UPP-redskabet indeholder fire tematikker, der dækker over personlige og sociale faktorer, samt faktorer i borgerens omverden, som kan have påvirkning på borgerens forandringsproces. Tematikkerne vedrører således borgerens:

1. **Tilværelseskompetencer**, som har fokus på de ti tilværelseskompetencer fra kompetencehjulet.
2. **Tænkemåder og følelser**, som handler om borgerens måde at tænke og føle om sig selv på. Med tænkemåder og følelser er der tale om en række personlige faktorer, som kan udgøre både risikofaktorer og beskyttende faktorer i forbindelse med fx mistrivsel og ved bekymring for ekstremisme.
3. **Omgivelser**, som handler om de mennesker og den omverden, som udgør borgerens hverdag. Borgerens omgangskreds og muligheder i omgivelserne kan støtte i en god retning eller trække i en dårlig retning i forhold til borgerens udfordringer.
4. **Handlemåder**, som dækker over de valg, som borgeren træffer og således handler eller reagerer på, hvilket har en indvirkning på borgerens måde at få greb om egen og fælles tilværelse.



Tilværelsespsykologiens målsætningsredskab (TPM) – 'Dine mål'

TPM-redskabet har til formål at understøtte borgeren i at formulere konkrete og meningsfulde mål. Det har endvidere til formål at få overvejet og planlagt skridtene på vejen dertil, for derved at komme nærmere et løsningsfokuseret greb om egen og fælles tilværelse.

TPM anvendes i samarbejdet mellem borger og mentor eller forældrecoach i en forståelse af, at ved at få et løsningsfokuseret greb om en udfordring, der fylder i borgerens liv, skabes fundamentet for også at få et godt nok greb om egen og fælles tilværelse i almindelighed. Dialogen om en udfordring giver anledning til at opstille et konkret mål og tale om de skridt, der kunne være vejen mod netop dette mål, som indleder en lille eller større forandring af tilværelsen⁹.

I TPM-redskabet ligger to såkaldte 'boostere' integreret, som anvendes til at understøtte redskabernes virkning i anvendelsen af dem. Der er tale om hhv. SMART-boosteren, der har til hensigt at hjælpe borgeren og mentor eller forældrecoach med at formulere og sætte gode og stærke mål¹⁰, og Tilværelsespsykologiens Basic Five (TBF), der er et redskab, som hjælper borgeren og mentor og forældrecoach til at undersøge den realistiske motivation i den forandring, som borgeren ønsker at skabe i egen tilværelse¹¹.

⁸ *Signs of safety: a solution and safety-oriented approach to child protection casework*, 1999, Turnell A. & Edwards S...
New York: Norton. *Tilværelsespsykologi – Et godt nok greb om tilværelsen*, 2013, Bertelsen, P.

⁹ *Tilværelsespsykologi – Et godt nok greb om tilværelsen*, 2013; *Mentoring in anti-radicalisation. LGT: A systematic assessment, intervention and supervision tool in mentoring*. In Overland, G., Andersen, A., Førde, K. E., Grødum, K., Salomonsen, J. (Eds.), *Violent extremism in the 21st century: International perspectives*. 2018, Bertelsen, P.

¹⁰ Redskabet blev oprindeligt udviklet af Doran (1981), og det findes nu i mange forskellige formuleringer både på engelsk og dansk. Den version af SMART, der benyttes i forbindelse med TPM, kan man læse mere om i: *Mentoring in Anti-radicalisation. LGT: A Systematic Assessment, Intervention and Supervision Tool in Mentoring*. In: Overland, G., Andersen, A., Førde, K. E., Grødum, K. and J. Salomonsen (eds.): *Violent Extremism in the 21st Century. International perspectives*, 2018, Bertelsen, P. Den version af SMART, der benyttes i forbindelse med TPM, kan man læse mere om samme udgivelse, 2018, Bertelsen, P.

¹¹ *Den teoretiske baggrund for TBF-værktøjet kan man læse mere om i Tilværelsespsykologi – Et godt nok greb om tilværelsen*, 2013, Bertelsen, P.



Tilværelsespsykologiens Refleksionsredskab (TPR) – 'Dine resultater'

TPR-redskabet understøtter borger og mentor eller forældrecoach i at igangsætte en refleksion omkring, hvordan det er gået med at arbejde med det mål, man sammen har defineret ved hjælp af TPM-redskabet. Refleksionerne kan give anledning til en dialog om, i hvilken grad borgeren har arbejdet med målet, eller hvad der har haft betydning for, at borgeren ikke har arbejdet med målet – og hvad det i så fald har af betydning for næste skridt.

Dialogen med afsæt i TPR-redskabet understøtter borgeren i at overveje, hvorvidt målet stadig er relevant og motiverende at arbejde med, og om skridtene på vejen mod målet er de rette. En dialog med afsæt i TPR-redskabet kan give anledning til at gøre noget nyt, arbejde mod nye mål eller til at tage en god drøftelse af, hvorfor det er svært at arbejde med de mål, som borgeren har defineret for sin forandringsproces.

3 Metodiske grundpiller i LAT-metoden

Nedenfor beskrives de tre metodiske grundpiller i LAT-metoden mere udfoldet.

- Tilværelsespsykologien
- Løsningsfokuseret Tilgang
- Signs of Safety

3.1 Tilværelsespsykologien

Tilværelsespsykologien er en almen psykologisk teori og metode, der retter sig mod at styrke menneskers greb om egen og fælles tilværelse¹². Den baserer sig på en grundlæggende antagelse om, at uanset hvilke betingelser man som menneske har, og hvor lidt eller hvor meget greb man har, så stræber man på hver sin måde efter en god nok tilværelse – for sig selv og blandt andre.

Tilværelsespsykologien består af en psykologisk teori og en løsningsfokuseret metode, der handler om at hjælpe andre – og hjælpe sig selv – til fremadrettet at få et robust og resilient greb om tilværelsen. Det særlige ved tilværelsespsykologien er, at den udpeger og gør brug af almenmenneskelige tilværelseskompetencer til at give det løsningsfokuserede arbejde meningsfuld og betydningsfuld retning i tilværelsen.

Inden for tilværelsespsykologien arbejder man med en række almenmenneskelige tilværelsesopgaver, som man som menneske skal håndtere i livet. Derfor har man også tilsvarende en række tilværelseskompetencer, der hjælper én med at udforme de handlinger og løsninger, hvormed man forstår og håndterer disse tilværelsesopgaver på en personligt meningsfuld og fælles betydningsfuld måde.

Som tidligere beskrevet kan de alment menneskelige tilværelsesopgaver og tilhørende tilværelseskompetencer inddeles i tre kategorier, som er:

- At kunne *deltage* i egen og fælles tilværelse. For at tilværelsen lykkes, skal man som menneske have kompetencer til at kunne deltage i opbygning, bevarelse og udvikling af egen og fælles tilværelse.
- At kunne *realitetsafstemme* egne og fælles tilværelsesprojekter med virkeligheden. For at tilværelsen skal lykkes, skal man som menneske have kompetencer til at kunne afstemme egne forståelser med omverdenens forståelser.
- At kunne sætte sig *ind i og navigere* mellem de mange forskellige perspektiver, der er på tilværelsen i en mangfoldig og globaliseret verden. Det handler med andre ord om at kunne mentalisere. For at tilværelsen skal lykkes, skal man som menneske have kompetencer til at kunne sætte sig ind i og navigere åbent, rummeligt og med kritiskkonstruktive perspektiver på tilværelsen.

De tre kategorier dækker over de ti fundamentale tilværelseskompetencer, der hjælper én som menneske med at forstå og håndtere de tilværelsesopgaver, man står overfor, på meningsfuld vis for én selv og den omverden, man er en del.

- Tilværelsespsykologien er *fremadrettet og løsningsfokuseret*. Det er ikke problemet, der skal analyseres, men løsningen. Tankegangen er, at det er de fremadrettede løsningsmuligheder, man skal forstå. Det drejer sig om at sætte positivt formulerede mål, der peger frem mod en ønsket fremtidig tilværelse. Positive mål viser, hvad der konkret skal gøres.

Den centrale pointe er, at man slet ikke behøver at have eller kende til problemerne for at arbejde med Tilværelsespsykologien, men om at se fremadrettet mod en forandring. Det er derfor, der tales om udfordringer, som ret beset er ønsker til fremtiden snarere end problemer.

¹² Tilværelsespsykologien er udviklet på Psykologisk Institut, Aarhus Universitet, se fx *Tilværelsespsykologi – Et godt nok greb om tilværelsen*, 2013, Bertelsen, P.

3.2 Løsningsfokuseret Tilgang

Den Løsningsfokuserede Tilgang, som forkortes til LØFT, er en socialfaglig metode, der har sit afsæt i den systemiske korttidsterapi¹³ og baserer sig på følgende grundlæggende principper:

- Alle mennesker har ideer og ønsker om, hvordan deres tilværelse skal se ud.
- Borgerens mål, tilværelseskompetencer og motivation er drivkraften i at skabe forandring.
- Der er altid tidspunkter og situationer, hvor problemet ikke er til stede. Dette betegnes som undtagelser.
- Selv om problemer kan være komplekse, kræver det ikke nødvendigvis komplekse løsninger.
- En grundlæggende idé om, at hvis ikke det virker, så gør noget andet, og hvis det virker, så gør mere af det.

Den Løsningsfokuserede Tilgang fokuserer på den fremtidige tilværelse, man gerne vil have, og på de mål, der hjælper én med at bevæge sig i den retning. Metoden består i samtale- og spørgeteknikker, der sigter mod at hjælpe en person til at frembringe visioner om, hvordan tilværelsen skal udvikle sig fremover samt at gøre mere af det, han/hun allerede har gjort, som har vist sig virksomt.

LØFT er således baseret på et respektfuldt samarbejde med borgeren, hvor der arbejdes med ressourcer, personlige mål og evne til selv at udvikle løsninger på egne problemer. Tilgangen hviler således på den tanke, at hvor der er et problem, er der også et ønske om, at tingene var anderledes.

At arbejde løsningsfokuseret vil sige at holde fokus på det, borgeren gerne vil opnå i forhold til at håndtere tilværelsesopgaverne og målet i form af den ønskede tilværelse, i stedet for at fokusere på problemerne eller det, der er uønsket.

Det er ikke nødvendigt at kende (hele) problemet for at arbejde løsningsfokuseret. Ligesom Tilværelsespsykologien kredser LØFT *ikke* bagudrettet omkring problemer. Det drejer sig om at rette sine håb og bestræbelser mod en ønsket fremtidig tilværelse.

Grundlæggende er LØFT en række samtale- og spørgeteknikker, der understøtter borgeren i at tænke og handle i et fremadskuende perspektiv. Derfor sigter de fremadrettede spørgsmål i LØFT mod, at borgeren selv begynder at kunne fokusere på løsninger, der kan være med til at forandre borgerens tilværelse. Det fremføres ofte, at LØFT-spørgsmålene alle er variationer over de samme tre grundlæggende spørgsmål, som gennemsyner tankesættet i tilgangen. Disse er:

1. Hvad er dine bedste håb for det forløb, som du nu skal i gang med?
2. Hvordan ville din tilværelse fremover se ud, hvis disse blev realiseret?
3. Hvad gør du faktisk allerede, eller hvad har du tidligere gjort, som hjælper med til at disse håb bliver realiseret?

De løsningsfokuserede samtale- og spørgeteknikker understøtter borgeren i at finde egne visioner og ønsker for fremtiden, der kan bringe forandring ind i tilværelsen, og at understøtte borgeren i selv at finde de gode løsninger på de udfordringer, som kan være på vejen mod en forandring. Grundlæggende har den løsningsfokuserede tilgang fokus på:

- **Borgerens erfaringer med løsninger**, som bygger på en antagelse om, at mennesker har masser af erfaring med sig i at håndtere udfordringer, og derfor sikkert også har nogle ideer til løsning. Kernespørgsmålet i forhold til dette er: *"Hvad gjorde du, som var hjælpsomt i forhold til denne (eller en anden) udfordring?"*
- **Undtagelserne**, som bygger på en antagelse om, at udfordringer ikke er statiske. Der er tidspunkter, hvor de er større, og andre gange, hvor de er mindre. Der er også situationer, hvor udfordringen slet ikke dukker op, selv om det var forventet. Kernespørgsmålet i forhold til at finde grunden til sådanne undtagelser er: *"Hvad gjorde du (eller andre), eller hvad skete, siden udfordringen ikke dukkede op?"*

¹³ *More Than Miracles: the State of the Art of Solution-focused Brief Therapy, 2007, de Shazer, S. & Dolan, Y. with Korman, H., Trepper, T., McCollum, E. & Berg I.K., Steve., New York: Routledge.*

3.3 Signs of Safety®

Signs of Safety® er en anerkendende og ressourceorienteret tilgang til arbejdet med udsatte børn og unge og deres familier, der er baseret på den løsningsfokuserede korttidsterapeutiske tradition. Metoden blev udviklet i 1990'erne af familierapeut Andrew Turnell og sagsbehandler Steve Edwards i Vestaustralien og forfinet gennem inddragelsen af erfaringer fra dem, som anvendte metoden i praksis.

I LAT-metoden bruges udrednings-, planlægnings- og progressionsredskabet (UPP), der er inspireret af Signs of Safety® og understøtter mentorer og forældrecoaches i at danne et helhedsorienteret billede af borgerens situation, hvilket kan sætte retningen for samarbejdet.

Signs of Safety® er en tilgang til motivationsarbejde og prioritering af elementer, der kan arbejdes med, og som kan anvendes på tværs af forskellige områder og er målrettet forskellige typer af udsatte borgere. Tilgangen har til formål at skabe samarbejde og partnerskab med borgeren og eventuelt pårørende om en løsning, der kan skabe sikkerhed og trivsel.

Signs of Safety® tilgangen har i LAT-metoden inspireret til UPP-redskabet, der skaber en systematisk ramme for en dialog med borgeren, som gør det muligt at belyse de forskningsbaserede risikofaktorer, der potentielt øger risiko for ekstremisme. Det kan fx være risikofaktorer som truet identitet og tilværelsesforankring, turbulens, udsathed og ustabilitet i barndommen, psykisk sårbarhed og bevægelser fra kriminelle miljøer .

Disse risikofaktorer er vigtige at have for øje og udforske analytisk i et tværfagligt samspil og i arbejdet med ressourcer og udfordringer, så der sikres en samlet problemforståelse af borgerens situation, herunder eventuelle risici og særlige behov. Det gøres med henblik på at iværksætte en målrettet indsats, der giver mulighed for at sætte ind over for kendte individuelle og kontekstuelle risikofaktorer, der har betydning for borgere, der er sårbare over for ekstremisme.

Viden



Signs of Safety® i dansk kontekst

Signs of Safety® har i sit oprindelige udgangspunkt fokus på at involvere og informere unge og deres forældre i alle faser af arbejdet, og den lægger vægt på at invitere forældrene og såvel det private som det professionelle netværk til at tage ansvar for at bidrage til løsninger på de bekymringer, der er i forhold til den enkelte unge.

Signs of Safety® er således en metode til, hvordan professionelle kan arbejde helheds-orienteret og systematisk i vanskelige børne- og familiesager, og hvor man kan undersøge og vurdere udsatte børns behov for støtte. Tilgangens hovedformål er til enhver tid at skabe sikkerhed og trivsel for barnet eller den unge samt at bidrage til, at de professionelle, på trods af sagens kompleksitet, bevarer barnet og den unge i centrum og sikrer, at det får den hjælp, det har brug for.

Signs of Safety®-metoden blev introduceret til Københavns Kommunes Socialforvaltning i 2006. Siden er metoden blevet implementeret i andre kommuner samt blevet udbredt til dele af foranstaltningsarbejdet med udsatte børn og unge og deres familier. Erfaringerne fra Københavns Kommune har vist, at Signs of Safety® er brugbar i alle typer familier, også i de 'problemmættede' sager, hvor der er mange og komplicerede problemer .

Som afsluttende bemærkning er det vigtigt at huske, at man som kommune altid kan hente rådgivning og støtte hos Nationalt Center for Forebyggelse af Ekstremisme. Her findes en masse god viden om forebyggelse af ekstremisme, som kan understøtte ledere og medarbejdere i at fastholde den gode og forebyggende indsats samt holde vidensniveauet højt.

Nationalt Center for Forebyggelse af Ekstremisme

Mail: ekstremisme@siri.dk · Telefon: 72 14 27 00 · www.stopekstremisme.dk