SVERIGEHÄLSAN

Sverigehälsan för verksamheter:

Motiverande samtal (MI)

Motiverande samtal (Motivational Interviewing, MI) är en evidensbaserad samtalsmetod för att hjälpa människor till förändring genom den specifika samtalstekniken i MI och den grund metoden vilar på, MI-andan.

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.

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.

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.

Utbildare

Malin Stihl arbetar som metodgarant i MI på Humana och har utbildat i MI sedan 2010 och är medlem i MINT (Motivational Interviewing Network of Trainers).
Isabella Miulus är utbildare, metodhandledare och certifierad ACRA-terapeut samt medlem i MINT (Motivational Interviewing Network of Trainers).

SVERIGEHÄLSAN

Våra utbildningar:
Utbildningarna kan genomföras i digitalt format eller fysiskt på plats hos er eller hos oss, beroende på era behov och önskemål.

Grundutbildning i motiverande samtal (MI)

Alla som ska arbeta med MI behöver grundutbildningen som pågår under 3 dagar. Utbildningen följer ramverket för den internationellt fastställda utbildningsplanen. Under de 3 dagarna varvas teori med fallbeskrivningar, diskussioner, filmer med exempel på MI-konsultationer. En stor del av utbildningen består av praktisk övning. Undervisningsformen är aktiv för att deltagarna på djupet ska lära sig hur ett motiverande samtal går till.

Med utbildningen får deltagarna verktyg för att bedriva effektivare samtal, förstärka människors delaktighet och tilltro till den egna förmågan samt locka fram deras motivation till förändring.

Innehåll

Vi går igenom grundläggande samtalsteknik, kroppsspråk och icke-verbal kommunikation. Utbildningen belyser även strategier och processer i det motiverande samtalet. Tid avsätts 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 och verktyg att använda i samtal.

MI metodstöd

MI metodstöd är en 2-dagarsutbildning för de som gått en grundutbildning i motiverande samtal. Med MI metodstöd möjliggörs intern fortbildning inom motiverande samtal som leds av utbildade metodstödjare direkt på arbetsplatsen.

Vi börjar med att kort repetera grunderna i MI för att sedan koncentrera oss på det arbete som krävs för att implementera metoden i en verksamhet. Under utbildningen utgår vi från följande frågeställningar:

- Hur kan jag motivera en negativ personalgrupp?
- Hur kan jag hjälpa medarbetarna att implementera metoden?
- Vilket stöd behöver jag från min chef för att implementera metoden?
- Vilken tidsåtgång krävs för att implementera metoden?
- Hur kan jag hålla mig uppdaterad för att upprätthålla arbetet med metoden?

SVERIGEHÄLSAN

MI boosterdag

En boosterdag i MI ger möjlighet att repetera och bygga på redan befintliga kunskaper. Deltagarna får ta del av nya övningar, vässa verktygen och inspireras tillsammans med likasinnade och en av våra MINT-certifierade utbildare.

Boosterdagen passar dem som gått en utbildning i MI-utbildning tidigare. Oavsett erfarenhet och nivå ger dagen ett inspirerande utbyte där vi pratar MI, utbyter erfarenheter och övar, övar, övar.

Handledning

Genom handledningen kopplas teori till praktik – deltagarna får feedback, kan ställa frågor och reflektera över alternativa lösningar. En erfaren handledare från Sverigehälsan leder reflektionsövningar där personalen får diskutera sina beslut och insatser under övningarna. Detta stöd under och efter utbildningen hjälper personalen att befästa nya kunskaper och arbetssätt i sitt dagliga arbete.



Är du nyfiken på hur vi kan hjälpa er verksamhet?

Varmt välkommen att kontakta Peter Stjernfeldt, VD Sverigehälsan, peter.stjernfeldt@sverigehalsan.se eller 040-698 6001.

Sedan 30 år tillbaka är vi ett av Sveriges ledande kunskapsföretag. Vi erbjuder yrkesutbildning inom Yrkeshögskolan (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