



# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort zur ersten Auflage</b> .....	9
<b>Vorwort zur zweiten Auflage</b> .....	12
<b>Vorwort zur dritten Auflage</b> .....	13
<b>Vorwort zur fünften Auflage</b> .....	14
<b>1 Die Integrierte Qualifizierte Akutbehandlung</b> .....	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
<b>2 Einführung in das Therapieprogramm</b> .....	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
<b>3 Beschreibung und Materialien der einzelnen Themen</b> .....	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 <b>Thema 4: Rückfall: Einführung in das Thema, Erarbeitung von „High-Risk“-Situationen</b> .....	61
3.4.1 <b>Strukturierung der Sitzung</b> .....	62
3.4.2 <b>Arbeitsmaterialien</b> .....	62
<i>Rückfallrisiken?</i> .....	63
3.5 <b>Thema 5: Einführung in das sozial-kognitive Rückfallmodell von Marlatt und Gordon, Entpathologisierung von Rückfällen</b> .....	64
3.5.1 <b>Strukturierung der Sitzung</b> .....	65
3.5.2 <b>Arbeitsmaterialien</b> .....	65
<i>Wie entstehen Rückfälle?</i> .....	66
<i>Rückfallanalyse</i> .....	67
3.6 <b>Thema 6: Umsetzung des Modells von Marlatt und Gordon, Ablehnungstraining</b> .....	69
3.6.1 <b>Strukturierung der Sitzung</b> .....	69
3.6.2 <b>Arbeitsmaterialien</b> .....	71
<i>Ein Gläschen in Ehren kann niemand verwehren?</i> .....	72
<i>Meine persönlichen Risikosituationen</i> .....	73
<i>Freund Alkohol?</i> .....	75
3.7 <b>Thema 7: Rückfallbegrenzung, Erste-Hilfe-Plan</b> .....	76
3.7.1 <b>Strukturierung der Sitzung</b> .....	76
3.7.2 <b>Arbeitsmaterialien</b> .....	78
<i>Erweitertes Rückfallmodell</i> .....	80
<i>Erste-Hilfe-Plan</i> .....	81
3.8 <b>Thema 8: Rückfällen vorbeugen: Umgang mit Suchtdruck</b> .....	83
3.8.1 <b>Strukturierung der Sitzung</b> .....	84
3.8.2 <b>Arbeitsmaterialien</b> .....	86
<i>Was tun bei Suchtdruck?</i> .....	87
3.9 <b>Thema 9: Rückfällen vorbeugen: Umgang mit Anspannungs- und Stresszuständen</b> .....	89
3.9.1 <b>Strukturierung der Sitzung</b> .....	89
3.9.2 <b>Arbeitsmaterialien</b> .....	90
<i>Dem Stress auf der Spur!</i> .....	92
<i>Typisch Stress!</i> .....	94
<i>Runter vom Stress!</i> .....	96
3.10 <b>Thema 10: Tagessstrukturierung und Alltagsanalyse</b> .....	97
3.10.1 <b>Strukturierung der Sitzung</b> .....	98
3.10.2 <b>Arbeitsmaterialien</b> .....	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