

„Motivational Interviewing“ – neue
Perspektiven für eine kreative,
veränderungsfördernde
Gesprächskultur“

Dr. phil. Ulrich Wehrmann

Häufiges Dilemma

- Wie können Menschen mit Suchtproblemen zur Auseinandersetzung mit Ihrer Sucht motiviert werden?
- Nach wie vor gebräuchliche Muster:
 - ☞ Drohungen
 - ☞ Hinweise auf problematische Befunde
 - ☞ Konfrontation
 - ☞ Rock the bottom (erst mal in der Gosse ankommen)

etc.

Motivational Interviewing

- „Motivational Interviewing“ (MI) nach MILLER & ROLLNICK ist ein direktives, klientenzentriertes Beratungskonzept zur Lösung ambivalenter Einstellungen gegenüber Verhaltensänderungen
- Zentrale Annahmen:
 - ◆ Suchtabhängige Menschen sind nicht änderungsresistent
 - ◆ Ambivalenzen (Zweiwertigkeiten) können zur Förderung einer Veränderungsmotivation genutzt werden („Zwei Seelen, ach, sind in meiner Brust“, Goethe)

Theoretische u. wissenschaftliche Grundlagen des MI

- Humanistische Psychologie (ROGERS)
- Selbstwirksamkeit (BANDURA)
- Selbstregulation und- management (KANFER)
- Kognitive Lerntheorien (MARLATT)

Zentrale Elemente des MI

- **Empathie** – Verstehen nicht billigen, Offene Fragen stellen, Bestätigende Äußerungen, Regelmäßiger Review
- **Aktiv Zuhören** – Reflektieren, Spiegeln, Zusammenfassen
- **Exploration** – Die Freisetzung von Eigenmotivation erfordert ein gründliches Erkunden von Argumenten die für und gegen eine Veränderung sprechen (Vorteil/Nachteil-Waage), entschleunigte Gesprächsführung
- Flexibler Umgang mit Widerständen – „**Aikido-Technik**“

Stadien der Verhaltensänderung (TTM)



Anwendung in der Praxis

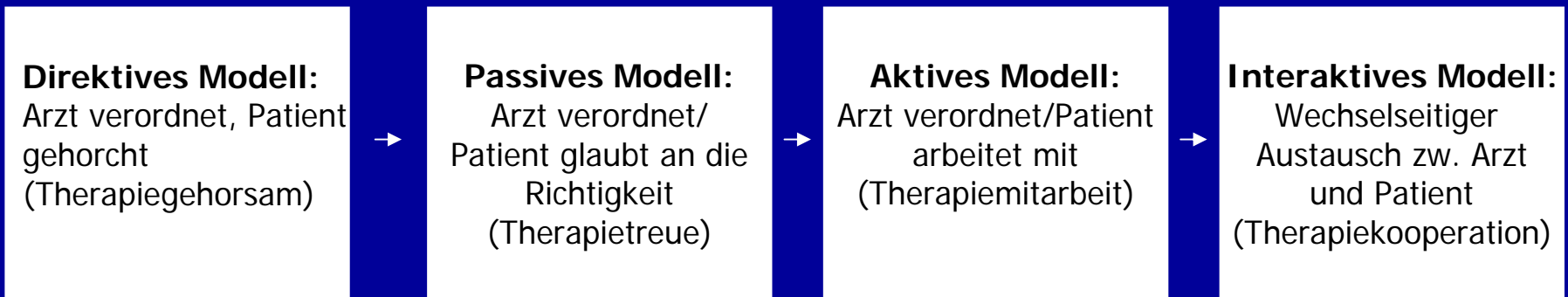
- FreD – Frühintervention bei erstauffälligen Drogenkonsumenten („In Take Gespräch“ plus 4 x 2 Std.)
 - Evaluationsergebnisse: n=430 Jugendliche, durchschnittlich 17,7 Jahre alt, davon 28% täglich konsumierend – 83,3% beendeten das Programm regulär, 2/3 beabsichtigten Änderung ihres Konsums
- Schulsozialarbeit
- Erziehungsbeistandschaft
- Sozialpädagogische Familienhilfe
- Jugendgerichtshilfe

Zur Evidenz des Motivational Interviewings

- NOONAN & MOYERS (1997) berücksichtigten 11 klinische Studien im Alkoholbereich u. im Drogenbereich – 9 der 11 Studien belegten pos. Effekte des MI im Vergleich zu Kontrollgruppen
- DUNN et. al. (2001) berücksichtigten 29 Studien zum MI mit unterschiedlichen Settings – Es konnte in der Summe aller Studien eine eindeutige Evidenz für MI nachgewiesen werden.
- Trotz bestehender methodischer Mängel wird den Studien zum MI in einer Übersichtsarbeit von MILLER & Wilbourne (2002) eine im Vergleich mit anderen Behandlungsansätzen im Suchtbereich gute methodologische Qualität zugesprochen. MI erreicht in diesem Zusammenhang einen Qualitätsindex von 13,12 und belegt somit in einer Rangliste von 46 Behandlungsansätzen den 2 Platz.

Bezugswissenschaftliche Methoden

■ Modelle der Arzt-Patient-Kommunikation (Petermann, 1997)

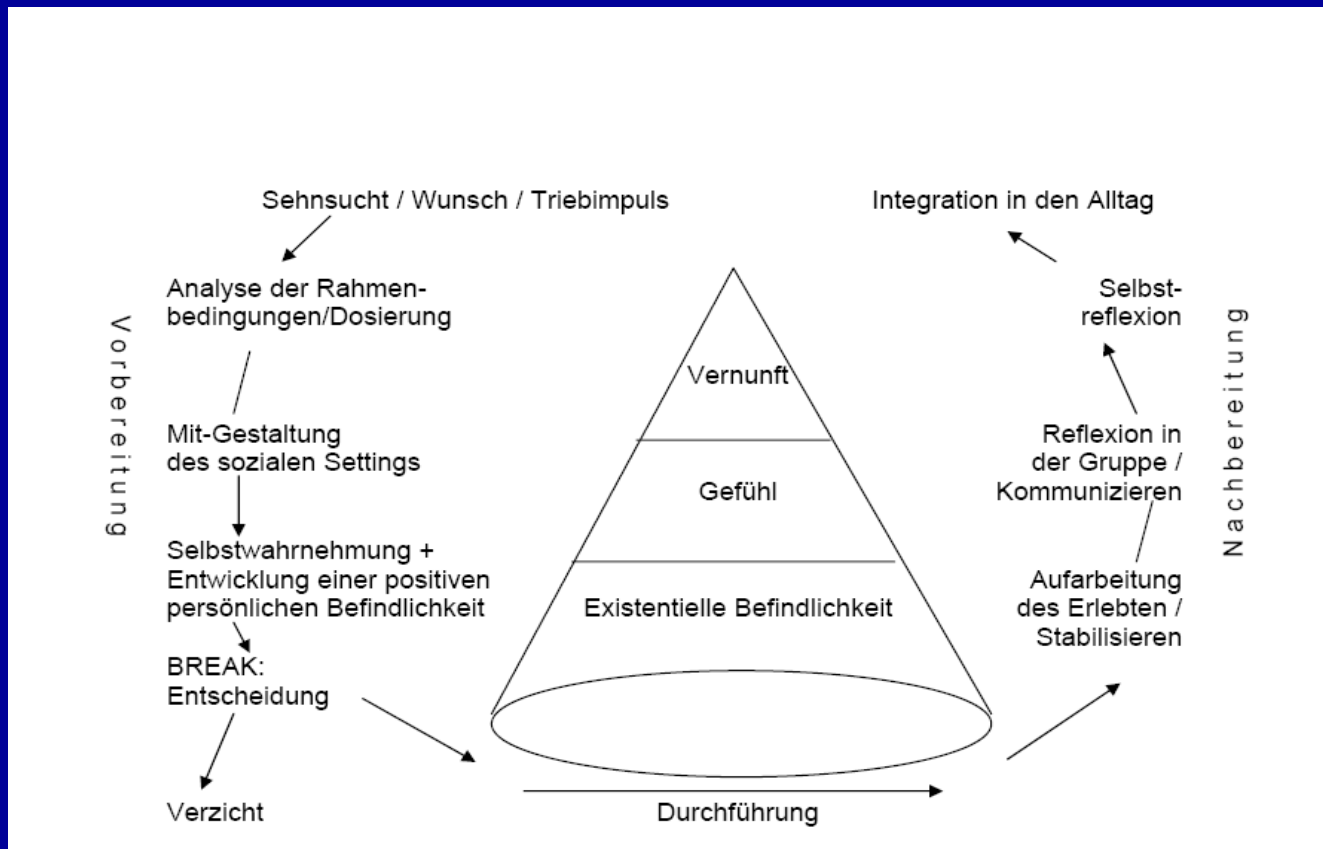


Das interaktive Modell, das auf einer Therapiekoooperation („Shared Decision Making“) basiert, führt nach vorliegenden Studien zu besonders guten Ergebnissen im Blick auf Patientenzufriedenheit, verbesserte Lebensqualität, angemessenes Krankheitsverständnis, Stärkung der Selbstkontrollfähigkeit, Verringerung von Ängsten

Bezugswissenschaftliche Methoden

- **Empowerment:** Menschen sollen ermutigt und unterstützt werden, individuelle Bewältigungsstrategien hinsichtlich anstehender persönlicher Problemlagen zu entwickeln. MI kann in diesem Kontext gewinnbringend eingesetzt werden.
- **Salutogenetische Perspektive:** Warum bleiben Menschen trotz einer Vielzahl krankheitserregender Risikokonstellationen, psychosozial irritierenden Belastungen und angesichts kritischer Lebensereignisse gesund? MI kann helfen personale Ressourcen konstruktiv zu handhaben.
(RISA Studie)
- **Risikoreflektion:** Richtet sich nicht an Problemkonsumenten/ konsumentinnen von Substanzen die bereits Missbrauchsmuster entwickelt haben, sondern an die große Gruppe der unreflektiert konsumierenden

Risikoreflektion



Befunde der aktuellen Hirnforschung zeigen, dass hormonell gesteuerte vereinheitlichende neuronale Oszillationen im Schwingungsbereich von 40 Hz die größtmögliche Zusammenbindung von Erfahrungen ermöglichen. Reflexionsfördernde Settings, wie eine angenehme Gesprächsatmosphäre führen zur Entwicklung dieser Oszillationen (Singer, 2002)

Fazit:

- „Motivational Interviewing“ ist eine praxisorientierte, gut evaluierte, außertherapeutische Methode, die gewinnbringend in unterschiedlichen Arbeitsfeldern (Schule, Sozialarbeit etc.) eingesetzt werden kann und somit Berücksichtigung in den Curricula zur Ausbildung von LehrerInnen, SozialarbeiterInnen etc. finden sollte!
- **Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!**