

Motiverande samtal

Motiverande samtal, MI, är en samtalsmetod för att hjälpa människor att vilja förändra problematiska beteenden och få tilltro till sin förmåga att klara att genomföra förändringen. MI, är en av de psykosociala behandlingar som socialstyrelsens nationella riktlinjer rekommenderar för klienter med missbruk av narkotika. Effekten är minskad narkotikaanvändning och förbättrad social situation.

Sedan antal år tillbaka används MI på Sävik för att hjälpa klienten att hitta sin egen motivation till att ändra livsstil. Syftet med programmet är att få klienten mer motiverad till att ta itu med sina problem. MI är en evidensbaserad samtalsmetod som bl a hjälper människor till förändring av riskbruk och beroende av alkohol, droger och tobak.

MI innebär ett strukturerat förhållningssätt och är ett effektivt samtalsverktyg.

Centralt i förhållningssättet är en utforskande och samarbetande stil, där rådgivaren vill förstå personens sätt att se på problemet och en förändring av detta. Samtidigt försöker rådgivaren hjälpa personen att komma vidare till en förändring genom att erbjuda information om riskerna med beteendet och samtala om den osäkerhet som ofta finns inför en förändring.

Ett viktigt inslag i MI är att förstärka personens tillit till sin förmåga att förändra sig. Rådgivaren har också tillgång till verktyg för att locka fram s.k. förändrings-samtal och förebygga och hantera motstånd som man behöver komma förbi.

MI används vid strukturerade behandlingssamtal och som ett allmänt förhållningssätt vid den dagliga samvaron med klienter på Sävik. Det huvudsakliga målet är att hjälpa människor att komma vidare i en förändringsprocess.

Vill du veta mer om hur vi arbetar med MI är du välkommen att kontakta oss.