



Leitfaden zur telefonischen und ambulanten Beratung bei Verdacht auf missbräuchliche Computerspielnutzung

Adressaten: beratende Fachkräfte

Zielgruppe: Betroffene - Angehörige - Partner

Inhaltsverzeichnis:

1. Vorwort
2. Problematische Mediennutzung im Alltag
3. Interventions- und Präventionsansätze
4. Diagnosekriterien nach ICD – 10
5. Leitfragen
6. Ansprechpartner im Kreis Paderborn



1. Vorwort

Dieser Leitfaden soll dabei helfen, innerhalb eines telefonischen oder ambulanten Erstkontaktes vor dem Hintergrund einer potentiell problematischen Computerspielnutzung die individuell vorliegende Problem- und Bedarfslage standardisiert und strukturiert zu erfassen. Ziel ist eine möglichst hohe Informationsdichte zu erlangen, auf deren Grundlage Betroffene, Angehörige oder Fachkräfte entweder abschließend Beraten oder an das passende Hilfsangebot verwiesen werden können.

Der Leitfaden basiert auf fundierten und evaluierten Screeningbögen, die durch das Kriminologische Forschungsinstitut Niedersachsen e.V. (KFN) entwickelt und zur Verfügung gestellt wurden. Um dem Rahmen einer ersten Beratungssituation gerecht zu werden, wurde sich in dem folgenden Leitfaden auf die fünf aussagekräftigsten Fragen der Screeningbögen beschränkt. Bei Bedarf können die kompletten Bögen auf der Bündnis – Homepage (www.mediensucht-paderborn.de) heruntergeladen werden.

2. Problematische Mediennutzung im Alltag

Derzeit erlebt die Praxis (Schulen, Arbeitsgeber, Jugendämter, Kliniken, etc. ...) einen rapiden Anstieg problematischer Mediennutzung, der nicht selten im Zusammenhang mit psychischen Störungen auftritt, bisher gängige Störungsmuster zum Teil deutlich verändert und neue Vorgehensweisen erfordert. Eine problematische, teilweise suchtmäßige Mediennutzung schließt den Bereich des pathologischen Computerspielens ein, beschränkt sich jedoch nicht darauf. Die Hintergründe einer suchtmäßigen Mediennutzung sind vielschichtig. Die Symptome sind jedoch immer ähnlich. So kommt es häufig zu einer Abwendung von wichtigen Sozialisationsinstanzen wie Schule, Freunden (Peer Group) und Familie und zu einem allgemeinen sozialen Rückzug. Auch beschränkt sich die problematische Mediennutzung nicht auf Jugendliche, auch Erwachsene entwickeln immer öfter ein problematisches Konsumverhalten. Die Auswirkungen sind bei Erwachsenen ähnlich wie bei Heranwachsenden, wirken sich aufgrund der unterschiedlich fortgeschrittenen Sozialisation jedoch teilweise auf unterschiedliche Bereiche aus (z.B. Arbeitsgeber bei Erwachsenen, Schule bei Kindern und Jugendlichen).

Die Betroffenen sind häufig auch von nahen Bezugspersonen wie Eltern und Freunden nicht mehr oder nur noch sehr schwer zu erreichen. Problemverschärfend kommt in den letzten wenigen Jahren noch hinzu, dass bereits Eltern häufig schon süchtiges Computerverhalten zeigen, sodass auch von Elternseite häufig zunehmend weniger bremsender Einfluß genommen wird. Der schulische Werdegang und eine normale psychosoziale Entwicklung werden nicht selten durch eine derartige Abkapselung in hohem Maße gefährdet. Komorbide (Begleit-)Störungen wie Sozialphobien, Angst- und depressive Störungen oder Störungen des Sozialverhaltens und der Emotionen sind keine Seltenheit. Das Scheitern der Schullaufbahn und ein späteres Abrutschen in Arbeitslosigkeit mit den dazugehörigen Konsequenzen ist eine häufige Gefahr und dabei nur eine von vielen. So präsent Begriffe wie Computerspielsucht, Massenonlinespiele, World of Warcraft, Egoshooter und Ähnliche derzeit sind, so gibt es doch noch keine einheitliche "rote Linie" und kein flächendeckendes Netz von Hilfsangeboten, an dem sich Fachkräfte aus verschiedenen Bereichen oder Betroffene orientieren können.

Zwar ist das Problem bekannt, aber wie nun mit einem schulverweigernden Jugendlichen, der täglich zwölf Stunden vor dem Computer verbringt und in zunehmendem Maße aggressiv auf Interventionsversuche reagiert umzugehen ist, und wer Hilfsangebote bieten kann, ist oft nicht klar. Die Schaffung strukturierter und standardisierter Konzepte zur Erfassung und Klassifizierung von Problemverhalten stellt u.a. einen wichtigen Schritt in dem Bemühen dar, problematischem Medienkonsum frühzeitig entgegenzuwirken und Betroffene und Angehörige passenden Hilfeformen zuzuführen.

3. Präventions- und Interventionsansätze

Einen Kardinalsweg, um einer missbräuchlichen Mediennutzung zu begegnen wird man vergeblich suchen. Welche Hilfen in Anspruch genommen und welche Fachkreise hinzugezogen werden sollten, hängt immer von den Gegebenheiten des individuell vorliegenden Falls ab und muss immer im Einzelfall neu beurteilt werden. Zentrale Bedeutung kommt einer zeitnahen und richtigen Einordnung des vorliegenden Problems zu. Betroffenen, deren Partner oder den Angehörigen müssen möglichst frühzeitig passende Hilfsformen zugänglich gemacht werden, noch bevor die Mediennutzung allzu große negative Auswirkungen auf wichtige Lebensbereiche wie Schule, Elternhaus und Gleichaltrigengruppe nehmen konnte. Wie bei allen Problemen sind frühzeitige Hilfen in der Regel weitaus wirkungsvoller als Interventionen im Anschluss an eine Eskalation bzw. wenn die problematischen Handlungen schon zu einem festen Bestandteil im Alltag der Betroffenen werden konnten.

Das Bündnis Mediensucht Paderborn hat ein allgemeines Interventionskonzept ausgearbeitet, das erstmalig das gesamte Spektrum möglicher Hilfsangebote bei einer pathologischen Mediennutzung umfasst und konkrete Handlungsmöglichkeiten, Informationen und Ansprechpartner bietet. Besorgte Eltern und Betroffene sollen mit ihrem individuellen Fall gezielt an die je nach Stadium der Störung richtige Anlaufstelle (Selbsthilfegruppe, Beratungsstelle, Jugendhilfe, Klinik, etc. ...) verwiesen werden.

Beginnend mit präventiven Angeboten, um Eltern, Partnern, Betroffene, Jugendliche und auch Fachkräfte für das Thema pathologischer Mediennutzung zu sensibilisieren und aufzuklären, über konkrete Beratungsangebote, bis hin zur Therapie, ambulanter- oder (teil-)stationärer Behandlung in einer kinder- und jugendpsychiatrischen (Tages-)Klinik. Die einzelnen Bereiche (Prävention, Beratung, Therapie) und Fachrichtungen werden durch das Bündnis miteinander vernetzt und koordiniert.

Durch dieses Vorgehen wird eine Art „Filtersystem“ etabliert, mit Hilfe dessen eine Unterscheidung pathologischer versus nicht pathologischer Mediennutzung möglich wird. Einerseits sollen ganz normale Menschen, die gerne mal Computer spielen, nicht unnötig pathologisiert werden, andererseits sollen psychiatrisch oder suchterkrankte Betroffene schnell und bedarfsgerecht Zugang zu den richtigen Hilfsangeboten erhalten.

4. Diagnosekriterien nach ICD – 10:

Die Internationale statistische Klassifikation der Krankheit und verwandter Gesundheitsprobleme (ICD – International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems) ist ein weltweit anerkanntes Diagnoseklassifikations- und Verschlüsselungssystem. In ihm sind die anerkannten Krankheits- und Störungsbilder zusammengefasst, inklusive der jeweiligen Diagnosekriterien.

Zwar ist die pathologische Computerspiel- bzw. Mediensucht noch keine der anerkannten Abhängigkeitserkrankung, dennoch bieten die Diagnosekriterien anderer Suchtformen (z.B. Glückspielsucht) eine gute Grundlage zur Einordnung des vorliegenden Problems. Auch die Screeningbögen des KFN lehnen sich eng an die Abhängigkeitsklassifikation des ICD-10 an. Dabei steht nicht primär die Frequenz der Mediennutzung im Fokus, sondern vielmehr wie sie sich auf die Lebenswelt des Betroffenen auswirkt und welchen Stellenwert sie im Vergleich zu anderen Bereichen des Lebens wie etwa Schule/ Arbeitsplatz, Freunde, Familie, etc. einnimmt. Dies wurde in folgende für eine Abhängigkeit charakteristische Kriterien zusammengefasst:

1. Einengung des Denkens
2. Negative Konsequenzen
3. Kontrollverlust
4. Entzugerscheinungen
5. Toleranzentwicklung

Jede der fünf Fragen, die im Rahmen eines Erstkontaktes abgefragt werden sollten, bezieht sich auf eine dieser Kategorien.

5. Leitfragen

Es folgen die Leitfragen eines Erstkontaktes. Sie sollen einen inhaltlichen Standard vorgeben, jedoch den Berater nicht in seiner Tätigkeit einengen. Die Reihenfolge und die einzelnen Fragen können variiert und an die individuelle Beratungssituation angepasst werden. Dennoch sollten im Laufe des Gesprächs alle fünf Bereiche angesprochen und abgefragt werden.

Wie in anderen Beratungssituationen auch sind die Klienten oftmals verunsichert und ängstlich, müssen also vom Beratenden „abgeholt“ und zum Sprechen motiviert werden. Vorrangiges Ziel ist es, mit dem Klienten ins Gespräch zu kommen sowie eine thematische Richtung vorzugeben, um das vorliegende Problem umfassend einschätzen zu können.

1. Wie beurteilen Sie den Medienkonsum Ihres Kindes\ Freundes\ Schülers in den vergangenen 6 Monaten?

Es soll eruiert werden, ob es sich im vorliegenden Fall um eine Episode hochfrequenter, aber zeitlich begrenzter Nutzung handelt oder aber um ein schon etabliertes und gängiges Verhaltensmuster.

2. Wie verhält sich Ihr Kind\ Freund\ Schüler, wenn es nicht am Computer spielen darf, obwohl es möchte (z.B. gereizt, unzufrieden, aggressiv, etc. ...)?

Hintergrund dieser Fragestellung ist die Absicht zu erfassen, wie der Klient auf Spielentzug reagiert und inwieweit er ohne das Medium in seinem Alltag bestehen kann.

3. Hat das Computerspielen Auswirkungen auf die Schule\ Ausbildung\ den Arbeitsplatz?

Da die (Schul-)Ausbildung eine zentrale Schlüsselqualifikation für ein selbstständiges und eigenverantwortliches Leben darstellt zielt diese Frage vorrangig auf diesen Lebensbereich. Es ist häufig jedoch auch hilfreich zu erfragen, ob und in wie fern der Medienkonsum Auswirkungen auf Freundschaften, Hobbys, Pflichten, etc. ... hat.

4. Kreisen die Gedanken Ihres Kindes\ Freundes\ Schülers häufig um das Computerspiel, auch wenn es nicht am PC sitzt?

Diese Frage bezieht sich auf den Stellenwert des Mediums im Leben des Nutzers und wie eingeeengt sein Denken darauf ist.

5. Verbringt Ihr Kind\ Freund\ Schüler oft mehr Zeit vor dem Computer als es sich eigentlich vorgenommen hat?

Es soll erfasst werden, inwieweit der Nutzer seinen Medienkonsum noch selber unter Kontrolle hat und steuern kann. An diese Frage anknüpfend ist es häufig von Nutzen zu erfragen, ob es Momente gibt/ gab, in denen das Computerspielen von dem Betroffenen selber als problematisch erlebt wurde und ob es schon Versuche gab, mit dem Spielen aufzuhören.

6. Ansprechpartner im Kreis Paderborn

Je nach individuell vorliegendem Fall kann es notwendig werden, dass neben der Beratung auch andere Hilfs- und Interventionsmöglichkeiten notwendig werden. Der Internetauftritt des Bündnis Mediensucht Paderborn (www.mediensucht-paderborn.de) bietet neben Informationen rund um die Versorgungsstruktur im Raum Paderborn eine Sammlung von konkreten professionellen Ansprechpartnern verschiedenster Disziplinen, die Hilfe bei problematischer Mediennutzung geben. Bei Fragen steht das Bündnis Betroffenen, Angehörigen und Fachkräften zudem gerne zur Verfügung.

Korrespondenzadresse:

Gregor Wittmann
Dipl. Pädagoge

LWL-Klinik Marsberg
Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik
Bredelar Str. 33
34431 Marsberg
E-Mail: Gregor.Wittmann@wkp-LWL.org
Tel.: 02992 / 601 - 3107
Fax: 02992 / 601 - 3103