Vielen Dank **für die Einladung**

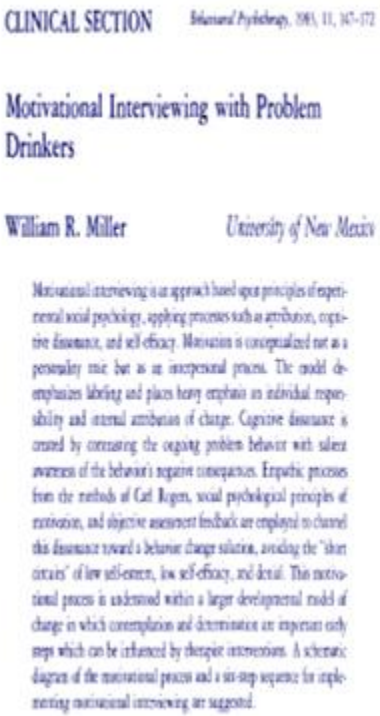
Motivational Interviewing

Die Intervention

personen-zentrierte und direktive Intervention zur Erhöhung der Motivation im Zusammenhang mit einem spezifischen Ziel unter Beachtung der Änderungsgründe des Patienten in einer akzeptierenden und mitfühlenden Atmosphäre

MI

Miller und Rollnick

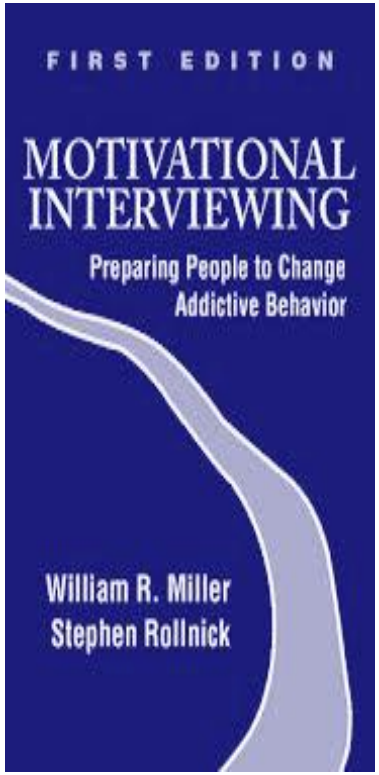


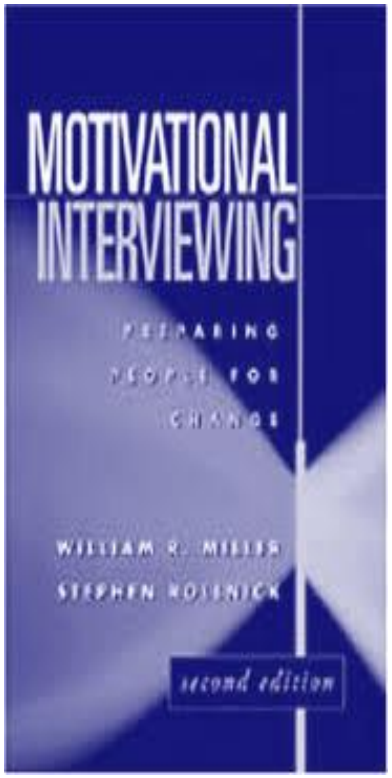
CLINICAL SECTION *Behavioral Psychotherapy*, 1983, 11, 147–172

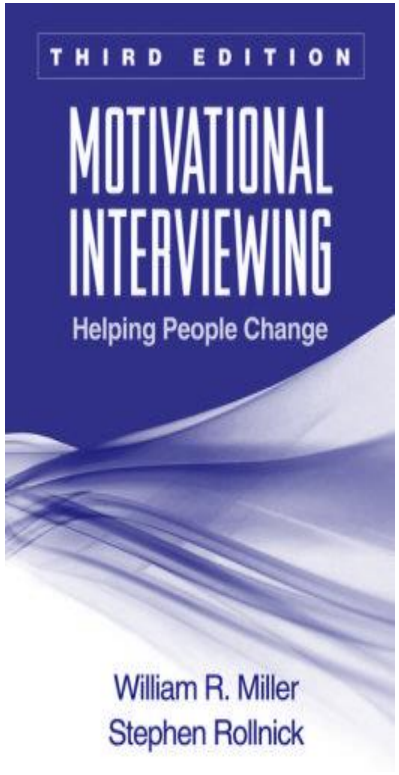
Motivational Interviewing with Problem Drinkers

William R. Miller *University of New Mexico*

Motivational interviewing is an approach based upon principles of experimental social psychology, applying processes such as attribution, cognitive dissonance, and self-efficacy. Motivation is conceptualized not as a personality trait but as an interpersonal process. The model de-emphasizes labeling and places heavy emphasis on individual responsibility and internal attribution of change. Cognitive dissonance is created by contrasting the ongoing problem behavior with salient awareness of the behavior's negative consequences. Empathic processes from the methods of Carl Rogers, social psychological principles of motivation, and objective assessment feedback are employed to channel this dissonance toward a behavior change solution, avoiding the "short circuits" of low self-esteem, low self-efficacy, and denial. This motivational process is understood within a larger developmental model of change in which contemplation and determination are important early steps which can be influenced by therapist interventions. A schematic diagram of the motivational process and a six-step sequence for implementing motivational interviewing are suggested.







1983 **1991** **2002** **2012**

Eröffnungsstrategien	Offene Fragen Affirmationen (Bestätigen, ermutigen) Reflektierendes Zuhören S ummative Formulierungen (Zusammenfassen)
Change Talk **Änderungsbereitschaft aufbauen**	Offene Fragen Dringlichkeitsskala Exploration der Entscheidungsalternativen Extreme abwägen Zurückblicken In die Zukunft schauen Ziele und Werte thematisieren
Mit dem Widerstand umgehen	Reflektionen Veränderungen des Fokus Zustimmung mit Wendung Betonung von persönlicher Wahlfreiheit
Confidence Talk **Zuversicht aufbauen**	Evokative Fragen Zuversichtsskala Frühere Erfolge besprechen Information und Ratschläge Brainstorming Umformulieren Hypothetische Änderungen

MI

Das Menschenbild

Person possesses powerful potential for change

Der Idealzustand ist nach Rogers die

„fully functioning person“,

eine Person, die offen ist für ihre Erfahrungen, die jeden Stimulus, unabhängig ob dieser aus dem Organismus oder aus der Umwelt kommt, ohne irgendwelche Verzerrungen oder Abwehrmechanismen weiterleitet (Rogers, 1962).

(Helle, 2013)

Nach Rogers wird der Organismus des Menschen von einer einzigen zentralen Energie gesteuert und zwar von der angeborenen

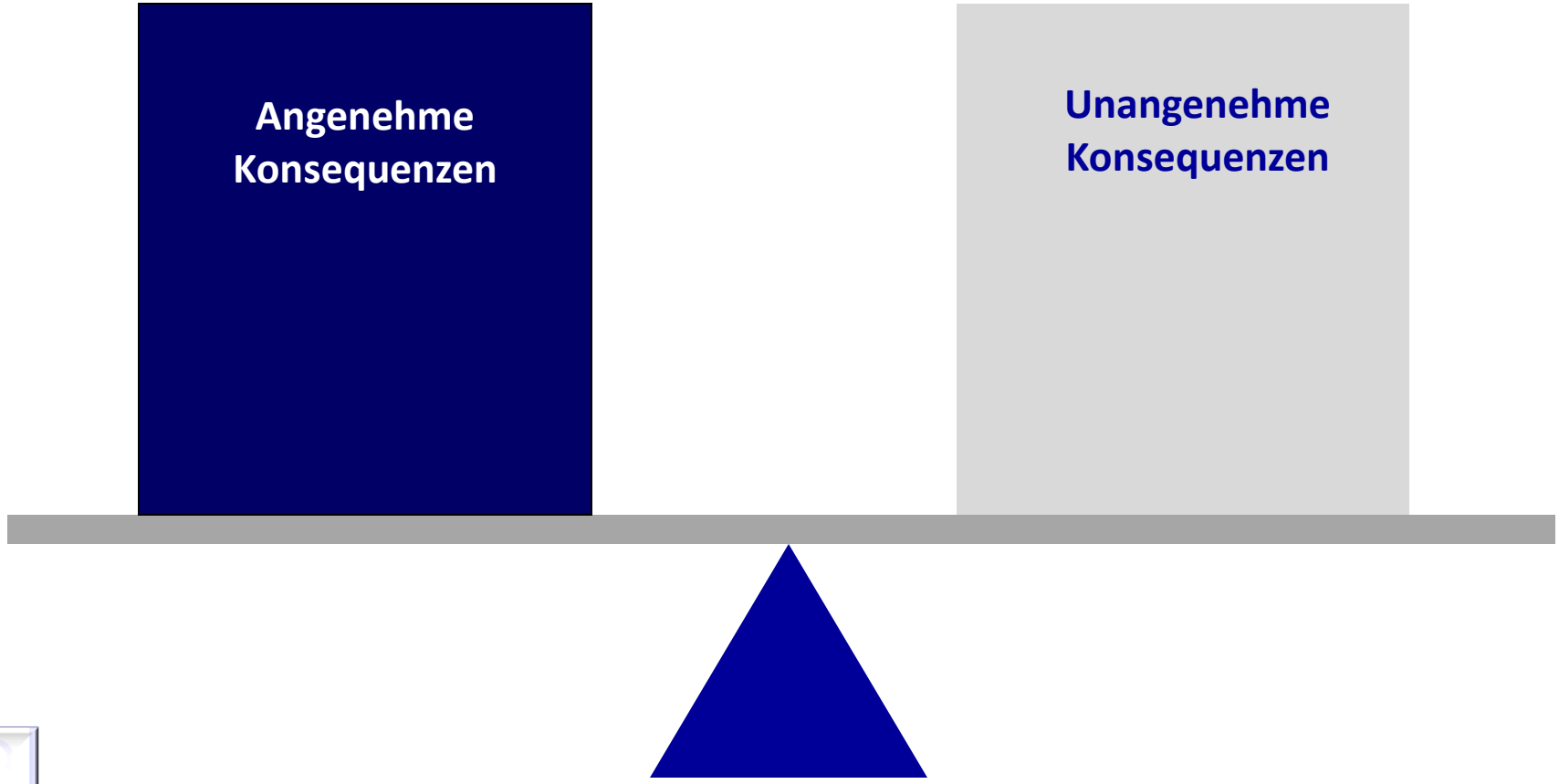
Aktualisierungstendenz (das angeborene Bestreben des Menschen, seine Entwicklungsmöglichkeiten zu entfalten und zu verwirklichen).

Diese Energie ist das grundlegende Motiv für das Tätigwerden des Menschen im Sinne einer **Entwicklung zu Autonomie und Selbstbestimmung**, weg von Abhängigkeit und Kontrolle durch äußere Zwänge.
Dieses Streben des Menschen führt ständig zu neuen Erfahrungen.

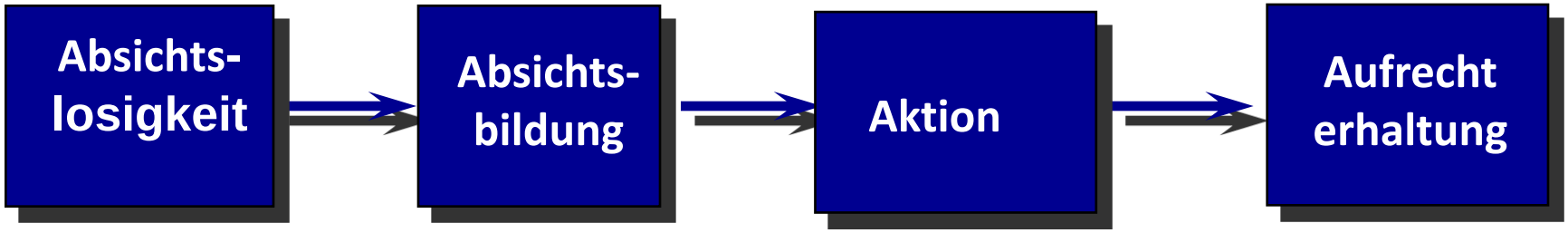
(Helle, 2013)

Die Änderungsmodelle

Ambivalenz



Stadien der Änderungsbereitschaft



Prochaska und DiClemente

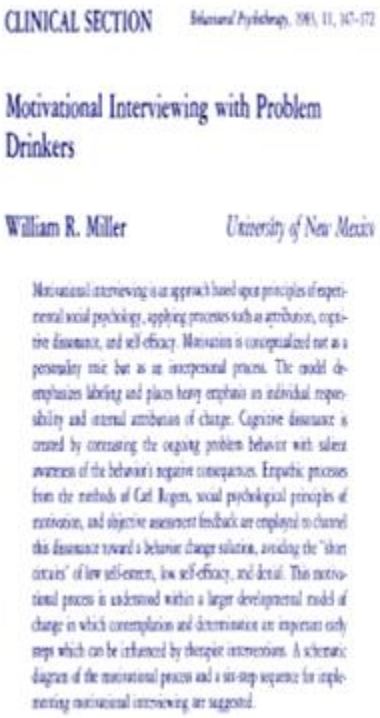
Natürliche Änderungsprozesse

nach Extremereignisse
durch „tiefe Einsicht“
durch spirituelle Erfahrungen.

Die Beziehungsgestaltung

„Das Individuum steht im Mittelpunkt der Beratung und nicht das Problem. Das Ziel ist es nicht, ein bestimmtes Problem zu lösen, sondern dem Individuum zu helfen, sich zu entwickeln, so dass es mit dem gegenwärtigen Problem und mit späteren Problemen auf besser integrierte Weise fertig wird“

Rogers (1999)



CLINICAL SECTION *Behavioral Psychotherapy*, 1983, 11, 147–172

Motivational Interviewing with Problem Drinkers

William R. Miller *University of New Mexico*

Motivational interviewing is an approach based upon principles of experimental social psychology, applying processes such as attribution, cognitive dissonance, and self-efficacy. Motivation is conceptualized not as a personality trait but as an interpersonal process. The model de-emphasizes labeling and places heavy emphasis on individual responsibility and internal attribution of change. Cognitive dissonance is created by contrasting the ongoing problem behavior with salient awareness of the behavior's negative consequences. Empathic processes from the methods of Carl Rogers, social psychological principles of motivation, and objective assessment feedback are employed to channel this dissonance toward a behavior change solution, avoiding the "short circuits" of low self-esteem, low self-efficacy, and denial. This motivational process is understood within a larger developmental model of change in which contemplation and determination are important early steps which can be influenced by therapist interventions. A schematic diagram of the motivational process and a six-step sequence for implementing motivational interviewing are suggested.

Therapeutischer Optimismus

Labeling für Änderung unwichtig

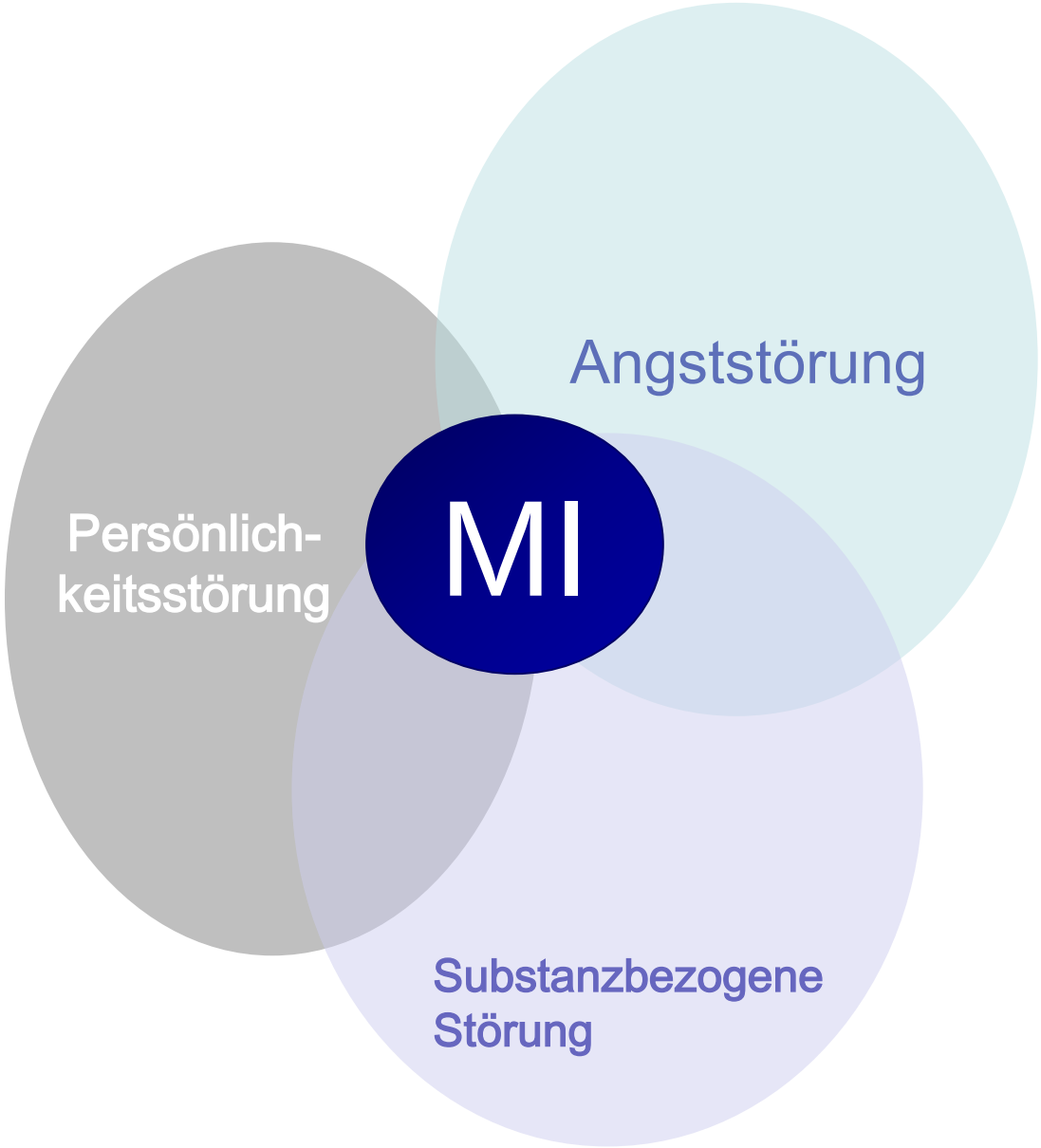
Entscheidungsfreiheit und Ergebnisoffenheit

MI

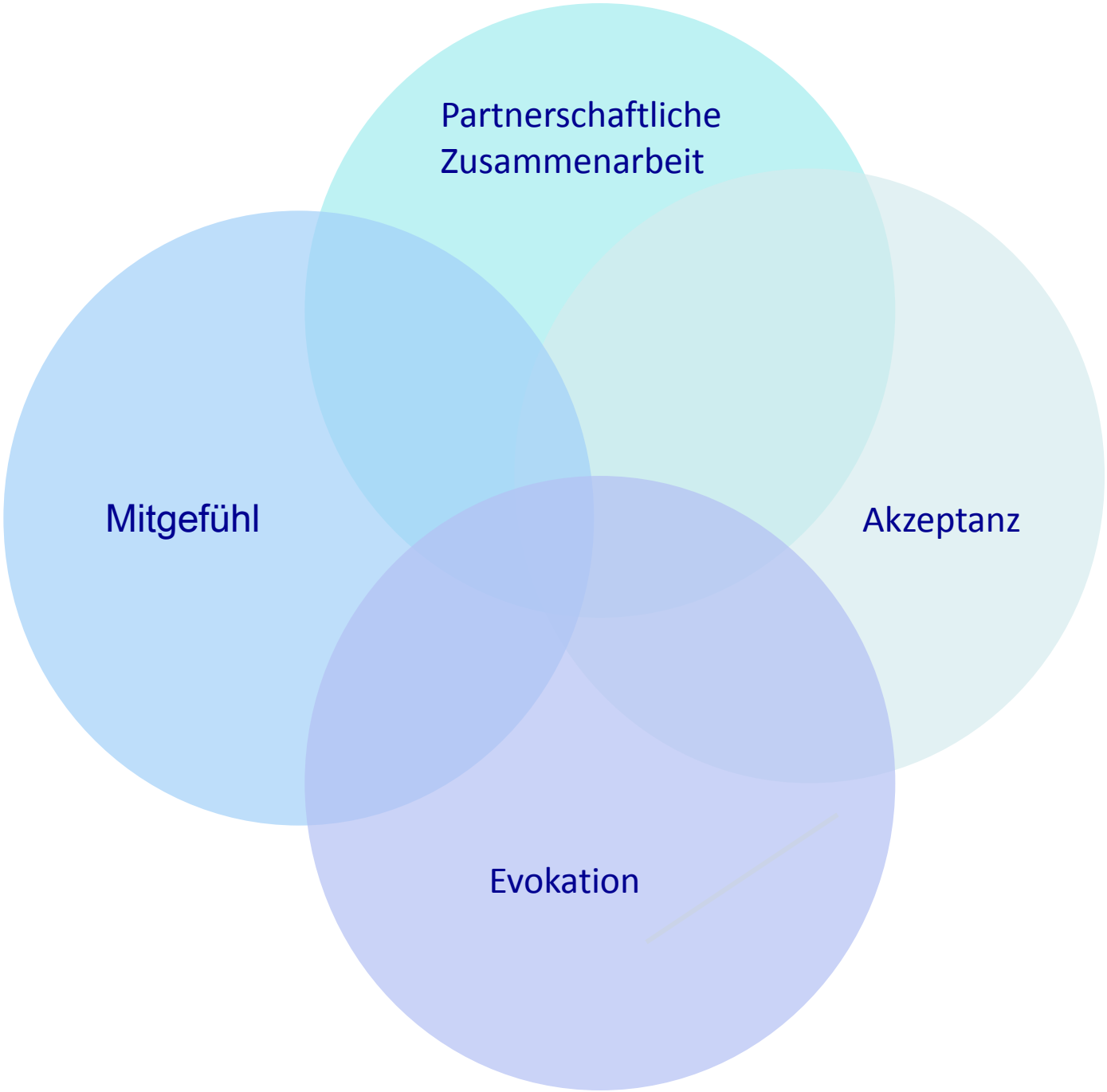
„ It is just possible that in ancient wisdom there lies a construct, lost too much of 20th-century psychology, that will be of some value in organizing an interpreting emergent data on human change in the century ahead. Looking through this lens may point us in frutiful direction towards the understanding and refinement of

healing love, and not only in the context of psychotherapy...“

(Miller, 2000, 15)



Störungsunspezifisches therapeutisches Basisverhalten

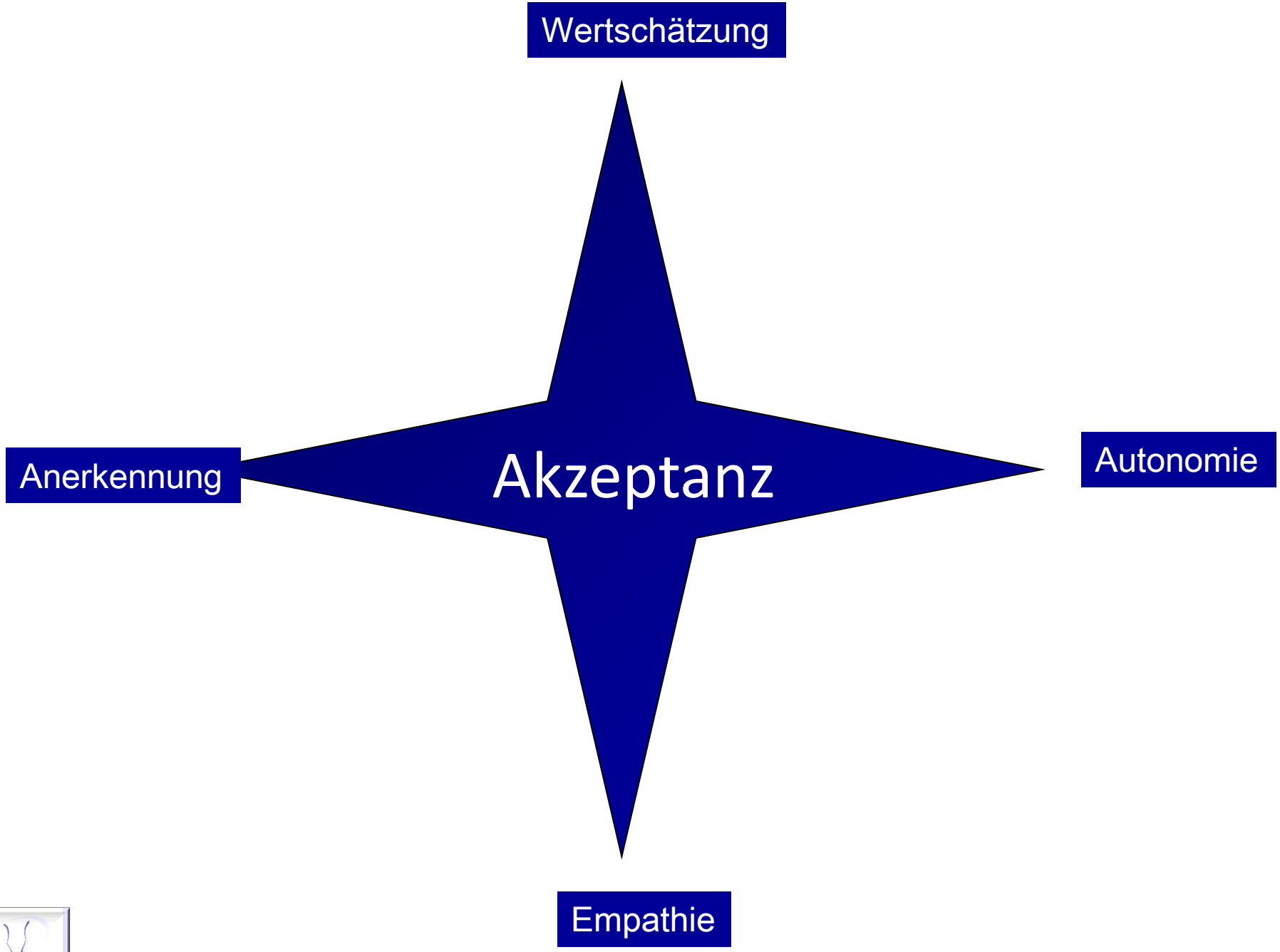

Partnerschaftliche Zusammenarbeit
Mitgefühl
Akzeptanz
Evokation

Partnerschaftliche Zusammenarbeit

mit und für Patienten arbeiten

respektvolle Zusammenarbeit

Zusammenarbeit „auf Augenhöhe“


Wertschätzung
Anerkennung
Akzeptanz
Autonomie
Empathie

Mitgefühl

um das Wohlergeben des Patienten bemüht sein

das Herz am rechten Fleck haben

Vertrauen aufbauen

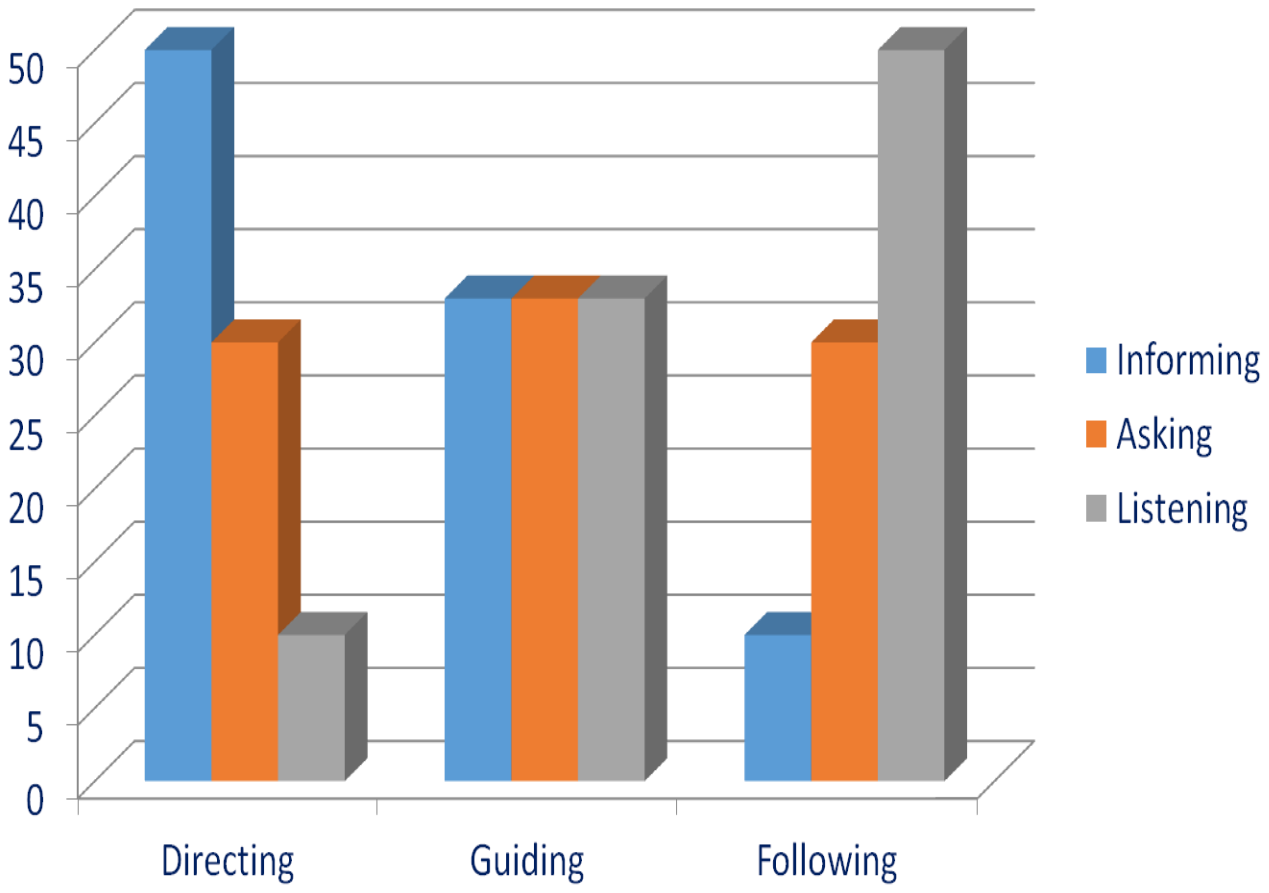
Evokation

Wachrufen der Motivation

Ressourcen beachten

Ziele gemeinsam erarbeiten

MI


50
45
40
35
30
25
20
15
10
5
0
Directing
Guiding
Following
Informing
Asking
Listening

„Guiding style“

Begleiten

Erleichtern

Beschleunigen

Ermutigen

Zeigen

Inspirieren

Unterstützen

Kooperieren

Wachrufen

Aktivieren

Geleitender Stil

Prozessverlauf: Motivational Interviewing

Planning

Evoking

Focussing

Engaging

MI

Prozessverlauf: Motivational Interviewing

Planen

Wachrufen

Fokussieren

Beziehungsaufbau

Change Talk

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, Pensée Nr. 10, 1660

Werte

Ziele

S pezifisch

M essbar

A ttraktiv

R ealistisch

T ermingebunden

Zuver-sicht

Ethische Prinzipien

Schädigung vermeiden
Vorteile und Gewinn ermöglichen
Autonomie akzeptieren
Gerechtigkeit und Fairness

MI is not about persuading people to do something that is against their values, goals, or best interests (MI 125)

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

clemens.veltrup@gmail.com