



Motivational Interviewing: Ein systematisches Review zur Wirksamkeit bei nicht-substanzbezogenen Süchten und Impulskontrollstörungen

Exposé zur Masterarbeit von Anna Luddeneit

Das Motivational Interviewing (MI) nach Miller und Rollnick (1991; 2015) ist eine wechselseitige und zielorientierte Gesprächstechnik, welche ihren Fokus auf die Veränderung von Verhalten, Einstellungen oder Lebensstil legt. Dabei liegt ein besonderes Augenmerk auf der Steigerung und Stärkung der Motivation für die selbstgewählten Ziele. Um eine Veränderung realisieren zu können, soll der/die Hilfesuchende in einer akzeptanz- und mitgefühlbasierten Atmosphäre angeregt werden, die eigenen Ziele und Wertvorstellungen zu reflektieren, um Diskrepanzen zwischen diesen und dem eigenen Verhalten identifizieren zu können (s.g. Ambivalenzen). Es erweist sich als ein zentraler Bestandteil der Veränderung, zunächst im Status quo zu verharren und Gründe für sowie gegen eine Verhaltensänderung zu eruieren. Sobald diese Ambivalenzen zu beobachten sind, ist laut Miller und Rollnick (2015) der erste Schritt hin zur Veränderung bereits erfolgt: der/die Hilfesuchende erlebt eine Diskrepanz zwischen dem eigenem aktuellen Verhalten und den gesetzten Lebenszielen oder Wertvorstellungen. Auf dieser Basis können die Diskrepanzen wohlwollend und ohne Verurteilung besprochen und (zugunsten der Veränderung) aufgelöst werden. Anschließend wird ein Plan zur Realisierung der Veränderung entwickelt, um auf diesem Weg die intrinsische Motivation sowie die Selbstverpflichtung für Veränderungen aufzubauen. Dieser Plan soll dabei bestehende und zukünftige Hürden antizipieren und deren potentielle Bewältigung beinhalten (Miller & Rollnick, 2015).

Das MI ist in seinem Ursprung für substanzbezogene Süchte (Alkohol, Nikotin, illegale Drogen) konzipiert worden. Den abhängigen Personen soll in diesem Zuge geholfen werden, Veränderungsabsichten zu entwickeln, motiviert zu verfolgen und umzusetzen. Aus einer Übersichtsarbeit zur Wirksamkeit von MI (Hetteema et al., 2005) bei Alkoholabhängigkeit sind kleine Effekte auf die Reduzierung der Menge an Alkohol ($d = 0.30$), die Häufigkeit der Einnahme ($d = 0.31$) sowie der Intoxikation (Alkohol-Blutkonzentration; $d = 0.22$) und alkoholbedingte Probleme ($d = 0.08$) bekannt. Bei Nikotin wurden für die Erreichung der Abstinenz sowie der Aufhörversuche ebenfalls kleine Effektstärken ($d = 0.15$ bzw. $d = 0.11$) evident (Hetteema et al., 2005). Diese Effekte sind sowohl kurzfristiger als auch langfristiger Natur. Auch bei illegalen Drogen wurden kleine kurzfristige Effekte ($d = 0.29$) und mittlere langfristige Effekte ($d = 0.51$) von MI auf das Suchtverhalten berichtet. Darüber hinaus existieren erste Indizien, dass MI auch bei pathologischem Glücksspiel wirksam sein könnte (kurzfristige Effekte: $d = 0.44$; langfristig: $d = 0.29$). Diese Daten stützen sich jedoch lediglich auf eine Studie (Hetteema et al., 2005). Neuere Befunde legen nahe, dass MI kurzfristig zur Reduktion des Glücksspiels als auch zur Reduktion der Spielausgaben beiträgt. Langfristige Effekte (6 -12 Monate) konnten lediglich für die Reduktion des Spielverhaltens festgestellt werden (Yakovenko et al., 2015).

In den letzten Jahren sowie im Zuge der Erscheinung des DSM-5 (American Psychiatric Association, 2018) wurde kontrovers diskutiert, ob Verhaltenssüchte und Impulskontrollstörungen wie Kleptomanie, pathologisches Glücksspiel, Internetsucht oder Kaufsucht als Sucht klassifiziert werden sollten (Kräplin & Bühringer, 2020). Auf der einen Seite spricht dafür, dass für Verhaltenssüchte und Impulskontrollstörungen ähnliche phänomenologische und neurologische Mechanismen wie bei Substanzkonsumstörungen detektiert wurden. Auf der anderen Seite bestehen Bedenken, dass alltägliche Verhaltensweisen auf diese Weise pathologisiert und die klinische

Bedeutsamkeit von Süchten reduziert werden könnten (Kräplin & Bühringer, 2020). Im DSM-5 wird pathologisches Glücksspiel nun - auf Grundlage der Ähnlichkeit zu substanzbedingten Süchten - unter dem Kapitel „Störungen im Zusammenhang mit psychotropen Substanzen und abhängigen Verhaltensweisen“ geführt (American Psychiatric Association, 2018). Eine ähnliche Vorgehensweise ist für das ICD-11 geplant (Kräplin & Bühringer, 2020).

Unter Berücksichtigung der neuesten Erkenntnisse aus der Suchtforschung, vor allem zum pathologischen Glücksspiel, stellt sich die Frage, ob MI auch bei weiteren nicht-substanzbezogenen Süchten und Impulskontrollstörungen Wirkung entfaltet. Im Rahmen der Masterarbeit wird dieser Fragestellung in Form eines systematischen Reviews nachgegangen. Dabei sollen bisherige Erkenntnisse aufgegriffen (Hetteema et al., 2005; Yakovenko et al., 2015) und durch die aktuelle Studienlage ergänzt werden, die vor allem in den letzten Jahren neue Evidenz generierte. Dies könnte ein hilfreicher Beitrag sein, um die ersten Erkenntnisse zu MI bei Glücksspiel (Hetteema et al., 2005) zu prüfen und die Übertragbarkeit auf benachbarte Störungsbilder zu beurteilen. Auf dieser Basis könnten im Anschluss angemessene Hilfsangebote konstruiert werden.

Literatur

- American Psychiatric Association. (2018). *Diagnostisches und Statistisches Manual Psychischer Störungen DSM-5®* (P. Falkai, H.-U. Wittchen, M. Döpfner, W. Gaebel, W. Maier, W. Rief, H. Saß, & M. Zaudig, Hrsg.; 2. Aufl.). Hogrefe. <https://doi.org/10.1026/02803-000>
- Hettema, J., Steele, J., & Miller, W. R. (2005). Motivational Interviewing. *Annual Review of Clinical Psychology, 1*(1), 91–111. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.1.102803.143833>
- Kräplin, A., & Bühringer, G. (2020). Störung durch Glücksspielen und andere abhängige Verhaltensweisen. In J. Hoyer & S. Knappe (Hrsg.), *Klinische Psychologie & Psychotherapie* (3. Auflage, S. 933–946). Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-662-61814-1>
- Miller, W. R., & Rollnick, S. (2015). *Motivational interviewing* (J. Reuß & C. Trunk, Übers.; 3. Auflage des Standardwerks in Deutsch). Lambertus.
- Yakovenko, I., Quigley, L., Hemmelgarn, B. R., Hodgins, D. C., & Ronksley, P. (2015). The efficacy of motivational interviewing for disordered gambling: Systematic review and meta-analysis. *Addictive Behaviors, 43*, 72–82. Academic Search Premier. <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=aph&AN=100561732&site=ehost-live>