

Therapie von Medien- /Onlinesucht

Das Programm „Log-In“ der Klinik Selhofen

**Regine Gysin, Stv. Geschäftsführerin
Klinik Selhofen, Burgdorf (BE)**

Übersicht

- 1. Entwicklung und Implementierung des Programms „Log-In“ in der Klinik Selhofen**
- 2. Programm Log-In: Zielgruppe & Therapieinhalte**
- 3. Rahmenbedingungen**
- 4. Erste Erfahrungen mit dem Programm Log-In**

Entwicklung und Implementierung des Programms Log-In



Klinik Selhofen - Suchtfachklinik:
Stationäre Klinik in Burgdorf mit 25 Betten
Ambulante Behandlung in Burgdorf – Bern - Biel

www.selhofen.ch

Behandlungsschwerpunkte

Körperliche
Entgiftung

Psychische
Stabilisierung

Soziale
Integration

**Programm
D+**
Behandlung von
Doppel-
diagnose

Projekt Angebotsentwicklung

- Stetige Entwicklung des Behandlungsangebots
- Vermehrte Beobachtung von Patient/innen mit exzessiver Nutzung von Internet
- Intensive Recherchen und Analysen (Bedarf, Therapieangebote,...)
- Strategischer Entscheid > Entwicklung Therapieangebot für Online-/Medienabhängigkeit (Schwerpunkt Onlinespiele)

Entwicklung/Implementierung

- Entwicklung des Konzepts „Programm Log-In“> interdisziplinäre Projektgruppe
- Hospitation / Besuche in Kliniken mit einem Therapieangebot für Online-/Medienabhängigkeit (CH und D)
- Spezialisierung der Therapeut/innen des Programms Log-In
- Weiterbildung des Gesamtteams der Klinik Selhofen

Bedingungen

- Flexibilität, modulare Nutzung der Therapiebausteine (> ‚kleine‘ Zielgruppe > keine übermässige Ressourcenbindung)
- Integration der Log-In-Patient/innen in die Gruppe der Substanzabhängigen
- Umsetzbare Rahmenbedingungen (Regeln bezüglich Umgang mit Substanzen und Internetkonsum)
- Vorteil der kleinen Klinikgrösse nutzen (kurze Entscheidungswege, gesamtbetriebliche Identifikation, engmaschige Begleitung des Projekts, kontinuierliche Verbesserung des Konzepts)

Behandlungsschwerpunkte (ab 2017)

Körperliche
Entgiftung

Psychische
Stabilisierung

Soziale
Integration

**Programm
D+**
Behandlung von
Doppel-
diagnose

**Programm
Log-in**
Behandlung von
Medien-/
Onlinesucht

Programm Log-In: Zielgruppe Therapieinhalte

Zielgruppe

Personen mit pathologischer Online-/Mediensucht

- in „reiner“ Form
- in Kombination mit substanzgebundener Sucht
- in Kombination mit anderer psychischer Störung



Angehörige von Online-/Medienabhängigen

- Systemische Herangehensweise
- Starke Belastung von Angehörigen
- Psychische Probleme von Angehörigen



Therapieinhalte



Fokus auf (Teil-)Ziele und Lösungen

A close-up photograph shows a person's hands using scissors to cut a white rectangular piece of paper. The paper has the words "I can't" printed in a bold, black, sans-serif font. The scissors are positioned to cut between the word "can" and the apostrophe of "can't". The background is a blurred wooden surface.

I can't

Ressourcen aktivieren

FÖRDERN

FORDERN

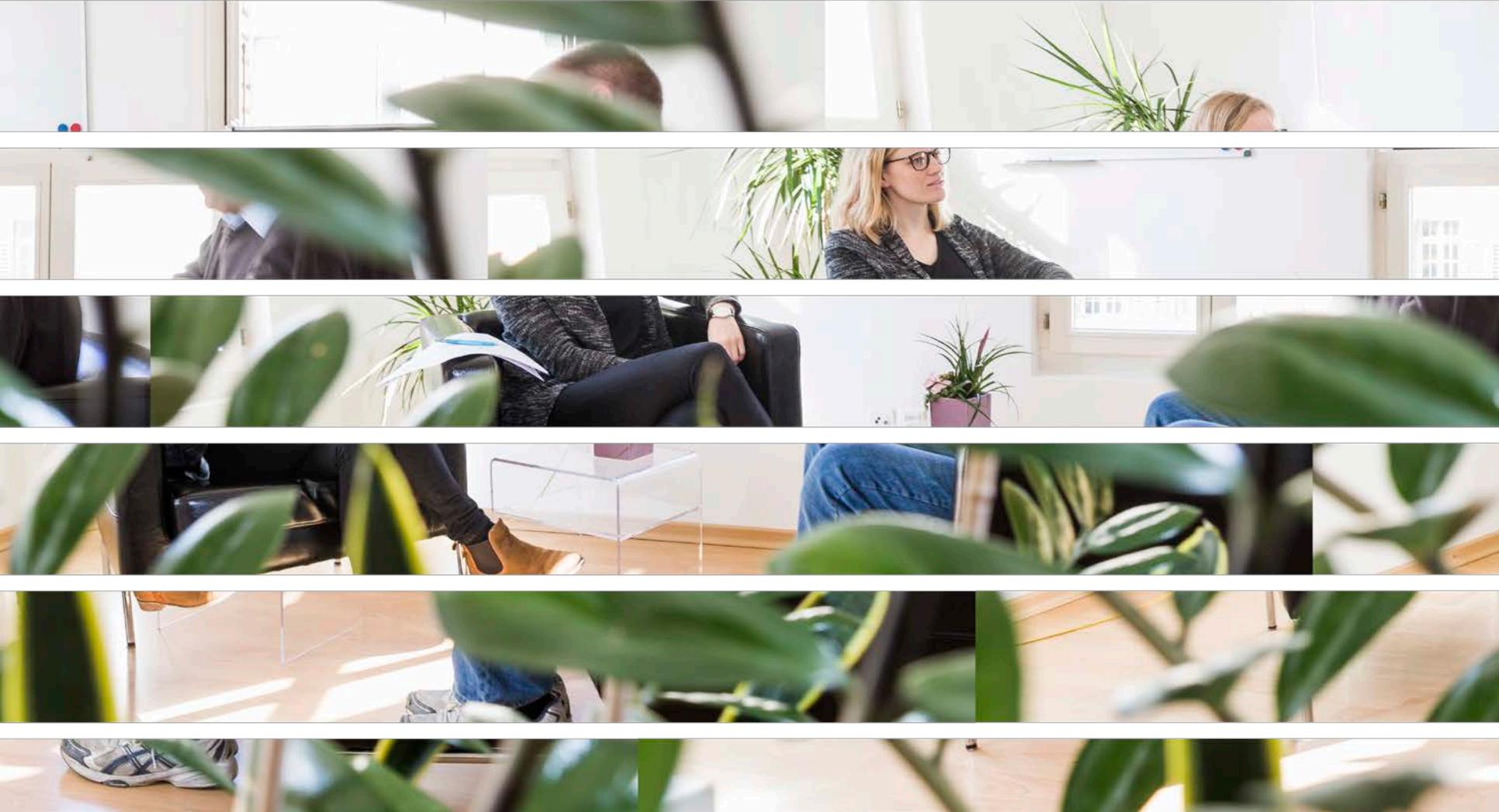


Offenes Lernfeld < > klare Strukturen

Therapeutischer Wochenplan mit fixen und individuellen/frei wählbaren Elementen

- Auf Behandlungsziele bezogen > Erfahrungen im realen Kontext, Soziale Kompetenzen, Situation ausserhalb der Klinik
- Wird von Patient/in zusammen mit fallführender/m Therapeut/in festgelegt
- Pro Halbtag min. 1 Element, einzelne Elemente obligatorisch
- Kann im Verlauf der Behandlung adaptiert werden

2 Einzelgespräche pro Woche



3 Gruppengespräche pro Woche

Kompetenz-Gruppe
Erfolgs-Gruppe
Online-Gruppe



Zusätzliche Gespräche

(nach Indikation)

- Motivations – Gruppe (Fokus Veränderungsprozesse)
- Persönlichkeits – Gruppe (Fokus persönliche Identität, Werte, Lebenssinn, etc.)
- Alltags – Gruppe (Fokus Alltagsfertigkeiten)
- Sucht – Gruppe (Fokus Substanzabhängigkeit)
- Familien-/Angehörigengespräche
- Netzgespräche (Helfernetz)

Alltagstraining

- Hausdienst
- Küchenarbeit
- Gemeinsame Spaziergänge und Ausflüge
- Individuelle Freizeitplanung und –gestaltung
- Zimmerordnung
- Hygiene und Körperpflege

Sport, Körpertherapie, Kunst

- Sport

Fitness, Tennis, Schwimmen, Polysport, Outdoor-Sport

- Körpertherapie

Yoga, Bodyscan, Bodyfit, Entspannung, Einzel-Körpertherapie

- Kunsttherapie

Zeichnen, Malen, Collage, Modellieren, Speckstein usw.

Rahmen- bedingungen

Anmeldung/Aufnahme

- Erstkontakt /Anmeldung durch Betroffene/r, Zuweisende oder Angehörige
- Telefon oder Email / Kontaktformular Website
- Vorbereitungsgespräch, Behandlungsplanung
- Ambulante und/oder stationäre Behandlung
- Möglichkeit „Schnuppertag“ (vor einer stationären Behandlung)

Stationäre Behandlung

Integration der verschiedenen Patientengruppen (Abhängigkeiten legale und illegale Substanzen, Doppeldiagnose, Online-/Medienabhängigkeit):

- Rahmenbedingungen für alle < > individueller Behandlungsansatz
- Modular einsetzbare Therapiebausteine:
 - Bsp. Kompetenzgruppe : Training soziale Kompetenzen > für Online-/Medienabhängige, aber auch für Substanzabhängige
 - Bsp. Onlinegruppe: themenspezifisch, aber mit ambulanten und stationären Patient/innen

Regeln Hausordnung

Suchtmittel: Analog zu den substanzabhängigen Patienten und Patientinnen (kein Konsum von Alkohol, illegalen Suchtmitteln und nicht verordneten Medikamenten)

Internet-/Mediennutzung: Grundsätzlich gelten die Regeln der Hausordnung mit entsprechenden Nutzungszeiten

Spezielle Regeln Programm Log-in

- Regulierung der Handy-Nutzungszeiten (18.00-21.00 Uhr)
- 1. bis 4. Woche: keine Nutzung des eigenen Computers
- Ab 5. Woche: Die Nutzung aller Medien (inkl. eigener Computer) wird mit dem Fallmanagement besprochen

> Regulierung anhand des **Ampelmodells**

roter Bereich

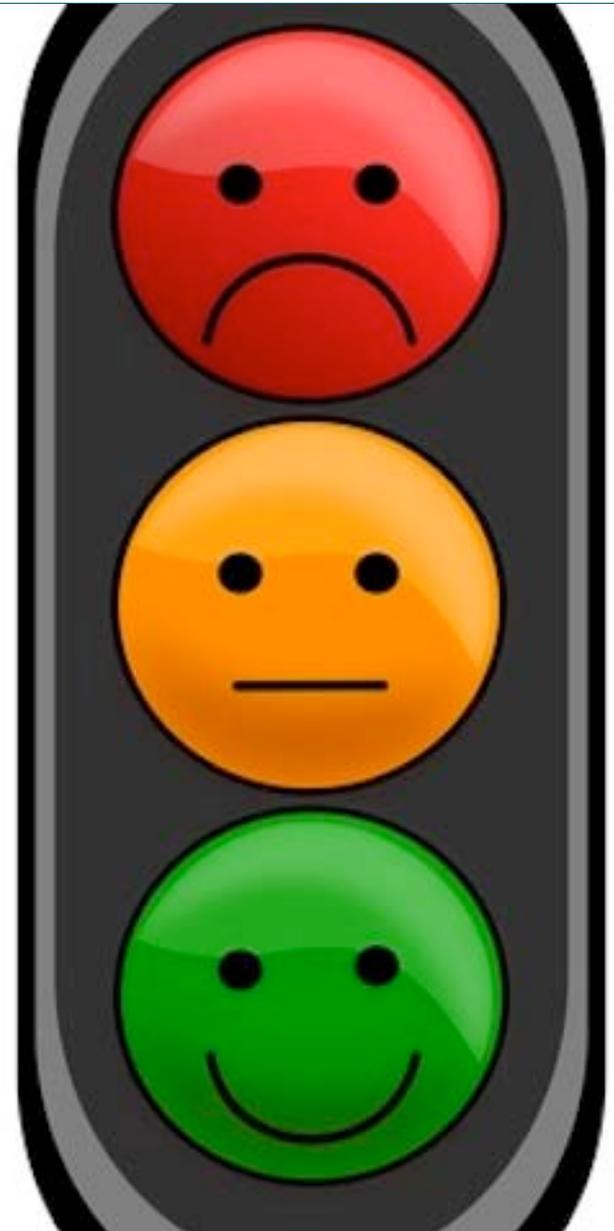
Gefährliche Aktivitäten, darum völliger Verzicht

gelber Bereich

Aktivitäten mit Vorsicht aufgrund der Nähe zum bisherigen Problemverhalten

grüner Bereich

unbedenklicher, funktionaler Gebrauch



Erste Erfahrungen

- Viel Interesse am Thema (Eltern, Medien, Helfernetz)
- Viele telefonische Auskünfte, „Kurzberatungen“ etc.
- Viele ambulante Therapiegespräche, erste stationäre Behandlungen
- Die Mischung der Patientengruppe im stationären Rahmen ist bisher kein Problem
- Betroffene haben neben Online-/Medienabhängigkeit meist eine weitere psychische Störung, teilweise auch Substanzabhängigkeit
- Betroffene wirklich in die Behandlung einzubinden, ist herausfordernd.

- Einbezug Angehörige wichtig.
- Thema „Kommunikation“ in der Familie ist zentral.
- Sowohl Patient/innen als auch Behandlungsteam stehen am Anfang.
- Kontinuierliche Weiterentwicklung des Konzepts (Bsp Online-Gruppe stationär & ambulant > Anpassung Zeitfenster).
- Ungewiss, wie sich das Thema weiter entwickelt (wird es mehr Gewicht erhalten? Wird es im klinischen Bereich eine Randerscheinung bleiben?)

Danke für die Aufmerksamkeit!

**Regine Gysin, Stv. Geschäftsführerin
Klinik Selhofen, Burgdorf (BE)**