

” SOM COACH TYCKER JAG båda metoderna är oerhört användbara och kompletterar varandra. Personer som utbildats inom MI i hälso- och sjukvården skulle kunna ha stor nytta av att gå en coachutbildning för att nå ytterligare på djupet med klienter/patienter.
--- Cecilia

” OM DET GÅR ATT KOMBINERA professionell coaching med samtalsmetodiken motiverande samtal, MI? Utifrån min syn på coaching och MI så tycker jag att det går alldeles utmärkt. Jag gör det dagligen i min roll som uppsökare inom Kriminalvården.
--- Johanna

” JAG ÄR SJÄLV UTBILDAD inom MI och som coach. För egen personlig utveckling är coachutbildningen den som gett mig mest, eftersom jag själv fick kartlägga mitt eget liv.
--- Cecilia

” SOM COACH LEVER JAG själv i den förändring jag önskar se hos andra.
--- Johanna

” ETT UTTRYCK som jag gillar är: »En klient kommer aldrig längre än vad sin coach är«.
--- Cecilia



Ja. Det är svaret på frågan. Ett tillitsfullt och tydligt ja. Och frågeställningen är om det går att kombinera professionell coaching med samtalsmetodiken motiverande samtal, MI. Utifrån min syn på coaching och MI så tycker jag att det går alldeles utmärkt. Jag gör det dagligen i min roll som uppsökare inom Kriminalvården.

Jag heter Johanna Nilsson och är en av femton hängivna uppsökare som arbetar på de tre säkerhetshäkten som finns i Stockholm. Jag och mina kollegor erbjuder de häktade samtal med mål att de ska vilja närma sig en förändring och komma bättre ut. Och under samtalen ska MI vara den metodik jag använder för att bidra till att den jag möter ska känna vilja till förändring.

Professionell coaching är däremot inte en uttalad kompetens som ingår i arbetet inom Kriminalvården. Som stolt ICF-coach känns det därför extra spännande att upptäcka hur mitt coachande förhållningssätt kan komplettera MI och bidra både på bredden och djupet. För det vet jag att det gör.

Frivilligheten är en viktig utgångspunkt inom både professionell coaching och MI. Många av de häktade väljer att prata med mig just tack vare att de själva får välja. Även om personen har många års kriminellt leverne bakom sig finns oftast ändå en önskan om att kunna förändras och hitta nya vägar. Det känns hoppfullt och skapar mening i arbetet för mig. Frivilligheten är lika viktig för mig själv utifrån mitt egna perspektiv. Att jag har tillit till

TANKAR FRÅN EN COACH: JOHANNA NILSSON, certifierad coach ICF

PROFESSIONELL COACHING + MOTIVERANDE SAMTAL = SANT!

min förmåga att möta de häktade där de är. Med intentionen att inte döma eller värdera.

Inom både coachingen och MI är målbildsfokuset viktigt. Det jag upplever som skillnad är att coachingen i större utsträckning fokuserar mer på vad målbilden i sin tur leder till. Vad måluppfyllelsen innebär och vad den leder till. Ibland är det svårt för den jag möter att våga tro på vad de önskar och behöver i livet och då kan just det här coachande förhållningssättet skapa kraft under samtalet.

Jag upplever MI som mer kantig än coaching. Det bör inte vara fler slutna frågor än öppna under ett samtal och ju fler komplexa reflektioner desto bättre. Under MI-utbildningen övade vi visserligen men betydligt mer begränsat än inom de coachutbildningar jag gått. Då var större delen upplevelsebaserad och vi coachade varandra med egna och äkta ämnen som berörde. När jag gick certifieringsutbildningen för att vidareutveckla mig som coach var det till och med jag själv som var huvudtemat. Hur jag själv kan nå min fulla potential. Som coach lever jag själv i den förändring jag önskar se hos andra. MI är mer ett sätt att samtala på för att locka fram förändringsvilja.

Det här var mitt sätt att beskriva hur coachingen och MI kan samspela för mig. Även om det finns mer eller mindre stora olikheter runtomkring coachingen och MI så är jag så tacksam och glad över att ha förmånen att vara utbildad inom båda delarna och få arbeta med både och. Jag har stor hjälp av det tekniska och mer kantiga som jag upplever att MI ger. Och jag trivs toppen med att få sväva iväg i coachingens mjukare former där även visualiseringar och mer kreativa övningar ingår. Professionell coaching och MI är en perfekt match och kombination för mig. Så jag fortsätter att sprida mitt coachande förhållningssätt överallt där jag tror att det kan göra skillnad. Inte bara under samtalen med de häktade.

För skillnad, det vet jag att coaching gör.



*Johanna Nilsson
Foto: Jini Sofia*



JOHANNA NILSSON, beteendevetare, projektledare och coach. Arbetar som uppsökare på ett säkerhetshäkte inom Kriminalvården med stödande och motiverande samtal. Utbildning i motiverande samtal, MI, och alkoholrådgivning inom Stockholms läns landsting samt till coach (ICF diplomering, ICF certifiering, coachande ledarskap).