

MI – Motiverande samtal

Bakgrund

I Enskede-Årsta-Vantörs stadsdelsförvaltning utbildades hemtjänstpersonal och biståndshandläggare i metoden Motiverande samtal (MI), med förhoppningar om att de med dessa verktyg till hjälp skulle få fler äldre att tacka ja till måltidsinsatser och måltidsstöd, och därmed minska risken för undernäring.

Motiverande samtal (MI) är en strukturerad samtalsmetod som används för att stötta människor till förändring. Metoden bygger på ett aktivt och empatiskt lyssnande inriktat på klientens förändringsberedskap. I MI används samtalsfärdigheter som enkla och komplexa reflektioner, sammanfattningar och öppna frågor.

I planeringsfasen av denna pilotstudie konstaterades att det saknas utbildningar i motiverande samtal som riktar sig mot mat och måltider samt äldreomsorgen. Projektet har därför fått utveckla en del material själva, såsom rollspel (bilaga 4).

Lösningen

Alla deltagare erbjöds en tvådagarsutbildning i motiverande samtal med fokus på mat och måltid. Nio biståndshandläggare och fem hemtjänstpersonal deltog i utbildningen. Utbildningen leddes av Ann-Sofie Eriksson, MINT Certifierad MI-tränare från Gothia kompetens.

Efter utbildningen ledde projektledarna från EÅV sdf fyra gemensamma metodmöten á 1,5 timme där alla deltagare var med. Detta för att öka kommunikationen och förståelsen mellan professionerna, samt för att stödja deltagarna i deras praktiska arbete med MI.

En aktivitet på metodmötena var rollspel som gestaltade en situation mellan en äldre person och biståndshandläggare alternativt hemtjänstpersonal (bilaga 4). En annan var korta utbildningar inom bra mat för äldre (bilaga 1), och ytterligare en var att deltagarna inspirerade varandra genom att skicka in bilder på mat de serverat seniorer med syfte att stimulera aptiten.

Resultat

Denna satsning har inneburit att biståndshandläggare och hemtjänstpersonal har fått en utbildning i MI-metodik, där vissa effekter kan ses med avseende på hur de arbetar. Inom hemtjänsten har det varit så tydliga resultat av den förändrade samtalsmetodiken att chefen för hemtjänsten önskar MI-utbildning även för övriga i personalgruppen. Man har främst observerat att samtalen flutit lättare med MI-teknik och därmed haft det lättare att uppmuntra och motivera individen till att ta emot stöd och hjälp.

Öppna frågor är det vanligaste verktyget som biståndshandläggarna och hemtjänstpersonal använder i samtalssituationer i vardagen. Denna metodik sätter igång en process där den äldre individens egna initiativ till förändring uppmuntras.

Både biståndshandläggarna och hemtjänstpersonal menar att de i stort jobbar som tidigare, men att medvetenheten har ökat om hur frågor kan ställas för att få mer uttömmande svar och locka fram förändring utan pekpinnar.

Lärdomar

- De vanligaste tillfällena att använda MI är vid hembesök, möte i förvaltningshuset eller telefonsamtal och andra individuella möten.
- Vissa använder också MI vid möte med anhöriga, till exempel för att sätta en agenda för mötet.
- Biståndshandläggarna och hemtjänstpersonal lägger upp mötena och hur samtalet ska genomföras med hänsyn till den enskildes diagnos och behov. Därefter väljer de att använda de delar av MI som de anser passar.
- Generellt sett tycks de flesta anse att en tillämpning av mer grundläggande MI-verktyg (öppna frågor och sammanfattningar) fungerar i alla möten.
- Vi rekommenderar alla biståndshandläggare och hemtjänstpersonal att gå MI-utbildning för att stärka omställningen till Nära vård och det salutogena förhållningssättet.

De viktigaste vinsterna

- MI är ett användbart verktyg i samtalet med den äldre för att enklare kartlägga behov vid utredning samt stötta den äldre i att ha ett salutogent förhållningssätt.
- Både biståndshandläggarna och hemtjänstpersonal menar att de i stort jobbar som tidigare, men att medvetenheten har ökat om hur frågor kan

ställas för att få mer uttömmande svar och locka fram förändringsvilja. Det är alltså en metod som ger resultat utan att kräva mer resurser.

Framgångsfaktorer

- En kompetent arbetsgrupp som kunde ta fram verktyg som saknades för att koppla MI till mat och måltid (bilaga 4).
- En bra uppbyggnad på metodmöte innefattar olika delar av aktiviteter, där deltagarna har varit delaktiga i att bestämma vad som ska tas upp nästa gång. Variation av aktiviteter kan bestå av rollspel, filmer och kunskapsbyte kopplat till kollegialt lärande.
- Utvärdering av metodmöten visade att deltagarna upplevde att de gav en ökad kommunikation och förståelse mellan professionerna, samt fortsatt stöd i det egna arbetet med MI. Att anordna metodmöten efter grundutbildningen var ett effektivt sätt att stötta personalen att komma igång med metoden. EÅV kommer använda sig av dessa i andra kompetensutvecklingsinsatser.
- Projektet köpte in en MI-kortlek samt en MI-bok till varje enhet vilket skapat stöd för deltagarna att fortsätta MI-arbetet på den egna enheten. Detta har hållit kunskapen vid liv och befäst den långsiktigt (bilaga 2 och 3).

Bestående resultat

Då de rapporterade resultaten av MI-utbildningen varit så positiva har stadsdelen sökt KUS-medel för att kunna anordna fler MI-utbildningar.

Bilagor

1. Filmer som studerades under metodmöten

[Information | Film om hur vi kan minska undernäringen bland äldre och sjuka | Omsorgsfulla måltider - YouTube](#)

<https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad/aldre---rad-om-bra-mat>

2. Boken som köptes in

Motiverande samtal: praktisk handbok för äldreomsorgen av Barbro Holm Ivarsson, Liria Ortiz. ISBN: 9789172059160.

3. MI-kortlek

<https://symposium.se/mi-skills-deck>

4. Exempel på rollspel

Motiverande samtalsövning: Samtal med observatör

I denna övning genomförs ett motiverande samtal mellan en påhittad klient/brukare och en biståndshandläggare/hemtjänstpersonal. Dessutom tillkommer en tyst observatör, som enbart ska studera samtalet och notera hur det förhåller sig till MI-metoden.

Gör så här: Två personer sätter sig mittemot varandra, den ena utses till klient/brukare och den andra till biståndshandläggare/ hemtjänstpersonal. En tredje person antar rollen som observatör. Under samtalet sitter observatören tyst och lyssnar, men tar anteckningar. Denne kan notera sådant som speglingar, hur många öppna och slutna frågor som ställs och vem som pratar mest med mera. Efter samtalet hålls en diskussion mellan de tre inblandade, där observatören berättar vad denne noterat och kan ställa frågor kring det som var oklart. De två personer som spelat behandlare och klienten/brukaren får också möjlighet att diskutera sina insatser. Byt därefter roller, så alla får vara både klient/brukare, biståndshandläggare/ hemtjänstpersonal och observatör.



Agda 87 år pratar med biståndshandläggaren

Agda är en gammal förskolelärare som alltid tyckt om att vara ute och röra på sig. Det var en av de bästa sakerna med att vara förskolelärare, just att hon fick vara ute på gården med barnen flera gånger varje dag. Även sedan Agda pensionerade sig har hon sett till att komma ut varje dag oavsett väder.

Men för två veckor sedan när Agda var ute på sin dagliga morgonpromenad så halkade hon och bröt benet. Agda har tidigare alltid lagat mat till sig minst en gång per dag, men nu känner sjukhuspersonalen sig tveksam till att Agda kommer klara sig själv då det är svårt att få till matlagningen med gipsat ben.

Agda får telefonkontakt med en biståndshandläggare men tackar nej till hemtjänst, det ska nog lösa sig tänker Agda som alltid klarat sig själv.

Biståndshandläggaren frågar om hon får ringa om några dagar och höra hur det går för henne.



Agda och hemtjänsten

Vid uppföljningssamtalet med biståndshandläggaren har Agda gått med på att ta emot hemtjänst, men upplever det lite som ett nederlag. Hon som alltid varit så stark och självständig.

Agda känner sig nedstämd över att inte kunna röra sig som vanligt och har fått en nedsatt aptit. Hon tycker det är tråkigt att äta ensam och känner att hon inte behöver äta så mycket nu när hon inte längre kommer ut på sina promenader. När hon ställer sig på vågen ser hon att hon tappat 3 kg på 2 veckor

När hemtjänsten kommer vet Agda inte vad hon vill äta utan att säger att det räcker med en smörgås. Ibland lagar hemtjänsten mat och Agda säger att hon ska äta den sen, men det blir väl lite si och så med det.

Hemtjänstpersonalen som kommer idag bestämmer sig för att ta sig lite extra tid och sitta ner och prata med Agda om maten och hur hon mår.