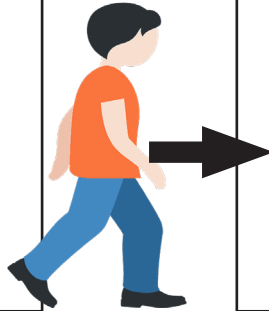


Kertaterapiahaastattelu

Pvm _____ Asiakkaan nimi _____

Ongelmia

Tavoitteita

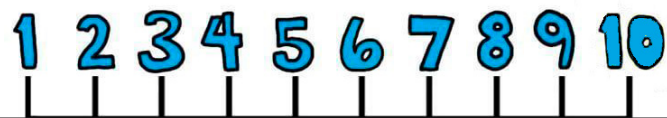


Auta asiakastasi kääntämään hänen ongelmansa tavoitteiksi ja rengasta tavoitteista se, johon asiakas haluaa tapaamisessa keskittyä. Jos tavoitteita on useita kannattaa keskittyä sellaiseen tavoitteeseen, joka on realistinen ja joka todennäköisesti vaikuttaa myönteisesti asiakkaan muihin tavoitteisiin.

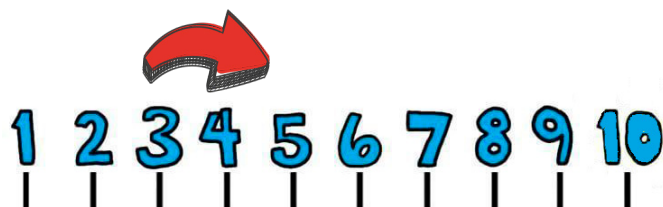
Vahvuuksia

Mitä kaikkea hyvää siitä seuraa itsellesi ja muille ihmisille, että saavutat tavoitteesi?

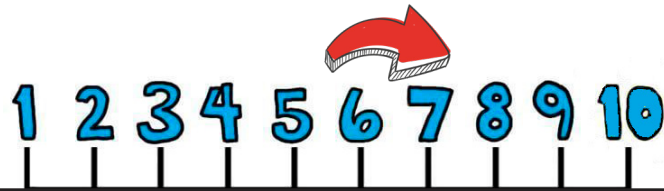
Missä kohden tällä edistystymistäsi kuvaavalla asteikkolla koet olevasi tällä hetkellä? Yksi tarkoittaa, ettei edistymistä ole vielä tapahtunut lainkaan ja kymmenen, että olet saavuttanut tavoitteesi.



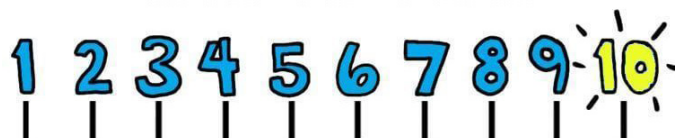
Mitä edistystä on tapahtunut jo tähän mennessä? Mitä olet itse tehnyt sellaista, mikä on auttanut sinua eteenpäin? Millä tavoin muut ihmiset ovat tukeneet tai auttaneet sinua?



Mikä on sinulle itsellesi konkreettinen merkki siitä, että olet edennyt asteikolla yhden pykälän verran kohti tavoitteesi? Mistä merkeistä joku muu ihminen voi päätellä muutoksen?



Mikä on sinulle itsellesi konkreettinen merkki siitä, että olet saavuttanut tavoitteesi? Mistä merkeistä joku muu ihminen voi päätellä, että olet saavuttanut tavoitteesi?



Hyödyllisiä lisäkysymyksiä

Mitä vastaavanlaisia haasteita olet kohdannut elämässäsi aikaisemmin?
Mitkä keinot ovat auttaneet sinua selviytymään niistä?

Keitä ihmisiä voisit pyytää auttamaan tai tukemaan sinua? Miten haluaisit heidän auttavan tai tukevan sinua?

Miten voisit hyödyntää omia vahvuuksiasi?

Mitä aiot tehdä seuraavaksi edetäksesi kohti tavoitettasi?

Mitä sovitaan jatkosta?