

# Motiverande samtal digital kurs

## Information om kursen

Motiverande samtal (MI) är ett evidensbaserat förhållningssätt och en samtalsmetodik som på effektivt sätt får individen att själv finna möjligheter till förändring. MI fokuserar på att öka individens delaktighet och engagemang i sin egen förändring. Grunderna i förhållningssättet är att lära sig lägga märke till, locka fram och stimulera kommunikation som hjälper individen vidare i sin förändringsprocess och samtidigt kunna möta individen i de svårigheter som kan uppstå under förändringsprocessen.

Innehåll:

- Att utgå från MI-andan, förhållningssättet
- Att få samtalsverktyg om hur du möjliggör och förbättrar en effektiv och respektfull kommunikation beträffande beteendeförändringar med hjälp av MI-metoden
- Att höra, lock fram och förändra förändringsprat
- Att arbeta med olika strategier inom MI som, Be om lov, Meny/Agenda och att informera i dialog (UEU)
- Att medvetet arbeta med de fyra processerna i samtalet
- Att arbeta med motståndsbegreppet och motståndshantering i förändringsprocessen
- Att utvecklas i min professionella roll som samtalsledare
- Att analysera vad händer hos mig som professionell vid svåra samtal, vilka val är konstruktiva respektive mindre konstruktiva
- Att arbeta med ambivalensutforskning
- Att kunna tillämpa MI olika kontext

- Kodning och återkoppling av det egna MI-utförandet

Utbildningen bygger på teori, demonstrationer och praktiska metodfokuserade övningar som görs i större och mindre gruppkonstellationer. Pedagogiken är deltagarcentrerad och bygger i hög grad på egen aktivitet. Utbildningen utgår från de problemområden som är aktuella för deltagarna.

## Målgrupp

Kursen riktar sig till personal som möter människor i sitt arbete som är i behov att genomföra en förändring av något slag.

## Medverkande

Ell-Marie Wärmegård, Leg.Psykoterapeut, auktoriserad familjerådgivare, handledare, MI-utbildare. Utbildare i grundutbildningar, fördjupningsutbildningar, MI-coachutbildningar och handleder i metoden. Ell-Marie är medlem i International Motivational Interviewing Network of trainers (MINT).



**Pris:** 3600 exklusive moms

**Plats:** Digitalt via Teams

**Datum & tid:** 2023-03-21, 03-22, 04, 21 – 09.00 – 16.00 samtliga dagar