

Motiverande samtal

Beteendemedicinsk prevention

9-13 april 2014 på Mallorca

UTBILDNING



Varför behöver vi en samtalsmetod i tandvården?

Det kommer fortfarande in patienter på våra kliniker med destruerade tänder och stödjevävnader, trots att orsakerna till tandsjukdomarna karies, parodontit och erosioner är kända sedan decennier. För den drabbade innebär det oåterkalleliga skador med stora känslomässiga och ekonomiska konsekvenser, och för samhället är det en tung ekonomisk börda.

Det moderna samhället är påfrestande att leva i. Kropp och tänder tar stryk av högfrekvent konsumtion av sötade drycker, småätande och annat som vi ständigt lockas att köpa och konsumera. Det ställs höga krav på kommunikationen för att vårt budskap inte ska drunkna i samtidig marknadsföring av lättkonsumerade ständigt tillgängliga produkter.

Kursen handlar om hur du som vårdgivare kan motivera genom ditt sätt att kommunicera.

Det snabba, korta mötet – hur gör vi det mesta av det?

Hur kan vi lyfta en annan människa ur ett underläge – och stärka självkänslan samtidigt som vi påverkar till en positiv förändring av ett hälsobeteende?

Hur kan den lilla förändringen av ett beteende starta en större?

Vi kommer att se hur den upprörda patienten kan bli nöjd när han blir lyssnad till. Vi kanske i början frågar oss: Varför gör de inte som vi säger? Frågan vi ställer oss till slut är: "Hur kan vi bli bättre på att lyssna?"

Motiverande samtal bygger på ett samarbete mellan likvärdiga parter. En god rådgivare lyssnar med aktiv lyssnarteknik och visar respekt för patientens integritet och behov av självbestämmande. Att arbeta med motiverande samtal påverkar mötet med patienterna och medarbetarna på en arbetsplats. En strukturerad kommunikation skapar trygghet i arbetet. Under kursen får kursdeltagarna konkreta verktyg för en effektiv dialog som påverkar arbetsmiljö och hälsa hos både patienter och personal.

I Socialstyrelsens sammanfattning av de nationella riktlinjerna för vuxentandvård läser vi att patientundervisning – beteendemedicinsk prevention och behandling är effektiv.

"Personens egen medverkan när det gäller såväl hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande som behandlande åtgärder har stor betydelse. Det är därför viktigt att tandvården har effektiva metoder för patientundervisning för att långsiktigt kunna påverka beteenden som är viktiga för munhälsan. På senare tid har det kommit ny kunskap som det är viktigt att tandvården uppmärksammar.

Tandvården bör ge en kort hälsofrämjande återkoppling till personer som fortfarande är friska. Syftet är att öka deras delaktighet och samtidigt stärka goda beteenden som är viktiga för munhälsan, eller förebygga ogynnsamma munhälsobeteenden. Åtgärden syftar till att behålla en god munhälsa.

Personer som har en sjukdom bör på sikt kunna erbjudas en teoribaserad beteendemedicinsk prevention och behandling. Detta gäller i första hand patientundervisning vid tillstånd där bristande munhygien eller rökning bedöms vara riskfaktorer.

Beteendemedicinsk prevention och behandling som avser undervisning relaterat till ett rökstopp, är en åtgärd som i dag i huvudsak genomförs inom hälso- och sjukvården. Tandvården behöver därför i samråd med hälso- och sjukvårdens ledningsfunktioner ta ställning till om tandvårdens roll är att enbart etablera kontakt mellan patienten och hälso- och sjukvården, eller om tandvården bör spela en aktivare roll när det gäller att erbjuda metoder för att ge stöd och hjälp till personer att sluta röka.” (ur Nationella riktlinjer för vuxentandvård).

Mål

Efter genomgången kurs bör deltagarna ha fått förståelse för verkningsmekanismerna bakom empowerment, hälsofrämjande synsätt och motiverande samtalsteknik i rådgivning och bemötande på kliniken

Kursplan

Hälsofrämjande tandvård

- Att leta efter det friska
- Allians - rådgivare/patient, en relation
- Ansvar - Curling-tandvårdare - hur ska vi orka?
- Problem och lösning - hur hänger de ihop?
- Empowerment - leta efter det bästa
- Ord - vissa öppnar, andra stänger dörrar
- Klagomål, bemöta och hantera upprörda och stressade kunder/patienter
- Facebook och andra medier
- Kvalité på mötet - från telefon, kallelse och avslutad behandling
- Nationella riktlinjer för vuxentandvård - vad säger Socialstyrelsen?

Motiverande samtal

- Empati, respekt, intresse, nyfikenhet
- Andan i motiverande samtal
- Autonomi - självbestämmande
- Fokus
- Samtalsstrategi - Bekräftelse, Öppna frågor, Reflekterande lyssnande och Sammanfattningar
- Diskrepans - ett verktyg för att hjälpa se skillnad och hitta de egna argumenten för en förändring
- Ambivalens - ett naturligt tillstånd inför förändring
- Motstånd - hur möter vi det?
- Förändring, från prat till verkstad
- Planering - vad börjar vi med?

Motiverande samtal

Schema

Onsdagen den 9 april - ca kl 19 - samling med tapas på hotell Mirador

Torsdagen den 10 april

9-14 kurs

Inläsning under eftermiddagen:

MI-boken; kapitel 1-6

Hälsofrämjande tandvård; s 1-28

20.00 Middag på restaurang i Palma

Fredag den 11 april

9-14 kurs

Inläsning under eftermiddagen:

MI-boken; kapitel 7-14

Hälsofrämjande tandvård; s 29-74

20.00 Middag på restaurang i Palma

Lördag den 12 april

Utflykt med vandring - frivilligt och på egen bekostnad

Eget arbete med patientfall inför sista dagen

Inläsning under dagen:

Hälsofrämjande tandvård; s 75-127

Söndagen den 13 april

9-14 kurs

Kursavgift: 9500 svenska kronor plus moms

Ingår: Kurs tre dagar, lunch tre dagar, tapas första kvällen och två middagar på restaurang i Palma. Information om praktiska detaljer mejlas senare.

Ingår inte: Flyg, hotell, frukostar, mat och aktiviteter på lördagen.

Du bokar själv flyg och hotell. Kurshotellet heter hotell Mirador.

<http://www.hotelmirador.es/sv/>

Hotellet ligger intill småbåtshamnen i Palma. Det är prisvärt och bra. Mellan hamnen och hotellet går en väg - när du bokar ditt rum så be om ett tyst rum, så slipper du störas av trafikbuller.

Bakom hotell Mirador ligger ett annat prisvärt hotell som vi också kan rekommendera - Hotell Armadams.

<http://www.hotelarmadams.com/sv/>

Motiverande samtal

Kontakt och anmälan

Karin Sjögren, mejl: karinsjogren@telia.com eller tel 0706-820082, int +46706-820082

Du anmäler dig till mig med ett mejl. Skriv din titel, arbetsplatsadress, fakturaadress, mejl och telefonnummer.

Du bokar själv flygresor och hotell. Många flygbolag flyger till Mallorca - SAS, Norwegian, Air Berlin, Ryan Air, Lufthansa mfl.

31 januari 2014 meddelas om kursen blir av - det beror på hur många som anmäler sig.

Välkommen till kursen!

Karin



Utvärderingar från deltagarna från tidigare kurs på Mallorca 2013

Har lärt mig att hålla inne med vad jag kan längre, inte instämma lika mycket utan låta patienten behålla initiativet. Att mer respektera patientens autonomi när jag ger råd.

Alla borde gå denna kursen. Alla har nytta av denna metoden. Man lär sig att strukturera kommunikationen och att möta sina patienter på ett nytt sätt.

Laert meg å lytte! Å reflektere og speile samtalen, få pasienten til selv å beskrive hva han tror er lurt. Har laert mig å ikke rette, jeg må fjerna rettrefleksen!

Utrolig laererikt. Positiv og sosialt! Laererikt både som terapeut og som menneske. Noe jeg også vil ha god nytte av i f eks kommunikasjon med mine tenåringer.

Kursen är krevende mentalt. Mange intrykk! Utrolig positivt med mye egentrening.

Jeg ville beskrevet kurset som annerledes. Man laerer seg selv å kjenne mye bedre. Man laerer seg om hvordan og hvorfor pasientsamtaler kan komme inn i

Motiverande samtal

feil spor, og hvordan man kan rette dem opp igjen. Gjelder egentlig alle relasjoner i livet. Også private. Passer bra også i relasjonen til kollegan, tenårdsdatteren osv...

Jag har lärt mig att lyssna mer - öppna frågor ger bättre svar. Hur man respekterar patienten genom samtalet, att föreläsa mindre för dem!

Att inte vara så snabba till att korrigera patienterna. Jag fattade bra skillnaden i alla små gruppövningar vi gjorde. Det var BRA!!!

För mig fyllde kursens innehåll en kunskapslucka jag var omedveten om att jag hade...

Jag har lärt mig hur jag ska bemöta arga patienter. Inte trigga igång en konflikt genom att försvara mig. Jag ska lyssna istället för att ge råd direkt. Jag ska vänta med att lösa patientens problem och ta hjälp av återspeglningar för att vänta tills patienten själv kommer på sin egen förändring.

MI är en fantastisk AHA!-upplevelse, även utanför jobbet.

Rekommenderar denna kursen till precis ALLA!!

Bra med struktur i samtalet. Väga sina ord på guldvåg. Minska hotbilder. Tänka på att patienten hör allt vi säger och på hur det kanske låter i hans öron när vi pratar obegripligt.

Interaktiv och positiv kurs. Man vaknar upp och tänker efter själv. Skönt med tid för reflektion.

Känner att detta behöver jag lära mig mer om. Det är lätt att falla tillbaka i gamla hjulspår.

Har lärt mig så mycket om MI!

Fantastisk kurs!

Inte en sekund tråkigt. Professionellt! Roligt! Generöst, bra tidsplan. Struktur och inbjudande klimat. Att se alla!