

Motiverande samtal – MI

Metoden Motivational Interviewing – MI utvecklades på 1980-talet av den amerikanska psykologen och professorn William R Miller utifrån hans forskning inom missbruksområdet. Miller utvecklade sedan tillsammans med psykologen Stephen Rollnick, MI vidare som samtalsmetod och förhållningssätt. 1991 skrev de tillsammans den första boken i MI, *Motivational Interviewing: Preparing People to Change Addictive Behavior*. MI tillämpas idag inom flera olika områden där förändring är önskvärd. Metoden utvecklas ständigt och forskning pågår alltså runtom i världen.

Motiverande samtal – MI är en personcentrerad och förändringsinriktad samtalsmetod och förhållningssätt som används för att skapa goda förutsättningar för förändring.

Motiverande samtal ger personen en ökad förståelse för problemen. MI stimulerar till att hon får möjlighet att själv hitta och fundera över olika lösningar, som kan leda till att de egna uppsatta målen nås. På det viset utvecklas hennes nyfikenhet, delaktighet och drivkraft till att möjliggöra förändringen utifrån sitt eget beslut och sina egna förutsättningar. Motiverande samtal passar i samtal som syftar till att öka personens egen inre motivation till att vilja förändra sig.

MI hjälper oss att med ett empatiskt och respektfullt förhållningssätt åstadkomma det goda samtalet.

Till vem vänder sig utbildningen i Motiverande samtal?

Utbildningen vänder sig till dig som arbetar med förändrings- och motivationsarbete inom t ex socialtjänst, kriminalvård, missbruksvård, hälso- och sjukvård, arbetsförmedling, försäkringskassan och skola.

Vad innehåller utbildningen?

- Grundläggande principer och förhållningssätt
- Bakgrund till metoden
- Beskrivning av modeller för förståelse av förändring, motivation, motstånd och ambivalens
- Användning av kommunikationsfärdigheterna, att lyssna noga, reflektera, ställa öppna utforskande frågor, sammanfatta
- Med kommunikationsfärdigheterna som verktyg kunna lyssna noggrant, bedöma och föra samtalet vidare utifrån personens beredskap till förändring.
- Användbara strategier:
 - Att lyssna efter, hämta fram och förstärka personens uttalanden som handlar om motivation och förändring
 - Att förebygga, möta och hantera motstånd
 - Att utforska personens ambivalens för att underlätta för henne att komma vidare i förändringsprocessen
 - Meny – Agenda
 - Informationsväxling
- Dilemman, utmaningar och möjligheter vid tillämpning av metoden inom det egna verksamhetsfältet

Convenire

Ann-Sofie Eriksson, auktoriserad socionom, lärare i Motiverande samtal – MI, medlem i MINT, Motivational Interviewing Network of Trainers
ann-sofie.eriksson@convenire.se

Arbetsformer

Metoden förmedlas med en pedagogik och ett förhållningssätt som involverar och skapar engagemang, för att främja delaktighet och egen aktivitet hos deltagarna.

Kursdeltagarnas egna erfarenheter från vardagen tas tillvara. På det viset kan deltagarna relatera och integrera metoden till sin egen tillvaro, vilket ökar utbildningens relevans och inlärning blir mer effektiv.

Innehållet i utbildningen förevisas med hjälp av föreläsningar, belysande exempel via olika media, varvat med praktiska övningar med möjlighet till återkoppling.

Omfattning

Halvdag eller heldags introduktion. Grundutbildning 2 + 2 dagar eller efter önskemål.

Convenire

Ann-Sofie Eriksson, auktoriserad socionom, lärare i Motiverande samtal – MI, medlem i MINT, Motivational Interviewing Network of Trainers
ann-sofie.eriksson@convenire.se