



Motiverande samtal – MI

-en effektiv metod för att hjälpa människor till förändring

Motiverande samtal är en samarbetsinriktad, evidensbaserad samtalsmetod som syftar till att stärka en persons motivation och åtagande till förändring genom den specifika samtalstekniken i MI och den grund metoden vilar på, MI-andan. Vår grundutbildning i MI pågår under tre dagar och varvar teori med en stor del praktisk träning. Utbildningen leds av erfarna MI-tränare som är medlemmar i MINT, Motivational Interviewing Network of Trainers.

MI-andan – autonomi och medkänsla

I sann MI-anda sker ett samarbete mellan rådgivare och klient. Samarbetet innebär att man som rådgivare tar hänsyn till klientens autonomi, alltså dennes självbestämmanderätt över sitt liv. Det innebär också att man visar en sann medkänsla (compassion) och respekt för sin klient. MI är vägledande och utgår från där klienten befinner sig i sin förändringsprocess. Med MI möter vi klienten där den är, inte där vi tror att den är eller där vi nödvändigtvis vill att den ska vara.

Innehåll

Vi går igenom grundläggande samtalsteknik, kroppsspråk och icke-verbal kommunikation. Utbildningen belyser även strategier och processer i det motiverande samtalet. Du får tid för eftertanke och reflektion.

Utbildningen ger kunskap och praktisk träning i:

- MI-andan
- samtalstekniken i MI – BÖRS
- förändringsprocessen
- aktivt lyssnande
- att utforska och lösa ambivalens
- att lyssna efter och stärka förändringsprat
- att hantera dissonans
- verktyg att använda i samtal

Målgrupp

MI kan med fördel användas överallt där dialog och bemötande är en viktig del av arbetet. Den är väldigt användbar för att kunna bedriva effektivare samtal och syftet med metoden är att förstärka klientens inre motivation till förändring. Några exempel på verksamheter där MI passar bra att använda är inom vård, omsorg, socialt förändringsarbete, friskvård, socialtjänst, psykiatri och i skolan.



Upplägg

I vår MI-utbildning varvas teori med praktiska övningar, filmvisning och diskussioner. Vi arbetar också med fallbeskrivningar och filmer med exempel på MI-konsultationer.

Under utbildningen får du praktiskt träna och öva för att på djupet lära dig hur ett motiverande samtal går till. Vi tar upp hur kroppsspråket påverkar kommunikationen och mötet med andra människor. MI-utbildningen är deltagarcentrerad och du uppmuntras att vara aktiv och delaktig.

En grundutbildning i motiverande samtal är på totalt tre dagar och startar med två sammanhängande utbildningsdagar och en uppföljande dag med repetition och avslutande moment. Efter utbildningen får du ett utbildningsintyg som visar att du genomfört en tre dagars grundutbildning i Motiverande samtal.

[Läs allt om Sverigehälsans öppna grundutbildning i MI →](#)

Utbildare

Malin Stihl leder utbildningen i Malmö. Hon arbetar som metodgarant i MI på Humana, vilket innebär att hon arbetar med utbildning och handledning. Malin har utbildat i MI sedan 2010, och är medlem i MINT (Motivational Interviewing Network of Trainers). Hon har skrivit boken, *Motiverande samtal i praktiken – Hjälpa människor till varaktig förändring*.

Isabella Miulus leder utbildningen på distans. Isabella är certifierad ACRA-terapeut och medlem i MINT (Motivational Interviewing Network of Trainers), och jobbar som utbildare, metodhandledare och ACRA-terapeut. Hon är också svensk översättare av den amerikanska ACRA-manualen, som kom ut i augusti 2018. Isabella har tidigare jobbat inom psykiatri, socialpsykiatri, på SiS och på behandlingshem.

Sverigehälsan erbjuder sedan 30 år tillbaka yrkesutbildningar via YH, kompetensutveckling för yrkesverksamma och uppdragsutbildning för verksamheter och företag. Vi är även störst i Sverige på KBT-utbildningar. Läs mer och se hela vårt utbud av utbildningar på sverigehalsan.se