

Workshop 7 Protokoll

„Endstation – Stecker raus...“ – Interventionsmöglichkeiten für Eltern

1.0 Grundlagen zur Online-Sucht

Definition Online-Sucht:

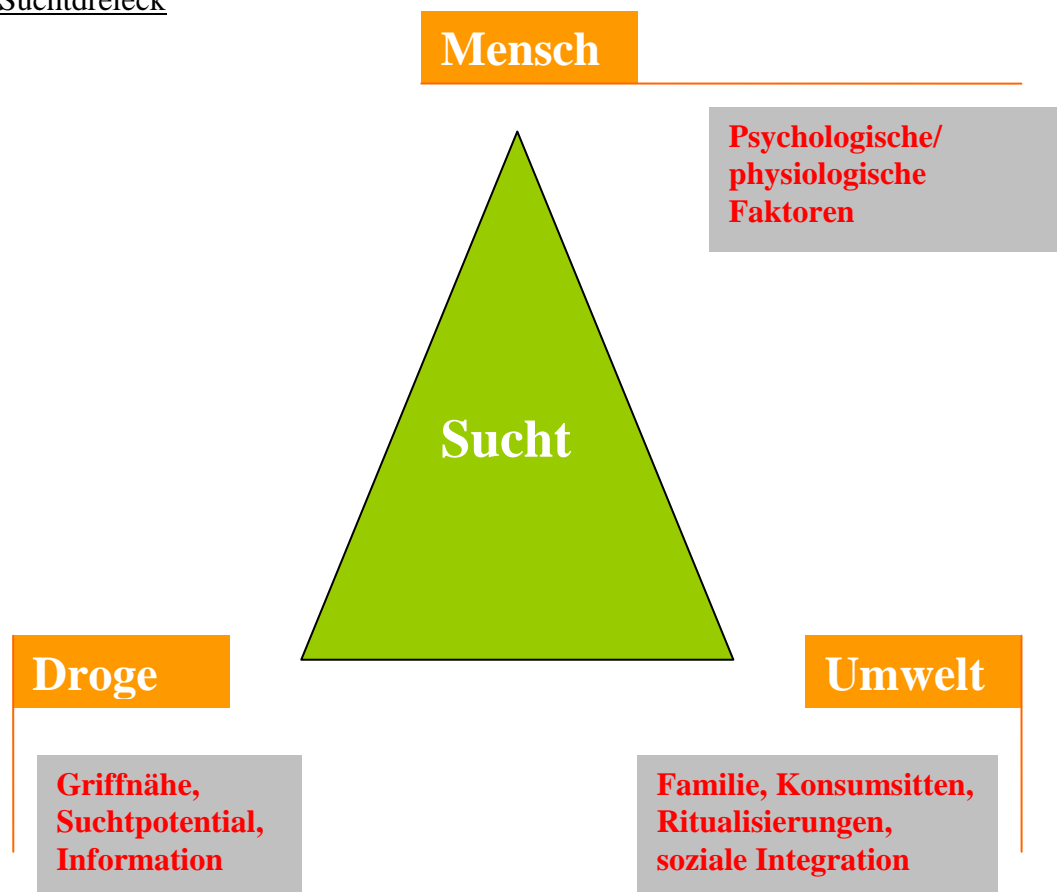
Das Internet wird **funktionalisiert** und dient als **Kompensation**.

=> Ziel ist es einen gewünschten **Gefühlszustand** zu erreichen.

1.1 Kriterien der Online-Sucht (Hahn & Jerusalem 2001)

- Einengung des Verhaltensraumes
- Kontrollverlust
- Toleranzentwicklung
- Entzugserscheinungen
- Negative soziale Konsequenzen

1.2 Das Suchtdreieck



Zwischenergebnis aus dem Workshop: Es gibt vermutlich keine süchtig machende Substanz die so eine hohe Griffnähe hat wie das Internet, es gibt 100te Möglichkeiten von überall aus online zu gehen. Und es fehlt, im Gegensatz zu den Substanzabhängigkeiten, an Aufklärung über die Suchtgefahr!

2.0 Grundlagen zu MMORPG`s

Definition **Massively Multiplayer Online Role-Playing Game**
(MMORPG):

- Sie sind Interaktiv
- Sie besitzen verschiedene Modi
- Voraussetzung ist das Internet
- Und man steuert eines Avatars

2.1 Die Faszination von MMORPG`s

- Extrem starke Spielanbindung
- Kontrollgefühl
- Hohe Verfügbarkeit
- Selten Misserfolgserlebnisse
- Gruppendynamik
- Starke Belohnung
- Soziale Bindung (Gilden)
- Unabhängig von Raum und Zeit
- Anonymität vs. Identität

Zwischenergebnis aus dem Workshop: MMORPG`s haben ein enorm wirtschaftliches Potenzial, allein World of Warcraft zählt seit Januar 2008 über 10 Millionen Spieler die alle jeweils 11€ monatliche Abogebühren dafür ausgeben. Und es gibt noch weit mehr MMORPG`s (ca 240 – 300 erfolgreiche Weltweit).

Hypothese: Gibt es vielleicht Zusammenhänge zwischen den realen bzw. erwünschten Charaktereigenschaften eines Menschen und denen seines Avatars?!

Eventuell müssen auch wir (Psychotherapeuten) uns weiterentwickeln. Medienkompetenz als neue Entwicklungsaufgabe.

3.0 Interventionsmöglichkeiten für Eltern

Was ist das faszinierende ...

...an der virtuellen Welt für Jugendliche?

- **Orientierung** in einer Entwicklungsphase mit körperlichen, psychischen und sozialen Unsicherheiten.
- **Anerkennung** durch Gleichaltrige
- schnelle und unmittelbare **Erfolge**
- Testen und Erfahren neuer **Rollen und Identitäten**
- **Gestaltungsfreiräume**
- Gefühl der **Sicherheit**

3.1 Beratung von Eltern (Wölfling, K. 2008)

Telefonische Beratung

- Beruhigend, versichern kommunizieren
- Erziehungsstile heraushören
- Ressourcen von Beginn an hinterfragen
- Erste Informationen vermitteln
- Unterstützung von Beratungs- und Behandlungsmöglichkeiten

Face to Face - Beratung

- Klientenzentrierte Gesprächsführen
- Intrinsische Motivation fördern
- Raum für emotionale Entlastung erheben
- Anamnestische Daten erheben
- Disfunktionale Überzeugungen aufdecken

Clearingphase:

Liegt überhaupt eine Online-Sucht vor?

Welche Funktionalität des Online-Verhaltens wird vermutet?

Welche Einflussmöglichkeiten versprechen Erfolg?

Interventionsmöglichkeiten

Möglichkeiten für den Berater

- Informiert sein
- Interesse zeigen
- Alternativen bieten
- Absprachen treffen

Möglichkeiten für die Eltern

- „Parents-Friend“
- Stecker raus (nur wenn man weiß was welche Reaktion einen erwartet und wie man mit ihr Umgeht!)
- Zeitkontingente (Zeitkuchen, Onlinetagebuch etc.)
- Wenn...,dann.... –Verträge

Fazit aus dem Workshop: Intervention ist nur möglich wenn man den Klienten genügend motiviert bekommt. Die Beratung muss das ganze System im Blick haben und wenn nötig auch eine systemische Lösung anbieten können. Totale Abstinenz **nur** wenn der Klient wirklich keiner anderen Tätigkeit mehr nach geht und es so keine andere Möglichkeit mehr gibt. Wenn Abstinenz dann nur nach Rücksprache mit dem Therapeuten, da ansonsten unerwartete Gefühlsausbrüche oder gar Depressionen die Folge sein können.

Die Online-Welt ist klar strukturiert und fest geregelt, eventuell ist der Grund warum Online Süchtige sich in diese Welt flüchten ein tiefes Bedürfnis nach klaren Regeln und festen Strukturen.

„Ein Online-Süchtiger integriert nicht das **Internet** in sein **Leben**, sondern sein **Leben** ins **Internet**“