

Kodning – Sammanfattning

Beteendefrekvens

Räknar och kategoriserar varje yttrande som MI-utövaren gör.

Bekräfta

Yttranden som lyfter en egenskap, förmåga, kompetens, ambition och ansträngning.

Exempel

- Du visar ett gott omdöme och agerar på ett ansvarsfullt vis.

Söka samarbete

Yttranden som främjar maktdelningen i samtalet.

Exempel

- Vad säger du om att jag berättar lite mer om det?

Betona autonomi

Yttranden som lyfter klientens valmöjlighet och känsla av kontroll.

Exempel

- Det är ditt val att bestämma om du vill gå vidare med den här behandlingen eller inte.

Övertala

Yttranden där MI-utövaren ger råd utan tillstånd.

Exempel

- du borde börja i mindre skala och sen öka på.

Konfrontera

Yttranden som verkar ifrågasättande, nedlåtande, bagatelliserande och varnande.

Exempel

- Om du inte tar tag i det här kommer det att föra med sig väldigt allvarliga konsekvenser för dig.

Ge information

Yttranden där MI-utövaren ger neutral information.

Exempel

- *Diabetes delas in i typ 1 och typ 2.*

Övertala med tillstånd

Yttranden som sker före eller efter ett *söka samarbete* eller *betona autonomi* yttrande, alternativt efter att klienten frågar om råd.

Exempel

- *Är det ok jag berättar lite om hur du skulle kunna göra när du ska sluta röka? Du skulle kunna prova att använda nikotinläkemedel, förslagsvis nikotinplåster.*

- *Du bestämmer givetvis vad som fungerar för dig, men en tanke är att sluta med alkohol på vardagarna.*

- *Som svar på din fråga är det bästa att minska ner ditt energiintag och öka din fysiska aktivitet.*

Enkel reflektion

Yttranden i påståendeform som speglar exakt eller synonymt det som klienten har sagt.

Exempel

Klient;

- *Jag känner mig redo att ta itu med det här nu.*

MI-utövare;

- *Du känner dig redo att ta tag i det här*

Komplex reflektion

Yttranden i påståendeform som lägger till en ytterligare mening eller djup i det klienten har sagt.

Exempel

Klient;

- *Jag känner mig redo att ta itu med det här nu.*

MI-utövare;

- *Du har kommit till en punkt i livet där du vill göra en livsstilsförändring.*

Frågor

Yttranden i i frågeform, såväl slutna som öppna.

Exempel

- *Hur ser du på det?*

Övergripande skattningar

Främja förändringstal

Aktiviteter som påverkar skattningen positivt:

- Koppling till målbeteendet
- Framkallande frågor
- Utveckla/reflektera/bekräfta förändringstal

Aktiviteter som påverkar skattningen negativt

- Otydlig koppling till målbeteendet
- Faktasökande frågor
- Yttranden oförenligt med MI

Dämpa bibehållandetal

Aktiviteter som påverkar skattningen positivt:

- Dubbelsidiga reflektioner
- Om-inramning
- Selektivt följa upp förändringstal

Aktiviteter som påverkar skattningen negativt

- Efterfråga bibehållandetal
- Reflektera på bibehållandetal
- Yttranden oförenliga med MI

Partnerskap

Aktiviteter som påverkar skattningen positivt:

- Utforskande frågor
- Tydlig maktindelning
- Yttranden förenliga med MI

Aktiviteter som påverkar skattningen negativt

- Faktasökande frågor
- Vara i otakt med klienten
- Yttranden oförenliga med MI

Empati

Aktiviteter som påverkar skattningen positivt:

- Reflektivt lyssnande
- Känslöfrågor
- Bekräfta/betona autonomi

Aktiviteter som påverkar skattningen negativt

- Missförstå klienten
- Faktasökande frågor
- Yttranden oförenliga med MI

Fritt ur;

Dixelius, S och Ljunggren, L. (2019). *Motiverande samtal med kodning som verktyg*. Författarna och Gothia Fortbildning AB, Stockholm.