

Projekt zur Mediensuchtberatung in Niedersachsen

re: set!

BERATUNG BEI EXZESSIVEM

MEDIENKONSUM



Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung



Niedersächsische Landesstelle
für Suchtfragen



Medizinische Hochschule
Hannover

Medien- und Internetnutzung

- tägliche Mediennutzung 12-19-Jähriger:
91% Internet; 94% Smartphone (JIM-Studie 2018)
- Nutzungszeiten Internet in der Freizeit bei 12-25-Jährigen: 21- 22 Stunden pro Woche (BZgA 2015)
- Internetnutzung der 14-29 Jährigen:
 - 274 Minuten pro Tag in 2017 = 32 Std. pro Woche
 - 353 Minuten pro Tag in 2018 = 41 Stunden pro Wo.
(ARD/ZDF-Online-Studien 2017/2018)

Problematische Computerspiel- und Internetnutzung

- 17,9% aller 12-25-Jährigen: problematische Computerspiel- oder Internetnutzung (BZgA 2015, Klassifikation nach CIUS)
- 4% aller 12-25-Jährigen: computerspiel- oder internetbezogene Störung (BzgA 2015)
- 72,5% aller 12-17-Jährigen spielen regelmäßig Computerspiele, davon 15,4% Risikogamer (DAK/UKE 2019)
- Je nach Altersgruppe 1-2% der Bevölkerung abhängig von elektronischen Medien, besonders betroffen: Jugendliche und junge Erwachsene: bis 5% abhängig

„Internetbezogene Störungen“ (IBS):

stoffungebundene Suchterkrankung/Verhaltenssucht

- exzessive Nutzung verschiedener internetgebundener Anwendungen, insbes.: Computerspielen, soziale Netzwerke, Kaufen/Shoppen, Pornografie

Negative Folgen:

- Vernachlässigung von Schule, Ausbildung, Arbeit
- Vernachlässigung sozialer Kontakte
- körperliche und psychische Beschwerden und Beeinträchtigungen
- schwere Konflikte in der Familie, mit Partnern und Freund/innen

Handlungsbedarfe

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

- **Vorläufer: „LOG-OUT – unabhängig im Netz“**
Modellprojekt 2014-2016 an 4 Standorten
Schwerpunkt: Prävention von Medienabhängigkeit
- **„re:set!-Projekt“: 2017- 2019/verlängert bis 2020**
Schwerpunkt: Beratung und Intervention bei Problemen mit Medienkonsum

Sukzessive, landesweite Ausdehnung:

1. Projektjahr: 4 LOG-OUT-Standorte + 4 weitere FSS
2. Projektjahr: Ergänzung um weitere 8 Standorte (n=16)
3. Projektjahr: Konsolidierung und Festigung der Strukturen; Entwicklung eines Beratungsleitfadens

Projekt-Standorte



Projektziel: Aufbau eines qualifizierten medienspezifischen Beratungsangebots vor Ort

Zielgruppen der Beratung:

Jugendliche und Erwachsene; Angehörige und weitere Bezugspersonen (Lehrkräfte, Ausbilder, Betreuer u.a.)

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

Aufgaben der Fachkräfte

- Mediensprechstunde einrichten und etablieren
- Öffentlichkeitsarbeit/Kommunikation des Angebots
- Regionale Kooperation und Vernetzung
- Dokumentation der Beratungskontakte und Teilnahme an Evaluation
- Teilnahme an fachlichen Fortbildungen und an Netzwerktreffen

Wissenschaftliche Begleitung

Prof. Dr. Dr. Astrid Müller

Klinik für Psychosomatik und Psychotherapie,
Medizinische Hochschule Hannover (MHH)

Aufgaben:

- Begleitung der konzeptionellen Entwicklung
- Fortbildungen für die re:set!-Fachkräfte
- Beratung der Fachkräfte bei Fragen zur Diagnostik
- Bereitstellung eines Online-Newsletters für die re:set!-Fachkräfte

Wissenschaftliche Begleitung

weitere Aufgaben:

- Dokumentation & Evaluation
- Handlungsmanual für Fachstellen
- Abschlussbericht: Transfermöglichkeiten

Projektelemente und Meilensteine I

Öffentlichkeitsarbeit

- Namensfindung und Projekt-Logo („Marke“)
- Projektflyer und re:set-Cards
- Zielgruppenorientierte Öffentlichkeitsarbeit:
Homepage

www.beratung-medienkonsum.de

Projektelemente und Meilensteine II

Qualifizierung

- 8 Fortbildungen für re:set-Fachkräfte
 - fach-/feldspezifisch zu IBS
 - Beratungsmethoden bei IBS
- 6 Regionale Netzwerktreffen (moderiert)
 - kollegialer Austausch und Beratung
 - Fallbesprechungen/kollegiale Supervision
- 2 Fortbildungen für Psychotherapeut/innen

Projektelemente und Meilensteine III

Dokumentation und Evaluation Beratungsfälle

- Entwicklung Erhebungsinstrument zur Dokumentation der Beratungskontakte
- regelmäßige Erfassung und statistische Auswertung
- Einführung Screening-Instrumente

Projektelemente und Meilensteine IV

Entwicklung Handlungsmanual

- Interviewleitfaden
- Interviews mit allen re.set!-Fachkräften
- Ergebnisanalyse (mehrstufig)

Projektkoordination: NLS

- Projektkonzeption und Meilensteinplanung in Abstimmung mit den anderen Beteiligten
- Konzeption und Organisation der fachlichen Fortbildungen und Fachtagungen, gemeinsam mit Prof. A. Müller/MHH
- Konzeption, Organisation und Moderation der regionalen Netzwerktreffen
- Unterstützung der Öffentlichkeitsarbeit: Erstellung von Materialien (Flyer); Konzeption und Umsetzung Onlineauftritt