

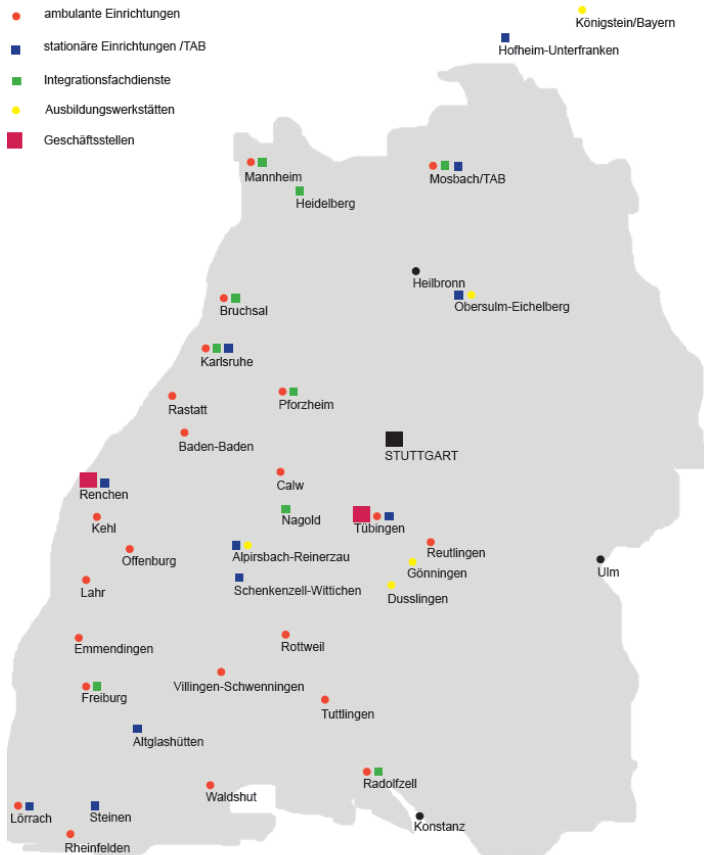
Fortbildung zum Thema
Motivierende Gesprächsführung
am 22.10.2015
der
Fachstelle Sucht Wiesloch

Referentinnen: Kerstin Abeck und Laura Weiß

Ablauf und Inhalt der Fortbildung

- Vorstellung der Fachstelle Sucht Wiesloch und der Referentinnen
- Vorstellung der TeilnehmerInnen
- Was ist MI? – Grundsäulen, Basisfertigkeiten und Ziele
- Vorstellung der Stadien der Veränderung
- Vorstellung Prinzipien der Intervention
- Vorstellung der Methoden mit anschließender Übung in Kleingruppen
- Wirkung von MI – Diskussion in der Großgruppe
- Praxisbeispiel: Kurzintervention und anschließender Übung
- Abschluss

Baden-Württembergischer Landesverband für Prävention und Rehabilitation gGmbH



- größter Anbieter für Prävention und Suchthilfe in Baden-Württemberg
- ca. 900 Mitarbeiter/innen
- 23 Beratungsstellen in 25 Stadt- und Landkreisen
- 10 Fachkliniken für Alkohol- und Drogenabhängige
- Nachsorgeeinrichtungen, Wohngruppen
- 9 Integrationsfachdienste für psychisch kranke und schwerbehinderte Menschen

Fachstelle Sucht Wiesloch - Zielhierarchie

- Nichtkonsumenten unterstützen
- Erstkonsum aufschieben
- Menge/Häufigkeit reduzieren
- bei Abhängigkeit Therapie einleiten

Fachstelle Sucht Wiesloch – Angebote

- Information und Beratung bei Problemen mit Alkohol, Medikamenten, illegalen Drogen, Glücksspiel und pathologischer Mediennutzung
- Angehörigenberatung
- Substitutionsbegleitung
- Vermittlung in Entzugskliniken
- Vermittlung in medizinische Rehabilitation
- Betreuung und Beratung in Justizvollzugsanstalten
- ambulante Rehabilitation
- ambulante Nachsorgebehandlung
- ambulant betreutes Wohnen
- Seminar zur MPU-Vorbereitung – Führerschein und Sucht
- Seminar zur Raucherentwöhnung – Rauchfrei in 10 Schritten
- Konsumreduktionsprogramme im ambulanten Bereich
- Suchtprävention
- ISI – Ein Programm für erstauffällige DrogenkonsumentInnen
- Beratung in Jobcentern des Rhein-Neckar-Kreises
- Beratung innerhalb der Ambulanz des integrierten Diagnose-, Beratungs- und Behandlungsverbundes für Computerspielsucht und übermäßige Mediennutzung (IDBB)
- Angebote für Unternehmen
- Projekt Schulterchluss

Vorstellung der TeilnehmerInnen

Wer sind Sie und was erwarten
Sie von dem heutigen Tag?

Was ist Motivierende Gesprächsführung ?

Motivational Interviewing is a
collaborative – *partnerschaftliche*,
person-centered – *personenzentrierte*,
form of guiding – **Art der Anleitung und Begleitung**
for eliciting and strengthening motivation for change –
zum Hervorlocken und Stärken der Veränderungsmotivation.

Miller/Rollnick 2009

Grundsäulen der Motivierenden Gesprächsführung

1. Menschenbild / Grundhaltung
2. MI impliziert einen bestimmten „Geist“
 - Kommunikation auf Augenhöhe**
 - entlocken statt konfrontieren**
 - Autonomie fördernd**
3. Kontext- und Auftragsklärung
4. Methoden / MI-Anwendung

**informiere mit Wahlfreiheit
höre absichtsvoll
frage unterstützend**

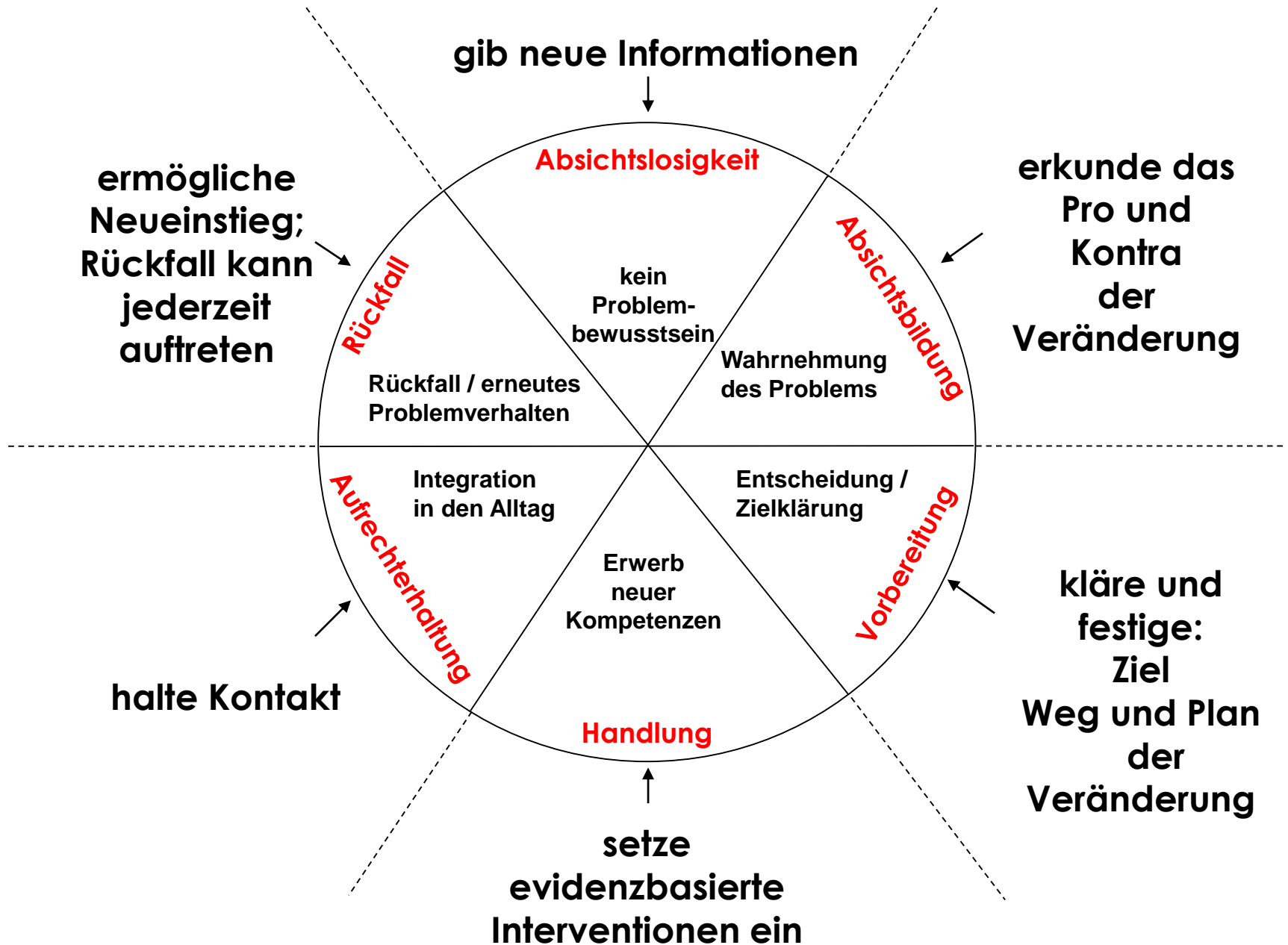
→ guiding = begleiten und anleiten

Ziele von Motivierender Gesprächsführung

**Förderung
der
Veränderungsmotivation
Phase 1 von MI**

**Festlegung von Zielen,
Weg und Plan der
Veränderung
Phase 2 von MI**

Stadien der Veränderung – Prochaska und Di Clemente



Prinzipien der Intervention von Motivierender Gesprächsführung

Empathie

**Entwicklung
von
Diskrepanzen**

**geschmeidiger
Umgang mit
Widerstand**

**Stärkung
der
Änderungs-
zuversicht**

Methoden der Motivierenden Gesprächsführung

offene Fragen

aktives Zuhören

Würdigung

Methoden zur
Förderung von
„change-talk“

Methoden des
Umgangs mit
Widerstand

Methoden zur
Förderung von
„confidence-talk“

Zusammenfassungen

Methoden zur Förderung von „change-talk“

- offene Fragen stellen
- Wichtigkeitsrating erfragen
- 4-Felder-Entscheidungsmatrix
- Veränderungsgründe genau erkunden
- Extrementwicklung erfragen
- Rückschau halten
- Zukunft nach Veränderung (Bsp.: Konsumreduktion) ausmalen lassen
- Lebensziele explorieren und Dissonanzen zum Ist-Zustand (Bsp.: Suchtmittelkonsum eruieren)

Übung zu den unterschiedlichen Methoden zur Förderung von „change-talk“

Methoden zum Umgang mit Widerstand

- einfaches Widerspiegeln
- überzogenes Widerspiegeln
- Widerspiegeln der Ambivalenz
- Verschiebung des Fokus
- Zustimmung mit einer Wendung
- Herausstellen der persönlichen Wahlfreiheit
- umdeuten
- mit der Position des Klienten konform gehen

Übung zu den unterschiedlichen Methoden zum Umgang mit Widerstand

Methoden zur Förderung von „confidence-talk“

- evokative Fragen
- Zuversichtsrating
- Rückblick auf vergangene Erfolge
- Ansprechen persönlicher Stärken und Unterstützungsmöglichkeiten
- Brainstorming
- Weitergabe von Informationen und Empfehlungen
- umdeuten
- thematisieren hypothetischer Änderungen

Übung zu den
unterschiedlichen Methoden
zur Förderung von
„confidence-talk“

Eine wunderschöne und
erholungsreiche Pause
wünschen Ihnen
Kerstin Abeck und Laura Weiß

Wirkung von Motivierender Gesprächsführung

1. für KlientInnen: wertschätzend

eigene Ziele formulieren, Sinnerleben, nicht „gegen den Strich gebürstet“

2. für BeraterInnen: burnoutpräventiv

Verantwortung da hin geben, wo sie hingehört und gelassener Umgang mit Widerstand

3. für alle (sozialen) Berufsfelder: Empowerment

Ethik und Haltung ermöglichen gesunde Gesprächskultur und Orientierung in schwierigen Situationen

Zusammenfassung

**Veränderung läuft in Stadien ab.
Wo steht mein Gegenüber gerade?**

**MI arbeitet auf Augenhöhe, partnerschaftlich und
verzichtet auf Expertenlösung.**

**Menschenbild, Prinzipien und Methoden
von MI ermöglichen Veränderung.**

**Methoden geben BeraterIn Sicherheit und
wirken burnoutpräventiv.**

Zeit für Diskussionen,
Kritik und
offene Fragen ...

Ein Praxisbeispiel – Die Kurzintervention

- F eedback:** beschreibend, konkret, sachlich
- R esponsability:** Eigenverantwortung betonen, Erlaubnis einholen, (ja: sofort ansprechen, nein: aktives Zuhören)
- A dvice:** eine Empfehlung aussprechen
- M enu:** Menü an Möglichkeiten anbieten, mit Wahlfreiheit informieren
- E mpathie:** in den anderen hineinversetzen, die Dinge aus seiner Sicht betrachten
- S elf efficacy:** Selbstwirksamkeit/ Änderungszuversicht stärken, Hoffnung geben, die Situation beeinflussen zu können

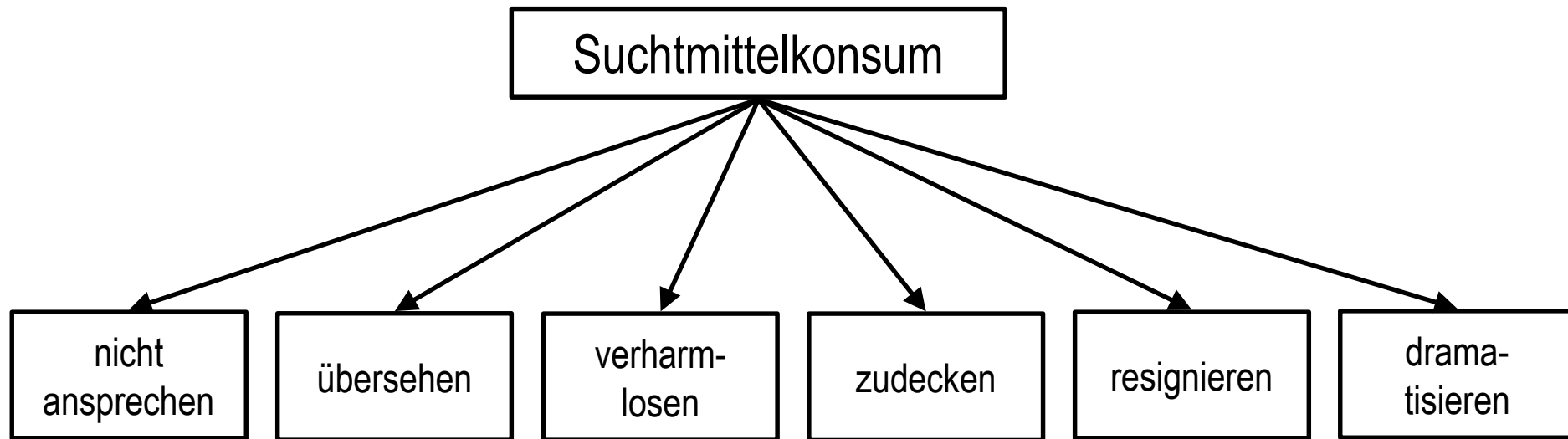
Hilfreiche Sätze für die Kurzintervention

- „Ich spreche mit Ihnen in meiner Funktion als ...“ (Rollen- & Kontexttransparenz)
- „Schön, dass Sie sich für dieses Gespräch Zeit genommen haben.“ (Wertschätzung)
- „Ich mache mir Gedanken um...“, „Ich Sorge mich... etc. (Anteilnahme)
- „Ich habe beobachtet...“, „Mir ist aufgefallen, dass...“ (Bezugnahme auf Hinweise)
- „Ich würde gerne mit Ihnen darüber sprechen.“ (Wunsch)
- „Sind Sie damit einverstanden?“ (Erlaubnis holen)
- „Wie denken Sie im Moment über...“ (offene Frage stellen)
- „Das ist Ihnen unangenehm.“, „Ihnen ist wichtig, dass...“ (aktives Zuhören, Empathie)
- „Ich möchte Sie zu nichts drängen...“, „Es ist Ihre Entscheidung...“
(Widerstand vermeiden, Eigenverantwortung betonen)
- „Wie können wir gemeinsam ... unterstützen?“, „Was ist Ihre Idee?“
(Selbstwirksamkeit stärken)
- „Meine Aufgabe ist...“, „Mein Anliegen ist...“ (Rolle klären, Transparenz schaffen)
- „Wie wollen wir verbleiben?“, „Was wollen wir vereinbaren?“
(Rahmen für weitere Gespräche schaffen, Planung von Schritten, auf Widerstand achten → aktiv Zuhören)

Demonstration einer Kurzintervention

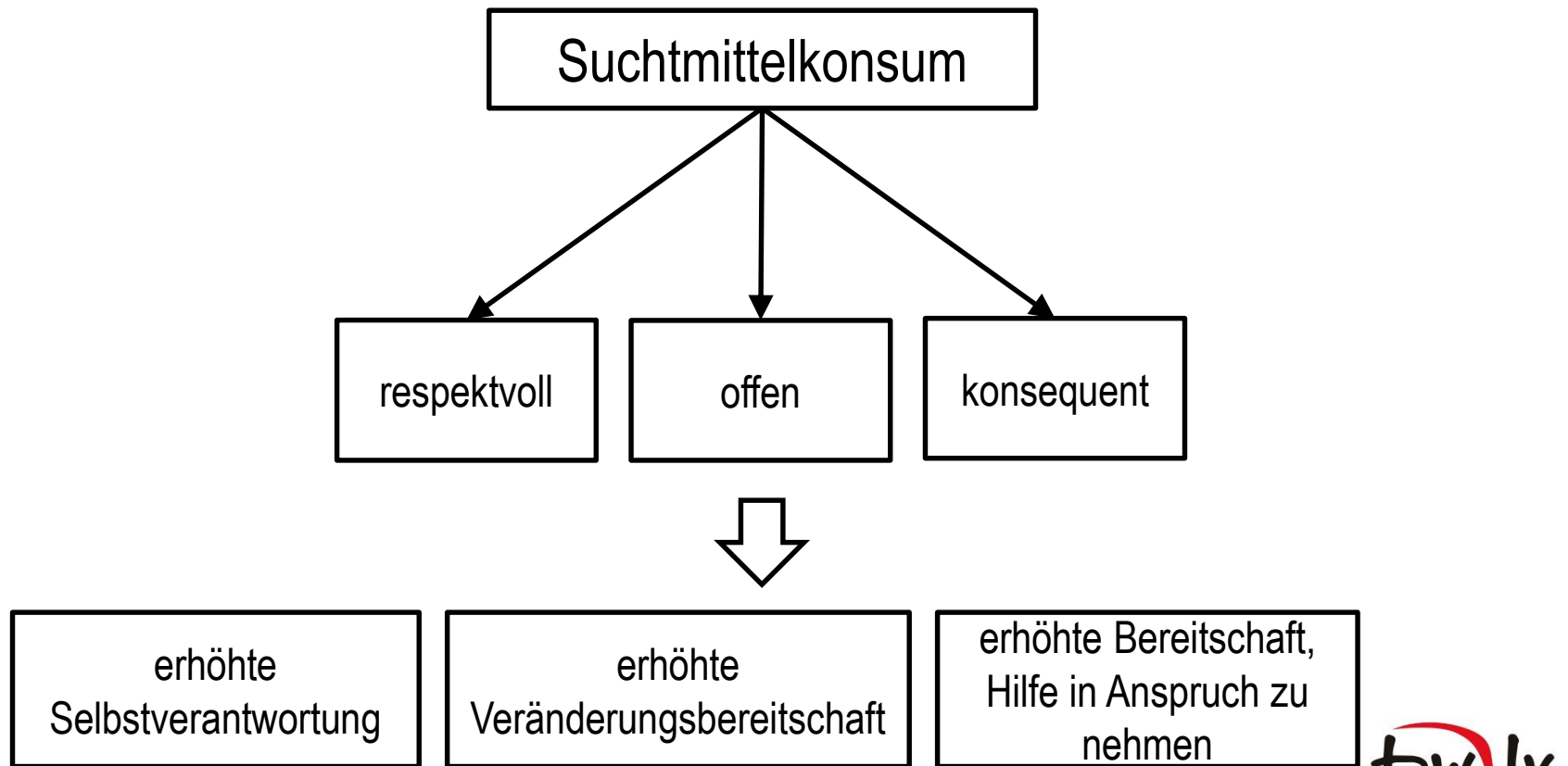
Praxisbezug – Suchtmittelkonsum in einer Familie

Häufig auftretende Reaktionsmuster bei Suchtmittelkonsum



Praxisbezug – Suchtmittelkonsum in einer Familie

Zielführende und hilfreiche Reaktionen bei Suchtmittelkonsum



Wichtige Hinweise zur Kurzintervention

Vorraussetzung: Rahmenklärung

Wo stehen wir ? Was ist bereits gelaufen ? → Transparenz schaffen

Hilfreiche Grundeinstellung und –annahmen:

„das Gesicht des Gegenübers wahren“ und annehmen, dass Eltern nur das Beste für ihre Kinder wollen

Anlass & Ziel des Gesprächs

- Was wurde genau beobachtet – sachliche Beschreibung
- Wann, wie oft wurde die Beobachtung gemacht – zeitnah dokumentieren, Datum, Uhrzeit
- Besprechung der Beobachtungen im Team, Klärung der Vorgehensweise
- Wann ist das Gespräch erfolgreich?
- Was soll nach dem Gespräch anders sein?
- Welche Konsequenzen soll das Gespräch haben oder soll es „nur“ angesprochen werden?

Übung zur Kurzintervention

Nehmen Sie ein Beispiel aus Ihrer Arbeit oder stellen Sie sich vor es gibt eine (suchtmittelbedingte) Auffälligkeit in einer Ihrer Familien
Was tun Sie ?

Abschluss

- Wie geht es Ihnen aktuell?
- Was war neu für Sie? Was kannten Sie bereits?
- Was können Sie für sich praktisch mitnehmen?
- Halten Sie es für realistisch die Motivierende Gesprächsführung in Ihrem Arbeitsalltag anzuwenden?
- Gibt es Kritik an der Motivierenden Gesprächsführung Ihrerseits?

Quellen

- Miller, W.R. & Rollnick, S. (2009).
Motivierende Gesprächsführung. 3. Auflage,
Freiburg: Lambertus. (Original 1991)
- Unterlagen der GK Quest Akademie GmbH
- www.motivierende-gesprächsführung.de

Vielen herzlichen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit !!!

Einen wunderschönen
Feierabend und eine gute
Heimreise wünschen Ihnen

Kerstin Abeck und Laura Weiß