

## Tathergang

1. Beschreiben Sie den Tag Ihrer Drogen/Trunkenheitsfahrt aus eigener Sicht mit Datum und Uhrzeiten. (wann, wo und mit wem getrunken / wann und wie aufgefallen / Promille)
2. Was und wie viel haben Sie am Tagtag insgesamt getrunken?  
(Genaue Angaben in Sorte, Menge, Konsum & Trinkzeit)
3. Wie viel Kilometer fuhren Sie, bis Sie aufgefallen sind und wie viel Kilometer wollten Sie insgesamt fahren?
4. Hatten Sie das Gefühl, noch sicher fahren zu können? (Ja/Nein + Begründung)
5. Wie haben Sie die Trunkenheitsfahrt vermeiden wollen (wenn überhaupt)?
6. Haben Sie bereits früher im Straßenverkehr unter Drogen / Alkoholeinfluss gestanden und sind aufgefallen?
7. Wie oft haben Sie berauscht /alkoholisiert am Straßenverkehr teilgenommen ohne aufzufallen und was folgern Sie daraus?

## Exploration

8. Wann hatten Sie den ersten Kontakt mit Drogen / Alkohol und wann haben Sie das erste Mal Alkohol zu sich genommen? (Allererste Erinnerung und erster Konsum)
9. Haben Sie regelmäßig Drogen konsumiert /Alkohol getrunken, und wie hat sich ihr Konsum / Trinkverhalten in den letzten Jahren entwickelt?
10. Wie viel und wie oft haben Sie konsumiert / getrunken?  
(Genaue Angaben in Sorte, Menge, Häufigkeit)
11. Wo und mit wem haben Sie überwiegend getrunken / konsumiert?
12. Warum haben Sie getrunken / konsumiert? (Innere + äußere Motive)
13. Welche Wirkung haben Sie in der Vergangenheit nach Alkoholgenuss bei sich beobachtet?  
(bei wenig und bei viel Alkohol / Drogen)
14. Gab es kritische Hinweise Anderer auf Ihren Drogen-Alkoholkonsum und wie haben Sie darauf reagiert?
15. Welche Auswirkungen und Folgen hatte Ihr Drogen/Alkoholkonsum auf Ihr Leben und Ihr Umfeld?
16. Gab es in Ihrem bisherigen Leben frühere Zeiten, in denen sie weit mehr Alkohol als heute getrunken haben? Wenn ja, nennen sie bitte die Lebensabschnitte und mögliche Ursachen und Umstände dafür.
17. Haben sie jemals die Kontrolle über ihre Konsum/Trinkmenge verloren und bis zur Volltrunkenheit / Vollrausch Alkohol konsumiert?
18. Haben Sie früher schon einmal oder öfter über einen längeren Zeitraum bewusst und mit Absicht völlig auf den Genuss von Drogen / Alkohol verzichtet?
19. In welcher Kategorie von Drogenkonsument / Trinker haben sie sich früher gesehen und wie stufen Sie sich heute rückblickend ein? (mit Begründung)

## Heute und in Zukunft

20. Trinken Sie heute Alkohol, konsumieren Sie Drogen? Wenn ja, was, wie viel und wie oft?  
(Genauere Angaben in Sorte, Menge, Häufigkeit)
21. Wann haben Sie zuletzt Alkohol getrunken, Drogen konsumiert?
22. Trinken sie gelegentlich alkoholfreies Bier?
23. Warum trinken Sie heute Alkohol/keinen Alkohol? konsumieren Drogen
24. Warum haben Sie das Trinken reduziert bzw. den aufgegeben und warum nicht schon eher?
25. Wie haben Sie die Änderung Ihres Trinkverhaltens erreicht und dabei die Umstellungsphase erlebt?
26. Wie wirkt sich Ihr geändertes Verhalten auf Sie, Ihr Leben und Ihr Umfeld aus?
27. Wie stellen Sie sicher, dass Ihr neues Verhalten dauerhaft stabil bleibt?
28. Können Sie sich vorstellen, jemals wieder in Ihre alten Gewohnheiten zurückzufallen?  
(Ja/Nein + Begründung)
29. Wie wollen sie in Zukunft das Trinken vom Fahren trennen?
30. Haben Sie zum Abschluss noch etwas hinzuzufügen?

## Akzeptable Trinkmotive:

- zu besonderen Anlässen (z.B. Anstoßen bei Geburtstagen (nicht jeden!), Familienfesten, Weihnachtsfeiern, Sylvester...)
- zur Belohnung bei persönlichen Erfolgen (z.B. nach bestandener Prüfung, erfolgreiche Wohnungssuche, neuer Job...)
- zum Genuss beim Essen (z.B. abends im Restaurant als Abrundung...)

## Negative Trinkmotive (mit positiver Empfindung)

- Entspannungstrinken in Ruhephasen (z.B. zum seelischen Ausgleich, Stressabbau....)
- Lockerungstrinken zum Hemmungsabbau (z.B. zum Flirten, vor mündlichen Prüfungen, vor und während Gesprächen...)
- Aktivierungstrinken zur körperlichen und geistigen Leistungssteigerung (z.B. im privaten/intimen Bereich, beim Sport, im Beruf, vor Prüfungen...)
- Befindungstrinken (z.B. als Verteiler nach fettigem Essen, bei Erkältungen, Frieren, Schwitzen, als Einschlafhilfe...)
- Gewohnheitstrinken (z.B. als "Muss" beim Fernsehen, in der Disco, auf Partys...)
- Kampftrinken / Wetttrinken (z.B. Sangria mit Strohhalmen aus Eimern am Balneario 6, Flaschendreher, Partyspiele...)
- (mit neutralisierender oder mildernder Empfindung)
- Mittrinken aus Gruppenzwang, um sich nicht auszugrenzen (z.B. mit Freunden, Kollegen, Kameraden...)
- Verdrängungstrinken / Bewältigungstrinken bei Frust, Problemen und Krisen (z.B. Einsamkeit, Arbeitslosigkeit, Scheidung, Krankheit, finanzielle Schwierigkeiten, keine Zukunftsperspektive...)
- Betäubungstrinken bei körperlichen und seelischen Schmerzen (z.B. schwere Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Trennungsschmerz, Liebeskummer...)
- Suchttrinken zur Kompensation der Folgen des Trinkens (z.B. körperliche und seelische Entzugserscheinungen, Depressionen, Angstzustände...)

## Innere - Äußere Motive

### Vor der TF

#### Hemmungsbefreiend

- Leichtere Kommunikation
- Diskussionsfreudiger
- Kommunikation mit dem anderen Geschlecht

#### Gruppenzwang

- Dazugehörigkeit
- Beweisen von falscher Stärke

#### Verantwortungspflicht

- Druckabbau
- Problemverarbeitung / Beruf Privat

#### Entspannung

- Innerliche Ruhe finden
- Abschalten/Vergessen vom Alltag

#### Arbeit

- Angst ums Arbeitsverhältnis
- Zukunftsperspektiven
- Arbeitszeiten/Schichtarbeit

#### Bewältigung nach der TF

#### Verantwortungspflicht

- Offene Gespräche
- Respekt und Vertrauen

#### Stress

- Abbau durch Sport
- Wellness/ Spaziergänge
- Hobbies

## Psyche

- Fachliche Unterstützung SHG
- Stärkung Selbstbewusstsein
- Respekt
- Erlangen von Selbstsicherheit
- Eigenes Vertrauen zu sich

## Privat

- Freundeskreis / Isolation der falschen Freunde
- Unterstützung eigene Familie
- Abbau falscher Scharm
- Keine Unterdrückung von Gefühlen