

# Den motiverende samtale

På kurset i ”den motiverende samtale” får du inspiration til og træner en kommunikationsmetode og en række redskaber, der støtter en person i at påbegynde og gennemføre de forandringer, som personen selv ønsker.

Du lærer, hvordan du anerkender, udforsker og bidrager til bevidsthed om den ambivalens, der afholder den enkelte fra at foretage de ønskede ændringer i livet. Du trænes i at identificere personens værdier og mål. Via personens egne ord og tanker bidrager du til at fremkalde troen på forandring, ligesom du arbejder med at flytte fokus til de forhåbninger, værdier og drømme som skaber et ståsted, hvorfra der kan tages beslutninger om små motiverede skridt videre i livet. Små skridt som udgør den afgørende forskel.

## Underviser

Jørgen Juul Jensen, direktør i Jørgen Juul Jensen Coaching

Peer Moth, direktør i Moth Kommunikation

## Hvem deltager

Kurset er for dig der til daglig arbejder med mennesker og oplever din egen eller andre menneskers modstand mod en forandring eller udvikling, som I ellers ønsker. Du har allerede nogle kommunikationsredskaber, men har brug for ny inspiration til professionelt at arbejde med motivation.

## Kursets indhold

- Ambivalens og beslutningsbalance
- Forskellige typer af spejlinger
- Motivation og betydningsskift i tankegange
- Værdier og drømme – et ståsted i livet
- Anerkendelse og håndtering af modstand
- Brug af succesoplevelser
- Beslutninger og værdien af små skridt
- Samtale- og spørgeteknik
- Træning af værktøjer

## Form og forløb

Kurset rummer en blanding af oplæg, coaching, samtale, øvelser og træning.

Kurset løber over to dage og kan med fordel suppleres af en opfølgende dag, ca. en måned senere.

NB. Kurset tilrettelægges altid ud fra de konkrete behov og ønsker