

MI med tonåringar och unga vuxna

Tonåringar som inte hunnit så långt i sin kognitiva utveckling, inrikta samtalen på konkreta och kortsiktiga förändringar. Äldre tonåringar som kommit längre i sin kognitiva utveckling har nytta av samtal som handlar om långsiktiga mål och värderingar. (jmf. funktionsvariationer.)

Känslostormar och hormoner påverkar den kognitiva processen, vilket kräver en *följande samtalsstil* och hållning. Använd i så fall en *vägledande samtalsstil* vid ett senare tillfälle. På samma sätt är det lika viktigt att även kunna inta en *styrande stil* om den unge utsätter sig själv eller andra för risker.

Växla mellan de olika stilarna för att matcha den aktuella situationen.

Motstånd är en normal del av utvecklingen, precis som autonomi – att vilja ha kontroll och bestämma själv.

Västerländska ungdomar har ofta en förlängd ungdomstid, vilket kan leda till fortsatt riskbeteende längre upp i åldern.

- Använd gärna en tydlig agenda (meny/agenda)
- Använd flervalsfrågor
- Använd visuella hjälpmedel
- Var extra noga med att be om lov
- Ofta kan det vara bra att avgränsa öppna frågor.
Exempelvis hellre *Hur mår du just nu?* än *Hur mår du?*
- Ögonkontakt kan väcka en känsla av olust hos den unge.
- Undvik ord som *du* och *din* i allt för stor utsträckning. Variera med ett neutralt uttryckssätt, som t.ex. *ungdomar* eller *tonåringar*.
- Att som behandlare visa känslor som inte matchas med den unges, exempelvis att skoja för mycket kan stöta bort en tonåring.

MI med tonåringar och unga vuxna

Undvik ordet *problem* – det kan tolkas som en diagnos.

Drogbrukande unga söker sällan hjälp pga oro för sekretess, att få en stämpel eller att behandlaren är okänd och man ser inte drogen som problematisk. Den unge har ofta också svårt att se andra problem är förknippade med drogbruket.

Genom att tillämpa MI-präglade principer kan man undanröja hinder för deltagande i gruppverksamhet och informationsmöten m.m. Uppmuntra frivilligt deltagande. Formulera inte informationen som *behandling* eller *till de som har problem med drogen*. Bjud hellre in *alla ungdomar som har frågor eller bekymmer med drogen* till att delta.

Osaklig eller överdriven negativ information om droger måste undvikas och sekretessen skyddas. Idealiskt sätt, ska föräldrars tillstånd inte krävas.

MI i grupp påminner om ungdomars vardagsliv då de ofta interagerar med kompisar. Det kan därför vara mindre hotfullt än en individuell kontakt. Andra menar att grupp ökar eventuella riskbeteenden.

Inre motivation kan minska om man erbjuder yttre förstärkningar utan valmöjligheter. Yttre motivationsfaktorer kräver valfrihet, exempelvis olika alternativ.

Ungdomars skäl till förändring kanske inte överensstämmer med vuxnas. Kanske är de tom orealistiska. Inga en icke dömande hållning. Skälen spelar ingen roll – målet är ökad förändringmotivation.

Läs gärna om etiska principer ss. 255-265 i *Motiverande samtal – MI med tonåringar och unga vuxna*.