

## Schema Motiverende gespreksvoering

BELANG (willen)		VERTROUWEN (kunnen)	
<u>Motieven pro verandering</u>	<u>Motieven pro behoud (tegen verandering)</u>	<u>Vertrouwen in verandering</u>	<u>Gebrek aan vertrouwen in verandering</u>
Ik wil een betere gezondheid.	Het is zo gezellig om te aperitieven of een terrasje te doen met een glaasje wijn erbij.	Ik ben wel eens een maand gestopt, misschien lukt het mij nog eens.	Ik kan niet slapen als ik niet drink.
Ik wil voor mijn kleinkinderen kunnen zorgen.	Als ik gedronken heb ben ik minder angstig.		Ik heb het al 3 keer geprobeerd en ben iedere keer weer hervallen. Ik ben een mislukking.

Sturen - Gidsen - volgen

Gesprekken over verandering

- Tussen sturen en volgen; je combineert elementen van beide
- Je luistert naar drijfveren en doelen
- Je schetst mogelijkheden
- De cliënt kan en mag kiezen

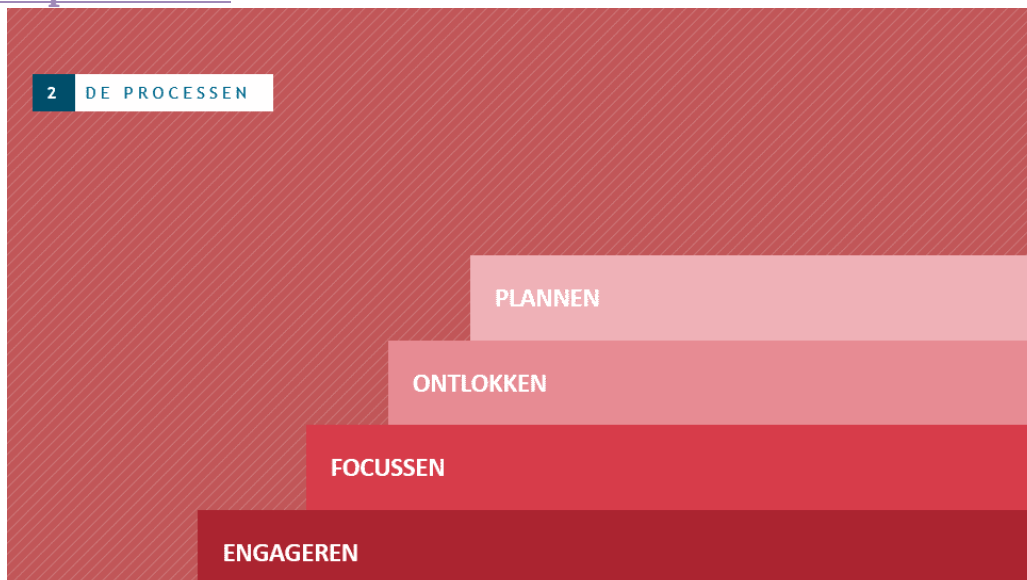
“Motiverende gespreksvoering is een op samenwerking gerichte gesprekstijl om iemands eigen motivatie en engagement voor verandering te versterken.”

### De basiselementen

#### 1) De geest



## 2) Vier processen



## 3) Gespreksvaardigheden

3 GESPREKSVAAARDIGHEDEN

  
REFLECTIEF  
LUISTEREN

  
OPEN  
VRAGEN  
STELLEN

  
BEVESTIGEN

  
SAMEN-  
VATTEN

  
INFORMATIE  
UITWISSELEN

