

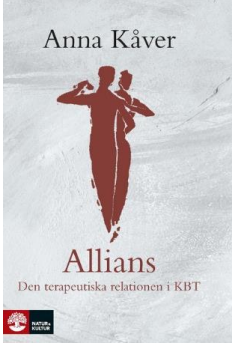




Allians

- Känsломässig positiv bindning
- Trygghet/tillit
- Samsyn om mål
- Samsyn om strategier tekniker för att nå målen

SMART
Utbildningscentrum



Anna Käver

Känslomässig positiv bindning


Att bemöda sig om att kliva utanför symptomen, se klientens sammansatthet, det friska och funktionella, s.k. det *salutogena*, aktiverar sympati och värme för klienten.

Salutogent perspektiv är ett sätt att se på oss själva utifrån motstånd- och återhämtningsförmågans mekanismer och förutsättningar.



SMART
Utbildningscentrum

Nyckelbegrepp;
Känsla av sammanhang,
KASAM (Sense of coherence)
– Vilket antas vara ett mått på i vilken utsträckning individen har förmåga att hantera livets oundvikliga svårigheter (Antonovsky, 1991)



Aaron Antonovsky (1923-1994)

Tonvikt läggs på det friska - fokus på *skyddande faktorer*.

SMART
Utbildningscentrum

Dikotomi

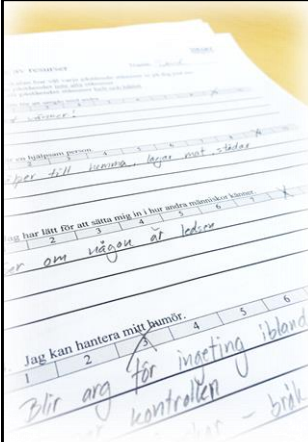
Ohälsa	Hälsa
Sjuk	Frisk
Onormal	Normal

Kontinuum

Ohälsa	Hälsa
Sjuk	Frisk
Onormal	Normal

SMART
Utbildningscentrum

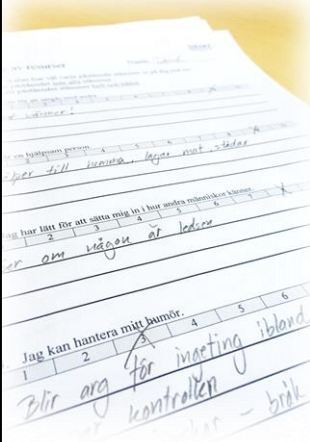
Patogent perspektiv	Salutogent perspektiv
Vad leder till ohälsa?	Vad leder till hälsa?
Vilka riskfaktorer finns?	Vilka friskfaktorer finns?
Vilka negativa egenskaper finns?	Vilka positiva egenskaper finns?
Vad är det som inte fungerar?	Vad är det som fungerar?



Skyddande faktorer - resurser

1. Social kompetens
2. Hjälpksamhet
3. Empati
4. Impulskontroll
5. Coping
6. Kreativitet
7. Problemlösning
8. Inre kontroll

Skyddande faktorer - *resurser*

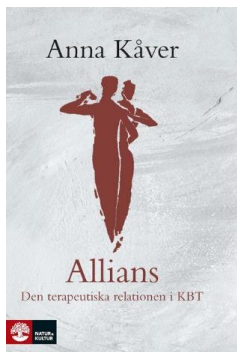
	9. Kunskap
	10. Fritidsintresse
	11. Traditioner
	12. Tro, religion och andlighet
	13. Nätverk
	14. Fysisk hälsa
	15. Psykisk hälsa
	16. Framtidstro

Allians

- Känslomässig positiv bindning
- Trygghet/tillit
- Samsyn om mål
- Samsyn om strategier tekniker för att nå målen



SMART
Utbildningscentrum



Motivation och allians

MI ger goda riktlinjer om hur vi kan hjälpa klienter att komma i allians med terapeuten.

MI bygger på samarbete, respektfullt och empatiskt lyssnande, icke-dömande, sokratiskt förhållningssätt, trygghet och förtroende.

SMART
Utbildningscentrum

Grundläggande MI-begrepp

- MI-anda
- ÖRAT
- Meny/agenda
- Informera i dialog
- Förändringsprat

SMART
Utbildningscentrum

Vardagssamtal

*MI-samtalet har tagits ut ur terapirummet
och satts in i personalens verklighet*

SMART
Utbildningscentrum

Vardagssamtal

Att förenkla MI och koncentrera sig
på de viktigaste färdigheterna

SMART
Utbildningscentrum

Tre kommunikationsstilar

- Styra
- Följa
- Vägleda

Kan vara en mix i ett och samma samtal

SMART
Utbildningscentrum

Styrande stil

- Tar kommandot, går före
- Tydlighet och stringens
- Makt över innehållet
- Berättar, talar om, informerar

SMART
Utbildningscentrum

Den styrande stilen används när...

...kriminalvårdaren meddelar konsekvenserna av ett positivt urinprov.

...behandlaren informerar om vilka ordningsregler som gäller i matsalen.

SMART
Utbildningscentrum

Följande stil

- Klienten tar täten bestämmer riktning
- Låg grad av styrning
- Lyssnandet centralt
- Vid starka känslor
- Bygger tillit och underlättar för framtida samarbete

SMART
Utbildningscentrum

Den följande stilen används när...

...en intagen på anstalt är upprörd för att hans permissioner blivit indragna.

...en klient berättar att hennes son blivit dömd till ett långt fängelsestraff.

SMART
Utbildningscentrum

Vägledande stil

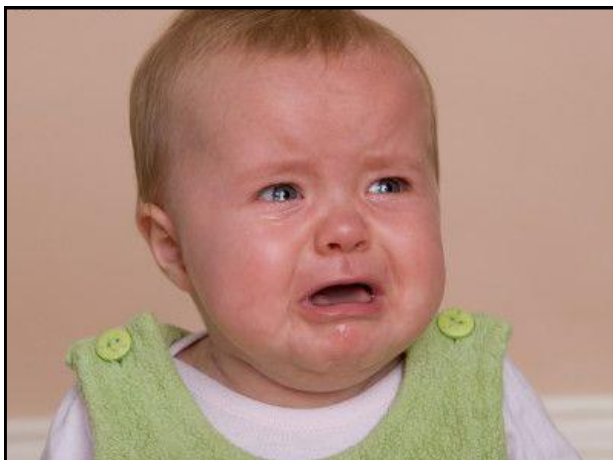
- Jämställt förhållningssätt, går bredvid
- Båda deltar med olika erfarenhet och kunskaper
- Rådgivaren ses som en resursperson, en guide som hjälper klienten till utveckling och förändring
- MI är en förfinad form av den vägledande stilen

SMART
Utbildningscentrum

Den vägledande stilen används när...

...en arbetslös ungdom undrar hur man gör för att få delta i en arbetsmarknadsutbildning.

...en missbrukare har börjat fundera över sin livsstil.



SMART
Utbildningscentrum

Emotioner

*Alla vet vad en känsla är,
tills man ber dem om en definition*

Fehr och Russel

SMART
Utbildningscentrum

Känslor kan definieras utifrån tre olika reaktionssystem...

1. Kroppsligt/fysiologiskt
2. Verbalt/kognitivt
3. Beteende/handling

...kan hänga ihop, men behöver inte göra det.

SMART
Utbildningscentrum

Keith Oatly

En känsla orsakas av en händelse som värderas som viktig.

Kärnan i känslan är beredskapen att agera.

Känslotillståndet kan leda till kroppsförändringar, språklig aktivitet och kroppsligt uttryck

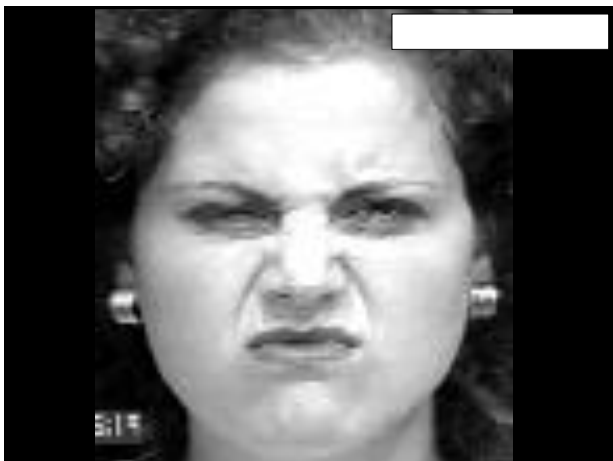


SMART
Utbildningscentrum

Sex basala emotioner enligt Ekman

Glädje	Förvåning
Rädsla	Ledsnad
Ilcka	Avsky













SMART
Utbildningscentrum

Åtta basala emotioner enligt Plutchik

Glädje	Förvåning
Rädsla	Ledsnad
Ilcka	Förväntan
Äckel (Avsky)	Acceptans

