

MARKT

Wochenendzeitung für Bad Oldesloe, Reinfeld und Umgebung
Tel. 0 45 31/ 163-5197 FAX 0 45 31/ 163-2626 Mühlenstraße 21 23843 Bad Oldesloe
9. Woche * 55.Jahrgang * Sonnabend, 4. März 2017

Aus der Region

Immer Online? Beratung offline!

Neu in Bad Oldesloe: Beratungsangebot zum Medienkonsum

Susann Semmler bietet ab jetzt dienstags ein Beratungsangebot für Menschen an, die sich Sorgen über ihren Medienkonsum oder den von Familienangehörigen machen: Mediensprechzeit in der Suchtberatung Stormarn.

Bad Oldesloe (ka). Susann Semmler spricht nicht von Sucht, sie nennt es „problematische Mediennutzung“. Das Ziel ist nicht „Entzug“, sondern verantwortungsvoller und kontrollierter Umgang: Nichts passiert, wenn das Smartphone zu bestimmten Zeiten des Tages, in bestimmten Situationen abgestellt ist. Das zu erkennen, ist ein Ziel der Beratung. Das Spiel – bei den Jungen besonders beliebt World of Warcraft – wartet auf den Spieler, bis die Hausaufgaben gemacht, Freunde getroffen, Familienmahlzeiten aufgegessen sind. Zu dieser Einsicht führt ein langer Weg, für manche über eine Therapie oder eine Klinikaufenthalt.

Eine Studie von Sucht Hamburg unter Hamburger Schülern zur Nutzung von PC-Spielen zeigt, dass bei 7,6 Prozent der Jungen und 1,7 Prozent der Mädchen durchaus eine „problematische Nutzung“ angezeigt ist. Die Sozialforscher lesen das aus der Dauer und Frequenz der Spielgewohnheiten und aus Selbsteinschätzungen nach Skalierungen ab. Eine ähnliche Studie in Schleswig-Holstein von 2014/15 geht von rund zehn Prozent der 14- bis 17-Jährigen mit mehr oder minder ausgeprägter Abhängigkeit von PC-Spielen aus. „Das ist schon Anlass zu Besorgnis“, sagt Jörg Rönnau, Leiter der Suchtberatung in Stromarn, Träger der Therapiehilfe e.V. Der Diplom-Sozialpädagoge bietet Sprechstunden zur Suchtberatung in Ahrensburg an und leitet ein Team von Pädagogen, Sozialpädagogen und Psychologen. Spielen macht Spaß, PC-Spiele bieten schnellen und messbaren Erfolg und unmittelbaren Belohnung. Die Helden des Spiels werden gefeiert und bejubelt. Fanfaren gibt es im richtigen Leben nicht.

Spiele, Plattformen, Chats, Social Medias sind attraktiv. Waren es vor Jahrzehnten noch die ersten Computerspiele, die das Potenzial zum Süchtigwerden hatten, nahm die zweite Welle Schwung auf durch Onlinespiele. Mit dem Smartphone oder Tablet ist ihre Verfügbarkeit nun uneingeschränkt.

Susann Semmler und ihre Kolleginnen beraten nicht nur in ihren Büros in der Mommsenstraße 47, sie geben in der Oldesloer Schulen und trainieren mit den Klassen den selbstbestimmten Umgang mit der Kommunikationstechnik und ihren verlockenden Angeboten. Dazu gehört auch immer ein Elternabend. Eltern auf auffälligen Alkoholkonsum oder Cannabis im Kinderzimmer schnell alarmiert, wird das Abhängigkeitspotenzial! der Medien schwer erkannt. Alle nutzen sie. Auf Mediensucht

haben Jugendliche nicht das Monopol. In der Beratungsstellen sitzen Betroffene zwischen 14 und 64 . Eine Gruppe bilden die Intensivnutzer von Seiten mit pornografischen Inhalten. Die Eltern sind in der Regel diejenigen, die die Beratungsangebote im ersten Schritt in Anspruch nehmen, wenn es um ihre Kinder geht. Ein Elternseminar der Suchtberatung ist in Planung. „Im Idealfall bringen die Eltern ihr Kind gleich mit in die Sprechstunde“, sagt Susann Semmler. Ist die Situation in der Familie geklärt, kommt der Jugendliche allein in die Beratungsstelle. Ziele werden erarbeitet, nicht nur im Umgang mit den Medien. Schüler wollen (oder müssen) zum Beispiel ihre Noten verbessern, einen Ausbildungs- oder Arbeitsplatz finden, mehr Zeit mit Freunden verbringen, sich mehr bewegen, „sprich: Erfolge im „richtigen Leben“ erzielen. Bei der Mediensucht geht es – wie bei anderem „Stoff“ auch – nicht allein um die „Droge“, auch persönliche Faktoren spielen eine Rolle, zum Beispiel das eingeschränkte Selbstbewusstsein der Jugendlichen.

Susann Semmler spricht mit ihrem Beratungsangebot, „Menschen an, die sich Gedanken machen über ihren Medienkonsum“, so die Diplompädagogin. Sie blickt in der Sprechstunde auf die individuelle Mediennutzung und auf andere Verhaltensweisen und die Lebenssituation. In der Therapiehilfe- Suchtberatung Stormarn ist immer dienstags von 10 bis 17 Uhr in ihrer Mediensprechstunde in Fragen der problematischen Mediennutzung zu sprechen. Sie bittet um **Anmeldung unter der Telefonnummer 04531 – 18 90 60 oder per E-Mail an Suchtberatung-Oldesloe@Therapiehilfe.de. Die Beratung ist kostenlos.** In den offenen Sprechstunden montags von 10 bis 13 Uhr, dienstags von 16 bis 19 Uhr und donnerstags von 10 bis 13 Uhr sind keine Terminvereinbarungen notwendig.

Fragen aus der Mediensucht-Studie Hamburg

Hamburger Jugendliche wurden 2010 zu Ihren Gewohnheiten im Umgang mit Medien, Egoshooter-Spielen, Einkaufs-Plattformen, Communities, Online-Suchmaschinen und so weiter gefragt. Skalen von „gar nicht“ bis „sehr stark“ halfen bei der Selbsteinschätzung zu Fragen wie: „Wie stark bist du am Tag gedanklich mit Onlineangeboten beschäftigt?“ „Wie häufig bist du online, obwohl du dir vorgenommen hattest, nicht online zu sein?“ „Fühlst du dich schlecht, wenn du nicht online bist?“ Außerdem wurde nach Problemen mit Schule oder Familie gefragt, nach Schulden und gesundheitlichen Problemen.