

Motiveeriva intervjuerimise kodeerimissüsteem MITI 4.2.1  
(*Motivational Interviewing Treatment Integrity Coding Manual MITI 4.2.1*)

T. B. Moyers<sup>1</sup>, J. K. Manuel<sup>2</sup>, & D. Ernst<sup>3</sup>  
New Mexico Ülikool

<sup>1</sup>Center on Alcoholism, Substance Abuse, and Addictions (CASAA)

<sup>2</sup>Department of Veterans Affairs

<sup>3</sup>Denise Ernst Training & Consultation

Recommended citation:

*Moyers, T.B., Manuel, J.K., & Ernst, D.(2014). Motivational Interviewing Treatment Integrity Coding Manual 4.1.0. Unpublished manual.*

Acknowledgements: We are incredibly grateful to the following editors of this manual:

Lisa Hagen Glynn

Christiana Fortini

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

#### Parandused versioonile 4.1.

Tekst muudetud peatükis „Veenmine loaga“, kus selgitatakse loa pikkust ning ulatust.

Vormistuslike vigade parandamine.

Näidete parandused.

#### Parandused versioonile 4.2.

##### A. Samaksjäämisejutt (ingl *Sustain Talk*).

Lisatud lause *samaksjäämisejutu pehmendamise* üldhinnangule, mis näitab, et nõustaja võib saada kõrgeid skoore sellel skaalal isegi siis, kui samaksjäämisejuttu seansi jooksul ei esine. See aspekt on lahti seletatud ka „Korduma kippuvates küsimustes” 6. punkti all (vt „KKK“ nr 6).

Lisatud „Korduma kippuvates küsimustes“ punkt 7, kus täpsustatakse samaksjäämisejutu kasutamist empaatia loomisel ning selle peegeldumist *samaksjäämisejutu pehmendamise* skooris (vt „KKK“ nr 7).

Lisatud „Korduma kippuvates küsimustes“ punkt 8, kus täpsustatakse, kuidas hinnata samaksjäämisejuttu otsustusliku tasakaalu harjutuse puhul (vt „KKK“ nr 8).

##### B. Muutusejutt (ingl *Change Talk*).

Lisatud lause peatükki „*Muutusejutu kultiveerimine*“, mis näitab, et nõustajat ei tohi karistada, kui tema jõupingutustele vaatamata klient muutusejuttu ei räägi.

##### C. Koostööle kaasamine (ingl *Seeking Collaboration*).

Lisatud lause, mis näitab, et *koostööle kaasamise* koodi ei tohi määrata, kui nõustajad uurivad kliendi arusaama nende poolt öeldu kohta. („KKK“ nr 9).

## A. SISSEJUHATUS MITI-sse

### *MITI eesmärk*

Kuidas nõustaja motiveerivat intervjuerimist (MI-d) kasutab? MITI on nõustaja käitumise kodeerimise süsteem, mis sellele küsimusele vastuse annab. MITI annab ka tagasisidet, mida saab motiveeriva intervjuerimise nõustamisoskuste parandamiseks kasutada. MITI on mõeldud kasutamiseks:

- 1) motiveeriva intervjuerimise tehnikate hindamissüsteemina kliinilistes uuringutes;
- 2) vahendina, mis annab struktureeritud formaalset tagasisidet nõustamisoskuste parandamiseks teadustööväliselt;
- 3) (ühe) nõustamisoskuste hindamise vahendina treeningutele ja tööle kandideerimisel (rohkem infot selle kohta vt lisast B „Korduma kippuvad küsimused“; täienev).

MITI-ga hinnatakse motiveeriva intervjuerimise protsesside osasid, nagu kaasamist, fookuse seadmist, esilekutsumist ja planeerimist. Nõustamiseseansse kindla muutuse eesmärgi või sihita ei saa MITI-ga hinnata (vt peatükki C „Muutuse eesmärgi määratlemine“). Siiski võivad mõned osad kaasamisoskuste hindamisel ning tagasisidestamisel abiks olla.

## B. MITI OSAD

MITI-l on kaks osa: üldhinnangud ja käitumiste loend.

Üldhinnangutes annab kodeerija ühe numbri viiepallisel skaalal, mis iseloomustab kogu suhtlust. Need skoorid väljendavad kodeerija üldist muljet või üldist hinnangut dimensiooni kohta. Seda kutsutakse mõnikord ka nn geštaldiks. Hinnatakse nelja üldist komponenti: *muutusejutu kultiveerimine, samaksjäämisejutu pehmenemine, partnerlus ja empaatia*. Seega sisaldab iga MITI põhjal antud hinnang nelja üldhinnangut.

Käitumiste loend nõuab kodeerijalt kindlate nõustaja käitumiste täpset loendamist. Selline loendamine toimub hinnatava lõigu algusest lõpuni. Kodeerijalt ei nõuta olukorra üldise kvaliteedi üle otsustamist nagu üldhinnangute puhul, vaid iga käitumise esinemise loendamist.

Tavaliselt hinnatakse nii üldhinnanguid kui käitumiste loendit audiosalvestise ühe kuulamise põhjal. Juhuslik 20-minutiline lõik on soovituslik kestus kodeerimiseks. Lühemaid või pikemaid lõike võib kasutada, kuid sel juhul peab üldhinnangute määramisel ja interpreteerimisel ettevaatlik olema. Tuleb hoolikalt jälgida, et lõik oleks tõepoolest valitud juhuslikult, seda eriti uurimiseesmärkidel, mis võimaldab teha kohaseid järeldusi MI sekkumise kohta tervikuna.

Vajadusel võib salvestise seisma jätta. Siiski pole liigne seismajätmine ning uuesti alustamine kodeerimise ajal (vastupidiselt treeningutel või grupis läbikuulamisele) soovituslik, kuna see võib kodeerijal segada tervikliku mulje (geštaldi) saamist, mis on üldhinnangute andmiseks vajalik. Seepärast võivad kodeerijad otsustada kahekordse läbikuulamise kasuks seni, kuni nad on kodeerimissüsteemi kasutamises piisavalt vilunud. Sellisel juhul peaks esimest läbikuulamist kasutama üldhinnangute andmiseks ja teist käitumiste loendamiseks.

## C. MUUTUSE EESMÄRGI MÄÄRATLEMINE

Oluline osa MITI-st on fokuseerimine ühele kindlale muutuse eesmärgile ning selle muutuse suuna säilitamine vestluse käigus. Muutuse siht, mida mõnikord nimetatakse sihtkäitumiseks, võib olla väga konkreetne ja käitumuslik (näiteks joomise vähendamine, veresuhkru jälgimine, raviprogrammile pühendumine). *Kodeerijad peavad enne kodeerimise alustamist teadma, mis*  
Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

*vestluses muutuse siht on.* Selle peab kodeerija kodeerimisvormile kirja panema enne kodeerimise algust. Nii saab kodeerija täpsemalt otsustada, kas nõustaja suunab sekkumisi muutuse eesmärgi suunas ning kutsub kliendilt sellekohast vestluse sisu esile.

#### **D. ÜLDHINNANGUD**

Üldhinnangud on mõeldud selleks, et võtta kokku kodeerija üldine mulje, kuidas nõustaja hinnatavate dimensioonide kirjeldustele vastab. Kuigi seda võib teha mitmeid üksikuid elemente samaaegselt hinnates, on kodeerija üldmulje esmatähtis. Üldhinnangud peegeldavad üleüldist hinnangut intervjuerijale ning seda ei saa eraldi elementideks jagada.

Üldhinnangud antakse 5-pallisel Likerti skaalal, kus miinimumväärtus on 1 ja maksimumväärtus 5. Kodeerija eeldab vaikimisi skoori 3 ning liigub üles või alla. 3 võib samuti peegeldada segamini praktiseerimist. Skoori 5 reeglina ei anta, kui kodeeritavas lõigus on selgeid kehva nõustamise näiteid.

<i>Muutusejutu kultiveerimine (ingl <i>Cultivating Change Talk</i>)</i>				
Madal			Kõrge	
1	2	3	4	5
Nõustaja ei pööra selgelt tähelepanu kliendi kõnele ega pea tähtsaks seda osa kliendi kõnest, mis räägib muutuse kasuks	Nõustaja pöörab kohati tähelepanu kliendi kõnele, mis räägib muutuse kasuks, kuid laseb sageli muutusejutu kultiveerimise võimalusi mööda	Nõustaja pöörab sageli tähelepanu, kui klient muutuse kasuks räägib, kuid laseb mõned võimalused muutusejuttu kultiveerida mööda	Nõustaja pöörab järjekindlalt tähelepanu, kui klient muutusest räägib ning pingutab, et julgustada klienti seda tegema	Nõustaja pingutab märgatavalt ja järjepidevalt selle nimel, et anda sügavust, tugevust ja hoogu kliendi kõnele, mis räägib muutuse kasuks

Selle skaalaga mõõdetakse, mil määral nõustaja julgustab aktiivselt klienti muutuse poolt kõnelema ning pöörab tähelepanu ka enesekindlusele muutusega hakkama saada. *Muutusejutu kultiveerimise* skaalal kõrgete skooride saavutamiseks peab soovitud muutus olema vestluses ilmne, vestlus on enamjaolt fokusseeritud muutusele ning nõustaja töötab igal võimalusel aktiivselt muutusejutu kultiveerimise nimel. Madal skoor sellel skaalal viitab sellele, et nõustaja ei pööra kliendi muutusejutule tähelepanu, jättes selle märkamata või tähtsustades või pöörates intervjuus tähelepanu hoopis teistele aspektidele (nt minevikumeenutused, hinnangud, mittesuunav kuulamine). Vestlused, milles nõustajad saavad *muutusejutu kultiveerimise* skaalal madalaid skooore, võivad siiski olla empaatilised ning nõustamisolukorda sobivad. Hoolitseda tuleb selle eest, et nõustajaid ei karistata juhul, kui kliendid ei räägi muutusejuttu või ei reageeri jõupingutustele seda esile kutsuda.

*Ankrud.*

1. Nõustaja ei pööra selgelt tähelepanu kliendi kõnele ega pea tähtsaks seda osa kliendi kõnest, mis räägib muutuse kasuks.

Näited.

Nõustaja:

- uurib vaid probleemi ajaloo kohta;
- struktureerib vestlust, keskendudes vaid kliendi poolt kogetavatele probleemidele;
- ei väljenda kuidagi huvi kliendi väärtuste, tugevuste, lootuste või eelnevate õnnestumiste vastu;
- kasutab kliendiga suheldes ainult õpetamist;
- pakub pigem põhjusi muutumiseks kui julgustab klienti neid leidma;
- ignoreerib muutusejuttu, kui see ilmneb.

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

2. Nõustaja pöörab kohati tähelepanu kliendi kõnele, mis räägib muutuse kasuks, kuid laseb sageli muutusejutu kultiveerimise võimalusi mööda.

Näited.

Nõustaja:

- pöörab pealiskaudselt tähelepanu kliendi jutule muutuse eesmärgi osas;
- ei küsi muutuse kasutegurite kohta;
- väljendab vähest uudishimu või minimaalset huvi kliendi väärtuste, tugevuste või varasemate õnnestumiste kohta.

3. Nõustaja pöörab sageli tähelepanu, kui klient muutuse kasuks räägib, kuid laseb mõned võimalused muutusejuttu kultiveerida mööda.

Näited.

Nõustaja:

- laseb mööda võimalusi julgustada klienti muutuse kasuks rääkima;
- pöörab võrdselt aega ja tähelepanu samaksjäämisejutule ning muutusejutule, kasutades näiteks otsustuslikku tasakaalu pärast muutuseimpulsi esilekerkimist.

4. Nõustaja pöörab järjekindlalt tähelepanu, kui klient muutusest räägib ning pingutab, et julgustada klienti seda tegema.

Näited.

Nõustaja:

- tunnustab nii mõnigi kord kliendi põhjusi muutumiseks ning uurib neid sügavamalt, kui need esile kerkivad;
- vastab sageli muutusejutule peegeldustega, mis ei julgusta klienti sügavamalt uurima;
- väljendab uudishimu, kui klient muutusejuttu räägib;
- uurib kliendi väärtusi, tugevusi, lootusi ning eelnevaid kordaminekuid, mis on sihtkäitumisega seotud.

5. Nõustaja pingutab märgatavalt ja järjepidevalt selle nimel, et anda sügavust, tugevust või hoogu kliendi kõnele, mis räägib muutuse kasuks.

Näited.

Nõustaja:

- vormib läbi mitmete mõttevahetuste kliendi väljaütlemisi muutuse kasuks;
- kasutab struktureeritud terapeutilisi võtteid, et muutusejuttu esile kutsuda ning kultiveerida;
- ei lase üldiselt mööda võimalusi kliendi muutusejuttu sügavamalt uurida, kui see ilmneb;
- kutsub strateegiliselt muutusejuttu esile ning vastab sellele, kui see ilmneb;
- laseb harva mööda võimalusi muutusejutu võimendamiseks.

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

<i>Samaksjäämisejutu pehendamine (ingl Softening Sustain Talk)</i>				
Madal			Kõrge	
1	2	3	4	5
Nõustaja vastab järjepidevalt kliendi väljaütlemistele nii, et see muudab sagedasemaks ja süvendab argumente praeguse olukorra säilitamise kasuks	Nõustaja tavaliselt uurib, keskendub või vastab kliendi väljaütlemistele samaksjäämisejutu kasuks	Nõustaja toetub kliendi samaksjäämisejutu tule, kuid proovib fookust ka samaksjäämisejutust eemale nihutada	Nõustaja väldib tavaliselt samaksjäämisejutu rõhutamist	Nõustaja proovib järjepidevalt vähendada kliendipoolse samaksjäämisejutu sagedust, tugevust ja hoogu

Selle skaalaga mõõdetakse, kuidas nõustaja püüab vältida keskendumist muutuse vastu või praeguse seisundi säilitamise poolt. Kõrgete skooride saavutamiseks peab nõustaja vältima sattumist arutlustesse, mis on juhitud muutuse raskusest või mittesoovitavusest. Kuigi nõustajad otsustavad vahel arutleda samaksjäämisejutu üle eesmärgiga ehitada usalduslikku suhet, peaksid nad seda üldiselt tegema nii vähe kui võimalik ning liikuma motivatsiooni ülesehitamisele. Kõrged punktid on võimalik saavutada ka samaksjäämisejutu *puudumisel* sessiooni ajal, kui nõustaja ei kutsu seda oma tegevusega esile. Madalad skoorid *samaksjäämisejutu pehendamise* skaalal on sobivad, kui nõustajad keskenduvad oluliselt muutusega seotud takistuste üle arutlemisele, seda isegi MI-keskseid tehnikaid (avatud küsimused, peegeldused, kinnitused jm) kasutades, mis kutsuvad esile ning peegeldavad samaksjäämisejuttu sessiooni vältel.

*Ankrud.*

1. Nõustaja vastab järjepidevalt kliendi väljaütlemistele nii, et see muudab sagedasemaks ja süvendab argumente praeguse olukorra säilitamise kasuks.

Näited.

Nõustaja:

- uurib ja küsib argumente muutuse vastu ning keskendub muutusega seotud raskustele;
- täpsustab ja uurib üksikasjalikult samaksjäämisejuttu edasi küsimuste, peegelduste ning kinnituste kaudu;
- pöörab eelistatult tähelepanu samaksjäämisejutule ning selle tugevdamisele, kui see ilmneb muutusejutuga koos;
- on püsivalt uudishimulik mittemuutumise takistuste suhtes ning hoiab fookust nendel.

2. Nõustaja tavaliselt uurib, keskendub või vastab kliendi väljaütlemistele samaksjäämisejutu kasuks.

Näited.

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

Nõustaja:

- süvendab sageli vestlust muutusega seotud takistuste ning raskuste üle, kui klient neid mainib;
- uurib muutuse takistusi rohkem kui ühel korral intervjuu jooksul isegi siis, kui klient neid ise välja ei too;
- peegeldab tihti samaksjäämisejutu kasutegureid.

3. Nõustaja toetub kliendi samaksjäämisejutule, kuid proovib fookust ka samaksjäämisejutust eemale nihutada.

Näited.

Nõustaja:

- laseb mõned võimalused fookust samaksjäämisejutust eemale juhtida mööda;
- keskendub samaksjäämise kasudele isegi siis, kui klient väljendab muutusejuttu.

4. Nõustaja väldib tavaliselt samaksjäämisejutu rõhutamist.

Näited.

Nõustaja:

- ei küsi mittemuutumise põhjuste kohta;
- pöörab minimaalselt tähelepanu samaksjäämisejutule, kui see ilmneb;
- ei uuri üksikasjalikult muutusejuttu;
- väljendab vähest huvi ja tähelepanu kliendi praeguse olukorra säilitamise põhjuste suhtes;
- ei keskendu aruteludele, mis käsitlevad muutusega seotud takistusi.

5. Nõustaja proovib järjepidevalt vähendada kliendipoolse samaksjäämisejutu sagedust, tugevust ja hoogu.

Näited.

Nõustaja:

- kasutab struktureeritud terapeutilisi võtteid, et juhtida fookus samaksjäämisejutust muutuse eesmärgile;
- kasutab kahepoolseid peegeldusi (lõpetab peegelduse väitega muutusejutu poolt), et vestlus samaksjäämisejutust eemale juhtida.



<i>Partnerlus (ingl Partnership)</i>				
<b>Madal</b>			<b>Kõrge</b>	
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
Nõustaja võtab kliendiga suheldes enamasti aktiivselt eksperdi rolli. Partnerlus puudub	Nõustaja reageerib võimalusele koostööd teha pinnapealselt	Nõustaja võtab kliendi panust arvesse, kuid teeb seda leigelt või ebakindlalt	Nõustaja teeb koostööd ja jagab võimu nii, et kliendi ideed avaldavad seansi käigule mõju moel, mil nad seda muidu ei teeks	Nõustaja jagab vestluses aktiivselt võimu ning julgustab selle toimumist nii, et kliendi panus mõjutab oluliselt seansi olemust

Selle skaalaga mõõdetakse, mil määral nõustaja kannab endas arusaama, et asjatundlikkus ning teadmised muutuse kohta asuvad põhiliselt kliendis. Nõustajad, kes saavad sellel skaalal kõrgeid skoore, lähtuvad põhimõttest, et intervjuu toimub kahe võrdse partneri vahel, kelle mõlema teadmised võivad kasulikud olla, et kõnealune muutus ellu viia. Nõustajad, kes saavad sellel skaalal madalaid skoore, võtavad eksperdi rolli suurema osa vestluse jooksul ning neil on oluline mõju vestluse suuna osas.

*Ankrud.*

1. Nõustaja võtab kliendiga suheldes enamasti aktiivselt eksperdi rolli. Partnerlus puudub.

Näited.

Nõustaja:

- võtab selgelt eksperdi rolli: ta defineerib probleemi, kirjeldab eesmärke või pakub välja ka edasise tegevuse plaani;
- surub suurema osa vestluse jooksul aktiivselt konkreetset plaani peale;
- eirab või vähendab kliendi ideid;
- domineerib vestluses;
- vaidleb, kui klient alternatiivset lähenemist pakub;
- kõnes avaldub tihti parandamisrefleks.

2. Nõustaja reageerib võimalusele koostööd teha pinnapealselt.

Näited.

Nõustaja:

- surub harva alla eksperdi rolli;
- reageerib kliendi panusele minimaalselt või pealiskaudselt;
- loobub sageli võimalustest ühiselt probleeme lahendada, selle asemel pakub oma teadmisi

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

või nõuandeid;

- vastab minimaalselt või pealiskaudselt kliendi enda teadmistele ideede või murede osas;
- parandab vahel kliendi poolt öeldut või vastandub sellele.

3. Nõustaja võtab kliendi panust arvesse, kuid teeb seda leigelt või ebakindlalt.

Näited.

Nõustaja:

- võib kasutada võimalusi koostöök, kuid ei struktureeri/suuna suhtlust tungivalt selle nimel;
- laseb mööda mõned võimalused koostöök, kui klient seda soodustab;
- parandamisrefleks suuresti ei avaldu;
- loobub mõnel korral võimalustest ühiselt probleeme lahendada, selle asemel pakub oma teadmisi või nõuandeid;
- tundub olevat kliendiga neutraalne, kuid n-ö ei maadle ega tantsi.

4. Nõustaja teeb koostööd ja jagab võimu nii, et kliendi ideed avaldavad seansi käigule mõju moel, mil nad seda muidu ei teeks.

Näited.

Nõustaja:

- struktureerib mõneti seansi nii, et kindlustada kliendi panus;
- otsib kliendiga ühist arusaama probleemi määratlemise, eesmärgi ja teema püstitamise osas;
- pöörab kliendi vaadetele rohkem kui vaid pinnapealselt tähelepanu;
- kaasab kliendi probleemide lahendamisse või ajurünnakusse;
- ei püüa klienti harida või suunata, kui klient samaksjäämisejuttu räägib;
- ei nõua lahendusi enne, kui klient selleks valmis on.

5. Nõustaja jagab vestluses aktiivselt võimu ning julgustab selle toimumist nii, et kliendi panus mõjutab oluliselt seansi olemust.

Näited.

Nõustaja:

- räägib siiralt läbi vestluse plaani ning eesmärgid;
- näitab küsides ning kuulates üles huvi kliendi ideede vastu;
- toetab kliendi võimaluste kaalumist ning plaanimist;
- väljendab selgelt, et klient on oma elu ekspert ja otsustaja;
- kohandab nõuandmist ja ekspertsust kliendi panust arvestades;
- eelistab vestlusi kliendi tugevuste üle puuduste uurimisele.

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

<i>Empaatia (ingl Empathy)</i>				
Madal			Kõrge	
1	2	3	4	5
Nõustaja pöörab vähe või ei pööra üldse tähelepanu kliendi vaatenurgale	Nõustaja püüab kohati uurida, milline kliendi vaatenurk on. Nõustaja arusaam ei pruugi olla täpne või võib kliendi tegelikke tähendusi moonutada	Nõustaja püüab aktiivselt kliendi vaatenurka mõista ja on selles mõõdukalt edukas	Nõustaja teeb aktiivseid ja kordavaid püüdlusi, et kliendi vaatenurka mõista. Näitab, et mõistab kliendi maailmavaadet õigesti, kuid piirdub enamasti kliendi poolt välja öelduga	Nõustaja näitab, et mõistab kliendi seisukohti sügavuti: mitte ainult seda, mis on selgesõnaliselt välja öeldud, vaid ka seda, mida klient mõtleb, aga pole öelnud

Selle skaalaga mõõdetakse, mil määral nõustaja mõistab või püüab mõista kliendi vaatenurka ning kogemusi (nt kui palju pöörab nõustaja tähelepanu sellele, mida klient mõtleb või tunneb). *Empaatiat* ei tohi segi ajada soojuse, toetuse, aktsepteerimise, siiruse või kliendi kaitsmisega – need on *empaatia* hindamisest eraldiseisvad. Peegeldav kuulamine on *empaatia* oluline osa, kuid üldhinnang peaks hõlmama kõiki nõustaja tehtud püüdlusi, et mõista kliendi seisukohti ning kliendile see mõistmine edasi anda.

Nõustajad, kes saavad sellel skaala kõrgeid tulemusi, väljendavad mõistmist kliendi maailmavaate suhtes väga erineval moel, kasutades selleks keerulisi peegeldusi, mis laiendavad kliendi poolt öeldut; sisukaid küsimusi, mis põhinevad varasemal tähelepanelikul kuulamisel; ning täpset tähelepanu kliendi emotsionaalse seisundi osas. Nõustajad, kellel on *empaatia* skaalal madal skoor, ei näi kliendi vaatenurkadest huvituvat.

*Ankrud.*

1. Nõustaja pöörab vähe või ei pööra üldse tähelepanu kliendi vaatenurgale.

Näited.

Nõustaja:

- küsib vaid infototsivaid küsimusi;
- uurib põhjalikult faktilist infot, kuid ei püüa kliendi seisukohta mõista.

2. Nõustaja püüab kohati uurida, milline kliendi vaatenurk on. Nõustaja arusaam ei pruugi olla täpne või võib kliendi tegelikke tähendusi moonutada.

Näited.

Nõustaja:

- peegeldab, kuid tõlgendab kliendi öeldut valesti;

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

- püüab klienti vaid pealiskaudselt mõista.

3. Nõustaja püüab aktiivselt kliendi vaatenurka mõista ja on selles mõõdukalt edukas.

Näited.

Nõustaja:

- võib teha mõned täpsed peegeldused, kuid ei pruugi kliendi mõtet tabada;
- Nõustaja püüab kliendi mõtet kogu seansi vältel tabada.

4. Nõustaja teeb aktiivseid ja kordavaid püüdlusi, et kliendi vaatenurka mõista. Näitab, et mõistab kliendi maailmavaadet õigesti, kuid piirdub enamasti kliendi poolt välja öelduga.

Näited.

Nõustaja:

- väljendab kliendi vaatenurga või situatsiooni vastu huvi;
- teeb õigeid peegeldusi selle kohta, mida klient on öelnud;
- annab efektiivselt mõista, et saab kliendi vaatenurgast aru;
- väljendab, et kliendi mured ja kogemused on normaalsed või teiste omadega sarnased.

5. Nõustaja näitab, et mõistab kliendi seisukohti sügavuti: mitte ainult seda, mis on selgesõnaliselt välja öeldud, vaid ka seda, mida klient mõtleb, aga pole öelnud.

Näited.

Nõustaja:

- annab efektiivselt mõista, et saab kliendist aru, mõistab, mis on kliendi öeldu taga;
- väljendab kliendi seisukoha või situatsiooni suhtes suurt huvi;
- püüab ennast kliendi olukorda asetada (n-ö panna ennast kliendi kingadesse);
- julgustab klienti sageli laiendama, rohkemgi kui loo jälgimiseks vajalik on;
- kasutab palju täpseid keerulisi peegeldusi.

## E. KÄITUMISTE LOEND

Käitumiste loend on mõeldud kindlate käitumiste määramiseks arvestamata seda, kuidas need sobituvad nõustaja MI kasutamise üldmuljega. Erinevalt üldhinnangutest määratletakse käitumiste loendit *üldiselt* kui kategoriseerimise ja otsustusreeglite tulemit, mitte ei üritata üldmuljet tabada. Kodeerijatel tuleb otsustamisel vältida tuletamist või oletamist.

### E.1. Nõustaja kõne liigendamine

Sessiooni lõigu saab jagada kõnevoorudeks, mida defineeritakse kui nõustaja kõne vahelesegamatut lõiku. Kõnevoor algab, kui nõustaja alustab rääkimist, ning lõpeb kliendi jutu algusega, sisaldades midagi muud kui vaid juttu soodustavaid kommentaare, nagu „Jah“, „Õige!“, „Hästi!“. See on samaväärne sõnajärje üleandmisega.

#### E.1.a. Liigendamisreeglid

Nõustaja kõnevoor koosneb ühest või mitmest nõustaja lausungist. Lausungit defineeritakse kui terviklikku mõtet või mõtteühikut. Käitumise koodid tuleb anda nõustaja lausungitele. Siiski ei saa kõik lausungid käitumise koodi (vt peatükki F „Avaldused, mida MITI-ga ei kodeerita“).

Iga lausung saab ainult ühe käitumise koodi ning igas jutuvoos võib ühte koodi olla ainult üks kord. Näiteks „Sa muretsed oma joomise pärast“ on lausung, mis saab ühe koodi. Samas on „Sa oled mures oma joomise pärast. Kas see on ka varasemalt probleem olnud?“ jagatud kaheks lausungiks, kus mõlemad saavad eraldi koodi. Kui on tegu võrdlemisi pika vastusega, näiteks nõustaja peegeldab, vastandub, annab infot ja küsib küsimuse, kvalifitseeruvad kõik eraldi koodile. Samuti antakse mõlemad koodid ka siis, kui nõustaja pakub nt *autonoomia rõhutamist* ja *kinnitamist* samas jutuvoos. (NB! See MI-le kohaste ja MI-le mittekohaste lausungite liigendamise reegel erineb varasemast MITI versioonist).

Peegeldusi käsitletakse erinevalt. Üks peegelduse kood antakse ka siis, kui ühes jutuvoos esinevad nii lihtne kui keeruline peegeldus koos.

Kui üks peegeldustest on keeruline, siis kasutatakse *keerulise peegelduse* koodi (PK). Muul juhul on peegelduste kood *lihtne peegeldus* (PL). Näiteks, kui nõustaja teeb lihtsa peegelduse, küsib suletud küsimuse ning teeb seejärel keerulise peegelduse, saab jutuvoog kaks koodi: *keerulise peegelduse* koodi ja *küsimuse* koodi.

MITI 4.0-s kodeeritakse vaid üks küsimus jutuwoo kohta. Kui ühes jutuvoos on mitu küsimust, saab nõustaja vaid ühe *küsimuse* koodi.

Maksimaalne võimalik koodide arv ühes jutuvoos on 8. Ühes jutuvoos saab anda ühe igast järgnevast koodist:

- *info jagamine* (I);
- *veenmine (loaga)* (V või VL);
- *küsimus* (K);
- *lihtne* (PL) või *keeruline peegeldus* (PK);
- *kinnitamine* (KIN);
- *koostööle kaasamine* (KOOS);
- *autonoomia rõhutamine* (AUTO);

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

- *konfronteerumine* (KONF).

**OTSUSTUSREEGEL.** Kui kodeerija ei ole kindel, kas kõnevooru liigendada või mitte, peaks vaikumisi otsustama vähemate liigenduste kasuks.

## **E.2. Liigendamise näited**

### **E.2.a. Hinda järgnevat nõustaja ütlust!**

„Kuna sind on sunnitud siia tulema ning sa tunned, justkui kõik nokivad su kallal nagu varesed – nagu parv vareseid lendaks ringi ja nokiks su kallal selle sinu joomise pärast – siis mida sa tahaksid teha selle ajaga, mis sa siin veedad? Mis oleks sulle kasulik?“

See avaldus liigendatakse järgmiselt.

Esimene lausung. „Kuna sind on sunnitud siia tulema ning sa tunned, justkui kõik nokivad su kallal nagu varesed – nagu parv vareseid lendaks ringi ja nokiks su kallal selle sinu joomise pärast –“ (*Keeruline peegeldus.*)

Teine lausung. „Mida sa tahaksid teha selle ajaga, mis sa siin veedad? Mis oleks sulle kasulik?“ (*Koostööle kaasamine.*)

### **E.2.b. Mida sa arvad järgnevast nõustaja avaldusest?**

„See, mis sa ütled, on absoluutselt tõsi – see sõltub sinust. Keegi ei tee seda valikut sinu eest. Isegi kui su naine või su tööandja või kui mina tahame sinu eest otsustada, siis keegi meist ei saa. See tõesti on täiesti sinu oma valik, kuidas sa oma elu elad, mis sa narkootikumidega teed, kuhu sa suundud. See on sinu otsus. Samas kuulen ma sind heitlemas küsimustega „Mida mina tahan, kas mul on aeg asju muuta ja kas see narkotest on märguanne?“.“

Me oleme seda teksti liigendanud järgnevalt.

Esimene lausung. „See, mis sa ütled, on absoluutselt tõsi – see sõltub sinust. Keegi ei tee seda valikut sinu eest. Isegi kui su naine või su tööandja või kui mina tahame sinu eest otsustada, siis keegi meist ei saa. See tõesti on täiesti sinu oma valik, kuidas sa oma elu elad, mis sa narkootikumidega teed, kuhu sa suundud. See on sinu otsus.“ (*Autonoomia rõhutamine.*)

Teine lausung. „Samas kuulen ma sind heitlemas küsimustega „Mida mina tahan, kas mul on aeg asju muuta ja kas see narkotest on märguanne?“.“ (*Keeruline peegeldus.*)

### **E.2.c. Mida sa arvad järgnevast intervjuerija avaldusest?**

„Vastuseks sinu küsimusele ütlen, et on soovituslik süüa iga päev vähemasti 5 portsjonit puu- või köögivilju. Loomulikult saad vaid sina otsustada, mis sinu jaoks töötab. Mitu portsjonit see päevas rohkem oleks? Kas sa suudad seda teha?“

Oleme seda liigendanud järgnevalt.

Esimene lausung. „Vastuseks sinu küsimusele ütlen, et on soovituslik süüa iga päev vähemasti 5 portsjonit puu- või köögivilju.“ (*Info jagamine.*)

Teine lausung. „Loomulikult saad vaid sina otsustada, mis sinu jaoks töötab.“ (*Autonoomia rõhutamine.*)

Kolmas lausung. „Mitu portsjonit see päevas rohkem oleks? Kas sa suudad seda teha?“

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

(*Küsimus.*)

### **E.2.d. Mida sa arvad järgnevast intervjuerija avaldusest?**

„Kõlab, et oled kurnatud. Ma tean seda, olin ka, kui ma pidin sellise probleemiga toime tulema. Sa soovid leida lahendust ning töötad selle nimel kõvasti!“

Oleme seda liigendanud järgnevalt.

Esimene lausung. „Kõlab, et oled kurnatud.“ (Pegeldus. Võib olla lihtne või keeruline.)

Teine lausung. „Ma tean seda, olin ka, kui ma pidin sellise probleemiga toime tulema.“ (Eneseavamine, ei kodeerita.)

Kolmas lausung. „Sa soovid leida lahendust ning töötad selle nimel kõvasti!“ (*Kinnitamine.*)

### **E.3. Millal liigendada?**

Kliendi lauseid, nagu „Jah!“ või „Mhmh“, mis ei katkesta intervjuerija kõnevooru, peetakse kõnesoodustajateks ning need ei tohiks kodeerides intervjuerija kõnevooru katkestada. Samas võib kõnevooru liigendada, kui klient vastab selliselt nõustaja küsimustele või peegeldustele. NB! Vaikimisi tuleb valida vähem liigendusi.

Näiteks ütleb nõustaja: „Vaatame, kas ma sain õigesti aru. Sa ei ole eriti õnnelik selle üle, et täna siin oled, kuid sa oled valmis mõnda muudatust kaaluma. Sa mõistad, et sinu joomine on tekitanud probleeme ning sa leiad, et võib-olla on aeg muutuseks.“

Kui klient vastab eelneva lausungi jooksul „Jah“, et väljendada terapeudiga nõustumist, siis kliendi ütlus ei liigenda lausungit. Võrdle seda järgneva näitega.

„Sa oled tõesti mures oma joomise pärast ning valmis tegema mõningaid muutusi. Kas sulle tundub, et on aeg ravist rääkida?“

Kui siin klient vastab „Jah“, nõustudes, et aeg on ravist rääkida, siis kliendi avaldus katkestab nõustaja lausungi ning uus jutuvoog algab nõustaja järgmise lausungiga.

Kui kõnevoorud vahelduvad kiiresti ning sisaldavad mitmeid kõnesoodustajaid, on kodeerijal soovituslik lähtuda otsustusreeglit vähem liigendada.

### **E.4. Käitumiste koodid**

#### **E.4.a. Info jagamine (I) (ingl *Giving Information*)**

Seda kategooriat kasutatakse, kui nõustaja jagab infot, õpetab, annab tagasisidet või avaldab professionaalset arvamust, kuid ei veena, soovita ega hoiata. Tavaliselt on informatsiooni andmise toon neutraalne ja keelekasutus ei väljenda seda, et saadud info oleks kliendile täpselt sobilik või et ta peaks selle järgi tegutsema hakkama. *Info jagamise* kategoorial ei ole alajaotuseid.

Näited.

„Oma erialasele kogemusele tuginedes arvan, et südamehaigete taastusravi on parim valik enamikele inimestele, kes on samas olukorras.“

„Ravijuhendites on öeldud, et naise poolt tarbitava alkoholi kogus ei peaks ületama kuut alkoholiühikut nädalas.“

#### *E.4.a.1. Info jagamise kategooria alla ei kodeerita struktureerivaid lausungeid*

Struktureerivad lausungid sisaldavad sessiooni tutvustust, sessiooni käigus kasutatavate harjutuste Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

juhiseid, järgmise kohtumise ülesehitust või uuringuprotokolli, sessioonide arvu ja ajastuse arutelu.

Struktureerivate lausungite näited.

„Ma palun sul vaadata seda tugevuste nimekirja ja valida välja kaks või kolm tugevust, mis käivad sinu kohta.“

„Nüüd võiksime heita pilgu sinu raviplaanile ja arutada, mis vajaks muutmist.“

„Pärast tänast on meil jäänud veel kaks kohtumist ja me peaksime arutama, mis me edasi teeme.“

#### E.4.a.2. Info jagamise eristamine teistest käitumiste loenditest

*Info jagamist ei tohiks segamini ajada veenmise, veenmise loaga ega konfronteerumisega.*

*Veenmine, veenmine loaga, konfronteerumine.*

„Oma erialasele kogemusele tuginedes arvan, et südamehaigete taastusravi on sulle parim valik.“ (*Veenmine.*)

„Oma erialasele kogemusele tuginedes arvan, et südamehaigete taastusravi on sulle parim valik. Mida sa sellest võimalusest arvad?“ (*Veenmine loaga, koostööle kaasamine.*)

„Hindamise käigus sa ütlesid, et jood tavaliselt umbes 18 alkoholiühikut nädalas. See ületab igasuguse normi piiri.“ (*Konfronteerumine.*)

„Sa oled päevikusse märkinud, et sööd ainult kaks puuvilja päevas, kuigi sa ütlesid, et sööd viis. Väga kerge on enesepettuse teele minna.“ (*Konfronteerumine.*)

„Minu puhul AA rühm töötab ja kindlasti töötab ka sinu puhul, kui sa vaid proovid. Meil on vaja leida sinu jaoks sobiv AA rühm. Me ei ole seni lihtsalt õiget rühma leidnud.“ (*Veenmine.*)

„Ma soovitaksin sul alati rattakiivrit kanda. Õnnetuse korral on sellest kindlasti abi.“ (*Veenmine.*)

„Täna räägime mõnest asjast, mis on teisi aidanud.“ (Ei kodeerita, struktureeriv lausung.)

„Valik on sinu, aga minu arvates oleks ravi jätkamine sulle parim.“ (*Autonoomia rõhutamine, veenmine loaga.*)

„Kui sa jätkad alkoholi tarvitamist, kahjustab see kindlasti sinu maksa.“ (*Veenmine.*)

#### E.4.b. Veenmine (V) (ingl *Persuade*)

Nõustaja teeb selgesõnalisi katseid muuta kliendi arvamust, suhtumist või käitumist, kasutades selleks loogikat, mõjuvaid väiteid, isiklike kogemusi või fakte, mille seob selgelt muutusesõnumiga. *Veenmisena* kodeeritakse ka see, kui nõustaja annab kallutatud infot, nõuandeid, soovitusi, väljendab oma arvamust või pakub lahendusi kliendi probleemidele ilma kliendi autonoomiat selgelt rõhutamata või kontekstist tuleneva selge viiteta sellele. NB! Kui nõustaja annab infot neutraalsel viisil ilma selge suunitluseta klienti mõjutada või veenda, peaks kasutama *info jagamise* koodi.

**OTSUSTUSREEGEL.** Kui kodeerija ei oska valida *veenmise* või *info jagamise* koodide vahel, tuleks kasutada *info jagamise* koodi. See otsustusreegel seab *veenmise* koodile suhteliselt kõrge lävendi.

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.



„Kui sa ei söö hommikusöögiks mõnda puuvilja, on väga raske viit portsjonit puu- ja köögivilju kokku saada.“ (*Veenmine.*)

„Mina olin ülekaaluline, aga otsustasin, et võtan end ise käsile. Sa võiksid samamoodi teha.“ (*Veenmine.*)

„Sa lihtsalt ei tea, kui hea sinu elu võiks olla, kui joomise lõpetad.“ (*Veenmine.*)

„Sinu isa kuritarvitas alkoholi, seega on suur tõenäosus, et seda teed ka sina.“ (*Veenmine.*)

„On teada, et alkohoolikute poegadel on suurem alkoholi liigtarvitamise risk.“ (*Info jagamine.*)

„Mul on mõtteid sinu alkoholi tarvitamisega seotud riskide kohta. Kas ma võin neid sinuga jagada?“ (*Koostööle kaasamine.*)

„Arvestades kõiki asjaolusid, on selge, et ravimi abita näed sa oma veresuhkru taseme normis hoidmisega palju vaeva. Ma ei räägiks sellest, kui ma ei arvaks, et see on sulle parim valik. Minul ülesanne on aidata sul haigust paremini tunda ja seega ma suhtun sellesse väga tõsiselt.“ (*Veenmine.*)

„Kui sa kasutad seksimise ajal iga kord kondoomi, ei pea sa kunagi muretsema, kas oled suguhaiguse saanud. Kas see poleks tore?“ (*Veenmine.*)

„Oleme harjunud mõtlema, et lasteaed ei ole lapsele hea, kuid uuringud näitavad, et see aitab lastel omandada paremaid sotsiaalseid oskuseid võrreldes nende lastega, kes lasteaias ei käi.“ (*Info jagamine.*)

„Mis kahju saab tekkida sellest, kui sinu lapsed paaril päeval nädalas lasteaias käivad?“ (*Veenmine.*)

#### **E.4.c. *Veenmine loaga (VL) (ingl *Persuade with Permission*)***

Kood *veenmine loaga* antakse, kui nõustaja rõhutab koos veenmisega koostööd või toetab kliendi autonoomiat. Selline situatsioon võib esineda, kui:

- 1) klient küsib otsesõnu nõustaja arvamust, mida teha või kuidas edasi toimida;
- 2) nõustaja küsib kliendilt otseselt luba eirata või kõrvale jätta informatsiooni, milles nad ei ole ühel meelel, või avaldab arvamust, et punkt, milleni nad jõudsid, ei pruugi tähendada ilmtingimata nõu andmist, soovitude jagamist, arvamuse avaldamist, murede väljendamist, tagasiside andmist või arutelu mingi konkreetse teema üle;
- 3) nõustaja kasutab autonoomiat toetavat kõnet enne või ka nõuande andmise jooksul nii, et kliendil on võimalik valida, kas ta jätab nõuande kõrvale, ignoreerib seda või annab sellele oma hinnangu.

Nõustaja võib taotleda kliendilt luba üldiselt („Kuidas oleks, kui me alustaksime täna vestlust sinu kriminaalhoolduse vajadustest?“) või spetsiifiliselt teemale, seisundile või tegevusele suunatult („Kui sulle sobib, siis ma jagaksin mõningaid strateegiaid, mida on teised veresuhkru kontrolli all hoidmiseks kasutanud.“).

Luba võib taotleda enne veenmist, veenmise jooksul ja pärast veenmist, kuid see peab toimuma veenmise hetke lähedal. Kui loaga veenmisega kaasneb otsene kootööle kaasamine või autonoomia rõhutamine, siis tuleb anda nii *veenmise loaga* kui ka *koostööle kaasamise / autonoomia rõhutamise* kood. Kui klient küsib nõustajalt tema mõtteid või arvamust, siis tuleb märkida kood *veenmine*

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

loaga.

Kui nõustaja on luba küsinud pigem üldiselt, ei pea seda iga ütluse või soovitus korral kordama. Siis on tegu nn tingimusliku loaga, mis võib kesta mitmeid minuteid. Kui nõustaja vahetab teemat, muutub direktiivsemaks, hakkab teemale olulist sisu andma (muutub eksperdiksi) või plaani ette kirjutama ilma uuesti luba küsimata, võib nõustaja saada *veenmise* koodi.

NB! Kui nõustaja annab informatsiooni või nõu neutraalsel viisil, tuleb kasutada *info jagamise* koodi. Kui kodeerija ei ole kindel, peaks eelistama *info jagamise* koodi.

„Sinu isa kuritarvitas alkoholi, seega on ka sinul statistiliselt kõrgem tarvitamisrisk. Igauks meist on aga ainulaadne. Millised on sinu enda mõtted selle kohta?“ (*Veenmine loaga, koostööle kaasamine.*)

„Mõnele on lastehoid reaalne elupäästja, eriti kui elu muutub nii kiireks nagu sinul praegu. Kuid ma tean, et sa oled maininud mitmeid kõhklusi, mis sul sellega seoses on, seega ei ole sa võib-olla valmis iga hinna eest seda varianti kasutama.“ (*Veenmine loaga, koostööle kaasamine.*)

„Mul on mõtteid, kuidas saada lapsi sind rohkem aitama. Ma sain oma lapse koristama täheklepsude abil. Laps sai tähe iga päev, kui oma toa ära koristas, ja pärast seitsmendat tähte sai ta laupäeva õhtul vaatamiseks filmi valida.“ (*Veenmine.*)

#### *Süstitavale insuliinile üleminek*

„Viimasel kolmel korral, mil oleme kontrollinud, on sinu A1C tase olnud üle 12 ühiku. Selline näit suurendab tüsistuste tekkimise riski.“ (*Info jagamine.*)

„Vaadates sinu A1C taset, on selge, et vaatamata pingutustele on sul olnud raskusi oma veresuhkru taseme kontrollimisega. Mina arvan, et on aeg üle minna süstitavale insuliinile ja loobuda suukaudsest ravist. Aga ma ei tea, kuidas see sulle tundub. Mida sa sellest arvad?“ (*Veenmine loaga, koostööle kaasamine.*)

Nõustaja: „Ma vaatasin üle sinu analüüsides vastused ja need panevad mind muretsema. Kas võin jagada sinuga mõningaid mõtteid, kuidas sa saad paremini oma veresuhkru taset kontrollida?“ (*Koostööle kaasamine.*)

Klient: „Loomulikult! Selleks ma siin olengi.“

„Vaadates sinu A1C taset, on selge, et vaatamata pingutustele on sul olnud raskusi oma veresuhkru taseme kontrollimisega. Mina arvan, et on aeg üle minna süstitavale insuliinile ja loobuda suukaudsest ravist. Aga ma ei tea, kuidas see sulle tundub. Mida sa sellest arvad?“ (*Veenmine loaga, koostööle kaasamine.*)

#### *Eneseavamine vanemluse teemal*

Nõustaja: „Mul on kogemus enda lapsega, mis võib siia sobida. Kas sa oleksid sellest huvitatud?“ (*Koostööle kaasamine.*)

Klient: „Muidugi.“

Nõustaja: „Ma sain oma lapse tuba koristama täheklepsude abil. Ta sai tähe iga päev, mil koristas oma tuba, ja pärast seda, kui ta teenis seitsmenda tähe, sai ta valida filmi laupäeva õhtuks.“ (*Veenmine loaga.*)

#### *Suitsetamisest loobumine*

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

Nõustaja: „Kuidas sulle sobib, kui ma räägin sulle suitsetamisest loobumise võimalustest?“  
(*Koostööle kaasamine.*)

Klient: „Jah, sobib.“

Nõustaja: „Mõned minu patsiendid on saanud abi nikotiiniga närimiskummist.“ (*Veenmine loaga.*)

#### *E.4.c.1. Veenmise ja veenmise loaga otsustusreegel*

**OTSUSTUSREEGEL.** Kui mõlemad, nii *veenmine* kui *veenmine loaga* esinevad samas lausungis, peaks kodeerija märkima vaid *veenmine loaga* koodi. Seetõttu jäävad *veenmised* kõnevoorus kodeerimata. Sõltuvalt kodeerija tajust, kas kodeerimata veenmised avaldavad mõju nõustaja ja nõustatava omavahelisele koostööle, peaks see kajastuma *partnerluse* üldhinnangu skooris.

#### **E.4.d. Küsimus (K) (ingl Questions)**

Kõik nõustaja poolt esitatud küsimused (avatud, suletud, esilekutsuvad, sündmusi uurivad jne) saavad *küsimuse* koodi, kusjuures ühest kõnevoorst kodeeritakse ainult üks küsimus. Seega, kui nõustaja küsib neli erinevat küsimust, siis kodeeritakse ainult üks küsimus. Suletud ja avatud küsimusi MITI 4.0 järgi ei eristata. Selle asemel jälgivad kodeerijad nõustaja küsimusi ning arvestavad neid üldhinnangute andmisel. Näiteks võivad mõned sündmusi uurivad küsimused põhjustada madalat skoori *partnerluse* skaalal ja alandada võimalusi samaksjäämisejuttu vältida.

#### **E.4.e. Peegeldused (ingl Reflections)**

See kategooria hõlmab nõustajapoolset peegeldavat kuulamist vastusena kliendi ütlustele. Peegeldus võib sisse tuua uue tähenduse või ainese, kuid oma olemuselt võtab see kokku ja annab kliendile tagasi midagi, mida ta on just väljendanud. Peegeldused võivad olla lihtsad või keerulised.

##### *E.4.e.1. Lihtne peegeldus (PL) (ingl Simple Reflection)*

Lihtsad peegeldused väljendavad tavaliselt arusaamist või lihtsustavad kliendi/nõustaja kõnelust. Sellised peegeldused lisavad kas vähe või üldse mitte tähendust (või rõhku) sellele, mida klient ütles. Lihtsad peegeldused võivad ära märkida väga olulise või tugeva kliendi emotsiooni, kuid ei lähe kliendi öeldud mõttest kaugemale. Kui nõustaja võtab mitmeid kliendi ütlusi kokku, võib selle kodeerida *lihtsa peegeldusena*, kui nõustaja just ei kasuta kokkuvõtet, millega lisab täiendavat mõtet või suunda.

##### *E.4.e.2. Keeruline peegeldus (PK) (ingl Complex Reflection)*

Keerulised peegeldused lisavad tavaliselt olulist tähendust või rõhutavad kliendi poolt öeldut. Selliste peegelduste eesmärk on edastada sügavam ja keerulisemat pilti sellest, mida klient ütles. Mõnikord võib nõustaja rõhutada mingit kindlat osa kliendi öeldust, et seda eriliselt toonitada või vestluse suunda muuta. Nõustaja võib lisada kliendi sõnadele varjatumalt või väga selgelt sisu või kombineerida kliendi ütlusi, et formuleerida oma olemuselt keeruline kokkuvõte.

#### *Trahvid kiiruse ületamise eest*

Klient: „See oli tal kolmas kord sel kuul kiiruse ületamise eest trahvi saada. Meie kindlustusmaksud kasvavad üle pea. Ma võiksin ta maha lüüa! Kas ta ei saa siis aru, et vajame raha muude asjade jaoks?“

Nõustaja: „Sa oled selle pärast maruvihane.“ (*Lihtne peegeldus.*)

või

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

Nõustaja: „See on sinu jaoks viimane piisk karikas.“ (*Keeruline peegeldus.*)

*Veresuhkru taseme kontrollimine*

Nõustaja: „Mida on sulle juba veresuhkru taseme kontrollimisest räägitud?“ (*Küsimus.*)

Klient: „Kas sa teed nalja? Ma olen kuulnud loenguid, ma olen vaadanud videoid, mu pereõde on teinud koduvisiite. Mulle on antud igasugust nõu, kuidas paremini toime tulla, aga ma lihtsalt ei tee seda. Ma ei tea, miks. Võib-olla ma tahan lihtsalt surra.“

Nõustaja: „Sa ei tea, miks sa pole muutust ellu viinud.“ (*Lihtne peegeldus.*)

või

Nõustaja: „Sa ei tea, miks sa endale nõnda kõikaid kodaratesse loobid.“ (*Keeruline peegeldus.*)

*Ema iseseisvus*

Klient: „Mu ema ajab mu hulluks. Ta tahab jääda iseseisvaks, kuid ta helistab piasjade pärast neli korda päevas. Kui ma talle nõu annan, saab ta vihaseks.“

Nõustaja: „Emaga suhtlemine on sulle pingeline.“ (*Lihtne peegeldus.*)

või

Nõustaja: „Sul on keeruline aru saada, mida su ema tegelikult tahab.“ (*Keeruline peegeldus.*)

või

Nõustaja: „Kas sul on keeruline aru saada, mida su ema tegelikult tahab?“ (*Küsimus.*)

või

Nõustaja: „Mis sa arvad, mida su ema tegelikult tahab?“ (*Küsimus.*)

*Suitsetamine*

Klient: „Ma olen nii väsinud sellest, et mulle öeldakse, mida ma pean tegema. Keegi ei mõista, kui raske see minu jaoks on.“

Nõustaja: „Kas see on sinu jaoks koormav?“ (*Küsimus.*)

või

Nõustaja: „Sa oled vihane ja frustrreeritud.“ (*Keeruline peegeldus.*)

või

Nõustaja: „Sind ümbritsevatel inimestel on sind raske mõista.“ (*Keeruline peegeldus.*)

**OTSUSTUSREEGEL.** Kui kodeerija ei suuda lihtsal ja keerulisel peegeldusel vahet teha (sh kokkuvõtted), tuleks vaikimisi määrata koodiks *lihtne peegeldus*. Vaikimisi kategooria: *lihtne peegeldus*.

*E.4.e.3. Peegelduste jada*

Kui nõustaja teeb samas kõnevoorus järjepanu lihtsaid ja keerulisi peegeldusi, peaks kodeerima ainult *keerulise peegelduse*. Peegeldused järgnevad tihti üksteisele ning ülemäärane liigitamine võib tekitada raskusi reliaabluse saavutamisel ning kaotada kõnevoorus edastatud mõtte.

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

Kui nõustaja teeb lihtsa peegelduse, millele järgneb empaatiline autonoomiat rõhutav lausung ja sellele omakorda keeruline peegeldus, antakse üksnes *keerulise peegelduse* ja *autonoomia rõhutamise* koodid.

#### *Dieedi ebaõnnestumine*

Klient: „Ma ei suuda seda dieeti järgida. Mõnda aega läheb mul hästi, kuid siis ma süüa terve pannitäie pähkli-šokolaadikooki ja rikun kõik ära. Kas sa tead, kui palju kaloreid selline pähkli-šokolaadikook sisaldab? Rääkimata jäätisest, mida ma koos koogiga süüa. Ma poleks arvanud, et see nii raske on.“

Nõustaja: „Sa liigud kaks sammu edasi ja ühe sammu tagasi. Selline kiirus ei ole sinu jaoks piisav. Eriti raske on see, et pähkli-šokolaadikook, mis on sinu jaoks harjumuspärane toit, mõjub halvasti su kaalule. Kui sa oleksid teadnud, et see nii raske on, poleks sa seda võib-olla ette võtnudki.“ (*Keeruline peegeldus.*)

Klient: „Ei, ma pean seda tegema. Isegi kui ma pean leppima sellega, et ma terve oma ülejäänud elu ei söö enam pähkli-šokolaadikooki, pean ma siiski lõpetama iseenda hävitamise kaaluga.“

Nõustaja: „Kuigi see on sinu jaoks raske, tahad sa kaalu langetada nii väga, et oled valmis isegi koogist loobuma.“ (*Keeruline peegeldus, lisaks muutusejutu kultiveerimine.*)

või

Nõustaja: „Tegelikult ei pea sa ju loobuma ühestki söögist igaveseks. Uuringud näitavad, et kui sa püüad loobuda toidust, mida sa armastad, kipud sa seda just rohkem sööma. Parim viis on seda mõõdukalt teha.“ (*Veenmine.*)

#### *E.4.e.4. Peegelduse ja küsimuse järgnevus*

Mõnikord alustab nõustaja peegeldusega, kuid lisab sellele küsimuse, et n-õ kontrollida peegelduse usaldusväärsust. Mõlemad elemendid tuleb kodeerida.

Klient: „Ma ei saa enam tarvitamist nõnda jätkata.“

Nõustaja: „Sa oled kindel, et sa ei taha enam kunagi heroini tarvitada. On see nii?“ (*Keeruline peegeldus, küsimus.*)

Klient: „Mu ülemus ütles, et mul on nüüd katseaeg. Ei ületunde, ei preemiat. Mitte midagi.“

Nõustaja: „Su ülemus ütles, et sa ei saa selle vahejuhtumi pärast enam ületunde teha. Mida sina sellest arvad?“ (*Lihtne peegeldus, küsimus.*)

#### *E.4.e.5. Struktureeritud avaldused, mis kõlavad kui peegeldused*

Mõnikord küsib nõustaja küsimuse, millele eelneb informatsiooni jagamine eesmärgiga aidata kliendil konteksti mõista. Sisuliselt on see viis öelda: „Kas sa mäletad seda teist asja, mida sa ütlesid? Ma tahan sinult selle kohta küsida.“ Sellist tüüpi struktureeritud avaldusi, mis eelnevad küsimusele, ei kodeerita eraldi peegeldusena. Neid tuleks võtta kui struktureerivaid ja küsimuse konteksti loovaid ütlusi ning seetõttu neid ei kodeerita. Reegli mõte on vältida peegelduse koodi andmist siis, kui nõustaja klienti teemaga kurssi viib.

Kui nõustaja teeb selge eristuse või pausi esitatud ütluse ja küsimuse vahele, võib peegelduse eraldi kodeerida. Seda juhul, kui kliendile jääb võimalus vastata mingil moel enne, kui järgneb küsimus.

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

Nõustaja: „Sa rääkisid, et sa ei läinud sinna poodi tagasi, kust sa kommi varastasid. Kas sa väldid seda poodi?“ (*Küsimus.*)

või

Nõustaja: „Sa ei ole käinud poes, kust sa kommi varastasid.“ (*Lihtne peegeldus.*)

Klient: „Just.“

Nõustaja: „Kas sa väldid seda poodi?“ (*Küsimus.*)

Kui kodeerijale tundub, et peegeldus on mõeldud küsimuse sissejuhatusena, siis seda ei kodeerita.

#### **E.4.f. MI-le kohased käitumised (ingl *MI-Adherent Behaviors*)**

On oluline mainida, et hea MI praktika näited ei teeni sageli välja MI-le kohase käitumise koodi. Üks algajate kodeerijate (ja ka MI ekspertpraktiseerijate) sagedane viga on see, et püütakse sobitada MI-le kohase käitumise koodiga sobiv praktika hea näide. Kodeerijal tuleb veenduda, et ta määrab MI-le kohase käitumise koodi ainult siis, kui näide paneb n-ö kellukese helisema ja vastab manuaalis olevatele koodidele. Kui kodeerija kahtleb või näeb vaeva selleks, et näide teatud koodi alla sobitada, tuleb pigem valida mõni teine kood.

Pea meeles, et sobitumine üldhinnangute alla võib aidata kompenseerida hea MI praktika elemente, mida ei ole kerge käitumiste loendisse panna.

\*\*Erinevalt eelmisest MITI versioonist kodeeritakse iga MI-le kohase käitumise alatüüp nüüd eraldi.

*E.4.f.1. Mida teha, kui ütlus sobitub rohkem kui ühe MI-le kohase käitumise koodi alla?*

*Trumpama* tegusõna: `üle lööma`.

*Trump* nimisõna: kaardimängus `mast, mis on teistest tugevam`.

Enamuse ajast suudab kodeerija MI-le kohase käitumise koode kindlalt märkida. Mõnikord võib kodeerija siiski kohata mõnda üksikut väljendit, mis võiks sobida rohkem kui ühte MI-le kohase käitumise kategooriasse. Nagu teistegi MITI koodide puhul, lahendatakse sel juhul ebaselgus MI-le kohase käitumise suhtes otsustusreeglit kasutades. Selliseid reegleid kutsutakse mõnikord trumbireegliteks, sest nad ütlevad kodeerijale, milline kood on kaalukam, kui otsustamine on ebaselge.

Selleks, et teha kindlaks, missugune kood MI-le kohasele käitumisele omistada, peaks kasutama järgnevat hierarhiat (vt joonis 1). Kui kodeerija ei ole kindel, milline kood kõige sobivam on, tuleb kasutada madalamat koodi (see on vaikimisi eeldus). Näiteks, kui kodeerija kõhkleb, kas omistada *autonoomia rõhutamise* või *koostööle kaasamise* kood, peaks kasutama *koostööle kaasamise* koodi. Püramiidi madalamate astmete koodid antakse siis, kui kodeerija otsustamisel kahtleb. Püramiidi kõrgemate koodide omistamisel peab kodeerijal olema kindel põhjendus, miks just vastav kood on tõeliseks näiteks valitud kategooriast. Kui veendumus selles on väiksem, kodeeritakse madalam kood. Selle trumppüramiidi eesmärk on vältida MI intervjuudes kõrge tähtsusega koodide liiga kerget andmist. Näiteks on kinnitamine nõustajale kergem kui autonoomia rõhutamine, mis on kategooriast tulenevalt olulisem. Seepärast on *autonoomia rõhutamise* koodi piir kavatsuslikult kõrgemale seatud.

#### **Joonis 1.** MI-le kohase käitumise koodide otsustusreeglid

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

*E.4.f.1.a. Mida teha siis, kui kodeerija pole kindel, kas peaks andma MI-le kohase käitumise koodi või mõne teise koodi (nagu küsimus või peegeldus)?*

Kahtluse korral ei peaks kodeerija MI-le kohase käitumise koodi kasutama. Seega, kui lauset saab kodeerida MI-le kohase käitumise koodiga või mõne teise koodiga, peaks MI-le kohase käitumise koodi omistama ainult siis, kui öeldu kuulub kindlalt sellesse kategooriasse. Kõhkluse korral valib kodeerija teise koodi.

*E.4.f.2. Kinnitamine (KIN) (ingl Affirm)*

Kinnitamine on nõustaja lausung, millega ta rõhutab kliendi kohta midagi positiivset. Et määrata *kinnitamise* koodi, peab see esile tooma kliendi tugevusi, püüdlusi, kavatsusi või väärtuseid. Kinnitamine peab kõlama loomulikuna ja tooma kliendi kohta esile midagi ehedat. Kinnitamine ei pea olema fokuseeritud muutuse eesmärgile, kuid peab sisaldama mõne kliendi erilise joone esiletoomist või käitumise, saavutuse, oskuse või tugevuse rõhutamist. Kinnitamiseks on sageli keeruline peegeldus, mille korral peaks eelistama *kinnitamise* koodi andmist.

*Kinnitamisenä* ei tohiks automaatselt kodeerida intervjuerija nõusolekut, heakskiitu, tujutõstvaid ütlusi või mittespetsiifilist kiitust kliendile. Kinnitamine peab otseselt olema seotud kliendi käitumise või sellele iseloomulike joontega. See peab kõlama loomulikult ja ei tohi näida lihtsa julgustusena.

**\*\*NB!** Uus *kinnitamise* definitsioon on rangem kui need, mida MI-s (Miller & Rollnick, 2013) ja eelmises MITI versioonis kasutatakse. Täpsemalt toetust väljendavaid ütlusi, nagu „Alustada on alati raske“ enam MITI-ga *kinnitamisenä* ei kodeerita.

Kui kodeerija ei ole kindel, kas ütlus on *kinnitamise* koodi saamiseks piisavalt spetsiifiline või tugev, ei peaks sellele *kinnitamise* koodi andma.

„Sul tuli pähe mitu head ideed, kuidas joomist vähendada. Täna oli suurepärase ajurünnak.“  
(*Kinnitamine.*)

„Sulle on tähtis olla hea lapsevanem, nagu sinu vanemad olid sulle.“ (*Kinnitamine.*)

„Ma olen tõeliselt uhke sinu üle.“ (Ei kodeerita, pole spetsiifiline.)

„Sa suutsid hoiduda magusast pühade ajal ja sa oled uhke selle saavutuse üle. See tasus end ära!“ (*Kinnitamine*, trumpab üle peegelduse.)

„Sa oled inimene, kes võtab oma vastutust tõsiselt, sa tahad teha õiget asja.“ (*Kinnitamine.*)

„Parkimisprobleemi ja vihma tõttu ei olnud lihtne siia jõuda. Ma hindan seda, et sa jätkad siin käimist.“ (*Kinnitamine.*)

„Ma tean, suitsetamist maha jätta on raske.“ (Toetus, ei kodeerita.)

„Sa said hästi hakkama!“ (Ei kodeerita.)

„Nii peabki!“ (Ei kodeerita.)

„Sa oled selle nimel kõvasti tööd teinud, et olla hea lapsevanem. Mulle avaldab muljet sinu tahtmine olla järjepidev isegi siis, kui see on raske.“ (*Kinnitamine.*)

„Arvestades seda, mida sa oled rääkinud oma varasemast edust kaalu kaotamisel, olen ma kindel, et sa saavutad edu, kui sa selleks uuesti valmis oled.“ (*Kinnitamine.*)

„Sa oled kiirtoidu pärast üsna häiritud. Sa lootsid, et sa ei anna kahe nädala jooksul järele

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

oma sisemisele tungile. Isegi kui sa käisid kiirtoitu söömas kaks korda selle aja sees, on see märgatavalt vähem kui sa oleks seda teinud iga päev. See on suur muutus!“ (*Kinnitamine.*)

#### E.4.f.2.a. Kolme kinnitamise reegel

Nõustaja võib kasutada liigselt ja korduvalt ütlusi, nagu „Suurepärane!“ või „Oled tubli!“. Esimesed kaks või kolm korda võib lausungeid arvestada ja *kinnitamisenä* kodeerida, juhul kui kodeerija on veendunud, et need sobituvad *kinnitamise* koodi alla. Hiljem selliseid lausungeid *kinnitamisenä* enam ei kodeerita.

#### E.4.f.3. Koostööle kaasamine (*KOOS*) (ingl Seeking Collaboration)

See kood antakse, kui nõustaja püüab selgelt võimu jagada ja tunnustab kliendi enda ekspertsust. Koostööle kaasamisel püüab nõustaja siiralt leida kliendiga üksmeelt ülesannete, eesmärkide või sessiooni suundade osas. *Koostööle kaasamise* koodi võib määrata, kui nõustaja küsib kliendilt, mida ta jagatud informatsioonist arvab. Samuti siis, kui nõustaja küsib info või nõuannete jagamiseks luba.

Kui nõustaja küsib mingil teemal kliendilt tema teadmiste või arusaamade kohta, kodeeritakse see *küsimusena* ning seda ei loeta *koostööle kaasamiseks*.

„Mul on mõningast infot selle kohta, kuidas vähendada riski käärsoolevähki haigestuda ja ma uurin, kas võiksin sellel teemal sinuga rääkida?“ (*Koostööle kaasamine.*)

„Mida on sulle juba rasedusaegsest alkoholi tarvitamisest räägitud?“ (*Küsimus.*)

„Kuidas sulle sobib, kui räägime natuke alkoholi tarvitamisest raseduse ajal?“ (*Koostööle kaasamine.*)

„See ei pruugi sulle küll sobida, aga mõne minu kliendi puhul on töötanud, kui nad panevad oma kellal alarmi tööle, mis aitab neil kaks tundi pärast söömist veresuhkru mõõtmist meelde tuletada.“ (*Koostööle kaasamine, kaalu ka koodi veenmine loaga.*)

„Kuidas mina saaksin sind selles aidata?“ (*Koostööle kaasamine.*)

„Kuidas see sobib, kui me räägime natuke suitsetamisest? Ma tean küll, et sa ei tulnud siia just sellest rääkima.“ (*Koostööle kaasamine.*)

„Mul on su testi tulemused. Oled sa huvitatud, et vaatame need koos üle?“ (*Koostööle kaasamine.*)

E.4.f.3.a. Kommentaar. Uuri välja – anna juurde – uuri edasi (ingl *Elicit-Provide-Elicit*) lausungid võivad, aga ei pruugi olla koostööle kaasamise näited. Iga lausung kodeeritakse tavaliselt eraldi.

*Uuri välja – anna juurde – uuri edasi ilma koostööle kaasamiseta.*

Nõustaja: „Mida sa tead juba rasedusaegsest alkoholi tarvitamisest?“ (*Küsimus.*)

Klient: „Ma tean, et on parem mitte juua.“

Nõustaja: „Jah. On õigem, kui naised hoiduvad alkoholist raseduse ajal.“ (*Info jagamine.*)

*Uuri välja – anna juurde – uuri edasi koostööle kaasamisega.*

Nõustaja: „Mida sa tead juba rasedusaegsest alkoholi tarvitamisest?“ (*Küsimus.*)

Klient: „Ma tean, et on parem mitte juua.“

Nõustaja: „Mida sa sellest informatsioonist arvad? Kuidas see sobitub sinu hoiakuga Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.“



alkoholi tarvitamise osas?“ (*Koostööle kaasamine.*)

Võrdluseks.

Nõustaja: „Millised erinevaid suitsetamisest loobumise viise sa tead?“ (*Küsimus.*)

Klient: „Ma tean, et plaaster peaks olema mahajätmise jaoks kõige efektiivsem. Kui kaua ma võin plaastreid kasutada? Kas seda tuleks kasutada vaid nädal-paar?“

Nõustaja: „Plaaster on üks võimalik viis suitsetamisest loobumiseks. See on küllaltki efektiivne meetod ja seda kasutatakse tavaliselt neli kuni kuus nädalat.“ (*Info jagamine.*)

#### E.4.f.4. Autonomia rõhutamine (*AUTO*) (*ingl* Emphasizing Autonomy)

Need on ütlused, mis keskenduvad selgelt kliendi vastutusele muutumist puudutavate otsuste ja tegevuste osas. Need tõstavad esile kliendi enda kontrolli, vabaduse valida, personaalse autonoomia ning nii võimekuse kui ka kohustuse otsustada oma tegude ja hoiakute üle. Need *ei ole* ütlused, mis eriliselt rõhutavad kliendi tajutud enesetõhusust, enesekindlust või võimekust mõne teo osas.

„Jah, sul on õigus. Keegi ei saa sind sundida joomist lõpetama.“ (*Autonomia rõhutamine.*)

„Sina oled see, kes teab iseennast kõige paremini. Mis sinu arvates peaks siin raviplaanis olema?“ (*Autonomia rõhutamine.*)

„See, mitu puu- ja juurvilja sa sööd, on sinu otsustada.“ (*Autonomia rõhutamine.*)

„See on tõesti sinu elu ja sinu tee. Sina ainsana saad otsustada, millise suuna sa võtad. Mis sa arvad, mida sa oma füüsilise aktiivsuse osas ette võtad?“ (*Autonomia rõhutamine.*)

„Sul on hetkel raske. Vanglas olemine paneb sind tundma, et sul pole kontrolli oma elu üle. Sulle on tehtud ettepanek võtta osa ühest raviprogrammist, mis võiks sulle mõningase kontrolli tagasi anda, kui sa seal osaleda otsustad. Selle otsuse osas oled sa hetkel kahevahel.“ (*Autonomia rõhutamine.*)

„See on sinu silmis nii võimalus kui ka väljakutse. Sa kaalud variante ja mõtled, mis töötaks sinu jaoks kõige paremini.“ (*Autonomia rõhutamine.*)

#### *Alkoholi tarvitamise lõpetamine*

Klient: „Ma olen üpris kindel, et saan alkoholi tarvitamise täielikult maha jätta.“

Nõustaja: „Sa tunnend end kindlana, et suudad maha jätta, kuna sa oled seda varem juba suutnud.“ (*Peegeldus, lisaväärtusena muutusejutu kultiveerimine.*)

Nõustaja: „Sa pole kuigi kindel, et sa suudad maha jätta, isegi kui oled sellekohase otsuse langetanud.“ (*Autonomia rõhutamine, vähendava väärtusena samaksjäämisejutu soodustamine.*)

Nõustaja: „Sinu ees on valik ja tundub, et oled küllaltki kindel, millist teed minna.“ (*Autonomia rõhutamine.*)

Nõustaja: „Sa tundud olevad küllaltki kindel, millist teed sa tahad minna.“ (*Peegeldus, lisaväärtusena muutusejutu kultiveerimine.*)

Nõustaja: „Sa oled valmis maha jätma.“ (*Peegeldus, lisaväärtusena muutusejutu kultiveerimine.*)

#### *Veresuhkru taseme mõõtmine*

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

Klient: „Ma pole valmis iga päeva oma veresuhkru taset mõõtma, aga ma võiksin seda teha umbes korra nädalas.“

Nõustaja: „Lõpuks on see täiesti sinu teha, kui tihti sa oma veresuhkru taset mõõdad.“ (*Autonoomia rõhutamine.*)

Nõustaja: „Üks muutus, mida sa kaalud, on iganädalane mõõtmine.“ (*Lihtne peegeldus, lisaväärtusena muutusejutu kultiveerimine.*)

Nõustaja: „Sul on tõesti raske iga päev seda mõõtmist teha.“ (*Keeruline peegeldus, vähendava väärtusena samaksjäämisejutu soodustamine.*)

#### *HIV-test*

Klient: „Eelmisel nädalal rääkisin ma meditsiiniõega kodustest testidest. Ta ütles, et ma võiksin apteegist testi osta, nii saaksin tulemuse kohe teada.“

Nõustaja: „Sa oled juba astunud mõningaid samme, et leida vastus, mida sa otsid.“ (*Peegeldus, lisaväärtusena muutusejutu kultiveerimine.*)

Nõustaja: „Nüüd on sul vaja otsustada, milline on parim valik sinu jaoks.“ (*Autonoomia rõhutamine.*)

Nõustaja: „Sa tunnend end teadasaamise osas kahetiselt.“ (*Keeruline peegeldus.*)

Nõustaja: „Mul on mõningast infot koduste testide osas. Kas ma võiksin seda sinuga jagada?“ (*Koostööle kaasamine.*)

Nõustaja: „Sa jõudsid oma eesmärgini!“ (*Kinnitamine.*)

Nõustaja: „Sa said selle, mida vajasid.“ (*Kinnitamine.*)

#### **E.4.g. MI-le mittekohane käitumine (ingl *MI Non-Adherent Behaviours*)**

*MI-le mittekohase käitumise* kood on kaks: *veenmine* ja *konfronteerumine*.

*E.4.g.1. Veenmine* (vt *E.4.b.*)

*E.4.g.2. Konfronteerumine (KONF)* (ingl *Confront*)

*Konfronteerumise* koodi kasutatakse, kui nõustaja vastandub kliendile otseselt ja ühemõtteliselt mitte nõustades, vaieldes, parandades, häbistades, süüdistades, kritiseerides, sildistades, hoiatades, moraali lugedes, naeruvääristades või kliendi aususes kaheldes. Selliseid olukordi iseloomustab ebavõrdne võimujaoitus koos hukkamõistu või negatiivsusega. Siia kuuluvad olukorrad, kus nõustaja kasutab küsimusi või isegi peegeldusi, kuid hääletoon väljendab selgelt vastandumist.

Juba teadaoleva või kliendi poolt öeldud negatiivse info taassõnastamine võib olla nii *konfronteerumine* kui peegeldus. Enamasti saab *konfronteerumisi* korrektselt kategoriseerida, kui hääletoonile ning kontekstile tähelepanu pöörata.

**OTSUSTUSREEGEL.** On üsna erandlik, kui kodeerija ei ole kindel, kas öeldule anda *konfronteerumise* või peegelduse kood. *Sellisel juhul ei tohi koodi üldse anda.*

„Sa võtsid joomist takistavat ravimit, aga jõid ikka!“ (*Konfronteerumine.*)

„Kas sa arvad, et nii koheldakse inimest, keda armastatakse?“ (*Konfronteerumine.*)

„Jah, sa oled alkohoolik. Sa ei pruugi ise nii arvata, aga sa oled.“ (*Konfronteerumine.*)

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

„Oot-oot-oot! Siin on kirjas, et sinu keskmine veresuhkru näit on 12. Vabandust, kuid see ei ole võimalik, et sa oled jälginud oma süsivesikute tarbimist, nagu sa ütled, kui näit nii kõrge on.“ (*Konfronteerumine.*)

„Mõttele ometi oma lastele!“ (*Konfronteerumine.*)

„Sa ei muretse üldse oma joomise pärast?“ (*Konfronteerumine, küsimuse koodi ei saa määrata, kuna konfronteerumine trumpab küsimuse üle.*)

„Enamik inimesi, kes joovad nii palju kui sina, ei saa enam kunagi normaalselt juua.“ (*Konfronteerumine.*)

„Mind teeb murelikuks sinu plaan juua mõõdukalt ja ma ei tea, kas saan selle mõttega nõustuda.“ (*Koostööle kaasamine.*)

„Karistamisega lapse distsiplineerimine on libedale teele minek. Alguses tundub kõik korras olevat, aga siis läheb lumepall veerema.“ (*Konfronteerumine.*)

„Mäletad, sa ütlesid, et kolesterooli tase ohustab su elu. Kui sa ei saa oma dieeti kontrolli alla, riskid sa insuldi või südameinfarktiga.“ (*Konfronteerumine.*)

„Jah, lastel, kellel ei ole suurt vanematepoolset järelevalvet, on suurem risk hakata uimasteid kasutama. Mida sa arvad oma vanemlikest oskustest selle valguses?“ (Tõenäoliselt *konfronteerumine*. Kuula nõustaja hääletooni!)

„Kui sa otsustad joomist jätkata, ei saa ma sind aidata.“ (Tõenäoliselt *konfronteerumine*. Kuula nõustaja hääletooni!)

Kui nõustaja kasutab konfronteerumist, et kliendi tugevusi, eeliseid või positiivseid saavutusi rõhutada, peaks kaaluma *kinnitamise* koodi määramist. Konfronteerumine ei ole peamine, kui nõustaja püüab selgelt kliendile kinnitust või tuge anda.

#### *Kohutav ema*

Klient: „Ma olen kohutav ema.“

Nõustaja: „Sa ei ole. Sul on mõned raskused, aga sa oled siiski suurepärane ema.“ (*Kinnitamine.*)

#### *Kolesterooli taseme alandamine*

Klient: „Olen sel kuul edumasse teinud. Ma sõin iga päev vähemalt kolm korda päevas puu- või köögivilju.“

Nõustaja: „Jah, aga sinu kolesterooli tase on ikka veel liiga kõrge.“ (*Konfronteerumine.*)  
või

Nõustaja: „Sa oled teinud tõelisi edusamme oma toitumisharjumuste muutmisel. Mida sa saaksid teha oma pikaajaliste tervisega seotud eesmärkide saavutamiseks?“ (*Kinnitamine, koostööle kaasamine.*)

#### *E.4.g.3. MI-le mittekohase käitumise otsustusreeglid*

Veenmine ja vastandumine kattuvad mõnikord ja võivad mahtuda rohkem kui ühte kategooriasse.

Sel juhul tuleks kasutada järgnevat hierarhiat (vt joonis 2).

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

**Joonis 2.** MI-le mittekohase käitumise koodide otsustusreeglid

## F. ÜTLUSED, MIDA MITI-GA EI KODEERITA

MITI ei ole ammendav kodeerimissüsteem, kõik lausungid ei pruugi käitumiste loendist koodi saada.

Näited lausungitest, mida MITI-ga ei kodeerita.

Struktureerivad ütlused:	„Räägime nüüd eelmise nädala töölehtedest.”
Tervitused:	„Tere, Peeter! Aitäh täna kohtumisele tulemast!”
Kõnesoodustajad:	„Hästi!”, „Ahah”, „Nii”, „Mhmh”, „Kuulan!”
Eelmise seansi sisu:	„Eelmisel nädalal mainisid sa, et oled tõeliselt väsinud.”
Katkenud mõtted:	„Sa mainisid...” (Klient katkestab.)
Teemaväline materjal:	„Siin on natuke külm.”

## G. KODEERITAVA LÕIGU PIKKUSE JA TÜÜBI VALIMINE

MITI väljaarendamisel kasutati 20-minutilisi psühhoterapiaseansside lindistuste lõike. Võib-olla on MITI-t võimalik kasutada ka pikemate lõikude puhul (näiteks terve teraapiaseanss). Kui me püüdsime pikemaid lõike kodeerida, tekkisid 1) probleemid kodeerija tähelepanu säilimisega, 2) raskused üldhinnangute andmisel, kuna hallatava info hulk oli suur ja 3) raskused segamatut tööaega leida.

Algupärastest andmetest enamus on kogutud pigem audio- kui videolindistustena. MITI-t saab kasutada ka videolt kodeerides, kuid seda ei tohiks muuta visuaalse info kogumise vahendiks.

## H. KOKKUVÕTLIKUD SKOORID

Kuna käitumiste loend ei kata MI funktsioneerimise kriitilisi indikaatoreid täielikult, leidsime, et mitmes valdkonnas, kus kodeerimist kasutatakse, on rohkem kasu kokkuvõtlikest skooridest kui üksikskooridest eraldivõetuna. Näiteks annab peegelduste-küsimuste suhe kokkuvõtliku näitaja ühe olulise MI protsessi kohta. Järgnevalt on toodud kokkuvõtlike skooride osaline nimekiri, mis sisaldab MI kompetentsuse määramiseks vajalikke näitajaid, samuti valemeid nende arvutamiseks.

- Tehniline üldhinnang.  
=  $(\text{muutusejutu kultiveerimine} + \text{samaksjäämisejutu pehmendamine}) / 2$
- Suhte üldhinnang.  
=  $(\text{partnerlus} + \text{empaatia}) / 2$
- Keeruliste peegelduste osakaal (% PK).  
=  $PK / (PL + PK)$
- Peegelduste-küsimuste suhe (P / K).  
= kõik peegeldused / kõik küsimused
- MI-le kohane käitumine kokku.  
=  $\text{koostööle kaasamine} + \text{kinnitamine} + \text{autonoomia rõhutamine}$

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

- MI-le mittekohane käitumine kokku.  
= *konfronteerumine* + *veenmine*

NB! Neid valemeid kasutades saadakse skoorid, mis ei ole MITI eelmiste versioonidega võrreldavad.

**I. NÕUSTAJA ALGTASEME JA PÄDEVUSE LÄVENDID**

Järgnevalt on toodud nõustaja soovituslikud algtaseme ja pädevuse lävendid, mis tuginevad MITI kodeerimissüsteemile. NB! Lävendid tuginevad *ekspertide arvamusele* ning hetkel puuduvad normatiivsed või teised valideerimise andmed nende kinnitamiseks. Kuni selliste andmete avaldamiseni peaks nõustaja MI kasutamise algtaseme ja pädevuse hindamise lävendeid kasutama koos muude andmetega.

	<b>Rahuldav</b>	<b>Hea</b>
Suhte komponendid	3,5	4
Tehnilised komponendid	3	4
% PK	40%	50%
P : K	1 : 1	2 : 1
MI-le kohane käitumine kokku	–	–
MI-le mittekohane käitumine kokku	–	–

### MITI koodide nimekiri

#### ÜLDHINNANGUD

*Muutusejutu kultiveerimine*

*Samaksjäämisejutu pehmendamine*

*Partnerlus*

*Empaatia*

#### KÄITUMISTE LOEND

<i>Info jagamine</i>	(I)
<i>Veenmine</i>	(V)
<i>Veenmine loaga</i>	(VL)
<i>Küsimus</i>	(K)
<i>Lihtne peegeldus</i>	(PL)
<i>Keeruline peegeldus</i>	(PK)
<i>Kinnitamine</i>	(KIN)
<i>Koostööle kaasamine</i>	(KOOS)
<i>Autonoomia rõhutamine</i>	(AUTO)
<i>Konfronteerumine</i>	(KONF)

## Lisa A

### Küsimused MITI sobivusest sekkumisega

Motiveerivat intervjuerimist saab sageli kasutada laiemate elumuutuste ja olukordadega tegelemiseks. Need ei pruugi hõlmata spetsiifilist sihtkäitumist. MITI kasutamine selliste sekkumiste hindamiseks on piiratud. Abstraktsete muutuste korral on kodeerijal raske usaldusväärselt hinnata, mis on kliendi kõnes muutusejutt – ja enamgi veel – kas nõustaja kutsub muutusejuttu kohaselt esile ja reageerib sellele.

Ilma MI kriitilise esilekutsumise elemendita on MITI võimalused nõustaja MI kasutamise oskuse hindamiseks vähesed. Madalad skoorid võidakse saada mitmes olulises valdkonnas vaatamata sellele, et nõustaja otsustab sobivalt kliendi kõnet ühes või teises suunas mitte mõjutada. Samuti saadakse MITI-t kasutades madalamad tulemused juhul, kui intervjuu keskendub täielikult kaasamise või fookuse seadmise protsessile, sest MI esilekutsuv element puudub. MITI on kõige kohasem, kui intervjuus on kasutatud MI oskusi kogu ulatuses.

MITI on piiratud väärtusega järgmistes olukordades:

- sihtkäitumist pole võimalik käitumisena kirjeldada (nt otsuse tegemine);
- nõustaja ei soovi klienti mõjutada ühe kindla eesmärgi suunas (nõustaja neutraalsust nõudev olukord);
- nõustaja kasutab tahtlikult ainult kaasamis- või fookuseerimisoskusi.

#### ***J.1. Mida teha, kui sihtkäitumisi on rohkem kui üks?***

Mõnikord on sekkumises rohkem kui üks sihtkäitumine (nt (1) ravi järgimine ja 2) sobiva elamispinna leidmine). MITI-t saab kasutada seni, kuni mõlemad sihtkäitumised tulenevad kliendist.

#### ***J.2. Näited sihtkäitumistest, mida MITI-ga kodeerida ei saa***

##### ***J.2.a. Otsuse tegemine. Sihtkäitumine ilma selge muutusejututa***

Kui sihtkäitumiseks on otsuse tegemine, siis muutusejutu sisuks pole dilemma kumbki pool (nagu oleks sel juhul, kui soovitud muutus on täpsustatud), vaid kõne muutusest endast. Näiteks, kui sihtkäitumiseks on suitsetamisest loobumine, oleks järgmised lausungid muutusejutt.

„Ma pean suitsetamise lõpetama.“

„Kui ma ei lõpeta, haigestun vähki.“

„Mul oleks palju rohkem raha.“

„Ma tahan oma lastele hea eeskuju olla.“

Kui sihtkäitumine on otsuse tegemine suitsetamise kohta, ei ole neist lausungitest ükski muutusejutt. Küll oleksid seda järgmised lausungid.

„Ma pean otsuse tegema.“

„Kui ma mingit otsust ei tee, jätkub kõik vanaviisi.“

„Selle lahendamine oleks tõeline kergendus.“

„Ma vihkan, kui ma nii otsustusvõimetu olen.“

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.



Kuigi teoreetiliselt on võimalik kodeerida muutusejuttu otsuse tegemise osas, on see keeruline ülesanne, mida ei ole psühhomeetriselt hinnatud, mistõttu MITI 4.0 seda ei sisalda.

### ***J.2.b. Paremaks inimeseks muutumine. Sihtkäitumine, mis ei ole käitumuslik***

Kui sihiks ei ole käitumuslik muutus, on muutusejutu defineerimine raske. Kas näiteks järgmised lausungid kvalifitseeruks muutusejutuks, kui kliendi eesmärk on paremaks muutuda?

„Ma pean oma viha vabamalt väljendama.“

„Kui ma tahan rohkem sõpru, siis ma pean mõtlema rohkem teiste kui enda soovidele.“

„Ma tahan teha rohkem trenni ja vähem süüa.“

„Nüüd suudan ma seda ilma mingi süütundeta teha.“

„Ma kavatsen oma tšakrad avada.“

Iga näite puhul on oluline kliiniline kontekst (nõustaja meelsus), et otsustada, kas tegemist on muutusejutu või millegi muuga. Näiteks ei ole rohkem liikuda ja vähem süüa sobilik eesmärk anorektikule, küll aga inimesele, kellele perearst on äsja öelnud, et tema KMI on üle 25. Võib-olla ei mahu kumbki nendest muutustest paremaks inimeseks olemise alla. Siinkohal on keskne tegur kodeerija suutmatuse usaldusväärusel viisil muutusejuttu eristada ning kodeerijatevahelist kooskõla pole võimalik saavutada. Seetõttu määratleb MITI 4.0 (nagu ka eelmised versioonid) sihtkäitumise enne kodeerimist.

### ***J.3. Mida teha, kui ma tahan ühes intervjuus hinnata vaid kaasamist ja fookuse seadmist?***

Isegi kui intervjuu eesmärk pole esile kutsuda argumente muutuse poolt, saab kasutada mõningaid MITI allskaalasid, et nõustaja põhilisi nõustamisoskusi hinnata. Kasulikku infot nõustamise mittedirektiivsete aspektide kohta annavad *partnerluse* ja *empaatia* üldhinnangud ning käitumiste loendist *küsimused*, *peegeldused*, MI-le kohased käitumised ja MI-le mittekohased käitumised. Neid võib manuaalile viidates kasutada ja kohandada.

## Lisa B

### Korduma kippuvad küsimused

#### 1. Mida teha, kui sessioon on lühem kui 20 minutit?

Üldhinnanguid võib olla raskem mõõta sessioonidel, mille kestus on alla 10 minuti. Väga lühikeste sessioonide (2–5 min) puhul on kõige parem kodeerida ainult käitumiste loendi alusel.

#### 2. Kuidas kätkeb MITI 4.0 MI vaimsust?

MI vaimsust MITI 4.0-s enam ei mõõdetata. MI vaimsuse olulisi dimensioone, nagu partnerlus ja kliendi muutumise põhjuste esilekutsumine, mõõdetakse MITI 4.0-s jätkuvalt.

#### 3. Mis juhtus MI-le kohase ja MI-le mittekohase käitumise määradega kokkuvõtlikes punktides / punktis tabelis?

MITI eelmistes versioonides arvutati MI-le kohase ja MI-le mittekohase käitumise esinemismäär:  $MIA\% = MIA / (MIA + MINA)$  ja  $MIN\% = MINA / (MIA + MINA)$ . Need protsendimäärad ei olnud kuigi informatiivsed, eriti sessioonides, milles ei ilmnunud MI-le kohaseid või mittekohaseid käitumisi. Näiteks oleks MIA% 0, kui sessioonis oleks 12 MI-le kohast käitumist ja 0 MI-le mittekohast käitumist [ $12 MIA / (12 MIA + 0 MINA)$ ].

MI-le kohase käitumise protsendimäär oleks 0 ka siis, kui sessioonil on 10 MI-le mittekohast käitumist ja 0 MI-le kohast käitumist [ $0 MIA / (0 MIA + 10 MINA)$ ]. MI-le kohaste ja mittekohaste käitumiste esinemismäär oli eksitav ja väheinformatiivne, mistõttu jäeti see MITI 4.0-st välja.

#### 4. Millised on MITI 4.0 lävendid?

MITI 4.0-s ei ole lävendite määramine nii üheselt selge nagu eelnevates versioonides. Ühelt poolt on see tingitud sellest, et meie teadmised MI praktiseerimisest on komplekssemad kui varasemalt, mistõttu otsuse tegemine rahuldava taseme kohta võib olla keerukam. Enamgi veel, uues versioonis on peaaegu kõik hinnangud muutunud ja neid ei saa varasemate versioonidega võrrelda. Samuti ei ole meil piisavalt empiirilisi andmeid, et mõne skaala osas soovitusi anda. Siiski me loodame, et tulevikus see muutub.

*Paar märkust.*

MITI 4.0-s on soovituslikud hinnangud suhte komponentide jaoks kõrgemad kui tehniliste komponentide jaoks nii rahuldaval (ingl *Fair*) kui heal (ingl *Good*) tasemel. See peegeldab MI praegust teoreetilist raamistikku, mis rõhutab kaasavaid suhtlemisoskusi kui vundamenti esilekutsuvatele tehnilistele elementidele.

Piisavatele empiirilistele andmetele tuginedes oleme jõudnud järeldusele, et otstarbekas on keerulistele peegeldustele ja eriti küsimuste ja peegelduste suhtarvu lävendid alles jätta.

MI-le kohase ja mittekohase käitumise kohta käivad soovitusel on jäetud teadlikult täpsustamata, sest meil ei ole nende esitamiseks piisavalt informatsiooni. Me julgustame kodeerijaid kliinilistes uuringutes, kus MITI 4.0 kasutatakse sekkumise kvaliteedi hindamiseks, kirjeldama kõiki MITI 4.0 skoori. Kui need andmed tulemusnäitajatega seostada, võimaldaks see üsna kiiresti anda kindlaid soovitusi MI-le kohase ja mittekohase käitumise kohta.

#### 5. Mida teha juhul, kui ma peaksin tehniliselt määrama koodi *veenmine loaga*, kuid luba ei tundu olevat siiras või informatsioon näib olevat esitatud pigem *veenmisena*?

Üldhinnanguid, eriti *partnerlust*, võib mõjutada see, kuidas nõustaja annab infot, taotleb luba, teeb Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

ettepanekuid või annab soovitusi. Järgnevad olukorrad võivad *partnerluse* üldhinnangu skoori vähendada, isegi kui on antud käitumise kood *veenmine loaga*.

1. Nõustaja küsib luba pea igaks kommentaariks.
2. Loa küsimise tonaalsus on hoolimatu või ebaseiras.
3. Nõustaja ei anna kliendile enne info jagamist loa küsimisele vastamiseks aega.
4. Nõustaja ületab antud loa piire (nt küsib, et jagada infot joomise kohta ning annab siis lisaks infot teiste elustiili ja käitumisi puudutavate küsimuste kohta).
5. Nõustaja küsib ja saab loa üldise teema jaoks ning jätkab siis info ülekuhjamisega (mis võib kesta mitu minutit).

#### **6. Kuidas peaks *samaksjäämisejutu pehendamise* skaalal kodeeringu andma, kui *samaksjäämisejuttu* sessiooni ajal ei avaldu?**

Me ei tea, miks *samaksjäämisejuttu* sessiooni ajal ei avaldunud. See võis puududa, kuna klient tõe poolest lihtsalt ei avaldanud seda või siis oli nõustaja sedavõrd kogenud, et ta ei kutsunud seda esile. Kodeerija ei pea seda otsustama.

Kõrged punktid *samaksjäämisejutu pehendamise* skaalal võib anda isegi siis, kui *samaksjäämisejutt* täielikult puudub. Põhimõtteliselt saab nõustaja kasu, kui *samaksjäämisejuttu* ei avaldu. Selle tulemuseks võib olla ekslikult kõrge skoor *samaksäämisejutu pehendamise* skaalal. Selline määramatus *samaksjäämisejutu pehendamise* skaalal on vastuvõetav. *Samaksjäämisejutu pehendamise* skaala skoori tuleks alandada, kui *samaksjäämisejutt* on harvaesinev, kuid nõustaja ei reageeri selle ilmnemisel kohaselt.

#### **7. Mis juhtub, kui nõustaja vastab *samaksjäämisejutule peegeldamise* või *tähelepanu andmisega*, et väljendada empaatiat, aga ei ehita koostööd üles? Näiteks esimesed 12 vastust „Rounder’i“ salvestuses näivad olevat äratuntavad *samaksjäämisejutuna*, mis seejärel suureneb. Miks saab see nõustaja *samaksjäämisejutu pehendamise* skaalal madalad punktid?**

Tasakaal MI suhte ja tehniliste komponentide vahel saavutatakse sageli emmast-kummast järeleandmise hinnaga. Nõustaja, kes proovib pehendada *samaksjäämisejuttu* koostööd üles ehitamata, ebaõnnestub sageli. „Rounder’i“ salvestus toob mitmeid suurepäraseid näiteid *samaksjäämisejutu pehendamise* sessiooni hilisemas osas, kui koostöö on juba loodud. *Sel juhul võetakse sessiooni tervikuna ning see kajastub üldhinnangutes. Kodeerija peaks skooride andmisel arvestama nõustaja keelekasutust ning hoogsust.*

#### **8. Kuidas peaks valikute kaalumise harjutuses *samaksjäämisejutu pehendamise* skoori andma?**

Tõelise valikute kaalumise puhul uuritakse mõlemaid muutuse pooli võrdselt. Seal ei pingutata *samaksjäämisejutu pehendamise* nimel, vaid pigem tuuakse see täielikult välja. Kui see nii on, tuleb *samaksjäämisejutu pehendamise* skaalal anda väiksem skoor, kui pehendamist intervjuus hiljem ei toimu.

#### **9. Kas *koostööle kaasamise* koodi saab määrata ka siis, kui kliendilt lihtsalt küsitakse, mida ta arvab informatsioonist, mis talle anti, näiteks hindamise tagasisides või uuri välja – anna juurde – uuri edasi formaadis?**

*Koostööle kaasamise* koodi saab anda iga kord, kui kodeerija tunneb, et nõustaja pingutab koostöö Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.

saavutamise ja kliendiga võimu jagamise nimel. *Koostööle kaasamise* koodi ei anta, kui kodeerija ei taju nõustajapoolset pingutust, näiteks, kui nõustaja näib lihtsalt testivat kliendi arusaama ilma selgelt väljenduva võimujagamiseta. Retoorilised, ümberpööratud või pealiskaudsed küsimused kliendile, nagu „Mis sa sellest arvad?“, ei pruugi ilmtingimata saada *koostööle kaasamise* koodi. Kodeerija ei tohi *koostööle kaasamise* koodi anda, kui ta ei suuda otsustada, kas see on välja teenitud.

Lindistuse nr : \_\_\_\_\_ Kodeerija: \_\_\_\_\_ Kuupäev: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

**Üldhinnangud**

<b>Tehnilised komponendid</b>					
<i>Muutusejutu kultiveerimine</i>	1	2	3	4	5
<i>Samaksjäämisejutu pehmendamine</i>	1	2	3	4	5
<b>Suhte komponendid</b>					
<i>Partnerlus</i>	1	2	3	4	5
<i>Empaatia</i>	1	2	3	4	5

Muutuse siht: \_\_\_\_\_

**Käitumiste loend****Kokku**

<i>Info jagamine (I)</i>		
<i>Veenmine (V)</i>		
<i>Veenmine loaga (VL)</i>		
<i>Küsimus (K)</i>		
<i>Lihntne peegeldus (PL)</i>		
<i>Keeruline peegeldus (PK)</i>		
<i>Kinnitamine (KIN)</i>		
<i>Koostööle kaasamine (KOOS)</i>		
<i>Autonoomia rõhutamine (AUTO)</i>		
<i>Konfronteerumine (KONF)</i>		

Algusaeg ja esimene lause:

\_\_\_\_\_

Lõpuaeg ja viimane lause:

\_\_\_\_\_

Mustand. Ilma loata tsiteerimine ja paljundmine ei ole lubatud.