

"Hur kan vi stärka inre motivation med motiverande samtal - MI?"

Hotell Kusten, 111011

MI – Motiverande Intervju

MI – Motiverande Intervju

“Motiverande samtal är en på samarbete grundad, personcentrerad form av vägledning för att framkalla och stärka motivation till förändring”

Miller & Rollnick, 2010

MI – andan..

MI – andan..

Framkallande

Autonomi

Samarbete

..& principerna

..& principerna

Empati

Diskrepans

Kompetens

Rulla med motstånd



MI - samtalsmetodiken

B ekräftande
Ö ppna frågor
R eflektioner
S ummeringar

➔ Framkalla förändringsprat & minska motståndsyttningar

MI - motivationsfaktorerna

MI - MOTIVATIONSFAKTORERNA

Vilja – beror på önskan, emotionell koppling, insikt, kunskap, behov, argument

Kunna – beror på förmåga, erfarenheter, resurser, praktiska tillvägagångssätt

Beslut – beror på val och förpliktelse

➔ Förändringsarbetet inriktas på att stärka samtliga faktorer!

Hur kan vi stärka inre motivation med motiverande samtal - MI?





"Hur kan vi stärka inre motivation med MI?"

Platser kvar på grundkursen 15-16 & 29-30 november!

Välkommen att kontakta oss!



/ Martin Carlsson

/ Karolina Edler

peakvision
prestationspsykologi & kognitiv coaching

www.peakvision.se

peakvision
prestationspsykologi & kognitiv coaching