



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

Stationäre Therapie des Pathologischer PC-/Internet- Gebrauch

Holger Feindel

22. Jahrestagung des Fachverbandes
Glücksspielsucht e.V. am 02.12.2010

Therapie?





AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

Pathologischer PC-/Internet- Gebrauch stationäre Therapie Rahmenbedingungen



- Kostenzusage durch Rentenversicherungsträger oder Krankenkasse
- Aufnahme in der psychosomatischen Abteilung oder in der Abhängigkeitsabteilung (bei komorbider stoffgebundener Sucht)
- Zuweisung zu einer Wohngruppe mit 12 Patienten
- Zuweisung zur indikativen Gruppe „pathologischer PC/-Internet-Gebrauch“
- Indikationsgeleitete Zuweisung zu weiteren Gruppen
- Empfehlung für die Dauer der stationären Therapie: 12 Wochen



- Formular „Zusatz zur Hausordnung“ (Verzicht auf Onlineaktivitäten, Gameboy, Handyspiele etc.)
- Formular „Zielerklärung“ (Ampelmodell)
- Formular „Eingeschränkte Nutzung des Internetcafés“
- Formular „Verzichtserklärung“ bzgl. Accounts
- Formular „Löschen eines Accounts“

Multimodales Therapiekonzept



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

Weitere indikative
Therapiegruppen

Therapeutische
Gemeinschaft

Interaktive
Gruppentherapie

Ergo-, Sport- und
Soziotherapie

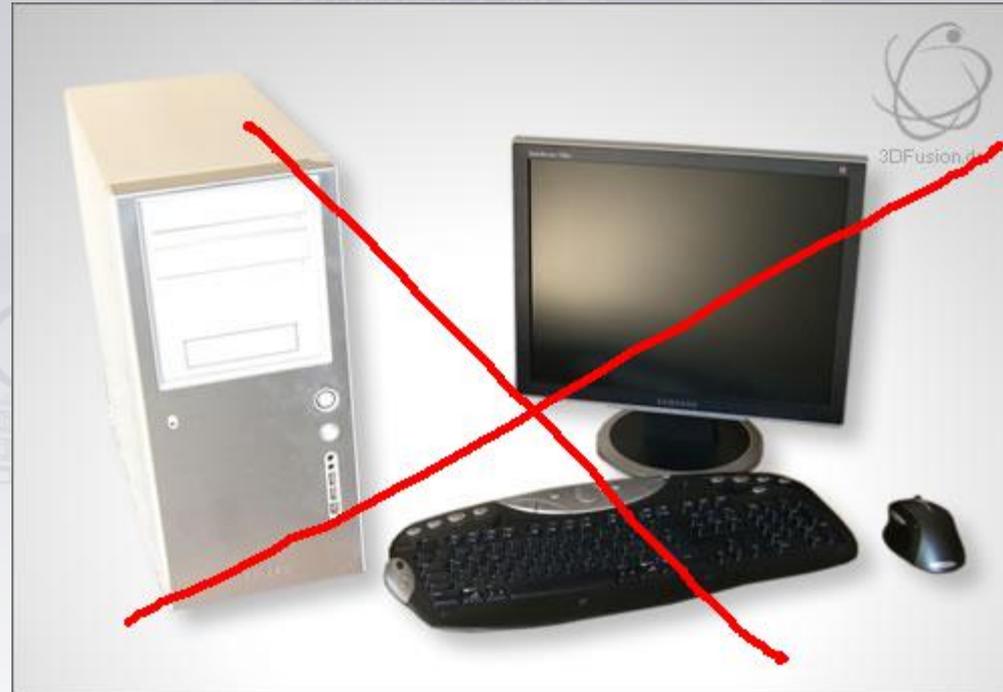
Einzeltherapie



Rahmenbedingungen



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin





AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

Pathologischer PC-/Internet- Gebrauch stationäre Therapie Beziehungsaufbau



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

Spezielle Herausforderungen beim pathologischen PC-/Internet-Gebrauch

Die Sprache als Zugang zum Klienten



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

Beispiel aus Schularbeit:

1 Opposites	
1. death	- <u>live</u> ✓
2. pro-	- <u>neob</u> ?
3. hopeless	- <u>hopefull</u> ✓

Die Sprache als Zugang zum Klienten



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

Formung der therap. Beziehung zu Beginn der Therapie

Zur Herstellung eines optimalen Kontaktes Sprache
(Narrative, Redewendungen oder Worthülsen) des
Patienten aufgreifen



Anker für eine Vielzahl von unterschiedlichsten inneren
pos./neg. Repräsentanzen (verschiedene
Sinnesmodalitäten, Emotionen)



Tiefes Gefühl des Verstandenwerdens



Beispiele aus der Therapie

...“Du sagtest gerade, dass Du sehr viel Zeit am Wochenende mit dem ‚Zocken‘ von Computerspielen verbringst, wie viel Zeit nimmt das genau in Anspruch?“ ...

- Komplimente machen → Ressourcenaktivierung

...“also dann ist es Dir doch noch gelungen trotz des vielen ‚Zockens‘ mit einem Freund den Kontakt zu halten“ ...

- Veränderungseinladungen → Zielfindung

...“Du fühlst dich also mehr und mehr ein ‚Pro‘ im Umgang mit den Mitpatienten, es fällt Dir also sichtlich leichter Dich zu integrieren, wäre es dann nicht schön dies auch weiterhin beizubehalten?“ ...

Die Sprache als Zugang zum Klienten



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

Jedoch ein absolutes Verständnis hinsichtlich
des Mediums PC/Internet muss nicht vorhanden sein
(individuelles Wissen der Patienten sehr hoch)



Es ist wichtig, bzgl. des medialen Angebotes eine gewisse Kompetenz zu vermitteln...

„Wow, Du bist ja echt auf dem Laufenden.“

„Ich finds cool, dass Du auch mal WOW gespielt hast, das merkt man gleich, dass Du weißt, wovon Du redest.“

„Endlich mal einer, der sich auskennt, in der Beratungsstelle haben die mich überhaupt nicht verstanden.“

„Jetzt habe ich das Gefühl, an der richtigen Stelle zu sein.“

„Du bist zwar ein *Gimp*, aber wenigstens verstehst Du, wovon ich rede“



**...und auch die Leistungen in der virtuellen
Welt zu würdigen (würdigen zu können)!**

 wird später noch wichtig bei der
Ressourcenorientierung



Kontakt herstellen über Verständnis für die Aktivität



NICHT VERTEUFELN!



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

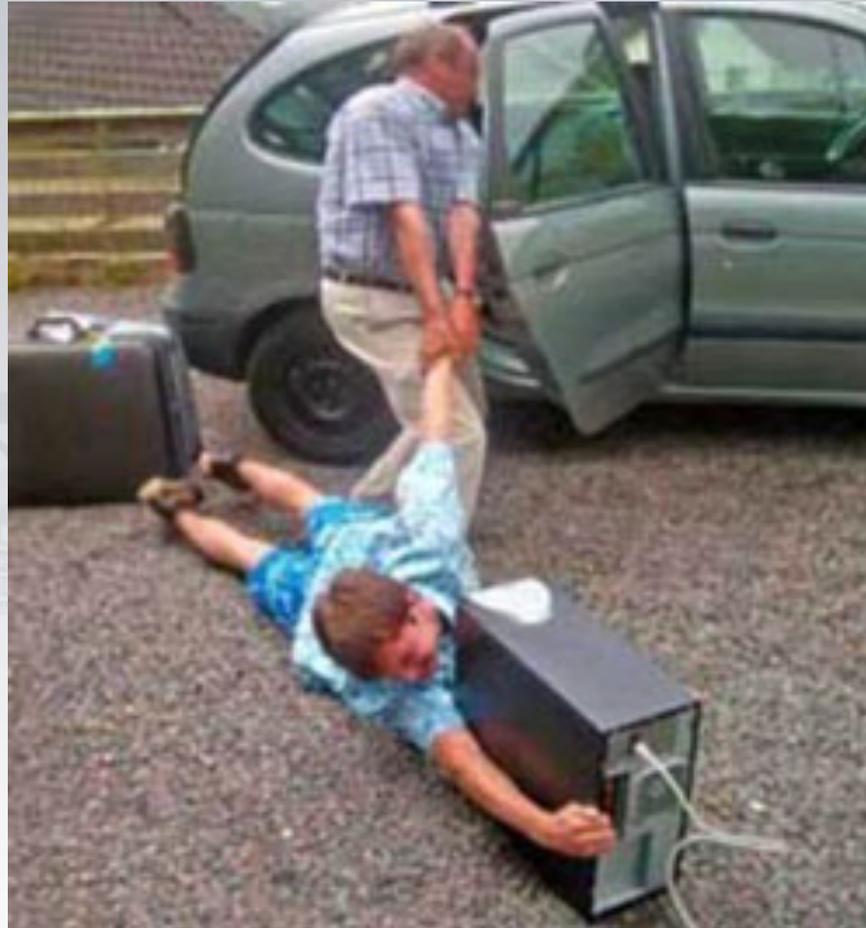
Pathologischer PC-/Internet- Gebrauch stationäre Therapie

Veränderungsmotivation

Veränderungsmotivation



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin



Veränderungsmotivation



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

- Immer wieder ambivalente oder gar nicht vorhandene Veränderungsmotivation („geschickt“ durch Eltern, Partner, Arge etc.)
- Vierfeldertafel (positive/negative Konsequenzen; kurz-/langfristig)
- Individuelle Vertiefung/Fokus auf bestimmte Themenbereiche (bspw. Gruppenarbeit zu körperlichen Konsequenzen)

Veränderungsmotivation



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

		Konsequenzen	
		kurzfristig	langfristig
Verhalten	Path. PC-Gebrauch Online/Offline spielen, chatten, surfen	positive Aspekte/Wirkungen des PC-Gebrauchs	negative Folgen des PC-Gebrauchs
	Abstinenz funktionaler PC-Gebrauch	neg. Ergebnisse eines veränderten PC-Gebrauchs (was wird fehlen?)	pos. Entwicklung bei künftiger Abstinenz funktionaler Gebrauch

Veränderungsmotivation



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

...hin zu einem...

funktionalen PC-Gebrauch



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin





AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

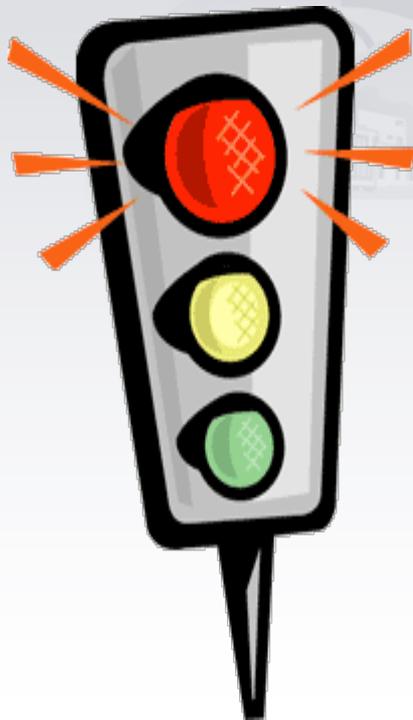
Pathologischer PC-/Internet- Gebrauch stationäre Therapie

funktionaler PC-Gebrauch Medienkompetenz

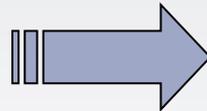
funktionaler PC-Gebrauch: Ampelmodell



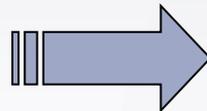
AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin



keinesfalls auszuübende
Aktivitäten



riskante Aktivitäten



unbedenkliche Aktivitäten

Konkrete Maßnahmen zur Umsetzung der Ziele



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

Was genau nehme ich mir vor? Wie genau will ich dieses Ziel im Alltag umsetzen? Was könnte mir dabei helfen, was hinderlich sein? Gehört zu meiner Zielplanung auch der Kontakt zu einer Beratungsstelle?

funktionaler PC-Gebrauch



AHG Klinik Münchwiess
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin





„ Der Beginn bei World of Warcraft war für mich wie eine Geburt. Wenn ich meine Chars jetzt löschen muss, dann ist das für mich wie ein Tod!“

Tobias, 23, vorwiegend WOW



- Char-Löschung nicht nur unter dem Aspekt der Rückfallprävention
sondern auch
- in Hinblick auf einem emotionalen Abschied



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

Definition der Europäischen Kommission:

„Die Fähigkeit des Zuganges, der Analyse und der Beurteilung der Macht der Bilder, Töne und Botschaften, die einen wichtigen Teil unserer zeitgenössischen Kultur darstellen, ebenso wie die Fähigkeit, mithilfe der persönlich verfügbaren Medien kompetent zu kommunizieren.“



Also:

- **eigenverantwortliche, aktive und kritische
Teilhabe**

ebenso wie

- **das rein technische Verständnis
fördern und vermitteln**



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

Verantwortungsvollen Umgang mit dem Medium nahe bringen



Leitlinien zum Aufbau von Medienkompetenz

- Die Gefahren des Sich-Verlierens in den speziellen Medienangeboten des Gamens (Sogwirkung durch Flow im Handlungsfluss) und Chattens (hyperpersonales Beziehungserleben) erkennen und Gegenstrategien entwickeln
- Verbindliche Regeln zwischen Jugendlichen und familiären bzw. pädagogischen Bezugspersonen vereinbaren
- Sich gemeinsam mit den Chancen und Risiken der Neuen Medien und ihren speziellen Angeboten beschäftigen
- Aufbau von Alternativen durch gemeinsame Aktivitäten, die herausfordern, dichte emotionale Erfahrungen auslösen und soziale Bindung herstellen

Medienkompetenz



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin





AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

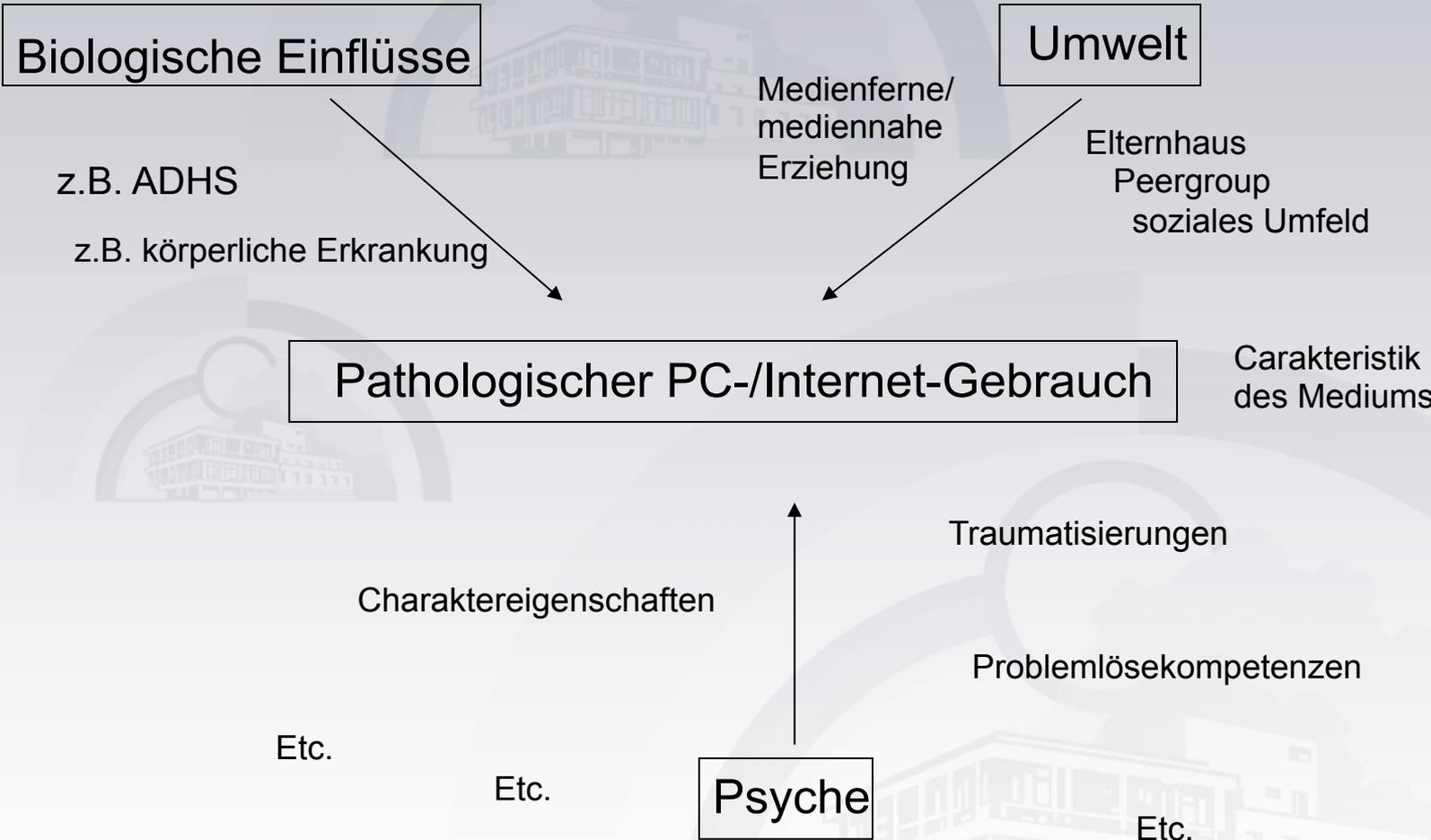
Pathologischer PC-/Internet- Gebrauch stationäre Therapie

biopsychosoziales Verstehensmodell

biopsychosoziales Verstehensmodell



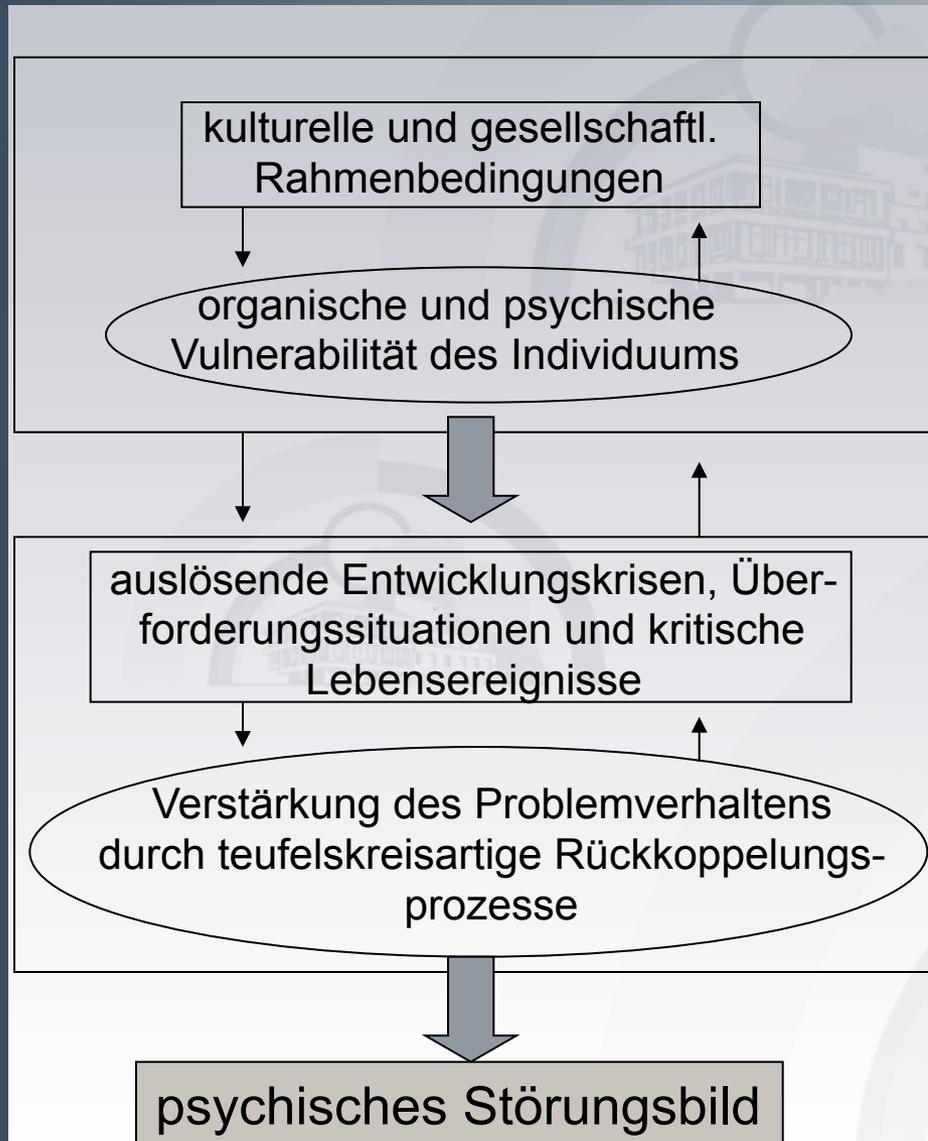
AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin



Vulnerabilität im Rahmen eines biopsychosozialen Störungsmodells



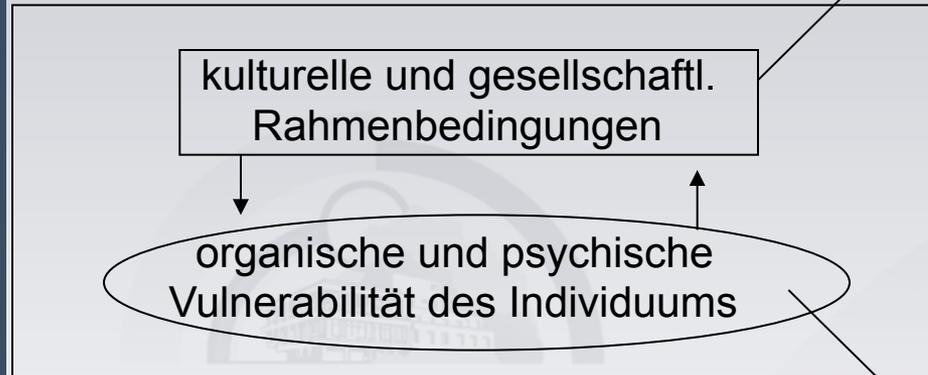
AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin



Vulnerabilität im Rahmen eines biopsychosozialen Störungsmodells



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin



- soziale Integration/Ausgrenzung,
- ausreichend alternative Gratifikationen im gesellschaftl. Umfeld
- fam. und berufl. Zukunftsängste

- psychische Stabilität/Instabilität,
- Bindungsqualität



Risikofaktoren

Fehlende personale Ressourcen

- externe Kontrollüberzeugungen
- inadäquate Copingstrategien
- geringer Selbstwert
- Depressivität
- Schüchternheit/Ängstlichkeit
- bestehende Suchtproblematik

fehlende soziale Ressourcen

- Einsamkeit
- fehlende schulische und berufl. Perspektiven
- materielle & soziale Deprivation

Schutzfaktoren

ausgeprägte personale Ressourcen

- stabiler Selbstwert
- hohe Selbstwirksamkeitserwartung
- Stresstoleranz
- emotionale Stabilität

ausgeprägte soziale Ressourcen

- fam. Unterstützung
- soziale Integration und unterstützendes soziales Netz
- schul. und berufl. Qualifikationen
- gesellschaftl. Teilhabe

biopsychosoziales Verstehensmodell



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin



zur Förderung der
Krankheitsakzeptanz und des
Krankheitsverständnisses



Eigenes Handeln besser verstehen
Als dysfunktionale Problemlösestrategie
Als Überlebensstrategie
Ambivalenz benennen und würdigen
(Brief Freund/Feind)



- Flucht vor der als belastend erlebten Realität
- Wunsch nach Anerkennung und Erfolg
- Erfolgsgewissheit in der virtuellen bei gleichzeitigen Versagensängsten in der realen Welt
- Selektive Selbstdarstellung als Chance („Neustart“)
- Kaschierung der unsicheren Bindungsorganisation
- Schutz und Geborgenheit
- Kontrolle, Macht, Stärke,
- Konsequenzarme Aggressionsabfuhr



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

Pathologischer PC-/Internet- Gebrauch stationäre Therapie

Ressourcenorientierung/-aktivierung



„die reale Welt wieder mit positiver
Bedeutung aufladen“





Michael, 28, Dark Age of Camelot und WoW, kommt nachdem er an einem sonnigen Frühsommertag einen ausgedehnten Spaziergang im Wald gemacht hat mit strahlenden Augen und folgenden Worten ins Einzelgespräch:
„Scheißgeile Graphik, dieses real life!“

Pathologischer PC/Internet-Gebrauch



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin



Erlebnisaktivierende Übung mit bemalten Holzstelen



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

Im Mittelpunkt stehen die Aktualisierung positiv besetzter Erfahrungen außerhalb der PC/Internet-Welt



Erlebnisaktivierende Übungen



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin



Sensibilisierung und Differenzierung der
Sinneswahrnehmungen durch die
Auseinandersetzung mit konkreten Materialien (zum
Sehen, Riechen, Hören und Tasten)

Pathologischer PC/Internet-Gebrauch



AHG Klinik Münchwil
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin



Pathologischer PC/Internet-Gebrauch



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin



Pathologischer PC/Internet-Gebrauch



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin



Pathologischer PC/Internet-Gebrauch



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin



Pathologischer PC/Internet-Gebrauch



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin



Die reale Welt wieder mit positiver Bedeutung aufladen



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

- Erlebnisaktivierung unter Einbeziehung aller Sinne (Riechen, Tasten, Barfußweg, Holzstelen, Naturbilder etc.)
- Sporttherapie
- Ergotherapie
- Körpertherapie (Konzentrierte Bewegungstherapie)
- Musiktherapie
- Atemerfahrung
- Körper- und Gefühlswahrnehmung



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

- Heilpädagogisches Reiten
- Bogenschießen
- Photographie
- Regelmäßige Besuche Kletterpark

Pathologischer PC/Internet-Gebrauch



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin



Dichotomie



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

...auflösen!

„Es wächst zusammen, was zusammen gehört“

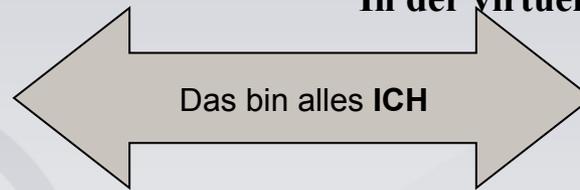
Dichotomie



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin



In der realen Welt bin ich...



In der virtuellen Welt bin ich...





 Übertragung der virtuellen Fähigkeiten
in die reale Welt, z.B.:

- Teamfähigkeit
- Problemlösekompetenzen
- Führungsqualitäten („der Gildenleader wird zum Gruppensprecher“)



Vorhandene Kraftquellen herausarbeiten...

...und neue erschließen!



Erarbeitung von Zukunftsperspektiven privat beruflich



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

- Anschluss an Vereine
- Hobbies
- Klärung Beziehungssituationen
- Wohnungssituation



- Berufliche Ressourcen stärken
(Dienstleistungstraining, Ergotherapie)
- **Soziotherapie:**
 - berufliche Reha prüfen, evtl. Rehaberatung
 - evtl. Berufsfindungsmaßnahme
 - Kontakt mit Arbeitsamt aufnehmen
 - BIZ etc.

Erwerb von Alltagskompetenzen



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

- Strukturierter Tagesablauf
- Zeitmanagement,
- Alltagsressourcen stärken (Sport, Ergo)
- Problemlösestrategien

Beziehungsregulierung



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin



Förderung der sozialen Kompetenz



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

- Gruppensetting
- Bewusst Doppelzimmer
- Soziales Kompetenztraining mittels GSK, Diskriminationstest nach Jakubowski etc.
- **Reale Beziehungen schätzen lernen**

Problemaktualisierung

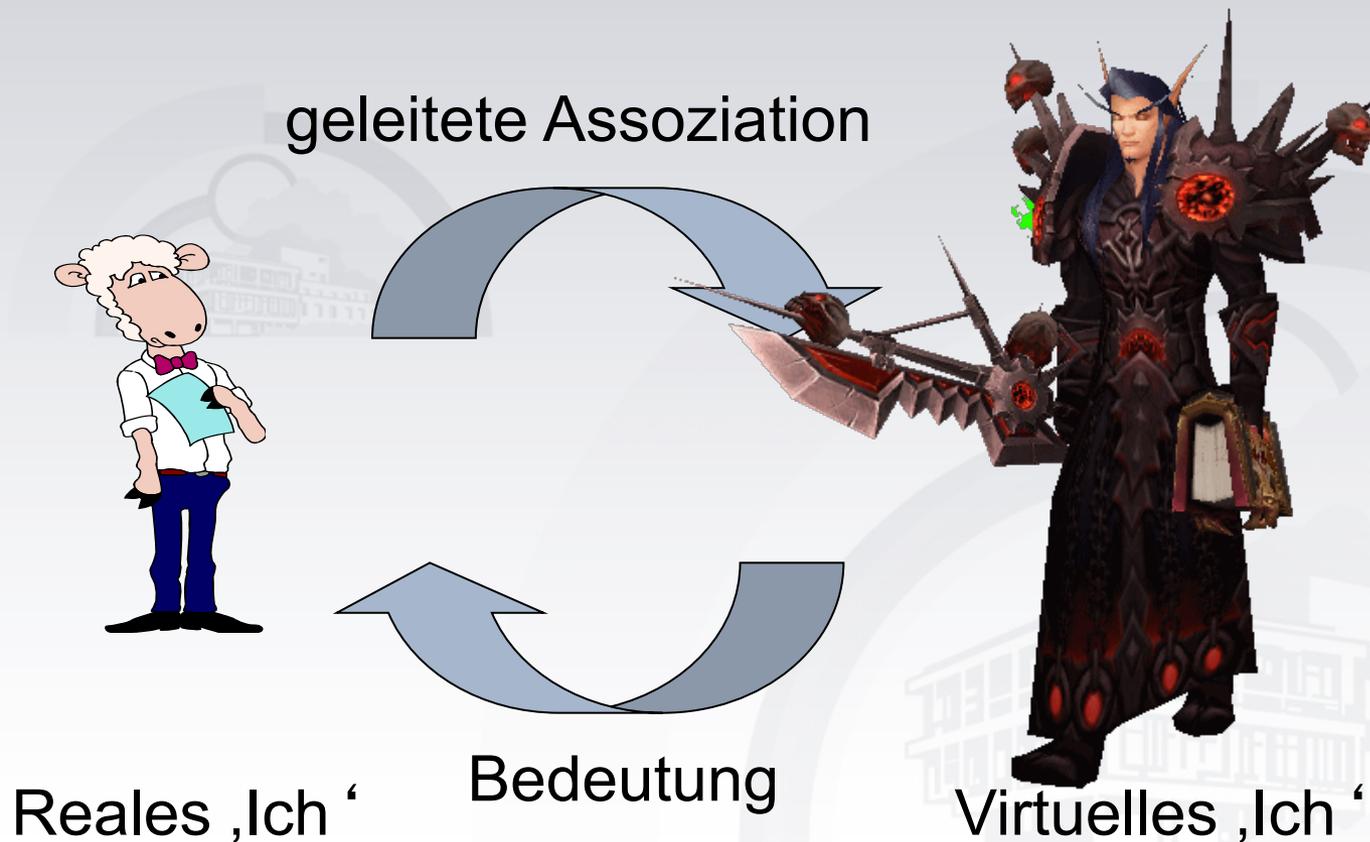


AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin



Bsp.: Nachstellung typischer sozial-interaktiver Szenen aus dem Kontakt mit bedeutsamen Personen im Rahmen des Bindungsinterviews

Bsp.: Geleitete Assoziation mit aussagekräftigen
Bildern aus den PC/Internet-Spielen





AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

Pathologischer PC-/Internet- Gebrauch stationäre Therapie Rückfallprävention

„Zumachen der Hintertürchen“



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin

- Accountabmeldung spätestens zur Mitte der Behandlungszeit. Neben der rückfallpräventiven Intention geht es hierbei auch um das Initiieren eines Trauerprozesses hin zu einer Lösung der emotionalen Bindung an die Avatare (Abschiedsrituale wie Löschung der „chars“, Verbrennung von Symbolen etc.)
- Computer „öffentlich“ platzieren
- Bildschirmhintergrundgestaltung, Bilder auf Bildschirm etc.
- Entfernen aller Computerspiele aus der Wohnung
- Abmelden von Abonnements einschlägiger Fachzeitschriften / Verzicht Lektüre entsprechender Computerzeitschriften
- Löschen von ICQ-Listen
- uvm



- Wen kontaktiere ich, wenn es schwierig wird?
- Welche Hilfesysteme kann ich in Anspruch nehmen?
- Welche Symbole können helfen?
- ...



- Emailnachbetreuung

„Hallo Holger,

jetzt hab ich mal Zeit für'n Update. Hier läuft zur Zeit alles sehr gut. Wie ich ja sagte, bin ich seit der Klinik nach wie vor spielfrei was WoW angeht - meinen kleinen Battlefield 2-Ausflug will ich mal nicht unerwähnt lassen, aber nachdem das Spiel recht schnell ziemlich öde wurde, hab ich seit November etwa nichts mehr gedaddelt, wie man so schön sagt. Seit April bin ich auch im Größten den Spieldruck los, der mich eine Zeit lang noch nachts oder in bestimmten Situationen des alltäglichen Lebens verfolgt hat...“



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin



zentral für Umsetzung des Erreichten
ins häusliche Milieu



Nachsorgesituation oft noch ungenügend

Einzelfallentscheidungen durch Kostenträger

Versuch der Anbindung an qualifizierte
Nachsorgeeinrichtungen

Nachsorge



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin



Es passiert viel!!!

Pathologischer PC/Internet-Gebrauch



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin



Pathologischer PC/Internet-Gebrauch



AHG Klinik Münchwies
Zentrum für Psychosomatische
Medizin, Psychotherapie und
Suchtmedizin





Vielen Dank für ihre Aufmerksamkeit

