

Kernaspekte des Motivational Interviewing - Schlüsselfragen für die Anwendung -

Engaging

- Bin ich gewillt und in der Lage, jemanden in seinen „mitgebrachten“ Gefühlen, Gedanken und Verhaltensweisen abzuholen?
- Signalisiere ich Interesse, Neugier, Unvoreingenommenheit und Verständnis, sodass sich mein Gegenüber gesehen fühlt?
- Schaffe ich eine Situation, die sich wie ein partnerschaftliches Miteinander anfühlt?

Eigene Aspirations

- Welche eigenen (Wert-) Vorstellungen über das Verhalten meines Gegenübers habe ich?
- Welche Veränderungen würde ich mir für mein Gegenüber wünschen?
- Welche Veränderungen erwartet mein Arbeitgeber/meine Organisation?
- Zu welcher Veränderung will ich mein Gegenüber bewegen?

Neutralität

- Möchte/Sollte ich mich als Fachkraft neutral verhalten? Wenn ja, wie schaffe ich das?
- Wie gehe ich dabei mit meinen „Aspirations“ um – also mit meiner inneren Tendenz, beim Gegenüber eine Änderung herbeiwünschen oder herbeiführen zu wollen?

Ambivalenz

- Von welcher Ambivalenz gehe ich im vorliegenden Fall aus?
- Wie handlungsleitend ist das für mich (d.h. wie bestimmt dies meine Navigation durch das Gespräch)?
- Wie kann ich prüfen, ob meine Vorstellung der Ambivalenz mit den Vorstellungen meines Gegenübers übereinstimmt?

Fokussierung

- Wie finde und halte ich den Fokus in Gesprächen?
- Was soll in diesem Gespräch der Fokus sein?
- Was sollte in diesem Gespräch noch auf die Agenda, d.h. Gegenstand des Gesprächs werden?

Change Talk

- Wie definiere ich im konkreten Fall „Change Talk“?
- Wieviel Raum widme ich dem „Sustain Talk“?

Zieloffenheit

- Welche Veränderungsziele sind denkbar?
- Wie offen bin ich für jedes dieser Ziele?

Veränderung

- Was bedeutet „Veränderung“ im vorliegenden Fall für mich – auch Selbstklärung?
- Ist es MI, wenn keine Verhaltensänderung, sondern „nur“ Selbstklärung angestrebt wird?
- Kann ich als MI-Fachkraft das Ergebnis "Selbstklärung", somit von außen betrachtet eine Beibehaltung des Status quo, wertschätzen und würdigen?

Grundsätzliche Frage

Steht mein Handeln im Einklang mit dem MI-Spirit?