

## BESKRIVNING AV 7TJUGO

7TJUGO är empowermentpedagogik där huvudfokus ligger inom området för den personliga utvecklingen och samspelet mellan människor. Metoden ligger till grund för hur vi i vårt arbete möter deltagarna på Arbetsmarknadsenheterna och är det medvetna förhållningssätt vi anammat i första hand till oss själva, sedan våra medarbetare och sedermera även de deltagare vi möter. Empowermentpedagogiken består av grundstenarna: Ett existentiellt synsätt, lösningsfokuserat förhållningssätt, involveringspedagogik, empowerment, eller egenmakt, innebär att den enskilda individens upplevelse av sin möjlighet och förmåga att påverka sin tillvaro är i fokus. Behovet av att känna att man själv kan påverka sitt eget liv och sin egen livssituation bedöms som djupt allmänmänsklig. Med arbetssättet i 7TJUGO vill man uppnå att den enskilda individen ska se sig själv som sittandes i förarsätet i sitt eget liv. Detta kan, för vissa, innebära att de behöver göra en förflyttning från baksätet till förarplatsen.

Empowermentpedagogiken ger förutsättningar för att skapa egna livsstrategier, uppfatta sig själv som fri och ansvarig och känna delaktighet och inflytande. Empowermentpedagogiken betonar det förhållningssätt som betraktar alla människor som huvudrollsinnehavare i sina liv. Frågan om empowerment hänger här nära samman med den enskilda individens tillgång till, eller avsaknad av, självkänsla. Självkänslan är starkt förknippad med förmågan att själv vilja, kunna och våga påverka den egna vardagen och livssituationen. Det är en process som har sin utgångspunkt i individen. Empowerment hänger enligt metoden nära samman med omgivningens bemötande, självreflektion, medvetandegörande samt hjälp till självhjälp i en fri och befriande miljö.

Pedagogiken har som fundament utgångspunkt i att växande uppnås genom praktiskt och teoretiskt inhämtande av kunskaper. Detta leder till insikter som i sin tur leder till ökad medvetandegrad om den verklighet man agerar i och inte minst i hur man kan påverka och förändra den. Vi bedömer att metodens stora individfokus, med hänsyn till målgruppens komplexitet och hur vi vill jobba med deltagarna, ligger väl i linje med projektmålen. Därtill är metoden inarbetad sedan tidigare. Projektets coacher kommer arbeta med sju block som man kan använda i fri ordning enligt individens eller gruppens behov.

1. Plattformen- här skapar vi tillsammans den grund som vi utgår från under hela utbildningstiden. Här står relationer, trygghet och tillit i fokus samt en nyfikenhet på var deltagarna befinner sig. Vilket mål finns det motivation och kraft att arbeta mot. Här möter vi individen/gruppen där den befinner sig innan processen har börjat. Här introduceras den gemensamma spelplanen. (Bilaga 5)
2. Kommunikation- här fokuserar vi på värdet av kommunikation och belyser komplexiteten i kommunikation mellan människor, här arbetar vi med respekt och lyhördhet, prata, lyssna nyfiket, öppna frågor, empatiskt kommunikationssätt, tala inför grupp, icke-verbal kommunikation.
3. Förhållningssätt- vårt förhållningssätt är en avgörande faktor i vårt bemötande gentemot oss själva och andra, här reflekterar vi över vårt förhållningssätt när det gäller relationer, situationer och olika förutsättningar. Här arbetar vi med värderingar, roller, relationer och gränser.
4. Självbild- Det förhållningssätt vi har beror till stor del på vilken bild man har av sig själv. Att ta reda på vem jag är och vem jag vill vara, kan ta tid. Att sträva mot att upprätthålla eller stärka min självbild kan i sin tur underlätta för att göra medvetna val. Här jobbar vi med självkänsla och självförtroende, bekräftelsen som verktyg för att stärka självbild, tankens kraft och känslor.

5. Resurser- i det här blocket synliggör vi egenskaper och styrkor genom att bekräfta mig själv och andra. Här reflekterar vi över vilka förmågor vi har och vilka förmågor vi behöver träna på. Detta kan i sin tur förstärka/upprätthålla tron på deras egna förmåga. Här arbetar vi med egenskaper och styrkor, kompetenser och bekräftelse.
6. Ansvar- I det här blocket reflekterar vi över på vilket sätt man tar ansvar, eller inte. Med utgångspunkt i förändringsprocessen arbetar vi vidare med val, ansvar och konsekvenser för att stärka upplevelsen av empowerment- makt över mitt eget liv.
7. Mål-Välformulerade mål gör vägen tydlig. Delar man dessutom upp det stora målet i delmål, känns vägen kortare. Under det sista blocket lägger vi energin på att se framåt. Dels sammanfattar vi vilka verktyg vi tagit del av, och på vilket sätt vi kan använda dessa som styrkor i arbetet för att nå nya mål. Fokus är till stor del individuellt under detta avslutande block. Här arbetar vi med uppföljning, planering och utvärdering och bekräftelse.