

”Den motiverende samtale”

v/Birgitte Wörn

www.birgitteworn.dk

Program

- Præsentation
- Motivationshjulet
- Balanceskemaet
- Historien om Ejup
- Pause
- Spørgsmål og svar

Har du forståelsespørgsmål
undervejs, så skriv til mig på:

bw@birgittewarn.dk

Wärn Kompetenceudvikling

Samtalen som professionelt redskab:

- Den vanskelige samtale
- Den motiverende samtale
- Samtale med psykisk sårbare og syge

Kurser, efteruddannelser og supervision:

- Arbejdspladskurser og åbne kurser
- Efteruddannelse til Psykiatrivejleder
- Supervision – individuelt og i grupper
- Online kurser og blended learning forløb
- Webinarer

Artikler og bøger

De små guider



Den Motiverende Samtale

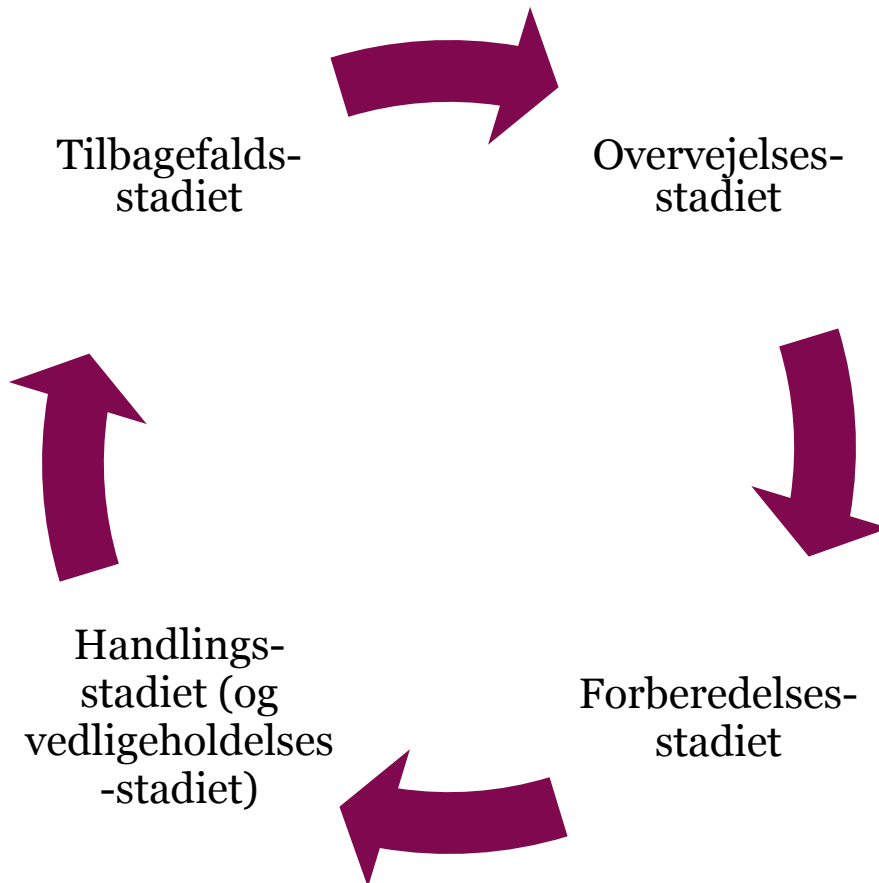
”Den motiverende samtale er en rådgivningsteknik hvor den grundlæggende tanke er at fremkalde personens egen indre motivation for ændring”.

(...fordi...)

”Forsøg på at presse eller overtale skaber modstand”

fra ”Motivationssamtalen” af Miller og Rollnick

Motivationshjulet



Balanceskemaet

(Uændret adfærd)	(Ændret adfærd)
Ulemper:	Ulemper:
Fordele:	Fordele:

Balanceskemaet

Arbejdsløs, ikke job- eller uddannelsessøgende

I job eller uddannelse

Ulemper:
Ikke så mange penge
Systemet er "efter ham"

Ulemper:
Ikke så megen tid til at gå på nettet og til at date

Fordele:
Tid til at gå på nettet og til at date!

Fordele:
(Flere penge + fri for systemet)
Mulighed for at invitere ud + Råd til bil
Mulighed for at møde piger på uddannelser

Hvad så hvis.....

Hvad så hvis personen når frem til, at
han/hun ikke vil ændre adfærd??

.....hjælp! 😊

Hvad så, hvis personen ikke ønsker at ændre adfærd?

- Husk på, at formålet med øvelsen er, at personen træffer et velovervejet valg (og ikke et bestemt valg)
- Vores rolle er at informere om muligheder og konsekvenser af valg
- Undersøg om ”ulemperne” ved ændret adfærd kan imødegås
- Brug evt. A-B-C modellen
 - Anerkendelse, Bekymring, Consequence (konsekvens)

A – B – C modellen – et eksempel

Fx:

Anerkendelse: Jeg kan forstå på dig, at du umiddelbart tænker, at uddannelse ikke er noget for dig, både pga. de erfaringer du har med dig fra folkeskolen og pga. økonomien.

Bekymring: Samtidig giver du også udtryk for, at du allerede nu i en alder af 30 har problemer med ryggen og jeg kan blive bekymret for, hvis du fortsætter som ufaglært, at du så på sigt ikke vil kunne klare det fysisk

C/konsekvens: - og så kan du risikere pludselig - og måske allerede som 40 årig - at stå i en situation, hvor du ikke længere har mulighed for at forsørge dig selv og dine børn, fordi du ikke vil kunne tage de jobs, der måtte være som ufaglært... Hvad tænker du om det?

Tak for i dag! 😊

Læs mere om kurser, bøger og webinarer - og
tilmeld dig nyhedsbrevet på

www.birgittewarn.dk

Email: bw@birgittewarn.dk

Tlf.: 61690022