

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Einführung</b> .....	<b>1</b>
1.1	Typische Situationen – 1	
1.2	Problemfeld Beratung in ärztlicher Praxis – 2	
1.2.1	Zeitnot – 2	
1.2.2	Kompetenzmangel – 3	
1.2.3	Aversion – 4	
1.3	Anwendungsfelder – 4	
1.3.1	Gesundheitsförderung – 5	
1.3.2	Sonstige Problembereiche – 7	
1.4	Aufbau und Gebrauch des Buches – 8	
1.4.1	Aufbau – 8	
1.4.2	Anwendung und Praxistransfer – 9	
<b>2</b>	<b>Theoretischer Hintergrund</b> .....	<b>11</b>
2.1	Auch kleine Schritte führen zum Ziel – 11	
2.1.1	Hochfrequente Kurzgesprächskontakte – 13	
2.2	Motivierende Gesprächsführung – 20	
2.2.1	Motivierende Gesprächsführung als klinische Methode – 20	
2.2.2	Motivation und Veränderungsbereitschaft – 23	
2.2.3	Transtheoretisches Modell – 27	
2.2.4	Ambivalenz – 29	
<b>3</b>	<b>Interventionen und Übungen</b> .....	<b>33</b>
3.1	Grundlagen Motivierender Gesprächsführung – 33	
3.1.1	MI-Grundhaltung – 36	
3.1.2	MI-Prinzipien – 41	
3.1.3	MI-Basisstrategien – 56	
3.1.4	Problematische Kommunikationsmuster – 80	
3.2	Kurzinterventionen – 86	
3.2.1	Eröffnungszüge – 89	
3.2.2	Themen sammeln – 92	
3.2.3	Entscheidungswaage – 100	
3.2.4	Selbsteinschätzung – 104	

<b>4</b>	<b>Anhang</b> .....	<b>117</b>
4.1	Arbeitsblätter – 117	
4.1.1	Themen sammeln – 117	
4.1.2	Entscheidungswaage – 118	
4.1.3	Selbsteinschätzung – 119	
4.2	Übersicht beispielhafter Äußerungen – 120	
4.2.1	Offene Fragen – 120	
4.2.2	Reflektieren – 120	
4.2.3	Alternative Antwortoptionen – 121	
4.2.4	Problematische Kommunikationsmuster – 122	
4.2.5	Change-Talk – 122	
4.3	Übersicht der Übungen – 123	
	<b>Literaturverzeichnis</b> .....	<b>125</b>
	<b>Stichwortverzeichnis</b> .....	<b>127</b>