



Motivational Interviewing: gestern, heute, morgen
Ralf Demmel, v. Bodelschwingsche Stiftungen Bethel

Jubiläumssymposium für Prof. Dr. phil. Franz Moggi, EMBA
Sucht, Komorbidität und Behandlung

Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Bern, 28. April 2023

It's as much what it is as what it is not.

Leslie Feist, *The circle married the line*



Motivational Interviewing ist mehr als ... ist nicht (nur) ???

- brief intervention (FRAMES), brief negotiation etc.
- Drinker's Check-up, Motivational Enhancement Therapy etc.
- decisional balance technique, providing feedback etc.
- mit dem transtheoretischen Modell verwandt
- klientenzentrierte Gesprächsführung
- Technik, Handwerk, Methode
- Reflective Listening

Motivational Interviewing (Miller & Rollnick)

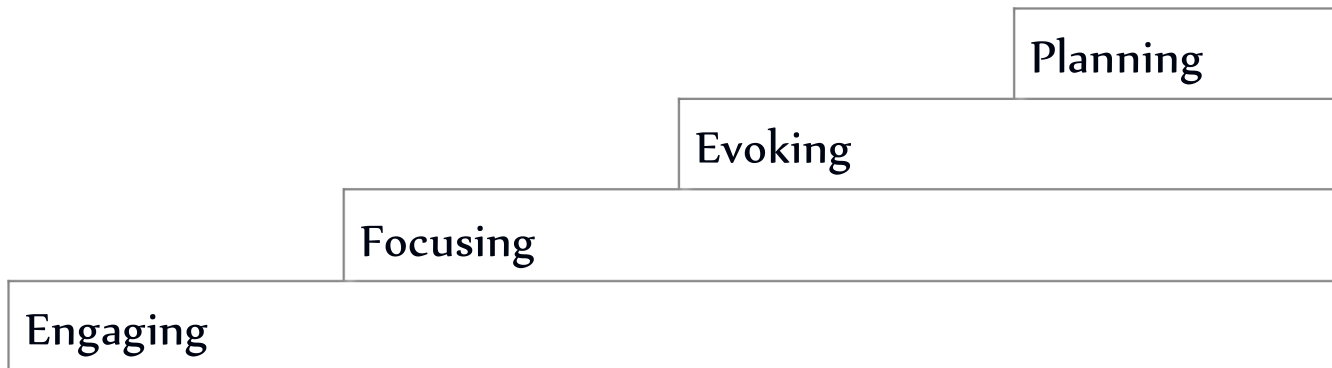
Preparing people to change addictive behavior (1991)	348 Seiten
Preparing people for change (2002)	428 Seiten
Helping people change (2013)	482 Seiten
Helping people change and grow (2023)	Kürzer !!!

Motivational Interviewing (Miller & Rollnick)

Preparing people to change addictive behavior (1991)	348 Seiten	5 Prinzipien
Preparing people for change (2002)	428 Seiten	4 Prinzipien
Helping people change (2013)	482 Seiten	4 Prozesse
Helping people change and grow (2023)	Kürzer !!!	4 Aufgaben

- mehr als 2.000 RCTs, Wirkmechanismen, Qualifikation (»deliberate practice«)
- Psychotherapie, Verhaltensmedizin, Sportwissenschaft, Pädagogik etc.
- Melange aus theoretischen Fragmenten, Prozessmodelle, self-determination theory
- compliance treatment, allgemeine Psychotherapie
- theoretischer, therapeutischer, strategischer

vor der Therapie (Ausbildung)	während der Therapie (»in-session behaviour«)			nach der Therapie	
Therapeutin		Interaktion	Patientin		
Auswertung von Gesprächen Feedback Coaching	Handwerkliche Kompetenz Beziehungskompetenz		Change Talk Sustain Talk	Commitment	Verhaltens- änderung





Theorie der Selbstbestimmung

- self-determination theory (Ryan & Deci, 2018)
- sozialpsychologische Theorie der Motivation
- sechs Mini-Theorien erklären der Einfluss der sozialen Umwelt
- Theorie der psychischen Grundbedürfnisse

Welche – distalen und proximalen – sozialen Bedingungen fördern oder hemmen die Entwicklung des Individuums?



Theorie der psychischen Grundbedürfnisse

drei Grundbedürfnisse: Autonomie, Beziehung, Kompetenz

Die soziale Umwelt befriedigt oder frustriert die psychischen Grundbedürfnisse. Werden diese Bedürfnisse frustriert, sind Aggression, psychische Fragmentierung und die Exazerbation von Symptomen zu erwarten. Werden die Grundbedürfnisse hingegen befriedigt, sind psychische Integration und Symptomlinderung zu erwarten.



Autonomie

Das autonome Individuum entscheidet in eigener Sache und ist Regisseur des eigenen Lebens. Es wählt nicht nur zwischen Angeboten, sondern trifft Entscheidungen, die der Befriedigung grundlegender psychischer Bedürfnisse dienen und darüber hinaus die eigene Weiterentwicklung fördern (Rössler, 2019). Ein Individuum ist autonom, wenn sein Verhalten mit den eigenen Werten und Zielen übereinstimmt. Es stimmt dem eigenen Verhalten zu. Es kann sich aber auch aus freien Stücken entscheiden, Hilfe anzunehmen, um Einschränkungen zu überwinden.

Demmel (2020)

Training standards of the inter-organizational task force on cognitive and behavioral psychology doctoral education (Hayes & Hofmann, 2018)

contingency management	interpersonal skills
stimulus control	cognitive reappraisal
shaping	modifying core beliefs
self-management	cognitive defusion
arousal reduction	cultivating psychological acceptance
copng and emotion regulation	values choice and clarification
problem solving	mindfulness practice
exposure strategies	enhancing motivation
behavioral activation	crisis management and treating suicidality

*Psychotherapy relationships that work. Volume 1: Evidence-based therapists contributions
(Norcross & Lambert, 2018)*

alliance in ... psychotherapy	cultivating positive outcome expectancies
goal consensus and collaboration	promoting treatment credibility
cohesion in group therapy	managing countertransference
empathy	repairing alliance ruptures
positive regard and affirmation	collecting and delivering client feedback
congruence / genuineness	
the real relationship	therapist humor
self-disclosure and immediacy	self-doubt / humility
emotional expression	deliberate practice

MITI Global Score »Change Talk«

MITI Global Score »Change Talk«				
niedrig			hoch	
1	2	3	4	5
Der Therapeut zeigt weder erkennbares Interesse an noch eine Präferenz für Äußerungen des Klienten zugunsten einer Veränderung.	Der Therapeut reagiert sporadisch auf Äußerungen des Klienten zugunsten einer Veränderung, verpasst aber regelmäßig Gelegenheiten, Change Talk zu verstärken.	Der Therapeut reagiert häufig auf Äußerungen des Klienten zugunsten einer Veränderung, verpasst aber einige Gelegenheiten, Change Talk zu verstärken.	Der Therapeut reagiert durchgehend auf Äußerungen des Klienten zugunsten einer Veränderung und ist bemüht, Change Talk zu verstärken.	Der Therapeut ist deutlich und konstant bemüht, die Tiefe, Stärke und Eigendynamik der Äußerungen des Klienten zugunsten einer Veränderung zu erhöhen.

MITI Global Score »Sustain Talk«

MITI Global Score »Sustain Talk«				
niedrig			hoch	
1	2	3	4	5
<p>Der Therapeut reagiert auf Äußerungen des Klienten konstant in einer Art, die die Häufigkeit und Stärke von Argumenten für den Status quo erhöht.</p>	<p>Der Therapeut geht in der Regel auf Äußerungen des Klienten zugunsten des Status quo ein, exploriert und konzentriert sich auf diese.</p>	<p>Der Therapeut reagiert häufiger auf Äußerungen des Klienten zugunsten des Status quo, versucht aber gelegentlich, die Aufmerksamkeit in eine andere Richtung zu lenken.</p>	<p>Der Therapeut vermeidet es in der Regel, die Äußerungen des Klienten zugunsten des Status quo zu betonen.</p>	<p>Der Therapeut ist deutlich und konstant bemüht, die Tiefe, die Stärke und die Eigendynamik der Äußerungen des Klienten zugunsten des Status quo zu reduzieren.</p>

MI is also sometimes confused with a decisional balance technique of equally exploring the pros and cons of change.

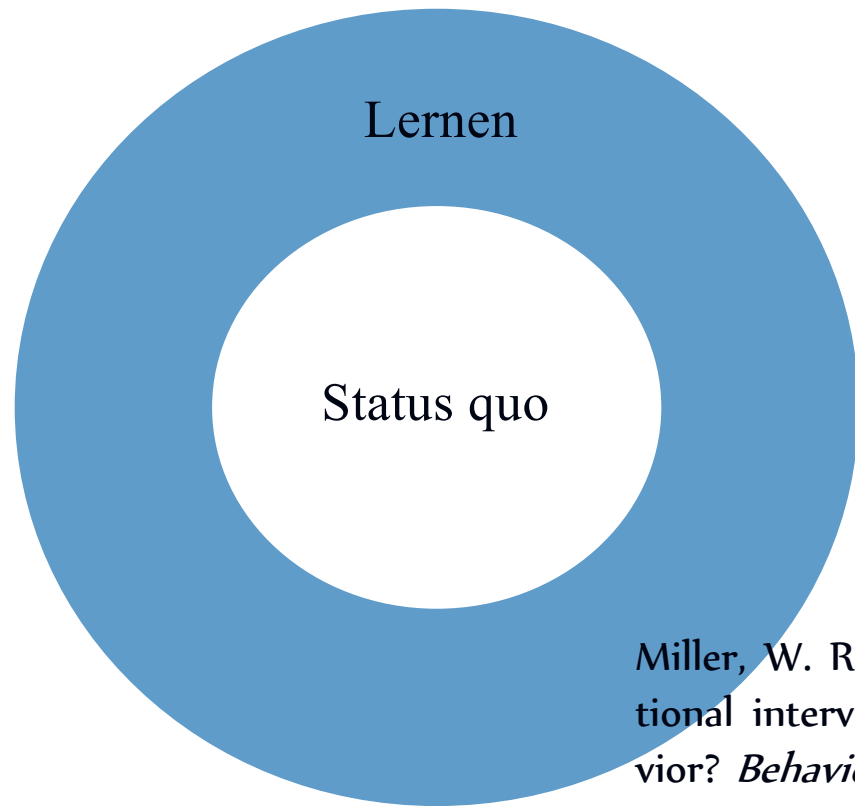
Miller & Rollnick, 2013, Seite 36



Miller & Rollnick (2023)

- ambivalence (184)
- value(s) (91)
- motivation (78)
- autonomy (47)

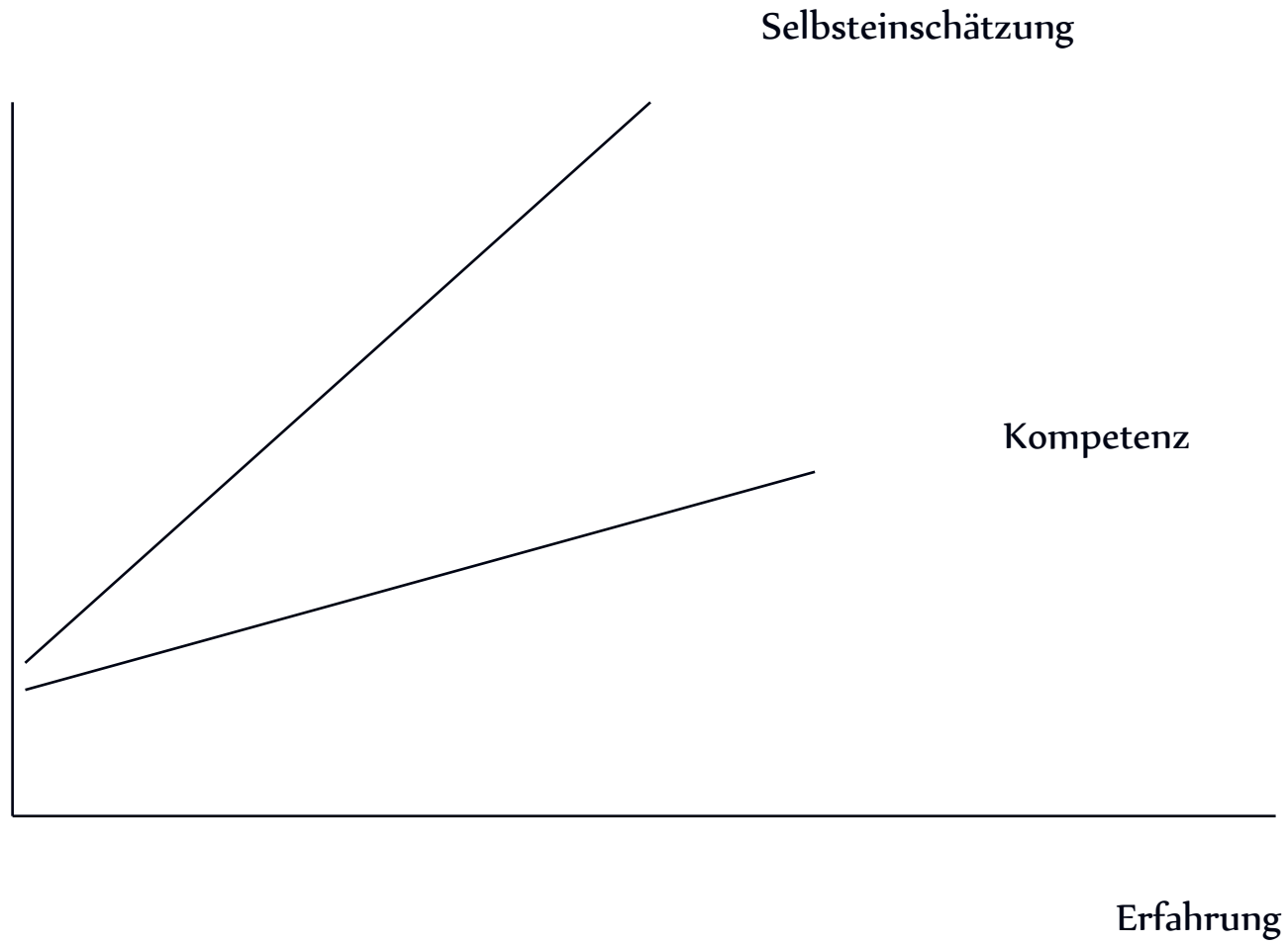
- mehr als 2.000 RCTs, Wirkmechanismen, **Qualifikation** («deliberate practice«)
- Psychotherapie, Verhaltensmedizin, Sportwissenschaft, Pädagogik etc.
- Melange aus theoretischen Fragmenten, Prozessmodelle, self-determination theory
- compliance treatment, allgemeine Psychotherapie
- theoretischer, therapeutischer, strategischer



Miller, W. R. & Mount, K. A. (2001). A small study of training in motivational interviewing: Does one workshop change clinician and client behavior? *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 29, 457-471.



Zweitägige Workshops (»hit-and-run«) fördern Selbstüberschätzung und immunisieren gegen Veränderung.



zusammenfassend Miller, Hubble, & Chow, 2020



Deliberate practice (Ericsson, 2020)

The most general insight emerging from this research was that ability could be significantly extended by **presenting tasks just beyond an individual's performance level, giving immediate feedback, and then allowing time to reflect and problem solve before proceeding with further attempts to improve.** In time, we would call this process purposeful practice. **When a teacher and coach agreed to monitor and guide each individual trainee to engage in particular training tasks, the improvements were greater and more predictable.** This type of training we termed deliberate practice.

vor der Therapie (Ausbildung)	während der Therapie (»in-session behaviour«)			nach der Therapie	
Therapeutin		Interaktion	Patientin		
Auswertung von Gesprächen Feedback Coaching	Handwerkliche Kompetenz Beziehungskompetenz		Change Talk Sustain Talk	Commitment	Verhaltens- änderung



Deliberate Practice



Alles Gute zum Geburtstag !!!

Calvin: The more you know, the harder it is to take decisive action ... Once you become informed, you start seeing complexities and shades of gray ... You realize that nothing is as clear and simple as it first appears ... Ultimately, knowledge is paralyzing ... Being a man of action I can't afford to take that risk.

Hobbes: You're ignorant ... But at least you act on it.

Bill Watterson, Calvin & Hobbes