

Wann findet das Angebot statt?

Das Angebot findet über 12 Wochen,
jeden Donnerstag von 16-17 Uhr statt.

Start: 4. Mai 2023

Wo findet das Angebot statt?

Im Forum Ehrenamt, Katharina Kasper Straße 3 in 52538 Gangelt.

Das Angebot ist für die Teilnehmer*innen kostenfrei.

Um Anmeldung wird gebeten.

Ansprechpartner*innen:



Vanessa Münstermann
Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie,
Oberärztin



Merle Weitz
Dipl. Psychologin,
Psychologische Psychotherapeutin

ViaNobis – Die Fachklinik

Psychiatrie | Psychotherapie | Psychosomatik

Katharina-Kasper-Straße 6

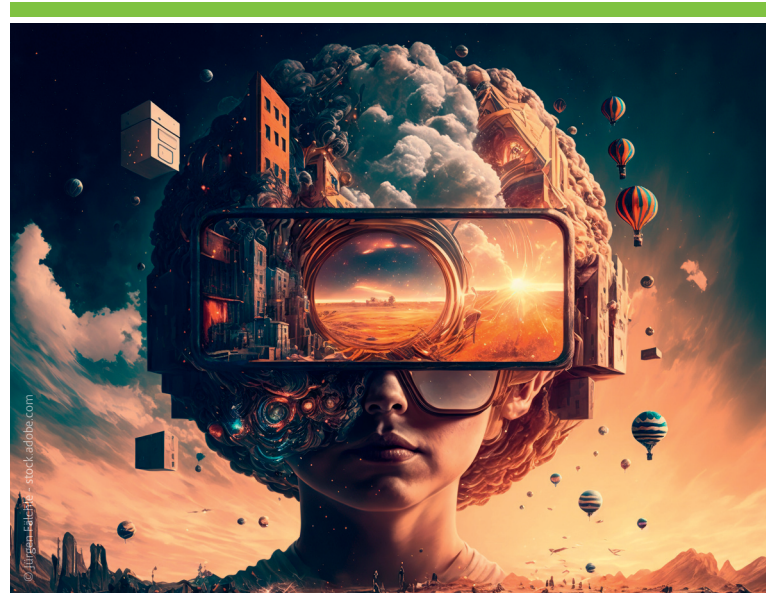
52538 Gangelt

Telefon: 02454 59-342

E-Mail: markus-station@vianobis.de

www.vianobis-fachklinik.de

Ambulantes gruppentherapeutisches Angebot



Videospiel- und Internetabhängigkeit



Ambulantes gruppentherapeutisches Angebot

Maximale Gruppenstärke: 12 bis 15 Teilnehmer*innen

Wer kann teilnehmen?

Das gruppentherapeutische Angebot richtet sich an alle Menschen ab 18 Jahren, die von einer Videospiel- oder Internetabhängigkeit betroffen sind.

Wann ist man abhängig?

- Wenn man sich übermäßig mit dem Spielen/dem Netz beschäftigt.
- Wenn man einen Kontrollverlust über das Spielverhalten erlebt.
- Wenn man sein Verhalten fortsetzt, obwohl es bereits negative Konsequenzen zur Folge hatte.



Das Angebot gliedert sich in drei Phasen:

Phase 1 - Motivation:

- umfasst und thematisiert eine individuelle störungsspezifische Psychoedukation,
- vermittelt ein individuelles Erklärungsmodell für die Entstehung von Internetsucht,
- klärt bzw. fördert die Motivation für eine dauerhafte Verhaltensveränderung.

Phase 2 - Intervention:

- es wird eine Problem- und Verhaltensanalyse erarbeitet,
- Bewältigungsstrategien im Bereich alternativer Freizeit- bzw. Lebensgestaltung werden vermittelt,
- ein alternativer Umgang mit Emotionen und Stress soll erlernt werden.

Essenzieller Teil dieser Therapiephase ist die Steigerung des Selbstwertgefühls. Darüber hinaus wird mit den Teilnehmer*innen ein Expositionstraining durchgeführt.

Phase 3 - Transfer und Stabilisierung:

- vermittelt Maßnahmen für die Rückfallprophylaxe,
- erstellt einen Notfallplan,
- reflektiert den Therapieerfolg und durch die Abstinenz eingetretene Veränderungen.