

Wir verändern.

drobs Halle 2017 | Hilfe bei problematischer Internetnutzung

Bernd Kukielka | Landesstelle MV 21.11.2017

Wir verändern.



2011-12 Projekt: **Orientierung und Hilfe bei exzessiver Mediennutzung**
Landesstelle für Suchtfragen Sachsen-Anhalt, TKK, Suchtberatungsstellen

Sensibilisieren

Informieren von Multiplikatoren und Öffentlichkeit

Qualifizieren

Fortbildung von Fachkräften der Suchtberatungen

Intervenieren

Entwicklung von Angeboten für Betroffene + Angehörige

Selbsthilfe fördern

Wir verändern.



Suchtberatungsstellen zum „Clearing“

Worum handelt es sich im Einzelfall?

Erziehungsprobleme und/oder pathologische Nutzung

Wer oder was könnte helfen?

Erziehungsberatung, Suchtberatung oder ambulante bzw. stationäre
Therapie

Methoden

Vermittlung, Kurzintervention, ambulante Beratung/Therapie, Co-Therapie,
Nachsorge

Wir verändern.



Was daran ist für uns interessant?

Wenige Fälle, jedoch:

- Komorbidität zur Drogenabhängigkeit
- Anfragen von Betroffenen + Angehörigen
„Mediennaivität“

Wir verändern.



Fälle

Leo, 14 Jahre:

Schüler, spielt gern u.a. Minecraft und chattet, besonders gern mit der Freundin

Nicole, 28 Jahre:

Studentin 17. Semester, Cannabis, facebook, kommt nicht zu ihrer Diplomarbeit

Lars, 24 Jahre:

Cannabis, sozial isoliert, nur ein Kumpel, mit dem er Playstation spielt

Wir verändern.



Fälle

Thomas, 43 Jahre:

Ingenieur, selbständig, verbringt die meiste Zeit in der Firma mit Pornografie und sammelt Videos

Henry, 21 Jahre:

Lehrling, fremde Stadt, Fehltage, On + Offlinespiele, Lehrabschluss gefährdet

Frank, 32 Jahre:

Außendiensttechniker, Schulden, Rollenspiele auf Smartphone:
„Ich hab im letzten halben Jahr maximal 3-4 Stunden pro Nacht geschlafen!“

Wir verändern.



Nutzertypen

(missglückendes?) Jugendliche Probierverhalten

(studentische) Prokrastination

(sozial zurückgezogene) Drogennutzer

Berufstätige / Leistungsträger

Wir verändern.



Mediennutzung bei Jugendlichen (Jugend, Information, Multi-Media JIM 2012)

- 98 Prozent der Jungen und Mädchen aller Altersstufen nutzen (zumindest selten) Internet. Hinsichtlich Alter, Geschlecht oder Bildung gibt es nur geringe Abweichungen.
- Mädchen bevorzugen die persönliche Kommunikation, die Kontaktaufnahme im Chat und in Online-Communities.
- Jungen eher das Spielen und das Herunterladen von Musik.



Wir verändern.



NA, WENIGSTENS HÄNGST DU NICHT WIEDER
DIE GANZE ZEIT IM NETZ HERUM!



„Die Handynutzung ist stark rückläufig ... „

Wir verändern.



Risikofaktoren und Anzeichen

- Fehlende soziale Kontrolle (ungehinderter Zugang)
- Probleme in Schule, Ausbildung, Arbeit
- Mangelnde soziale Bindungen
- Fehlen sozialer Kontakte
- Unkenntnis bezüglich Gefahren

Wir verändern.



Folgen

- Körperliche Beschwerden: Rückenprobleme, Übergewicht
- Psychische Erkrankungen: Depressionen, Ängste, Abhängigkeiten
- Soziale Isolation, schulisches bzw. berufliches Versagen

Wir verändern.



Subtypen nach Young

- Cybersexabhängigkeit
- Abhängigkeit von virtuellen Gemeinschaften in Chats und Internetforen
- Zwanghafte Nutzung von Netzinhalten in Online-Spielen, Geschäften und Auktionen
- Informations – Overload bei Nutzung von Daten
- Computerabhängigkeit bei Spielen und Programmieren unabhängig vom Internet

Subtypen nach Petry (2003)

Gamer

Surfer

Chatter

Wir verändern.



Problemfelder

Online-Rollenspiele (MMORPG)

Ego-Shooter

Chatten, soziale Netzwerke

Strategiespiele, Simulationen

Pornographie

Actionspiele

Browserspiele

Surfen (News, Musik, Filme, Wiki)

Wir verändern.



**Katamnese: Evaluation der
Behandlung von
Patienten mit Pathologischen PC-
/Internet-Gebrauch
ein Jahr nach Entlassung aus der
stationären
medizinischen Rehabilitation**

Dr. Sobottka, AHG Schweriner See
FVS Juni 2013 Heidelberg

**Pathologischer PC-/
Internet-Gebrauch
bei Patient/Innen der stationären
psychosomatischen und
Suchtrehabilitation**



Schuhler, P. (1); Sobottka, B. (2); Vogelgesang, M. (1); Fischer, T. (2);
Flatau, M. (1); Schwarz, S. (2); Brommundt, A. (2); Beyer, L. (3)

Abschlussbericht eines zweijährigen Forschungsprojekts 2010 – 2012
gefördert von der DRV Bund
Förderkennzeichen: AZ 8011-106-31/31.94

Wir verändern.



Fragestellung (N=100)

Vergleich mit Patienten Glücksspiel, stoffl. Abhängigkeit, psychische Erkrankung

Komorbiditäten

- Depressionen (~ 50%)
- Störungen durch psychotrope Substanzen (~ 33%)
- Persönlichkeitsstörungen (~ 25%)
- Soziale Angststörungen (~ 15%)
- Essstörungen (~ 10%)
- Ernährungs- und Stoffwechselkrankheiten (~ 45 %)
- Krankheiten des Muskel-Skelett-Systems (~ 35%)

Chronisch kranke, alleinstehende jg. Männer, die trotz solidem intellektuellem Leistungsvermögen nicht am Erwerbsleben teilhaben.

Wir verändern.



Ergebnisse

- Abnahme körperlicher und seelischer Beschwerden
- deutliche Abnahme PC – Nutzungsdauer
- leichte Verbesserung Partnersituation
- deutliche soziale Aktivierung, etwas mehr Sport
- bemerkenswerte Verbesserung der Erwerbstätigkeit (31->67%)

„Ein Jahr nach Entlassung aus der stationären medizinischen Rehabilitation zeigen sich die untersuchten Patienten anhaltend gebessert.“

... auch Dank nahezu 80% weiterer Hilfen, Nachsorge, Therapien.

Wir verändern.



Konklusion

1. Verhaltensexzesse, wie problematische Mediennutzung, passen gut in Suchtberatungsstellen.

1. Die Beratungsstellen müssen dazu gut informiert sein. Es bedarf regelmäßiger Fortbildung.

1. Die Öffentlichkeit muss von den Möglichkeiten informiert werden.

Wir verändern.



Tipps an Eltern (-generation)

- Geben Sie zu, wenn Sie keine Ahnung haben und der Gesprächspartner mehr weiß als Sie.
- Interessieren Sie sich, bitten Sie um Informationen bei Ihren Experten.
- Zeigen und zeigen lassen. Verbringen sie gemeinsame Zeit, auch mit Medien.
- Ich - Botschaften: äußern Sie Bedenken auf Augenhöhe. Formulieren Sie Ihre begründeten Erwartungen und handeln Sie **altersgerechte** Regeln aus.
- Achten Sie auf die Einhaltung, vereinbaren Sie Termine für die Überprüfung der Regeln.

Wir verändern.



Linkliste

www.dia-net.com

www.klicksafe.de

www.schau-hin.info

www.spieleratgeber-nrw.de

www.bundespruefstelle.de

www.usk.de

www.msa-online.de/medienkompetenz

Wir verändern.



www.drobs-halle.de

Moritzzwinger 17 | 06108 Halle (Saale)

fon | 0345.51704-01

mail | info@drobs-halle.de Bernd.Kukielka@drobs-halle.de

streetwork | 0179.5286914

Außenstelle Merseburg | 01578.76 39 388

Dammstr. 8 | Merseburg | Caritas

mittwochs + donnerstags 13 - 18 Uhr

Wir verändern.



**WHAT THE
HELL IS REAL
LIFE AND
WHERE CAN I
DOWNLOAD IT
?**

Danke für Ihre Aufmerksamkeit

