



## Motiverande Samtal – MI-utbildningar Hösten 2020

### **MOTIVERANDE SAMTAL (MI)**

MI är en samtalsmetod som syftar till att hjälpa människor till motivation och långsiktig förändring. MI bygger på ett empatiskt lyssnande där man hjälper klienten att hitta sin egen motivation och styrka till förändringsprocessen. Detta är ett sätt att hjälpa människor till förändring utan att tala om de rätta svaren eller att moralisera kring hur klienten borde göra. Effekterna av detta förhållningssätt är väl dokumenterade.

MI är en samtalsmetod som idag används inom många verksamheter av vård-skola-omsorg. Metoden fyller en viktig funktion för såväl läkare, sjuksköterskor, psykologer, chefer, poliser, socionomer, lärare och idrottsledare.

Vi vänder oss till dig som vill utöka din kommunikativa förmåga och hjälpa andra att hitta sin egen motivation till förändring.

Vi har lång erfarenhet av utbildning som riktar sig till personal inom Hälso- och sjukvård samt kommunernas socialtjänst, i och med samarbete med Ålsta Folkhögskola erbjuder vi nu också personal inom skola och folkhögskola. MI inom skolan blir allt mer vanligt och kan få positiv inverkan på det dagliga arbetet.

### **KURSLITTERATUR INGÅR I AVGIFTEN!**

Anmälan sker [via anmälningsskema](#) senast 1 vecka innan aktuellt utbildningstillfälle. Har du frågor kring utbildningstillfällena samt anmälningförfarandet maila till [anmalan.kompetenscentrum@rvn.se](mailto:anmalan.kompetenscentrum@rvn.se)

Kostnad Grundutbildning:	2000 kr exkl. moms
Påbyggnadsutbildning:	2000 kr exkl. moms

*Ej avbokad plats debiteras med hela deltagaravgiften.*

Har du övriga frågor och funderingar kring utbildningarna, kontakta [petter.tidestrom@alsta.nu](mailto:petter.tidestrom@alsta.nu)

## Grundutbildning MI

### Alternativ 1 – Grundutbildning 1+1 dag

Utbildningen omfattar 1+1 dag och du behöver inte ha några förkunskaper om MI för denna utbildning.

I utbildningen får du en grundläggande orientering om MI teori och du får tillfälle att öva dina nya färdigheter på ett sådant sätt att du redan efter dag 1 av utbildningen kan praktisera MI i ditt arbete.

Mellan dag 1 och dag 2 gör du en hemuppgift som blir en viktig del av dag 2. Efter utbildningen kan du praktisera MI på en grundläggande nivå.

### Alternativ 2 – Grundutbildning 3 dagar

Utbildningen omfattar 3 dagar med start efter lunch dag 1. Du behöver inte ha några förkunskaper om MI för denna utbildning. I utbildningen får du en grundläggande orientering om MI teori och du får tillfälle att öva dina nya färdigheter på ett sådant sätt att du redan under dag 2 kan börja praktisera MI som samtalsmetod. Under utbildningen så gör du en samtalsuppgift som blir en viktig del av den avslutande dagen. Efter utbildningen kan du praktisera MI på en grundläggande nivå.

## Påbyggnadsutbildning till MI

### Alternativ 1 – Påbyggnadsutbildning 1+1 dag

Utbildningen omfattar 1+1 dag och kräver att du har förkunskaper motsvarande del 1 grundutbildning. I denna påbyggnadsutbildning får du tillfälle att fördjupa dina teoretiska kunskaper om MI och träna samtalsfärdigheter för att du bättre skall kunna utöva MI i ditt arbete.

Mellan dag 1 och dag 2 gör du en hemuppgift som innebär att du praktiskt övar dina MI-färdigheter och dag 2 använder du hemuppgiften för att träna feedback.

### Alternativ 2 – Påbyggnadsutbildning 3 dagar

Utbildningen omfattar 3 dagar med start efter lunch dag 1. Påbyggnadsutbildningen kräver att du har förkunskaper motsvarande del 1 grundutbildning. I denna påbyggnadsutbildning får du tillfälle att fördjupa dina teoretiska kunskaper om MI och träna samtalsfärdigheter för att du bättre ska kunna utöva MI i ditt arbete. Under utbildningen så gör du en samtalsuppgift som innebär att du praktiskt övar dina MI-färdigheter och dag 3 använder du uppgiften för att träna feedback.

För höstens utbildningstillfällen – se nästa sida.

### **Sundsvall 1+1 dag** Tid: 09.00-16.00

<u>Kurskod:</u>	<u>Datum:</u>	<u>Kurstyp:</u>	<u>Kurslokal:</u>
20-06	2 sept & 16 sept	Grund	Ålsta folkhögskola
20-07	9 sept & 23 sept	Grund	Ålsta folkhögskola
20-09	30 sept & 14 okt	Grund	Ålsta folkhögskola
20-12	7 okt & 21 okt	Grund	Ålsta folkhögskola
20-14	4 nov & 18 nov	Påbyggnad	Ålsta folkhögskola
20-16	11 nov & 25 nov	Grund	Ålsta folkhögskola

### **Örnsköldsvik 1+1 dag** Tid: 09.00-16.00 (fika från 08:30)

<u>Kurskod:</u>	<u>Datum:</u>	<u>Kurstyp</u>	<u>Kurslokal:</u>
20-08	24 sept & 8 okt	Grund	Tärnan/Måsen, Örnsköldsviks sjukhus
20-15	5 nov & 19 nov	Grund	Havet, Örnsköldsviks sjukhus

### **Sollefteå 1+1 dag** Tid: 09.00-16.00 (fika från 08:30)

<u>Kurskod:</u>	<u>Datum:</u>	<u>Kurstyp</u>	<u>Kurslokal:</u>
20-11	6 okt & 20 okt	Grund	Samlingssalen, Sollefteå sjukhus

### **Sundsvall 3 dagar** Tid: 13.00-16.00 dag 1, 9.00-16.00 dag 2-3

<u>Kurskod:</u>	<u>Datum:</u>	<u>Kurstyp</u>	<u>Kurslokal:</u>
20-10	30 sept-2 okt	Grund	Ålsta folkhögskola
20-13	14 okt-16 okt	Grund	Ålsta folkhögskola
20-17	11 nov-13 nov	Påbyggnad	Ålsta folkhögskola
20-18	25 nov-27 nov	Grund	Ålsta folkhögskola