

# Motivationssamtalen (MI)

Else-Marie Lønvig



Lene Sjöberg



MINT-trænere og kliniske  
Kommunikationskonsulenter

Rusmidler modul II  
Grunduddannelse for nøglepersoner  
Nuuk, Grønland 2018



# For at turde tale om misbrug



sundhedsekspresen  
ed vi.



## Skal man lære hvordan.....



sundhedsekspresen®  
Det virker. Det ved vi.

 **MINT** Motivational Interviewing Network of Trainers  
excellence in motivational interviewing

# Nøglepersonuddannelsen

- Birgit Niclasens initiativ til uddannelsen
- 4 dages uddannelse i den motiverende samtale
- Formålet er, at I får færdigheder til at opspore, afklare sammen med borgeren om han/hun vil ændre sine misbrugsvaner og at øge motivationen for en forandring

## Effekter af MI

- Der er masser af evidens for, at bedre kommunikation vha. simple midler virker

**Keep it simple!!!!**

## Effekter af MI

- Klienten føler sig set, hørt og forstået
- Kortere konsultationer
- Klager mindre
- Bedre overlevelse

Jonathan Silverman, Cambridge School of Clinical Medicine,  
2016

# Ånden i samtalen

- Partnerskaber
- Accept
- Medfølelse
- Fremkaldelse



**sundhedsEkspressen**  
Det virker. Det ved vi.

# Hvad er motivationssamtalen?

Først og fremmest en holdning

# Motivationssamtalen



sundhedsEkspressen  
Det virker. Det ved vi.

Den motiverende samtale er en samarbejdsbaseret samtalestil rettet mod at styrke egen motivation og et oprigtigt ønske om forandring

*(Miller, William R, Rollnick, Stephen 2014)*





# Hvordan ændrer mennesker vaner?

Samtaler om forandring omhandler vaner, adfærd og mange andre aspekter af menneskelivet

Tre simple trin til læring

- Få viden
- Se den omsat
- Prøve selv

# Tre velkendte kommunikationsstile

Følgende

Styrende

Vejledende



## De fire processer

- Indled samtalen og opbyg relationen
- Forhandle emnet og fokuser på en forandring
- Frembring forandringsudsagn og øg motivationen
- Planlæg forandringen og lav aftaler om næste skridt

## Grundlæggende samtalefærdigheder i MI

- At lytte
- Stille spørgsmål
- Bekræfte og anderkende
- Opsummere
- Reflekterende lytning

# Hvad er kort intervention?

- Hvad er den simpleste indsats?
- Prøv det selv
- Opfølgning på dag 4

# Hvad er ambivalens?

- Hvordan støtter man mennesker som er i tvivl?
  
- Øvelser

# Modstand og fælder

- Hvordan tackles modstand i samtalerne og hvordan undgår man som fagperson at falde i klassiske fælder i samarbejdet med klienten?

# Implementering

Fokus på tre niveauer:

- Ledelse
- Medarbejdere
- Organisering