

MOTIVERANDE SAMTAL

*En handbok för tidigt
ingripande av
skolfrånvaro*

Sofia Fäldt

Yrkehögskolan
Arcada
2025

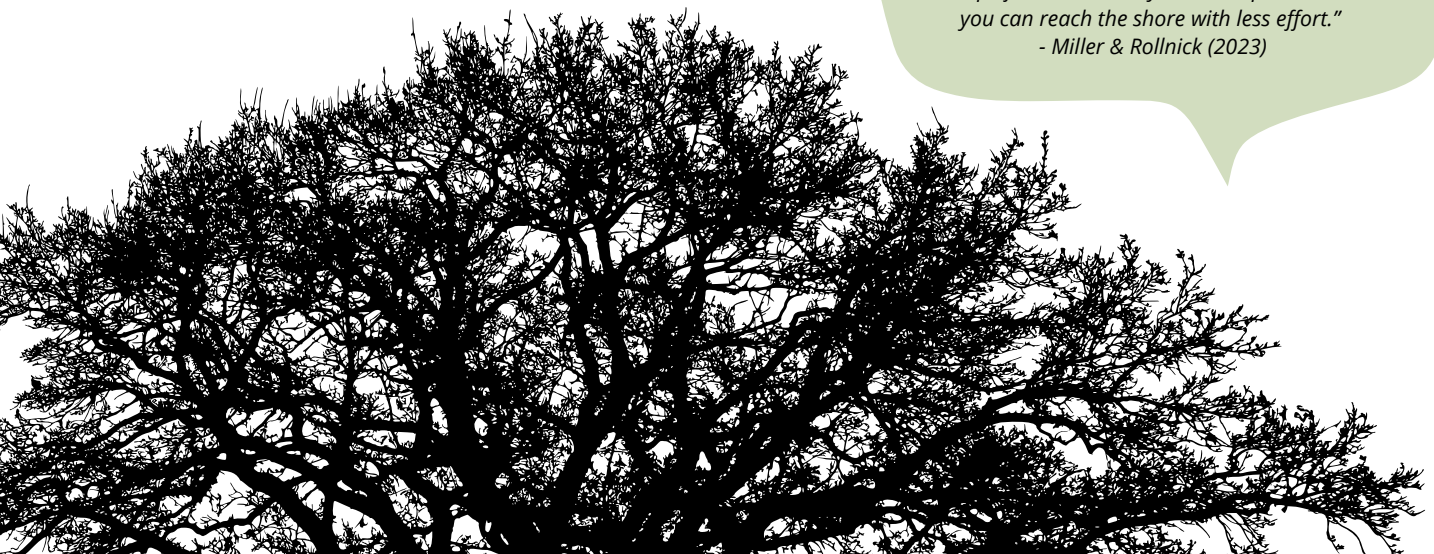
 **ARCADA**



INNEHÅLL

1 Inledning	2
2 Bakgrund	3
Orsaker bakom skolfrånvaro	3
3 Motiverande samtal	4
Grundläggande utgångspunkter för metoden	4
Metodens faser och egenskaper	6
4 Metoden i praktiken	7
Förhållningssätt	7
Handledning under de fyra faserna	8
Centrala arbetssätt i motiverande samtal	10
På vilka sätt kan MI utföras i högstadiet?	12
5 Avslutning	13
6 Källor	

*"From an MI perspective, instead of entering that exhausting fight against the offshore pull, it's better to swim sideways for a bit, parallel to the shore, thereby helping you escape from the usually narrow riptide so that you can reach the shore with less effort."
- Miller & Rollnick (2023)*





INLEDNING

Grundskolan utgör stommen för ungdomars vardag. Inom skolan finns de mest centrala möjligheterna att stöda individens utveckling och deras framtida möjligheter att bli aktiva i samhället samt förebygga marginalisering. Varje elev bör ha tillgång till stöd och handledning, och speciellt under ungdomsåldern är stödet från trygga och uppmuntrande vuxna i central roll för att ungdomar ska lära sig färdigheter och utveckla en tro i sina egna förmågor.

I resultaten från enkäten Hälsa i skolan kan ses en ökning i olovliga frånvaron under de senaste åren, vilket bör uppmärksammas eftersom skolframgång är en avgörande faktor för att en ungdom ska kunna undvika framtida utanförskap. Skolfrånvaro har många bakomliggande orsaker och omfattande konsekvenser för både individerna och samhället.

På grund av lagändringen i lagen om grundläggande utbildning (26§ 628/1998) som förpliktar skolor att ingripa i och förebygga skolfrånvaro, är kunskap om mångsidiga och evidensbaserade metoder nödvändigt bland skolans personal för att de ska kunna veta vilka de bästa sätten att hjälpa eleven emot förändring är.

Motiverande samtal - En handbok för tidigt ingripande av skolfrånvaro finns till för att stöda skolsocionomer och övrig personal som i högstadiet bemöter och ingriper i skolfrånvaroproblematik.

"Knowing what to do is part of a helper's expertise, and service professions appropriately emphasize using methods with scientific evidence of effectiveness"
- Miller & Rollnick (2023)


Motiverande samtal (f.k. MI) är en evidensbaserad och personcentrerad handledningsmetod som med dialog underlättar diskussioner om förändring med ungdomar och främjar ungdomens egna motivation samt egenmakt. Syftet med handboken är att sprida kunskap om metoden som ett alternativt sätt att åtgärda skolfrånvaro och bidra med lättläst material för professionella att ta i bruk i sin handledning. Materialet kombinerar teorin för motiverande samtal med exempel ur forskning kring goda sätt att använda MI i skolvärlden.



2 BAKGRUND

Lösningen för att minska och förebygga skolfrånvaro är att satsa på att skapa en stark koppling till skolan. Högstadiel elever behöver trygga vuxna som motiverar, kan erbjuda stöd med låg tröskel, kan lyssna och ge individuell handledning i vardagshantering. För att skolan ska kunna bemöta ungdomar med hög skolfrånvaro är bland annat skolsocionomens tid för den helhetsmässiga handledningen och samarbetet med hemmet ytterst viktigt.

Tack vare sin arbetsroll har skolsocionomen tid att ge stöd och bekanta sig med enskilda elever samt de olika psykiska, fysiska och sociala faktorerna



som påverkar deras välbefinnande och skolgång. Skolsocionomen har möjligheten att samarbeta tätt med familjer med stödbehov och vara en närvarande och stödjande vuxen i den ungas andra uppväxtmiljö.

Orsaker bakom skolfrånvaro

Frånvaro utvecklas oftast gradvis och problematisk frånvaro anses som en situation där en elev ackumulerat olovliga eller lovliga frånvaron i sådan grad att det påverkar elevens välbefinnande och lärande. En del av orsakerna bakom frånvaro kräver mångprofessionellt stöd, men en hel del kan göras genom att någon visar intresse och handleder genom utmaningarna. Denna handboks innehåll kan bäst tillämpas för skolk och skolvägran där bakgrunden till frånvaron oftast är en brist på motivation, självkänsla, meningsfullhet samt färdigheter - både sociala och i skolgången.

Skolvägran

En situation där eleven vägrar att gå i skolan, vilket kan leda till en period av skolfrånvaron som påverkar elevens välmående och lärande. Detta perspektiv fokuserar på elevens beteende och individuella faktorer, så som psykiska och emotionella svårigheter. Det kan uttrycka sig som rädsla och ångest som är oftast kopplade med mobbning, ensamhet och sociala situationer.

Skolk

En form av olovlig frånvaro vars bakomliggande orsak är oftast en brist på motivation och att eleven känner att skolgång inte är meningsfullt. Elevens motivation kan påverkas av uppfattningen att skolgången inte är nyttig eller att andra faktorer utanför skolan är viktigare. Oftast har eleven en stark egenvilja och hen agerar på egna villkor.

Frånvaro på hemmets initiativ

I denna kategori är fokuset mest på vårdnadshavarnas eller familjens behov som orsakar elevens skolfrånvaro. Till kategorin hörs frånvaro som grundar sig i faktorer som är t.ex. relaterade till familjens livssituation eller vårdnadshavarens utmaningar med det egna välbefinnandet.

Frånvaro på skolans initiativ

Med kategorin anses situationer där skolan rekommenderar eller tvingar att en elev studerar hemma. Orsaken kan vara elevens egna beteende och att hen inte anses ha en tillräcklig skolgångsförmåga. Även faktorer i skolmiljön kan hindra eleven från att gå i skolan. Otillräckliga stödinsatser eller utmaningar i verksamhetskulturen och mobbning är exempel på hinder som eleven kan uppleva i skolmiljön.

3 MOTIVERANDE SAMTAL

Motiverande samtal (f.k. MI) är en evidensbaserad och personcentrerad metod som styr sättet professionella närmar sig och talar om förändringsarbete med individer. Dess grundpelare av partnerskap, acceptans, medkänsla och empowerment bygger upp en växelverkan mellan den professionella och klienten som underlättar diskussioner om förändring och främjar möjligheten att väcka inre motivation hos klienten. Metoden tar fasta på att motivation kan påverkas i växelverkan mellan den professionella och klienten då ambivalensen emot förändringen undersöks och utmaningarna utreds tillsammans.



*"MI is a particular way of talking with people about change and growth to strengthen their own motivation and commitment."
- Miller & Rollnick (2023)*

Grundläggande utgångspunkter för metoden

Ambivalens & motvillighet

- **Ambivalens** beskrivs som tillståndet av att vara samtidigt både positivt och negativt inställd emot något, och kan vara orsakat av osäkerhet, bekvämhet i det bekanta, en brist på självkänsla eller att inte se en nytta i förändringen. Det centralaste att vara medveten om är att *ambivalens är en naturlig reaktion*. Samtal om förändring oftast innebär övervägande mellan för- och nackdelar och det finns alltid fler än bara ett sätt att gå fram.
- Även **motstånd** och **motvillighet** till samarbete kan närmare ses handla om att se fler fördelar i att stanna i det bekanta eller om obekvämheter som ungdomen känner emot den professionella som hen borde diskutera med.

↪ *Dessa känslotillstånd kan påverkas istället för att vara något patologiskt i ungdomen, och kan lindras eller förvärras beroende på den professionellas bemötande.*



Motivation

- **Motivation** är kraften som får individen att agera och förändras. Den kan påverkas av yttre och inre faktorer men påverkas ofta även av relationerna mellan människor.
- Som nämnts på de föregående sidorna kan motivationen att komma till skolan påverkas av känslan av meningsfullhet, stödet som upplevs från skolan och psykiska svårigheter.

Dialog & samarbete

- **Dialogen** är kärnan i växelverkan med ungdomen. **Acceptans, öppenhet** och **tillit** lägger grunden för möjlig fostran och att ta upp svåra ämnen gällande nödvändig förändring. Det dialogiska arbetssättet är kopplat till ökad tillit, delaktighet, aktörskap och minskad upplevd stress hos klienten. Dialogen är även ett verktyg för att kunna utreda ungdomens resurser samt planera individuellt och gemensamt överenskommet arbete.
- Dialog handlar om öppen och rak kommunikation, äkta aktivt lyssnande samt närvaro. Dialogiskhet kräver också respekt och acceptans för ungdomens individualitet. Den professionella satsar på att gå vid ungdomens sida, tillsammans reflektera kring de olika åsikterna, forma dialogiska lösningar och visa på en tro i den ungas potential för förändring.

Empowerment & förändring

- Med **empowerment**, eller individens upplevelse av **egenmakt**, menas i praktiken att individen har möjlighet till inverkan och kontroll i sina sociala relationer, och kan driva sina rättigheter i samhällets olika sociala sammanhang. Empowerment försöks nås genom att stärka individers egna resurser, strategier och förmågor för att kunna övervinna eller hantera orättvisa sociala hinder.
- En **empowermentorienterad förändringsprocess** byggs av två grundprinciper:
 - att tro på varje individs kapacitet att förändras och förbättra sin egen situation
 - att en handledare kan genom sitt samarbete och dialogiska stöd underlätta förändringsprocessen
- Förståelsen av att en förändring i individens uppfattningar om sig själv tar tid och innebär en komplex integrationsprocess är viktig för att kunna bemöta individen med förståelse och utan påskyndande av samtalen. För att nå **empowerment** i förändringsarbetet bör ungdomen själv vara drivaren av förändringen.

Metodens faser och egenskaper

Teoriramen för motiverande samtal kan ses vara indelad i förhållningssätt, arbetssätt och fyra faser som upprepas cirkulärt under handledningens gång (se på högern). *The Spirit of MI* (se nedan) styr förhållningssättet emot klienterna och centrala arbetssätt är bland annat öppna frågor, bekräftelser, reflektioner samt sammanfattningar.

Centrala principer som styr arbetets gång är att uttrycka empati, utgöra en reflektionsspegel samt stöda klientens självförmåga (eng. self-efficacy) genom att hjälpa i att fatta egna beslut och hitta verktyg. Särskilda fokusområden i metoden är även att lägga fokus på motstridigheterna i klientens situation och arbeta **med** klientens motvillighet, vilket Miller och Rollnick kallar *roll with resistance*.

En stor del av arbetet i början av förändringsprocessen handlar om att ta emot den ambivalenta och motvilliga attityden från ungdomen. Kärnegenskaperna och verktygen i metoden bidrar till att ungdomens känslor blir hörda, men också till att tankesättet gällande förändringen kan påverkas och att handledaren kan stödja i utvecklandet av ungdomens upplevda självförmåga.

Förändringsprat (*change talk*) och upprätthållande prat (*sustain talk*) är centrala begrepp som man stöter på då motiverande samtal behandlas. Upprätthållande prat är en naturlig del av motståndreaktioner och då klienten upplever ambivalens. Det syftar på uttryckanden om orsaker för att stanna som förut eller om varför förändringen känns omöjlig.

Förändringsprat är däremot alla större eller mindre kommentarer där klienten påvisar på positiva sätt att se på sina möjligheter till förändring och de medföljda fördelarna av det.

De fyra faserna:

Engagera (engage)

Engagerande är det första arbetssteget som den professionella använder för att skapa det trygga, jämlika och respektfulla partnerskapet. En kort stund av äkta engagemang med den unga utan dömande förstärker klientrelationen, och då ungdomen känner sig accepterad är hen mer mottaglig för tanken av förändring.

Hitta ett fokus (focus)

Fokuserande får fram det som klienten anser mest relevant att arbeta emot - det specifika målet för förändringsarbetet. Dessa mål kan justeras under arbetsprocessen i den takt som utveckling sker eller på grund av nya aktuella behov som framkommer under samtalen.

Väck förändringsprat (evoke)

Denna uppgift handlar om att skapa chanser för och styra klientens prat emot förändringsprat. Den professionella uppmärksammar de stunderna då klienten tar själv upp de motiverande orsakerna eller kommenterar sina framsteg, och därmed utvecklas klientens egna motivation

Planera (plan)

Vid denna fas utformas de sätten med vilka klienten själv tror sig nå det hen strävar efter och planen formas utifrån klientens resurser samt vid behov den professionellas råd. Ofta krävs dock en återgång till de tidigare faserna för att bearbeta utmaningar som uppstått vid utförandet av planen

“The Spirit of MI”

PARTNERSKAP

MEDKÄNSLA

ACCEPTANS

EMPOWERMENT

4

METODEN I PRAKTIKEN

I det här kapitlet presenteras praktiska exempel på hur förhållningssättet i motiverande samtal ser ut i handledningen och mer ingående vad handledningens faser går ut på. Dessutom innehåller kapitlet exempel på och övningar för hur arbetet kan utföras i de olika faserna, så som

vilka verktyg hjälper vid väckandet av förändringsprat och då ungdomen känner sig omotiverad. I slutet av kapitlet sammanfattas även metodens nyttor och olika sätt att utföra motiverande samtal i skolvardagen.

Inledningsvis öppnas upp förhållningssättet, som är grunden för ett fungerande samarbete med ungdomen.

Förhållningssätt "The Spirit of MI"



Färdighet

Beskrivning

Partnerskap

Aktivt samarbete mellan dig som expert om handledning och eleven som expert om sig själv

Acceptans

Att acceptera eleven som en självständig individ med ett människovärde oberoende deras val och beteende

Medkänsla

Arbete för elevens välbefinnande och prioriterande av deras behov

Väckande & stärkande av egenmakt

Att väcka elevens egen motivation för förändring och diskutera känslor av ambivalens

Hur du kan uttrycka dig:

Handledning som inte är i enlighet med MI:

"Jag skulle gärna diskutera igenom det här problemet med dig"
"Hurdan hjälp skulle du behöva?"

"Vi måste tala om det här problemet för att just nu gör du inte de rätta valen"
"Jag tycker att du borde..."

"Du är värdefull och jag kommer inte döma dig"
"Du kan berätta åt mig varför du skolkar, jag kommer att lyssna"

"Varför gjorde du så? Du borde inte ha gjort det där!"

"Jag vill förstå dig och jag respekterar dina upplevelser och val"

"Jag vill inte höra några fler ursäkter, bara gör din uppgift!"
"Du borde nog ha kommit till skolan ändå"

Elev: *"Om jag får underkänt, får jag inte gå ut med mina vänner"*
Handledare: *"Hmm, även om ämnet har varit svårt för dig så är det viktigt för dig att du lyckas"*

Handledare: *"Du vet att du inte får gå ut med dina vänner om du nu ännu får underkänt"*
Elev: *"Men jag har inte tid att göra uppgifterna!"*

Handledning under de fyra faserna

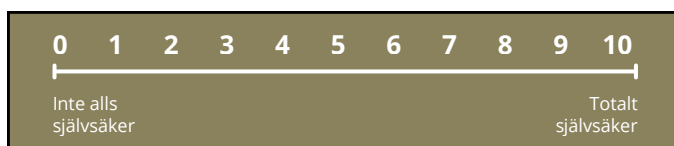
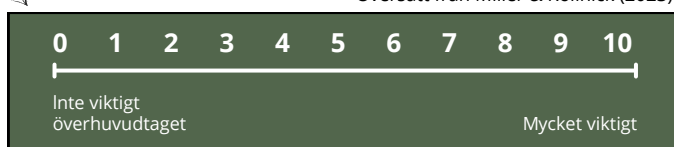
Fas	Beskrivning	Hur du kan uttrycka dig:	När används detta?
Engagera	Skapa en tvåriktad tillitsfull och respektfull relation som grundas i elevens mål	<i>"Då du bestämmer dig för att göra något, klarar du av det!" "Jag lade märke på att du verkade tycka om boken vi läste" "Du har varit mycket respektfull och uppmärksam"</i>	<ul style="list-style-type: none"> Engagemang är det första steget i MI processen men bör även användas kontinuerligt De andra stegen kan inte implementeras ifall eleven inte är engagerad
Fokusera	Sök och upprätthåll en tydlig riktning för samtalen	<i>"Du försöker hitta på vilket är det bästa alternativet för dig" "Du märker att du vill inte få kvarsittning igen och försöker hitta strategier som kunde hjälpa dig"</i>	<ul style="list-style-type: none"> Fokuserande sker efter att eleven är engagerad Då eleven tar upp flera samtalsämnen kan handledaren styra samtalet tillbaka till de mål eleven har tagit upp
Väck förändringsprat	Uppmana eleven att uttrycka sina egna orsaker bakom motivationen och undersök samt lös ambivalensen	<i>"Vad skulle behöva hända för att du skulle gå på lektionen i tid?" "Varför vill du få högre vitsord?" "Hur sannolikt är det att du skulle hitta på något att göra på rasterna med dina vänner i stället för att gå hem?"</i>	<ul style="list-style-type: none"> Väckande sker efter att eleven är engagerad och ni har hittat ett klart fokus Väckande är centralt även då eleven vill förändras men vet inte hur
Planera	Utveckla elevens förbindelse till förändringen och skapa en plan för konkreta steg emot målen	<i>"Vad kunde vara ditt första steg?" "Hurdana utmaningar kan du möta under förändringen? Hur tänker du ta i ta med dem?"</i>	<ul style="list-style-type: none"> Planerande sker först då eleven är tydligt redo och villig att förändras Eleven bör vara engagerad och påvisa eget förändringsprat

Översatt och tillämpad från Gersib (2023)

Verktyg för förändringsprat & engagemang

Med **skalor från 0-10** kan den unga utmanas att reflektera varför siffran för t.ex. betydelsen att förändras för sig själv är en 4 istället för 0 för att framlyfta de egna förändringsfrämjande tankarna. Med **exploring extremes** väcker man inre motivation genom att utmana ungdomen att fundera vad som kunde vara det bästa möjliga resultatet av att göra förändringen.

Översatt från Miller & Rollnick (2023)



Vad kunde vara den största nyttan med att börja gå på flera lektioner? Hur kunde ditt nästa läsår se ut ifall du började komma mera till skolan?

Vad är viktigt för dig i din vardag? Är det att få göra saker på ditt sätt eller kanske att du har fritid?

När började du skippa lektioner och vara borta från skolan? Kommer du ihåg t.ex. hur du mådde före det började hända? Var skolämnen lättare? Hade du mera ork? Hurdan var din vardag då?

Ett alternativ är även att fokusera på det den unga **värderar mest** och diskutera hur det kunde ökas eller möjliggöras med förändringen, och hur problembeteendet påverkar negativt nåendet av det. Då du ber ungdomen **beskriva sin vardag före** den aktuella utmaningen eller problembeteendet som bearbetas kan du hjälpa med att urskilja relevanta faktorer, verktyg eller rutiner som bidrog till den fungerande vardagen. Däremot med att be ungdomen detaljerat **beskriva en framtid** utan problembeteendet kan det också hjälpa med att hitta idéer och främja en positiv framtidssyn.

Undersök känslorna av ambivalens

Förändringen jag funderar på: *Att följa med på lektionerna*

<p>Att förbli detsamma (nackdelar -)</p> <p>Vikten: <i>Inte alls</i> Lite <i>En hel del</i> <i>Väldigt</i></p>	<p>Att förbli detsamma (fördelar +)</p> <p>Vikten: <i>Inte alls</i> Lite <i>En hel del</i> <i>Väldigt</i></p>
<p>-Sämre vitsord -njuter inte av skolan -mamma blir arg på mig -jag hänger inte med vad som händer på lektionerna</p>	<p>-då jag inte koncentrerar mig på timmarna kan jag tänka på andra grejer</p>
<p>Att göra en förändring (nackdelar -)</p> <p>Vikten: <i>Inte alls</i> Lite <i>En hel del</i> <i>Väldigt</i></p>	<p>Att göra en förändring (fördelar +)</p> <p>Vikten: <i>Inte alls</i> Lite <i>En hel del</i> <i>Väldigt</i></p>
<p>-ibland är det svårt att följa med -kommer att vara tungt att ta dom andra ikapp -Är inte säker om jag får lämna in mina försenade uppgifter</p>	<p>-bättre vitsord -skolan sku vara mera intressant -sku inte få hemarrest -mamma sku inte vara missnöjd med mig -kunde kanske klara av svårare ämnen</p>

Detta är en övning som hjälper i att öppna upp ungdomens verklighet och få höra om de ambivalenta tankarna. Övningen visualiserar även lätt nack- och fördelarna mellan de två olika alternativen samt får eleven att ringa in hur viktiga de olika valen är för en själv.

I den här övningen konkretiseras även hur stora framsteg kan göras i början av förändringsprocessen då du ger eleven tid och lägger ungdomens tankar i centrum för arbetet.

"If you act and feel like you only have a few minutes, it may take all day; if you feel and act as though you have all day, it may only take a few minutes."
- Miller & Rollnick (2023)

Förändringen jag funderar på: _____

<p>Att förbli detsamma (nackdelar -)</p> <p>Vikten: <i>Inte alls</i> Lite <i>En hel del</i> <i>Väldigt</i></p>	<p>Att förbli detsamma (fördelar +)</p> <p>Vikten: <i>Inte alls</i> Lite <i>En hel del</i> <i>Väldigt</i></p>
<p>Att göra en förändring (nackdelar -)</p> <p>Vikten: <i>Inte alls</i> Lite <i>En hel del</i> <i>Väldigt</i></p>	<p>Att göra en förändring (fördelar +)</p> <p>Vikten: <i>Inte alls</i> Lite <i>En hel del</i> <i>Väldigt</i></p>

Centrala arbetssätt i motiverande samtal

Olika situationer kräver olika närmande- och arbetssätt. De olika faserna i motiverande samtal kräver olika betoning i handledningen. Exempelverktygen kan underlätta anpassningen av handledningen till ungdomens reaktioner under träffen och möta ungdomen på ungdomens nivå.

I början av samarbetsprocessen är O.A.R.S.-kommunikation centralt, d.v.s. då du utreder ungdomens intressen, situation, åsikter samt motiverande tankar om förändringen. Då ungdomen börjar uttrycka förändringsprat blir däremot E.A.R.S.-kommunikation relevant. Skillnaden i handledningen blir att i stället för att ställa öppna frågor övergår du till följdfrågor och preciserande diskussioner (*elaboration*). Detta arbetssätt är centralt, då ett av syften med motiverande samtal i allmänhet är att vidareutveckla klientens egna orsaker till förändring.

En annan huvudprincip är *Roll With Resistance*, alltså att arbeta **med** klientens motstånd och upprätthållande prat. Då ungdomen uttrycker sig starkt

med upprätthållande prat och behöver hjälp med att se på sin situation ur nya synvinklar hjälper S.C.A.R.E.D.-kommunikation. Den kommunikationen betonar förståelse för ungdomens upplevelser. Handledaren kan på detta sätt komma emot och bekräfta att ungdomen har kontroll i situationen.

Handledaren behöver arbetssätt att bemöta ungdomens motvillighet. Risken att hamna i fällor där man övertygar, styr eller påskyndar samtalet kan motverkas tack vare arbetssätten. Som handledare ska du undvika debatt. Kom ihåg att den unga måste vara delaktig i sin förändring och er klientrelationen ska hållas jämbördig; ni har båda kunskap för att komma framåt i samtalet.

O Öppna frågor

open-ended questions

Öppna frågor kan ge utrymme för friare och mer detaljerade uttryck och hjälper i att utreda åsikter

A Bekräftelser

affirmations

Bekräftelser som uppmärksammar och påminner om ungdomens framsteg

R Reflektioner

reflections

Reflekerande språk kan vara enkel spegling och uppmärksammande, eller omformande av synvinklar

S Sammanfattningar

summaries

Med sammanfattningar kan ungdomens berättelser och även olika reflektioner under arbetets gång kopplas samman

E Följdfrågor

laboration

Vidareutvecklingen av förändringspratet kan ske genom att uppmana ungdomen att i detalj öppna upp sin tankegång eller själv fundera ut möjliga tillvägagångssätt

A Bekräftelser

affirmations

Bekräftelser som uppmärksammar och påminner om ungdomens framsteg

R Reflektioner

reflections

Reflekerande språk kan vara enkel spegling och uppmärksammande, eller omformande av synvinklar

S Sammanfattningar

summaries

Med sammanfattningar kan ungdomens berättelser och även olika reflektioner under arbetets gång kopplas samman

S Flytta fokuset

shifting focus

Handledaren kan ändra på synvinkeln till det upplevda genom att väcka tankar kring det som *kan* påverkas och göras för att underlätta hanteringen av motgången

C Gå tillsammans

oming alongside

Uppmärksammande av de känslor som upprätthåller det gamla beteendet handlar om att empatisera och förstå ungdomens svårigheter

A Håll med, men...

greement with a twist

Speglande och bekräftelser kan även ske i form av att tillägga förslag på handlingsalternativ utan att förminska det uttryckta

R Omformulera

reframing

Även upprätthållande prat kan vändas till förändringsprat, t.ex. ungdomens oro kring ett ämne kan omformuleras till en styrka och tecken på beredskap

E Betona kontroll

emphasizing personal control

Arbetet bör framskrida utifrån ungdomens resurser och önskemål

D Uttryck din vinkel

disclosing personal feelings

Handledaren kan vid behov själv återföra diskussionen tillbaka till ett mer produktivt ställe

Tips för utförande av arbetssätten

Eftersom ungdomens situation, stödbehov och styrkor är utgångspunkten för metoden är även ungdomens egenskaper och olikheter viktiga att ta i beaktan vid handledningen och tillämpandet av motiverande samtal. Här kan du skumma igenom några sätt att anpassa arbetssätten till ungdomen.

För att skapa en tillitsfull och fungerande handledningsrelation behöver du även lyhördhet, tid och beredskap att ändra på ditt förfarande under arbetets gång.

Öppna frågor

- Ställ öppna frågor som fokuserar på elevens mål
- Satsa på frågor kring elevens förbindelse och plan för förändringen
- Använd konkret och tydligt språk
- Var rak om saken du frågar efter
- Ställ en fråga i taget
- Undvik "varför" frågor
- Ge extra tid för att svara

O

"Vad hände?"

"Vad skulle hjälpa dig att hantera den här situationen?"

"Hur kunde du hantera det här nästa gång det sker?"

"Vad tänkte du då han sa det där?"

Bekräftelser

- Använd person-specifika bekräftelser
- Bekräfta och betona då eleven klarat av något men överdriv inte
- Bekräfta elevens erfarenheter både verbalt, icke-verbalt och med ditt kroppsspråk
- Bekräfta konsistent och på ett förutsägbart sätt
- Respektera och erkänn elevens autonomi
- Bekräfta och beröm faktumet att eleven vill ändras och har försökt förr

A

"Du är bestämd på att förändras"

"Då du fokuserar klarar du nog av det!"

"Du jobbade väldigt hårt för att få den där uppgiften inlämnad"

"Du var i en svår situation och gjorde ett modigt val"

Reflektioner

- Gör reflektioner kring hur eleven gjort framsteg för att uppnå sina mål
- Använd känslopåståenden för att spegla vad eleven möjligen känner
- Satsa mera tid på reflektioner än frågor
- Gör tydliga kopplingar mellan det eleven försöker kommunicera

R

Enkla reflektioner:

"Det han sa gjorde dig arg"
"Jag hör att du inte vill vara här idag"

Dubbelsidiga reflektioner:

"Du tycker inte om matematik men jag hör ändå att du vill få godkänt i ämnet"

Komplexa reflektioner:

"Du vill att saker förändras"
"Du känner dig orolig över vad som kommer att hända"

Sammanfattningar

- Förtydliga det som talats om vid behov
- Sammanfatta kort och endast det som är nödvändigt och centralt
- Använd sammanfattningar ofta för att föra samtalet till huvudfokuset
- Sammanfatta också mellan de olika samtalsämnen

S

"Du nämnde att du är jättetrött på skolan och redo för sommaren, men du vill också få godkänt i dina ämnen att du inte behöver ta om dem nästa år"

"Du funderar över att fråga dina vänner att läsa tillsammans för att ta ikapp, och du känner att så länge som du har en plan så får du nog uppgifterna gjorda"

På vilka sätt kan MI utföras i högstadiet?

Styrkan med motiverande samtal som metod är att det först och främst är ett förhållningssätt för bemötande och förändringsarbete. Redan med att uppta delvist av metodens principer, till exempel att satsa på lyssnandet och ta ett steg bakåt från din roll som professionell och vuxen, kan du underlätta på dynamiken och arbetet mellan dig och ungdomen.

Den största nyttan som forskning kring användningen av MI i skolan kommit fram till är att metoden kan ge positiva resultat med olika mängder; interventionerna kan alltså lätt passas in i skolvardagen och vara ett resurs- och tidsparande alternativ att utnyttja i individuella träffar och klassrum. Motiverande samtal kan exempelvis användas som korta eller längre klassinterventioner, under individuella träffar i enstaka omgångar eller upprepat under en längre tidsperiod.

Sättet som motiverande samtal utförs och varaktigheten av handledningen bör avgöras på basis av elevens eller gruppens individuella behov. Ifall du undrar hur ofta du behöver använda metoden för att åstadkomma en förändring, kan du fråga dig själv vad du söker efter med interventionen. Siktas du på kortvariga resultat för enstaka läsläsning eller långvariga resultat för förstärkta kopplingar till vuxna i skolan, förändringar i motivationen samt minskade frånvaron?

Metodens utgångspunkt är elevens eller elevernas situation, exempelvis benägenheten till skolkning och brist på motivation för skolgången. Med hjälp av de genomgångna arbetsätten i detta kapitel kan orsaker bakom beteendet utredas och en tillitsfull relation till en motiverande vuxen i skolan påbörjas.

	Kortvarig handledning	Långvarig handledning
Individ	<p>Exempelvis:</p> <ul style="list-style-type: none">• Muntliga frågor om motivation i diskussioner under rasterna• Diskussion kring utmaningar, verktyg och styrkor under läsläsning i skolsocionomens rum• Under individuella bokade träffar kan även skriftliga planer göras och framgång följas upp	<p>Exempelvis:</p> <ul style="list-style-type: none">• Långvariga MI interventioner kan användas t.ex. då skolsocionomen ombetts att delta i elevens stöd utifrån SkoSkick-stödnivåerna• Interventionerna kan handla om ett inledande och ett check upp-tillfälle, eller en flera månaders förändringsprocess där utmaningar bearbetas, vardagshantering och färdigheter för skolgång övas, mål uppdateras, samt där elevens självförmåga och koppling till skolan förstärks.
Grupp & klass	<p>Exempelvis:</p> <ul style="list-style-type: none">• Skolsocionomen kan besöka lektioner för att presentera hur man kan lägga målsättningar, fundera kring utmaningar och resurser samt tillsammans sätta upp tillvägagångssätt för att uppnå mål• Elever med liknande utmaningar kring läsläsning eller frånvaron kan handledas gemensamt för att skapa kamrattstöd och lära sig hitta styrkor utan press	<p>Exempelvis:</p> <ul style="list-style-type: none">• Skolsocionomen kan påbörja gruppverksamhet kring skolmotivation, eller utföra långvariga klassinterventioner där elevernas individuella mål stöds men erfarenheter kan diskuteras samt färdigheter övas tillsammans• Deltagarnas motivation och koppling till skolan kan stärkas med att skapa nya vänskaper och att få förståelse från både de vuxna i skolan och jämnåriga.

5 AVSLUTNING

Denna handbok har presenterat fakta kring elevernas vardagsverklighet gällande orsakerna bakom skolfrånvaro och gett en introduktion till olika sätt att utöva motiverande samtal. Avslutningsvis erbjuds ett par råd gällande användningen av metoden:

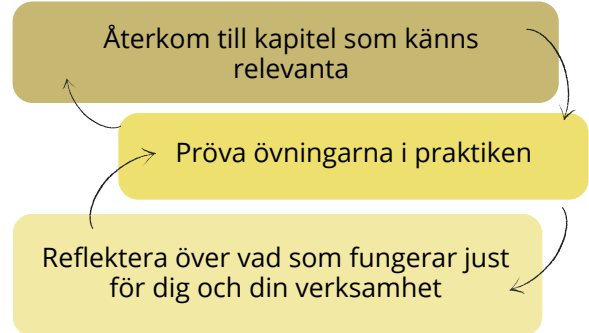
1 Motiverande samtal kräver övning och det kan göras t.ex. sinsemellan kollegor.

2 Kombineringen av motiverande samtal med andra metoder inom socialt arbete kan ge mycket givande resultat. Så som Miller och Rollnick säger, är det *ett sätt att göra det du redan gör*.

3 Var medveten om att metodens effektivitet går långt ut på den professionellas kompetens att förmedla empati och satsa på partnerskapet. Det är även centralt att reflektera kring målgruppen; hurdan är ungdomen och hur redo är ungdomen att börja tänka på förändring?

Syftet med denna handbok var att synliggöra motiverande samtal som en evidensbaserad handledningsmetod och presentera möjligheterna i att använda det i arbetet kring skolfrånvaro. Motiverande samtal är en metod som kräver övning, en hel del reflektion hos dig som professionell och en villighet att inta *The Spirit of MI*. Påminn dig själv om att då du väcker förändringsprat förstärker du ungdomarnas egenmakt i och med att de får ta kontroll över sina egna liv med ditt stöd. Då du övar på att relatera med ungdomarna du arbetar med kan du även lära dig något nytt om dem, dig själv och omvärlden.

Du kan använda handboken som ett levande stödmaterial:



Genom att kombinera teori, praktiska exempel och reflekterande inslag har materialet förhoppningsvis inte bara informerat, utan även inspirerat dig till utveckling i ditt arbete och din vardag. Jag hoppas att denna handbok bidrar till mer motiverande, empowermentorienterat och dialogiskt förebyggande och ingripande av skolfrånvaron.

Kom ihåg att förändring och lärande är en process som tar tid - både för dig och eleven!

KÄLLOR

- Choabi, R. & Lomas, L. (2021). Coaching vulnerable youths for positive change: A coaching relationship model for promoting adolescent interpersonal relationships with trusted adults. *International Coaching Psychology Review*, 16(2). 75–92.
- Duodecim. (27 augusti 2020). *Motivoiva haastattelu*. Käypähoito.
- Gersib, J. A. (2023). Supporting Middle School Student Behavior Change Through Motivational Interviewing. *Beyond Behavior*, 32(2), 115-127.
- Hem och Skola. (2024). *Problematisk skolfrånvaro – Råd och stöd till dig som vårdnadshavare*. Översatt från Parenting Strategies Program (2022). Responding to school reluctance or refusal: Strategies for parents. Melbourne: Monash University.
- Iachini, A. L. (2023). Feasibility and Acceptability of a Classroom-Based Motivational Interviewing Intervention for Ninth-Grade Students at Risk for School Dropout. *Children & Schools*, 45(3). 131-138.
- Iachini, A. A., Rogelberg, S., Terry, J. D., & Lutz, A. (2016). Examining the Feasibility and Acceptability of a Motivational Interviewing Early Intervention Program to Prevent High School Dropout. *Children & Schools*, 38(4), 209–217.
- Institutet för hälsa och välfärd (Uppdaterad 7 december 2023). *Dialogisuus ammattilaisen ja perheen välillä*. Thl.fi.
- Institutet för hälsa och välfärd. (Hämtad 8 september 2024). *Resultattjänst för enkäten Hälsa i skolan; Olovlig frånvaro minst varje månad*. Raportointi.thl.fi.
- Kettunen, I. (21 maj 2018). *Koulusosionomi tukee koko luokan hyvinvointia*. Talentia-lehti, Sosiaalialan edunvalvonta- ja ammattilehti. Talentia.fi
- Lagen om elev- och studerandevård 30.12.2013/1287, Finlex.
- Lagen om grundläggande utbildning 21.8.1998/628, Finlex.
- Miller, W. R., & Rollnick, S. (2023). *Motivational Interviewing - Helping People Change and Grow*, (4 uppl.). The Guilford Press.
- Moula, A. (2009). *Empowermentorierat socialt arbete*. Studentlitteratur.
- Mäenpää, T. (7 augusti 2023). *Kouluvalmentajat auttavat oppilasta tulemaan kouluun ja pärjäämään siellä – heitä palkataan nyt lisää, sillä poissaolot halutaan kuriin*. Yle.fi.
- Nieminen, S. & Turunen, J. (2015). *KOULUSOSIONOMI OPPILAAN ÄÄNEN KUULIJANA Kuraattorin kumppaniksi koulun sosiaalityöhön*. [Masterarbete, Tampereen ammattikorkeakoulu]. Theseus.
- Nivala, E., & Rynänen, S. (2024). *Sosiaalipedagogiikka: Kohti inhimillistä yhteiskuntaa ja kestävä elämää* (2 uppl.). Gaudeamus oy.
- Näkki, P. (2015). Motivoiva haastattelu ryhmäkuntoutuksessa. I P. Näkki & T. Sayed (Red.), *Asiakastyön menetelmiä sosiaalialalla* (s. 81–104). Edita
- O'Brennan, L. M., Suldo, S. M., Shaunessy-Dedrick, E., Dedrick, R. F., Parker, J. S., Lee, J. S., Ferron, J. M., & Hanks, C. (2020). Supports for Youth in Accelerated High School Curricula: An Initial Study of Applicability and Acceptability of a Motivational Interviewing Intervention. *Gifted Child Quarterly*, 64(1), 19-40.
- Payne, M. (2020). *How To Use Social Work Theory in Practice – An Essential Guide*. Policy Press.
- Payne, M. (2021). *Modern Social Work Theory*. (5 uppl.). Red Globe Press.
- Raatikainen, E., Rahikka, A., Saarnio, T & Vepsä, P. (2020). *Ammattina sosionomi* (3 uppl.). Sanoma Pro Oy.
- Reich, C. M., Howard Sharp, K. M., & Berman, J. S. (2015). A Motivational Interviewing Intervention for the Classroom. *Teaching of Psychology*, 42(4), 339-344.
- Sergejeff, J. (red.) (2023). *Vår gemensamma skolväg : Handbok för att stödja elevernas närvaro och minska frånvaron inom den grundläggande utbildningen*. Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 2023:40.
- Utbildningsstyrelsen. (Hämtad 12 oktober 2024). *Elevernas frånvaro i grundläggande utbildning*. Oph.fi
- Virtanen, T., Pelkonen, J., & Kiuru, N. (2023). Reciprocal Relationship Between Perceived Supportive School Climate and Self-reported Truancy: A Longitudinal Study from Grade 6 to Grade 9. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 67(4), 521-535.