

**Informationsveranstaltung
ARWED geht vor Ort
17.04.2021**

***„Warum wir mit gut gemeinten
Ratschlägen bei unseren Kindern nicht
weiterkommen“***

Veränderungsbereitschaft erkennen, fördern und unterstützen ...

... in Anlehnung an das Konzept MOVE (Motivierende Kurzintervention) der Ginko Stiftung für Prävention NRW



Warum ein Seminar zur Gesprächsführung für Eltern?

- Sucht des eigenen Kindes belastet in der Regel das ganze Familiensystem (systemischer Blick/ Ansatz)
- Eltern sind wichtige Bezugspersonen und Experten für ihre Kinder und haben somit Möglichkeiten der Einflussnahme
- Häufig festgefahrene Kommunikationsmuster; es können gegenseitige Bewertungen/ Abwertungen und Gefühle wie Wut, Trauer, Hilflosigkeit etc. eine Rolle spielen
- Glaube/ Zuversicht, dass sich etwas verändern kann, ist phasenweise eingeschränkt/ nicht mehr vorhanden

Ziele des Gesprächsführungsseminars

- Verbesserte Kommunikation und weniger Bewertungen, Schuldzuweisungen
- Mehr Zuversicht/ Hoffnung auf Veränderung und Gefühl der Einflussmöglichkeiten stärken
- „Erfolge“ und „Veränderungen“ erkennen und wertschätzen
- Möglichkeiten und Grenzen als Eltern erkennen

ARWED Dialog Nr. 28 - „Drogentherapie auf Augenhöhe. Wie geht das?“

Auszug Interview mit jungem Betroffenen

ARWED: Dennoch dauerte es nach der Entgiftung noch sehr lange gedauert, bis du dein Leben wieder selbst in die Hand genommen hast und Dinge selbst erledigen konntest. Was hat dir dabei geholfen?

Benny: Meine Eltern haben in ihrer Elternselbsthilfegruppe in Köln „Motivierende Gesprächsführung“ kennengelernt. Der Druck meiner Eltern am Anfang hat Gegendruck erzeugt – später haben sie mich eher motiviert – mich zum Nachdenken bewegt. Sie haben dann nicht mehr immer nur gedrängt, sondern mich mehr unterstützt. Man blockt automatisch ab, wenn man gedrängt wird, bevor man irgendetwas eine Chance gegeben hat....

.... Sie (Beratungsstelle) haben unterstützend geholfen, waren nicht so fordernd und hatten mehr Verständnis. Das war eine Wellenlänge – auf Augenhöhe – nicht so von oben herab.

Quelle: <https://arwed-nrw.de/drogentherapie-auf-augenhoehe-wie-geht-das/>

Stadienmodell der
Verhaltensänderung

Motivierende
Gesprächsführung

- **Ambivalenzen**
- **Empathie**
- **Widerstand**

Sachinformationen

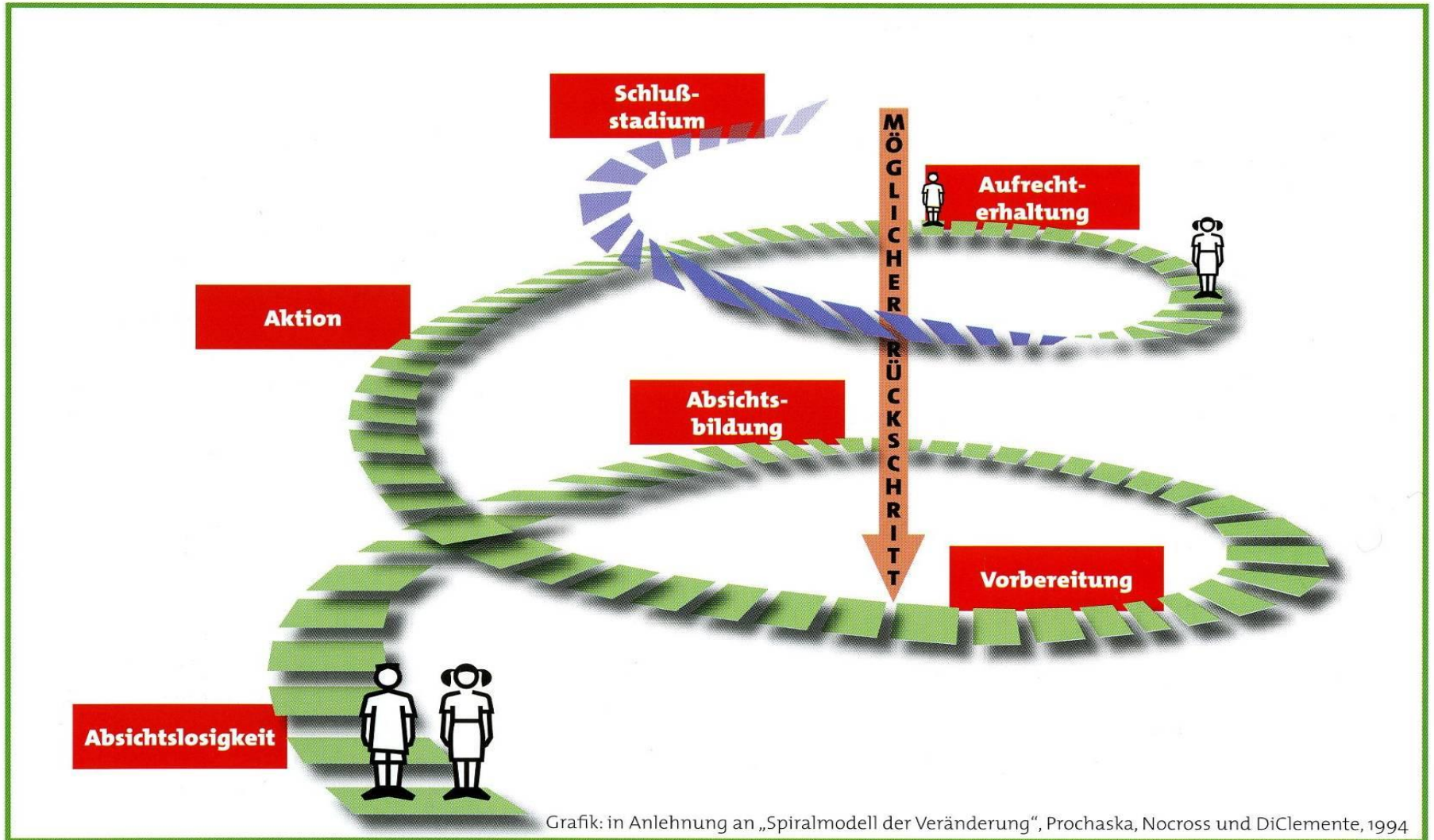
- **Hintergrundwissen**
- **Hilfeangebote**

Veränderung ist ein Prozess

Einführung in das Stadienmodell



Stadien der Verhaltensänderung



Stadien der Verhaltensänderung

- Veränderung ist kein einmaliges Ereignis, sondern ein Prozess
- Motivation unterliegt ständigen Schwankungen
- Rückschritte sind die Regel und keine Ausnahme
- Interventionen sollen dem jeweiligen Stadium des Prozesses angepasst sein
- Stadienmodell setzt andere Maßstäbe für Erfolg

Übungsanleitung zum Stadienmodell

Suchen Sie sich bitte ein interessantes, evtl. auch persönliches Thema aus dem Bereich Gesundheitsförderung/Alltag/Lebensstil aus und formulieren sie einen guten Vorsatz für eine Veränderung, wie z.B.:

- Ich sollte mal mein Ernährungsgewohnheiten verändern
- Ich möchte gern mehr Sport treiben
- Ich würde morgens gerne früher aufstehen

A berichtet nun B (BeraterIn) von ihrem/seinem Vorhaben. Dabei hört der/die „BeraterIn“ aufmerksam zu und versucht, durch interessiertes Fragen herauszufinden, in welchem Stadium sich sein/ihr Gegenüber (A) befindet.

WICHTIG!!!

Ratschläge und eigene Veränderungserlebnisse werden dabei zurückgehalten!

- Jeweils vier Minuten, incl. kurzer Auswertung von einer Minute.
- Dann bitte wechseln. (also insgesamt 10 Minuten Zeit)

Referentenkontakt

Stefan Becker

Diplom Sozialpädagoge/ Suchtherapeut-Psychodrama (DRV)

JUGEND SUCHT BERATUNG KÖLN (SKM e.V. Köln)

Bismarckstr. 1-3, 50672 Köln

Tel.: 0221 261543-107

E-Mail: stefan.becker@skm-koeln.de

Markus Vascellari

Diplom Sozialpädagoge/ Suchtherapeut-Psychodrama (DRV)

JUGEND SUCHT BERATUNG KÖLN (SKM e.V. Köln)

Bismarckstr. 1-3, 50672 Köln

Tel.: 0221 261543-118

E-Mail: markus.vascellari@skm-koeln.de