

Projektstand Tübingen – Webinar *Motivationsstrategien bei Alkoholabhängigkeit*

K. Velten-Schurian, F. Schober, A. Batra, A.J. Fallgatter



**Kompetenzzentrum
Psychotherapie**
an den
medizinischen Fakultäten
Baden-Württembergs

Gefördert durch:



Baden-Württemberg
MINISTERIUM FÜR WISSENSCHAFT, FORSCHUNG UND KUNST

Arbeitsplan

- Gemeinsame Etablierung regelmäßiger Adobe-Connect Sitzungen mit dem Ziel der inhaltlichen und technischen Vernetzung der Zentren
- Konkretisierung der Aufgabenstellung Standort Tübingen: **Erstellung eines Webinars zur Psychotherapie bei Alkoholabhängigkeit**
- Auswertung der Fachliteratur zum Thema Psychotherapie bei Alkoholabhängigkeit
- Eingrenzung der Webinar-Inhalte auf die **Strategien in der Motivationsphase der Psychotherapie bei Alkoholabhängigkeit**
- Ausarbeitung der Webinar-Inhalte
- Verfassen der Drehbücher für Therapiesequenzen und Dozententext
- Organisation und Durchführung der Dreharbeiten
- Erstellung der PowerPoint-Präsentation für das Webinar
- Schnitt Therapiesequenzen und Dozententext
- Zusammenfügen von Folien, Dozententext und Therapiesequenzen
- Fertigstellung von Handouts, Arbeitsblättern und Wissenstests
- Ausarbeitung von Durchführungshinweisen für jeweiligen Moderator und Experten
- Durchführung des Webinars *Motivationsstrategien bei Alkoholabhängigkeit* mit allen Zentren

Juli 2013

September – Oktober 2013

November 2013 – März 2014

Februar – Mai 2014

Mai – Juli 2014

September 2014

Oktober 2014

Webinar *Motivationsstrategien bei Alkoholabhängigkeit*

Webinar-Inhalte

Die im Webinar vorgestellten Strategien entstammen vorwiegend der Motivierenden Gesprächsführung nach Miller & Rollnick (2013). Ergänzt werden Beispiele zum Einsatz anderer Strategien, Techniken und Methoden (z. B. kognitive Verhaltenstherapie).

Miller & Rollnick (2013) haben beobachtet, dass Patienten in Abhängigkeit vom Ausmaß der Veränderungsmotivation unterschiedliche Gesprächsstile aufweisen. Die Motivation, den Status quo beizubehalten ist mit *Sustain Talk* (z. B. „Therapie bringt doch nichts.“) verbunden. Die Motivation, etwas zu verändern, geht mit *Change Talk* (z. B. „Ich kann mich ja mal über Therapiemöglichkeiten informieren.“) einher. Die Strategien der motivierenden Gesprächsführung dienen nun dazu, Veränderungsmotivation zu schaffen bzw. zu verstärken, also *Change Talk* auszulösen, und somit die Wahrscheinlichkeit für eine Verhaltensänderung (z. B. Beginn einer Therapie) zu erhöhen.

Miller & Rollnick (2013) unterscheiden dabei vier Strategiebereiche

- Strategien zum Aufbau einer therapeutischen Beziehung: **Strategien Beziehung**
- Strategien zum Finden und Beibehalten einer Richtung: **Strategien Fokussieren**
- Strategien zum Hervorrufen von *Change Talk*: **Strategien Hervorrufen**
- Strategien zum Planen konkreter Veränderungsschritte: **Strategien Planen**

Die jeweiligen Strategien werden von den Dozenten erläutert und anschließend in einer Video-Sequenz (Therapeutin mit Patienten-Schauspielern) demonstriert. Dabei soll insbesondere auch die für die motivierende Gesprächsführung typische therapeutische Grundhaltung transportiert werden, die mit Hilfe der folgenden Aussagen beschrieben werden kann:

Niemand ist unmotiviert, Änderungsmotivation, in welche Richtung auch immer, liegt stets vor
(nach Miller & Rollnick, 2013)

Auf dem Weg zur Veränderung ist Ambivalenz normal
(nach Miller & Rollnick, 2013)

Menschen lassen sich in der Regel besser von jenen Gründen überzeugen, die sie selbst entdeckt haben, als von solchen, die anderen in den Sinn gekommen sind.
(Blaise Pascal, nach Miller & Rollnick, 2013)

Neben der adäquaten Umsetzung der Strategien werden typische Therapeutenfehler gezeigt. Zudem werden schwierige Situationen und mögliche Bewältigungsstrategien aufgezeigt sowie Grenzen der motivierenden Gesprächsführung angesprochen.

Tag 1	Tag 2	Tag 3
Einführung	Strategien HERVORRUFEN	Strategien HERVORRUFEN
Strategien BEZIEHUNG	Kleingruppenarbeit	Strategien PLANEN
Kleingruppenarbeit	Live-Fragerunde	Kleingruppenarbeit
Live-Fragerunde	Strategien HERVORRUFEN	Live-Fragerunde
Strategien FOKUSSIEREN	Kleingruppenarbeit	Strategien SCHWIERIGE SITUATIONEN, GRENZEN motivierende Gesprächsführung
Kleingruppenarbeit	Live-Fragerunde	Kleingruppenarbeit
Live-Fragerunde		Live-Fragerunde

Webinar-Struktur

Das Webinar besteht aus drei Lerneinheiten à 4 Stunden. An jedem der drei Tage werden die Strategien mit Hilfe von Dozenten- und Therapievideos erläutert. Zweimal pro Tag sind praktische Übungen in der Kleingruppe vorgesehen, um die behandelten Strategien in Kleingruppenarbeiten zu trainieren. Fragen an einen Experten, der im Rahmen einer Videokonferenz live zugeschaltet wird, ergänzen die Lerneinheit.

Auf einer Lernplattform sollen die Teilnehmer die jeweiligen Webinar-Tage mit Hilfe von Handouts, FAQs, Hausaufgaben und Wissenstests vor- bzw. nachbereiten.



Therapeutin und Patient im Therapiesgespräch.

Komplexe/ Erweiterte Reflexion

KOMPLEXE/ ERWEITERTE REFLEXION ALS REAKTION AUF SUSTAIN TALK

- PAT: „Irgendwie fände ich es nicht so toll, wenn ich jetzt jede Woche hierherkommen müsste. Das ist ja schon auch peinlich.“
- TH: „Wenn Sie es schaffen würden, dass es nicht so peinlich ist, würde es Ihnen leichter fallen herzukommen?“
- PAT: „Ja, wahrscheinlich schon.“
- TH: „Wie kann es weniger peinlich werden?“
- PAT: „Na, es müsste mir egal sein, was andere denken.“
- TH: „Hört sich plausibel an. Wie könnten Sie das schaffen?“



Dozent/in erläutert die Folien.

Strategien Hervorrufen

Reaktion auf Sustain Talk – Autonomie betonen

Vorgehen

- Betonung der Autonomie/der Entscheidungsfreiheit des Patienten
- Beziehungsangebot aufrechterhalten

Cave

- Tonfall sollte wertschätzend sein und keinen Sarkasmus beinhalten