

Motiveeriva intervjuerimise elemendid

Motiveeriv intervjuerimine (MI) on välja töötatud William R. Milleri ja Stephen Rollnicki poolt ning on „direktiivne ja kliendikeskne nõustamismeetod, mis aitab klientidel uurida ja lahendada nende ambivalentsi ning teha enda elus muutusi“ (MI käsiraamat Hooliv Klass¹, 2019). Kuigi tegemist on eelkõige indiviididele suunatud sõltuvustest loobumise metoodikaga, saab MI elemente edukalt kasutada ka gruppide dünaamika suunamisel. Sellest käsiraamatus tuuakse välja MI põhielemendid (MI käsiraamat Hooliv Klass, 2020):

- peegeldav kuulamine
- avatud küsimuste küsimine
- kinnitamine
- kokkuvõtete tegemine.

Loetletud tegevused aitavad mängude ajal juhendajail grupi tegevusi jälgida ja toetada ning hiljem tagasisidet anda ning edasisi protsesse suunata. Elemente võib omavahel kombineerida või eraldi kasutada. Siiski mängude ajal ei tasuks õpilasi segada, pigem teha märkmeid, mida hiljem peegeldada. Pärast mängu on hea grupiga ringis istuda ja peegeldada, mida nähti/kuuldi, esitada avatud küsimusi, et algatada vestlust, kinnitada positiivset käitumist ja teha kokkuvõtte ning pakkuda soovitusi edasiseks.

Peegeldav kuulamine

Peegeldava kuulamise puhul teeb kuulaja oletuse selle kohta, mida kõneleja soovis öelda. Oletus sõnastatakse väitena, võib olla ka küsimuse vormis, ent intonatsioon läheb alla. Peegeldada võib nii kuuldu sisu (faktilise info kordamine), tähenduse (mida inimene võis mõelda) ja tunnete (milliseid

¹ SA Archimedese noorteagentuur. (2019). Sissejuhatus motiveerivasse intervjuerimisse: töövihik *Hooliva klassi* meeskonnale.

emotsioone inimene tunneb) kohta. Seega, proovitakse öeldut ümber sõnastades küsida, kas see on info, mida sooviti edastada, nt. väitega „See käib mulle närvidele“ võib inimene tegelikult öelda:

- *Ma ei saa sellest üldse aru.*
- *Ma olen segaduses.*
- *Ma saan vihaseks.*
- *Ma tunnen, et olen ärritunud ja solvunud.*
- *Mul on vaja veidi ruumi, et selle üle mõelda.*

Seega võiks peegeldada nt öeldes: „Sul on tunne, et vajad veidi ruumi, et selle üle mõelda.“

Avatud küsimuste küsimine

Avatud küsimused aitavad koguda informatsiooni ja annavad võimaluse osalejatel rohkem rääkida kui küsija. Avatud küsimusi on soovitatav kombineerida teiste MI elementidega.

Avatud küsimusi võib küsida erinevatel eesmärkidel, nt selleks et

- teada saada erinevaid seisukohti: „Kuidas saaks seda olukorda veel seletada?“
- noortele oluliste inimeste arvamusele: „Mida arvaks sellest sinu ema / isa / vend / jne?“
- küsida tõendusmaterjali: „Mis paneb sind niiviisi mõtlema?“
- esitada provotseerivaid küsimusi, nt: „Mis oleks teisiti, kui kõik oleks nii nagu sina soovid?“; „Mis teistele inimestele sinu käitumise juures muret teeb?“; „Kuidas oled sarnaste probleemidega varem toime tulnud?“

Kinnitamine

Kinnitamine toetab inimeste enesetõhusust ja usku endasse. Kinnitus peaks keskenduma konkreetsele käitumisele/tegevusele ning on kirjeldav.

Kinnitus võib olla:

- Positiivne kommentaar iseloomujoone või omaduse kohta, nt „ Sa oled järjepidev, sa ei jätnud mängu pooleli, isegi kui sul oli raske.“
- Mõistmise, lugupidamise väljendamine, nt „Su grupp hindab su avatust ja abi.“
- Keskendumine millelgi positiivsele mida isik teeb, nt „ Sa tõesti pingutasid, et taas mänguga ühineda.“
- Kompliment, nt „See oli väga ilus, kuidas sa rühmakaaslast aitasid.“

Kokkuvõtete tegemine

Kokkuvõte on lühike tagasiside, mis võtab kokku kõik, mida nähti ja kuuldi. Kokkuvõte võib olla ülevaatlik (kokkuvõte, sellest, mida juhendaja nägi ja kuulis), siduv (nt mida tehti/kuuldi eelmisel korral ja mida sel korral) või üleminek ühelt teemalt teisele (äsja nähtu/kuuldu kokkuvõte ja uue teema sissetoomine, nt „milline võiks olla hooliv klass?).

Kui juhendajad soovivad anda nõuandeid või soovitusi, siis on heaks praktikaks küsida selleks luba, nt „ Kas võime midagi järgmiseks tunniks soovitada?“. Samuti võib soovitusi esile kutsuda, öeldes nt „Mida te järgmise tunni kohta teada sooviksite?“, sellele võib siis järgneda soovitus ja kõige lõpuks küsimus „ Mis te sellest arvate?“.