



Millised on võimalused kasutada motiveerivat intervjuerimist töös noortega?

Sihtgrupp: Noorsootöötajad, lastekaitsetöötajad, psühholoogid, sotsiaal- ja tervishoiutöötajad, kes igapäevaselt tegelevad noortega ning õiguskaitses töötajad, kes on spetsialiseerunud tööle noortega. Oodatud on loomulikult ka kõik teised spetsialistid, kellede töö eeldab inimeste motiveerimist ning kes soovivad saada ülevaadet MI võimalustest selles.

Toimumisaeg: 08. märts 2013 Tartus.

Tundide arv: Kokku 7 akadeemilist tundi. Konverents on eestikeelne.

Toimumiskoht: Tartu Kutsehariduskeskus Kopli 1, 50115 Tartu.

Konverentsi eesmärk: Konverentsi eesmärgiks on edendada ja arendada Eestis noortega tehtavat tööd, sh nii riskinoortega kui ka noortega, kes on sattunud tervishoiu vaatevälja. Läbi väliskogemuse jagamise ning erinevates töötubades praktiliste tööarutelude, saavad konverentsil osalejad ettekujutuse MI erinevatest võtetest ja tehnikatest, mida kasutada oma igapäevatoos laste ja noortega. Konverentsi alaeesmärgiks on luua dialoog ning jagada konkreetseid näiteid, et soodustada selles vallas liikumist rohkema ennetustöö suunas.

Teemad ja esinejad:

9.30-10.00 Registreerimine ja tervituskohv

10.00-10.15 *Konverentsi avamine ja tervitussõnad* – pr Anne Õuema, Tartu Linnavalitsus, Kultuuriosakonna noorsooteenistuse peaspetsialist

10.15-11.00 *Kuidas motiveerida sõltuvusprobleemidega noort muutusele?*

Erik Knifström, BAB Konsult, Rootsi, MINT liige, MI Nordic liige



(ettekanne on inglise keeles, lühikese kokkuvõtva järeltõlkega)

Motivational Interviewing is a client-centred way of being with people and a method of counselling that is used to help people to resolve their ambivalence about change, increase their motivation for change and commit to change their problem behaviour.

The author is giving a short presentation of how the theory and clinical practice of Motivational Interviewing correlates with adolescent development and why he thinks that Motivational Interviewing is suitable for clinical use with working with youth and also present some research of Motivational Interviewing and youth with addiction problems.

Furthermore, the presenter will share his personal experiences of using Motivational Interviewing with youths.

Erik Knifström on käitumisterapeut, kes antud ajahetkel töötab MI sõltumatu konsultandina. Tal on kuue aasta pikkune noortega (vanuses 16-21) töötamise kogemus, peamiselt ainete kuritarvitamise valdkonnas. Alates 2000 aastast tegeleb Erik MI treeningute ja supervisioonide läbiviimisega, laiemalt MI rakendamisega erinevatesse organisatsioonidesse. Erik Knifströmil on praeguseks MI rakendamise alaseid kogemusi paljudest erinevatest eluvaldkondadest ning lisaks Rootsi kogemustele ka koostöökogemused Venemaalt ja Bulgaariast.

11.00-11.45 ***Kuidas edukalt kasutada MI-d töös noortega?***

„Ma ju kuulaksin oma vanemaid, kui nad suu peaksid!“ Sellist pealkirja kannab hiljuti ilmunud raamat, mille autoriks on Anthony E. Wolf. Mida meile noored öelda tahavad, mille nad rääkimata jäätavad ja miks nad ei tee ikka nii nagu täiskasvanud neilt ootavad? Need on lõputud küsimused, millega puutuvad kokku ka spetsialistid, kes noortega töötavad. Just noortega töötajad auvad eriti teravalt, kuidas arenguliste ja keskkonnast tulenevate faktorite mõju nõustamises



on olulisuse tähtsusega. Arutleme selle üle, kuidas motiveerivas intervjuerimises nende teguritega muutuste toetamisel arvestada.

Spetsialistina vaevame oma pead sellega, kuidas küll jõuda selle nooreni? Mida peaks veel tegema, et ta mõistaks, et tema käitumine on vale? Kuidas ta seda ometi ise ei näe? Tihtipeale oleme süüvinud sellesse, kuidas selgitada noorele seda, mis tema käitumises halb on, selle asemel, et küsida seda tema enda käest. Motiveeriv intervjuerimine arutleb koostöös noorega tema käitumise üle, kuulab ära põhjendused, suurendab valikuid ja aktsepteerib neid. Selleks, et noor inimene näeks muutuse vajalikkust ja peaks selle muutuse elluviimist oluliseks, peab ta aduma, et käitumine lähtub temast endast.

Tõnu Jürjen, Hariduse Tugiteenuste Keskus, EMITA liige, MINT liige

Tõnu Jürjen on hariduselt olen psühholoog ning lõpetamas magistriõpinguid Tartu Ülikoolis. Oma tööelu alustas Tõnu kriminaalhooldajana. Just sundkliente nõustades õppis ta motiveerivat intervjuerimist väärtustama ning end professionaalina pidevalt arendama. Praegu rakendab Tõnu oma teadmisi ning oskusi MI-st eelkõige töös noortega töötades Hariduse Tugiteenuste Keskuses psühholoogina. Esimese treenerikoolituse läbis Tõnu Jürjen 2010.aastal, sellest ajast saadik on ta viinud läbi koolitusgrupe noorsootöötajatele, õpetajatele, koolide tugispetsialistidele ning tervishoiutöötajatele. 2011. aasta kevadel läbis Tõnu rahvusvahelise kodeerija ning superviisori koolituse. 2011.aasta sügisel osales rahvusvahelisel treenerikoolitusel, mis andis võimaluse liituda rahvusvahelise motiveeriva intervjuerimise treenerite võrgustikuga MINT. Tõnu on Eesti Motiveeriva Intervjuerimise Treenerite Assotsiatsiooni (EMITA) juhatuse liige.

Ljudmilla Atškasov, MTÜ Öökull, EMITA liige

Ljudmilla Atškasov on hariduselt psühholoog. Esimeseks töökohaks oli 2004. aastal Tartu Linnavalitsus, kus ta töötas lastekaitsespetsialistina. Samal ajal liitus Ljudmilla ka MTÜ Öökull kollektiiviga, kus seniajani tegeleb käitumisraskustega lastega. Aastal 2007 asus ta tööle Tartu Vanglasse psühholoogi ametikohale.



Ljudmilla on läbinud MI baaskoolituse 2008. ja treenerikoolituse 2011.aastal. Baaskoolitusi on ta läbi viinud 2010. aastast. Sihtgrupiks on olnud noorsootöötajad, kriminaalhooldusametnikud, vanglaametnikud, töötute tugiisikud ja teised sotsiaalvaldkonna spetsialistid. 2011 a augustist on Ljudmilla EMITA liige. Lisaks viib Ljudmilla läbi Lõuna Prefektuuri preventsoonitalituse projektides töötubasid alaealistele õigusrikkujatele ja teeb koolitus-ja nõustamiskeskuse TEAN alt psühholoogiaalaseid koolitusi. Ljudmilla on olnud tegev ka erinevates preventsoonialastest projektides nii projektjuhina, kui ka treeningute läbiviijana alaealistele.

11.45-12.00 *Millised on pädevused MI-s?*

MI treeneritena ütleme: „MI pole raketiteadus“ ja mõne aja pärast sinna juurde: „Seda pole kerge omandada“. MI treeneritena kuuleme: „Aa, seda ma juba teen!“ ja mõne aja pärast: „Oota, ma ei saa nüüd aru!“ Nii nagu kõike muudki siin elus, saab ka MI-d omandada nii iseõppimise teel, kogenuma käe all rühmas õppides või individuaalselt supervisooni ja tagasisidet saades. „Milline tee valida?“, „Mis annab parima tulemuse?“, „Millest ma aru saan, et mul läheb hästi?“, on küsimused, mis suure tõenäosusega käivad peast läbi kui on sooviks oma oskusi arendada. EMITA liikmete eesmärgiks on seista hea kõigi nende teede toetamise eest: oma kodulehel ja treeningutel levitame infot ja juhiseid iseõppimiseks, valmivas õppekavas on kirjas õppe sisu ja väljundid ning selle põhjal läbi viidavad treeningud võimaldavad õpet seitsmel erineval tasemel ja/või suunal: sissejuhatavad kursused, alg-, kesk- ja kõrgtase, kodeerija, superviisori ning treeneri koolitus. Ettekanne annab lühiülevaate EMITA poolt pakutavatest MI omandamise võimalustest valmiva õppekava valguses.

Inga Karton, Sisekaitseakadeemia, Marienthali Psühhiaatria ja Psühholoogia Keskus, EMITA liige, MINT liige

Inga Karton on psühholoog, õppejõud ning koolitaja. Hariduselt sotsiaalteaduste magister psühholoogia erialal, kes antud ajahetkel on Tartu Ülikoolis omandamas



ka doktorikraadi. Inga Karton on Sisekaitseakadeemia õigus- ja sotsiaalteaduste keskuse õppejõud, Marinethali Psühhiaatria ja Psühholoogia keskuse psühholoog ning kuulub EMITA-sse, on selle juhatuse esimees. Veel on ta töötanud vanglapsühholoogi ja kriminaalhooldajana. Inga on aastast 2003 MI treener, 2006-st aastast treenerite treener ning 2010 aastast mentorõppejõud. MI-ga seonduvalt on Inga Karton läbi viinud mitmeid lühi-uuringuid ning esitlenud nende tulemusi konverentsidel ICMI I, II ja III ning aastast 2011 juhib MITI adapteerimise uurimisgruppi, olles eelnevalt saanud rahvusvahelise ettevalmistuse MITI kodeerija ja superviseerijana. MI-d hakkas ta rakendama vanglapsühholoogina töötades ning on seda lähenemist kasutanud lisaks klientide nõustamisele ka nii õppejõuna üliõpilaste motiveerimiseks kui mentorina kaaskollegide toetamiseks.

- 12.00-12.45 Lõunapaus
- 12.45-16.00 **Praktilised töötoad (1-4)**
- 16.00-17.30 **EMITA vastuvõtt ning partnerite ümarlaud**

Praktilised töötoad:

(1) Effective training and effective implementation: How can we train and implement Motivational Interviewing to improve outcome (töötuba on inglise keeles)

This interactive workshop will start with an initial presentation of the presenter's own personal views and experience of failures of training Motivational Interviewing in organizations followed by some ideas how to train more effectively to secure that the training of staff will improve their competencies of doing MI, and how to implement the training on different levels in organizations with the perspective that the training will improve better outcome.



The methodology of the workshop will focus on having the participants – training and working in small-groups and large group discussions – an opportunity to work on designing more effective training and effective implementation of Motivational Interviewing.

Läbiviijad Erik Knifström ja Elina Malleus

Elina Malleus on lõpetanud psühholoogia magistriõppe spetsialiseerumisega koolipsühholoogiale ning alates 2011 aastast õpib Tallinna Ülikoolis psühholoogia doktoriõppes ning töötab ka teadusprojektis. Samuti annab ta pedagoogilise psühholoogia ning sotsiaalpsühholoogia loenguid. Varem on Elina töötanud rehabilitatsioonikeskuses psühholoogina sihtgrupiks endised kinnipeetavad. Elina on läbinud 2011 aastal MI baaskoolituse ning MITI manuaali järgi kodeerimise ja superviseerimise koolituse. Peale koolituse läbimist on Elina aktiivselt tegelenud MI intervjuude kodeerimise ning tagasisidestamisega. Aastast 2011 kuulub Elina ka MITI adapteerimise uurimisgruppi ning on EMITA liige.

(2) Millised on toimivad võtted töös noortega?

Töötuba keskendub MI rakendamisele töös noortega haridus- ja õiguskaitsevaldkonnas. Praktiliste harjutuste ning arutelude abil mõeldakse sellest, kuidas arenguliste erisustega nõustamises arvestada ning need koostöösuhete kasuks kasutusele võtta. Osalejatel on võimalik harjutada MI peamisi baasoskusi ning strateegiaid noorte toetamisel muutuste teel.

Läbiviijad Tõnu Jürjen ja Inge Johanson

Inge Johanson on lõpetanud TÜ-s vene filoloogia ning on lõpetamas Tartu Ülikooli sotsiaal- ja haridusteaduskonna sotsiaaltöö ja sotsiaalpoliitika bakalaureuseõpet. Inge on töötanud sotsiaaltöötajana Tartu Vangla sõltuvusrehabilitatsiooni osakonnas. Antud hetkel on ta MTÜ Öökull Koolitus- ja nõustamiskeskuse TEAN koolitaja ning MTÜ Iseseisev Elu algatatud projektis "Motiveeriva tugiisiku toel siirdumine tööturule" tugiisikuks. MI-ga on Inge seotud alates 2003-st aastast, kus ta läbis MI baaskoolituse, 2006. aastast on Inge treenerite treener, peale mida on ta ise nii aktiivselt praktiseerinud



MI-d kui ka viinud läbi hulgaliselt MI baaskoolitusi nii vanglasüsteemis kui ka väljaspool seda nt alaealiste komisjonide liikmetele, sotsiaaltöötajatele jne. Inge on EMITA liige.

(3) Mida teha kui minu patsiendiks on probleemne nooruk?

Noorukid pöörduvad perearsti vastuvõtule erinevate probleemidega. Paljud neist on seotud käitumise ja eluviisiga. Kuidas tervishoiutöötaja peaks sellele teemale lähema? Tõhus viis mitmesugustele tervisekäitumise muutmistele kaasa aitamisel on motiveeriv intervjuerimine. MI põhineb patsiendi ja arsti koostööl ning partnerlusel. Selle käigus aktiveeritakse muutuste tegemiseks patsiendi enda motivatsiooni ja ressursse. Samal ajal tunnustades tema autonoomiat. MI juhtpõhimõtted on suruda maha parandamisrefleks, mõista ja õppida tundma patsiendi motivatsiooni, kuulata empaatiaga ja jõustada patsienti. Antud töötoas tulevadki lähemalt käsitlusele MI põhimõtted tervishoius praktiliste näidete valguses. Töötoa läbiviimise meetoditena kasutatakse grupitöid, arutlusi, juhtumite analüüse ning rollimänge.

Läbiviijad Ruth Kalda ja Kadri Sujja

Ruht Kalda töötab Tartu Ülikooli peremeditsiini õppetooli professorina ja õppetooli juhatajana ning perearstina OÜ Ülikooli Perearstikeskuses. Ta on lõpetanud Tartu Ülikooli arstiteaduskonna 1989. aastal ja peremeditsiini ümberõppe kursused 2000. aastal. Perearstina töötab alates 2000.aastast. 2001. aastal kaitsesin doktorikraadi Tartu Ülikoolis. Ruthi teadustöö on seotud nii perearstiabi kvaliteedi uurimisega, krooniliste haigete (hüpertensioon, diabeet, depressioon) elustiili ja riskifaktorite uurimisega kui ka nõustamisega. Ruth Kalda kuulub Euroopa Peremeditsiini Akadeemia (Euract) Nõukogusse ning olen seotud oluliste peremeditsiini õpetamisega seotud programmide ning juhendmaterjalide väljatöötamisega Euroopa tasandil. Ta on läbinud mitmeid EURACTI poolt peremeditsiini õpetajatele korraldatud õpetamise metodika alaseid kursuseid., olen korraldanud sarnaseid kursuseid ise nii kodus kui ka rahvusvaheliselt. Ruth on EMITA liige, 2010 aastal läbis eluviisi muutusi motiveeriva nõustamise ja alkoholi liigtarvitamise varajase avastamise ja nõustamise koolitused. Lisaks on läbinud 2003-2004. aastal Praktilise psühholoogia Erakooli SENSUS treeningkursused



enesekehtestamise, patsiendi ja arsti kommunikatsiooni ja tööstressi ja läbipõlemise alal. Tal on praktiline kogemus motiveeriva nõustamise kasutamisest perearsti töös ja õpetamisest tervishoiutöötajatele (nii arstitudengitele, perearstidele kui pereõdedele).

Kadri Suija on perearst ja töötab perearstina ja teadurina Tartus. Perearstina on ta töötanud ka Soomes. 2010. aastal kaitses doktorikraadi Tartu Ülikoolis. Motiveerivat intervjuerimist kasutab Kadri nii teadustöös, õppetöös kui töös perearstina. Esimesed MI-alased koolitused läbis 2010. aastal, koolitajateks mitmed MINT võrgustiku liikmed Šveitsist, Rootsist ning Suurbritanniast. Motiveeriva intervjuerimise koolitusi on läbi viinud alates 2011. aasta kevadest. Kadri on EMITA liige.

(4) Kuidas rakendada MI-d gruppides?

Kindlasti on paljudele tuttav olukord, et aega ja raha on vähe, aga abivajajaid palju. Mida siis teha? Üks hea ja toimiv võimalus on viia tegevus läbi grupis. Paljuski nendel samadel põhjustel on ka MI-s välja töötatud grupitöö formaat, mille kohta on olemas nii raamatud (*nt Christopher C. Wagner and Karen S. Ingersol „Motivational Interviewing in Groups“, Guilford Press 2012*), käsiraamatud, kui ka läbiviijaid ettevalmistavad kurused. Oma töötoaga anname ülevaate MI-st lähtuva grupitöö põhimõtetest ning mõningatest sinna soblikest harjutustest. Töötuba on interaktiivne, lähtub MI vaimsusest ja tehnikatest ning annab seeläbi osalejatele võimaluse kogeda, et kuidas on olla motivatsioonigrupi liige ning saada ideid, kuidas viia läbi motiveerivat grupitööd.

Läbiviijad Inga Karton ja Helena Väljaste

Helena Väljastel on magistrikraad psühholoogias (cum laude) spetsialiseerumisega nõustamisele. Helena on Uus-XXL OÜ, Meelerahu psühholoogiline nõustaja ja terapeut ning Stressivaba elu kursuste üks väljatöötaja ja koolitaja. Helena oli aastatel 2010 kuni 2012 Eesti Psühholoogiaüliõpilaste Ühenduse Lahendus.net nõustaja. Helena on läbinud 2011 aastal MI baaskoolituse ning MITI manuaali järgi kodeerimise ja superviseerimise koolituse ja ta kasutab MI-alaseid oskusi pidevalt oma töös. Aastast 2011 kuulub Helena ka MITI adapteerimise uurimisgruppi ning on EMITA liige.



Registreerimise tähtaeg:

- Viimane registreerimise päev on **05.03.2013**.

Osavõtumaks: 20 eurot

- Osavõtumaks sisaldab konverentsi materjale, lõuna- ja kohvipausid ning vastuvõtu

Tasumine: Registreerimise järgselt saadame Teile arve, mis tuleb tasuda arvel näidatud kuupäevaks. Arve õigeks ajaks tasumata jätmisel on korraldajal õigus lülitada osaleja grupist välja.

Registreeruda saad EMITA kodulehel või [sellel lingil](#)

Korraldaja: EMITA MTÜ

Kontakt: www.emita.ee, Anne Rannaveski-Poola emita.vorgustik@gmail.com