

## Rückantwort

- Wir bitten um einen Anruf.
- Wir hätten gern ein unverbindliches Angebot.
- Wir haben folgendes Anliegen:

Einrichtung
Ansprechpartner/in
Straße, Nr.
PLZ, Ort
Telefon
E-Mail
Arbeitsfeld

## Antwort

Fax (0 62 21) - 7 39 20 - 40

GK Quest Akademie  
- Seminare -  
Maaßstr. 28  
69123 Heidelberg

## Impressionen aus einem STAR-Inhouse-Seminar



## Weitere Informationen:

GK Quest Akademie  
Dieter König  
Maaßstr. 28

69123 Heidelberg

Tel. (06221) - 7 39 20 30 / Fax (06221) - 7 39 20 40  
e-mail: [Info@gk-quest.de](mailto:Info@gk-quest.de)



Prof. Dr. Joachim Körkel /  
Dipl.-Psych. Ulrich Gehring

Strukturiertes Trainingsprogramm  
zur Alkohol-Rückfallprävention  
(STAR)

Offene Seminare  
Team-Fortbildungen

# Strukturiertes Trainingsprogramm zur Alkohol-Rückfallprävention (STAR)

Der Rückfall Alkoholabhängiger wird vermehrt als zugehöriger Bestandteil des Ausstiegs aus der Sucht verstanden, mit dem konstruktiv-therapeutisch statt moralisierend oder strafend umgegangen werden sollte. Dieser Perspektivenwandel im Rückfallverständnis hat ein gesteigertes Interesse an gezielten Maßnahmen der Rückfallprävention nach sich gezogen.

Umfassende Präventionsprogramme fehlten bislang allerdings. Das von Köchel und Schindler entwickelte, über drei Jahre hinweg erprobte „Strukturierte Trainingsprogramm zur Alkohol-Rückfallprävention“ (STAR) schließt diese Lücke.

## Was ist „STAR“?

STAR ist ein strukturiertes Programm, das Suchtkräfte zur gezielten Rückfallprävention mit Alkoholabhängigen nutzen können. STAR vermittelt in 15 abgeschlossenen Einheiten („Modulen“) à 90 Minuten Kompetenzen zur Vorbeugung von Rückfällen (primäre Rückfallprävention) und zum Umgang mit eingetretenen „Ausrutschern“ (sekundäre Rückfallprävention). Der aktuelle Forschungsstand lässt erwarten, dass durch STAR sowohl Eintritt und Verlauf von Rückfällen als auch die Erwerbsfähigkeit und Lebensqualität günstig beeinflusst werden.

STAR eignet sich für den Einsatz in der ambulanten, stationären und teilstationären Suchthilfe (v.a. Entgiftung, Entwöhnung, Nachsorge und Selbsthilfe).

Gegenstand der 15 STAR-Module sind folgende Bereiche:

- Modul 1 Grundinformationen über Rückfälligkeit
- Modul 2 Abstinenz: Pro & Contra
- Modul 3 Hochrisikosituationen
- Modul 4 Soziale Situationen (I): Ablehnen von Trinkaufforderungen und Ansprechen der eigenen Abhängigkeit

Modul 5	Soziale Situationen (II): Anerkennung und Kritik
Modul 6	Unangenehme Gefühle (I): Sensibilisierung
Modul 7	Unangenehme Gefühle (II): Bewältigung
Modul 8	Alkoholverlangen („craving“)
Modul 9	Kontrolliertes Trinken
Modul 10	Ausgewogener Lebensstil
Modul 11	Ausrutscher und Rückfall
Modul 12	Umgang mit Ausrutscher und Rückfall
Modul 13	Gespräche mit Angehörigen/Freunden zum Thema „Rückfall“ (I): Gesprächsführung / Gesprächsblockaden
Modul 14	Gespräche mit Angehörigen/Freunden zum Thema „Rückfall“ (II): Gesprächsinhalte
Modul 15	Nachsorge

Die in sich abgeschlossenen Module können als Gesamtpaket oder einzeln durchgeführt werden.

## Inhouse-Seminare

In unseren Inhouse-Seminaren schulen wir in der jeweiligen Einrichtung (oder einer Tagungsstätte) das **Team einer Einrichtung** (bzw. Teile davon) in allen Details der praktischen Durchführung der 15 STAR-Module und machen es mit dem Stand der aktuellen Rückfallforschung vertraut. Ein Inhouse-Seminar bietet die beste Voraussetzung für eine in die tägliche Arbeit integrierte, umfassende, von allen Beteiligten „gelebte“ und auf diese Weise nachhaltige Rückfallprävention.

Natürlich können auch **kooperierende Einrichtungen** (z.B. Beratungsstellen) in die Schulung einbezogen werden, um ein gemeinsames, aufeinander abgestimmtes Handeln in der Rückfallvorbeugung zu begünstigen.

**Zentrales Ziel** unserer Inhouse-Seminare ist die Vermittlung von praktischem Know-How, so dass die TeilnehmerInnen anschließend alle 15 STAR-Module selbstständig durchführen und mit möglichen „Stolpersteinen“ (z.B. Widerstand) umgehen können. Dementsprechend steht das **praktische Einüben** der Module im Mittelpunkt. Weitere Ziele sind:

- Auseinandersetzung mit dem eigenen Rückfallverständnis
- Kenntnis der für die Behandlungspraxis einschlägigen Theorien und Befunde der Rückfallforschung
- Einleitung der in der Einrichtung erforderlichen Schritte, um STAR in den Behandlungsalltag zu integrieren.

Grundlage des Kurses ist ein detailliertes Manual mit Modulabläufen, Arbeits- und Informationsblättern, Notfallpass u.a.m. (Köchel & Schindler [2003]). Rückfallprävention mit Alkoholabhängigen. Berlin: Springer).

## Offene STAR-Schulungen

Alternativ zu den Inhouse-Seminaren bieten wir 3-tägige STAR-Schulungen auch in Form offener Kurse an, die für TeilnehmerInnen unterschiedlicher Einrichtungen frei ausgeschrieben sind. Diese Kurse sind geeignet, wenn sich einzelne MitarbeiterInnen in der Durchführung von STAR kundig machen möchten. Unsere nächsten Kurse finden vom 24. – 26. Oktober 2003, 25. - 27. Februar 2004 und 7. - 9. Juni 2004 in Heidelberg statt.

## Sie sind interessiert?

Wenn Sie unser STAR-Schulungsangebot anspricht, freuen wir uns über eine Kontaktaufnahme (Herr König, Telefon: 06221-7392031, Frau Commer, Telefon 06221-7392030). Gerne besprechen wir mit Ihnen unverbindlich alle Details eines STAR-Schulungskurses und stimmen einen geeigneten Termin für ein Inhouse-Seminar mit Ihnen ab.