



## Was ist KISS?

KISS ist ein neues, verhaltenstherapeutisches Selbstmanagement-Programm zur gezielten Konsumreduktion illegaler und/oder legaler Drogen.



## Für wen ist KISS?

KISS richtet sich an drogenabhängige Menschen - auch Substituierte -, die (noch) nicht abstinenter leben können, sich aber mit ihrem Drogen- oder Beikonsum nicht mehr wohl fühlen und daran etwas verändern wollen.



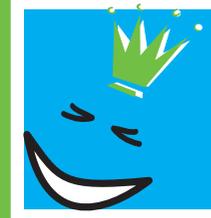
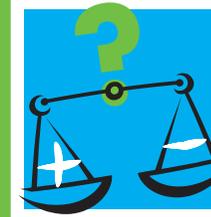
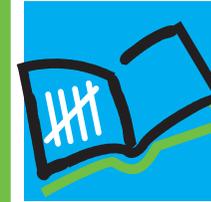
## Wie arbeitet KISS?

KISS arbeitet mit dem Gesprächs-ansatz des Motivational Interviewing (MI), der davon ausgeht, dass drogenabhängige Menschen in sich selbst gute Gründe für eine Veränderung ihres Drogengebrauchs besitzen - ihre Motivation zur Veränderung also nur freigesetzt und gezielt unterstützt werden muss.



KISS wurde von Prof. J. Körkel und der GK Quest Akademie in Heidelberg entwickelt.

Nach einem ersten Pilotversuch in Hamburg wurde KISS im Herbst 2006 gemeinsam mit der Integrativen Drogenhilfe weiterentwickelt und schließlich in drei Einrichtungen der idh in Frankfurt am Main neu gestartet. Das Programm wird wissenschaftlich begleitet und ausgewertet.



-  Drogenhilfe
-  einfach
-  anders

## KISS Info & Beratung

-  Programm
-  Schulung
-  Praxis

idh Integrative Drogenhilfe e. V.  
Schielestr. 22  
60314 Frankfurt/Main

Telefon: (069) 94 19 70-0  
Fax: (069) 94 19 70-25  
kiss@idh-frankfurt.de  
www.idh-frankfurt.de

# KISS



**Kontrolle Im  
Selbstbestimmten  
Substanzkonsum**



**Kontrolle Im  
Selbstbestimmten  
Substanzkonsum**

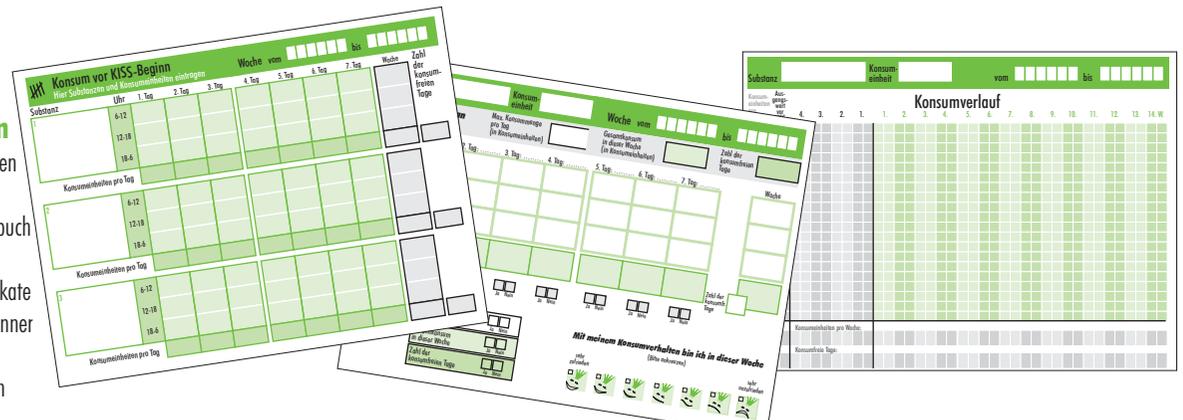
# Kontrolle Im Selbstbestimmten Substanzkonsum

## „Du bestimmst: Was Wann Wieviel“

KISS ermöglicht es Drogenabhängigen - auch Substituierten -, ihren Konsum oder Beikonsum eigenverantwortlich, selbstbestimmt und geplant zu reduzieren.

KISS verändert den Blick. Drogenabhängige erfahren sich nicht als hilflos, defizitär und fremdbestimmt, sondern als selbständig zielsetzende, entscheidende und handelnde Personen.

MitarbeiterInnen der Drogenhilfe erleben sich nicht als Druck ausübende ÜberredungskünstlerInnen, sondern als wertschätzende und achtsame GesprächsleiterInnen und BegleiterInnen des Veränderungsprozesses.



### Arbeitsmaterialien

- Handout für MitarbeiterInnen
- TrainerInnen-Manual
- Pocket-Bestandsaufnahmebuch
- Pocket-Konsumtagebuch
- Konsumverlauf Gruppenplakate
- Werbemittel, -Plakate, -Banner
- Postkarten
- TeilnehmerInnen-Handbuch

In 12 thematisch strukturierten Gruppensitzungen lernen die TeilnehmerInnen die Methoden modernen Selbstmanagements für sich zu nutzen. Die einzelnen Module beinhalten folgende Schwerpunkte:

### 4 Wochen

### 12 Wochen

- 1 Vertiefung drogenspezifischen Wissens
- 2 Stärkung der Veränderungsmotivation
- 3 Bilanzierung des derzeitigen Konsumverhaltens
- 4 Festlegung von Reduktionszielen
- 5 Entwicklung von Strategien zur Konsumreduktion
- 6 Bewältigung von Risikosituationen
- 7 Meistern von Ausrutschern und Rückfällen
- 8 Aktivierung nicht drogenbezogener Freizeitinteressen
- 9 Erkennen zentraler Belastungsquellen
- 10 Bewältigung der Belastungen
- 11 Stärkung sozialer Kompetenzen („Nein-Sagen“)
- 12 Stabilisierung der erreichten Veränderungen

### KISS-Vorgespräche

Vor Beginn der 12 KISS-Gruppensitzungen findet eine ausführliche Eingangserhebung durch die KISS-TrainerInnen statt:

- Standardisierte Diagnostik (z. B. DSM-IV-Abhängigkeitsdiagnostik, Suchtbiografie, Sozialanamnese)

- differenzierte Erfassung des derzeitigen Konsumverhaltens

### Bestandsaufnahme

Wer seinen Drogenkonsum reduzieren will, muss zunächst wissen, was und wieviel sie/er tatsächlich konsumiert. Deshalb beobachten die KlientInnen ihr Konsumverhalten über einen festgelegten Zeitraum und tragen alle konsumierten Substanzen und Mengen in ein Bestandsaufnahmebuch ein.

Für jede Substanz legen die KlientInnen eigene Konsumeinheiten fest, die in der kommenden KISS-Phase als Maßeinheiten dienen.

Zum Ende der Bestandsaufnahme entscheiden die KlientInnen, welche der Substanzen sie reduzieren wollen.



### KISS-Gruppen

Die KISS-Gruppensitzungen finden einmal wöchentlich statt und werden von zwei KISS-TrainerInnen moderiert und begleitet.

Zwölf Wochen lang führen die TeilnehmerInnen ihr Konsumtagebuch, das die geplanten wie die tatsächlichen Konsummengen sowie die eigene Zufriedenheit mit den Ergebnissen dokumentiert.

Während der zweistündigen Treffen wird zunächst der Konsumverlauf der einzelnen TeilnehmerInnen in der Gruppe visualisiert und die angestrebten und erreichten Konsumveränderungen werden besprochen. Danach werden die jeweiligen Themenschwerpunkte in Form von Kleingruppenarbeit, Übungen, schriftlichen Unterlagen und Spielen erarbeitet.

KISS macht Erfolge sichtbar und in der Gruppe intensiver erlebbar. Das macht stolz, ermutigt und motiviert.