



Oplossingsgericht werken- eerste gesprek

1. **Kennismaking:** positieve karakterduiding, complimenten voor komst; gespreksduur; jouw rol; aanleiding voor gesprek; tutoyeren?; *Wat doe je graag in je vrije tijd?; Hoe ziet je leven er normaal gesproken uit? Wanneer zou dit gesprek voor jou de moeite waard zijn? Wat moet er bereikt zijn na gesprekken/ dit traject?*

2. **Context/'probleem':** *Wat brengt je hier?; Hoe is dit een probleem voor je?; Wat heb je al geprobeerd en wat was daarvan nuttig? (Hoe is dat gelukt?); Wat is er veranderd sinds de aanmelding?; Wat en hoeveel wil je precies over dit probleem weten om verder te kunnen?;(en wat voor verschil zal dit maken?) Wat moeten hulpverleners dit keer anders doen?; Wat wil je absoluut zo houden?; bij problemen en 'ja, maar': *natuurlijk moet dit heel zwaar voor je zijn..(erkenning) + coping: Wat doe je allemaal om je hoofd boven water te houden?**

3. **Doelformulering:** *Wat wil je anders als gevolg van gesprekken/ traject? Wonder(pil)vraag of toekomstprojectie/ wens; Waar hoop je op?; Wat wil je voor het probleem in de plaats? Welk verschil zal dit maken?; Hoe zal dit voor (...) zijn?; Stel dat de ander in de door jouw gewenste richting zal veranderen, wat zou je dan anders doen?; Wat betekent... voor jou?*

4. **Uitzonderingen en mini-wondertjes:** *Welke momentjes zijn er geweest die al een beetje op wens/ het wonder lijken? Hoe gaat dat precies?, hoe krijg je dat voor elkaar? Let daar eens verder op.*

5. **Inschaling** van o.a.: verbetering sinds de aanmelding (10= veel); situatie t.o.v. het doel/ de wens (10-doel bereikt); motivatie om aan de slag te gaan (10= alles er voor over hebben); vertrouwen dat het probleem kan worden opgelost (10= alle vertrouwen); controle over probleem (10) vs. probleem heeft controle over jou (0)
Waar zit je nu? Wat maakt dat het niet lager is dan dat het is? (hoe ben je daar gekomen?)
Laag cijfer: *Hoe hou je het vol?; hoe is het gelukt om toch hier/ uit bed te komen?; wat geeft hoop? Hoe ziet hoop eruit? Wat zou een eerste teken van vooruitgang zijn?*
Hoog cijfer: *Wanneer kunnen we stoppen met elkaar te zien?; Waar wil je uitkomen? Hoe zal een volgende stapje in de goede richting eruit zien?*

6. Feedback:

Gedragstaken in klanttypische relatie (doe eens..; probeer meer te doen van wat werkt, hoe eens een lijstje bij...), experimenten doen (doe alsof...; doe als de dag na het wonder en kijkt wat er gebeurd; doe iets anders en vertel niemand hierover); verrassingstaak (geheime verrassing uitvoeren)

Observatietaken in klaagtypische relatie (let eens op uitzonderingen...)

Geen taken in bezoekerstypische relatie (nog eens terugkomen en verder onderzoeken?)

Wat was vandaag nuttig en belangrijk? Wat neem je mee/ wat anders de volgende keer doen/ bespreken? Vervolg? Is het nog nodig om terug te komen? Zo ja, wanneer?