



MOVE- **M**otivierende Kurzinter**V**ention bei konsumierenden Jugendlichen

Susann Bunzel // MOVE-Trainerin

Regionale Fachstelle für Suchtprävention der Stadtmission Chemnitz e.V.



MOTivierende KurzinterVENTion...

... stützt sich auf:

- das **T**rans**T**heoretische **M**odell der Verhaltens-Veränderung „**TTM**“ (Prochaska, DiClemente u.a.)
- die Prinzipien des Motivational Interviewing (Miller, Rollnick)
- Elemente weiterer Gesprächsführungs- & Beratungsansätze



MOTivierende KurzinterVEntion...

...eignet sich für riskant konsumierende Jugendliche.



MOTivierende KurzinterVEntion...

...betrachtet Veränderung als einen Prozess.



MOtivierende KurzinterVEntion...

... ist nicht abstinenzfixiert



MOtivierende KurzinterVEntion...

... ist kurz & (trotzdem) gut

... lässt sich in verschiedenen Situationen anwenden

... geht auf Jugendliche zu



MOTivierende KurzinterVEntion...

... will die Motivation zur Veränderung ermitteln & wenn möglich stärken.

... eröffnet neue Wege der Kommunikation zwischen Jugendlichen & Erwachsenen über Konsum.

... kann und will langfristige Beratung nicht ersetzen & verweist auf weiterführende Hilfen.



MOTivierende KurzinterVEntion...

... ist mehrfach evaluiert (Universität Bielefeld).

... hoher praktischer Nutzen für den Berufsalltag

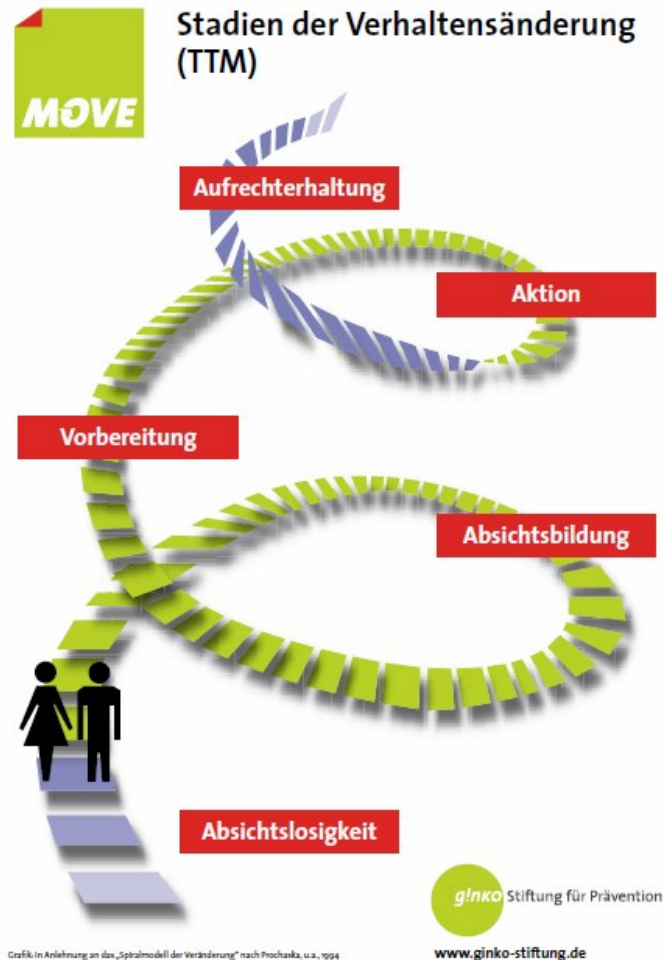
... riskantes Konsumverhalten von Jugendlichen wird früh erkannt & positiv verändert



Veränderung ist ein Prozess



Stadien der Verhaltensänderung (TTM)



- Veränderung ist kein einmaliges Ereignis, sondern ein Prozess

- Interventionen sollten dem jeweiligen Stadium des Prozesses angepasst sein

- das TTM setzt neue Maßstäbe für Erfolg



„Wenn nächste Woche die Adventsnascherei losgeht, nehme ich wieder die Treppe statt des Fahrstuhls.“



„Ich weiß ja, dass ich zu viel rauche,
aber ich stecke gerade voll im
Stress.“



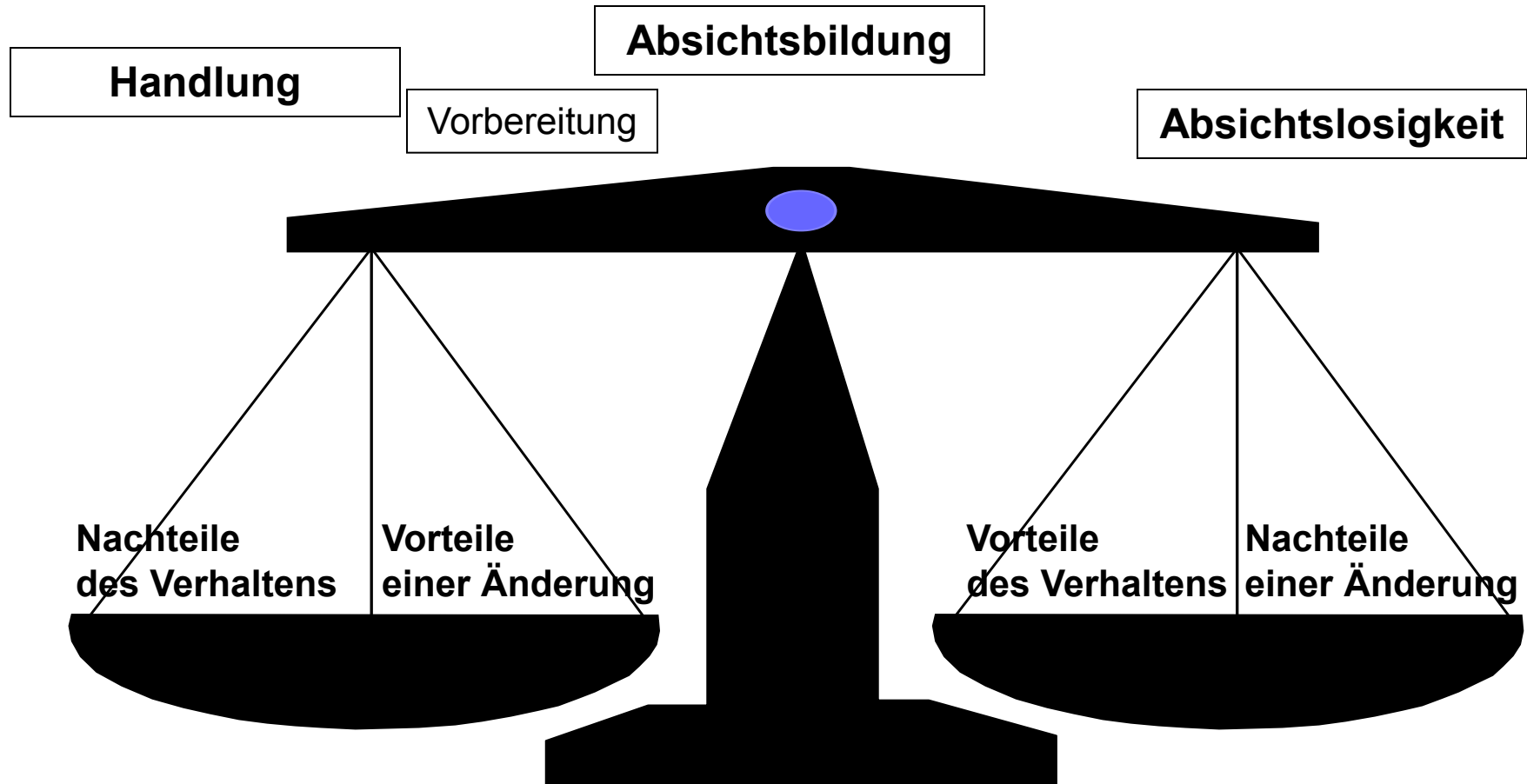
„Bis zur Verhandlung kiffe ich nicht mehr.“



Umgang mit Ambivalenzen



Waage & das TTM





Hintergrundwissen zum Drogenkonsum



Was bewegt Menschen, psychoaktive Stoffe (Suchtmittel) zu konsumieren?

Bewusstseinerweiterung: Neugierde,
Grenzen erkennen, ausloten, überschreiten

Bewusstseinstrübung: Verneinung der Realität,
Auslöschen, Aussteigen, Zumachen

Körperbetonter Drogenkonsum: Unterdrückung körperlicher Signale,
Müdigkeit, Erschöpfung, Schmerz, Hunger

Selbstheilung: Droge als Therapeutikum,
Überbrückung akuter oder chronischer Krisensituationen



Mögliche Funktionen von Drogen im Jugendalter

- Provokation gegen elterliche oder gesellschaftliche Normen & Werte
- Bewusste Verletzung der elterlichen Kontrollvorstellungen
- Abwendung von den elterlichen Lebensgewohnheiten
- Sozialer Protest
- Demonstrative Vorwegnahme des Erwachsenenverhaltens
- Nachahmung des Verhaltens bestimmter Personen
- Suche nach grenzüberschreitenden & bewusstseinsweiternden Erfahrungen



Mögliche Funktionen von Drogen im Jugendalter

- Entspannung und Genuss
- Erschließen von Zugangsmöglichkeiten zu Freundesgruppen & Erleben von Gruppenaktivitäten
- Zugang zu subkulturellen Lebensstilen
- Bewältigung von psychischen Problemen in eigener Regie
- Kompensation von einem Mangel an Selbstbewusstsein
- Veränderung der sexuellen Genussfähigkeit
- Erleben von Spannung, Risiko und Abenteuer



Kriterien von riskantem Konsum

- früher Einstieg
- hohe Konsumfrequenz
- hohe Dosierungen / Dosis-Steigerungen / Toleranzentwicklung
- Mischkonsum
- exzessive Techniken



Empathie



Empathie-Fertigkeiten

- Einfühlen- nicht mitleiden
- Verstehen- nicht billigen
- Offene Fragen stellen / Neugier & Interesse vermitteln
- Reflektierend zuhören
- Ressourcen bestätigen
- um Erlaubnis fragen
- Zusammenfassen



Umgang mit Diskrepanzen



Diskrepanzen entdecken

- Widersprüche in der Lebensführung
- zwischen Denken, Fühlen & Handeln
- zwischen Vergangenheit, Gegenwart & Zukunft
- „Verborgene Ambivalenzen“

Wahrgenommene Diskrepanz widerspiegeln

Einschätzung erfragen



Informieren

NEIN zu Besserwisserei

- **Nachfragen:**
Was weißt du bereits zu? Wie steht es um Informationen zum Thema....? Du kennst dich da sicher schon gut aus....
- **Erlaubnis einholen:**
Magst du dir weiteres dazu anhören? Kann ich dir dazu etwas sagen? Ist es okay für dich, wenn ich da noch was ergänze? Dazu fällt mir noch was ein, ist es okay, wenn ich es dir sage? Hast du ein Ohr für....?
- **Informationen geben:**
Kurz und knapp und verständlich
- **Nachfragen:**
Wie kommt es bei dir an? Was löst das bei dir aus? Du wirkst überrascht.....



Klare + transparente Regeln:





Mit Widerstand umgehen



Widerstand...

- ... ist keine Persönlichkeitseigenschaft von Jugendlichen
- ... entsteht in der Interaktion zwischen Jugendlichen & Bezugspersonen
- ... ist häufig Ausdruck einer unzureichend gewürdigten Ambivalenz
- ... zeigt häufig an, dass die Intervention nicht dem Stadium der Änderungsmotivation (TTM) entspricht



Umgang mit Widerstand

- Widerstand nicht bekämpfen, sondern ernst nehmen & bewusst machen („Aikido“- nicht Boxen)
- Beweisführungen & rechthaberische Debatten vermeiden
- Impulsivität konstruktiv nutzen
- im Gespräch bleiben
- Die Ressourcen der Jugendlichen zur Entwicklung eigener Problembeschreibungen- & Lösungen nutzen
- Autonomie der Jugendlichen betonen



Widerstand...

„Was wollen Sie denn? 5 Gramm kann ich dabei haben, da passiert doch eh nichts.“



Widerstand...

„Ist mir doch egal, was da raus kommt.“



Widerstand...

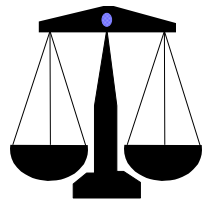
„Ich weiß gar nicht, was Sie von mir wollen.“



Entscheidungen treffen / Verbindlichkeiten stärken



Wichtigkeit & Zuversicht



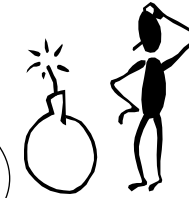
Wichtigkeit

hoch
stabil

+

Zuversicht

stark
konkret



=

Bereitschaft zur Veränderung
„Motivation“
Ein Schritt weiter im Stadien
Modell der Veränderung



Übersicht über das Curriculum

Tag 1	Baustein 1: Einführung	Baustein 2: Eigene Haltung	Baustein 3: Veränderung ist ein Prozess (TTM)	Baustein 4: Umgang mit Ambivalenzen
Tag 2	Baustein 5: Hintergrund- wissen zu Drogenkonsum	Baustein 6: Empathie	Baustein 7: Umgang mit Diskrepanzen	Baustein 8: Rechtliche Grundlagen
Tag 3	Baustein 9: Einstieg ins Gespräch / mit Widerstand umgehen	Baustein 10: Entscheidungen treffen / Verbindlichkeit stärken	Baustein 11: Zusammen- fassung	Baustein 12: Abschluss und Ausblick



MOVE

Motivierende Kurzintervention bei konsumierenden Jugendlichen

DIE FORTBILDUNG

Grenzen



Chancen

