



Den Motiverende Samtale

21. marts - 2012
Klokken 9.00-16.00

Regionshuset
Niels Bohrs Vej 30
9220 Aalborg Øst



REGION NORDJYLLAND

Den Motiverende Samtale

Kursusbeskrivelse:

Den Motiverende Samtale:

Er en samtalemethode, som er internationalt bredt anvendt, og med evidens for at kunne øge klienters motivation for livsstilsændring.

Den Motiverende Samtale kendetegnes ved at tage udgangspunkt i klientens egne holdninger, overvejelser og præferencer for herigennem at finde ressourcer til forandring hos klienten selv. Rådgiveren forholder sig aktivt til at undgå konfrontation og modstand i samtalen og anerkende klientens ret til selvbestemmelse. Gennem refleksion over fordele og ulemper frigøres klienten fra ambivalensen til at kunne starte en forandringsproces.

Om metoden

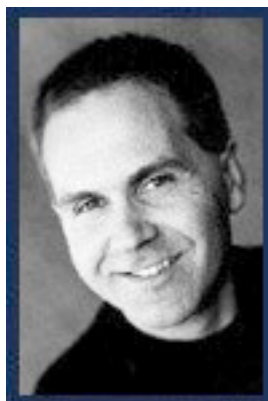
En væsentlig pointe er, at kunsten for rådgiveren består i at få diskussionen for og imod livsstilen flyttet "ind" i klienten. Formålet er således, at klienten opnår øget klarhed over sin ambivalens i forhold til livsstilen - eller i det hele taget når frem til en erkendelse af ambivalente følelser.

Det ønskede resultat er, at det er klienten der diskuterer med sig selv, hvorvidt det vil være en ide at ændre noget, medens rådgiveren skal tilvejebringe en situation, hvor der skabes plads til dette.

Undervisningen omfatter præsentation af:

- Stages of Change, den transteoretiske model
- Motiverende samtale
- Træning af samtaleteknikker
- Beslutningsbalance (arbejdsark)
- Håndtering af modstand

Pensum: Dalum, P. og Sonne T.: At tale om forandring, Tobaksskaderådet 2000 (s.47-75)
– kan printes ud fra: www.sst.dk/publ/Publ2000/At_tale_om_forandring.pdf



Om underviseren:

Torsten Sonne er selvstændig psykolog i Psykologhuset, Vesterport, men har som tidligere leder af STOP-Liniens rådgivning stor erfaring med at rådgive rygere i forbindelse med rygeophør.

Torsten Sonne er endvidere forfatter på flere lærebøger og rådgivningsmanualer om samtalen om livsstilsændring og har stor erfaring som underviser, supervisor og foredragsholder i kommunikation om livsstilsændring indenfor følgende områder: Kost, Røg, Alkohol, Motion, medicin compliance mm.

Den Motiverende Samtale

Tidspunkt for kurset:

21. marts 2012 - kl. 9.00-16.00

Der holdes pauser efter behov. Undervisningen veksler mellem korte teoretiske oplæg, plenumdiskussion og praktiske øvelser: Øvelserne vil være tilrettelagt i form af gruppearbejde, rollespil samt en øvelse med udgangspunkt i et personligt ændringsprojekt. Der vil også være mulighed for at arbejde med eksempler fra eget arbejde og fra andre relevante situationer.

Sted:

Regionshuset
Niels Bohrs Vej 30
9220 Aalborg Øst

Målgruppe:

Målgruppen er alt sundhedsfagligt personale, der har kontakt med patienter og borgere.

Der vil blive taget udgangspunkt i de fire risikofaktorer – Kost, Rygning, Alkohol og Motion.

Pris:

Kurset koster kr. 950,00 incl. forplejning for alle, der ikke er ansat i Regionen, gratis for Regionens ansatte.

Nærmere oplysninger:

Marianne Vendelbo Johansen
Sundhedsfremmekonsulent
E-mail: mavej@rn.dk
Tlf. 96 35 18 76

Tilmelding på mail til:

E-mail: sundhed.kursus@rn.dk

Ved tilmelding oplyses navn, titel, arbejdssted og e-mail, og EAN nr.

Sidste frist for tilmelding:

6. marts 2012

Antal pladser:

22