

Podcast: **Arbetsförmågan synlig med ett lösningsorienterat arbetssätt**

Länk till podcasten, transkriberad nedan: <https://soundcloud.com/user-841203804/tyokyky-nakyvaksi-ratkaisukeskeisella-tyootteella?in=user-841203804/sets/tyoekyvyn-palvelupolku>

Lehtinen: Ett lösningsorienterat sätt att tänka och arbeta är ett positivt sätt att möta olika utmaningar i ett mänskligt liv. Man fokuserar på lösningar i stället för på problem.

Lösningsorienterad psykoterapeut, coach och arbetshandledare Riitta Malkamäki förklarar fördelarna med ett lösningsorienterat arbetssätt när man undersöker kundens behov av stöd för arbetsförmågan. Hur påverkar ett lösningsorienterat arbetssättet expertens arbete? Hur har kunden nytta av ett lösningsorienterat arbetssätt?

Riitta Malkamäki, lösningsorienterad psykoterapeut, coach och arbetshandledare, innan vi går in på det lösningsorienterade sättet att tänka och arbeta, kan du berätta för oss i några meningar varför detta är viktigt?

Malkamäki: Först och främst, tack för att du bjöd in mig till denna konversation. Och det är viktigt eftersom vi inte har den ekonomiska eller samhällseliga möjligheten att fortsätta på samma sätt, på exakt samma sätt som vi har gjort hittills, men framför allt är det viktigast genom människornas mänskliga liv.

Lehtinen: Vad innebär detta lösningsorienterade sätt att tänka och arbeta? Är det möjligt att beskriva det i ett nötskal?

Malkamäki: Säkert. Naturligtvis finns det alltid mycket osagt när man är kortfattad, men först och främst är det ett ganska starkt ställningstagande till vad sakkunskap är: Hur ska man gå tillväga? Vem gör? Vad man gör och vem som är ansvarig för det och vems uppgift det är att veta, och i synnerhet ett ställningstagande till hur saker hanteras och var man ska börja, vad man ska stärka, vad man ska ta vidare. Och det är en form av professionalism, precis som allt annat.

Lehtinen: Vilken typ av arbete är ett lösningsorienterat arbetssätt lämpligt för? Vem har nytta av detta sätt att arbeta?

Malkamäki: Jag tror att det är till nytta för alla. Först och främst vilka kunder som nu finns i olika sammanhang, naturligtvis i första hand för dem, eftersom lösningsorientering just bygger på att en persons möjligheter kan tas tillvara, att en person kan hitta tillbaka en koppling till det han eller hon har, och det kan vara till nytta för dem. Då är det naturligtvis ganska användbart, särskilt i dessa situationer relaterade till arbetsförmåga och arbete, att få dessa färdigheter och resurser och visdomar och förståelser i bruk, eftersom människor fortfarande har en enorm mängd, men ganska ofta är det på något sätt fastnat eller blockerat eller är tillfälligt otillgängligt eller vad som helst, och då är fördelen helt enorm. Naturligtvis finns det fördelar för arbetsgivarna, eftersom arbetsgivare behöver kompetenta människor, och det finns det.

Vi har ett stort antal personer utan jobb och ett stort antal lediga tjänster. Och det betyder att vi under tiden måste göra människors resurser tillgängliga. Det är till nytta för arbetstagaren, experten, eftersom expertens sätt att göra det blir helt annorlunda och skapar en helt annan energi för också det egna agerandet.

Lehtinen: Kan detta lösningsorienterade arbetssätt användas där i alla skeden av stöd för arbetsförmågan: vid utredning av behov, fastställande av mål, val av metoder, samordning av tjänster och utvärdering av framsteg? Kommer det att fungera i alla skeden?

Malkamäki: Enligt min mening fungerar det i alla skeden, naturligtvis alltid i olika skeden på olika sätt. När lösningsorientering, eller kanske ännu mer resursorientering, och jag kombinerar till och med ganska starkt ett narrativt tillvägagångssätt till detta, är det inte som en produkt som är en slags skraddarsydd modell, utan det är så mycket mer: i grund och botten ett sätt att tänka, ett förhållande till expertis, ett förhållande till en person, ett förhållande till problemlösning, allt detta. Dessa användningsområden är alltid lite olika i olika situationer och på vilket sätt det kan utnyttjas. Och då kan man i alla skeden använda nästan samma arbetsmetod.

Lehtinen: Du sa tidigare att kunden kommer att dra mest nytta av detta. Finns det några konkreta bevis för detta? Blir det snabbare eller enklare att hitta nödvändiga tjänster och hjälp? Påverkar det eventuellt möjligheten till sysselsättningen eller att snabbare återgå till arbetet?

Malkamäki: Vi har ännu ganska lite information, men så småningom börjar den samlas och till exempel i samband med utbildningen av koordinator för arbetsförmåga finns det forskningsprojekt som redan börjar ge lite information om vad det exakt handlar om vad gäller sysselsättning och att fortsätta i arbetet och partiell arbetsförmåga. Erfarenheterna säger redan mycket om den här resan, och även om det faktum att när människor hittar meningsfullt arbete och saker som är viktiga för dem börjar förverkligas, bär detta dem längre framöver. Eftersom vi på konstgjord väg kan skapa en mängd olika lösningar, kan vi så att säga också tvinga människor till olika tjänster, så att vi kan göra statistiken vacker, men vår uppgift är nog att göra något helt annat – och vårt jobb är att få ett meningsfullt arbete för människorna och därmed också få saker och ting att röra på sig både ekonomiskt och socialt.

Lehtinen: Har du, Riitta Malkamäki, kunskap om eller känsla för hur detta lösningsorienterade arbetssätt har tagits emot bland experterna?

Malkamäki: Det finns redan mycket kompetens bland experterna, och åtminstone delvis kompetens. Och på så sätt är mottagandet mycket bra, eftersom alla som gör det här arbetet i sin vardag vet att det finns stunder av frustration och saker som på något sätt inte har framskridit. Och vi har också människor som cirkulerar, kan man säga, cirkulerar, i olika tjänster i 15 år. Och det är inte bra för någon, det kan inte fortsätta. Och på så sätt letar människor gärna efter nya sätt att agera i olika situationer. Och naturligtvis finns det ingen absolut den enda rätta modellen, utan vi letar uppriktigt efter den modellen

hela tiden, så att meningsfullheten och funktionaliteten och effektiviteten och användbarheten ur allas synvinkel kan föras vidare.

Lehtinen: Lösningorienterad psykoterapeut, coach, arbetshandledare Riitta Malkamäki, detta låter nu inte som det allra senaste det här lösningorienterade arbetssättet. Tydligt har detta dock använts till viss del.

Malkamäki: Det har använts mycket och Finland är en föregångare till exempel vad gäller det faktum att lösningorientering har varit en av de trender som också har valts ut som giltiga former av psykoterapi.

Lösningorientering har också tagits till Finland i årtal via utbildning, lärande, ledarskap, arbetsgemenskapsförmedling, i stor utsträckning via olika saker, arbetshandledning, allt detta. Det har varit några nyckelpersoner i Finland som har gjort det enorma grundarbetet som gör det enkelt för oss att gå vidare. Och nu kan man till exempel nämna Tapani Ahola och Ben Furman, som gjorde ett utmärkt grundarbete. Runt om i världen har forskning och utveckling bedrivits i 30–40 år.

Jag deltar ganska aktivt i dessa projekt både i Europa och resten av världen och där arbetar man verkligen. Och ibland när jag hör någon säga att lösningorientering på något sätt är lätt, har jag nog svarat att du kan dra åt helsicke. För då vet man verkligen inte vad det är frågan om och vilken arbetsinsats som ligger bakom, och vilken typ av grunder och modeller, som kanske inte alla vet så mycket om heller. Det finns en enorm grund för till exempel Milton Ericssons arbete, som skapade en bra plattform för en hel del trender och arbetsmodeller framöver, men särskilt Milton Ericsson har påverkat lösningorienteringen på ett sådant sätt att han hade den absoluta tanken om att människor har resurser för allt de saknar och vart de är på väg, men dessa människor vet ofta inte att de har dem. Och det är därför en experts uppgift är att hjälpa till att hitta tillbaka till de resurserna och vid behov få mer, men att Ericsson insisterade på att människor verkligen är kloka på sitt eget sätt och att detta måste utnyttjas.

Lehtinen: Det här låter riktigt bra. Du nämnde dock där att det finns människor som kan cirkulera upp till 15 år i olika hjälpfunktioner. Varför är det kanske lättare för oss människor att fokusera på problemen? Varför fokuserar vi på problem?

Malkamäki: Jag tror att det i första hand är ganska naturligt, så att det med mindre ansträngning slinker in i den konversationen, det börjar på något sätt naturligt. Vi är vana att tänka att när ett problem uppstår, så vems fel är det, eller vad som orsakar det, eller så tar vi tag i saken och nu diskuterar vi. Sedan är det dessutom kanske delvis tanken att vad är användbart, eftersom det är en så stark tanke att om man inte berättar hela historien så kommer man inte riktigt att bli bättre eller kunna gå vidare, eller så kommer saker och ting inte att lösa sig. Och sedan försöker man naturligtvis göra gott, men det hjälper inte. Var och en av oss har också människor i vår vänkrets, som säkert upprepar sin historia till exempel vid en separation eller i någon annan kris om och om igen, och också stannar ganska snävt i sin egen berättelse.

Och även om det kan kännas bra ett tag, som det gör just nu, men i efterhand. Min erfarenhet, och även en del av forskningen, säger att människor tycker att det är mer användbart att ha dessa samtal i vilket sammanhang som helst där ett nytt perspektiv på den tidigare historien har uppstått. Och det är vad vi behöver. Och då är det ett nytt perspektiv på resurser och, så att säga möjligheter, särskilt i situationer som gäller arbetsförmågan, och en tro på att det konkret är möjligt. Jag pratar nu inte om någon slags gräddtårta. Ja, vi kan spritsa alla typer av vispad grädde, men det är inte syftet, utan att i själva verket hitta de delar av den människans värld som talar för att detta är möjligt. Och vårt jobb är att göra dem synliga.

Lehtinen: Riitta Malkamäki, vad tycker du om stödet för arbetsförmågan just nu? Får personen stöd i rätt tid och enligt sina behov, eller finns det fortfarande utrymme för förbättringar?

Malkamäki: Vi måste åtminstone förbättra det faktum att vi har bra servicesystem som utvecklas här, men variationen är fortfarande stor både regionalt och enligt situation, företag, arbetsplats, det finns ganska stora variationer i vilken typ av tjänster en person kan få, men vi har bra modeller som redan är på kommande, oavsett vad det kan vara. Och just så att de fokuserar på att återställa arbetsförmågan och sedan dra nytta av det som finns kvar, men variationen är för stor.

Lehtinen: Betyder det geografisk variation eller vilken typ av människor står mot varandra, eller?

Malkamäki: Geografiskt är detta kanske inte fallet, eftersom riktigt bra möjligheter utvecklas över hela Finland. Dessutom kan variationen delvis vara expertspecifik, men även servicesystemspecifik. Man har ännu inte kommit så långt i utvecklingen av tjänsten överallt.

Lehtinen: Du, Riitta Malkamäki, deltar i utbildningen av koordinatörer för arbetsförmåga i Finland, såsom du nämnde tidigare. I vilka situationer använder en koordinator för arbetsförmågan detta lösningsorienterade arbetssätt?

Malkamäki: Jag tror att hela arbetssättet egentligen bygger på det, som vi också har tänkt på i hela detta utbildningsprogram. Och när arbetet för en koordinator för arbetsförmågan inte är en fortsättning på något tidigare arbete, utan är helt och hållet en egen synvinkel, och då är det just så att med människor klagas möjligheter och en ny typ av helhet byggs upp, och då är detta fallet i alla skeden. Och det finns några bra modeller på kommande och efter en tid och när människor övar på dem och de blir bra, för naturligtvis behöver saker som detta också övas på och man måste få respons och komma tillbaka till grunderna. Ingen blir mästare utan träning.

Lehtinen: Och kanske är det, när det inte finns några direkta svar på det, som gör det här, fråga det här, hänvisa dit, då kanske det då leder till, skapar en utmaning, och sedan också känns bra.

- Malkamäki: Exakt. Och energin och kraften att jobba på det sättet. Framlidne Martti Lindqvist sade en gång för 30 år sedan att ett bra arbete är ett arbete där man har mer energi efter jobbet än när man går till jobbet. Och jag kommer ihåg att jag då tänkte, jaha pojke, nu vet du inte riktigt vad arbete är, men efter 30 år förstår jag mycket väl vad han menade med det.
- Lehtinen: Nu när folk lyssnar på den här intervjun är jag säker på att det väcker tankar som att jag också skulle vilja använda ett lösningsorienterat arbetssätt. Kan vem som helst göra det? Hurudan utbildning och var?
- Malkamäki: Vem som helst kan börja. Man kan alltid börja någonstans och börja tänka annorlunda, fokusera energin på olika typer av synpunkter, och börja hemma eller med vänner, och läsa och lära känna och tänka från kanske en ny synvinkel. Och ju längre du går vidare med professionellt arbete, desto mer behöver du övning och utbildning, och kanske också teoretisk förståelse. Min erfarenhet är att även i de långa utbildningarna, eftersom vi har terapiutbildningar och vi har olika metodutbildningar av denna typ, tar det till exempel mest energi att ändra ett tidigare sätt att arbeta, eftersom människor är vana vid att göra saker lite annorlunda. Dessutom saknar vi fortfarande att vi har en hel del metodutbildning relaterat till detta arbetsliv, och förhoppningsvis kommer det att finnas mer av det i framtiden. Eftersom det inte handlar om terapi, inte om behandling, handlar det om arbetsförmåga och relaterade teman och sysselsättning. Och jag hoppas att vi kan stärka den utbildningen.
- Lehtinen: Lösningorienterad psykoterapeut, coach och arbetshandledare Riitta Malkamäki, om du skulle få en trollstav och kunna förändra något i den här världen, i vilken riktning skulle du vifta med trollstaven?
- Malkamäki: Om en trollstav skulle möjliggöra allt skulle den svänga i riktning mot att möjligheterna och skatterna och ädelstenarna inom alla människor skulle bli synliga, så att var och en av oss skulle kunna se möjligheterna och ädelstenarna i varandra.
- Lehtinen: Är det faktiskt en ganska bra definition av detta lösningsorienterade sättet att arbeta?
- Malkamäki: Det är en ganska bra definition. Och lägg ännu till dina egna ädelstenar och skatter och möjligheter, och att bygga på dem. Jag har sett hur vackert det kan förverkligas.
- Lehtinen: Du lyssnade på en podcastintervju relaterad till regeringens spetsprojekt Osakykyisille tie työelämään. Social- och hälsovårdsministeriets projekt syftar till att säkerställa att personer med partiell arbetsförmåga fortsätter i arbetslivet eller hittar arbete på den öppna arbetsmarknaden.