

INSPIRATIONSDAG

MI

VÄLKOMNA!!!

mats@hogmark.com

- MI som förhållningssätt
- Grundläggande färdigheter
- Nyheter från MI-världen

SAMARBETANDE

UTFORSKANDE

"SAKEN"

BEKRÄFTANDE

ACCEPTERANDE

FYRA PROCESSER I SAMTALET

PLANERA

FRAMKALLA

FOKUSERA

ENGAGERA

KOMMUNIKATIONSVERKTYG

- LYSSNA
- BEKRÄFTA
- ÖPPNA FRÅGOR (UTFORSKANDE)
- SAMMANFATTNINGAR (KORTA & LÅNGA)
- INFORMATION I DIALOG

Informationsutbyte

"Informera i dialog"

U-E-U

- U - **utforska** vad patienten redan vet
- E - **erbjud** mer (anpassad) information
- U - **utforska** vad patienten tar med sig

[Glöm ej: Be om lov att informera!]

*"När vi lyssnar talar de
och när de talar upptäcker de"*

–Suzanne Murphy

"Snabbguide"

- Öppet sinne ("aah..") - släpp din agenda!
- Bekräfta personen (resurser, avsikter, egenskaper)
- Be om lov
- Utforska kunskaper
- "Sitt på händerna" - hamra inte!
- Sammanfatta - lyft förändringsprat

Undvik att...

- Varna, konfrontera
- Ge råd utan tillstånd
- Utforska "bibehållandet"

Reflektioner

- Enkla (det som sägs)
- Komplexa (det som menas)

Reflektioner

- Lyssna aktivt
- Du hör orden
- Du lyssnar efter ”meningen med livet”
- Du omformulerar det du hört
- Återberätta det du uppfattat (utan ?)
- Du får ett kvitto från klienten

”Tack MI för att...”

- ”...du har fått upp mina ögon för att samtalet är det vassaste verktyg som jag faktiskt har!”
- ”...du har väglett mig och givit mig verktyg att kunna genomföra samtal som ”spar” energi och ger viktig information och motivation!”
- ”...för att du ger mig så mycket inspiration! Du har lärt mig att vara ödmjuk, empatisk och jag gillar verkligen att utöva dig”
- ”...för att jag får använda ett öppet sinne, reflektera, sammanfatta och bekräfta”
- ”...för att din metod passar mig så bra”

”Tack MI för att...”

- ...för att du lärt mig att våga vara tyst.
- ...du har gjort mitt liv lite lättare och mer nytänkande.
- ...för att jag inte ska sitta på alla lösningar och jag har fått verktyg att använda!
- ...du öppnat upp mina tankar och sinnen så jag kan vara en god följeslagare till mina ungdomar en liten bit på deras väg.”

*”MI handlar om att komma upp jämsides med klienten -
och blicka mot framtiden tillsammans”*

–Stephen Rollnick

Hösten 2018

- MI-nätverket
- Basutbildningar
- Fördjupningsutbildning?
- Mejla info@finsamgotland.se
- www.finsamgotland.se/MI

Intryck av dagen

- Vad tar du med dig från den här Inspirationsförmiddagen?
- Hur tänker du använda dig av de insikterna?
- När skall du börja med detta?

"After all, when you seek advice from someone it's certainly not because you want them to give it.

You just want them to be there while you talk to yourself"

Terry Pratchett