

Community Reinforcement Approach

**Anpassung des CRA/ACRA Ansatzes an
jugendliche Suchtkranke der Station
„Lichtblick“**

Anke Simon
Psychologin M.Sc.
LVR-Viersen

Mose. Mans. N^o 067-72



ver-zicht, der

lat. concilium timidum

ist ein Gremium höchst kompetenter Monster, das dem Menschen helfen soll, Risiken einzuschätzen und Chancen zu nutzen. Diese Experten überschütten ihr Opfer mit pessimistischen Prognosen und warnen vor schrecklichen Konsequenzen, bis es jede Lust an Experimenten verliert.

Übersicht

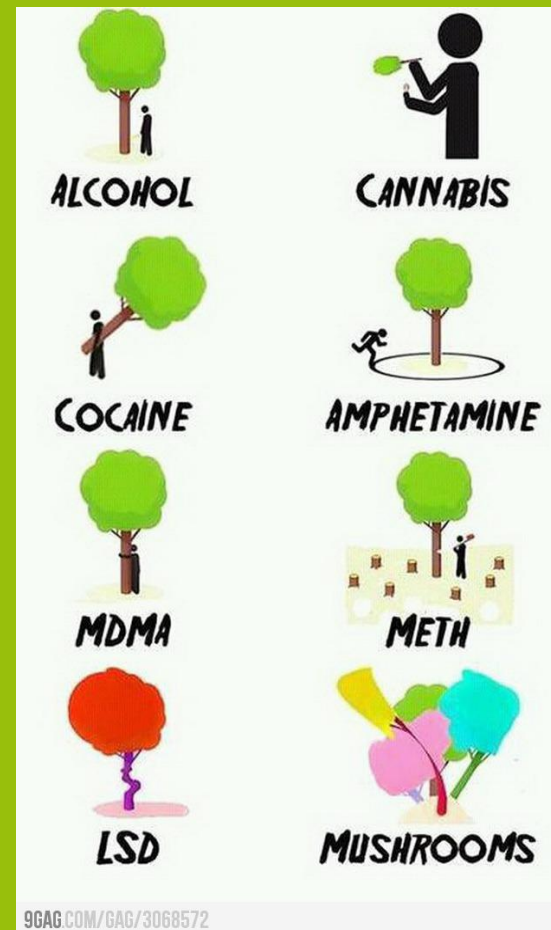
- **Unterschiede des Klientel**
- **die Station „Lichtblick“**
- **Anpassung an suchtkranke Jugendliche**
- **Therapiematerialien**
 - Zufriedenheitsskala
 - Zielsetzung
 - Konsum-/Abstinenzanalyse
 - Familiengespräche
- **Idealfall**

Hauptsuchtmittel von Jugendlichen



Unterschiede des Klientel

danach folgen:
Cannabis
Amphetamine
Kokain
Alkohol
MDMA
flüchtige Lösungsmittel
LSD



Die Station „Lichtblick“

- 8 Behandlungsplätze für Jungen und Mädchen im Alter zwischen 14 und 18 Jahren
- bei denen eine Abhängigkeit von illegalen und/oder legalen Drogen besteht (ICD10),
- bei denen negative Auswirkungen des Suchtmittelkonsums auf gesundheitliche, schulische/berufliche und soziale Entwicklungen eingetreten sind oder drohen, die möglichst eigenmotiviert sind bzw. werden können oder
- in Ausnahmefällen (z.B. besonders junge Jugendliche, besondere Gefährdungslage bei fehlender pädagogischer Erreichbarkeit): Behandlung auf Grundlage §1631 b BGB, sofern eine Anschlussmaßnahme terminiert ist

Beispiele der Anpassung an Jugendliche

**CRA war ursprünglich fokussiert auf Erwachsene
Alkoholranke**

-> Jugendliche Cannabis Konsumenten

Zufriedenheitsskala Anpassung:

- Alltägliche Fähigkeiten (Aufstehen, Schulbesuch, Hausaufgaben, zu Bett gehen, Zeiten einhalten...)
- Schule und Ausbildung bei Erwachsenen getrennt, bei Jugendlichen ein Punkt
- Beziehungssystem bei Jugendlichen differenzierter: Mutter, Vater, Geschwister, Freunde, Freund/Freundin

Muse. Mons. N° 023



er-war-tung, die
lat. *expectatio minuta*

ist ein kleinlicher Bürokrat. Sie hat genaue Vorstellungen, wie die Dinge sein sollten, und ist zutiefst beleidigt, wenn irgendetwas nur ein bisschen anders läuft. Das Problem ist, dass niemand ihre Regeln kennt – sie beschwert sich immer erst hinterher.

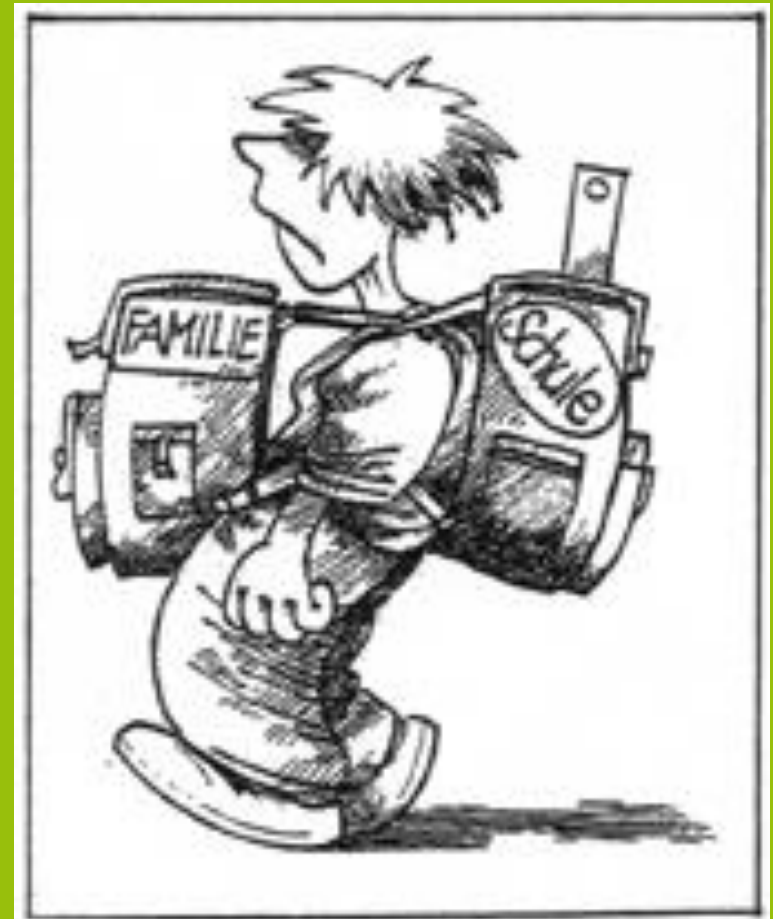
Motivation

Fremdmotivation

richterliche Anordnung
Gefährdung des
Wohnplatzes
Arrest Vermeiden

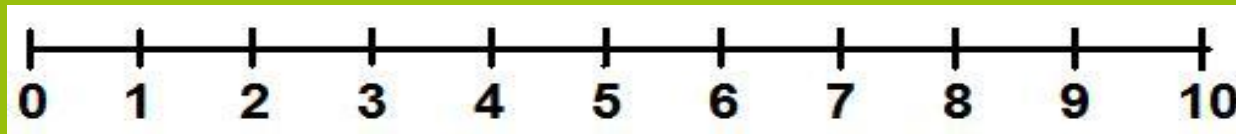
Eigenmotivation

Schulabschluss
eigene Wohnung
Rehabilitationsbehandlung



Zufriedenheitsskala

Wie zufrieden bin ich mit...



Was will der Jugendliche verändern
und was nicht?

Zufriedenheitsskala

Wie zufrieden bin ich mit meiner/m

02. körperliche Gesundheit / Sport
03. soziales Leben / Freizeit
04. Wohnsituation
05. Finanzen
06. Schulbesuch / Ausbildung / Beruf
07. Alkoholkonsum und seinen Auswirkungen
08. Drogenkonsum und seinen Auswirkungen
09. Stimmungen
10. Beziehung zu meinen Eltern
11. Beziehung zu meinen Geschwistern
12. Beziehung zu meinen Freunden
13. Art mit anderen zu kommunizieren
14. Gewohnheiten (Aufstehen, Aufgaben zu Ende bringen etc.)
15. allgemeine Zufriedenheit

Mose, Mons. N° 001



ta-ten-drang, der

lat. onus operandi

ist ein sehr reges und stets euphorisches Monster. Er packt sein Opfer und treibt es in die unmöglichsten Unternehmungen, die allerdings nur selten ein konkretes Ziel haben. Leider wird man vom Tatendrang im Stich gelassen, sobald er ein anderes interessantes Opfer entdeckt. Kenner bezeichnen ihn deshalb auch als Wankelmut.

Skilltraining: Zielformulierung

Ein Ziel sollte

- kurz & präzise formuliert sein
- positiv formuliert sein
- aus eigener Kraft erreichbar sein
- messbar sein



Zielsetzung & Behandlungsplan

Für jeden Punkt Ziele formulieren
incl. Zeitfenster

jederzeit kontrollierbar,
„abhackbar“



Mose. Mons. N° 043

ehr-geiz, der

lat. ambitio enervans

macht sein Opfer fit für den Erfolg. Doch er stellt Anforderungen, die kaum zu erfüllen sind, und sein Trainingsprogramm ist mörderisch: Durch die Angst vor dem Versagen wird man zu Höchstleistungen getrieben, immer weiter und immer schneller, bis zum Zusammenbruch. Das Opfer wird buchstäblich vom Ehrgeiz zerfressen.

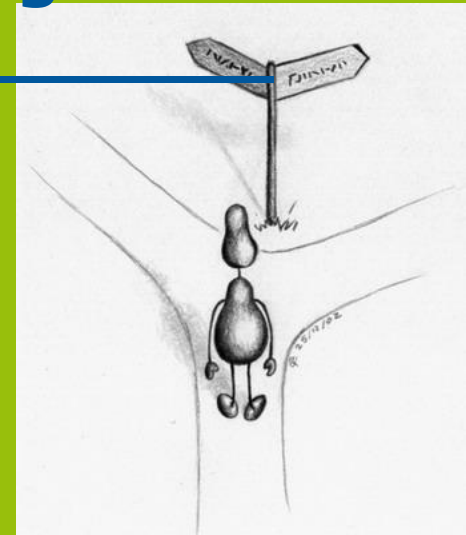
Skilltraining: Problemlösestrategien

Problemdefinition

Suche nach Lösungsmöglichkeiten

Entscheidung für eine Lösung

Überprüfe nach getaner Arbeit dein Ergebnis.



Konsum- / Rückfallanalyse

„Szeneblick“

- Chronologische Beschreibung eines ganz bestimmten Tages, einer „Szene“ wo konsumiert wurde
- Danach gemeinsames Ausfüllen der Arbeitsblätter

Konsumanalyse

Blick auf die Szene:

Beschreibe die Situation, den Tag!
Mit wem habe ich konsumiert?
Wo habe ich konsumiert?

Blick in mich:

Was ging in meinem Kopf vor?
Was ging in meinem Bauch vor?
Was ging in meinem Körper vor?



Situation:

Welche Drogen?
Wieviel?
Zeitraum



Konsumanalyse



Kurzfristig positive Folgen

Was gefiel mir an:

- Personen
- Ort
- Situation

an meinen

- Gefühle
- Gedanken
- Körperlich

Langfristig negative Folgen

Welche Probleme gab es mit:

- Familie/Freunde/
Betreuern
- Polizei
- Geld
- Schule

mit meinen

- Gefühle
- Körperlich

D.M. (17 Jahre)

- Erstkonsum von Alkohol mit 13, täglich 14 Flaschen Bier
- erster Cannabiskonsum mit 13, regelmäßig ab 14, 0,5–0,7g täglich
- MDMA Konsum seit 2 Jahren fast täglich
- erster Konsum von Amphetaminen mit 14 Jahren, derzeit täglich 3g in Pulverform sowie 2,4-3g Pepp-Paste pro Tag
- Einmalig Morphium zu Weihnachten 7 Pillen a 40mg.
- täglicher Kokain Konsum, seit vier Jahren bis zu 4g

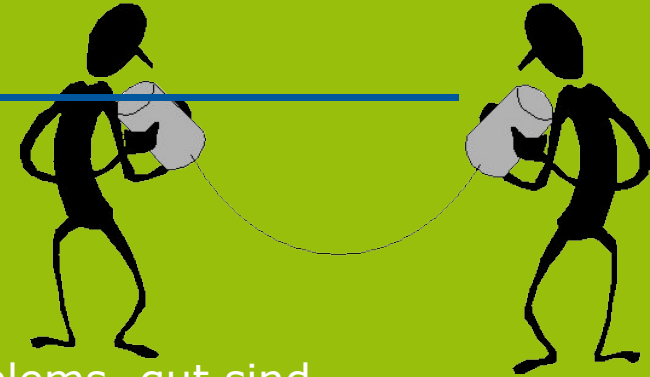


Abstinenzorientiertes Verhalten

- **Aufbau wie Konsumanalyse**
- **Hobby, Schule, Beruf**
- **NEGATIVE kurzfristige Folgen**
- **POSITIVE langfristige Folgen**

Skilltraining: eine positive Kommunikation

- Immer in der Ich-Form sprechen
- Das Problem kurz formulieren
- Das Problem positiv formulieren
- Den anderen nicht beschuldigen
- Das Problem klar und präzise benennen
- Beschreib deine Gefühle bezüglich dieses Problems, gut sind Formulierungen wie :
 - *„Ich empfinde, dass...“*, oder *„Ich fühle mich...“*
 - Versuch das Problem aus dem Blickwinkel deiner Eltern zu betrachten und zeig Verständnis für die Sichtweise des anderen, z.B.: *„Ich kann verstehen, dass Du...“*
 - Akzeptiere deinen Teil der Verantwortung für entstandene Probleme, statt den anderen als allein verantwortlich zu betrachten. Z.B. *„Es mag sein, dass auch ich manchmal...“*
„Vielleicht bin ich auch an dieser Stelle etwas...“
- Biete dem anderen deine Hilfe an.



Familiengespräch

- **Zufriedenheitsskala für Eltern und Jugendliche:
bewerten sich jeweils gegenseitig**
- **Formulieren von allgemeinen Wünschen**

Skilltraining in der Gruppe: „Nein“-Sagen

- Achte immer auf deine Körpersprache, steh aufrecht, schau deinen Gegenüber offen an.
- Sag „Nein, danke!“
- Schlag ein alternatives Getränk/Aktivität vor.
- Wechsel das Thema.
- Gehe in eine offene Auseinandersetzung mit deinem Gegenüber, vermeiden Konflikteskalation und Gewalt.
- Verlasse notfalls die Situation.



Erfahrungen auf der K22

- **Zufriedenheitsskala ca. 70 Jugendliche 2012/13**
- **Konsum-/Rückfallanalyse bei ca. 30 Jugendlichen**
- **Abstinenzanalys bei ca. 10 Jugendlichen**
- **Familiengespräche bei 5 Jugendlichen**

Beispiel eines Idealfalls

Drogenberatungsstelle

**Zufriedenheitsskala &
Zielsetzung**



**Qualifizierte
Entzugsbehandlung**

**Überprüfung der Ziele
Konsumanalyse
Skilltraining**



**medizinische
Rehabilitation**

**Überprüfung der Ziele
Abstinenzanalyse
Familiengespräch
Skilltraining**

Literatur

- Robert J. Meyers und Jane Ellen Smith:**
*„CRA-Manual zur Behandlung von
Alkoholabhängigkeit: erfolgreicher behandeln
durch positive Verstärkung im sozialen Bereich
„(übersetzt und überarbeitet von Wolfgang
Lange, Martin Reker und Katharina Spitzberg),
4. Auflage*
- Godley, S.H., Meyers, R.J., Smith, J.E. (2001).**
*„The Adolescent Community Reinforcement
Approach (ACRA) for adolescent cannabis
users“*
- Monster Bilder: Christian Moser, Die Monster des
Alltags © Carlsen Verlag GmbH, Hamburg 2007**

Danke für ihre Aufmerksamkeit!

Für weitere Fragen:
anke.simon@lvr.de