

Inhaltsverzeichnis

Vorwort zur ersten Auflage	9
Vorwort zur zweiten Auflage	12
Vorwort zur dritten Auflage	13
Vorwort zur fünften Auflage	14
1 Die Integrierte Qualifizierte Akutbehandlung	15
1.1 Einleitung	15
1.2 Grundprinzipien des Qualifizierten Entzugs	17
1.3 Grundprinzipien der Motivierenden Gesprächsführung	18
1.3.1 Kerngedanken der Motivierenden Gesprächsführung	19
1.3.2 Was fördert Veränderung?	21
2 Einführung in das Therapieprogramm	23
2.1 Zielsetzung	23
2.2 Rahmenbedingungen	25
2.2.1 Einzelgespräche oder Gruppenprogramm?	25
2.2.2 Stationär, teilstationär oder ambulant?	25
2.2.3 Qualifikation der Gruppenleiter	27
2.2.4 Gruppengröße und Dauer	27
2.2.5 Freiwillige Teilnahme oder Pflichtveranstaltung?	27
2.2.6 Allgemeiner Stundenablauf	28
2.3 Themenschwerpunkte	31
2.4 Anwendung des Therapiemanuals	31
3 Beschreibung und Materialien der einzelnen Themen	35
3.1 Thema 1: Kriterien der Abhängigkeitserkrankung anhand der ICD-10-Kriterien, Basisinformationen zum Thema Abhängigkeit	35
3.1.1 Strukturierung der Sitzung	35
3.1.2 Diagnosekriterien in der ICD-11	37
3.1.3 Arbeitsmaterialien	40
<i>Was ist Abhängigkeit?</i>	41
3.2 Thema 2: Problemanalyse: typische Konsumsituationen und Förderung von Alternativverhalten	42
3.2.1 Strukturierung der Sitzung	42
3.2.2 Arbeitsmaterialien	44
<i>Meine typischen Konsumsituationen</i>	45
<i>Neue Wege suchen: Alternativen zum Abhängigkeitsverhalten</i>	46
<i>Wundermittel Alkohol?</i>	47
3.3 Thema 3: Kosten-Nutzen-Analyse von Abstinenz, Nachteile der Abstinenz reduzieren	49
3.3.1 Strukturierung der Sitzung	49
3.3.2 Arbeitsmaterialien	52

	<i>Ein Leben ohne Alkohol/Medikamente? Vorteile von Abstinenz</i>	54
	<i>Ein Leben ohne Alkohol/Medikamente? Nachteile von Abstinenz</i>	55
	<i>Wie würde sich mein Leben ohne Alkohol bzw. Medikamente verändern?</i>	56
	<i>Nachteile der Abstinenz reduzieren</i>	57
	<i>Ein gewinnbringendes Projekt!</i>	58
	<i>Wenn Wunder geschehen ...</i>	60
3.4	Thema 4: Rückfall: Einführung in das Thema, Erarbeitung von „High-Risk“-Situationen	61
3.4.1	Strukturierung der Sitzung	62
3.4.2	Arbeitsmaterialien	62
	<i>Rückfallrisiken?</i>	63
3.5	Thema 5: Einführung in das sozial-kognitive Rückfallmodell von Marlatt und Gordon, Entpathologisierung von Rückfällen	64
3.5.1	Strukturierung der Sitzung	65
3.5.2	Arbeitsmaterialien	65
	<i>Wie entstehen Rückfälle?</i>	66
	<i>Rückfallanalyse</i>	67
3.6	Thema 6: Umsetzung des Modells von Marlatt und Gordon, Ablehnungstraining	69
3.6.1	Strukturierung der Sitzung	69
3.6.2	Arbeitsmaterialien	71
	<i>Ein Gläschen in Ehren kann niemand verwehren?</i>	72
	<i>Meine persönlichen Risikosituationen</i>	73
	<i>Freund Alkohol?</i>	75
3.7	Thema 7: Rückfallbegrenzung, Erste-Hilfe-Plan	76
3.7.1	Strukturierung der Sitzung	76
3.7.2	Arbeitsmaterialien	78
	<i>Erweitertes Rückfallmodell</i>	80
	<i>Erste-Hilfe-Plan</i>	81
3.8	Thema 8: Rückfällen vorbeugen: Umgang mit Suchtdruck	83
3.8.1	Strukturierung der Sitzung	84
3.8.2	Arbeitsmaterialien	86
	<i>Was tun bei Suchtdruck?</i>	87
3.9	Thema 9: Rückfällen vorbeugen: Umgang mit Anspannungs- und Stresszuständen	89
3.9.1	Strukturierung der Sitzung	89
3.9.2	Arbeitsmaterialien	90
	<i>Dem Stress auf der Spur!</i>	92
	<i>Typisch Stress!</i>	94
	<i>Runter vom Stress!</i>	96
3.10	Thema 10: Tagesstrukturierung und Alltagsanalyse	97
3.10.1	Strukturierung der Sitzung	98
3.10.2	Arbeitsmaterialien	100
	<i>Aktivitäten unter der Woche</i>	101

	<i>Aktivitäten am Wochenende</i>	103
	<i>Gute Zeiten, schlechte Zeiten?</i>	104
	<i>„Akku“ leer?</i>	106
3.11	Thema 11: Förderung von euthymen Tätigkeiten	108
3.11.1	Strukturierung der Sitzung	108
3.11.2	Arbeitsmaterialien	110
	<i>Genuss für jeden Tag</i>	111
	<i>Lust auf Freizeit?</i>	115
3.12	Thema 12: Förderung und Aufbau des sozialen Netzwerks	116
3.12.1	Strukturierung der Sitzung	116
3.12.2	Arbeitsmaterialien	118
	<i>Wahre Freund*innen?</i>	119
	<i>Freund*innen finden, aber wie?</i>	122
3.13	Thema 13: Zielbestimmung zur Förderung der Abstinenzmotivation	124
3.13.1	Strukturierung der Sitzung	124
3.13.2	Arbeitsmaterialien	126
	<i>Die Zukunft beginnt jetzt!</i>	127
	<i>Wünsch dir was!</i>	130
3.14	Thema 14 und 15: Problemlösetraining – Problemlöseschema nach Goldfried und D’Zurilla	132
3.14.1	Strukturierung der Sitzung	133
3.14.2	Arbeitsmaterialien	136
	<i>Vom Problem zur Lösung!</i>	137
3.15	Thema 16: Ressourcenorientierung: Eigene Stärken erkennen	139
3.15.1	Strukturierung der Sitzung	140
3.15.2	Variationen des Vorgehens.	142
3.15.3	Arbeitsmaterialien	147
	<i>Eigenlob duftet – „Ja“ zu den eigenen Stärken sagen</i>	148
4	Literaturquellen und Empfehlungen	151
5	Hinweis zu den Online-Materialien	154
6	Anhang	155
6.1	Spielregeln Abhängigkeits-Quiz	155
6.2	Fragen	156
6.3	Lösungsbogen	165