



EDITORIAL



Sehr geehrte Leserin,
sehr geehrter Leser,

mit dem Sommersemester 2015 hat die Medizinische Hochschule Brandenburg (MHB) in unmittelbarer Nähe der Klinik ihren Betrieb aufgenommen: Am 10.04.2015 konnten 45 Medizinstudenten und 21 Psychologiestudenten auf dem Campus der Ruppiner Kliniken in Neuruppin ihre Immatrikulation feiern.

Die salus klinik Lindow ist kooperierendes Krankenhaus der Hochschule und hat an der Entwicklung der Curricula mitgewirkt. Wir unterstützen mit einem Stipendium das Studium einer Medizinstudentin, die dann im Gegenzug nach erfolgreichem Abschluss ihres Studiums für 5 Jahre in unserem Hause als Ärztin arbeiten wird. Außerdem hospitiert bei uns jeden Dienstag eine über mindestens ein Semester konstante Gruppe von 8 Psychologiestudenten und wertet jeweils im unmittelbaren Anschluss ihre dabei gemachten Erfahrungen im Rahmen eines sogenannten TRIK-Seminars (das Akronym steht für die Schwerpunkte Teamarbeit-Reflexion-Interaktion-Kommunikation) unter Anleitung eines Dozenten aus. Die Studierenden begleiten hierbei unsere Therapeuten und assistieren ihnen bei Dokumentations- und Auswertungstätigkeiten. Dadurch sollen sie von Beginn ihres Studiums an den Bezug zwischen theoretischer Wissensaneignung und der praktischen Arbeit mit Patienten herstellen können und einen einfühlsamen und hilfreichen Umgang mit Patienten erlernen bzw. reflektieren. Dabei soll die Begegnung mit unseren Patienten immer gleichzeitig aus einem körperlich organmedizinischen und psychologischen Blickwinkel heraus erfolgen.

Wir erhoffen uns von unserem Engagement, künftige Ärzte und Psychotherapeuten für die gleichermaßen gesundheitspolitische wichtige wie auch persönlich erfüllende Arbeit mit chronisch kranken Patienten im Rahmen der Medizinischen Rehabilitation nicht zuletzt in Lindow zu begeistern und insbesondere zu befähigen.

Ihr Johannes Lindenmeyer

WENN DER AVATAR DEN MÜLL RUNTER TRÄGT

STATIONÄRE BEHANDLUNG BEI PATHOLOGISCHEM PC- UND INTERNETGEBRAUCH



R. Cina



R. Schöneck



J. Lindenmeyer

Der Siegeszug von PCs und des Internets birgt leider auch die Gefahr einer schädlichen Nutzung in Form von pathologischem PC-Spielen, pathologischem Gebrauch von Internetchat, pathologischer Online-Pornographie und pathologischem Surfen im Internet. Seit Januar 2014 verfügt die salus klinik Lindow über ein spezifisches Therapieangebot für betroffene Patienten, das nunmehr von der DRV-Bund offiziell anerkannt wurde.

Verheddert im Netz

Eine umfassende Definition des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs existiert zwar bislang nicht. Von pathologischem PC-/Internet-Gebrauch spricht man aber, wenn ein Betroffener die Realität aus den Augen verliert, Ausbildung und Beruf auf der Strecke bleiben oder es zu ernsthaften Problemen mit dem sozialen Umfeld kommt. Viele Betroffene leiden außerdem unter:

- einem Drang nach Computer- oder Internetnutzung,
- Kontrollverlust bezüglich der Dauer des Spielens,
- „Entzugerscheinungen“, wenn ihnen der Zugang zum Computer verwehrt ist,

- orthopädischen Problemen aufgrund von fehlender Bewegung, ungesunder Ernährung oder Fehlhaltung am Computer.

Schließlich kann die Welt entzweibrochen: Auf der einen Seite die virtuelle Welt, in die der PC-/Internet-Nutzer eintaucht, in der er kompetent und geachtet ist, mit anderen in Kontakt treten, aber auch Konflikten aus dem Weg gehen kann. Und auf der anderen Seite die reale Welt mit ihren Anforderungen und Konflikten. Die reale Welt verliert zusehends an Attraktivität, was den Drang nach PC-/Internet-Gebrauch weiter steigert.

Es handelt sich beim pathologischen PC-/Internet-Gebrauch um eine äußerst heterogene Patientengruppe. Es gibt Betroffene, bei denen der pathologische PC-/Internet-Gebrauch lediglich eine untaugliche, verzweifelte oder autoaggressive Ersatzlösung für ein überwertiges Problem darstellt. Bei vielen Betroffenen hat sich der pathologische PC-/Internet-Gebrauch dagegen vollkommen verselbstständigt und unterliegt nunmehr den gleichen, dem bewussten Willen nicht mehr uneinge-



schränkt unterliegenden Mechanismen wie bei einer Suchtmittelabhängigkeit.

Epidemiologische Untersuchungen zum pathologischen PC-/Internet-Gebrauch zeigen ein uneinheitliches Bild. In Deutschland erbrachte eine im Auftrag des Bundesgesundheitsministeriums durchgeführte Studie (Prävalenz der Internetabhängigkeit PINTA, 2011), dass etwa 560.000 Menschen in Deutschland vom Internet abhängig seien. Etwa 1 % der 14- bis 64-Jährigen seien „internetabhängig“, weitere 4,6 % seien täglich mindestens 4 Stunden online, wobei von einer "problematischen Internetnutzung" ausgegangen wird. Dabei sind erwartungsgemäß v.a. junge Menschen „internetabhängig“ (2,4 % der 14- bis 24-Jährigen). Während Mädchen und Frauen sich eher auf soziale Netzwerke konzentrieren, spielen Männer eher Computerspiele.

Das Teufelskreismodell bei pathologischer Computer- und Internetnutzung

In der Literatur findet sich ein teilweise erbitterter Streit über das „richtige“ Erklärungsmodell zur Entstehung von pathologischer Computer- und Inter-

netnutzung. Bis heute erlaubt die empirische Forschung allerdings nicht, die Angemessenheit bzw. Überlegenheit der verschiedenen Modelle abschließend zu bewerten. Als Grundlage für unser Behandlungskonzept haben wir ein einfaches Teufelskreismodell gewählt (vgl. Abbildung 1).

Danach entsteht eine pathologische Computer- und Internetnutzung dadurch, dass eine Person versucht die inadäquate Befriedigung ihrer Grundbedürfnisse (Bedürfnis nach Bindung, nach Lustgewinn resp. Unlustvermeidung, nach Kontrolle oder nach Erhöhung des Selbstwertes) durch die Computer- oder Internetnutzung zu kompensieren. Das Spezifische an dieser Art der Bedürfnisbefriedigung liegt darin, dass sie jederzeit gezielt, selektiv und kontrolliert und sogar realitätsfern geschehen kann. So können realitätsferne Eigenschaften im sozialen Austausch und im Spielen

Zurück in die Realität

Eine stationäre Behandlung ist besonders geeignet, um aus diesem Teufelskreis der pathologischen PC-/Internetnutzung herauszufinden: Die Betroffenen sind unmittelbar von ihrem Alltag entlastet und vorübergehend von der Internet- und PC-Nutzung abgeschnitten. Sie können dadurch in Ruhe über notwendige Veränderungen im Umgang mit PC und Internet nachdenken und sich die reale Welt schrittweise wieder erobern. Gleichzeitig sind sie im Klinikalltag mit einer Fülle von realen Begegnungen auf engem Raum konfrontiert, in denen es um ein Aushandeln zwischen den verschiedenen Bedürfnissen aller Beteiligten geht.

Je nach individueller Problematik geht es im weiteren Verlauf der Behandlung darum:

- sich selbstkritisch mit den Vor- und Nachteilen ihres bisherigen Umgangs mit PC und Internet auseinanderzusetzen,

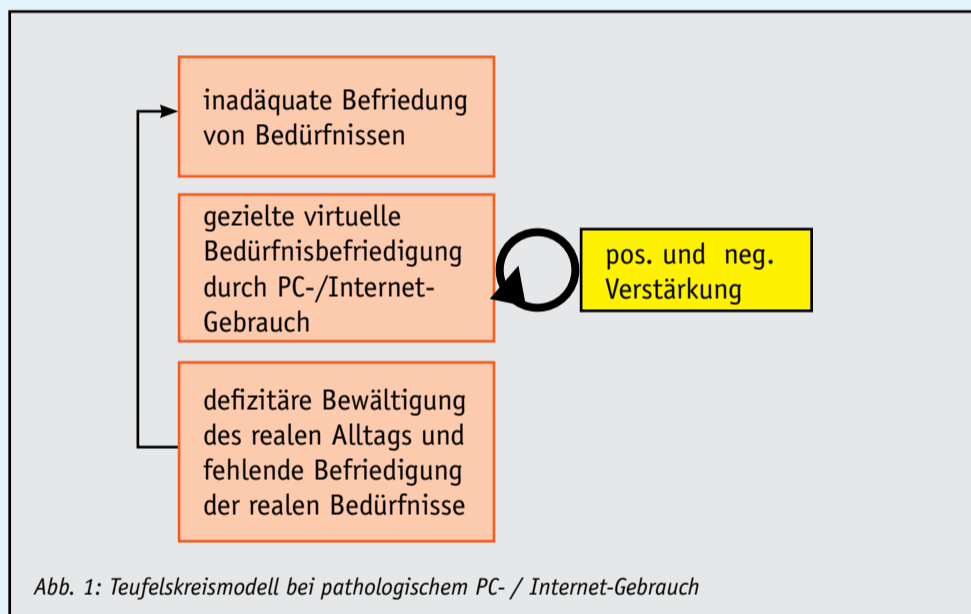


Abb. 1: Teufelskreismodell bei pathologischem PC- / Internet-Gebrauch

im virtuellen Raum angenommen, verschwiegen oder verworfen werden. Während positives Feedback in das Selbstkonzept integriert werden kann, bleiben negative Folgen der virtuellen Aktionen meist harmlos. Lerntheoretisch kommt es zu häufigen, auf die momentanen Bedürfnisse abgestimmten, positiven Verstärkungen, und nur selten zu, in der Regel wenig ausgeprägten aversiven Zuständen, die v.a. deshalb wenig ausgeprägt sind, weil sie die reale Welt nicht tangieren. Da die Bedürfnisbefriedigung aber in der Regel nur einseitig im virtuellen Raum erfahren wird, während gleichzeitig wichtige Lern- und Bewältigungserfahrungen in der Realität nicht gemacht werden, verliert die Realität gegenüber der virtuellen Welt zunehmend an Attraktivität, was wiederum dazu führt, dass der Betroffene versucht, dies durch weiteren PC-/Internet-Gebrauch zu kompensieren. Zusammenfassend kann somit ein pathologischer PC-/Internet-Gebrauch als Defizit kompensierende Tätigkeit einerseits und durch die zunehmende Realitätsentfremdung gleichzeitig als Defizit generierende Tätigkeit gesehen werden.

- zu einer fundierten Entscheidung bezüglich des künftigen verantwortungsvollen Umgangs mit PC und Internet zu gelangen,
- die körperliche Fitness zu steigern,
- ihr Selbstvertrauen zu stärken,
- soziale Konfliktlösungen zu erarbeiten,
- den Umgang mit Gefühlen zu trainieren,
- realistische Aus- und Weiterbildungsperspektiven zu schaffen,
- ihre persönlichen Ressourcen/Stärken zu reaktivieren.

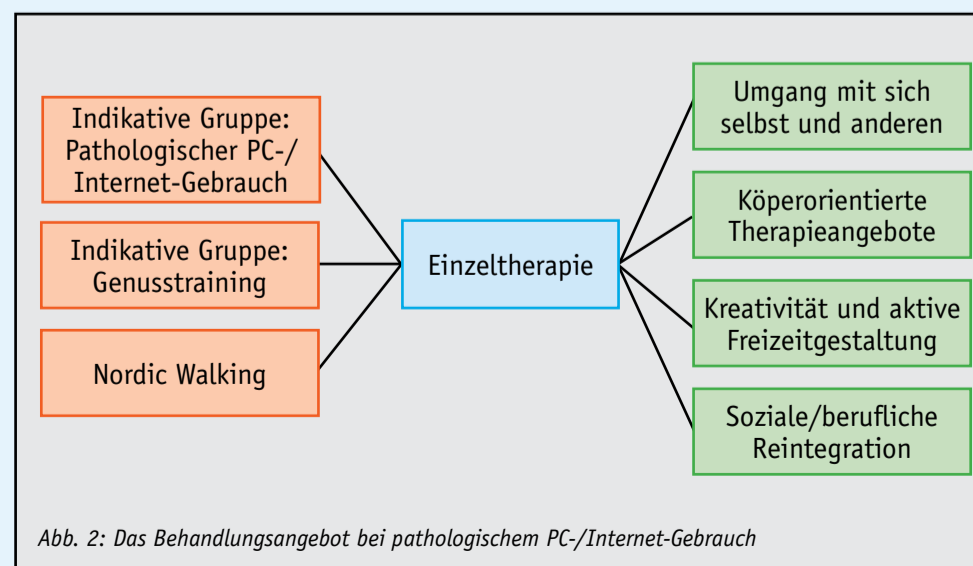
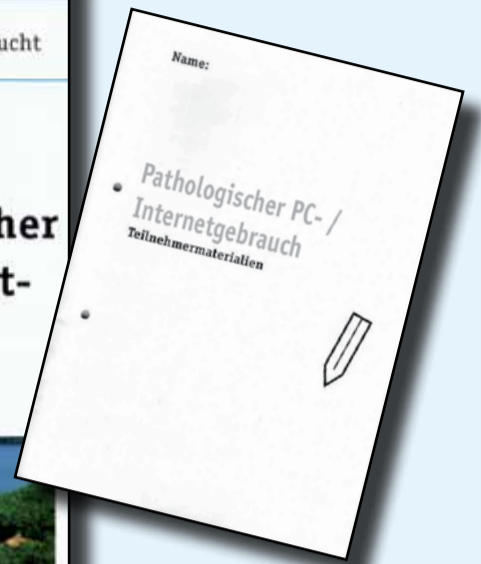
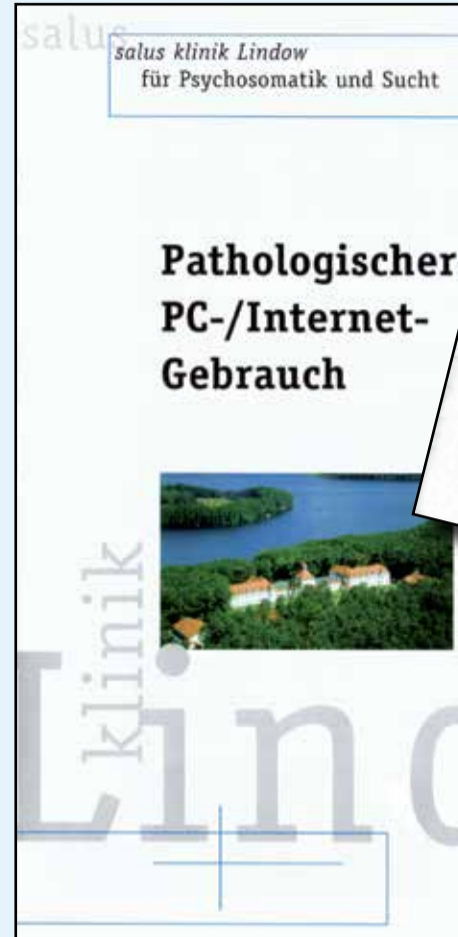


Abb. 2: Das Behandlungsangebot bei pathologischem PC-/Internet-Gebrauch



Den Flyer zu unserem Behandlungsangebot schicken wir Ihnen auf Anfrage gerne zu. Die Teilnehmermaterialien können Sie unter www.salus-materialien.de bestellen

Der Weg

Das Behandlungsangebot in unserer Psychosomatikabteilung für PatientInnen mit pathologischer PC-/Internet-Nutzung umfasst folgende Elemente (vgl. Abbildung 2):

- engmaschige Einzeltherapie durch den Bezugstherapeuten (ca. 2 Termine pro Woche),
- spezielle Therapiegruppe „Pathologischer PC-/Internet-Gebrauch“ (4 Termine a 90 Minuten pro Woche),
- Indikative Gruppe „Genusstraining“ (5 Termine pro Woche a 90 Minuten),
- Ausdauertraining „Nordic Walking“ (5 Termine pro Woche).

Um der individuellen Problematik der Patienten gerecht zu werden, haben wir allerdings keine Standardbehandlung, sondern wir erarbeiten gemeinsam einen persönlichen Behandlungsplan. Die salus klinik Lindow verfügt hierbei über mehr als 40 Therapieangebote. PatientInnen mit pathologischem PC-/Internet-Gebrauch nutzen besonders häufig:

- Therapieangebote zum verbesserten Umgang mit sich selbst und anderen wie z.B. Selbstsicherheitstraining, Umgang mit Ärger und Aggression,

Angstbewältigung, Umgang mit Depressionen, Schmerzbewältigungstraining,

- Körperorientierte Therapieangebote wie z.B. Bogenschießen, Nordic Walking, Fitnessstraining, Tai Chi, Adipositasport, Wassergymnastik, Physiotherapie, Körperschule,
- Therapieangebote zur Förderung der Kreativität und aktiven Freizeitgestaltung wie z.B. Maltherapie, Ergotherapie, Genusstraining,
- Therapieangebote zur sozialen/beruflichen Reintegration wie z.B. Bewerbungstraining, Ergo- und Arbeitstherapie.

Ziel der Behandlung kann nicht ein Leben ohne Computer sein, sondern ein Leben mit einem verantwortungsvollen Umgang mit dem PC und Internet. Um dies zu erreichen, bieten wir die Möglichkeit, in einer geschützten Umgebung (ohne die Ablenkung durch PC und Internet) die eigene Zukunft neu zu überdenken und zu gestalten.

Der erste Schritt

Bei Fragen zögern Sie nicht uns anzurufen. Unser Therapiesekretariat erreichen Sie unter **Tel. 033933 88 110 oder mail@salus-lindow.de**.

Bitte besuchen Sie uns auf unserer Internetseite www.salus-lindow.de

wenn Sie mehr über unser Behandlungskonzept bei pathologischer PC- und Internetnutzung erfahren möchten. Sie können auch jederzeit ein unverbindliches Vorgespräch in unserem Haus vereinbaren.

STEIN AUF STEIN

Erste Eindrücke vom Baufortschritt des Erweiterungsbaus unserer Psychosomatikabteilung. In den neuen Räumlichkeiten sollen 36 Einzelzimmer, Mitarbeiterbüros und Funktionsräume (u.a. ein Großraumbüro für die Arbeitstherapie EDV-Büro) entstehen.



STICHWORT SAUBERKEIT: WAS MACHEN SIE DENN DA, FRAU BARAN?

Ein Interview von Reto Cina



Name: Erika Baran
Funktion: Reinigungskraft
In der Klinik seit: 1997 (seit Eröffnung!)

Was gehört zu Ihren täglichen Aufgaben als Reinigungskraft?

Mein Einsatzort hat im Lauf der vielen Jahre mehrfach gewechselt. Aktuell bin ich auf der medizinischen Aufnahmestation. Ich reinige dort die Patientenzimmer, die Funktionsräume und den Flur. Der Montag beginnt bereits um 6.00 Uhr, Dienstag bis Freitag um 7.00 Uhr und endet nach 5 Arbeitsstunden. Trotz dieser Vorgaben ist ein hohes Maß an Flexibilität gefragt, da der Einsatz sich dem therapeutischen Tagesablauf anpassen muss und Verunreinigungen in unterschiedlichem Maß auftreten können.

Welche besonderen Anforderungen sehen Sie in ihrer Tätigkeit in der salus Klinik Lindow?

In einer Klinik sind die Anforderungen an die Sauberkeit und Hygiene besonders ausgeprägt. Außerdem führt die hohe Auslastung der Klinik

dazu, dass wir sehr flink arbeiten müssen: Ziehen die einen Patienten aus, müssen die Patientenzimmer gleich wieder für die neu anreisenden Patienten gereinigt und vorbereitet werden.

Was bereitet Ihnen Freude bei der Arbeit?

Ich freue mich immer, wenn nach getaner Arbeit alles sauber ist. Zudem ist das Arbeitsklima hervorragend, sowohl von Seiten der Vorgesetzten, als auch innerhalb unseres Teams. Wenn Mitarbeiter oder Patienten einen grüßen, dann fühlt man sich gewertschätzt. Ich erinnere mich auch gern an die Eröffnung der Klinik: Damals sind wir mit Gummistiefeln über die Baustelle und haben die ganze Erstausrüstung an ihren Platz geschleppt (vorher wusste ich nicht, wie schwer Toilettenpapier sein kann).

HEREINSPAZIERT BESUCHEN SIE UNS!

salus klinik Lindow

Straße nach Gühlen 10
16835 Lindow

Öffentliche Besucherinfo

Dauer ca. 90 Minuten, jeden Samstag 13:00 Uhr,
Treffpunkt an der Rezeption

salus klinik Potsdam

Klinikum Ernst von Bergman, Gebäude Q

Öffentlicher Infoabend

Dauer ca. 90 Minuten, jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat
um 16:00 Uhr

salus ambulanz Berlin

Krumme Straße 92, Berlin-Charlottenburg

Öffentliche Vortragsreihe

04.06.2015 Pathologischer PC-/Internetgebrauch (R. Cina)

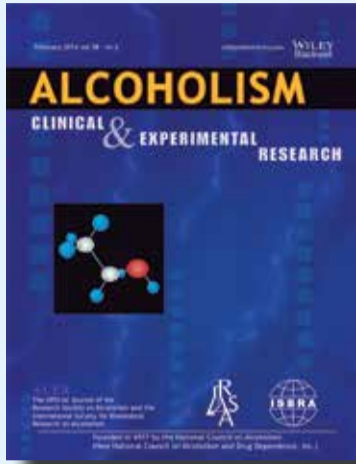
03.09.2015 Angststörungen (Dr. M. Warnke)

03.12.2015 Essstörungen (Dr. S. Beisel)



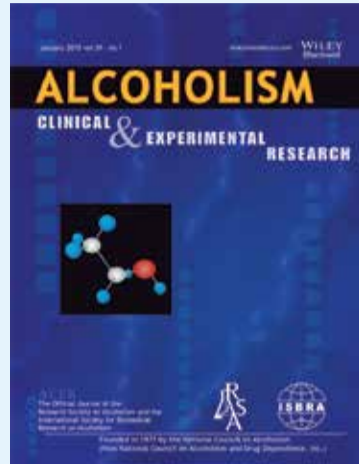


NEUE PUBLIKATIONEN AUS DER SALUS KLINIK LINDOW:



Eberl, C., Wiers, R., Pawelczack, St., Rinck, M., Becker, E., & Lindenmeyer, J. (2014). Implementation of Approach Bias Re-Training in Alcoholism - How Many Sessions are Needed? *Alcoholism Clinical and Experimental Research*, 38, S. 587-594.

Die Wirksamkeit des zusammen mit einer niederländischen Forschergruppe in der salus klinik Lindow entwickelten Joysticktrainings (Annäherungs-Vermeidungstraining, AAATT) zur Rückfallprävention bei Alkoholabhängigen konnte in 2 randomisiert-kontrollierten Studien als Zusatzkomponente im Rahmen einer stationären Entwöhnungsbehandlung nachgewiesen werden. Nun konnte in einer weiteren Studie mit 111 Alkoholpatienten der salus klinik Lindow gezeigt werden, dass 6 Sitzungen mit jeweils 220 Durchgängen die optimale Trainingsdauer für einen positiven Behandlungseffekt darstellen. Zwar zeigten sich bei 7-12 Trainingssitzungen kurzfristig weitere Lerneffekte, diese hatten aber keine Auswirkung auf die Abstinenzquote in der 1-Jahreskatamnese.



Gladwin, T., Rinck, M., Eberl, C., Becker, E., Lindenmeyer, J., & Wiers, R. (2015). Mediation of Cognitive Bias Modification for Alcohol Addiction via Stimuli-Specific Alcohol Avoidance Association. *Alcoholism Clinical and Experimental Research*, 39, S. 100-107.

In dieser Studie wurden die Daten einer bereits veröffentlichten randomisiert-kontrollierten Studie an 214 Patienten der salus klinik Lindow zur Effektivität des Joysticktrainings (Annäherungs-Vermeidungstraining, AAATT) re-analysiert, um den Wirkmechanismus dieses erfolgreichen Rückfallpräventionsprogramms bei Alkoholabhängigen genauer zu bestimmen. Mithilfe eines zu Beginn und Ende der Behandlung vorgegebenen alkoholbezogenen impliziten Assoziationstests (IAT) konnte gezeigt werden, dass insbesondere eine durch das Training erzielte automatische Alkohol-Vermeidungs-Assoziation zu einer verringerten Rückfallrate in der 1-Jahreskatamnese beiträgt.



Lindenmeyer, J. (2014). Der abhängige Patient – KVT in der Suchtbehandlung. In H. Stavemann (Hrsg.), *KVT-Praxis – Strategien und Leitfäden für die Integrative KVT*. Weinheim, Beltz. S. 442-462.

Der Sammelband KVT-Praxis hat sich zu einem Bestseller in der Verhaltenstherapieliteratur entwickelt. Das mit der 3. Auflage überarbeitete Kapitel zur Suchtbehandlung, zeigt die Möglichkeiten auf, die die Kognitive Verhaltenstherapie für eine effektive Behandlung von Suchtmittelabhängigen eröffnet. Denn obwohl eine Suchtmittelabhängigkeit mit einer Lebenszeitprävalenz von etwa 13 Prozent zu den häufigsten psychischen Störungen überhaupt gehört, sind sehr viele Psychotherapeuten mit der Behandlung dieser Klientel nicht vertraut. In dem Beitrag werden die Besonderheiten des Klientels und die sich daraus ergebenden Abweichungen vom sonst üblichen Vorgehen eines kognitiven Verhaltenstherapeuten beschrieben. Insbesondere wird herausgearbeitet, dass der Schwerpunkt der Behandlung in ausreichendem Maße auf der Überwindung von automatisiertem Suchtverhalten liegen sollte.



Lindenmeyer, J. (2015). Alkoholprobleme in der ambulanten Psychotherapie. In: E. Behnsen et al. (Hrsg.), *Management Handbuch für die psychotherapeutische Praxis*. Band 2, 2080, S. 1-26. Heidelberg, Medhochzwei Verlag.

Alkoholprobleme stellen leider immer noch eines der hartnäckigsten Tabuthemen innerhalb der ambulanten Psychotherapie dar, obwohl eine (Mit)behandlung von alkoholbezogenen Störungen im Rahmen einer ambulanten Psychotherapie dringend geboten und seit Juli 2011 unter bestimmten Voraussetzungen auch zulässig ist. Der neue Beitrag im seit 2002 ständig aktualisierten Management Handbuch für die psychotherapeutische Praxis skizziert folgende Schwerpunkte: Screening und Differentialdiagnostik von Alkoholproblemen, Vermittlung in das Suchthilfesystem bei Alkoholabhängigkeit, explizite Mitbehandlung bei riskantem/schädlichem Alkoholkonsum, die Unterstützung der Abstinenz im Anschluss an eine Entwöhnungsbehandlung und den Umgang mit rückfälligen Patienten im Rahmen ambulanter Psychotherapie.

Beginn im Herbst 2015

5. MASTERSTUDIENGANG SUCHTHILFE/SUCHTTHERAPIE M.SC.

SUCHTAKADEMIE Berlin - Brandenburg

Die Sucht Akademie Berlin-Brandenburg e.V. bietet im Herbst 2015 erneut einen Masterstudiengang Suchthilfe/Suchtherapie M.Sc. in Berlin an.

Der 5-semesterige Studiengang schließt mit dem international anerkannten akademischen Titel „Master of Science (M.Sc.)“ ab. Gleichzeitig erreichen die Teilnehmer die von der DRV-Bund anerkannte Qualifikation als „Suchttherapeut“. Der Studiengang qualifiziert darüber hinaus für Leitungsfunktionen im Suchtbereich.

Zum Studium zugelassen werden können Hochschulabsolventen in den Fächern Medizin, Psychologie oder Soziale Arbeit. Darüber hinaus müssen die Teilnehmer mindestens als Halbtagskraft im Suchtbereich tätig sein.

Interessenten informieren sich auf der Website der Sucht Akademie

www.suchtakademie.de
Tel. Auskunft gibt Herr Dipl.-Psych. S. Drüge unter 030 / 92126330.

IMPRESSUM

Herausgeber:
salus klinik Lindow
Strasse nach Gühlen 10, 16835 Lindow

Redaktion:
PD Dr. Johannes Lindenmeyer

Mitarbeiter dieser Ausgabe:
PD Dr. Johannes Lindenmeyer, Reto Cina, Angela Fielitz, Robert Schöneck

Herstellungsleitung:
Sandra Fisch, salus klinik GmbH

Druck & Versand:
Druckhaus Süd GmbH, 50968 Köln
www.druckhaus-sued.de

MATERIALIEN FÜR DIE PSYCHOTHERAPIE BESTELLEN

Gruppentherapie

Teilnehmermaterialien zu 20 störungsspezifischen Gruppen (u.a. Angst, Depression, Alkoholabhängigkeit, Essstörungen, Stress am Arbeitsplatz, Ergotherapie). Erprobte Strukturierungshilfen für die Arbeit in sog. offene Therapiegruppen.

Manual pathologisches Glücksspiel

Manual mit Arbeitsblättern für Suchtberatungsstellen zur Frühintervention bei Pathologischem Glücksspiel.

Alkoholprobleme in ambulanter Psychotherapie

Arbeitsblätter für die Mitbehandlung von Alkoholproblemen im Rahmen einer ambulanten Psychotherapie.

Rückfallprävention

Arbeitsblätter für die Rückfallprävention bei der Behandlung von psychischen Störungen.

Bestellung auf unserer Website: www.salus-materialien.de

Der Versand erfolgt über die arbeitstherapeutische Übungsfirma der salus klinik Lindow.

