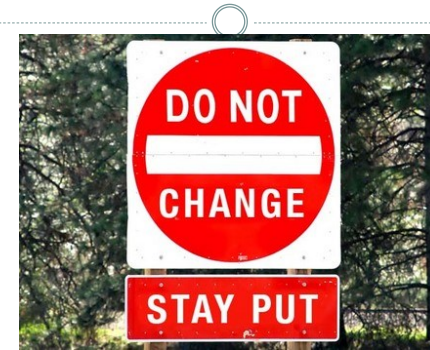


What's new in MI? The story of Sustain Talk

DENISE ERNST PHD



News Flash!!!!

- Latest research indicates that responding to sustain talk in a way that diminishes it may be as important as eliciting and reinforcing change talk to achieving good outcomes for the client.

This is a story of

- How the concepts of MI develop and grow over time
- How MI is adapted as it responds to the science
- The role that MI coding has played in that process
- What you can do to adapt your own MI skills to the new evidence

From the beginning of MI

- Client language was considered important and learning to elicit it was a key skill
- Self-Motivational Statements; problem recognition, expression of concern, intention to change, and optimism about change
- On the other side---resistance; arguing, interrupting, negating (which includes most of the currently defined sustain talk)
- Rolling with resistance and avoiding argumentation were principles

The first coding tool

- Motivational Interviewing Skill Code (MISC 1.0, 2000) developed during EMIT
- The concept of Change Talk emerges
- Counterchange talk is on the other side
- Developed to evaluate training, the MISC also became very useful in process research
- The first studies examining the language of change with outcomes failed to find a correlation

Seminal work by Amrhein (2003)

- DARN-C (desire, ability, reasons, need and commitment to change or to maintain the status quo)
- The idea that the nature of the change languages changes over time, even within a session
- Change talk and counterchange talk as opposite sides of the same coin

Consensus on Change Talk (2006)

- Change talk is a generic term that encompasses all type of language in favor of change
- Sustain talk is a generic term for language that moves away from change or towards the status quo
- Separates sustain talk from other responses labeled as resistance and counter-change talk

- The CLAMI (Client Language Assessment in Motivational Interviewing) 2008, and the CLEAR (Manual for the Client Language EAsy Rating) 2012, developed to address the concept of sustain talk as the flip side of change talk.

Evidence starts coming in

- Clinician skill is increased with training and maintained and enhanced with additional post-workshop activities
- Clinician skill, both relational and technical are related to change talk
- Change talk is related to outcomes some of the time
- A causal chain is hypothesized and examined

Current research evidence regarding client language; a meta-analysis

- Therapist MI-consistent skills were correlated with more change talk but not less sustain talk
- MI-inconsistent skills were associated with less change talk and more sustain talk.
- Client change talk was not associated with follow-up outcome
- Sustain talk was associated with worse outcomes
- Composite client language showed an overall positive relationship with client behavior change

More nuanced evidence

- High levels of empathy in combination with more complex reflections can lead to reduced sustain talk and thus, better outcomes (Gaume, et al. 2015)
- Low levels of empathy render the micro-skills less effective and may even be toxic

What to do about the decisional balance (DB)?

- No longer recommended for most MI sessions. Why?
- In the DB, sustain talk is intentionally elicited and enhanced. In most situations, this is counter-productive, if not harmful.
- DB is appropriate when the clinician is intentionally maintaining neutrality or is in equipoise.

Miller and Rose (2015). *Motivational Interviewing and Decisional Balance: Contrasting Responses to Client Ambivalence*. *BCP*, 43, 129-141.

In the meantime.....

- These tools to evaluate MI are too complicated and time-consuming.
- Just a simple tool to determine the extent to which MI is happening is needed
- The MITI is born, derived from MISC data, validated, and widely disseminated
- This is relatively easy tool to use and is very helpful for feedback to clinicians

MITIs 1.0 through 3.1.1

- Contains global measures of the MI spirit and empathy
- Codifies basic MI skills (open-ended questions, reflections, and affirmations)
- Is solely focused on the clinician responses
- Does not take into account what the client is doing or saying (at least not much)

The MITI is revised

- To take into account the client's language and how the clinician responds to it and shapes it
- New technical global measures added
- Cultivating Change Talk (CCT)
- Softening Sustain Talk (SST)

Cultivating Change Talk

1	2	3	4	5
Clinician shows no explicit attention to, or preference for, the client's language in favor of changing	Clinician sporadically attends to client language in favor of change – frequently misses opportunities to encourage change talk	Clinician often attends to the client's language in favor of change, but misses some opportunities to encourage change talk	Clinician consistently attends to the client's language about change and makes efforts to encourage it	Clinician shows a marked and consistent effort to increase the depth, strength, or momentum of the client's language in favor of change

Softening Sustain Talk

1	2	3	4	5
Clinician consistently responds to the client's language in a manner that facilitates the frequency or depth of arguments in favor of the status quo.	Clinician usually chooses to explore, focus on, or respond to the client's language in favor of the status quo.	Clinician gives preference to the client's language in favor of the status quo, but may show some instances of shifting the focus away from sustain talk.	Clinician typically avoids an emphasis on client language favoring the status quo.	Clinician shows a marked and consistent effort to decrease the depth, strength, or momentum of the client's language in favor of the status quo.

Who is making the argument for change?

New behavior counts in MITI 4.2.1

- **Persuade:** Is the clinician building a case for change which is likely to produce sustain talk?
- **Seeking collaboration, affirming, emphasizing autonomy:** Is the clinician using strategies and language likely to prevent sustain talk?

Can Clinicians be trained to soften sustain talk?

Training implications

- Project ELICIT: Testing Theory Based Training in Motivational Interviewing
- Theresa Moyers, Jon Houck, Jennifer Knapp Manuel, Lisa H. Glynn & Kevin Hallgren
- NIDA R01 DA021227-01
- Presented at APS 2015

Conclusions of ELICIT

- Clinicians can be trained to intentionally influence client language
- This training results in differences in the amount of sustain talk from clients
- Differences in client language are not accounted for by changes in general counseling skills in MI but only to specialized training focused on technical element

What can you do to improve practice?

Cuddling the problem
A common pitfall!

**IN SERVICE OF
ENGAGEMENT, CLINICIANS
OFTEN SPEND TOO MUCH
TIME AND ENERGY AND
EMPATHY ON THE CLIENT'S
PROBLEM.**

A few practical tips

- Strengthen your MI relational skills; MI spirit and empathy matter
- Deepen your reflective listening practice and focus the deeper listening on change talk as opposed to sustain talk
- You influence and guide the conversation each time you speak; become more intentional about where you are going
- Learn to cuddle up to the client's values, goals, hopes, desires, and dreams-not just the problem.
- Reign in the righting reflex; learn about how and when it shows up for you. Look closely at your language

Thank you for your time and
attention

DENISE ERNST PHD

deniseernst.com

References

Magill, Gaume , Apodaca, Walthers ,Mastroleo, and Borsari. The Technical Hypothesis of Motivational Interviewing: A Meta-Analysis of MI's Key Causal Model *JCCP* 2014, Vol. 82, No. 6, 973–983

MIの最新情報 維持トークの話

DENISE ERNST PHD

変わってはいけない



このままでいよう

ニュースフラッシュ!!!!

- 最新の研究によれば、クライアントにとっての良い結果を達成するためには維持トークを減らせるように応答することが、チェンジトークを引き出し強化することと同じぐらい重要である可能性がある

一つの物語

- 時と共にMIの概念がどのように発展し、成長したか
- 科学的知見に対応して、MIの適応がどうなったか
- MIのコーディングがこうした過程において果たした役割
- 自分のMIスキルを新しいエビデンスに合わせるためにあなたに何ができるか

MIのはじまりから

- クライアントの言語が重要であり、それを引き出せるようになることが欠かせないスキルの一つである
- 自己動機づけ発言; 問題の認識と懸念の表出、変化の意図、変化についての楽観視
- その反対側が---抵抗; 議論する、口をはさむ、否定する(現在の定義による維持トークのほとんどを含む)
- 抵抗を手玉にとる・議論を避けるという原則

コーディングツールことはじめ

- 動機づけ面接スキルコード (MISC 1.0, 2000) 動機づけ面接の教育評価(EMIT)中に開発された
- チェンジトークの概念が生まれる
- カウンター・チェンジトークはその反対側
- トレーニング評価のために開発された MISCは、プロセス研究のためにも大変に役立った
- アウトカムと変化に関する言語の関連を調べた最初の研究では、相関を見いだせなかった

アムハインの独創的な仕事(2003)

- DARN-C (desire:願い, ability:自信, reasons:理由, need:必要, commitment to change:変化へのコミットメントまたは:現状維持)
- セッション中であっても、変化の言葉の質が時間とともに変わっていく、という考え方
- チェンジトークとカウンターチェンジトークはコインの表と裏

チェンジトークに関するコンセンサス(2006)

- チェンジトークは変化へ向かう全ての言語の総称である
- 維持トークは変化から遠ざかる、または現状維持の方向へ向かう言語の総称である
- 維持トークについて、抵抗とカウンターチェンジトークとして分類される他の反応とは区別する

- CLAMI (Client Language Assessment in Motivational Interviewing) 2008 と CLEAR (Manual for the Client Language EAsy Rating) 2012 は 維持トークの概念をチェンジトークの裏面という位置づけに発展させた

エビデンス

- 臨床家のスキルは、トレーニングによって増幅、維持される。また、ワークショップ後の活動で強化される
- 臨床家の関係性と技術の双方のスキルが、チェンジトークに関連する
- チェンジトークがアウトカムに関連するときもある
- ある因果関係の存在を仮定したり、それを検証したりを続けている

クライアント言語に関する今日の研究 ；メタアナリシス

- カウンセラー側がMIに一致したスキルを示すことは、チェンジトークが増えることに相関していた。しかし、維持トークが減るわけではない
- MIに不一致のスキルを示すことは、チェンジトークが減ることと、維持トークが増えることに関連していた
- チェンジトークとその後のアウトカムとの間に関連はなかった
- 維持トークはその後のアウトカムの悪化と関連があった
- クライアント言語全体からみると(CTとSTを合せて)はクライアントの行動変容に対して正の相関を示した

より詳細なエビデンス

- 高いレベルの共感性と多めの複雑な聞き返しの組み合わせによって、維持トークの減少、ひいてはアウトカムの改善につながる可能性がある(Gaume, et al. 2015)
- 低いレベルの共感性はマイクロスキル(より具体的なスキル)の効果を下げただけでなく、有害化する可能性もある

決断分析をどうすべきか?

- MIを使うほとんどの場面において、推奨されなくなった。なぜ?
- 決断分析では維持トークを意図的に引き出し、強化する。ほとんどの状況で、これは有害まではいかなくても、非生産的である。
- 決断分析の適応があるのは、臨床家が中立・不偏不倚を意図しているときである

Miller and Rose (2015). Motivational Interviewing and Decisional Balance: Contrasting Responses to Client Ambivalence. *BCP*, 43, 129-141.

話は変わって.....

- MIを評価するツールは複雑かつ時間がかかるものだった。
- どのようにMIが行われているか評価する簡易なツールが必要だった。
- MISCのデータに基づいてMITIが作成、検証され、広く普及した。
- MITIは比較的簡易で臨床家へのフィードバックに非常に有用なツールである。

MITIs 1.0 から 3.1.1

- MIスピリットと共感の総合評価を含む
- MIの基礎スキル(開かれた質問、聞き返し、是認)
- カウンセラーの反応にのみ焦点をあてている
- クライアントが何をしているか言っているのかは考慮しない(少なくとも、それほどには)

MITIの改訂

- クライエントの言語とそれに対して臨床家がどのように反応し、形作ろうとしているかを考慮するようになった。
- 新たな技術面での全体評価が加えられた。
- チェンジトーク育成 (CCT)
- 維持トーク緩和 (SST)

チェンジトーク促進

1	2	3	4	5
カウンセラーは変化に関するクライアントの言葉に関心を示す(または選択的に応答する)様子が無い。	カウンセラーは変化に関するクライアントの言葉に散発的に関心を示す。しかしチェンジトークを促進する機会を多くを逃す。	カウンセラーは変化に関するクライアントの言葉の多くに関心を示す。しかしチェンジトークを促進する機会をいくつか逃す。	カウンセラーは変化に関するクライアントの言葉に一貫して関心を示し、チェンジトークを促進しようとする。	カウンセラーは変化に関するクライアントの言葉に顕著な関心を示す。チェンジトークに一貫して反応し、その深さ・強さ・勢いを促進しようとする。

維持トーク減弱

1	2	3	4	5
カウンセラーは一貫してクライアントの維持トークに反応し、現状維持の議論を促進するような方法で応じる。	カウンセラーは概ね、クライアントの維持トークに対して、探索したり、焦点化したりする。	カウンセラーは、クライアントの維持トークに重点を置く。場合によっては維持トークから話題をそらす努力もいくつか行う。	カウンセラーは概して、クライアントの維持トークに重点を置くことを避ける。	カウンセラーは、クライアントの維持トークの深さ・強さ・勢いを弱める努力を十分に行う。

変化への議論を誰が形作るのか?

MITI 4.2.1における新しい行動カウント

- 説得: 臨床家はクライアントの維持トークを生じさせてしまう恐れもある、変化に向かわせる試みをしているか?
- 協働の探索, 是認, 自律性の強調: 臨床家は維持トークを妨ぐような戦略や言語を用いているか?

維持トークを弱めるように臨床家を訓練できるか?

トレーニングの示唆

- プロジェクト ELICIT: テスト理論に基づいた動機づけ面接のトレーニング
- Theresa Moyers, Jon Houck, Jennifer Knapp Manuel, Lisa H. Glynn & Kevin Hallgren
- NIDA R01 DA021227-01
- Presented at APS 2015

ELICITの結論

- 臨床家が意図的にクライアントの発言に影響を与えるように訓練することは可能である。
- この訓練は、クライアントからの維持トークの量の違いという結果をもたらす。
- クライアントの発言の相違はMIの一般的なカウンセリング技術ではなく、技術的要素に焦点化された特別な訓練でのみ説明される。

実践を改善するために
何が出来るか?

問題に寄り添う時
よくある落とし穴!

関わりという仕事の中で、臨床家はしばしば多くの時間と労力そして共感をクライアントの問題に注ぎすぎる。

いくつかの実践的な助言

- MIにおける関係性のスキルを強化する; MI スピリットと共感の問題
- 聞き返しの実践を深め、維持トークと対比しながらチェンジトークへのより深い傾聴にフォーカスを当てる
- 一言一言、口を開くたび、会話に影響を与え誘導するように; 会話がどこに向かっているかをもっと意識しよう
- 問題だけではなく、クライアントの価値や目標, 希望, 望みに寄り添えるようになる
- 間違い指摘反射を制御する; それがいつどのように起こるのかについて理解する。自分自身の言葉に目をこらす。

お時間とご清聴を有難う

DENISE ERNST PHD

deniseernst.com

引用文献

Magill, Gaume, Apodaca, Walthers, Mastroleo, and Borsari. The Technical Hypothesis of Motivational Interviewing: A Meta-Analysis of MI's Key Causal Model *JCCP* 2014, Vol. 82, No. 6, 973-983