

## ÅBRO – STYRKELSE AF SAMTALEKOMPETENCER

Å	<p><b>Åbne spørgsmål:</b> Åbner for personens perspektiv, tanker, følelser og værdier.</p>
B	<p><b>Bekræftelse:</b> Fremhæver, støtter og opmuntrer personens indsats, styrker, ressourcer og værdier.</p>
R	<p><b>Refleksioner:</b> Spejler det personen siger og eventuelt også et bud på, hvad der ligger bag.</p>
O	<p><b>Opsummeringer:</b> Genfortæller det sagte. Opsamler buket af forandringsudsagn.</p>

*Kilde: Miller W.R. & Rollnick S. Den Motiverende Samtale (2. udgave), Hans Reitzels Forlag, 2014.*

*Desuden har Dualog udviklet kommunikationsspillet ÅBRO, som netop træner disse færdigheder.*

*På Dualogs hjemmeside er der en video under menu Læringsmaterialer, der introducerer spillet.*

ÅBRO er et værktøj, der bruges til at:

- skabe forståelse for personen, når relationen skal opbygges.
- være navigations instrument, der vejleder og driver forandringsforløbet i samtalen.

ÅBRO følger en særlig rytme. Det er en vekselvirkning mellem spørgsmål, refleksioner, bekræftelse og opsummering.

*"En simpel rytme i den motiverende samtale er at stille et åbent spørgsmål og så reflektere det, personen siger, måske med to refleksioner pr. spørgsmål, som i en vals."*

*Kilde: Miller, W. R. & Rollnick, S., Den motiverende samtale (2. udgave), Hans Reitzels Forlag 2014*

I den motiverende samtale kan dette værktøj med fordel anvendes i:

- Alle samtalens faser