

DER AUSWEG



Wie Sie Online- und Computersucht erkennen können

Ist ein Betroffener mit seiner Sucht „gefangen im Netz“, kann er sich nur selten selbst daraus befreien. Umso wichtiger ist es daher, dass das soziale Umfeld – ob Angehörige, Partner oder Arbeitgeber – die Anzeichen für eine Online- und Computersucht frühzeitig erkennen und aktiv auf Hilfsangebote aufmerksam machen. Denn je früher eine Therapie einsetzt, umso größer sind die Chancen, dass es nicht zu bleibenden Schäden für Psyche und Persönlichkeitsstruktur kommt.

Ein Ausweg ist möglich

Online- und Computersucht kann und muss therapiert werden! Denn nur so kann die Teilhabe am sozialen Leben wieder ermöglicht und die körperliche wie seelische Gesundheit bewahrt werden. Die moderne psychotherapeutische Medizin kennt heute wirksame Verfahren, um die Sucht zu bekämpfen und den Betroffenen einen Ausweg zurück in ein normales Leben zu ebnen. Stationäre Behandlungsangebote bieten dabei wichtige Vorteile gegenüber einer ambulanten Therapie. Denn mit einer hohen Therapiedichte ermöglichen sie dem Betroffenen, sein Leben außerhalb seines gewohnten Suchtumfelds unter professioneller Anleitung neu zu ordnen.

KONTAKT



Kinzigtal-Klinik

Parkstrasse 7-9 · 63628 Bad Soden-Salmünster

Tel.: 06056/737-601

Fax: 06056/737-683

E-Mail: onlinesucht@pitzer-kliniken.de

Internet: www.online-und-computersucht.de



Ein Unternehmen der Pitzer-Klinikgruppe



GEFANGEN IM NETZ?



Hilfe bei Online- und Computersucht
an der Kinzigtal-Klinik Bad Soden-Salmünster

DIE SUCHT



Online- und Computersucht – Was ist das?

Online- und Computersucht hat viele Gesichter! PC-Spiele, Chat-Foren, pornografische Websites: Wer in seiner Freizeit regelmäßig mehrere Stunden täglich am PC spielt, chattet oder im Internet surft und dabei sich und sein soziales Leben vernachlässigt, gilt als süchtig oder zumindest stark suchtgefährdet. Experten schätzen, dass weit mehr als zwei Millionen Menschen in Deutschland betroffen sind. Neben Störungen im Kommunikations- und Sozialverhalten werden häufig zusätzlich psychische Störungen, wie Depressionen, beobachtet. Auch der Körper ist gefährdet: Es kann zu Bewegungsmangel, Fehlernährung, Verspannungen, chronischen Haltungsschäden und Schlafstörungen kommen. Sozialer Rückzug, Erschöpfungszustände, Leistungsabfall und sogar Verlust des Arbeitsplatzes sind nur einige der möglichen Folgen und Grund genug, diese Sucht sehr ernst zu nehmen.

Alarmzeichen für eine Online- und Computersucht

- wachsendes und zwanghaftes Verlangen „online“ zu sein
- Kontrollverlust über die am PC verbrachte Zeit
- Vernachlässigung lebenswichtiger Bedürfnisse (Schlaf, Ernährung)
- Nachlassen der Arbeitsleistung
- Verheimlichung /Bagatellisierung der Online-Aktivitäten
- häufige Gereiztheit und Nervosität bei Verhinderung der Internetnutzung (Entzugserscheinungen)
- mehrfach fehlgeschlagene Versuche der Einschränkung
- Verarmung der Sozialkontakte bis zur Selbstisolation

UNSER ANGEBOT



Unser stationäres Therapieangebot

Die Psychosomatische Abteilung der Kinzigtal-Klinik ist auf die Diagnostik und stationäre Therapie der Online- und Computersucht spezialisiert. Kernstück unseres Konzeptes ist die Indikative Gruppe, in der sechs bis acht Betroffene unter professioneller Begleitung eines Therapeuten ihre Suchtgeschichte aufarbeiten, sich gegenseitig Hilfestellung geben und Strategien zur Vorbeugung von Rückfällen erarbeiten. Eingebettet in ein umfangreiches Programm weiterer therapeutischer Maßnahmen wird so Schritt für Schritt der Rückweg aus der virtuellen in die reale Welt möglich. Insgesamt ist eine stationäre Therapie auf einen Zeitraum von sechs bis acht Wochen angelegt und umfasst folgende Elemente:

- Indikative Gruppe „Online- und Computersucht“
- interaktive psychotherapeutische Gruppentherapie
- psychotherapeutisch orientierte Einzelgespräche
- Kreativ- und Entspannungstherapien, Ergotherapie
- Sinnesschulung
- medizinische Trainingstherapie
- Hippotherapie
- Sport- & Fitnessangebote, Krankengymnastik
- Sozialberatung (z.B. zur Schuldenregulierung)

Im Rahmen der Therapie können orthopädische oder internistische Begleiterkrankungen in unseren Abteilungen für Orthopädie und Innere Medizin mitbehandelt werden.

DIE THERAPIE



Ihr Weg zu uns

Die Kosten für eine Therapie tragen in der Regel die Krankenkassen (bei Nicht-Erwerbstätigen) oder die Rentenversicherungsträger (bei Erwerbstätigen). Bitte besprechen Sie die Vorgehensweise und Antragsstellung direkt mit Ihrem Hausarzt. Sollte die Kostenübernahme abgelehnt werden, können die Therapiekosten anteilig von der gemeinnützigen Willy Robert Pitzer Stiftung übernommen werden. Weitere Informationen hierzu erhalten Sie von Chefarzt Dr. med. Rolf Czwalinna unter der Telefonnummer: 06056/737-601 oder unter www.wrp-stiftung.de.

Die Kinzigtal-Klinik

Die Kinzigtal-Klinik ist eine moderne und leistungsfähige Reha-Klinik mit den Fachabteilungen Psychosomatik, Innere Medizin sowie Orthopädie und Sportmedizin, die von zwei unabhängigen Instituten zertifiziert wurde und fortlaufend überprüft wird. Unsere interdisziplinären Therapiekonzepte und ausgewiesenen Experten mit umfangreichen Erfahrungen in Psycho- und Suchttherapie schaffen ideale Voraussetzungen für eine optimale Betreuung unserer Patienten. Unser Ziel ist es, ihnen so schnell wie möglich einen Weg zurück in ein normales Leben zu ermöglichen und die Erfolge der Behandlung auf Dauer zu stabilisieren. Eine wichtige Grundlage ist dabei das biopsychosoziale Krankheitsmodell, das die körperlichen, psychischen und sozialen Aspekte bei der Suchttherapie und der Rückfall-Prävention angemessen berücksichtigt.