

Bilaga 2 Information för samtalsledare och äldre

Telefonlinjer och hemsidor

Äldretelefonen **020-22 22 33** – telefonlinje för äldre med psykisk ohälsa. Även anhöriga kan ringa

Alkohollinjen **020-84 44 48** – telefonlinje för alla som har behov av att samtala om alkohol

Sluta-röka-linjen **020-84 00 00** – telefonlinje för rökare och snusare, och för professionella som vill stödja andra till tobaksstopp, www.slutarokalinjen.org

Nationella Hjälp-linjen **020-22 00 60** – kris- och stödsamtal och psykologisk hjälp, www.hjalplinjen.se

Jourhavande medmänniska

08-702 16 80

Jourhavande präst **112**

Hemsidor för professionella

www.1177.se – Sjukvårdsrådgivningen.

www.socialstyrelsen.se/aldreguiden – på Socialstyrelsens hemsida Äldreguiden kan man jämföra kommunernas äldreomsorg och olika hemtjänstverksamheter, äldreboenden och dagverksamheter. Äldreguiden bidrar med information om verksamheterna och kan utgöra ett stöd vid val av exempelvis hemtjänst.

www.fhi.se/mi – Statens folkhälsoinstituts hemsida om MI. Innehåller en manual om MI, information om utbildningar, litteratur, material, hemsidor, kvalitetssäkring, vetenskaplig evidens, en webbaserad utbildning i MI samt utbildningsfilmer.

www.motiverandesamtal.org

www.mi-utbildarna.se

www.liriaortiz.com – är hemsidor om MI där man bland annat kan hitta utbildare i MI-metoden.

Litteraturtips

Farbring Å. (2 uppl. 2014) *Handbok i motiverande samtal* MI. Teori, praktik och implementering. Stockholm: Natur & Kultur.

Holm Ivarsson B. (2 uppl. 2013) *MI Motiverande Samtal. Praktisk handbok för skolan*. Stockholm: Gothia Förlag.

Holm Ivarsson B. (2 uppl. 2012) *MI Motiverande samtal. Praktisk handbok för hälso- och sjukvården*. Stockholm: Gothia Förlag.

Holm Ivarsson B., Ortiz L. & Wirbing P. (2 uppl, 2013) *MI Motiverande samtal. Praktisk handbok för socialt arbete*. Stockholm: Gothia Fortbildning.

Holm Ivarsson B. (2014) *Sjukdomsförebyggande metoder. Samtal om levnadsvanor i vården*. Innehåller utbildningsfilmer i bl.a. MI. Natur & Kultur.

Miller W.R. & Rollnick S. (3 uppl, 2012) *Motivational Interviewing. Helping people change*. New York: Guilford Press. Svensk översättning (2013) *Motiverande samtal. Att hjälpa människor till förändring*. Stockholm: Natur & Kultur.

Ortiz L. (2 uppl. 2014) *När förändring är svårt. Att hantera motstånd med motiverande samtal*. Stockholm: Natur & Kultur.

Ortiz L. (2011) *Motiverande samtal vid nedsatta kognitiva funktioner och samsjuklighet*. Stockholm: Till kunskap. www.liriaortiz.com

Ortiz L. (2011) *Att utreda och motivera. Fyrstegsmodell att använda MI när du behöver utreda, kartlägga och samtidigt motivera*. Stockholm: Till kunskap. www.liriaortiz.com

Ortiz L. (2 uppl. 2014) *Motiverande samtal i arbete med våld i nära relationer*. Stockholm: Gothia Fortbildning.

Utbildning och handledning

En grundutbildning i MI bör vara 2–4 dagar. Därefter är det viktigt att utveckla och vidmakthålla kunskaperna genom träning och handledning. Man bör helst se till att få personlig feedback på egna inspelade samtal. Detta kan ske genom att man spelar in MI-samtal som skickas in till kodning på det särskilda MI-labb som finns på Karolinska Institutet, se info på www.miclab.org. Man kan också få feedback per telefonhandledning från labbets personal. Forskning har visat att utan feedback på egna samtal återgår samtalet lätt till det gamla.

Många landsting och kommuner anordnar utbildningar i MI. Svenska utbildade lärare som tillhör det internationella nätverket Motivational Interviewing Network of Trainers, MINT, finns på den nordiska MI-hemsidan www.motiverandesamtal.org, på www.mi-utbildarna.se och på www.liriaortiz.com.

Referenser

- (1) Westlund P. & Duckert M. (2012) *Salutogen handläggning. Bistånd enligt SoL inom äldreomsorgen*. Fortbildning AB.
- (2) Andersson L. (2006) *Att få leva tills jag dör – om ett rehabiliterande synsätt*. Fortbildning AB.
- (3) Statens folkhälsoinstitut. (2009) *Det är aldrig för sent. Förbättra äldres hälsa med möten, mat och aktivitet*. Rapport 2009:18. Östersund: Statens folkhälsoinstitut.
- (4) Miller W.R. & Rollnick S. (3 uppl., 2012) *Motivational Interviewing. Helping people change*. New York: Guilford Press. Svensk översättning (2013) *Motiverande samtal. Att hjälpa människor till förändring*. Stockholm: Natur & Kultur.
- (5) Forsman M. (2012) *Samtal i vardagsarbetet*. Fortbildning AB.
- (6) Ragnarsdóttir B. (2011) *Här är ditt liv, Greta Pettersson!* Fortbildning AB.
- (7) Socialstyrelsen. (2011) *Hur lokala värdighetsgarantier inom äldreomsorgen kan utformas*. Stockholm: Socialstyrelsen. <http://www.socialstyrelsen.se/publikationer2011/2011-5-19>
- (8) de Klerk Rubin V. (2010) *Möta närstående med demens – en guide till validationsmetoden*. Stockholm: Gothia Förlag.
- (9) Westius A. & Petersen U. (2006) *I berättelsen finns jag. Levnadsberättelse och livsåskådning vid demens*. Stockholm: Verbum Förlag.
- (10) Rolfner Suvanto S. & Suvanto A.-L. (2011) *Psykisk ohälsa hos äldre*. Fortbildning AB.
- (11) Isacs L. & Wallskär H. (2004) *Låt minnena leva. En handbok i reminiscensmetoden*. Stockholm: Gothia Förlag.
- (12) Forsman M. (2008) *Socialt innehåll i äldreomsorgen*. Fortbildning AB.
- (13) Statens folkhälsoinstitut. (2010) *Tobaksfri kommun*. Rapport 2010:10. Östersund: Statens folkhälsoinstitut.