

Workshop:  
**Besonderheiten der Beratung bei  
problematischer Mediennutzung**  
- Balance zwischen Elternsorgen und Zockerängsten -

**Christian Krüger**

Drobs Hannover  
Fachstelle für Sucht und  
Suchtprävention



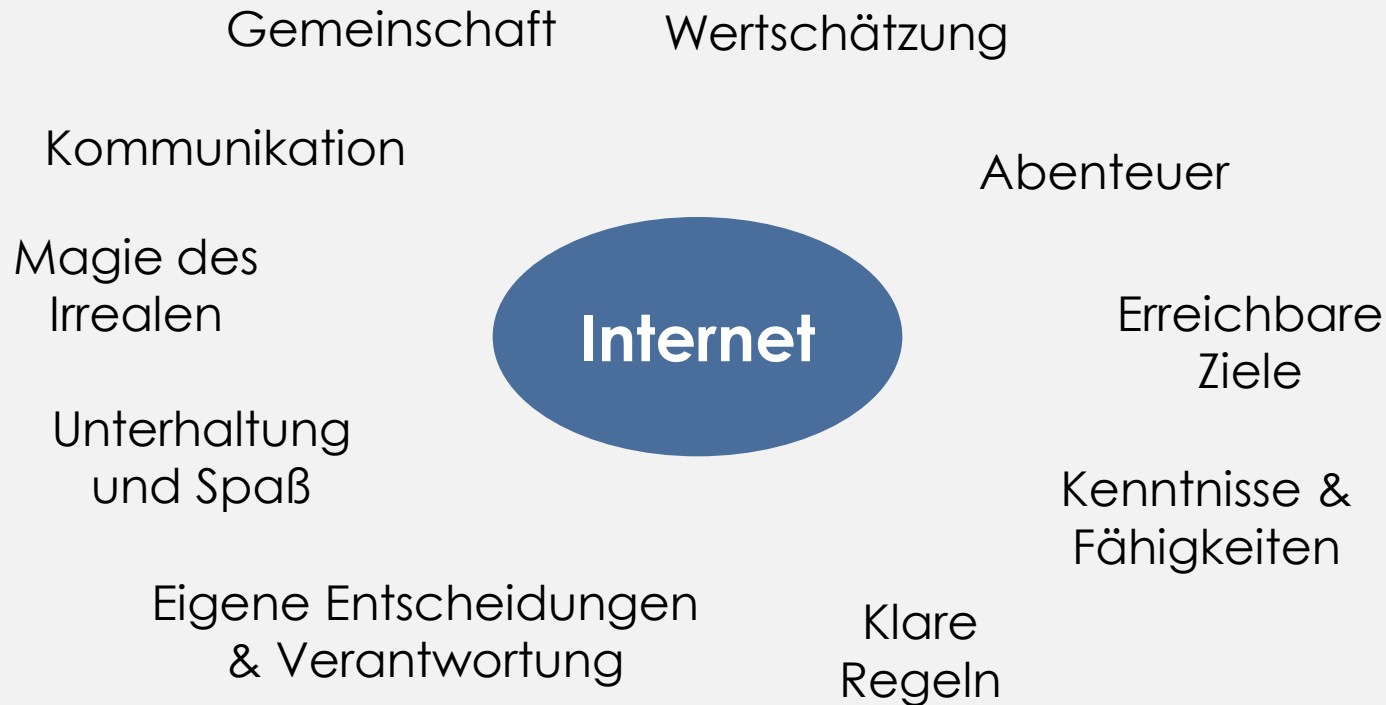
**Florian Kregel**

Jugend- und Drogenberatung  
Braunschweig



# Faszinationsfaktoren

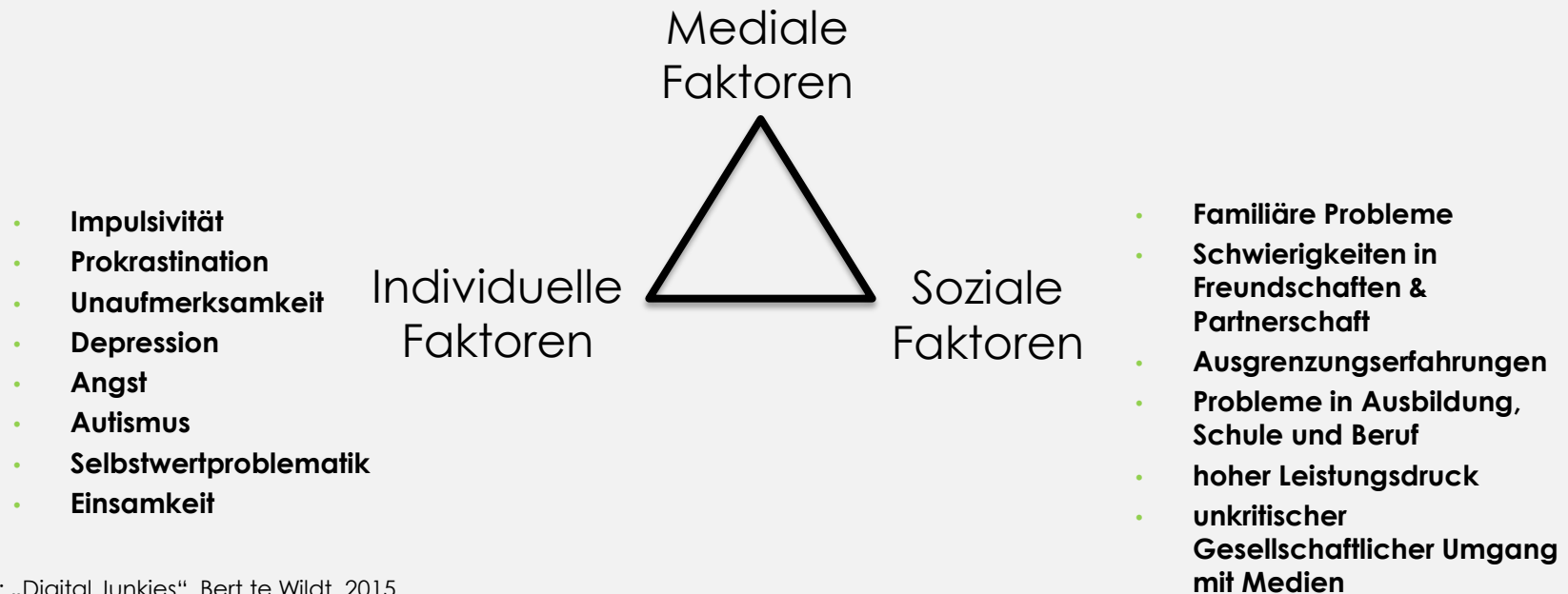
## Besonderheiten der Beratung bei problematischer Mediennutzung



# Ursachen / Risikofaktoren

## Besonderheiten der Beratung bei problematischer Mediennutzung

- Sozialer Zusammenhalt
- Spielerische Elemente
- Sexuelle Anregung
- Belohnungsreize
- Unendlichkeitserleben
- Spiel mit Identitäten und Beziehungsformen in Avataren und Accounts



Quelle: „Digital Junkies“, Bert te Wildt, 2015

# Komorbidität

## Besonderheiten der Beratung bei problematischer Mediennutzung

- Frage ob Medienabhängigkeit Grund oder Folge weiterer psychischer Erkrankungen ist, nicht ausreichend durch Studien belegt
- die internationale Forschung ergibt häufige Komorbidität affektiver Störungen (z.B. Depressionen)
- unterschiedliche Studien kommen zu weiteren erhöhten Raten von anderen Abhängigkeitserkrankungen, Angststörungen, sozialer Phobie, ADHS und Persönlichkeitsstörungen, die komorbid auftreten

Quellen: Rumpf et. Al (2013) PINTA-DIARI; Wölfling et. Al (2013) Computerspiel- und Internetsucht

# Workshop

## Besonderheiten der Beratung bei problematischer Mediennutzung

Aufteilung in 3 Gruppen. Nach 7 Minuten rotieren die Gruppen eine Station weiter.

An jeder Station Situation durchlesen und entsprechend der Runde die Aufgabe bearbeiten.

# Workshop

## Besonderheiten der Beratung bei problematischer Mediennutzung

### **Runde 1**

**Was ist das Besondere an diesem Beratungssetting?  
Welche Konflikte könnten auftreten?**

### **Runde 2**

**Welche Methoden/Beratungsmöglichkeiten würden der Situation entsprechen? Was sind absolute "no goes" in diesem Kontext?**

### **Runde 3**

**Wie könnte ein erstes Ergebnis nach dem Erstgespräch aussehen?  
Welche Informationen sollten auf jeden Fall thematisiert sein?**



STEP

**Angehörige**  
Herr und Frau Marlene (55 + 52) kommen zum Beratungsgespräch. Sie machen sich Sorgen um ihren "Zocker" (14). Bei ihm lässt die schulische Leistung aktuell nach. Erst nach wiederholten Aufforderungen hört er mit dem Zocken in seinem Zimmer auf und wird immer provokativer und einfordernder. Seine schulischen Leistungen gehen momentan vom 2er in der 3-4er Bereich runter. Der Sportverein spielt nur noch eine nebensächliche Rolle.

- ① Dritte - Eltern f. Kind, Eltern ertl. nicht so medienaffin, Sucht- oder Erziehungsproblem?  
weitere Problematiken? Erwartungshaltung der Eltern unklar: Leistung od. Sucht? Anliegen?  
Beratung freiwillig? Junge/Sohn → einbeziehen? Problem bei wem?  
Kommunikation zw Eltern/Sohn? Schnelle Lösung/ "Rezepte"
- ② Bestandesaufnahme: durch Tragen mehr Hintergrundinfos erhalten: Familie, Geschwister, Freizeitverhalten, Motivation d. Eltern, Zielsetzung/Befürchtungen, Funktion der Mediennutzung  
Anliegenklärung  
nicht nur auf Problematik eingehen, sondern auch auf Stärken, Erfolge, keine Tipps/Ratschläge/"müssen..."  
nicht Problem relativieren, "abbügeln" → Offenheit, Neutralität  
Was heißt "Zocken"? Nutzungsdauer? Vertrauen schaffen  
ertl. Kind beim zweiten Mal einbeziehen - Kontakt zwischen Eltern/Kind fördern  
Ressourcen?
- ③ Medienverhalten klären: Interesse seitens der Eltern herstellen: Eltern fragen Kind  
Gibt es Regeln? Funktioniert es? → 2. Gespräch: Eltern - Kind erarbeiten gemeinsam Regeln → "Vertrag"  
Wahrnehmung d. Eltern ertl. thematisieren  
Ursachen f. Leistungsabfall? auch Kind  
Kann sich etwas wünschen





**Betroffener**  
Herr Schmidt (45) kommt in die Sprechstunde. Seine langjährige Freundin und er führen eine Fernbeziehung und verbringen nur die Wochenenden zusammen. Herr Schmidt arbeitet in Teilzeit als Bandarbeiter und spielt in seiner Freizeit 3 Aufbauspiele auf dem Tablett. Aufgrund seines geringen Einkommens und körperlichen Beschwerden geht er keinen weiteren Hobbys nach. Seinen Tagesablauf richtet er neben der Arbeit vollständig an den Events in seinen Spielen aus. Am Wochenende kommt es daher immer wieder zu Streitigkeiten mit der Freundin. Bisher hat er es nicht geschafft sein Spielverhalten zu regulieren.  
Familie

1

- wenig alternative Hobbies
- wenig alt.
- Körperliche Beschwerden
- Infos brauchen wir noch
- wenig Ressourcen
- kaum soziale Kontakte
- kaum Möglichkeiten durch wenig Geld
- Selbstwertverstärker (z.B. Job) <sup>Geld</sup>
- keine soziale Kontrolle
- Streitigkeiten <sup>+</sup>
- lange Beziehung
- kommt alleine
- hat Motivation zur Veränderung
- hat Zeit
- ↳ Grund zur Kontaktaufnahme
- Kontrollverlust

2

- Motivierende Gesprächsführung
- Ressourcenorientierung (er kommt, er hat ein Ziel, hat Struktur, er hat Organisationsgeschick,...)
- was gab es in der Vergangenheit an positiven Verstärkern bzw. Hobbies etc.
- die Beziehung stärken und als Ressource wahrnehmen
- die Erwartung beider auf- und annehmen
- Diagnostik
- Spiel „mäßig“ machen
- Vorschläge machen
- kein Interesse an seinen Spielen
- pathologisieren
- Pro- kontra-Liste

3

- er fühlt sich angekommen + wertgeschätzt bei uns
- er vereinbart einen weiteren Termin
- was will er? → Zielklärung  
Motivationsklärung  
→ Bedürfnisorientierung
- kommt Freundin mal mit zum Gespräch? Besteht dazu Bereitschaft?
- wie sind die bisherigen Abstinenzversuche / Veränderungs-ideen gelungen?
- Informationen über die Spielinhalte bekommen <sup>Reduzierungsversuche</sup>
- weitere Beratungsinhalte vermitteln / über das Setting + Angebot informieren





**Familie**

Familie Knuth kommt in die Beratung. Vater, Mutter und der Sohn (13) sitzen gemeinsam im Beratungszimmer. Der Sohn ist nur äußerst widerwillig dabei. Die Eltern meinen, dass ihr Sohn süchtig sei und bitten um professionellen Rat bzw. Unterstützung. Der Sohn fühlt sich in seinem Verhalten sicher und behauptet, dass alle anderen Freunde genauso viel am spielen sind wie er. Dies kann er verbal vertreten.

- ① - alle sitzen an einem Tisch  
 - Konfliktpotential <sup>1)</sup> durch Ausduldungen d. Eltes u. Unfreiwilligkeit des Sohnes  
 2) durch Versuche des Sohnes 3) Sicherheit d. Eltes mit ihrer Diagnose

- ② - Gesprächsregeln vereinbaren  
 - Freiwilligkeit <sup>← Klarung der tatsächl. Notwendigkeit</sup> fragen/hervorheben  
 - Vereinbarungen treffen: - Wertschätzung  
 - keine Stigmatisierung: - gleiches Maß an Aufmerksamkeit für alle Anwesenden  
 - Partien nennen / Einzelgespräche  
 - befristete / weiseführende Hilfen anbieten (z.B. SHG)  
 No go's: - Partei ergreifen, - Diagnose stellen  
 - Stigmatisierung, - ins Wort fallen  
 - verurteilen, - eigene Ideen / Meinungen überstülpen  
 - Bevormundung, - bagatelisieren, dramatisieren, - Zwang

- ③ - Anamnese (Familienleben, Regeln, Vereinbarungen, Umfeld, peer group, Spielzeiten)  
 - Vermittlung was Sucht eigentlich ist  
 - gemeinsames Neues wird gefunden  
 - Verständnis füreinander könnte entwickelt werden  
 - Aufzeigen v. Beratungsoptionen  
 - Arbeitsauftrag formulieren

# HERZLICHEN DANK

## Christian Krüger

Drobs Hannover  
Fachstelle für Sucht und  
Suchtprävention



## Florian Kregel

Jugend- und Drogenberatung  
Braunschweig

