

ATT MÖJLIGGÖRA FÖRÄNDRING

Teori och praktisk workshop i motivationsarbete och beteendeförändring

Vi välkomnar både dig som var med under vårt första möte den 19 maj och vill bygga vidare, samt dig som är med för första gången. Mötet inleds med en repetition från första tillfället, som en introduktion till er som inte var med och som en uppfräschning för er som var det.

Det är svårt för många ungdomar och vuxna med PKU att förhålla sig till sin egenvård. Syftet med dagen är att ur ett inlärningspsykologiskt perspektiv bidra med ökad förståelse för "varför vi betar oss som vi gör". Vi kommer fylla på våra verktygslådor med praktiska och evidensbaserade metoder för att öka motivation och underlätta förändring.

Dagen leds av **Eivind Lundin** leg. psykolog som också är verksam på Metabilmottagningen samt verksamhetsutvecklare på Tema Kvinnohälsa och Hälsoprofessioner, Karolinska Universitetssjukhuset.

PROGRAM

09:00–10:00 *Incheckning och frukost*

10:00 **Compliance i PKU-vård samt introduktion inlärningspsykologi**

- Neuropsykologiska konsekvenser vid PKU
- Behandling PKU – stora krav på eget ansvar
- Vilka utmaningar har våra patienter i sin egenvård
- Varför gör vi som vi gör?
 - praktisk introduktion till inlärningspsykologi
- Att motivera till beteendeförändring
 - crash course i motiverande samtal (MI)

- Samtalets betydelse för förändring
- Motiverande samtal och egenvård

11:00 **Samtalsmetoder**

12:00 **Lunch**

13:00 **Praktisk övning i samtalsmetoder**

14:00 **Att använda samtalsmetoder för att möjliggöra förändring**

16:00 **Slut för dagen**



INFORMATION OCH ANMÄLAN

NÄR

TORSDAG DEN 17 NOVEMBER KL 10.00 – 16.00

VAR

Stockholm, United Spaces, Stockholm Waterfront. Ca 5 min gångväg från T-centralen.

ANMÄLAN

malin.swardhammar@danone.com senast 30/10.
Glöm inte anmäla ev specialkost!

Nutricia bjuder på kostnad för mötet och förtäring.