

Motivoivat haastattelut

Motivoiva haastattelu

- ▶ Yhteistyöhön perustuva vuorovaikutusmenetelmä, jolla pyritään löytämään ja vahvistamaan motivaatiota elämäntapamuutokseen.
 - ▶ Paljon käytetty mm. terveydenhuollossa
 - ▶ Menetelmää sovellettu ensimmäistä kertaa kestävän liikkumisen edistämiseen
- ▶ Granlundin Jyväskylän toimipisteessä haastateltiin 20 henkilöä, jotka kulkivat työmatkansa pääosin autolla.
 - ▶ Ensimmäinen haastattelu keväällä 2021, seurantahaastattelu syksyllä 2021

Haastattelun toteutus

- ▶ Tarkkaan suunniteltu ja harjoiteltu haastattelurunko
 - ▶ Avoimia kysymyksiä, ei neuvontaa eikä tyrkyttämistä
 - ▶ Kun henkilö oivaltaa ja ilmaisee itse omat tarpeensa ja kykynsä, kulkutapamuutoksen onnistumisen todennäköisyys paranee.
- ▶ Ensisijaisesti aiheena kodin ja työpaikan väliset matkat
 - ▶ Jos haastattelu eteni nopeasti, käsiteltiin myös työpäivän aikaista liikkumista

Tulokset

16/20

Tunnisti itsessään potentiaalia
kestävään liikkumiseen
(työmatkoilla tai työasioissa)

8/20

Suunnitteli aloittavansa
työmatkapyöräilyn

4/8

Todella aloitti
työmatkapyöräilyn
(20 % haastatelluista)

Yllättäviä motiiveja ja esteitä

- ▶ Motivaatio kulkutapamuutokseen on usein henkilökohtainen, kuten oman kunnon kohentuminen pyöräillessä, mutta yksilöllisissä haastatteluissa tuli esiin yllätyksiäkin.
 - ▶ "Yhteiskäyttöauto olisi helppo, koska vähentää matkahallinnon byrokratiaa."
 - ▶ "Tauottaminen tärkeää, lounastauolla käyn autolla muualla syömässä, jotta tulee kunnon tauko."
 - ▶ "Säästäisin rahaa ajamalla firman pyörällä, kun en laiskana jaksakaan periä kilometrikorvauksia."
 - ▶ "Etätyömahdollisuus on kuin palkankorotus."

Kiva että työnantaja edistää näitä asioita. Virkistävät haastattelut, mukavampia kuin kyselylomakkeet.

Ei erityistä hyötyä muttei myöskään fanaattista tuputtamista, vaan ihan asiallista keskustelua.

Iso plussa siitä, että työnantaja on kiinnostunut henkilöstön asioista ja sai miettimään kestävästä liikkumisesta.

Pystyi antamaan oman osansa ja vaikuttamaan siihen mitä päätöksiä tai ratkaisuja tullaan tekemään.

Erittäin hyvä haastattelu. Herätti ajatuksia siitä, että autolle on vaihtoehtoja - se välillä tuppaa unohtumaan.

Hyvä asia, että työnantaja haluaa edistää kestävästä liikkumisesta, vaikka itse autoilenkin ja olen etätöissä.

Mukava paussi työpäivään. Laittoi miettimään omaa liikkumista, siltä kantilta hyödyllinen.

Ihan hyvää herättelyä. Tuli käytyä läpi omia ajatuksia, kun normaalisti vaan kulkee miten kulkee eikä ajattele asiaa.

Palautetta

- ▶ Kaikilta vastaajilta kysyttiin, miten koki haastattelun?
 - ▶ Palaute oli järjestään positiivista tai neutraalia
- ▶ Seurantahaastatteluissa kysyttiin myös asteikolla 0–10, haluaisiko vastaaja suositella vastaavaa haastattelua kollegalleen.
 - ▶ 38 % antoi suositteluhaluukseksi 9–10 ja
 - ▶ 50 % suositteluhaluukseksi 7–8.
- ▶ Kestävän liikkumisen edistämisen tavoite täyttyi
 - ▶ Yllättävänä lisähyötynä henkilöstön positiiviset kokemukset, vaikka kulkutapa ei muuttuisikaan