Sigma-Therapie bei Internet- und Mediensucht

Empfehlung des Fachverbandes Medienabhängigkeit für die Behandlung von Medienabhängigkeit im deutschen Sozial- und Gesundheitssystem

Handbuch für die Suchttherapiegruppe

Motivational Interviewing

OPD-Abhängigkeit

Therapie Internet- und Mediensucht

↓

Beziehungsaufbau; Aufklärung über das Krankheitsbild

↓

Einbindung in die Suchtgruppe

↓

- Psychoedukation
- Förderung Krankheitseinsicht und Änderungsmotivation
- Aufbau und Konsolidierung der Tagesstruktur

↓

- Identifikation und Bearbeitung auslösender und aufrechterhaltender Faktoren
- Auslösung der Dichomisierung
- Förderung des Realitätsbezuges

↓

- Rückfallprophylaxe
- Einbeziehung des sozialen Umfeldes
- Entwicklung tragfähiger Zukunfsperspektiven
- Entlassmanagement

↓

Therapie erfolgreich

Legenden auf dieser Rückseite

Die Einrichtungen des Sigma-Zentrums:

- Sigma-Akutkrankenhaus
- Sigma-Tagesklinik
- Sigma-Nachtklinik
- Sigma-Früherkennungszentrum für seelische Störungen
- Sigma-Ambulanz

Sigma-Zentrum
Fachkrankenhaus für
Interdisziplinäre Psychiatrie,
Psychotherapie,
Psychosomatische Medizin
mit integrierter Neurologie,
Innerer Medizin
und Allgemeinmedizin

Weihermatten 1
79713 Bad Säckingen/Hochrhein
Telefon +49 7761 5566-0
Telefax +49 7761 5566-199
E-Mail info@sigma-zentrum.de
Internet www.sigma-zentrum.de

exklusiv für Ärzte +49 7761 5566-300

Diagramme: Sigma-Zentrum Katt Typo&Grafik, Bad Krozingen | Turnet

S I G M A
Z E N T R U M

S I G M A
Z E N T R U M

Konzeptbasierte Behandlung von Internet- und Mediensucht

... im Sigma-Zentrum

SIGMA ZENTRUM

Konzeptbasierte Behandlung von Internet- und Mediensucht ist ein Schwerpunkt unseres Behandlungsangebots.

Im DSM-5 ist diese Diagnose bereits erfasst und wird im ICD-11 als offizielle Diagnose anerkannt.

Exzessive Nutzung von Medien, z. B. Gamen, Chatten oder Surfen, führt nicht selten zu erheblichen Beeinträchtigungen der psychischen und sozialen sowie körperlichen Lebensqualität. Dann fallen häufig Rückzug, Verlust der Tagesstruktur und Konflikte mit den alltäglichen Anforderungen auf. Häufig treten psychiatrische Komorbiditäten auf, insbesondere affektive Störungen, wie Depression und Angsterkrankungen.

Das dreistufige Behandlungskonzept des Sigma-Zentrums beinhaltet nach ausführlicher Diagnostik:

- tägliche Fallbesprechung im Behandlungsteam
- zwei bis drei 50-minütige Einzeltherapiegespräche pro Woche durchgehend
- 3mal wöchentliche Teilnahme an der 100-minütigen interaktionellen Gruppentherapie
- wöchentliche Teilnahme an der Suchtpräventionsgruppe
- **eine große Bandbreite multimodaler Therapieverfahren,** die in der strukturfördernden ebenso wie in der aufdeckenden Behandlung individuell zum Einsatz kommen

Stufe 1

... fokussiert auf

- **Aufbau einer Tagesstruktur**
- **Entwicklung eines diagnosespezifischen Krankheitsverständnisses**
- **Sicherung der Behandlungsmotivation**

Hierbei kommen z. B. zur Anwendung:

- Ergo- und Gestaltungstherapie
- Entspannungsverfahren
- verschiedene aktivierende, erlebnis- und gemeinschaftsfördernde sporttherapeutische Angebote
- Mitarbeit im Klinikgarten

Stufe 2

... fokussiert auf

- **Behandlung der individuellen und störungsspezifischen auslösenden und aufrechterhaltenden Faktoren**
- **Förderung des Realitätsbezugs unter Berücksichtigung der Bedingungen des Rückzugs**

Hierbei kommen z. B. zur Anwendung:

- Training selbstsicheren Verhaltens und Angstbewältigungsgruppe
- Tanz- und Bewegungstherapie
- Musiktherapie

Stufe 3

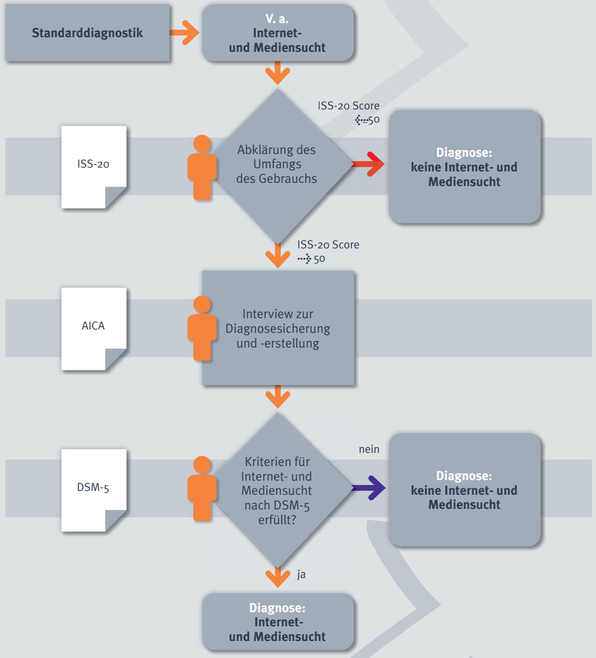
... umfasst vor allem **Rückfallprophylaxe:**

- **Einbindung und Gestaltung des sozialen Umfelds**
- **Entwicklung einer positiven Zukunftsperspektive**
- **Sicherung der Nachbehandlung**

Dabei hervorzuheben sind:

- Familien- und Angehörigengespräche
- berufsspezifische Ergotherapie
- Sozialberatung und proaktive Reintegration

Sigma-Diagnostik bei Internet- und Mediensucht



Legenden

auch für das Diagramm auf dieser Rückseite