N. Tahmassebi

I. Bengesser

DIE ABTEILUNG DER VERHALTENSSÜCHTE

DER SALUS KLINIKEN BAD NAUHEIM STELLT SICH VOR

Vor dem Hintergrund steigender Prävalenzen hat die Erforschung, aber auch Behandlung der Verhaltenssüchte in den letzten Jahren erheblich an Bedeutung gewonnen.

Nachdem Verhaltenssüchte jahrelang unter den Impulskontrollstörungen eingeordnet wurden, erfolgte 2013 mit der Veröffentlichung des DSM-V der Startschuss für wichtige Veränderungen. Endlich wurden im DSM-V die Glücksspielstörung unter den Suchterkrankungen eingeordnet und die Computerspielstörung als Forschungsdiagnose in den Anhang des DSM-V aufgenommen. In der Entwicklung der ICD-11 wird nun ebenfalls zumindest in Teilen den Ergebnissen aus Forschung und klinischer Beobachtung Rechnung getragen. Glücksspielstörung und Computerspielstörung können nun unter der Kategorie „Störungen durch Substanzgebrauch oder Verhaltenssüchte“ unter den Suchterkrankungen eingeordnet werden. Die anderen Internetnutzungsbereiche wie Soziale Netzwerke oder Pornografie lassen sich hier zumindest unter der Hilfskategorie „sonstige näher bezeichnete Störungen durch Verhaltenssüchte“ einordnen. Einzig die Kauf-Shopping-Störung findet sich dort leider nicht wieder, wird aber als Beispiel unter den „sonstigen näher bezeichneten Störungen der Impulskontrolle“ aufgeführt. Der Fortschritt ist, dass die Kauf-Shopping-Störung überhaupt im Diagnosesystem aufgenommen wurde, als Erkrankung gesehen wird und damit auch offiziell behandelt wird. 2025 wurden von führenden deutschen Wissenschaftlern und Experten aus der Praxis unter der Leitung von Prof. Dr. Hans-Jörg Rumpf, die ersten AWMF S1 Leitlinien zur Diagnostik und Behandlung der Internetnutzungsstörung veröffentlicht. Frau Nadja Tahmassebi hat als Vertreterin für den Fachverband Sucht in den Arbeitsgruppen Behandlung der Computerspielstörung in der Rehabilitation und der Behandlung der Online-Shoppingstörung mitgewirkt.

Seit 2008 haben wir in den salus kliniken Bad Nauheim (ehemals Friedrichsdorf) eine spezialisierte Abteilung für Verhaltenssüchte aufgebaut und erweitert. Anfangs lag der Fokus auf der Glücksspiel- und Kauf-Shopping-Störung, später kam die Computerspielstörung hinzu. Früher erhielten Betroffene oft psychosomatische Kostenzusagen und damit kürzere Behandlungszeiten. Vereinzelt wurden durch Krankenkassen auch Entwöhnungsbehandlungen bewilligt. Dies entspricht dem Empfinden der Betroffenen, „suchtkrank“ zu sein. Inzwischen hat die Deutsche Rentenversicherung den Behandlungsrahmen angepasst und einen eigenen Abteilungsschlüssel eingeführt. Dadurch sind längere, dem Krankheitsbild entsprechende Entwöhnungsbehandlungen möglich.

Ein weiterer Bestandteil unserer Arbeit war und ist neben der Rehabilitation auch die aktive Mitwirkung in den Bereichen Entwicklung, Forschung und Fortbildung. Durch die langjährige Kooperation mit Frau Prof. Dr. Dr. Astrid Müller entstand das Therapietool Kaufsucht, das Behandlern Diagnostik- und Behandlungselemente zur Kauf-Shopping-Störung vermittelt. Auch die Mitautorenschaft am Behandlungsmanual zur Computerspiel- und Internetsucht sowie die Kooperation mit der Forschungsgruppe zur Pornografienutzungsstörung um Herrn Prof. Dr. Rudolf Stark hat uns bei der Entwicklung unseres Behandlungskonzeptes für die Internetnutzungsstörungen vorangebracht.

Wir verstehen uns als eine auf Verhaltenssüchte spezialisierte Abteilung, die evidenzbasierte psychotherapeutische Verfahren mit einem multimodalen, interdisziplinären Ansatz verbindet. Unser Behandlungsangebot umfasst die Bereiche Glücksspielstörung, Kauf-Shopping-Störung und die verschiedenen Internetnutzungsstörungen. Komorbide Erkrankungen wie auch substanzbezogene Abhängigkeiten im Sinne einer Doppeldiagnose werden mitbehandelt.

Der Glücksspielmarkt hat sich in seinen Angeboten weiterentwickelt. Neben Automatenspiel und Casinospielen, berichten Betroffene mit einer **Glücksspielstörung** immer häufiger Probleme im Bereich der Sportwetten oder riskanten Börsenspekulationen. Diese Glücksspielbereiche (on- und offline) haben ein äußerst hohes Suchtpotential. Hat sich hier erst einmal eine Abhängigkeit entwickelt, bestimmt das Glücksspielen das Denken und Verhalten der Betroffenen (Spieltechniken, Gewinnmöglichkeinen, Geldbeschaffung). Kurzfristig lässt das Glücksspiel negative Gedanken, Erinnerungen, Gefühle, Selbstzweifel vergessen. Langfristig wird immer mehr Zeit und Geld investiert, das Glücksspielen bestimmt den Alltag der Betroffenen, der Bezug zu Geld geht verloren oder war schon immer ein Problem. Bei Verlusten wird verzweifelt versucht, diese durch erneutes Glücksspielen wieder auszugleichen, Gewinne werden aufgrund des Spieldrangs direkt wieder verspielt. Das Selbstwertideal von Glücksspielenden ist oft an Geld, Macht, Erfolg und Status geknüpft, Misserfolgs- und Frustrationserleben sind nur schwer aushaltbar und werden durch Glücksspielen kompensiert.

Herr L: „Gefallen hat mir die gute Anzahl an verschiedenen Therapiemöglichkeiten, von denen ich niemals gedacht hätte, dass sie mir was bringen könnten...“
-ehemaliger Rehabilitand-

Betroffene mit einer **Kauf-Shopping-Störung** (on- oder offline) leiden unter einem starken Drang, Waren zu kaufen losgelöst vom tatsächlichen Bedarf oder den finanziellen Möglichkeiten. Dem Kauf geht teilweise zeitintensives Recherchieren nach Produkten, meist online, voraus. Ein normales, kontrolliertes Kaufverhalten ist nicht mehr möglich. Die Betroffenen sind häufig mit Konsumwünschen beschäftigt, die dahinterliegenden Bedürfnisse sind nicht zugänglich. Der Moment des impulsiven Kaufens wird als belohnend, anspannungslösend und Selbstwert steigernd erlebt. Betroffene beschreiben dies teilweise „wie im Rausch“. Nach dem Kauf kommt es jedoch schnell zu Selbstvorwürfen und starker Scham. Die Käufe werden verheimlicht oder versteckt. Es entstehen auch hier erhebliche emotionale, soziale wie auch finanzielle Folgen. 60 % der Betroffenen horten die gekauften Waren, so dass Wohnbereiche teilweise nicht mehr genutzt werden können.

Internetnutzungsstörungen sind kein einheitliches Phänomen, sondern umfassen verschiedene Inhalte, z.B. Computerspielen, Social Media, Streaming, Pornografie, Informationsportale. Betroffene machen die Erfahrung, dass der Konsum spezifischer Internetbereiche schnell und jederzeit alle Bedürfnisse zuverlässig befriedigt, während das Alltagsleben zunehmend aversiv erlebt wird. Oft wird der Rückzug ins Virtuelle durch soziale Ängste verstärkt. Online gelingt die soziale Kontaktaufnahme und Zugehörigkeit viel einfacher, Erfolge und Anerkennung sind schnell und verlässlich verfügbar, der virtuelle Raum ist ein sicherer und kontrollierbarer Rückzugsort. Wenn die Kontrolle über den Konsum schließlich verloren ist, hat dies gravierende Folgen für viele Lebensbereiche, wichtige Entwicklungsschritte (z.B. Aufnahme einer Partnerschaft, Entwicklung einer erwachsenen Lebensperspektive, berufliche Orientierung, soziale Kompetenz, sexuelle Identität) können nicht angegangen werden. Die Betroffenen erleben sich als regelrecht im Leben steckengeblieben. Seit einigen Jahren erleben wir zudem eine steigende Nachfrage nach Behandlungsangeboten im Bereich der **Pornografienutzungsstörung** oder der **zwanghaften sexuellen Verhaltensweisen** (promiskuitives Verhalten, Prostitution, Sex Chat-/ Web-Cam-Konsum), so dass wir auch hierfür eine spezialisierte Behandlung anbieten.

In unserer Abteilung für Verhaltenssüchte unterstützen wir die Betroffenen individuell. Es gibt hierfür zwei Bezugsgruppen für die Bereiche Glücksspiel- und Kauf-Shopping-Störung sowie eine eigene Bezugsgruppe mit Schwerpunkt Internetnutzungsstörungen und Pornografienutzungsstörung. Neben dem Bezugsgruppenangebot haben wir aktuell sechs spezifische Indikativgruppen zu den Themen Glücksspielstörung, Kauf-Shopping-Störung, Internetnutzungsstörungen allgemein, Pornografienutzungsstörung/ zwanghaftes sexuelles Datingverhalten, Geldmanagement und Selbstmitgefühl.

Herr M: „Ich habe durch den Aufenthalt gelernt, freundlicher mit mir selbst umzugehen. Ich war sehr zufrieden und habe wieder besser zu mir selbst zurückgefunden – das war für mich besonders wichtig und wertvoll.“
-ehemaliger Rehabilitand-

Herr G: „Während der Behandlung in der Salus Klinik wurde mir klar, dass ich Sexualität (Pornosucht, wechselnde Sexualpartner, extensive Selbstbefriedigung) primär als Emotionsregulation nutze. Am meisten hat mir bei der Behandlung die emotionale Selbstfürsorge weitergeholfen. ... Seitdem kann ich eine Sexualität nach meinen Wertvorstellungen leben und ein suchtfreies Leben genießen.“
-ehemaliger Rehabilitand-

Unsere Buchempfehlung
Verlag: Beltz Verlagsgruppe
ISBN 3-621-28661-6

Unsere Buchempfehlung
Verlag: Kohlhammer ISBN 978-3-17-037162-0

In der Behandlung gehen wir auf die Hintergründe der Verhaltenssuchtentwicklung ein. Eine differenzierte Verhaltensanalyse ermöglicht die Identifikation individueller Auslöser, aufrechterhaltender Bedingungen und Folgen. Daraus leiten wir Ziele ab, erarbeiten und üben gemeinsam adaptive Bewältigungsstrategien. Ein wichtiger Schwerpunkt liegt dabei auf der Verbesserung von Emotionsregulation, Impulskontrolle und Selbstwert. Der Umgang mit belastenden Gefühlen, z.B. Scham- und Schuldgefühlen, aber auch einem verminderten Selbstwertgefühl verbunden mit starker Selbstabwertung, wird gemeinsam erarbeitet. Hierfür nutzen wir neben kognitiver Verhaltenstherapie auch Strategien aus den Bereichen Schematherapie, DBT, Selbstmitgefühl, Akzeptanz- und Commitment-Therapie sowie bei entsprechender Indikation auch traumatherapeutische Interventionen. Eine ausführliche Rückfallprophylaxe und Entlassungsvorbereitung sollen den Transfer in den Alltag sichern. In der Behandlung der Internetnutzungsstörungen soll die persönliche Reifung unterstützt werden und die Alltagsrelevanz digitaler Medien berücksichtigt werden. Dies geschieht mit dem Aufbau einer funktionalen Mediennutzung mittels Stimuluskontrollstrategien, Nutzungsplänen und alternativen Aktivitäten. Auch der Umgang mit Prokrastination wird geschult. Bei der Pornografienutzungsstörung liegt ein besonderer Schwerpunkt auf dem Aufbau einer von Pornografie unabhängigen Sexualität und ggf. in der Behandlung sexueller oder partnerschaftlicher Probleme. Bei der Glücksspielstörung wie auch der Kauf-Shopping-Störung werden finanzielle Probleme systematisch miteinbezogen und der Umgang mit Geld bzw. ein normalisiertes Kaufverhalten, u.a. mittels spezifischer Techniken zum Geldmanagement geschult. Der Aufbau eines von Geld, Status und Konsum unabhängigen Selbstkonzeptes wird fokussiert. Liegt pathologisches Horten vor, werden soziotherapeutische Konzepte für den Alltag geplant.

In allen Bereichen der Behandlung der Verhaltenssucht bieten wir auch Angehörigenseminare und Angehörigengespräche an, um sowohl die Betroffenen wie auch das nahe Umfeld zu unterstützen.

Die multiprofessionelle Zusammenarbeit einer auf Verhaltenssucht spezialisierten Psychotherapie mit Medizin und Pflege, Sozialdienst, Ergotherapie, Kunst- und Musiktherapie, Ernährungstherapie und Bewegungstherapie ermöglichen eine individuelle und ganzheitliche Versorgung. Alltagspraktische Trainings unterstützen den Weg zurück in ein bedürfnisgerechtes Leben ohne Verhaltenssucht.

Die enge Verzahnung mit Kooperationspartnern, besonders im Bereich der ambulanten Weiterbehandlung, Nachsorge und Schuldenregulierung ist uns bei der nachhaltigen Stabilisierung sehr wichtig.

Die Zufriedenheit mit unserer Arbeit spiegelt sich auch in den Qualitätsüberprüfungen der DRV wieder. Neben der internen Überprüfung der Qualitätsstandards der Deutschen Rentenversicherung, die seit langem sehr positiv bewertet wird, spiegelt sich dies auch in den Qualitätspunkten der DRV wieder.

Dies haben wir unserem gesamten Behandlerteam zu verdanken, die mit Herz und Begeisterung für die Verhaltenssüchte dabei sind.

Team Verhaltenssucht (von links nach rechts):
W. Nehls, A. Baumgärtner, A. Kitler, D. Freitag, S. Laplace, I. Bengesser, E. Heinrich, L. Nickmann, K. Gros, N. Tahmassebi, Dr. A. Walter (ohne Bild)

AKTUELLES AUS DEN SALUS KLINIKEN BAD NAUHEIM

KOOPERATION MIT SELBSTHILFE
Jeden ersten Mittwoch im Monat stellen Selbsthilfegruppen den Rehabilitand*innen der Klinik für psychosomatische Erkrankungen ihre vielfältigen Angebote vor. Auf diese Weise lernen die Rehabilitand*innen bereits während ihres stationären Aufenthalts die Möglichkeiten der Selbsthilfe kennen und können frühzeitig Kontakte zu regionalen Gruppen knüpfen. Die Klinik versteht die Selbsthilfe dabei als einen unverzichtbaren Partner im Versorgungssystem.

Im Rahmen dieser engen Zusammenarbeit fand am 25. April 2026 die Selbsthilfe-Fachtagung Psychosomatik unter dem Titel „Mit Leib und Seele verbunden“ statt. Im Mittelpunkt stand die untrennbare Verbindung von Körper und Psyche. Ein Vortrag unserer Leitenden Psychologin Nadja Tahmassebi sowie drei begleitende Workshops beleuchteten einerseits den aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisstand und gaben andererseits in praktischen Übungen die Möglichkeit die Auswirkungen von körperlichen Übungen auf des Wohlbefinden zu erfahren und zu steuern..

Für die Mitglieder der mit der Klinik für Abhängigkeitserkrankungen kooperierenden Selbsthilfegruppen ist am 31. Oktober 2026 eine weitere Fachtagung geplant. Die salus kliniken Bad Nauheim informieren an diesem Tag zum Thema „Umgang mit Verhaltenssucht“.

AKTIVIERUNG AM MORGEN
Unser Angebot „Aktiv in den Tag“ unterstützt Rehabilitand*innen dabei, mit Bewegung und frischer Luft neue Energie zu schöpfen. Durch gemeinsame Aktivitäten im Freien wird der Körper sanft aktiviert und der Kreislauf in Schwung gebracht. Das angeleitete Angebot hilft, Antriebslosigkeit zu überwinden, die Stimmung zu stabilisieren und depressive Symptome aktiv anzugehen. In einem geschützten Rahmen wird so ein motivierender Start in den Tag ermöglicht, der Körper und Psyche gleichermaßen stärkt.

VIRTUELLE EINBLICKE
Ob Kooperationspartner*innen aus Bayern oder Betroffene und Angehörige aus dem hohen Norden – dank unseres 360° Rundgangs durch die salus kliniken Bad Nauheim können Interessierte unsere Klinikräume bequem von überall aus erkunden. Doch damit nicht genug: Bad Nauheim – die Gesundheitsstadt lässt sich ebenfalls virtuell erleben. Auf diese Weise gewinnt man einen ersten Eindruck von unserer Klinik und der Umgebung auch ohne vor Ort zu sein.

Virtueller Rundgang

WALDBADEN IN BAD NAUHEIM
Das Angebot Waldbaden in der stationären Rehabilitation von Menschen mit Abhängigkeitserkrankungen eröffnet Rehabilitand*innen einen besonderen Zugang zu Ruhe, Natur und bewusster Entspannung. In kleinen Gruppen begleiten zwei speziell ausgebildete Mitarbeiterinnen die Teilnehmenden durch den Bad Nauheimer Heilwald. Durch achtsame Wahrnehmungsübungen, langsames Gehen und gezielte Impulse kann Stress reduziert, das Wohlbefinden gesteigert und die Selbstwahrnehmung gestärkt werden. Der Aufenthalt im Wald unterstützt zudem die emotionale Stabilisierung und fördert die Regeneration. Waldbaden ergänzt somit die therapeutischen Angebote der Klinik auf ganzheitliche Weise und bietet

einen wertvollen Raum zur inneren Sammlung und Erholung.

OFFENER INFO-ABEND
Jeden **Mittwoch** findet in den salus kliniken ein Info-Abend statt. Alle Interessierten sind herzlich um **18.30 Uhr** eingeladen.

Zusätzlich findet an einem Mittwoch im Monat um 17.00 Uhr unser Infoabend online statt. Informationen zur Anmeldung und zum genauen Datum finden Sie auf unserer Homepage.

Online Info-Abend