


| Sisällys

Esipuhe.....	11
Johdanto.....	13

I

Ammatillinen motivointi


Hyvät kohtaamiset liikauttavat.....	21
Kaksi keskustelun aloitusta.....	22
Mukaantulo ja sopimus.....	23
Särö luo epämukavuuden.....	24
Mikä on riittävä syy muuttua?.....	27
Riippuvuus kapeuttaa elämistä.....	30
Ongelmien monet muodot ja tasot.....	32
Onko riippuvuus flow-kokemusta?.....	35
Muutosaihe kypsyy vanhan tavan tarkkailulla.....	37
Muutoksen vaiheita.....	39
Muutos on kriisi.....	40
Muutoksen vaihemalli.....	41
Ulkoinen ja sisäinen motivaatio.....	43
Asiakkaan toimintamahdollisuudet.....	45
Tietoinen toimijuus.....	45
Sisäisiä toimintaohjeita monesta suunnasta.....	47

Dialoginen asiantuntijuus	51
Kumppanuuden laatuja	52
Yhteisesti rakentuva tieto	56
Keskustelujen kannattavuus ja toivottu tulos	59
Laatusuositukset	59
Tulosajattelu kuormittaa asiakastyötä	62
Keskustelun toimintamallit	63
Varhaisvaiheen keskustelu	64
Plissit-malli	65
Testien käyttö	67
Menetelmänä motivoiva haastattelu	71
Työntekijän tiedollinen taustatuki	75
Teoreettinen tieto, ammattikokemus, elämäkokemus ja arvot	76
Ammattiminä, kyläläinen ja hiljainen tieto	78
Työntekijän ja asiakkaan tunteiden käsittely	81
Tunteiden puurot ja vellit	83
Uskomus luo odotuksen	84
Tunteiden epävakaas	85
Carkhuffin asteikko	88
 Pähkinäkuoressa	90

II

Motivoivan kohtaamisen taidot

Kohtaamisen jälki	93
Neljän minuutin sääntö	95
Keskustelujen kehys	97
Suoepä ympäristö	99
Johdonmukainen toiminta	100
Näky tulevaisuuteen	102
Sopimuskulttuuri	104
Työntekijän myötätunnon moodit	107
Äiti, opo, valmentaja ja asiantuntija	108
Muuntautuminen tuo lisää tehoa keskusteluun	110
Yhteistyösuhteen laatuun vaikuttavat tekijät	111
Johdonmukaisuus ja herkkyys	112
Yhteistyösuhte toimii kaiken perustana	113
Työntekijän hyveet ja paheet	115
Järkevä ajattelu, ystävällisyys ja myötätunto	117
Myötätunnon liike on etäisyyden säätelyä	121
Säätelyä voi opetella	124
Mitä työntekijä kertoo itsestään?	126
Kohtaamisen taito	129
Hyvä transsi	130
Kuuntelu on monipuolinen taito	131
Kohtaamisen hankaluuksia	132
Työntekijän jäämäkkyys	134
Työntekijän ansat ja niistä pois pääseminen	137
Keskustelun rakenne	140
Avoin ja sekamalli	141
Tieto asiakkaasta tulee keskustelussa	143
Avoimet kysymykset	145

Vahvistaminen.....	146
Heijastava kuuntelu.....	147
Yhteenveto.....	148
Avaintaidot kokonaisuutena.....	150
 Pähkinäkuoressa	153

III

Eettinen liikahdus ja suunnitelma

Eettinen liikahdus.....	157
Muutoksen tulee olla oma.....	159
Arvokeskustelu selvittää ajatuksia	161
Voimavarojen kartoitus	162
Ulkopuolinen sysäys saa arvot esiin	163
Tarinamuotoinen identiteetti	167
Vaikean kokemuksen jälkeen	169
Elämänhallinta on koherenssia	171
Optimistit ja pessimistit.....	172
Muutospuhe.....	175
Puheeksiotto on alku liikahdukselle	179
Havainnot johtavat puheeksiottoon	180
Hankalien asioiden käsittely.....	183
Suunnitelman rakenne.....	185
Suunnitelma nousee monesta lähteestä.....	189
Muutoksen hahmo	191
Muutos kadoksissa.....	193
Muutosaiheesta hahmottuu suunnitelma.....	195
Suunnitelma tarkentuu vaiheittain	195
Suunnitelmia on monenlaisia.....	198
Suunnitelma voi ahdistaa	202
 Pähkinäkuoressa	205

IV

Seuranta, arviointi ja palaute

Muutos käynnistyy, vakiintuu ja kompastelee	209
Muutoksen vakiintuminen	212
Identiteetti muuttuu	213
Muutoksesta luopumisen tarkastelua	214
Mitä seurataan?	219
Pitkäaikaisseuranta	220
Seuranta monella tasolla	221
Muutoksen mitattava osuus on jäävuoren huippu	223
Sosiaalityön asiakkaan seuranta-aiheita	224
Hyvä palaute	229
Palautteen eri tasot	231
Ratkaisukeskeiset kysymykset	233
Palaute auttaa oppimaan	234
Temperamentin vaikutus palautteen vastaanottamiseen	235
Kokonaisvaltainen tukeminen	239
Kokonaisuuden osat	243
Toiminta	244
Ajattelu	246
Tunne-elämä	247
Kehollisuus	248
Sosiaalisuus	249
Arvomaailma	250
Minäkuva	251
Huolestuneisuus	253
Voimaantuminen	259
 Pähkinänkuoressa	263

Tehtävät

1. Oma ABC-kartta	89
2. Myötätunnon harjoittelu	125
3. Kohtaamisen tarkastelu.....	152
4. Arvoharjoitus.....	160
5. Miten nämä asiat näkyvät elämässäsi?.....	166
6. Elämäntarina.....	168
7. Oman kyvykkyyden havainnointi	173
8. Aarrekartta.....	200
9. Huolenaiheiden tutkiminen ja kokonaisuuden punnitseminen	257
10. Kauniin kiven ankkurointi	262

Lähteet	265
---------------	-----

Liitteet

Liite 1. Keskusteluaiheita epävakaiseen elämään	271
Liite 2. Keskustelun vaiheet	272
Liite 3. Muistilista kohtaamiseen	273
Liite 4. Motivointikeskustelun kartta.....	274