



Eskilstuna
kommun



MI och MET

Motiverande Intervju och Motivational Enhancement
Therapi

Goda hållbara möten

MI som förhållningsätt

- Kan användas för att skapa goda möten
- Bidrar till en god allians
- Minskar risken att hamna i konflikt
- Minskar motstånd
- Ökar förändringsbenägenhet

MI som behandling

- MI är egentligen en metod för att få in en person i behandling eller att få den att ta nästa steg i behandling samt stanna kvar i behandling då motivationen sviktar
- Finns motivation ska man inte vara kvar i MI utan då gå över till annan behandling eller avsluta om motivationen var det enda som behövdes för förändring.

Skillnader på MI och MET

MI- olika samtalstekniker

MET- en strukturerad form av MI som inkluderar självskattningstest och biologiska markörer (blodprov).

MI-tekniker

- Empatiskt lyssnande
- Bekräftande
- Öppna frågor
- Reflexioner/speglingar
- Sammanfattningar



Vad är inte MI?

- Undervisa
- Att ge råd utan att fråga om lov
- Argumentera
- Konfrontera
- Rätta den andre
- Tvinga/ställa krav
- Ställa ledande frågor
- Ställa slutna frågor

MET- ett strukturerat sätt att använda MI

En manual bestående av ca 2-5 samtal med :

Kartläggning

- Intervju enligt manual
- Självsiktningstester (Alkoholkalender, AUDIT, ICD, Alkoholrelaterade konsekvenser, MADRAS, GAD-7)
- Ev. provtagning med biologiska markörer för alkoholkonsumtion (CDT, Peth, GT, ASAT, ALAT)

Återkoppling

MI-samtal

Handlingsplan

Fördelar

- Hjälper terapeuten att upptäcka och hantera motstånd
- Minskar risken för ökat motstånd
- Främjar samarbete och delat ansvar
- Hjälper vid svårpratade klienter (fåordiga samt ostrukturerade)
- Terapeutstyrd och målinriktad
- Stödjer autonomi och kompetenskänsla
- Lätt att bibehålla ett empatiskt förhållningssätt trots motstånd
- Energi och tidsbesparande
- Ger terapeuten trygghet
- Mer likvärdig behandling oavsett terapeut
- Får in den fysiska hälsoaspekten
- Manualbaserade program hjälper oerfarna terapeuter

Utmaningar

- Att blir för teknikfokuserad
- Att tappa sin personliga ”stil”
- Att vilja mer än klienten
- Att fortsätta MI när klienten är redo för förändring
- Att inte avsluta vid MI om klienten behöver mer hjälp för att förändra sitt beteende
- Alla formulär kan uppfattas som ett hinder för såväl klient som terapeut

- Att få till ett samarbete mellan provtagare för biologiska markörer och MI-terapeut

Fallbeskrivning

Simon- en klient som återkommer och terapeuten känner att hon kört fast med.

Sara- en klient vars alkoholberoende aldrig blivit uppmärksammas av vården, utan de biologiska markörerna.

Camilla Eriksson

073-9508863, camilla.eriksson8@eskilstuna.se

