

**MOTIVOIVAN HAASTATTELUN SOVELTUVUUS  
YKSILÖSOSIAALITYÖN TYÖMENETELMÄNÄ**

Heidi Kantsila-Korhonen

Kandidaatintutkielma

Sosiaalityö

Avoin yliopisto

Jyväskylän yliopisto

Kevät 2022

# JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Tiedekunta Humanistis-yhteiskuntatieteellinen	Laitos Avoin yliopisto
Tekijä Heidi Kantsila-Korhonen	
Työn nimi Motivoivan haastattelun soveltuvuus yksilösosiaalityön työmenetelmänä	
Oppiaine Sosiaalityö	Työn laji Kandidaatintutkielma
Aika Kevät 2022	Sivumäärä 35 sivua + liitteet 6 sivua
<p>Tiivistelmä</p> <p>Tämän kirjallisuuskatsauksena toteutetun kandidaatintutkielman tavoitteena oli selvittää, miten motivoiva haastattelu soveltuu työmenetelmäksi erilaisiin yksilösosiaalityön asiakastilanteisiin. Keinoja ymmärtää ilmiötä teoreettisesta näkökulmasta saatiin käsittelemällä vuorovaikutusta ja haastattelutaitoja osana sosiaalityöntekijän ammatillisuutta sekä motivoivan haastattelun henkeä ja periaatteita.</p> <p>Työn tavoitteen täyttämiseksi kerättiin poikkitieteellinen ja kansainvälisiin lähteisiin painottuva kirjallisuusaineisto, joka koostui tieteellisistä tutkimuksista ja artikkeleista. Aineistolähtöisen analyysin avulla muodostettiin kolmijakoinen luokittelu: (1) asiakkaan ja (2) sosiaalityön näkökulmat sekä (3) yhteiskunnallinen näkökulma. Luokittelun avulla voitiin saavuttaa syvällistä ymmärrystä motivoivan haastattelun käyttömahdollisuuksista sosiaalityön yksilötyössä.</p> <p>Työn keskeisenä tuloksena esitetään, että motivoiva haastattelu on soveltuva työmenetelmä moniin erilaisiin yksilösosiaalityön asiakastilanteisiin. Menetelmän käytöstä on raportoitu enimmäkseen lupaavia tuloksia sekä asiakkaan ja sosiaalityön näkökulmista että yhteiskunnallisestakin näkökulmasta katsottuna. Motivoiva haastattelu tarjoaa mahdollisuuksia jo olemassa olevien ongelmien korjaamiseen, niiden pahenemisen estämiseen tai ennaltaehkäisyyn. Motivoivan haastattelun käyttöpotentiaali sosiaalityön kentällä on paljon laajempi kuin mitä tieteellisessä kirjallisuudessa on kerrottu Suomessa hyödynnettävän. Työn johtopäätöksenä esitetäänkin, että olisi perusteltua ja tarpeen tehdä lisää kotimaista tutkimusta motivoivan haastattelun soveltuvuudesta suomalaisen sosiaalityön asiakastilanteisiin ja erityispiirteisiin. Tämän lisäksi menetelmän laajempi käyttöönotto sosiaalityön asiakastyössä edellyttäisi niin organisaationaalista kuin yhteiskunnallistakin tahtotilaa, tukea ja resursointia.</p> <p>Tämä kandidaatintutkielma tuottaa lisäymmärrystä sekä uuden aineistolähtöisen jaottelun motivoivan haastattelun mahdollisuuksista erityisesti yksilösosiaalityön näkökulmasta. Näin työ täydentää eritoten suomalaisen sosiaalityön tutkimusta, jossa motivoivaa haastattelua on käsitelty niukalti.</p>	
Asiasanat: motivoiva haastattelu, motivaatio, sosiaalityö, asiakastyö, työmenetelmä, yksilösosiaalityö	
Säilytyspaikka Jyväskylän yliopisto	
Muuta tietoa	

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	1
2	VUOROVAIKUTUS SOSIAALITYÖN ASIAKASTYÖSSÄ .....	3
2.1	Vuorovaikutustaidot osana sosiaalityöntekijän ammatillisuutta .....	3
2.2	Haastattelutaidot sosiaalityössä.....	5
3	MOTIVOIVA HAASTATTELU SOSIAALITYÖN TYÖMENETELMÄNÄ.....	6
3.1	Motivoivan haastattelun historia ja arvoperusta.....	6
3.2	Haastattelutaidot motivoivassa haastattelussa.....	8
3.3	Motivaation herättely .....	9
3.4	Empatia - motivoivan haastattelun ydin .....	10
3.5	Minäpystyvyyden tukeminen .....	11
3.6	Asiakkaan ambivalenssin vahvistaminen .....	13
3.7	Vastustuksen kanssa työskentely .....	14
4	TUTKIMUSMENETELMÄT .....	16
5	MOTIVOIVAN HAASTATTELUN SOVELTUVUUDESTA YKSILÖSOSIAALITYÖHÖN .....	19
5.1	Asiakkaan näkökulma .....	19
5.2	Sosiaalityön näkökulma .....	21
5.3	Yhteiskunnallinen näkökulma .....	26
6	POHDINTA.....	29
	LÄHTEET .....	33
	LIITTEET	

# 1 JOHDANTO

Sosiaalityössä keskeistä on pyrkimys hyvinvoinnin parantamiseen, elämän kriisitilanteissa auttamiseen ja tukemiseen. Se on muutostyötä, jonka tavoite on lieventää elämässä kohdattavia vaikeita tilanteita yhteistyössä yksilöiden, perheiden ja yhteisöjen kanssa, vahvistaa heidän osallisuuttaan ja toimijuusmahdollisuuksiaan sekä sosiaalista eheyttä (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014 3 luku 15 §). Sosiaalihuoltolaki painottaa ennaltaehkäisevää näkökulmaa sekä asiakkaan omien voimavarojen ja suoriutumisen tukemista (THL 2017, 28). Motivoiva haastattelu asiakkaan omaa motivaatiota herättelevänä ja voimaannuttavana työmenetelmänä sopii nähdäkseni erittäin hyvin yhteiskunnallisesti julkilausuttuihin sosiaalityön tavoitteisiin, painotuksiin ja arvoihin.

Tutkielmani aihe kumpuaa kiinnostuksestani yksilön sisäisen motivaation valjastamiseen hänen hyvinvointinsa parantamiseksi ja siitä, miten tätä voisi sosiaalityön kentällä hyödyntää. Motivoiva haastattelu tukee asiakkaan itsemääräämisoikeutta, tunnustaa hänen asiantuntijuutensa omassa tilanteessaan ja kiinnittää työskentelyn asiakkaan omiin arvoihin, ajatuksiin ja tavoitteisiin. Se on tavoitteellinen työmenetelmä, joka perustuu asiakaslähtöisyyteen ja empatiaan tavoitellen muutosta asiakkaan tilanteessa (Miller & Rollnick 2002, 25; Miller 2006, 138; Hohman 2012, 18). Motivoiva haastattelu on ennen kaikkea tapa olla ja vuorovaikuttaa asiakkaan kanssa. Asiakkaan vastustuksen sietäminen, muutospuheen esille houkuttelu ja ambivalenssin vahvistaminen ovat olennaisia palasia motivoivassa haastattelussa. Keskeistä on myös ajatus siitä, että ihmisessä on olemassa jo valmiiksi sisäinen muutosvoima, jota pitää vain herätellä ja vahvistaa. (Miller & Rollnick 2002, 24–25, 41.)

Motivoivaa haastattelua käytetään sellaisten asiakkaiden kanssa, joiden käyttäytymistä, asennetta tai elämäntapaa pyritään muuttamaan (Wahab 2005, 45;

Hohman 2012, 18; Payne 2020, 137). Tässä kandidaatintutkielmassa rajaudun tarkastelemaan motivoivaa haastattelua työmenetelmänä vain sosiaalityön yksilötyössä, vaikka sitä on käytetty sosiaalityössä myös ryhmien ja yhteisöjen kanssa (ks. esim. Hohman 2012, 92, 114). Suomessa motivoivaa haastattelua on käytetty erityisesti päihdetyössä, mielenterveystyössä, terveyden- ja sairaanhoidossa sekä rikosseuraamuslaitoksen yksiköissä (Koski-Jännes ym. 2008a; Rakkolainen 2012, 4). Merkillepantavaa on, että tieteellisissä julkaisusarjoissa julkaistua tutkimusta motivoivasta haastattelusta työmenetelmänä suomalaisen sosiaalityön kontekstissa ei kuitenkaan löydy.

Tarkoitukseni on selvittää kirjallisuuskatsauksen avulla, **miten motivoiva haastattelu soveltuu työmenetelmäksi erilaisiin yksilösosiaalityön asiakastilanteisiin**. Tähän vastatakseni perehdyn motivoivaan haastatteluun sosiaalityössä sekä siitä tehtyyn tutkimukseen. Työni teoreettisena taustana syvennyn vuorovaikutustaitoihin osana sosiaalityöntekijän ammatillisuutta sekä motivoivaan haastatteluun, sen taustaan, henkeen ja periaatteisiin ja kerron, miksi motivoiva haastattelu soveltuu myös sosiaalityön kentälle. Menetelmäosiossa avaan tutkimusprosessini etenemistä. Analyysiosiossani esittelen tutkimustuloksiani teemoitellen tunnistamiani näkökohtia motivoivan haastattelun soveltuvuudesta yksilösosiaalityöhön. Tutkielmani päättyy pohdintaosioon.

Aineistoni koostuu motivoivasta haastattelusta kirjoitetuista keskeisistä kansainvälisistä teoksista sekä kotimaisista ja kansainvälisistä tieteellisistä tutkimuksista ja artikkeleista. Kansainvälisestikään motivoivaa haastattelua nimenomaisesti sosiaalityön kontekstissa ei ole tutkittu läheskään niin paljon kuin menetelmän käyttöä muilla aloilla (Van Wormer 2007, 22; Boyle, Vseteckova & Higgins 2019, 863). Kotimaista lähdeaineistoa on saatavilla vielä vähemmän (Rakkolainen 2012, 4), joten tutkimukseni lähteinä painottuvat vahvasti kansainväliset aineistot. Kansainvälisen aineiston ja monitieteisemmän kotimaisen aineiston kautta ajattelen voivani päästä lähemmäksi niitä mahdollisuuksia, joita motivoivalla haastattelulla työmenetelmänä sosiaalityössä voisi olla.

## **2 VUOROVAIKUTUS SOSIAALITYÖN ASIAKAS- TYÖSSÄ**

### **2.1 Vuorovaikutustaidot osana sosiaalityöntekijän ammatillisuutta**

Sosiaalityön ammatillisuus pohjautuu tietojen, taitojen ja arvojen kombinaatiolle. Vuorovaikutustaidoilla on tärkeä rooli kaikessa sosiaalityössä, sillä niiden avulla sosiaalityöntekijä arvioi tilanteita, haastattelee asiakkaita, pyrkii ratkaisemaan ongelmia ja tekemään päätöksiä, tekee yhteistyötä niin asiakkaan kanssa kuin moniammatillisestikin sekä arvioi myös toimien vaikuttavuutta. (Trevithick 2012, 5, 8.) Malcolm Payne (2020, 29) kuvaa vuorovaikutuksen olevan tärkeä väline sosiaalityössä; se ei pelkisty ainoastaan tietojen keräämisen tavaksi. Vuorovaikutustaidot mahdollistavat mahdollisimman oikean ymmärryksen saavuttamisen asiakkaan tilanteesta ja luottamuksellisen, yhteistyöhön perustuvan asiakassuhteen luomisen, luoden pohjan muutoksen mahdollisuudelle. Sitoutuminen asiakassuhteeseen, aito halu ja pyrkimys ymmärtää asiakasta, empaattisuus sekä asiakkaalle sopivaan tahtiin työskentely ovatkin tapoja edistää hyvän asiakas-työntekijä-suhteen syntymistä. (Miller & Rollnick 2002, 46; Trevithick 2012, 13–14.) Kuitenkin sosiaalityöntekijän tehtävään kuuluvat myös vaikeiden asioiden esille nostaminen sekä asiakkaan haastaminen oman tilanteensa ratkaisemiseksi. Sosiaalityöntekijä näyttäytyy kanssakulkijana, joka auttaa, kannustaa

ja antaa palautetta, mutta myös haastaa asiakasta kuitenkin tukien hänen minäpystyvyyden tunnettaan ja toimijuuttaan.

Suomessa sosiaalityön laaja asiakaskunta on jaettu enimmäkseen ikä- tai ongelmaperusteisesti. Erilaiset asiakkaat edellyttävätkin sosiaalityöntekijältä vuorovaikutustaitoja, jotka pystytään sopeuttamaan kunkin asiakasryhmän erityispiirteisiin (esim. lasten kanssa tehtävään sosiaalityöhön vs. aikuisten parissa tehtävään sosiaalityöhön). Tämän lisäksi vuorovaikutus on sopeutettava aina myös asiakkaan yksilölliseen tilanteeseen (Trevithick 2012, 8; Koprowska 2020; Payne 2020, 15).

Suurin osa sosiaalityöntekijän vuorovaikutuksesta ilmenee verbaalina ja nonverbaalina vuorovaikutuksena. Nonverbaaliin viestintään kuuluvat mm. äänensävy, kehonkieli, katseen suuntaaminen ja olemus. Vuorovaikutukseen kuuluu myös kirjallinen ilmaisu ja toiminta. (Trevithick 2012, 8, 154, 163–168; Koprowska 2020, 11; Payne 2020, 29.) Paynen (2020, 32) mukaan tärkeää on, että eri vuorovaikutuksen tavat ovat johdonmukaisesti linjassa keskenään. On siis hyvin olennaista, että sosiaalityöntekijän kehonkieli sekä niin puhuttu kuin kirjoitettu ilmaisu viestivät asiakkaalle samaa johdonmukaista viestiä.

Vuorovaikutusta on myös hiljaisuus ja kuunteleminen. Sosiaalityössä keskeistä on aktiivinen, ennakko-oletuksista vapaa, aito kuunteleminen. Aktiivista kuuntelemista on puhutun reflektointi takaisin asiakkaalle esimerkiksi toistamalla, uudelleen sanoittamalla tai yhteen summaamalla puhuttua sekä tarkentavien kysymysten esittäminen. Samalla sosiaalityöntekijä tiedostaa verbaalin viestinnän ohella asiakkaan nonverbaalit viestit sekä tavan, jolla hän ilmaisee itseään. (Trevithick 2012, 171; Payne 2020, 33.) Tutkimuksen perusteella vuorovaikutus näyttäytyy siis äärimmäisen tärkeänä, koko sosiaalityöntekijän tehtäväkentän läpäisevänä toimintatapana, jolla voi olla hyvinkin paljon merkitystä niin asiakas-työntekijä-suhteen rakentumisen kuin asiakkaan tilanteenkin kannalta.

## 2.2 Haastattelutaidot sosiaalityössä

Vuorovaikutusosaaminen tulee hyvin näkyväksi sosiaalityöntekijän haastattelutilanteissa, kun toimitaan asiakas-työntekijä-suhteessa. Vuorovaikutustaitojen avulla sosiaalityöntekijä pyrkii saavuttamaan ymmärrystä asiakkaan tilanteesta ja rakentaa yhteistyössä asiakkaan kanssa myös mahdollisia ratkaisukeinoja tilanteen korjaamiseksi.

Haastattelu voidaan määritellä keskusteluksi, jolla on tavoite. Haastattelutilanteessa sosiaalityöntekijän on tärkeää viestiä asiakkaalle välittämisen, huolenpitoa ja sitoutumisen. (Trevithick 2012, 185, 187.) Keskeistä on oikeanlaisten, yksilölliseen tilanteeseen sopivien kysymysten esittäminen, refleктоiva kuuntelu sekä asioiden yhteenveto ja summaaminen. Oikeanlaisilla ja hyvin muotoilluilla kysymyksillä on mahdollista saavuttaa hyvä tietopohja, jolle tilannearviot ja päätökset voidaan perustaa. (Hohman 2012, 20; Trevithick 2012, 198–209; Koprowska 2020, 82–86.) Tilanteen luottamuksellisuuden sanoittaminen auttaa asiakasta tuntemaan olonsa turvaliseksi ja siten mahdollistaa avoimuuden aroista ja vaikeistakin asioista (Payne 2020, 15). Aito kiinnostus, kuuntelemisen taito ja asiakkaan rohkaiseminen ovat siis onnistuneen haastattelutilanteen avaintekijöitä. Huolellisin ja harkituin sanavalinnoin, oikealla äänensävyllä ja oikea-aikaisesti esitetyt kysymykset auttavat välttämään sitä, että asiakas tuntee tulleen kuulustelluksi tai syytetyksi (Trevithick 2012, 203, 205).

Yhteisen ymmärryksen saavuttamiseksi sosiaalityöntekijän on tärkeää viestiä asiakkaalle saavuttamansa ymmärrys tilanteesta esimerkiksi muotoilemalla asiat toisilla sanoilla tai tekemällä yhteenvetoja. Tällöin asiakkaalle tarjotaan myös mahdollisuus oikeista väärinymmärryksistä. (Trevithick 2012, 206–208.) Sosiaalityöntekijän tehtävänä haastattelutilanteessa on tarttua käsillä olevaan ongelmaan rohkeasti ja ohjata tilannetta kuitenkin varmistaen, että luottamuksellinen asiakassuhde säilyy. Sosiaalityössä toteutettavassa haastattelussa olennaisimpana näyttäytyy yhteisymmärryksen saavuttaminen luottamuksellisessa suhteessa. Asiakkaan tunniessa itsensä kuulluksi ja ymmärretyksi, on haastattelu onnistunut (ks. myös mt., 187). Seuraavaksi käsitellään motivoivaa haastattelua työmenetelmänä ja sen soveltuvuutta sosiaalityöhön.



### **3 MOTIVOIVA HAASTATELUN SOSIAALITYÖN TYÖMENETELMÄNÄ**

#### **3.1 Motivoivan haastattelun historia ja arvoperusta**

Niin sosiaalityön kuin motivoivan haastattelunkin keskiössä on halu voimaannuttaa asiakkaita sekä vahvistaa heidän kykyjään ja vahvuuksiaan tavoitteena muutos parempaan asiakkaan elämänlaadussa (Hohman 2012, 9; Rothery & Tutty 2016, 131). Motivoivan haastattelun työmenetelmän loi 1980-luvulla psykologi William Miller kollegansa Stephen Rollnickin kanssa kliinisen psykologian kentälle. Menetelmä sai alkunsa käytännön työstä ja vuorovaikutuksesta alkoholistien kanssa. Kytöks Carl Rogersin (1951/2003) asiakaslähtöisyyden teoriaan muodostettiin, kun menetelmä oli jo luotu. Asiakaslähtöisyyden teoria (Rogers 1951/2003) perustuu humanistiseen lähestymistapaan, joka tunnustaa asiakkaan asiantuntijuuden omassa elämässään ja uskoo ihmisen sisäiseen haluun voida hyvin. (Hohman 2012, 15–18, 22–23; Trevithick 2012, 333, 337; Rothery & Tutty 2016, 298; Miller & Moyers 2017, 757; Payne 2020, 63.) Tällöin aito, hyväksyvä ja empaattinen asiakas-työntekijä-suhde nähdään perustana asiakkaan kasvulle ja kehitykselle, kuten sosiaalityössä (Wahab 2005, 51; Rothery & Tutty 2016, 296). Asiakaslähtöisyyteen sisältyy myös ajatus ihmisestä vastuullisena ja oikeisiin valintoihin kykenevänä yksilönä. Motivoiva haastattelu eroaa

asiakaslähtöisestä teoriasta siten, että siinä on aina muutostavoite (ks. myös Markland, Ryan, Tobin & Rollnick 2005, 813; Trevithick 2012, 333).

Motivoiva haastattelu sopii päihdetyön lisäksi käytettäväksi monessa muunlaisessakin asiakastilanteessa, jossa tavoitellaan muutosta käyttäytymisessä, asenteissa tai elämäntavassa, kuten esimerkiksi mielenterveys- tai väkivaltaongelmaisten kanssa työskentelyssä (Van Wormer 2007, 23; Watson 2011, 472; Hohman 2012, 9; Payne 2020, 137). Menetelmä onkin sittemmin levinnyt monelle muulle alalle, kuten esimerkiksi hoitotyöhön ja sosiaalityöhön (Miller & Moyers 2017, 757). Sosiaalityön menetelmäksi motivoiva haastattelu istuu hyvin, sillä se jakaa samaa arvomaailmaa sosiaalityön kanssa, on tutkitusti todettu sopivaksi useisiin sosiaalityön asiakastilanteisiin sekä sopii hyvin eri kulttuurien edustajille ja yhdisteltäväksi muiden sosiaalityön työmenetelmien kanssa (Wahab 2005, 51–52; Hohman 2012, 6–9). Motivoiva haastattelu tarjoaa myös keinoja sosiaalityössäkin usein kohdattavan vastustuksen muuttamiseksi muutoshalukkuudeksi ja -valmiudeksi. Menetelmä keskittyy asiakkaan oman muutoshalun, -kyvyn ja -valmiuden herättelemiseen, hänen tukemiseensa muutoksen matkalla ja tarvittavien resurssien lisäämiseen (Miller & Rollnick 2002, 26; Hohman 2012, 9).

Motivoivan haastattelun työmenetelmän luojat William Miller ja Stephen Rollnick (2002, 26) eivät näe motivoivaa haastattelua ihmelääkkeenä ihmisten ongelmiin, vaan yhtenä mahdollisena työmenetelmänä, jota voidaan käyttää muiden menetelmien ohella. Erityisen käyttökelpoiseksi menetelmäksi he näkevät motivoivan haastattelun muita palveluja edeltävänä menetelmänä, sillä sen on todettu lisäävän motivaatiota ja sitoutumista muutokseen. Menetelmän voi nähdä myös koko palveluketjun läpäisevänä vuorovaikutustapana. (Mt., 27–28.)

Motivoivan haastattelun ”henki” voidaan kiteyttää kolmeen sanaan: yhteistyö, esiin houkutteleminen ja autonomisuuden tukeminen. Sosiaalityöntekijä nähdään yhteistyössä toimivana kanssakulkijana ja oppaana asiakkaan muutoksen matkalla. Hänen tehtävänsä on houkutellessaan esiin asiakkaan ajatuksia, motivaatiota, kykyjä ja muutospyrkimyksiä. (Miller ja Rollnick 2002, 34; Hohman 2012, 4; Payne 2020, 140.)

Motivoivan haastattelun keskeisiä periaatteita ovat empatian osoittaminen, vastustuksen sietäminen, ambivalenssin esiin houkuttelu ja itsemääräämisoikeuden tukeminen. Autonomisuuden tukemisessa olennaista on ajatus siitä, että ihmiset ovat vapaita valitsemaan oman tiensä. (Miller & Rollnick 2002, 34, 36.) Asiakkaan itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen vähentää hänen vastarintaansa ja rohkaisee sitoutumaan yhteiseen ongelmanratkaisuun (Hohman 2012, 5). Seuraavaksi perehdyn motivoivan haastattelun kannalta olennaisimpiin haastattelutaitoihin, joiden avulla voidaan karotoittaa asiakkaan tilannetta ja motivoida asiakasta.

### **3.2 Haastattelutaidot motivoivassa haastattelussa**

Tutkimuksen mukaan motivoiva haastattelu toteutuu yksilötyössä asiakkaan ja työntekijän välisenä keskusteluna. Keskustelussa olennaisia haastattelun perustaitoja ovat kysymysten esittäminen, asiakkaan vahvuuksien vahvistaminen, refleктоiva kuuntelu ja puhutun summaaminen. Avoimet kysymykset antavat asiakkaalle tilaa valita, mistä puhutaan; asiakas voi vastata haluamallaan tavalla, mutta laajemmin kuin ”kyllä” tai ”ei”. Esimerkiksi ”Mitä sinulla on mielessä nyt, kun aloitamme tämän tapaamisen?” Vahvistamisella tarkoitetaan minäpystyvyyden vahvistamista sanoittamalla asiakkaan vahvuuksia, ominaisuuksia tai onnistumisia. Vahvistaminen auttaa keskittymään positiiviseen ja asiakkaan vahvuuksiin sekä tukee samalla luottamuksellista ja avointa ilmapiiriä. (Miller & Rollnick 2002, 65, 73; Koski-Jännes 2008b, 50–51; Hohman 2012, 20, 51; Payne 2020, 141.)

Refleктоiva kuuntelu on yksi tärkeimmistä ja samalla haastavimmista motivoivan haastattelun taidoista. Se on puhutun heijastamista asiakkaalle takaisin esimerkiksi toistamalla tai uudelleen muotoilemalla, mitä asiakas on sanonut. Näin asiakkaalle tarjoutuu mahdollisuus oikaista virhetulkinnat tai -päätelmät (ks. myös Koski-Jännes 2008b, 53; Trevithick 2012, 206). Miller ja Rollnick (2002, 69) kuvailevat refleктоivaa kuuntelua ymmärtämisen ilmaisuksi. Yhteenvetämällä puhuttua työntekijä pystyy osoittamaan asiakkaalle kuunnelleensa häntä, mutta myös osoittaa

yhteyksiä puhuttujen asioiden välillä. Yhteenvedo on hyödyllistä myös siirryttäessä asiasta toiseen tai tapaamisen päätteeksi. Motivoivan haastattelun erityispiirre on asiakkaan oman muutospuheen esiin houkuttelu. Muutospuheessa ilmenee halu, kyky tai tarve muutokselle. Muutospuhetta vahvistamalla ja refleктоimalla voidaan asiakkaassa herättää halu muutokseen ja päätös sen tekemisestä. (Miller & Rollnick 2002, 74–76; Koski-Jännes 2008b, 53; Hohman 2012, 21–22; Koprowska 2020, 87; Payne 2020, 141.) Seuraavaksi esittelen tarkemmin motivoivan haastattelun henkeä, periaatteita ja teorioita, joihin työmenetelmä perustuu, ja joiden omaksuminen näyttäytyy erityisen olennaisena menetelmän käytössä.

### 3.3 Motivaation herättely

Motivaatiota voidaan kuvailla ihmisen sisäiseksi tilaksi, joka saa aikaan, ohjaa ja ylläpitää toimintaa ja vaikuttaa siihen, mitä valintoja ihminen tekee esimerkiksi eri toiminta- tai käyttäytymisvaihtoehtojen välillä. Motivoitunut ihminen ryhtyy määrätietoisesti toimeen ja pystyy motivaationsa avulla ylläpitämään sitkeästi toimintaansa. (Lehtinen, Vauras & Lerkkanen 2016, 143.) William Millerin (2006, 136) mukaan jokainen ihminen on motivoitunut. Silloin kysymys onkin lopulta siitä, mihin yksilö on motivoitunut, mitä hän kokee tärkeäksi ja mikä hänen motivaatiotaan vahvistaa.

Motivoiva haastattelu nojaa käsitykseen motivaatiosta sisäisenä voimana, joka on edellytys muutokselle (Miller & Rollnick 2002, 10, 22, 26; Watson 2011, 476) ja, jota voidaan Edward Decin ja Richard Ryanin (2011) itsemääräämisteorian (*self-determination*) mukaisesti vahvistaa. Sisäinen motivaatio syntyy, kun yksilön ja motivaation kohteen välille muodostuu merkityksellinen suhde. Tällöin motivaatio lähtee ihmisestä itsestään, toiminta on itsessään palkitsevaa ja merkityksellistä eikä ulkoisia palkkioita tai rangaistuksia tarvita. Sisäisen motivaation syntyminen edellyttää avointa, turvallista ja voimaannuttavaa ilmapiiriä, sopivan haastavan tehtävän, riittävästi minäpystyvyyden tunnetta, herännyttä uteliaisuutta ja mielekkään asiayhteyden. (Mt., 12–13; Lonka 2014, 323–324.) Itsemääräämisteorian mukaisesti sisäinen

motivaatio lujittuu vahvistamalla ihmisen perusluonteisia psykologisia tarpeita eli pätevyyden tunnetta, sosiaalista kiinnittymistä ja autonomisuuden tunnetta. Myös tilanteissa, joissa yksilö on alun perin täysin motivoitumaton, on sisäinen motivaatio mahdollista saavuttaa silloin, kun ulkoisten tekijöiden vuoksi tehdystä toiminnasta tulee sisäistämisen tai integraation kautta hänelle itselleen merkityksellistä. (Markland ym. 2005, 815–818; Deci & Ryan 2011, 418–422; Hohman 2012, 24–25; Lehtinen ym. 2016, 149–151.) Tämä onkin sosiaalityössä erityisen tärkeää, sillä asiakkaille on usein tyypillistä, että sisäistä ja autonomista motivaatiota muutosta kohtaan ei ole heti, vaan sitä joudutaan herättelemään.

Motivoivassa haastattelussa tuetaan asiakkaan autonomiaa kysymällä ja kuuntelemalla hänen ajatuksiaan ja mielipiteitään, antamalla positiivista palautetta sekä painottamalla, että muutos lähtee asiakkaasta itsestään. Autonomisuuden tukemisen on nähty johtavan pysyvämpiin, pidempiaikaisempiin ja positiivisempiin muutoksiin yksilön elämässä (ks. esim. Markland ym. 2005, 817–818). Pätevyyden tunnetta voidaan tukea antamalla neuvoja ja tietoa vain silloin, kun asiakas niitä haluaa sekä auttamalla asiakasta asettamaan sopivia ja realistisia tavoitteita. Sosiaalisen kiinnittymisen tarve edellyttää merkityksellistä suhdetta asiakkaan ja sosiaalityöntekijän välillä. Sosiaalityöntekijän aitous ja empaattisuus sekä asiakkaan puheen reflektointi ja pyrkimys yhteistyöhön vahvistavat sosiaalista kiinnittymistä. Muutoksen mahdollisuus edellyttää sitä, että asiakas tuntee itsensä hyväksytyksi ja arvokkaaksi. Ulkoisten paineiden ja motivaattoreiden avulla ylläpidetyn muutoksen on todettu olevan lyhytkestoista. (Mt., 814, 822; Koski-Jännes 2008a, 9–10; Hohman 2012, 25.)

### **3.4 Empatia - motivoivan haastattelun ydin**

Miller ja Rollnick (2002, 37) kuvailevat empatiaa motivoivan haastattelun perustukseksi. Empatialla tarkoitetaan tuntemista ”toisen kanssa” (*feeling with*) ja tilanteen ymmärtämistä siten, miten asiakas sen ymmärtää. Empatia on yksi tärkeimmistä taidoista sosiaalityössä ja sen viestiminen vaatii hyviä vuorovaikutustaitoja.

Empaattinen sosiaalityöntekijä on aidosti läsnä asiakastilanteessa ja pystyy kuvittelemaan itsensä asiakkaan tilanteeseen voidakseen ymmärtää syvällisesti asiakkaan ajatuksia, tunteita, toimintaa ja motiiveja. Empaattisuuteen ei kuulu syyttely, kritisointi tai tuomitseminen, vaan aidon kiinnostuksen, luottamuksen, lämmön ja kunnioituksen välittäminen asiakkaalle. Empaattisuutta voidaan viestiä erityisesti reflektioivalla kuuntelemisella. (Miller & Rollnick 2002, 6, 37; Miller 2006, 137; Koski-Jännes 2008, 46; Hohman 2012, 65–69; Trevithick 2012, 194–195.)

Tunne kuulluksi tulemisesta on ihmiselle erittäin tärkeä ja voi toimia alkusäyksenä itsetutkiskelun kautta myös muutokselle (ks. myös Rothery & Tutty 2016, 303). Kuulluksi ja ymmärretyksi tulemisen tunne mahdollistaa merkityksellisen ja luottamuksellisen asiakassuhteen luomisen hankalankin asiakkaan kanssa. Asiakkaan hyväksyminen ihmisenä ja hänen kohtaamisensa empaattisesti ei silti tarkoita sitä, että hyväksymme hänen tekonsa. (Koski-Jännes 2008b, 46; Hohman 2012, 65, 70.) Millerin ja Rollnickin (2002, 6) mukaan avoin, turvallinen ja kannustava ilmapiiri on perusta muutosta mahdollistavalle yhteistyölle. Motivoiva haastattelu nojaa siis ajatukseen, että empaattisesti kohdeltu asiakas tuntee itsensä arvostetuksi ja ymmärretyksi, ja on siten avoimempi luottamukselliselle suhteelle sosiaalityöntekijän kanssa ja vaikeidenkin asioiden läpikäymiselle.

### **3.5 Minäpystyvyyden tukeminen**

Motivoivan haastattelun näkökulmasta olennaista muutoshalukkuuden lisäksi on asiakkaan usko siihen, että hän pystyy muutokseen. Albert Banduran (1995, 11) mukaan ihminen tarvitsee hyvää minäpystyvyyden tunnetta voidakseen hyvin ja onnistuakseen suorituksissaan. Minäpystyvyyden (*self-efficacy*) käsite tarkoittaa uskomusta omasta kyvystä selviytyä tietyissä asiassa tai tehtävässä (mt., 6; Miller & Rollnick 2002, 40; Lonka 2014, 91). Korkean minäpystyvyyden tunteen omaava yksilö uskoo pystyvänsä selviytymään hankalistakin tehtävistä tai tilanteista, kokee ne mahdollisuuksina pikemminkin kuin haasteina ja on sitkeä pyrkiessään saavuttamaan tavoitteensa.

Vastaavasti matalan minäpystyvyyden tunteen omaavat yksilöt pyrkivät välttelemään asioita, joissa uskovat epäonnistuvansa ja luovuttavat helposti kohdatessaan vaikeita tehtäviä. (Bandura 1995, 8, 11; Miller 2006, 143; Hohman 2012, 26.) Banduran (1995) mukaan minäpystyvyyden tunnetta voidaan kasvattaa onnistumisen kokemuksilla, muiden onnistumiskokemuksia havainnoimalla mallioppimisen kautta sekä rohkaistuksi tulemisella ja muutospaineeseen kohdistuvan stressin ja negatiivisuuden vähentämisellä. Erityisen vaikuttavia tekijöitä minäpystyvyyden käsityksen muodostumiselle ovat mieleenpainuvat ja voimakkaat kokemukset. Myönteiset onnistumisen kokemukset vahvistavat minäpystyvyyden tunnetta, kun taas toistuvat epäonnistumisen kokemukset heikentävät sitä. Minäpystyvyyden tunteeseen vaikuttavat myös kasvatus ja sosiaalisesti välittyneet uskomukset. (Mt.; Lehtinen ym. 2016, 159.)

Minäpystyvyyden tunteeseen vaikuttavat myös muiden onnistumiset tai epäonnistumiset vastaavanlaisissa tilanteissa. Muiden onnistumisten todistaminen nostaa uskoa omaan onnistumisen mahdollisuuksiin, kun taas muiden epäonnistumisten havainnointi voi vähentää minäpystyvyyden tunnetta. (Hohman 2012, 50.) Sosiaalityössä asiakkaille tulee eittämättä välillä vastaan vaikeita tilanteita ja epäonnistumisen kokemuksia. Motivoivassa haastattelussa epäonnistumisen kokemukseen suhtaudutaan oppimisen hetkinä: sinnikkyys käännetään hyveeksi ja epäonnistumisistakin etsitään pieniä onnistumisen hetkiä tai paikannetaan riskitekijöitä (mt., 52; Payne 2020, 63, 143). Näin pyritään minimoimaan minäpystyvyyden kokemusta nakertavia vaikutuksia. Asiakkaan autonomisuutta tukemalla ja hänen minäpystyvyyttään sanoittamalla voidaan vahvistaa asiakkaan minäpystyvyyden tunnetta. Toivon ylläpitäminen ja positiivinen ilmapiiri tukevat muutoshalukkuutta. (Miller & Rollnick 2002, 41; Hohman 2012, 50, 53; Payne 2020, 143.) Banduran (1995, 32) mukaan useat päihdeongelmiin suunnatut interventiot toimivat erityisesti siksi, että ne juurruttavat asiakkaisiin minäpystyvyyden tunnetta ja vahvistavat sitä. Siten asiakkaat pystyvät paremmin kontrolloimaan addiktiotaan, eivätkä lipsahda tai repsahda niin helposti (mt.).

Minäpystyvyyden tunne vaikuttaa myös siihen, millaisia tavoitteita itsellemme asetamme ja miten sitkeästi niitä tavoittelemme (Bandura 1995, 11; Lehtinen ym. 2016, 159–160). Onnistuminen pieniksi ja realistisiksi pilkotuissa tavoitteissa vahvistaa onnistumisen kokemusten kautta asiakkaan minäpystyvyyden tunnetta (Hohman 2012, 52). Minäpystyvyyden tunne yhdistettynä asetettuihin tavoitteisiin vaikuttaa edelleen aloitettavan toiminnan laatuun (Lehtinen ym. 2016, 160–161). Tarpeeksi pienillä ja realistisilla tavoitteilla on myös mahdollista vähentää asiakkaan muutos-paineista kokemaa stressiä ja negatiivisuuden tunteita.

### **3.6 Asiakkaan ambivalenssin vahvistaminen**

Ambivalenssilla tarkoitetaan puheessa samaan aikaan ilmentyviä positiivisia ja negatiivisia tunteita ja ajatuksia. Millerin (2006, 148) mukaan ambivalenssia voidaan kuvailla tilaksi, joka käynnistää muutoksen. Ambivalenssin vahvistaminen perustuu Leon Festingerin (1957) dissonanssiteoriaan, jonka mukaisesti teot, ajatukset, tavoitteet tai arvot, jotka eivät ole yhdenmukaisia yksilön ”ideaaliminän” kanssa, aiheuttavat yksilössä ristiriitaisia tunteita. Kun ristiriita nykyisen toiminnan ja ”ideaalitoiminnan” välillä on riittävän suuri, herää halu ja valmius muutokselle. (Mt.) Tästä sisäisestä ristiriidasta kumpuavan ambivalenssin vahvistaminen on keskeinen tekijä motivoivassa haastattelussa. Ambivalenssi nähdään normaaliin ihmisyyteen kuuluvana tilana eikä asiakkaan defenssinä. Asiakkaiden ambivalenssin takana on useimmiten epävarmuus siitä, haluavatko he ylipäätään muutosta ja pystyvätkö he siihen. (Miller & Rollnick 2002, 23, 37, 39, 83; Hohman 2012, 27.)

Motivoivassa haastattelussa pyritään vahvistamaan asiakkaan ambivalenssia houkuttelemalla esiin muutospuhetta ja refleктоimalla sitä. Tarkoituksena on vahvistaa muutospuhetta ja vähentää ylläpitopuhetta. Muutospuhe kielii halusta, kyvystä, tarpeesta tai syistä muutokselle ja tulee esiin mm. ilmaisuina ”pystyn”, ”voin”, ”olen tehnyt aiemmin” tai ”tiedän pystyväni”. Skaalakysymykset, kuten esimerkiksi ”kuinka paljon asteikolla 0–10 uskot pystyväsi lopettamaan päihteidenkäytön?”,



auttavat muutospuheen esiin houkuttelemisessa erityisesti silloin, kun muutospuhetta ei asiakkaalta oma-aloitteisesti nouse. Olennaista on saada kysymysten avulla käsitys asiakkaan näkemyksistä ja itseluottamuksesta, jotka kumpikin ovat sisäisen motivaation olennaisia osia. Lisäkysymyksillä, refleктоivalla kuuntelulla tai summaamalla puhuttua voidaan kannustaa asiakasta kertomaan asiasta lisää ja näin houkuttella lisää muutospuhetta esiin. (Miller & Rollnick 2002, 35, 53, 88–91; Markland ym. 2005, 815; Miller 2006, 135, 138; Hohman 2012, 53–54, 84–86; Payne 2020, 142.)

Reflektion avulla voidaan sanoittaa asiakkaan omaa muutospuhetta, jolloin asiakas itsekin voi huomata ristiriitaiset ajatuksensa tai muotoilla asiakkaan puhetta uudelleen siten, että se tukee muutoksen mahdollisuutta. Muutospuheen houkuttelemisen esiin auttaa muutoshalukkuuden heräämistä erityisesti niissä asiakkaissa, jotka vähättelevät ongelmaansa. Sitoutumispuhe, joka usein ilmenee sanoin ”aion”, ”lupaan”, ”yritän” tai ”aion yrittää”, kertoo päätöksenteosta ja on siten viimeinen avautuva portti kohti muutosta. Kun muutospäätös on saavutettu, asiakas ei välttämättä tarvitse paljota lisätukea. (Miller & Rollnick 2002, 19, 103; Markland ym. 2005, 824; Miller 2006, 149; Hohman 2012, 21, 51, 84, 150.) Sosiaalityöntekijän tehtävä on vahvistaa asiakkaan ambivalenssia, auttaa ratkaisemaan sitä sekä vahvistaa hänen motivaatiotaan kohti muutoshalukkuutta ja -kyvykkyyttä.

### **3.7 Vastustuksen kanssa työskentely**

Motivoivan haastattelun on todettu olevan erityisen tehokas vastahakoisten asiakkaiden kanssa (Koski-Jännes 2008b, 59). Asiakaslähtöisen teorian (Rogers 1951/2003) mukaan ihmiset haluavat sisimmässään terveyttä ja hyvinvointia itselleen. Tähän teoriaan nojaten voidaan ajatella, että jopa niiden sosiaalityön asiakkaiden, jotka vastustavat muutosta, sisimmässä piilee kuitenkin halu hyvinvointiin ja parempaan elämään. Motivoivassa haastattelussa sosiaalityöntekijän on siedettävä asiakkaan vastustusta, hänen ambivalenssiaan ja siitä johtuvia hankaluuksia (Payne 2020, 143). Vastustus nähdään inhimillisenä reaktiona epävarmuuteen ja sen tuomiin haasteisiin. Se

voi näkyä esimerkiksi puheessa ilmenevänä haluna ylläpitää ongelmaa, sen vähättyä, työntekijän keskeyttämisenä, aiheen vaihtamisena tai jopa täytenä hiljaisuutena. Vastustusta aiheuttaa erityisesti tunne autonomisuuden tai omanarvontunnon uhkaamisesta. (Miller & Rollnick 2002, 106; Watson 2011, 477; Hohman 2012, 27, 99–100.) Miller ja Rollnick (2002, 51, 98–99) näkevät vastustuksen erityisesti asiakkaan reagoitina epäonnistuneeseen kommunikaatioon asiakkaan ja työntekijän välillä, jolloin vuorovaikutusta muuttamalla voidaan vaikuttaa myös asiakkaan vastustuksen määrään.

Vastustusta voidaan vähentää yhteistyön korostamisella, empaattisuudella sekä ennakkoluulottomalla ja kunnioittavalla suhtautumisella asiakasta kohtaan. Asiakkaan itsemääräämisoikeuden korostaminen vähentää asiakkaan tunnetta autonomisuuden menettämisestä. (Miller & Rollnick 2002, 106; Hohman 2012, 32.) Korostamalla kuuntelemista ja reflektointia puhumisen sijaan, voidaan antaa asiakkaalle enemmän tilaa tuoda esiin omia ajatuksiaan sekä vahvistaa hänen kuulluksi tulemisen tunnettaan. Vahvistamispuhe puolestaan auttaa keskittymään asiakkaan vahvuuksiin ja positiivisuuteen, ja vähentää siten osaltaan vastustusta. Tutkimusten mukaan negatiivisten asioiden käsitteleminen on asiakkaalle helpompaa, eikä aiheuta niin paljon vastustusta, jos sitä ennen on nostettu esiin asiakkaan vahvoja puolia. (Hohman 2012, 51.) Siten asiakkaalle välittyy myös tunne siitä, että työntekijä ei määrittele häntä ongelmansa kautta.

Yhteenvedona voidaan todeta, että sosiaalityön laaja-alaisella kentällä saateen kohdata paljonkin asiakkaita, jotka ovat vastahakoisia muutokselle. Motivoivan haastattelun henkeen kuuluu kuitenkin ajatus jokaisen ihmisen sisäisestä halusta hyvinvointiin. Kun sosiaalityöntekijä panostaa luottamukselliseen ja avoimeen asiakastyöntekijä-suhteeseen, nostaa esille asiakkaan vahvuuksia ja kunnioittaa hänen itsemääräämisoikeuttaan, hän voi edesauttaa asiakkaan muutoshalukkuuden ja -valmiuden heräämistä. Asiakkaan oma, autonominen muutoshalu ja valmius muutoksen tekemiselle ovat edellytyksiä sille, että pysyvä muutos asiakkaan elämässä voi tapahtua.

## 4 TUTKIMUSMENETELMÄT

Tämä kandidaatintutkielmani on toteutettu poikkitieteellisenä kirjallisuuskatsauksena eli tutkimuksena jo tehdystä tutkimuksesta tieteenalojen rajoja ylittäen (vrt. Salminen 2011, 3–4). Kirjallisuuskatsaukseni kuvaa, miten motivoivan haastattelun soveltuvuutta eri asiakastilanteisiin on aiemmin tutkittu ja mistä näkökulmista (ks. myös Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 121). Tämän tutkielman avulla pyrin vastaamaan tutkimuskysymykseeni: **miten motivoiva haastattelu soveltuu työmenetelmäksi erilaisiin yksilösosiaalityön asiakastilanteisiin**. Kandidaatintutkielmani avulla pyrin tuottamaan sellaista tutkimustietoa, jota ei tällä hetkellä ole sosiaalityön kentältä saatavilla suomalaisissa tieteellisissä julkaisusarjoissa (vrt. tiedon vaje, Alvesson & Sandberg 2013).

Tutkimusprosessini ajatustyö alkoi jo lähes vuosi sitten sosiaalityön Asiakastyön taitojen opintojaksolla. Tällöin kiinnostuin motivoivasta haastattelusta ja sen käyttöpotentiaalista sosiaalityön asiakastyössä. Tarve rajata työtä koskemaan yksilösosiaalityötä ilmeni tutustuessani aiheesta kirjoitettuun kirjallisuuteen, sillä motivoivaa haastattelua on käytetty sosiaalityössä myös ryhmien ja yhteisöjen kanssa työskennellessä (ks. esim. Hohman 2012, 92, 114). Rajauksen avulla pystyin keskittymään työssäni myös siihen, millainen vaikutus sosiaalityöntekijän ammatillisuudella ja vuorovaikutustaidoilla menetelmän käytössä saattaisi olla. Valitusta rajauksesta juontuivat myös käsitteet, jotka minun oli teoriaosuudessa tarpeen avata.

Tulosaineistoni löysin käyttämällä sähköisiä tieteellisten artikkelien ja tutkimusten hakukanavia (JYKDOK, Tampereen yliopiston JYKDOKia vastaava tiedonhakupalvelu Andor, Scopus ja Google Scholar). Hakusanoina ja -lausekkeina käytin *"motivoiva haastattelu"*, *"motivoiva keskustelu"*, *"motivational interview\*"*, *"motivoiva haastattelu" sosiaalityö*, *"motivoiva haastattelu" and "sosiaalityö"* sekä *"social work"* yhdistettynä hakusanaan *"motivational interview\*"*. Tiedonhakuprosessini tarkempi kuvaus löytyy tiedonhakupäiväkirjastani (Liite 1). Samalla löytyi myös lähteitä, jotka sopivat teoriataustoitukseen. Teoriaosuuden aineistoa löysin lisäksi jo aiemmin tuntemieni teosten (mm. Miller & Rollnick 2002; Trevithick 2012; Payne 2020) lähdeluetteloihin tutustumalla.

Potentiaaliset tieteelliset artikkelit ja muut tutkimukset valitsin tutustumalla otsikkoon ja tiivistelmään, julkaisusarjaan sekä siihen, miltä tieteenalalta julkaisu on. Kotimaista tutkimusaineistoa motivoivan haastattelun käytöstä nimenomaisesti sosiaalityön työmenetelmänä ei tätä hakumetodia käyttämällä löytynyt lainkaan, joten koin perustelluksi sisällyttää tulosaineistooni kotimaisia tieteellisiä julkaisuja lähitieteistä (yhteiskuntapolitiikka, sosiaalipolitiikka, sosiaalilääketiede, kriminologia, sosiaalipsykologia ja psykologia) saavuttaakseni riittävän syvällistä ymmärrystä motivoivan haastattelun käyttöpotentiaalista sosiaalityön yksilötyössä. Valitsin kokonaisuudessaan aineistooni tieteellisiä artikkeleita ainoastaan Julkaisufoorumin luokituksen 1–3 saaneista julkaisusarjoista. Myös teoriaosassa käyttämieni kirjallisten lähteiden kustantajat ovat pääosin JUFO-luokiteltuja.

Tulosaineistoni sisältää seitsemän kotimaista tieteellistä artikkelia sekä yhden väitöskirjan. Kansainvälisiä tutkimuksia tulosaineistooni löytyi riittävästi nimenomaan sosiaalityön tieteellisistä julkaisusarjoista. Tulosaineistoni sisältää 14 kansainvälisissä sosiaalityön julkaisusarjoissa julkaistua tieteellistä artikkelia. Olen esitellyt tulosaineistoni tarkemmin taulukkomuodossa liitteessä 2.

Aineistolähtöisen teemoittelun avulla nostin julkaisuista esiin keskeisiä näkökohtia, joiden perusteella oli mahdollista tunnistaa erityisen oleellista tietoa motivoivan haastattelun sovellettavuudesta sosiaalityön yksilötyön työmenetelmäksi

(ks. myös Hart 2018, 34). Haasteita aineiston luokittelulle asetti tutkimusten heterogeenisuus. Aineisto olisi tarjonnut mahdollisuuksia monenlaisiin häilyvärajaisiin luokitteluihin (esim. ongelmaperusteiseen tai ikäperusteiseen luokitteluun), mutta lopulta päädyin käyttämään kolmijakoista luokittelua: (1) *asiakkaan näkökulma*, (2) *sosiaalityön näkökulma* ja (3) *yhteiskunnallinen näkökulma*. Tämä kolmijakoinen luokitteluni tarjosi mahdollisuuden tarkastella motivoivan haastattelun työmenetelmää eri tasoilla. Huomattavaa on, että vaikka organisaation tai asiakkaan tasolla menetelmän potentiaali tunnistettaisiinkin, tarvittaisiin sen lunastamiseen lopulta kuitenkin yhteiskunnan tukea ja resursseja. Tästä johtuen on tarpeen nostaa tutkimuksista esiin myös motivoivan haastattelun käytöstä yhteiskunnalle havaittuja vaikutuksia. Näin voitaisiin sosiaalihuoltolain painotusten mukaisesti (THL 2017, 28) kenties löytää keinoja ennaltaehkäistä ongelmia niiden korjaamisen sijaan.

Kirjallisuuskatsausta tehtäessä on nojaututtava eettisestä näkökulmasta siihen, että käytetyt tutkimusaineistot ovat noudattaneet tieteen eettisiä periaatteita. Kuitenkin, edellä kuvailemallani Julkaisufoorumin käytöllä (tasot 1–3) pystyin rajaamaan käyttämäni tieteelliset tutkimukset tiedeyhteisön hyväksymien laatuksien avulla. Omassa tutkimuksessani pyrin kautta linjan pysymään mahdollisimman avoimena löytämälläni tiedolle tekemättä liian aikaisia johtopäätöksiä. Kävin valitsemani (22 artikkelin) tulosaineiston läpi kokonaisuudessaan kirjaten kattavat muistiinpanot kustakin artikkelista ennen kuin valitsin mielestäni tarkoituksenmukaisimman tavan luokitella aineistoja. Olen myös kirjannut tutkimusprosessiani ylös työn edetessä (ks. liite 1) ja näin pyrkinyt lisäämään työni läpinäkyvyyttä ja luotettavuutta. Aineistostani suurin osa on kansainvälisiä, englannin kielellä kirjoitettuja tieteellisiä tutkimuksia. Näin ollen on olemassa aina se riski, etten suomenkielisenä lukijana tavoita täysin puhdasta ymmärrystä jokaisesta artikkelin kohdasta. Tätä minimoidakseni, olen pyrkinyt suomentamaan ja lukemaan jokaisen artikkelin hyvin tarkkaan hyödyntäen epävarmoissa kohdissa sanakirjaa.

## 5 MOTIVOIVAN HAASTATELUN SOVELTUVUudesta YKSILÖSOSIAALITYÖHÖN

### 5.1 Asiakkaan näkökulma

Sosiaalityössä keskeinen asiakaslähtöisyys tekee motivoivan haastattelun asiakasnäkökulman tutkimisesta tärkeää. Erityisesti olisi tarpeen kartuttaa ymmärrystä siitä, miten asiakkaat kokevat motivoivassa haastattelussa osallisena olemisen ja millaisia vaikutuksia he kokevat interventiosta. Hakumenetelmälläni saadun aineiston perusteella suoranaisesti sosiaalityön asiakkaiden näkökulmaan keskittyviä tutkimuksia ei kuitenkaan kansainvälisestikään ole. Sally Boylen, Jitka Vseteckovan ja Martyn Higginsin (2019) kirjallisuuskatsaus on ensimmäinen ja toistaiseksi ainoa julkaisu, jossa on nostettu esiin motivoivan haastattelun vaikutuksia myös sosiaalityön asiakkaisiin.

Työmenetelmästä tehdyissä laajempifokuksisissa tutkimuksissa löytyy kuitenkin viitteitä asiakkaan näkökulmasta. Kirjallisuuskatsaukseni tutkimuksissa käsiteltiin asiakkaita, joilla oli mm. *päihdeongelmia* (mm. Saarnio & Knuutila 2007; Rakkolainen, Koski-Jännes, Tolonen & Tuomisto 2015; Rakkolainen 2017), *ongelmapelaamista* (Halme & Tammi 2008), *asunnottomuutta ja mielenterveysongelmia* (Sun 2012) tai kokemuksia *parisuhdeväkivallasta* (Kail 2010; Trabold, Swogger, McMahon, Cerulli & Poleshuck 2020). Motivoivan haastattelun käyttöä käsiteltiin

tutkimuksissa myös *vankien* keskuudessa (mm. Harper & Hardy 2000; Tyni & Blomster 2012; Tyni & Aaltonen 2021), *työttömien* työllistymisen edistämässä (Kokko 2018) sekä työskentelyssä *täysi-ikäistyyvien huostaanotettujen* (Salazar, Noell, Cole, Haggerty & Roe 2018; Richmond & Borden 2020), *pakolaisten* (Potocky 2016) ja *ikäääntyvien* kanssa (Hanson & Gutheil 2004; Cummings, Cooper & Cassie 2009; Cooper 2012).

Tutkimusten mukaan sosiaalityön asiakkaat suhtautuvat motivoivaan haastatteluun ja sitä käyttäviin työntekijöihin positiivisesti. Motivoivan haastattelun menetelmä on koettu kannustavaksi, mukavaksi ja auttavaksi. (Boyle ym. 2019, 868, 870; Trabold ym. 2020, 639–640.) Menetelmän avulla onkin saatu apua monenlaisiin ongelmiin. Esimerkiksi parisuhdeväkivaltaa kokeneiden naisten arkielämän, traumaoireiden ja minäpystyvyyden tunteen huomattiin parantuneen (Trabold ym. 2020, 633). Minäpystyvyyden parantuminen voi auttaa asiakasta saavuttamaan realistisemmän kuvan muutoksen mukanaan tuomista haasteista. Asiakkaat ovat saaneet menetelmästä apua myös mm. masennukseen, terveyteen, itsetuhoisuuteen, humalahakuiseen juomiseen ja raittiina pysymiseen. Myös asiakkaiden tietouden ja vuorovaikutustaitojen on havaittu parantuneen. (Boyle ym. 2019, 869–870.)

Useissa tutkimuksissa (mm. Sun 2012; Rakkolainen 2017, 36; Boyle ym. 2019, 870; Trabold ym. 2020, 633) todettiin motivoivan haastattelun lisänneen asiakkaan halua hakea apua ongelmiinsa tai herättäneen sen ja parantaneen asiakkaiden sitoutumista hoitoon tai palveluihin. Tästä voidaan päätellä asiakkaan motivaation nousseen tai heränneen motivoivan haastattelun avulla. Tutkimuksissa onkin huomattu niin ulkoisen kuin sisäisenkin motivaation kasvua asiakkaissa (Boyle ym. 2019, 870). Muutoksen on kuitenkin lähdettävä aina asiakkaasta itsestään, sillä liiallinen painostus voi aiheuttaa asiakkaassa vastarintaa, minäpystyvyyden tunteen heikentymistä ja mahdollisesti jopa palvelujen piiristä lähtemistä. Kestävämpään muutokseen pääseminen edellyttää asiakkaan oman muutosmotivaation herättämistä (Hanson & Gutheil 2004, 370).

Kaikkiaan asiakkaan näkökulmasta katsottuna motivoivalla haastattelulla on potentiaalia olla miellyttävä, käytettävä ja hyödyllinen menetelmä monenlaisissa yksilösosiaalityön asiakastilanteissa. Kuitenkin, koska tutkimusta menetelmän asiakasnäkökulmasta on vain vähän saatavilla, olisi lisäymmärryksen kartuttaminen tarpeen.

## 5.2 Sosiaalityön näkökulma

Motivoiva haastattelu soveltuu erityisen hyvin riippuvuusongelmaisten kanssa työskentelyyn. Menetelmän käytettävyyttä on tutkittu varsinkin *päihdetyön* kontekstissa, jossa sen on todettu toimivan tehokkaasti interventiota edeltävänä menetelmänä, itsenäisesti käytettynä ja myös yhdistettynä muihin menetelmiin. Erityisen hyvin motivoiva haastattelu sopii päihdehoidon ensitapaamisiin, jolloin asiakas suhtautuu usein ristiriitaisesti hoitoon ja muutoksen mahdollisuuteen. Varsinkin aggressiivisten ja vihaisten alkoholistien on havaittu hyötyvän motivoivasta haastattelusta. (Saarnio & Knuuttila 2007, 113; Rakkolainen 2012, 5; Rakkolainen ym. 2015, 112; Rakkolainen 2017, 16, 36.)

Motivoiva haastattelu soveltuu kuitenkin hyvin myös muihin riippuvuusongelmiin, kuten esimerkiksi *ongelmapelaamiseen*, sillä peliongelmia hoidetaan paljolti samoin menetelmin kuin päihderiippuvuuksia. Erityisesti yhdistämällä motivoivaa haastattelua muihin menetelmiin on saatu lupaavia, mutta evidenssin vähyydestä johtuen, varovaisia tuloksia. (Halme & Tammi 2008, 303–306.) Motivoiva haastattelu auttaa ratkaisemaan riippuvuudelle ominaisia motiiviristiriitoja, jotka estävät muutosta. Riippuvuusongelmallisille tyypillisiin lipsahduksiin ja repsahduksiin suhtaudutaan motivoivan haastattelun hengen mukaisesti oppimisen paikkoina, mikä antaa tilaa uudelleen yrittämiselle. Näin pyritään vahvistamaan asiakkaan minäpystyvyyden tunnetta ja uskoa muutoksen mahdollisuuteen, sillä riippuvuusongelmat heikentävät usein yksilön itseluottamusta ja minäpystyvyyttä. (Littrell 2011, 473–475.) Riippuvuudesta toipumisessa



avainasemassa on asiakkaan oma, autonominen pyrkimys muutokseen sekä se, miten työntekijä suhtautuu heti alussa asiakkaan mahdollisuuksiin toipua riippuvuudesta. Erityistä huomiota tulisi kiinnittää asiakkaan minäpystyvyyden tukemiseen ja muutospuheen refleктоivaan kuunteluun. (Rakkolainen ym. 2015, 15, 114.)

Motivoivaa haastattelua on hyödynnetty Suomessa myös *vankien* kanssa tehtävässä työssä osana erilaisia motivointiohjelmia (Tyni & Aaltonen 2021, 43, 49). Vangeilla on usein myös päihdeongelmia. Kansainvälisessä tutkimuksessa motivoivan haastattelun on todettu kasvattaneen erityisesti vankien sitoutumista muutokseen. Osa vangeista ei halua tai näe tarvetta muutokselle tai kokee luottamuspulaa työntekijöitä ja heidät tuominnutta yhteiskuntaa kohtaan. (Begun, Rose, LeBel & Terke-Young 2009, 114, 121, 124). Tämä asettaa erityistä painoarvoa luottamukselliselle asiakas-työntekijä-suhteelle.

*Työttömien* kanssa motivoivaa haastattelua on käytetty yhtenä työmenetelmänä muiden ohella asiakkaan motivoimisessa ja muutoksen tukemisessa. Vaikka työttömien kanssa työskentelyssä korostuu pyrkimys asiakaslähtöisyyteen ja asiakkaan aitoon, luottamukselliseen ja kuuntelemaan kohtaamiseen, voivat organisaatioiden työkäytännöt ja työn tilastolliset tavoitteet olla ristiriidassa asiakaslähtöisyyden ja jaetun asiantuntijuuden kanssa. (Kokko 2018, 129–131.) Menetelmän laajempi käyttö työttömien kanssa tehtävässä työssä edellyttäisi kokonaisvaltaisesti asiakaslähtöisempää työorientaatiota.

Motivoivan haastattelun tapa huomioida motivaatioon vaikuttavia yksilöllisiä tekijöitä mahdollistaa sen käytön myös *moniongelmaisten* (Rakkolainen 2017, 29), kuten esimerkiksi mielenterveys- ja päihdeongelmia kokevien asunnottomien parissa (Sun 2012) tai parisuhdeväkivaltaa kokevien päihdeongelmaisten kanssa (Kail 2010). Menetelmällä voidaan erityisesti kasvattaa moniongelmaisten motivaatiota, minäpystyvyyden tunnetta ja hoitoon sitoutumista. Motivoivaa haastattelua on mahdollista käyttää muutoksen eri vaiheissa olevien asiakkaiden kanssa, sillä se pystytään sopeuttamaan kunkin muutosryhmän tarpeisiin ja myös asiakkaiden yksilöllisiin tarpeisiin. Avoimia kysymyksiä esittämällä sekä

asiakkaan omia arvoja, nykytilanteen ongelmia ja riskejä esiin nostamalla voidaan asiakkaassa herättää ambivalenssia ja ongelman tiedostusta. Reflektioiva kuuntelu ja yhteenvedot auttavat ongelmien välisten yhteyksien ja muutospuheen esiin houkuttelussa sekä vastustuksen sietämisessä. (Sun 2012, 29–34; Trabold ym. 2020, 640.) Yhden ongelman myötä jo syntynyt luottamuksellinen suhde auttaa tunnistamaan myös mahdollisia muita ongelmia. Myös yhden ongelman kanssa koettuja onnistumisen kokemuksia voidaan käyttää minäpystyvyyttä tukevinä kokemuksina muitakin ongelmia ratkoessa. Sellaisen asiakkaan kanssa, joka on sitoutunut tekemään muutoksia samanaikaisesti useampaan ongelmaansa, sosiaalityöntekijä voi tukea onnistumista vahvistamalla minäpystyvyyttä ja puuttamalla mahdollisiin muutosta hankaloittaviin ulkoisiin tekijöihin, kuten esimerkiksi järjestämällä turvakotipaikan tai auttamalla etuuksien ja palvelujen saamisessa. (Kail 2010, 31–36.) Pohjimmiltaan muutoksen edellytys on kuitenkin asiakkaan oma sitoutuminen siihen, vaikka ulkoiset tekijät olisikin järjestetty valmiiksi asiakkaalle. Tärkeää on edetä asiakkaan tahdissa, jotta muutoksesta tulisi mahdollisimman pysyvä.

Motivoiva haastattelu näyttäisi soveltuvan myös eri ikäisille asiakkaille. Menetelmän avulla on autettu päihdeongelmista kärsiviä *ikääntyviä* asiakkaita tunnistamaan päihdeongelmansa ja siihen mahdollisesti liittyvät muut ongelmat, kuten mielenterveydelliset tai sosiaaliset ongelmat. Tuolloin menetelmä toimii erityisesti muutosmotivaation herättäjänä ja hoitoon sitouttajana. (Hanson & Gutheil 2004, 369–370; Cooper 2012, 176–177.) Motivoiva haastattelu soveltuu avuksi moniin muihinkin ikääntyvien asiakkaiden kokemuksiin ongelmiin ja tästä syystä sitä voitaisiin soveltaa myös gerontologisessa sosiaalityössä. Sen on todettu toimivan ikääntyneiden kanssa myös lyhytkestoisten interventioiden muodossa. (Cummings ym. 2009, 202.) Tarkempaa tutkimusta motivoivan haastattelun soveltuvuudesta iäkkäille kuitenkin tarvitaan (ks. myös Hanson & Gutheil 2004, 371).

Motivoivan haastattelun käyttöä on tutkittu myös nuorten, *täysi-ikäistyneiden huostaanotettujen* kanssa tehtävässä jälkihuollossa (Salazar ym. 2018; Richmond &

Borden 2020). Jälkihuollon nuoret asiakkaat tarvitsevat apua ja tukea esimerkiksi asumiseen, toimeentuloon tai työ- ja opiskelupaikkaan liittyvissä asioissa. Suomessa lastensuojelun jälkihuoltoa toteutetaan, kunnes nuori täyttää 25 vuotta tai on kulunut viisi vuotta sijoitetun lapsen edellisestä lastensuojeluasiakkuudesta (Lastensuojelulaki 13.4.2007/417 12 luku 75 §). Motivoiva haastattelu auttaa nuoren motivaation herättelyssä sekä vahvistaa hänen autonomiaansa ja minäpystyvyyden tunnettaan. Näiden avulla siirtymä itsenäiseen aikuisuuteen voi helpottua. Erityisen tehokkaasti menetelmä auttaa nuorissa resonoivien tavoitteiden asettamisessa. (Richmond & Borden 2020, 970, 974, 978.) Adeya Richmond ja Lynne Borden (2020, 972) esittävät artikkelissaan motivoivaa haastattelua muita menetelmiä täydentäväksi työmenetelmäksi nuorten lastensuojeluasiakkaiden kanssa tehtävässä työssä. Tutkimuksen vähyys ja haavoittuva asiakasryhmä alleviivaavat kuitenkin lisätutkimuksen tarvetta (Salazar ym. 2018, 287; Richmond & Borden 2020, 978).

Nuorten lastensuojeluasiakkaiden kanssa painottuu erityisesti luottamuksellinen asiakas-työntekijä-suhde. Motivoivalla haastattelulla voidaan myös herättää vastahakoisessa tai epävarmassa nuoressa halua muuttaa käytöstään siten, että asetetut tavoitteet voidaan saavuttaa. Menetelmää käyttäessään sosiaalityöntekijä voi toimia esikuvana itsenäistyvälle nuorelle siinä, miten vaikeista asioista keskustellaan ja millaista hyvä vuorovaikutus on. (Richmond & Borden 2020, 974, 977–978.) Motivoivaa haastattelua on käytetty täysi-ikäistyneiden huostaanotettujen kanssa tehdyssä työssä myös päihdeongelmia ennaltaehkäisevästi panostaen erityisesti luottamukselliseen ja empaattiseen asiakas-työntekijä-suhteeseen, nuoren autonomian tukemiseen sekä stigmatisoinnin ja mahdollisten perhetraumojen esiin nousemisen välttämiseen (Salazar ym. 2018, 286–287).

Motivoiva haastattelu näyttäytyy tutkimuksen valossa (ks. esim. Grote, Zuckoff, Swartz, Bledsoe & Geibel 2007; Potocky 2016) soveltuvan hyvin myös *eri kulttuureista tuleville asiakkaille*, joita suomalaisessakin sosiaalityössä kohdataan enenevässä määrin. Nancy Grote, Allan Zuckoff, Holly Swartz, Sarah Bledsoe ja Sharon Geibel (2007) ovat yhdistäneet menetelmää etnografiseen haastatteluun

pyrkiessään motivoimaan eri kulttuureista tulevia vähätuloisia ja masentuneita naisia aloittamaan mielenterveyshoidon. Motivoivan haastattelun avulla pyritään vaikuttamaan tällöin asiakkaan motivaatioon korostamalla nykyisen käytöksen ja asiakkaan tavoitteiden ja arvojen välisiä ristiriitoja (mt., 300). Miriam Potocky (2016, 249) näkee motivoivan haastattelun potentiaalisena työmenetelmänä eri sosiaalityön areenoilla maahanmuuttajia kohdatessa, sillä he ovat usein kulttuurien eroavaisuudesta johtuen vastahakoisia tai ambivalentteja asiakkaita ja menetelmän on todettu nimenomaan toimivan vastahakoisten asiakkaiden kanssa. Pakolaisten ja sosiaalityöntekijöiden välillä olevat näkemyserot, kuten esimerkiksi usko lääketieteeseen/henkitieteeseen, aikakäsitykset tai tarve tulkinkäytölle, voivat luoda kuilua asiakkaan ja työntekijän väliseen suhteeseen ja vuorovaikutukseen sekä vaikuttaa asiakkaan haluun ottaa vastaan palveluita. Motivoivan haastattelun avulla pyritään ymmärtämään asiakkaan omaa näkökulmaa ja hänen omia tavoitteitaan; empaattinen reflektointi houkuttelee asiakasta yhteistyöhön. Erityisen tärkeänä näyttäytyy luottamuksellinen, kunnioittava ja hyväksyvä asiakas-työntekijä-suhde, jonka pohjalle yhteistyö voi rakentua, sillä pakolaiset ovat usein epäluuloisia palvelujärjestelmää tai mahdollisesti heitä huonosti kohdelleen kulttuurin edustajia kohtaan. Tämä vaatii työntekijältä kulttuurisensitiivistä otetta. (Mt., 249–251.)

Motivoivaa haastattelua käytettiin tutkimusten mukaan sosiaalityössä usein muita menetelmiä täydentämässä, yhdistettynä esimerkiksi muihin behavioristisiin menetelmiin (Boyle ym. 2019, 870), kognitiivis-behavioristiseen terapiaan (Cooper 2012), etnografiseen haastatteluun (Grote ym. 2007) ja lyhyeen motivaatiointerventioon (BNI) (Trabold ym. 2020). Ainoana työmenetelmänä sitä käytettiin tutkimuksissa vain vähän. Lyle Cooperin (2012) mukaan ongelman vakavuusaste vaikuttaa siihen, kuinka hyvin motivoiva haastattelu toimii lyhyenä interventiona ja onko sitä tarpeellista yhdistää muihin menetelmiin. Tästä voidaan päätellä, että motivoiva haastattelu menetelmänä on joustava ja muokattava. Toisaalta, tästä johtuen motivoivan haastattelun vaikuttavuutta on vaikea erottaa sen kanssa yhdessä käytettyjen menetelmien vaikuttavuudesta (ks. myös Boyle ym. 2019, 871).

Muihin menetelmiin yhdistettynä motivoivan haastattelun on todettu olevan tehokas ja vaikutuksiltaan pidempikestoinen työtapana. Näin esimerkiksi mielenterveys- ja/tai päihdeongelmaiset asiakkaat ovat sitoutuneet hoitoon ja jälkihoitoon paremmin. Tutkimuksissa on myös tällöin havaittu laskua asiakkaiden masennus-, ahdistus- ja stressitasoissa. (Grote ym. 2007, 300–301; Sun 2012, 29–30; Boyle ym. 2019, 867, 871.)

Motivoiva haastattelu on mahdollinen työmenetelmä myös moniammatillisessa yhteistyössä. Tämä osaltaan selittää sen soveltuvuutta moniin erilaisiin asiakastilanteisiin. Toisaalta tutkimus on tuottanut myös ristiriitaista tietoa, esimerkiksi motivoivan haastattelun vaikuttavuudesta moniammatillisessa päihdetyössä, jossa osassa tutkimuksista sen käytöstä ei ole havaittu hyötyjä ja osassa havaitut vaikutukset ovat olleet pieniä (Boyle ym. 2019, 867, 871). Negatiivisia vaikutuksia menetelmän käytöstä ei tutkimuksissa kuitenkaan ole tullut lainkaan esille, mikä nähdäkseni alleviivaa motivoivan haastattelun mahdollista käyttöpotentiaalia myös sosiaalityön kentällä. Tutkimukset vihjaavat, että motivoivan haastattelun hengen mukainen, empatiaan perustuva asiakas-työntekijä-suhde voi muuttaa asiakkaan käyttäytymistä.

Kaikkiaan motivoiva haastattelu näyttäytyy sosiaalityön näkökulmasta monenlaisiin asiakastilanteisiin soveltuvana menetelmänä. Se sopii käytettäväksi myös eri ikäisten ja erilaisista kulttuureista tulevien asiakkaiden kanssa. Motivoivan haastattelun käyttö muita menetelmiä täydentämässä ja sen soveltuvuus myös moniammatilliseen yhteistyöhön lisäävät nähdäkseni merkittävästi menetelmän käyttöpotentiaalia sosiaalityössä. Näin on varsinkin siksi, että sosiaalityössä työskennellään paljon eri toimintojen rajapinnoilla.

### **5.3 Yhteiskunnallinen näkökulma**

Motivoivan haastattelun taitojen ja tekniikkojen omaksuminen ja ylläpitäminen vaatii jatkuvaa koulutusta, valmennusta ja palautetta (Rakkolainen 2012, 16; Boyle ym. 2019, 871). Tutkimuksissa on kuitenkin saatu ristiriitaisia tuloksia koulutuksen

tarpeellisuudesta ja vaikutuksesta menetelmän avulla saataviin tuloksiin. Osassa tutkimuksia on havaittu suuria eroja koulutettujen ja ei-koulutettujen välillä, kun taas osassa ei (Boyle ym. 2019, 872). Tutkimustulokset painottuvat kuitenkin siihen, että motivoivaa haastattelua työmenetelmänä käyttävät sosiaalityöntekijät tarvitsevat tehokasta koulutusta ja taitoja ylläpitävää valmennusta. Maria Rakkolaisen (2017, 17) mukaan taitavalla, motivoivan haastattelun hengessä toteutetulla keskustelulla, työntekijän on mahdollista vaikuttaa positiivisesti asiakkaan muutosasenteeseen. Vuorovaikutukseen perustuva menetelmä edellyttää työntekijältä avointa ja reflektointia suhtautumista myös omaan vuorovaikutustyyliinsä (mt., 112). Työntekijöiden jatkuva motivoivan haastattelun koulutus ja taitojen ylläpitäminen vaativat organisatorista ja yhteiskunnallista tahtotilaa resurssikysymyksissä.

Motivoiva haastattelu voi olla myös kustannustehokas menetelmä, sillä usein sitä käytetään verrattain lyhyenä interventioina. Tällöin sen käyttäminen työmenetelmänä ei vaadi lisäresursseja, vaan voi tuoda jopa säästöjä yhteiskunnalle verrattuna muihin pidempikestoisiin interventioihin. Myös asiakkaiden palveluihin sitoutumisen (esimerkiksi mielenterveys- tai päihdehoidoissa) on todettu vähentäneen hoitopäiviä ja -jaksoja, ja siten säästäneen myös yhteiskunnan kustannuksia. (Boyle ym. 2019, 867, 869, 872; Trabold ym. 2020, 640.)

Motivoivan haastattelun käytöllä voi olla muitakin hyödyllisiä vaikutuksia yhteiskunnalle. Esimerkiksi parisuhdeväkivallan uhrien hoitoon sitoutuminen voi vähentää trauman aiheuttamia vaikutuksia perheille ja yhteiskunnalle (Trabold ym. 2020, 640). Vankeuden aikaisella päihdehoitoon osallistumisella taas on todettu olevan positiivisia vaikutuksia sekä vankeusaikana että yhteiskuntaan palattaessa (Begun ym. 2009, 114). Motivoivan haastattelun keinoin voitaisiin nähdäkseni pienentää myös rikosten uusimisen todennäköisyyttä, sillä sen avulla voidaan vaikuttaa vankien asenteisiin tehtyä rikosta ja nykyisiä elämän ongelmia kohtaan (ks. myös Harper & Hardy 2000, 398).

Motivoivan haastattelun soveltuvuudesta suomalaisen sosiaalityön kontekstiin tarvitaan lisätutkimusta kaikista aineistosta nousseista näkökulmista

(osiot 5.1–5.3). Tutkittuun tietoon nojaamalla olisi yhteiskunnankin yhä perustellumpaa myöntää tukea ja resursseja motivoivan haastattelun nykyistä laajempaan käyttöön ottoon suomalaisessa sosiaalityössä. Vaikkakin kansainvälinen tutkimus tarjoaa lupaavia merkkejä menetelmän nykyistä laajemmista käyttömahdollisuuksista suomalaisen sosiaalityön areenalla, on otettava huomioon kulttuurien, yhteiskuntien ja niiden palvelujärjestelmien erilaisuus. Näin ollen kansainvälistä tutkimusta ei voida suoraan soveltaa esimerkiksi suomalaisen päihdetyön kentälle, vaan on myös selvitettävä tutkimuspopulaation taustatekijöitä (kuten mm. tutkimushenkilöiden valikointia), jotka taas vaikuttavat tulosten yleistettävyyteen (Saarnio & Knuutila 2007; Tyni & Aaltonen 2021, 54). Sama pätee toisaalta myös suomalaiseen tutkimukseen, sillä esimerkiksi A-klinikan asiakkaiden parissa tehty tutkimus ei ole yleistettävissä kaikkiin päihdeongelmaisiin. (Saarnio & Knuutila 2007, 118). Suomessa motivoivan haastattelun määrällistä tutkimusta vaikeuttavat pienet otoskoot ja hyvien tutkimusasetelmien puute. Tämä asettaa edelleen haasteita myös tieteelliseen tietoon perustuvalle kehittämistoiminnalle. Esimerkiksi vapaaehtoisesti motivaatio-ohjelmiin osallistuvia vankeja tutkimalla voidaan saada vääristynyttä tietoa menetelmän vaikuttavuudesta. (Tyni & Blomster 2012, 639; Tyni & Aaltonen 2021, 39, 49, 52.)

Kaikkiaan, yhteiskunnallisesta näkökulmasta katsottuna motivoiva haastattelu näyttäytyy kustannustehokkaana menetelmänä, joka voi toimia niin ongelmia ratkaisevasti, niiden pahenemista estävästi kuin ongelmia ennaltaehkäisevästikin. Työntekijöiden jatkuva motivoivan haastattelun koulutus ja taitojen ylläpitäminen vaativat kuitenkin organisationaalista ja yhteiskunnallista tahtotilaa resurssikysymyksissä. Tätä tahtotilaa vahvistamaan tarvitaan lisätutkimusta motivoivan haastattelun soveltuvuudesta nimenomaisesti suomalaiseen sosiaalityöhön.

## 6 POHDINTA

Tässä kandidaatintutkielmassa selvitettiin kirjallisuuskatsauksen avulla motivoivan haastattelun soveltuvuutta yksilösosiaalityöhön. Tutkimustulokset jaoteltiin kolmeen kategoriaan: (1) asiakkaan ja (2) sosiaalityön näkökulmiin sekä laajemmin (3) yhteiskunnalliseen näkökulmaan.

*Asiakkaan näkökulmasta* motivoivasta haastattelusta on raportoitu vähän, mutta lupaavia tuloksia. Menetelmän on koettu olevan kannustava ja miellyttävä ja siitä on saatu apua moniin eri ongelmiin (esim. Sun 2012; Boyle ym. 2019; Trabold ym. 2020). Tutkimukseni perusteella motivoiva haastattelu näyttäytyy tavoitteidensa mukaisesti asiakkaiden motivaatiota, minäpystyvyyttä, muutoshalukkuutta ja muutokseen sitoutumista herättävänä ja kasvattavana menetelmänä, joka kunnioittaa asiakkaan itsemääräämisoikeutta (kuten Miller & Rollnick 2002, 34; Hohman 2012, 4–5). Tutkimusaineistossani ei tullut esille yhtään motivoivan haastattelun käytöstä todettua haittaa asiakkaille, mikä nähdäkseni alleviivaa menetelmän käyttöpotentiaalia. Toisaalta lisätutkimuksen tarve on siten ilmeinen, sillä pitäviä johtopäätöksiä ei voida tehdä, mikäli tutkimusta mahdollisista haitoista ei ole.

*Sosiaalityön näkökulmasta* motivoiva haastattelu on soveltuva työmenetelmä moniin erilaisiin yksilösosiaalityön asiakastilanteisiin, kuten esimerkiksi päihde- ja muihin riippuvuusongelmiin, mielenterveys- ja väkivaltaongelmiin sekä vankien, työttömien ja moniongelmaisten kanssa työskentelyyn (esim. Halme & Tammi 2008; Begun ym. 2009; Rakkolainen 2012; Sun 2012; Kokko 2018). Motivoiva haastattelu



sopii tutkimukseni mukaan eri kulttuureista tulevien (kuten Wahab 2005, 51–52; Hohman 2012, 6–9) sekä eri ikäisten kanssa työskentelyyn (esim. Hanson & Gutheil 2004; Potocky 2016; Salazar ym. 2018). Huomioitavaa kuitenkin on, että motivoivan haastattelun avulla voidaan tavoitella muutosta ainoastaan siihen käytökseen, asenteeseen tai elämäntapaan, johon asiakkaan itsensä on mahdollista vaikuttaa. Niin teoria- kuin tulosaineistoni perusteella menetelmää voidaan käyttää tilanteesta riippuen itsenäisenä menetelmänä tai muihin työmenetelmiin yhdistettynä (esim. Saarnio & Knuutila 2007; Cooper 2012; Boyle ym. 2019). Motivoivan haastattelun yhdistäminen muihin työmenetelmiin mahdollistaa nähdäkseni asiakkaan tilanteen mahdollisimman kokonaisvaltaisen hoitamisen. Näin siksi, että niin ympäristötekijöillä, sosiaalisilla tekijöillä kuin yksilön sisäisillä motiiveillakin on osuutta yksilön muutokseen tähtäävissä valinnoissa (kuten Miller 2006, 148–149). Sosiaalityössä on mahdollista muiden menetelmien avulla vaikuttaa myös näihin eri tekijöihin. Motivoiva haastattelu soveltuu käytettäväksi myös moniammatillisessa yhteistyössä (esim. Boyle ym. 2019), mikä laajentaa menetelmän käyttömahdollisuuksia vielä useampiin asiakastilanteisiin varsinkin sosiaalityön kontekstissa, jossa moniammatillinen yhteistyö on suuressa roolissa.

*Yhteiskunnallisesta näkökulmasta* katsottuna motivoivan haastattelun käyttö tarjoaa mahdollisuuksia korjata jo olemassa olevia ongelmia, estää niiden pahenemista tai jopa ennaltaehkäistä ongelmien syntymistä. Asiakkaan minäpystyvyyttä ja motivaatiota vahvistavana työmenetelmänä motivoiva haastattelu voisi olla nähdäkseni myös menetelmä, jonka avulla voitaisiin vähentää asiakkaiden järjestelmäriippuvuutta tuottaen siten vaikuttavuutta ja kustannustehokkuutta yhteiskunnankin tasolla. Motivoivan haastattelun käyttöönotto edellyttää, että sosiaalityöntekijöitä koulutetaan menetelmän käyttöön. Taitojen ylläpitäminen vaatii sosiaalityöntekijältä jatkuvaa koulutusta, reflektointia ja itsensä kehittämistä sekä alan ajankohtaisen tutkimuksen tuntemista (esim. Rakkolainen 2017; Boyle ym. 2019). Olennaisinta kuitenkin on ymmärtää motivoivan haastattelun ”henki”: yhteistyö, asiakkaan oman sisäisen motivaation ja resurssien esiin houkuttelemisen ja autonomisuuden tukeminen (Miller & Rollnick 2002, 41). Aito empatia on keskeistä. Panostaminen

sosiaalityöntekijöiden kouluttamiseen, taitojen ylläpitämiseen ja menetelmän laajempaan käyttöönottoon vaatisi nähdäkseni yhteiskunnalta ja organisaatioilta tahtotilaa, tukea ja resursseja (kuten Miller & Rollnick 2002, 198; Hohman 2012, 14). Itsessään motivoiva haastattelu näyttyy kuitenkin kustannustehokkaana ja usein melko lyhyenäkin interventiona (esim. Boyle ym. 2019; Trabold ym. 2020).

Motivoivan haastattelun kansainvälinen tutkimus antaa viitteitä siitä, että menetelmällä olisi paljon laajempi käyttöpotentiaali sosiaalityön kentällä kuin mitä Suomessa on hyödynnetty (vrt. Koski-Jännes ym. 2008a). Olisi siis perusteltua ja tarpeen tehdä kotimaista tutkimusta motivoivan haastattelun soveltuvuudesta nimenomaisesti suomalaisen sosiaalityön asiakastilanteisiin ja erityispiirteisiin. Tällaiseen tutkimustietoon nojaamalla yhteiskunnan ja organisaatioiden olisi perustellumpaa resursoida työntekijöiden koulutusta ja menetelmän laajempaa käyttöönottoa. Nähdäkseni olisi myös tilausta lisätutkimukselle, joka koskisi menetelmän nykyistä käyttöä ja vaikuttavuutta suomalaisessa sosiaalityössä. Suomalaisen lisätutkimuksen viitoittaminen onkin kandidaatintutkielmani tulosten keskeisin anti tieteelliselle yhteisölle.

Sosiaalityön asiakastyölle kandidaatintutkielmani keskeisin anti on seuraava: tutkimukseni mukaan motivoiva haastattelu sopii erityisen hyvin sosiaalityössä asiakastilanteisiin, joissa asiakkaan käytöstä, asennetta tai elämäntapaa pyritään muuttamaan, mutta joissa asiakkaalla joko ei ole motivaatiota tai hänellä on ristiriitaisia ajatuksia muutoksesta (kuten Hohman 2012, 9; Payne 2020, 137). Erityisesti motivoiva haastattelu sopii vastahakoisille asiakkaille (esim. Begun ym. 2009; Potocky 2016). Näen, että jo päätöksen tehneiden ja motivoituneiden asiakkaiden kohdalla menetelmästä ei välttämättä ole suurta apua, paitsi kuuntelun ja kannustuksen hengessä (kuten Miller & Rollnick 2002, 26; Watson 2011, 476). Nähdäkseni jokaisen asiakkaan yksilölliset tarpeet, tilanteet ja mieltymykset on otettava huomioon, jotta voidaan löytää yksilöllisesti tarkoituksenmukaisin tapa auttaa asiakasta (kuten Miller & Rollnick 2002, 26). Menetelmän soveltaminen erilaisille ihmisryhmille tai tietynlaisten ongelmien kanssa painiville asiakkaille vaatii ymmärrystä juuri kyseessä olevan ihmisryhmän tai ongelman erityispiirteistä.

Ongelmana motivoivan haastattelun laajemmassa käyttöönotossa suomalaisessa sosiaalityössä voi olla myös ajan puute. Löytyykö sosiaalityöntekijöiden muutoinkin ylikuormitetussa ja kiireisessä arjessa aikaa motivoivan haastattelun työmenetelmän opettelemiseen, jatkuvaan kouluttautumiseen ja itsensä kehittämiseen? Kuitenkin, motivoivan haastattelun keinoin ollaan saatu hyviä tuloksia lyhyistäkin interventioista (kuten Wahab 2005, 51; Miller 2006, 150; Watson 2011, 475), joten menetelmä voisi tuoda alkuinvestoinnin jälkeen jopa helpotusta sosiaalityön kiireiseen arkeen.

Sosiaalityöntekijät tarvitsevat riittäviä tietoja ja taitoja asiakaskunnan kansainvälistyessä sekä ongelmien komplisoitua ja kasautuessa. Hyviä vuorovaikutustaitoja tarvitaan yhä monimutkaisemmissa ja vaikeammassa asiakastilanteissa. Motivoivan haastattelun laajempi käyttöönotto suomalaisen sosiaalityön kentällä vaatisi nähdäkseni enemmän huomion kiinnittämistä vuorovaikutustaitoihin myös sosiaalityöntekijöiden yliopistollisessa koulutuksessa. Käytännön tasolla motivoivan haastattelun laajempi käyttöönotto suomalaisessa sosiaalityön asiakastyössä vaatisi menetelmän muokkaamista asiakastilanteeseen tai ongelmiin sopivaksi huomioon ottaen käytössä olevat resurssit.

Motivoiva haastattelu vaatii tuen painottamista kontrollin sijaan, sillä painostamalla ja uhkaamalla asiakkaiden autonomiaa, pystytetään usein vain yhteistyötä estäviä seiniä asiakkaan ja sosiaalityöntekijän välille. Menetelmän laaja ja vaikuttava käyttö sosiaalityön asiakastyössä edellyttäisi myös asiakkaan oman asiantuntijuuden entistä suurempaa arvostamista sekä asiakaslähtöistä ja -tahtista työskentelytapaa. Jotta Suomessa voitaisiin ottaa motivoiva haastattelu laajempaan käyttöön sosiaalityön kentällä, tulisi menetelmän käyttöönottoa tukea niin organisaatioiden ja työyhteisöjen kuin yhteiskunnankin taholta. Yksin ja ilman riittävää tukea yhteiskunnalta ja organisaatioilta olisi taitavan vuorovaikuttajankaan hankalaa motivoivan haastattelun menetelmän käyttöä edistää – erilaisten sosiaalityöntekijän paineiden ristitulessa. Tästä huolimatta, muutos parempaan yhdenkin asiakkaan motivaatiossa ja tilanteessa on merkityksellistä.

## LÄHTEET

- Alvesson, Mats & Sandberg, Jörgen. 2013. *Constructing research questions: Doing interesting research*. Los Angeles, California: Sage.
- Bandura, Albert. 1995. Exercise of personal and collective efficacy in changing societies. Teoksessa Albert Bandura (toim.) *Self-efficacy in changing societies*. Cambridge: Cambridge University Press, 148–225.
- Begun, Audrey, Rose, Susan, LeBel, Thomas, & Teske-Young, Barbara. 2009. Implementing Substance Abuse Screening and Brief Motivational Intervention With Women in Jail. *Journal of Social Work Practice in the Addictions* 9(1), 113–131.
- Boyle, Sally, Vseteckova, Jitka & Higgins, Martyn. 2019. Impact of Motivational Interviewing by Social Workers on Service Users: A Systematic Review. *Research on Social Work Practice* 29(8), 863–875.
- Cooper, Lyle. 2012. Combined Motivational Interviewing and Cognitive–Behavioral Therapy with Older Adult Drug and Alcohol Abusers. *Health & Social Work* 37(3), 173–179.
- Cummings, Sherry, Cooper, Lyle & Cassie, Kim. 2009. Motivational Interviewing to Affect Behavioral Change in Older Adults. *Research on Social Work Practice* 19(2), 195–204.
- Deci, Edward & Ryan, Richard. 2011. Self-Determination Theory. Teoksessa Paul Van Lange, Arie Kruglanski & E. Tory Higgins. *Handbook of Theories of Social Psychology: Collection. Volumes 1 & 2*, 416–437. Sage.
- Festinger, Leon. 1957. *A Theory of Cognitive Dissonance*. Vol. 2. Stanford, California: Stanford University Press.
- Grote, Nancy, Zuckoff, Allan, Swartz, Holly, Bledsoe, Sarah & Geibel, Sharon. 2007. Engaging Women Who Are Depressed and Economically Disadvantaged in Mental Health Treatment. *Social Work* 52(4), 295–308.
- Halme, Jukka & Tammi, Tuukka. 2008. Katsaus ongelmapielaamisen ja patologisen pelaamisen hoitoa koskevaan vaikuttavuustutkimukseen: tutkimus on vähäistä ja tulokset epävarmoja. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti* 45(4), 301–313.
- Hanson, Meredith & Gutheil, Irene. 2004. Motivational Strategies with Alcohol-Involved Older Adults: Implications for Social Work Practice. *Social Work* 49(3), 364–372.
- Harper, Rosalyn & Hardy, Susan. 2000. Research note. An Evaluation of Motivational Interviewing as a Method of Intervention with Clients in a Probation Setting. *British Journal of Social Work* 30(3), 393–400.
- Hart, Chris. 2018. *Doing a Literature Review: Releasing the Research Imagination*. London: Sage.
- Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula. 2009. *Tutki ja kirjoita*. 15. painos. Helsinki: Tammi.
- Hohman, Melinda. 2012. *Motivational Interviewing in Social Work Practice*. London: Guilford Press.

- Kail, Barbara. 2010. Motivating Women With Substance Abuse and Intimate Partner Violence. *Journal of Social Work Practice in the Addictions* 10(1), 25–43.
- Kokko, Riitta-Liisa. 2018. Asiakaslähtöisyys tavoitteena työllistymistä edistävässä monialaisessa yhteispalvelussa. *Janus: sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti* 26(2), 123–139.
- Koprowska, Juliet. 2020. *Communication and Interpersonal Skills in Social Work*. Sage.
- Koski-Jännes, Anja. 2008a. Johdanto. Teoksessa Anja Koski-Jännes, Liisa Riittinen, & Pekka Saarnio (toim.) *Kohti muutosta: motivointimenetelmiä päihde- ja käyttäytymisongelmiin*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy, 7–15.
- Koski-Jännes, Anja. 2008b. Motivoinnin haastattelun periaatteet ja menetelmät. Teoksessa Anja Koski-Jännes, Liisa Riittinen, & Pekka Saarnio (toim.) *Kohti muutosta: motivointimenetelmiä päihde- ja käyttäytymisongelmiin*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy, 41–64.
- Lastensuojelulaki 13.4.2007/417.
- Lehtinen, Erno, Vauras, Marja & Lerkkänen, Marja-Kristiina. 2016. *Kasvatuspsykologia*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Littrell, Jill. 2011. How Addiction Happens, How Change Happens, and What Social Workers Need to Know to Be Effective Facilitators of Change. *Journal of Evidence-Based Social Work* 8(5), 469–486.
- Lonka, Kirsti. 2015. *Oivaltava oppiminen*. Helsinki: Otava.
- Markland, David, Ryan, Richard, Tobin, Vanessa & Rollnick, Stephen. 2005. Motivational Interviewing and Self-Determination Theory. *Journal of Social and Clinical Psychology* 24(6), 811–831.
- Miller, William. 2006. Motivational Factors in Addictive Behaviours. Teoksessa William Miller ja Kathleen Carroll (toim.) *Rethinking Substance Abuse: What the Science Shows, and What We Should Do About it*. New York: Guilford Press, 134–150.
- Miller, William & Moyers, Theresa. 2017. Motivational interviewing and the clinical science of Carl Rogers. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 85(8), 757–766.
- Miller, William & Rollnick, Stephen. 2002. *Motivational Interviewing: Preparing people for change*. 2. ed. New York: Guilford Press.
- Payne, Malcolm. 2020. *How to Use Social Work Theory in Practice. An Essential Guide*. Bristol: Policy Press.
- Potocky, Miriam. 2016. Motivational Interviewing: A Promising Practice for Refugee Resettlement. *Journal of Ethnic & Cultural Diversity in Social Work* 25(3), 247–252.
- Rakkolainen, Maria. 2012. Motivoinnin haastattelun toteutuminen päihdehoidon ensitapaamisissa. *Psykologia* 47(1), 4–19.
- Rakkolainen, Maria. 2017. Motivoinnin haastattelun toteutuminen päihdehoidon alkutapaamisissa ja yhteys asiakkaan päihdehaittojen vähenemiseen. Tampereen yliopisto. *Acta Universitatis Tamperensis* 2301.

- Rakkolainen, Maria, Koski-Jännes, Anja, Tolonen, Kari & Tuomisto, Martti. 2015. Päihdeasiakkaan taustan ja motivoivan alkuhaastattelun yhteydet hoidon tuloksiin. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti* 52, 102–117.
- Richmond, Adeya & Borden, Lynne. 2020. Motivational interviewing: An approach to support youth aging out of foster care. *Journal of Social Work* 21(4), 970–985.
- Rogers, Carl. 1951/2003. *Client-centered therapy: Its current practice, implications, and theory, with chapters*. Oxford, United Kingdom: Constable & Robinson Ltd.
- Rothery, Michael & Tutty, Leslie. 2016. Client-Centered Theory. Teoksessa Nick Coady & Peter Lehmann (toim.) *Theoretical Perspectives for Direct Social Work Practice: A Generalist-eclectic Approach*. New York: Springer Publishing Company, 295–312.
- Saarnio, Pekka & Knuuttila, Vesa. 2007. Muutosvalmius kahdessa erilaisessa päihdehoitopopulaatiossa. *Psykologia* 42(2), 113–120.
- Salazar, Amy, Noell, Bailey, Cole, Janice, Haggerty, Kevin & Roe, Stephanie. 2018. Incorporating self-determination into substance abuse prevention programming for youth transitioning from foster care to adulthood. *Child & Family Social Work* 23(2), 281–288.
- Salminen, Ari. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasan yliopisto. Vaasan yliopiston opetusjulkaisuja 62.
- Sosiaalihuoltolaki 1301/2014.
- Sun, An-Pyng. 2012. Helping Homeless Individuals With Co-occurring Disorders: The Four Components. *Social Work* 57(1), 23–37.
- THL. 2017. Sosiaalihuoltolain soveltamisopas. Helsinki: Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriön julkaisuja 2015:5. Saatavilla <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3959-2>. Luettu 14.10.2021.
- Trabold, Nicole, Swogger, Marc, McMahan, James, Cerulli, Catherine & Poleshuck, Ellen. 2020. A Brief Motivational Intervention to Address Intimate Partner Violence Victimization: A Pilot Study. *Research on Social Work Practice* 30(6), 633–642.
- Trevithick, Pamela. 2012. *Social Work Skills And Knowledge: A Practice Handbook*. Maidenhead: McGraw-Hill/Open University Press.
- Tyni, Sasu & Aaltonen, Mikko. 2021. Vankeusaikaisten kuntoutusohjelmien vaikutusarvioinnit ja arvioitavuus. *Kriminologia* 1(1), 39–59.
- Tyni, Sasu & Blomster, Peter. 2012. Vähentävätkö vankitoiminnot uusintarikollisuutta? *Yhteiskuntapolitiikka* 77, 621–639.
- Van Wormer, Katherine. 2007. Principles of Motivational Interviewing Geared to Stages of Change: A Pedagogical Challenge. *Journal of Teaching in Social Work* 27(1-2), 21–35.
- Wahab, Stéphanie. 2005. Motivational Interviewing and Social Work Practice. *Journal of Social Work* 5(1), 45–60.
- Watson, John. 2011. Resistance is futile? Exploring the potential of motivational interviewing. *Journal of Social Work Practice* 25(4), 465–479.

## LIITTEET

### LIITE 1: TIEDONHAKUPÄIVÄKIRJA

- **Journal.fi:** suomalaiset tiedelehdet verkossa → halu selvittää, onko motivoivasta haastattelusta tehty tutkimuksia suomeksi tieteellisissä julkaisusarjoissa  
→ Hae: "motivoiva haastattelu" → 14 osumaa → 5 potentiaalista *tutustumalla artikkelin otsikkoon, julkaisulehteen ja siihen, miltä tieteenalalta julkaisu oli* → 4 potentiaalista poikkitieteellistä kotimaista artikkelia (Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti, Janus Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön aikakauslehti, Kriminologia)  
→ "motivational interview\*" → 3 osumaa → 0 potentiaalista
- JYU avoimen tiedon keskus: "motivoiva haastattelu", "motivational interview\*" → tarjoaa vain kandidaatti- ja pro gradu -tasoisia opinnäytetöitä motivoivasta haastattelusta ja suurin osa näistä on eri tieteenalalta
- **JYKDOK: kotimaiset artikkelit**  
→ motivoiva haastattelu → 111 osumaa → 12 potentiaalista → JUFO-portaali: Rajasin potentiaaliset JUFO-tasolle 1-3, näin jäi 6 potentiaalista
- **JYKDOK: kansainväliset e-aineistot**  
→ "motivational interview\*" → 4107 osumaa → rajaukset: koko aineisto saatavilla, aiheet: motivational interviewing ja social sciences → 124 potentiaalista  
→ rajasin 30 käymällä läpi otsikot ja tiivistelmät kustakin aineistosta → nämä artikkelit luokittelin sen mukaan, mistä sosiaalityön asiakasryhmästä tutkimus oli tehty tai oliko siinä tutkittu itse menetelmää
- **tutkielman teoriaosiossa** käytetty myös jo aikaisemmin tuntemiani teoksia (mm. Miller & Rollnick 2002; Trevithick 2012; Payne 2020) → Tämän lisäksi olen käynyt läpi löytämieni teosten ja artikkelien lähdeluetteloita
- **Google Scholar**  
→ "motivoiva haastattelu", "motivaatio sosiaalityö"  
→ "motivoiva haastattelu" sosiaalityö: 548 tulosta → paljon opinnäytetöitä eri tasoilla (enimmäkseen AMK), vertaisarvioimattomat tutkimuslaitosten omat julkaisusarjat jätetty pois  
→ "motivoiva haastattelu" and "sosiaalityö" → 259 tulosta → suurin osa opinnäytetöitä (AMK, kandidaatintyö, pro gradu) → 7 lähdeä → potentiaalisia jäi 2 Yhteiskuntapolitiikkalehden artikkelia, 1 rikosseuraamuslaitoksen tieteellisesti vertaisarvioitu julkaisu, muut THL:n raportteja

→ "motivoiva keskustelu" sosiaalityö → 95 tulosta, joista kaikki opinnäytetöitä (AMK, pro gradu)

- artikkeleita JYKDOKin lisäksi Tampereen yliopiston **Andor**-hakukoneesta, jonka kautta pääsin käsiksi sellaisiin aineistoihin, joihin JYKDOKin kautta ei ollut pääsyä → sama hakumetodi
- **Scopus**: motivational interview\* (otsikko, tiivistelmä, avainsanat) ja "social work" (julkaisusarjan nimi) → 91 tulosta, joista potentiaalisia 26 kpl  
→ etsitty myös suomalaisia, englannin kielellä julkaistuja artikkeleita yhdistäen hakusanoiksi "social work", "motivational interview\*" ja "Finland or Finnish" → löytyi 0

Koko tiedonhaun osalta voidaan todeta, että lähdeaineiston tieteellisyyteen on kiinnitetty erityistä huomiota. Tieteellisten artikkelien julkaisukanavien (niin kotimaisten kuin kansainvälistenkin) JUFO-luokitukset on tarkistettu niin, että mukaan on otettu ainoastaan JUFO-tasolle 1-3 yltävissä julkaisusarjoissa julkaistuja artikkeleita. Käytetyt kirjallisuudet (esim. Sage-kustantamon) ovat pääosin JUFO-luokituksen piirissä. Ainoa suomalainen kirja motivoivasta haastattelusta on Koski-Jännes ym. (2011), jonka tieteellisyys oppikirjana ei ole täysin varmaa (Tammi-kustantajan JUFO-taso on 0). Tästä syystä on myöskin perusteltua, että Koski-Jänneksen ym. kirjaa ei ole käytetty analyysiosassa. Teos ei myöskään tullut tieteellisten artikkelien ja muiden tutkimusten tiedonhauissani esiin (JYKDOK, Tampereen yliopiston JYKDOKia vastaava tiedonhakupalvelu Andor, Scopus ja Google Scholar).



## LIITE 2: TULOSAINEISTON ESITTELY

Julkaisu- vuosi	Tekijät	Julkaisusarja	Julkaisusarjan tieteenala	Tutkimuksen tyyppi	Tutkimuksen aineisto
<b>Ulkomaiset lähteet</b>					
2000	Harper & Hardy	British Journal of Social Work	Sosiaalityö	kyselytutkimus	vertailu motivoivaan haastattelun koulutettujen ja kouluttamattomien ehdonalaivalvojen asiakkaiden vastausten välillä (n = 100)
2004	Hanson & Gutheil	Social Work	Sosiaalityö	kirjallisuuskatsaus	muut tutkimukset
2007	Grote, Zuckoff, Swartz, Bledsoe & Geibel	Social Work	Sosiaalityö	interventiotutkimus	osallistujat yhdysvaltaisessa synnytyssairaalassa (n = 53)
2009	Begun, Rose, LeBel & Teske-Young	Journal of Social Work Practice in the Addictions	Sosiaalityö	monimenetelmällinen kenttätutkimus	osallistujat naisvankeja eri etnisyyksistä (n = 1091)
2009	Cummings, Cooper & Cassie	Research on Social Work Practice	Sosiaalityö	kirjallisuuskatsaus	muut tutkimukset

2010	Kail	Journal of Social Work Practice in the Addictions	Sosiaalityö	kirjallisuuskatsaus	muut tutkimukset
2011	Littrell	Journal of evidence-based Social Work	Sosiaalityö	kirjallisuuskatsaus	muut tutkimukset
2012	Cooper	Health & Social Work	Terveystiede / Sosiaalityö	interventiotutkimus	osallistujat ikääntyneitä päihteidenkäyttäjiä (n = 102)
2012	Sun	Social Work	Sosiaalityö	kirjallisuuskatsaus	muut tutkimukset
2016	Potocky	Journal of Ethnic & Cultural Diversity in Social Work	Sosiaalityö	kirjallisuuskatsaus	muut tutkimukset
2018	Salazar, Noell, Cole, Haggerty & Roe	Child & Family Social Work	Sosiaalityö	laadullinen tutkimus perustuen fokusryhmiin	osallistujat jälkihuollon asiakaina olevia nuoria ja heidän sosiaalityöntekijöitään (n = 37)
2019	Boyle, Vseteckova & Higgins	Research on Social Work Practice	Sosiaalityö	kirjallisuuskatsaus	muut tutkimukset
2020	Richmond & Borden	Journal of Social Work	Sosiaalityö	kirjallisuuskatsaus	muut tutkimukset
2020	Trabold, Swogger, McMahon, Cerulli & Poleshuck	Research on Social Work Practice	Sosiaalityö	monimenetelmällinen pilottitutkimus	osallistujat väkivaltaa kokeneita naisia (n = 6)

**Kotimaiset lähteet**

2007	Saarnio & Knuuttila	Psykologia	Psykologia	kyselytutkimus	vertailu kahden erilaisen päihdehoitopopulaation muutosvalmiusprofiileista: suomalaisia alkoholisteja (n = 780) ja amerikkalaisia alkoholisteja (n = 946)
2008	Halme & Tammi	Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti	Sosiaalilääketiede	kirjallisuuskatsaus	muut tutkimukset
2012	Rakkolainen	Psykologia	Psykologia	laadullinen vuorovaikutusanalyysi	vuorovaikutusaineisto työntekijöiden (n = 16) ja heidän asiakkaidensa (n = 36) päihdehoidon ensitapaamisista
2012	Tyni & Blomster	Yhteiskuntapolitiikka	Yhteiskuntapolitiikka	rekisteritutkimus	kaikki vuonna 2008 vapautuneet suomalaiset vangit (n = 3970)
2015	Rakkolainen, Koski-Jännes, Tolonen & Tuomisto	Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti	Sosiaalilääketiede	monimenetelmällinen tutkimus	asiakkaiden (n = 38) taustatietolomakkeet ja seurantahaastattelut sekä ensikeskustelut A-klinikalla

2017	Rakkolainen	Tampereen yliopisto	Sosiaalipsykologia	monimenetelmällisesti toteutettu väitöskirja	vuorovaikutusaineisto (n = 38) ja artikkelikokoelmaväitöskirjan aineistot (neljä artikkelia sisältäen Rakkolainen 2012; Rakkolainen ym. 2015)
2018	Kokko	Janus: Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti	Sosiaalipolitiikka / Sosiaalityö	tapaustutkimus	työllisyyttä edistävän yhteispalvelujen työntekijöiden teema-haastattelut Uudenmaan alueella (n = 19)
2021	Tyni & Aaltonen	Kriminologia	Kriminologia	kirjallisuuskatsaus	muut tutkimukset