

Zur Veränderung motivieren – wie kann ich meine Patient*innen unterstützen?

Bericht zum Satellitensymposium am 2.7.2021

Um die wechselseitige Beziehung zwischen Abhängigkeit und Verhalten sowie Möglichkeiten und Ansatzpunkte für eine Veränderung suchtasoziiierter Verhaltensweisen ging es bei dem von der Camurus GmbH unterstützten Satellitensymposium mit Professor Jens Reimer, Hamburg, und Professor Joachim Körkel, Nürnberg, auf dem 21. Interdisziplinären Kongress für Suchtmedizin 2021 in München. Das Symposium war eine Aktivität der StEP-Initiative, einer für alle mit der Opioidabhängigkeit befassten Personenkreise offenen Fortbildungsplattform.[#]

Den Auftakt bildete Professor Jens Reimer, Vorstand des Zentrums für Interdisziplinäre Suchtforschung der Universität Hamburg (ZIS), der die StEP-Initiative und ihren Einsatz für eine moderne, lebendige und patientenfreundliche Behandlung der Opioidabhängigkeit kurz vorstellte. Durch soziale und ökonomische Integration sowie verstärkte Einbindung und Vernetzung aller beteiligten Personen und Unterstützungsangebote wolle die Initiative dazu beitragen, dass sowohl Lebensqualität und -freude als auch Teilhabe der Patient*innen zunehme und diese schrittweise in ein selbstbestimmtes Leben zurückkehren könnten. Weitere Informationen unter www.step-initiative.de.

Der Spruch „Freiheit ist eine Wahl“ klinge einfach, sei es aber für Suchtpatient*innen häufig nicht. Und das gelte auch dann, wenn der Wille zur Beendigung des Substanzkonsums oder zu einer sonstigen Verhaltensänderung durchaus vorhanden sei. Denn wenn die Sucht erst einmal zur lebensstrukturierenden zwanghaften Beschäftigung geworden sei, seien suchtbezogene Handlungen nur noch schwer abzuwehren und die Wahlmöglichkeiten deutlich eingeschränkt, so Professor Reimer. Wolle man die Situation Suchtkranker verbessern, sei es deshalb nicht nur wichtig, durch die Behandlung eine Schadensreduktion zu erreichen. Vielmehr sollten auch Motive identifiziert werden, die für den Wunsch nach Veränderung – wenn auch in kleinen Schritten – eine Rolle spielen könnten. Dazu zählten unter anderem die Suche nach Belohnung, Bindung und Zugehörigkeit, Stressvermeidung, die Möglichkeit, sich dem Einfluss der Peer Group entziehen zu können, oder der Wunsch nach sozialer und beruflicher Teilhabe. Hinsichtlich der Wahlmöglichkeiten spielten auch Rituale eine Rolle. Hier gelte es, diejenigen des Substanzkonsums durch lebensbejahende Rituale zu ersetzen.

[#] Eine Aufzeichnung des Symposiums wird demnächst auf www.step-initiative.de zu finden sein.



Jens Reimer



Joachim Körkel

Im Anschluss daran thematisierte Prof. Dr. Joachim Körkel, Leiter des Instituts für innovative Suchtbehandlung und Suchtforschung (ISS) der Evangelischen Hochschule Nürnberg, in seinem Vortrag, wie die Methode der Motivierenden Gesprächsführung (Motivational Interviewing, MI) Behandelnde dabei unterstützen könne, mit ihren Patient*innen erfolgreich den nächsten Schritt zu gehen.

Opioidabhängige seien durch multiple körperliche, soziale und psychische Probleme belastet, in deren Zentrum der Substanzkonsum stehe. Dieser sei gleichzeitig auch eine Stellschraube, die nächste Schritte möglich machen könne. Als Beispiele dafür nannte Professor Körkel unter anderem den Wechsel von Straßenheroin in die Substitution, den Umstieg von der täglichen Substitutsvergabe zur Take-Home- oder Depot-Verordnung, eine Verringerung des Beigebruchs oder die Reduktion der Substitutdosierung bis hin zum ggf. langfristigen vollständigen Ausschleichen. Die Erfahrung – beispielsweise aus der randomisierten klinischen KISS-Studie [1] an drei Standorten der Integrativen Drogenhilfe Frankfurt – zeige, dass die Motivation für Veränderungen bei den Patient*innen gegeben sei. In der Regel sei sie jedoch noch nicht stark genug, um unmittelbar eine Veränderung umzusetzen. Hier könne Motivational Interviewing ein geeigneter Ansatz „zur Freisetzung der schlummernden Änderungsmotivation“ sein, so Professor Körkel. Für den Erfolg sei die Haltung der Behandelnden von Bedeutung. Zum einen sollten Gespräche partnerschaftlich, Anteil nehmend und akzeptierend, also auf Augenhöhe geführt werden. Gleichzeitig seien die Behandelnden aber auch gefordert, nicht selbst die positiven Argumente für

eine Veränderung zu liefern, da dies eine paradoxe Wirkung haben könne. Vielmehr müssten diese Argumente den Patient*innen „entlockt“ werden. Denn in sozialpsychologischen Experimenten habe sich gezeigt, dass die Betroffenen sich so „in die Veränderung hineinredeten“ und eine innere Selbstverpflichtung zu den eigenen Argumenten eingingen. Motivational Interviewing diene somit der Stärkung der Seite, die die Vorteile der Veränderung erkenne (die „innere Mohrrübe“). Gefördert werden könne dieser so genannte „change talk“, indem man offene Fragen stelle und die Antworten durch Aktives Zuhören aufgreife und vertiefe. Der Einsatz visualisierender Methoden könne bei der Zielklärung unterstützen. Weitere wesentliche Aspekte seien zum einen die Wahrung der Patient*innen-Autonomie im Sinne von Shared Decision-Making, das heißt Patient*innen als Expert*innen für ihre eigenen Möglichkeiten und Grenzen zu verstehen. Zum anderen gelte es, realistische Ziele zu stecken, die erreichbar und auch überprüfbar seien. Wichtig sei außerdem, dass die Behandelnden sowohl die Zuversicht ausstrahlten, die Veränderung könne gelingen, als auch ihren Blick auf die Stärken und Fortschritte statt auf Defizite und Misslingen richteten. Denn zur Bewältigung der eingangs beschriebenen Problemlagen verfügten die Patient*innen über Kompetenzen und Ressourcen, die auch für Veränderungen genutzt wer-

den könnten. Abgerundet werde die konstruktive Begleitung solcher Veränderungen dadurch, dass Wertschätzung und Anerkennung zum Ausdruck gebracht würden, und dies auch für kleine Erfolge. Idealerweise seien in diesen Prozess alle in der Behandlung und Begleitung Beteiligten eingebunden, um nachhaltige Veränderungen im Verhalten der Patient*innen zu erreichen.

In der abschließenden Diskussion unterstrichen Referenten und Teilnehmer*innen noch einmal die große Bedeutung, die eine bejahende Haltung der Behandelnden und die Wertschätzung gegenüber den Patient*innen im Sinne einer Begegnung auf Augenhöhe für die Bereitschaft zu Veränderungen haben. Und damit letztendlich aktiv zum Erfolg der Therapie von Opioidabhängigen beitragen könne.

Literatur

- [1] Körkel J, Becker G, Happel H-V, Lipsmeier G (2011). idh Integrierte Drogenhilfe e. V. Frankfurt am Main (Hrsg.). Selbstkontrollierte Reduktion des Drogenkonsums. Eine randomisierte kontrollierte klinische Studie in der niedrigschwelligen Drogenhilfe 2006–2010 (KISS-Abschlussbericht)

Mit freundlicher Unterstützung der Camurus GmbH