

re: set!

BERATUNG BEI EXZESSIVEM
MEDIENKONSUM



Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung



Niedersächsische Landesstelle
für Suchtfragen



Medizinische Hochschule
Hannover

Mediennutzung – ein Thema für die Sucht(hilfe)?

- „Gaming Disorder“ wird als Suchterkrankung in ICD 11 aufgenommen werden
- 1% der 14 – 64 jährigen in Deutschland gelten als internetabhängig – die Prävalenzen sind bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen höher (Meta Studie)
- 2,6 Prozent der 14-17 Jährigen sind bereits süchtig nach Social Media – Mädchen mit 3,1 Prozent etwas häufiger als Jungen (1,9 Prozent) DAK Studie 2011
- Suchthilfestatistik Niedersachsen 2020:
 - 483 (1,2%) Klient*innen mit der Hauptdiagnose „exzessive Mediennutzung“ wurden beraten.
 - 213 (5,2%) Beratungsprozesse von Angehörigen fanden aufgrund exzessiver Mediennutzung statt.

Die Industrie weiß es schon...

MEDIMAX
Gültig bis 30.09.2020

SMARTER DEAL FÜR INSTA-JUNKIES!

SAMSUNG Galaxy A51

- Android™ 10.0 • 2.3 GHz • 1.7 GHz Octa-Core Prozessor • Quad-Kamerasystem
- Innovativer Design mit Infinity O-Display und Super AMOLED-Technologie
- Optischer Fingerabdruckscanner im Display für kontaktloses Entsperren
- 128 GB interner Speicher (ca. 107 GB frei verfügbar), erweiterbar um bis zu 512 GB per microSD-Karte • Art.-Nr.: UN89440, UN89442, UN89443, UN89444

ANSCHLUSSPREIS FREI - SPAREN SIE 39,99 € FÜR ALLE VODAFONE UND OTELO NEUVERTRÄGE⁵⁾

6 Monate Spotify Premium gratis²⁾

1.-

OTELO

ALLNET-FLAT CLASSIC SUB 0⁴⁾

- Abnehm-Flat
- 4x alle 10. Monatspreizeile und 1x alle 20. Monatspreizeile
- SMS Flat
- 10 GB LTE • 25,6 MB/s
- EU Roaming

19.99

SanDisk Ultra

128 GB microSDXC

17.54

SanDisk Ultra Android™ microSDXC 128 GB

- microSDHC Card • UHS-I Speed Class 10
- App Performance Class 1 (A1) • bis zu 100 MB/Sekunde Lesegeschwindigkeit • SD-Adapter • Art.-Nr.: SDSD128GB-4100

Xiaomi

Note 10 Lite

Dual SIM 128GB

- Android™ 10 • Großen 6,47" 3D-Curved AMOLED-Display mit Corning Gorilla Glass 5 auf Vorder- und Rückseite • Sarte Leistung mit dem Qualcomm Snapdragon 730G Achtkern-Prozessor • Besonders sicher dank im Display integrierten Fingerabdrucksensor • 128 GB interner Speicher • Art.-Nr.: 200902, 200903, 200904

291.46

Inklusive Mi LED Desk Lamp 1S³⁾

MEDIMAX

Werbung aus
September 2020

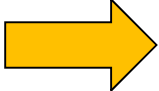
Handlungsbedarfe

- Folge- und Nebenwirkungen der Digitalisierung und offensive Vermarktung von Medienangeboten mit Suchtpotential erfordern neue und spezifische Hilfeangebote.
- Beratung und ggf. Behandlung bei Internetbezogener Störungen mussflächendeckend gewährleistet sein.
- Mediensuchtberatung erfordert besondere Kompetenzen und damit eine spezielle Qualifizierung.

Was zu beachten ist...

- ... handelt es sich um suchtartige Nutzung oder um einen Erziehungskonflikt?
- ... hat sich eine Tätigkeit nur verlagert (Musik hören, Fernsehen)?
- ... handelt es sich um schulische/berufliche oder private Nutzung?
- ... ist das Netz „nur“ Medium zur Suchtbefriedigung (Kaufsucht, Glücksspielsucht)?
- ... die Funktionsbesetzung ist wesentlich entscheidender als die Zeit

Rahmenbedingungen

- Beratung in einem sehr schnelllebigen Feld
 - Stetige Veränderungen in Anwendungen und Hardware
 - Sehr unterschiedliche Sichtweisen auf das Thema
 - Zur Zeit ist nur das Spielen als Krankheit anerkannt – Probleme für Vermittlung
 - Hilfesystem zu IBS befindet sich im Aufbau
 - Abstinenz ist nicht möglich
-  Unsicherheit der Berater*innen bei diesen neuen Thema

re:set - Beratung bei exzessivem Medienkonsum

Vorläufer: „LOG-OUT – unabhängig im Netz“

Modellprojekt mit Schwerpunkt auf der Prävention von Medienabhängigkeit in Niedersachsen (2014-2016)

Ziel des neuen Projekts „re:set!“

Aufgabenschwerpunkt „Beratung und Intervention bei Mediensucht“ in ambulante Suchtberatungs- und Behandlungsstellen in Niedersachsen implementieren (15. März 2017 - 14. März 2020)

sukzessive Ausdehnung der positiven LOG-OUT-Ergebnisse auf weitere Fachstellen (FSS):

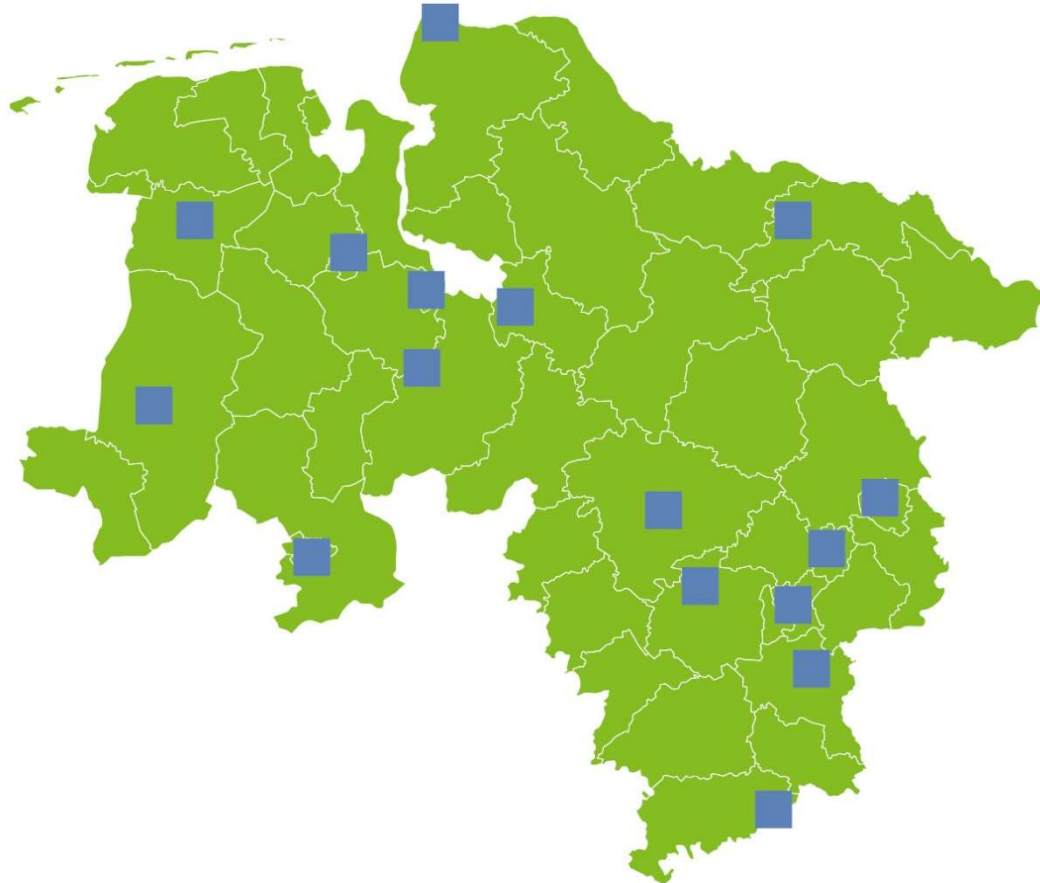
1. Projektjahr 4 LOG-OUT-FSS + 4 weitere FSS
2. Projektjahr + 8 weitere FSS – nds-weit verteilt
3. Projektjahr - Verstetigung

Projekt-Standorte

2. Projektjahr: Erweiterung um acht auf insgesamt 16 Standorte

1. Projektjahr

Braunschweig
Delmenhorst
Goslar
Hannover
Osnabrück
Leer
Meppen
Leer



2. Projektjahr

Cuxhaven
Göttingen
Hildesheim
Lüneburg
Oldenburg
Salzgitter
Twistringen
Wolfsburg



Zielgruppen der Beratung:

- Jugendliche und Erwachsene, die sich Klarheit über ihren Umgang mit Onlinemedien verschaffen möchten oder Hilfe für ihren Umgang damit suchen
- Angehörige und weitere Bezugspersonen, die sich Sorgen um andere machen (z.B. Lehrkräfte, Freund/innen)

Ziele der Beratung

- Ausmaß des Problems bestimmen
- Individuelle Problemlösungen und Handlungsstrategien erarbeiten
- bei Bedarf Motivationsstrategie entwickeln, damit Betroffene Beratung und Hilfe annehmen
- bei Bedarf Weitervermittlung in Therapie

Der Projektaufbau

re:set!

FSS

- Durchführung der Beratung
- Ausfüllen der Screening- und Dokumentationsbögen
- Regionale vernetzung
- Teilnahme an Fortbildungen
- Mitarbeit an Erstellung der Veröffentlichungen

MHH

- Wissenschaftliche Begleitung und Evaluation
- Erstellung der Veröffentlichungen
- Fortbildungen

NLS

- Koordination
 - Beantragung
 - Fachtage
 - Regionalgruppen
 - Fortbildungen
 - Homepage
 - Flyer
 - Verwendungsnachweise

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung

Dokumentation

Die Darstellung der erhobenen Daten zu den

- Berater*innen,
- Beratungsprozessen und
- Klient*innen

finden Sie in der Projektdokumentation.



<https://nls-online.de/home16/images/reset-Dokumentation.pdf>

Dokumentation – Zentrale Unterschiede

1053 Fälle

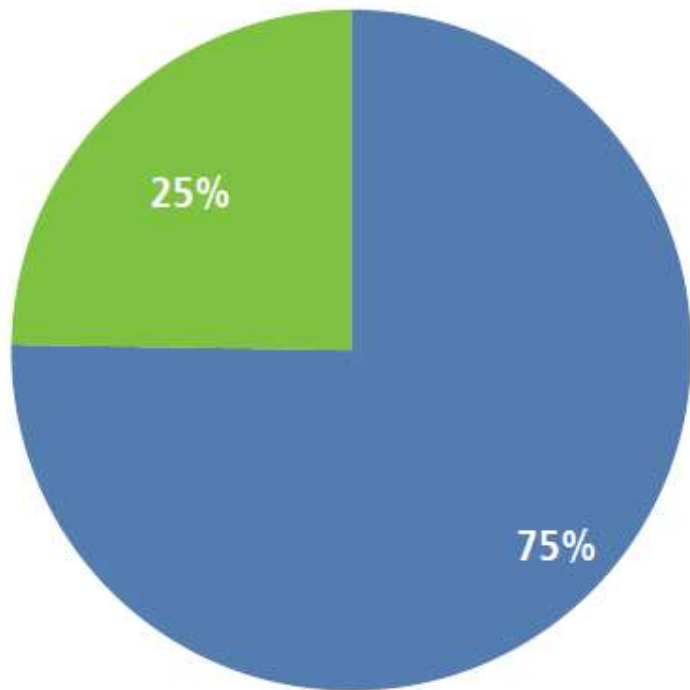
3000 Beratungen

- Jünger als sonstige Klient*innen ($\bar{x}$ 21,6 Jahre)
- Bei ca. 2/3 Angehörige involviert
- Geringere Eigenmotivation

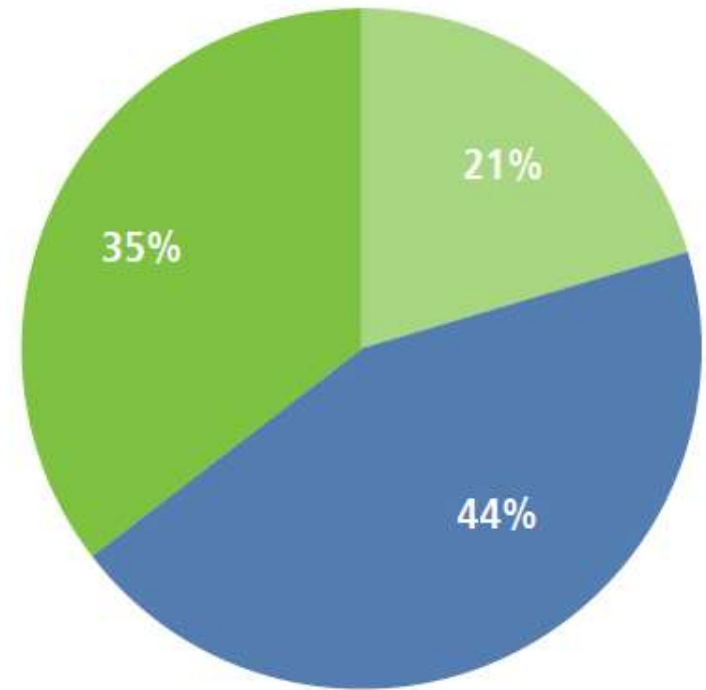


Auswertung der Screenings

Short CIUS (cut-off ≥ 9 ; $N = 464$)



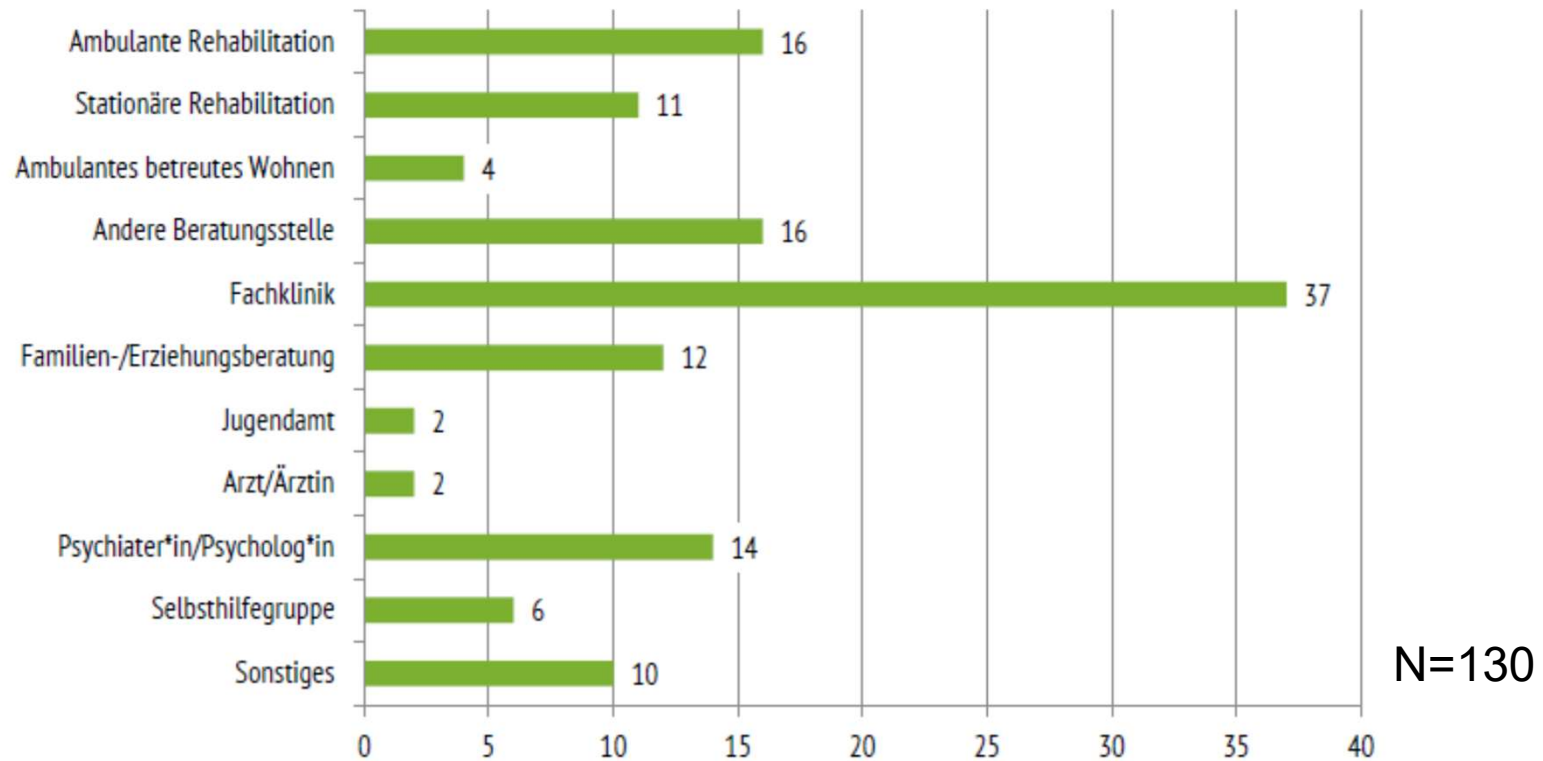
AIICA-Short (cut-off $\geq 11/15$; $N = 460$)



- Kein Risiko einer Internetbezogenen Störung
- Moderates Risiko einer Internetbezogenen Störung
- Schweres Risiko einer Internetbezogenen Störung

Weitervermittlung

Weitervermittlung der Betroffenen (Abbildung 17)





Ein Ziel des Projekts re:set! war es, die erworbenen Kompetenzen auch den nicht am Projekt beteiligten Fachstellen für Sucht und Suchtprävention zur Verfügung zu stellen und das Thema „Beratung bei exzessiver Mediennutzung“ in der niedersächsischen Suchthilfe zu etablieren.

Veröffentlichungen

Empfehlungen zur Implementierung eines Beratungsangebots bei exzessivem Medienkonsum und internetbezogenen Störungen

- Legt Fokus auf strukturelle Bedingungen/Bedarfe
- Basiert auf qualitativen Interviews mit re:set!-Fachkräften und Leitungen der beteiligten FSS
- Nennung 13 konkreter Schlussfolgerungen für die Praxis



Veröffentlichungen

Exzessiver Medienkonsum

Beratungsleitfaden mit Materialsammlung

- Leitfaden für die konkrete Beratungsarbeit
- Verfasst von der MHH unter Mitwirkung von re:set! Fachkräften um Praxisnähe zu gewährleisten
- Teil 1 Kurzinformationen
- Teil 2 Materialsammlung



Veröffentlichungen

Exzessiver Medienkonsum

Beratungsleitfaden mit Materialsammlung

Teil 1: Hintergrundwissen zu Internetnutzungsstörungen

- Formen
- Spezifische Phänomene
- Ursachen
- Komorbiditäten
- Vermittlungsmöglichkeiten



Veröffentlichungen

Exzessiver Medienkonsum

Beratungsleitfaden mit Materialsammlung

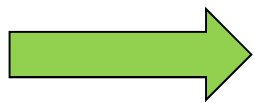
Teil 2: Arbeitshilfen und -blätter

- Erstkontakt
- Screening
- Suchtanamnese
- Angehörigenarbeit
- Funktionalität
- Änderungsmotivation
- Ressourcen
- Verhaltensänderung



Weitere Herausforderungen

- Beratung in einem sehr schnelllebigen Feld
 - Stetige Veränderungen in Anwendungen und Hardware
- Erreichung weiterer Betroffenenengruppen
 - Bisher Schwerpunkt auf jüngeren, männlichen Ratsuchenden
- Integration dieser Gruppe in bestehende Ambulante Rehabilitation und Nachsorge



ohne zusätzliche finanzielle und somit auch personelle Ressourcen in den Fachstellen

Praktische Arbeitshilfen durch die NLS

- Online Seminare zur Einführung in die Beratung bei exzessiver Mediennutzung
- Einrichtung des landesweiten „AK Mediensucht“
 - Unter-AG Therapie und Nachsorge
- Angebot moderierter Fallbesprechungen
- Erstellung einer PrevNet Gruppe „Beratung bei exzessivem Medienkonsum“
 - Schnelle Weitergabe von Informationen
 - Möglichkeit, in Foren fallspezifische Fragen zu stellen

Vielen Dank für ihre Aufmerksamkeit

Tobias Trillmich
Referent

Niedersächsische Landesstelle für Suchtfragen
Gruppenstr. 4
30159 Hannover
E-Mail: trillmich@nls-online.de
Internet: www.nls-online.de