

MOTIVOIVA HAASTATTELU



IHMISEN ULOTTUVUUKSIA



MOTIVOINTI ON USEITA TAITOJA

- Taitoa rakentaa yhteys asiakkaaseen.
- Taitoa ylläpitää yhteyttä asiakkaaseen.
- Taitoa saada asiakas puhumaan.
- Taitoa kuulla muutospuhetta.
- Taitoa kysyä, kuunnella, vahvistaa ja heijastaa osa kuulemastaan takaisin sekä tehdä yhteenveto.
- Taitoa luoda hahmo asiakkaan tilanteesta.
- Taitoa odottaa asiakkaan omaa hahmotusta.
- Taitoa tehdä asiakkaan kanssa suunnitelma, johon asiakas sitoutuu.



MOTIVOIVA HAASTATTELU

On asiakaskeskeinen menetelmä jonka avulla:

- Lisätään sisäistä muutoshalua tutkimalla yhdessä asiakkaan kanssa nykytilanteen toimintaa ja tarkoitusta. Mitä arvostetaan ja miten toimitaan, onko siinä ristiriitaa?
- Vahvistetaan muutokseen sitoutumista ja tehdään muutossuunnitelma.



PERIAATTEET

PERIAATTEET

- Myötätunnon ilmaiseminen.
- Asiakkaan pystyvyyden tunteen vahvistaminen.
- Puhutaan vastuuntuntoiselle aikuiselle.
- Toiminnan ja arvojen välisen ristiriidan voimistaminen muutoksen suuntaan.
- Väittelyn ja painostamisen välttäminen.
- Henki: muutosvalmiuden edellytykset ovat asiakkaassa itsessään.



LÄHESTYMISTAPA

- Kuuntele aktiivisesti ja reflektoi.
- Kysy miten asiakas näkee asian.
- Käytä avaintaitoja.
- Anna tietoa ja palautetta, tee yhteenvetoja.
- Vahvista myönteistä ja esitä vaihtoehtoja.
- Osoita erot uskomusten ja tosiasioiden välillä.
- Anna miettimisaikaa.



MOTIVOINTITAPOJA

- Puolueeton ja ei arvota
- Toimintavaihtoehtojen tutkiminen, kartoittaminen ja yhdessä pohtiminen
- Vaihtoehto 1 > seuraukset, vaihtoehto 2 > seuraukset...
- Hyödyt esim. asteikolla 1-10
- Resurssit (henkilö, aika, talous, kyvykkyys...) esim. asteikolla
- Tehtävien, tavoitteiden osiin jakaminen
- Itsensä palkitseminen
- Symbolit, motivointitaulut yms.



MUUTOSPUHEEN MERKKEJÄ

Ongelman tunnistaminen

- "En tullut ajatelleeksi..."

Huolen ilmaiseminen

- Minua huolestuttaa se...

Muutosaikeet

- "Tälle asialle on tehtävä jotakin..."

Muutosoptimismi/sitoutuminen

- "Uskon, että pystymme muuttumaan."

Rohkaisu:

- Tärkeys
- Edistyminen

