



Niels Pruin (Autor)

**Spaßfaktor Realität - zurück aus der virtuellen Welt**  
Therapiekonzept und Behandlungsmanual bei exzessivem  
und pathologischem Internetkonsum für  
Suchtfachambulanzen



<https://cuvillier.de/de/shop/publications/25>

Copyright:

Cuvillier Verlag, Inhaberin Annette Jentsch-Cuvillier, Nonnenstieg 8, 37075 Göttingen,  
Germany

Telefon: +49 (0)551 54724-0, E-Mail: [info@cuvillier.de](mailto:info@cuvillier.de), Website: <https://cuvillier.de>



## Vorwort

**„Das Leben ist kein Problem, das es zu lösen, sondern eine Wirklichkeit, die es zu erfahren gilt.“**

(Buddha)

Dieses Zitat beeindruckt mich immer wieder, denn es spiegelt meine Klientel, besonders die exzessiven, pathologischen Internetgebraucher, auf eine äußerst passende Art wieder. Während der Jahre, in denen ich mit leicht Suchtstoff konsumierenden bis stark abhängigen Klienten arbeitete, hat dieses Zitat für mich eine große Bedeutung bekommen. Das reale Leben nicht als unangenehm zu empfinden, sich nicht in eine Scheinwelt verkriechen zu wollen und die Wirklichkeit zu erkennen, zu akzeptieren, anzunehmen und Spaß an ihr zu entwickeln, ist ein tragendes Ziel in der therapeutischen Arbeit mit meinem Klientel.

Die Problematik des exzessiven bis pathologischen Internetkonsums ist, im Verhältnis zu anderen Störungen, wie z.B. Abhängigkeiten, Impulskontrollstörungen, noch relativ jung. Wissenschaft und Forschung stehen hier in den Anfängen. Trotz einiger guter Studien in den letzten Jahren zu diesem Thema, bedarf es evidenzbasierter Langzeitstudien, um die neue Entwicklung des Internetkonsums besser zu verstehen und eine fachlich fundiertere Hilfe in der Behandlung von pathologischen Internetkonsumenten anbieten zu können.

Eine ambulante Einzelbehandlung von pathologischen Internetkonsumenten ist keine neue Idee. Dieses Therapiekonzept bringt vielmehr bereits erprobte und hilfreiche Methoden zusammen. In schriftlicher Form lagen ausgearbeitete Therapiekonzepte für eine ambulante Behandlung öffentlich nicht vor. Der Aufbau und die Umsetzung der Therapie ist neu konzipiert und leicht für Beratungs- und Behandlungsstellen, bei denen Klienten mit exzessivem und pathologischen Internetkonsum vorstellig werden, umsetzbar. Die vorhandenen Konzepte von Gruppentherapien sind für diese Einrichtungen nicht praktikabel.

Die verwendete Methoden, wie z.B. klassische Verhaltenstherapie und Motivational Interview, sind durch bereits bekannte Studien als sinnvoll und hilfreich für Klienten mit problematischem Internetkonsum publiziert worden.

Das Manual beinhaltet einen Pool von ca. 40 Methoden sowie 88 Arbeitsblättern und Verträgen, die sich durch die praktische Arbeit mit den Betroffenen als sehr hilfreich erwiesen haben und teilweise speziell für die Behandlung von Internetkonsumenten neu entwickelt oder modifiziert wurden. Eine wissenschaftliche Auswertung über die Effizienz dieser Arbeitsblätter liegt nicht vor, aber die Unterlagen wurden von Mitarbeitern und Klienten von Beratungsstellen als sehr hilfreich bewertet. Die Arbeitsblätter und Methoden sollen den behandelnden Therapeuten anderer Suchtberatungs- und Behandlungsstellen als Unterstützung und Anregung in ihrer Arbeit dienen. Nicht