**HAASTATTELUMALLI TUTUSTUMISEEN**

Haastattele toveriasi käyttäen näitä hyvinvointia kartoittavia kysymyksiä missä tahansa järjestyksessä. Kiinnitä huomiota siihen, miltä sinusta tuntuu esittää näitä kysymyksiä ja siihen, miltä toveristasi tuntuu vastata niihin. Voit keksiä vastaavanlaisia kysymyksiä.

**Mikä on koko nimesi ja mistä olet kotoisin?**

**Mitä sana hyvinvointi sinussa herättää?**

**Miten tämä päivä sinulla alkoi?** Miten heräsit?Miten nukuit viime yönä?

**Mitä söit aamulla?** Mitä olet suunnitellut syödä tänään? Mistä ruuasta pidät?

**Miten / Millä tulit tänne?** Missä asut?

**Millaista liikuntaa kehosi saa päivittäin?**

**Mitä harrastat?** Mitä olet harrastanut nuorempana, lapsena?

**Mikä sinulle on tärkeätä?** Mistä saat hyvän mielen?

**Ketä ihmisiä päivääsi kuuluu?** Ketä näet päivittäin? Ketä ihmistä arvostat eniten? Keneltä saat tukea ja arvostusta?

**Kukaan ei ole korvaamaton, mutta silti meillä kaikilla on jotain ainutlaatuista annettavana kavereille, perheelle tai yhteiskunnalle.** Mitä se voisi sinua tapauksessa olla?Miten se vaikuttaisi sinuun, jos sinulla olisi nykyistä enemmän mahdollisuuksia antaa juuri sitä?

**Kerro jokin sellainen kokemus, jota voit kutsua elämäsi kohokohdaksi.** Miltä se tuntui? Mitä vaikutuksia sillä oli sinuun? Miten se vaikuttaisi sinuun, jos sinulle olisi enemmän tuollaisia kokemuksia?

**Miten mieluiten osoitat kaverille, perheesi jäsenille, että arvostat heidän kanssa olemista?** Mitä vaikutuksia arvelet, että sillä olisi, jos tekisit sitä vielä lisää?

**Mitä pidit tästä haastattelusta? Mitä se sinulle opetti?**

*Mukaellen Ben Furman & Tapani Ahola by Birgit Mylläri 14.5.2019*