

Inhaltsverzeichnis

Teil I: Grundlagen

Kapitel 1: PC- und Internet-Aktivität im klinischen Kontext	15
1.1 PC-Spiele	15
1.1.1 Mehrpersonen-Online-Rollenspiele	15
1.1.2 Shooter-Spiele	16
1.1.3 Browserspiele	17
1.2 Chatten	17
1.3 Exzessives Surfen	18
Kapitel 2: Krankheitsbild und diagnostische Kriterien	19
2.1 Erklärungsmodelle	19
2.2 Beschreibung des Krankheitsbildes	20
2.3 Diagnostische Kriterien	22
Kapitel 3: Nosologische Einordnung des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs	25
3.1 Abgrenzung zur Sucht	25
3.2 Abgrenzung zu Impulskontrollstörungen	27
3.3 Abgrenzung zu Zwangsstörungen	27
3.4 Abgrenzung zu anderen Störungen, die sich via Computer/Internet manifestieren	28
3.5 Möglichkeit der Einordnung im ICD-10	28
Kapitel 4: Komorbidität	30
4.1 Empirische Ergebnisse	30
4.2 Pathologischer PC-/Internet-Gebrauch und depressive Störungen	32
4.2.1 Epidemiologie	32
4.2.2 Zeitliche Taktung	32
4.2.3 Funktionalität	33
4.3 Pathologischer PC-/Internet-Gebrauch und Persönlichkeitsstörungen	34
4.3.1 Epidemiologie und Gemeinsamkeiten	34
4.3.2 Funktionalität	34
4.4 Pathologischer PC-/Internet-Gebrauch und Abhängigkeitserkrankungen	35
4.4.1 Epidemiologie	35
4.4.2 Symptomatik	36
4.4.3 Zeitliche Taktung	36
4.4.4 Funktionalität	36
4.5 Pathologischer PC-/Internet-Gebrauch und Angststörungen	37
4.5.1 Epidemiologie	37
4.5.2 Symptomatik	37
4.5.3 Funktionalität	38
4.6 Pathologischer PC-/Internet-Gebrauch und pathologisches Glücksspielen	38
4.6.1 Epidemiologie	38
4.6.2 Symptomatik, Gemeinsamkeiten und Unterschiede	38

4.7	Therapie der Komorbidität bei pathologischem PC-/Internet-Gebrauch	39
4.7.1	Prioritäten	39
4.7.2	Basisziele und Basismaßnahmen	40
4.7.3	Spezifische Ziele und entsprechende Maßnahmen	40
4.7.4	Komorbidität als besondere Anforderung an die Therapieplanung	40
Kapitel 5: Entstehungsbedingungen und Erklärungsansätze		42
5.1	Emotionsfokussierende und metakognitive Ansätze	42
5.2	Unreifes Mentalisierungsniveau	44
5.3	Bindungstheoretische Ansätze	46
5.4	Entwicklungspsychologische Aspekte	47
5.5	Flow-Erleben in der Handlungsmotivation	49
5.6	Fazit für die therapeutische Herangehensweise	49
 Teil II: Diagnostisches und exploratives Vorgehen		
Kapitel 6: Theoretische Verankerung des diagnostischen und therapeutischen Vorgehens		53
6.1	Hintergrund des Therapieprogramms und Voraussetzungen für die Durchführung	53
6.2	Bindungstheoretische Fundierung	54
6.3	Mentalisierungsaspekte	55
6.3.1	Arbeit mit Metaphern	55
6.3.2	Arbeit mit Narrativen	57
 Kapitel 7: Die therapeutische Beziehung		59
7.1	Therapeutische Allianz	59
7.1.1	Gestaltung der therapeutischen Beziehung mithilfe des klinischen Interviews	60
7.1.2	Therapeutische Haltung und Anforderungen	61
7.2	Inszenierungen im therapeutischen Kontakt	61
7.3	Therapeutische Selbstreflexion und therapeutisches Setting	62
 Kapitel 8: Anamnese, Diagnostik und Therapieziele		64
8.1	Exploration der PC-/Internet-Aktivität	65
8.2	Psychopathologischer Befund	65
8.3	Substanzabhängigkeit und -missbrauch	65
8.4	Exploration zentraler Problembereiche: Dichotomieerleben	66
8.5	Anamnese und Exploration im diagnostischen Gespräch	67
8.5.1	Spezielle Anamnese	67
8.5.2	Klinisches Interview	67
8.6	Weitere klinische Befunde	67
8.6.1	Körperlicher Befund bzw. medizinische Anamnese	67
8.6.2	Psychische Komorbiditäten	68
8.7	Formulierung der individuellen Therapieziele	68
8.7.1	Bei pathologischem PC-/Internet-Gebrauch	68
8.7.2	Bei dysfunktionalem PC-/Internet-Gebrauch mit hohem zeitlichem Ausmaß, aber ohne Dichotomieerleben	71
8.8	Motivation als Voraussetzung für den Erfolg einer Therapie	72

Kapitel 9: Das klinische Interview zur Erfassung von pathologischem PC-/Internet-Gebrauch	73
9.1 Allgemeine Beschreibung des klinischen Interviews	73
9.1.1 Interviewziele	73
9.1.2 Zur Interviewtechnik	73
9.1.3 Aufbau des Interviewleitfadens	74
9.2 Interviewführung	74
9.2.1 Material für das Interview	74
9.2.2 Einführung	74
9.2.3 Prinzipien der Interviewtechnik	75
9.2.4 Fragetechnik	75
9.3 Auswertung des Interviews	77
9.4 Klinische Interviewparameter	77
9.4.1 Dysfunktionale Problemlösung	78
9.4.2 Selbsterleben	79
9.4.3 Affekterleben	79
9.4.4 Erleben der sozialen Interaktionsfähigkeit	79
9.4.5 Motivationserleben	80
9.4.6 Hinweise auf die Bindungsorganisation	80
9.4.7 Hinweise auf das Mentalisierungs-niveau	81
9.5 Beispielhafte Auswertung von Interviewaussagen: Problemexploration und therapeutische Einsichten	82
9.5.1 Fallbeispiel 1: Mehrpersonen-Online-Rollenspiel	82
9.5.2 Fallbeispiel 2: Ego-Shooter-Spiel	87
9.6 Prognose des Therapieergebnisses	92

Teil III: Therapeutisches Vorgehen

Kapitel 10: Erste Therapieeinheit: Aufbau von Krankheitseinsicht, Veränderungsmotivation und emotionaler Aktivierung in realen Bezügen	95
10.1 Einführung in die Therapie: Funktionalität des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs erkennen	96
10.2 Das Riesenrad	97
10.3 Heranführung an die Therapieziele	99
10.4 Präzisierung der Therapieziele	100
10.4.1 Die Johari-Bildkarten der inneren Welt	100
10.4.2 Das Ampelmodell	101
10.5 Der Zauberer	103
10.6 PC-/Internet-Vertrag	104
10.7 Hand auf's Herz	104
10.8 Sekundenkleber und Kleister	107
10.9 Was am Ende dieser Therapieeinheit erreicht sein sollte	107
Kapitel 11: Zweite Therapieeinheit: Adäquate Selbstwertregulierung und Handlungsmotivierung im realen Kontext	109
11.1 Das veränderliche Selbstbild	110
11.2 Virtuelles und reales Selbst	112
11.3 Ego-Hoch und Ego-Tief	113
11.4 Zwei Gesichter: Superman und Clark Kent	115

11.5	Der Becher des Selbstwerts	116
11.6	Der Selbstwert zerplatzt wie Seifenblasen	118
11.7	Selbstwert stärken	119
11.8	Depression, PC und Internet	121
11.9	Die Frosch-Metapher	124
11.10	Im Spiegel der anderen	124
11.11	Was am Ende dieser Therapieeinheit erreicht sein sollte	125
Kapitel 12: Dritte Therapieeinheit: Soziale Interaktionskompetenz in realen Kontakten		126
12.1	Kontaktängste unter der Lupe	127
12.2	Distanz und Nähe	127
12.3	Ich und die anderen	130
12.4	Das leere und das volle innere Haus	131
12.5	Andere verstehen und sich selbst verständlich machen können	132
12.6	Was am Ende dieser Therapieeinheit erreicht sein sollte	134
Kapitel 13: Vierte Therapieeinheit: Stärkung des affektiven Realitätsbezugs		135
13.1	Vier Sinne	135
13.1.1	Ziel	135
13.1.2	Riechen	135
13.1.3	Sehen	137
13.1.4	Tasten	138
13.1.5	Hören	138
13.1.6	Abschluss der Intervention <i>Vier Sinne</i>	140
13.2	Sinnvoll: Das Gefühl	140
13.3	Lebensenergie finden	142
13.4	Was am Ende dieser Therapieeinheit erreicht sein sollte	143
Kapitel 14: Fünfte Therapieeinheit: Sicherung der Therapiefortschritte in der Alltagswelt		144
14.1	Die Kristallkugel: Blick in die Zukunft	144
14.2	Tüte voll Leben	146
14.3	Das Drehbuch des Scheiterns mit Happy End	146
14.4	Was am Ende dieser Therapieeinheit erreicht sein sollte	147
Kapitel 15: Genderperspektive: Pathologischer PC-/Internet-Gebrauch bei Frauen		148
15.1	Empirische Ergebnisse	148
15.2	Funktionalität	148
15.3	Fallbeispiel	149
15.4	Fazit	151
Kapitel 16: Evaluation		152
16.1	Zusammenfassung des Krankheitsverständnisses und des diagnostischen Ansatzes	152
16.2	Methode	153
16.2.1	Das psychotherapeutische Programm	153

16.2.2 Stichprobe und Datenerhebung	153
16.3 Ergebnisse	154
16.3.1 Soziodemografische Variablen	154
16.3.2 Indikation: Psychosomatische oder Entwöhnungsbehandlung	154
16.3.3 Symptombelastetheit im Prä-Post-Vergleich	154
16.3.4 Therapieakzeptanz	154
16.3.5 Erfolgsbeurteilung durch die Patienten	155
16.4 Fazit und Ausblick	156

Literatur	157
------------------------	-----

Anhang	163
Übersicht über die Arbeitsmaterialien	165
Bildmaterial für die Intervention <i>Sehen</i>	167
Interviewleitfaden zur Abklärung einer komorbiden stoffgebundenen Suchterkrankung	170
Klinischer Interviewleitfaden zum pathologischen PC-/Internet-Gebrauch	172
Kurzfragebogen zu Problemen beim Computergebrauch (KPC)	174
Kurzfragebogen zu Problemen beim Computergebrauch (KPC): Auswertungshinweise	176
Leitfaden zur speziellen Anamnese	177
Meine PC-/Internet-Aktivität und die Realität	182
Meine PC-/Internet-Aktivität und die Realität: Hinweise zur Exploration	189
Narrative	190

CD-ROM

Die CD-ROM enthält PDF-Dateien aller Info- und Arbeitsblätter, die zur Durchführung des Therapieprogrammes verwendet werden können.

Die PDF-Dateien können mit dem Programm Acrobat® Reader (eine kostenlose Version ist unter www.adobe.com/products/acrobat erhältlich) gelesen und ausgedruckt werden.