

Kongress 2023

Abstract

Motivational Interviewing

- Dr. Thomas Kuhlmann

Motivational Interviewing (MI) dient der Herausarbeitung von Ambivalenzkonflikten und der Förderung der Veränderungsbereitschaft der Klienten diese Konflikte selbst aktiv zu bearbeiten. MI basiert auf einer empathischen Grundhaltung, dem Herausarbeiten von Widersprüchen und Ambivalenzkonflikten ohne Wertung; besondere Bedeutung hat der elastische Umgang mit Widerstand ohne jegliches Argumentierens und Werten seitens des Therapeuten und die Förderung von Zuversicht.

Ziel ist, Ambivalenzkonflikte aufzudecken und zu verstehen, den Patienten zu unterstützen seine Ambivalenzkonflikte wahrzunehmen und seine Veränderungsbereitschaft zu fördern, ausgehend von seiner konkreten Lebenssituation. Das bedeutet

- Veränderungen z. B. im Lebensstil sind nur mit und durch, nicht aber für, ohne oder gar gegen den Betroffenen möglich,
- Störungen und Widerstand im Gesprächsverlauf sind eine Herausforderung an den Therapeuten sein Vorgehen zu ändern und
- Patienten sind von Ambivalenz geprägt sowohl gegenüber dem Status quo als auch Veränderungen ihres Lebensstils, diese Ambivalenz ist Dreh- und Angelpunkt der Intervention.

Die Wirksamkeit von MI und MI-gemäßer Kurzintervention ist inzwischen vielfach untersucht und nachgewiesen worden. Im Trainingskurs werden konzeptioneller Ansatz sowie Prinzipien und Strategien vorgestellt, in praktischen Übungen vertieft und reflektiert mit dem Ziel, Ansatzpunkte für die eigene Wahrnehmung von Veränderungsmotivation zu erarbeiten und den elastischen Umgang mit Widerstand zu fördern.