

Zurück ins analoge Leben

Bundesdrogenbeauftragte Daniela Ludwig besucht die Psychosomatische Klinik Kloster Dießen

DIESSEN am Ammersee, 21.07.2020

Immer häufiger führt der suchartige Gebrauch digitaler Medien auch bei Erwachsenen zu behandlungsbedürftigen psychischen Erkrankungen, die für Betroffene wie Angehörige eine große Belastung bedeuten. Dass gerade Computerspiele & Co süchtig machen können ist auch die Überzeugung der Weltgesundheitsorganisation (WHO), die im Juni 2018 Computer- bzw. Videospielesucht offiziell als Erkrankung anerkannt hat. In der Psychosomatischen Klinik Kloster Dießen am Ammersee begegnet man diesem Schwerpunkt mit einem Therapieansatz, der neben der Erlangung einer neuen Kontrolle über die digitalen Medien vor allem auch die Wiedererschließung analoger Spiel- und Lebensräume verfolgt. Über die Möglichkeiten, die das Krankenhaus hierfür bietet, machte sich am Dienstag auch Bundesdrogenbeauftragte Daniela Ludwig im Rahmen eines Besuchs der Klinik ein detailliertes Bild.

„Die digitale Welt soll unser Leben erleichtern und bereichern. Sie darf und kann es nicht ersetzen“, so Daniela Ludwig. „Dem Alltag ab und zu zu entfliehen, ist ein menschliches Bedürfnis. Es muss aber aus eigener Kraft der Weg zurück in die Realität geschafft werden. Wo das nicht gelingt, ist professionelle Hilfe, wie hier im Kloster Dießen, erforderlich.“

„Unsere Klinik bietet quasi eine Überdosis schönsten analogen Lebens“, erklärt Chefarzt Prof. Dr. Berthe Wildt. „Zusätzlich zu den klassischen und leitliniengerechten psychotherapeutischen Behandlungen psychischer Erkrankungen bieten wir ein breites Spektrum an natur-, tier- und kulturgestützten Therapieverfahren, mit deren Hilfe wir eine Rückbesinnung auf das Wesentliche ermöglichen. Bei diesem „Digital Detox“ gesunden nicht nur Internetsüchtige sondern auch beispielsweise Manager mit einem Burnout.“

Wie mannigfaltig die Möglichkeiten hier sein können, zeigte ein ausgedehnter Rundgang durch die zur Klinik ausgebauten ehemaligen Klosteranlage und deren reichhaltige Natur – begonnen mit einem Spaziergang über die eigenen Obstwiesen, wo Jahr für Jahr gemeinsam mit den Patienten Äpfeln

geerntet werden, um Apfelsaft herzustellen. Über die Besichtigung der Stationen und Patientenzimmer ging es anschließend zum Kennenlernen der natur- und tiergestützten Möglichkeiten des Hauses. Die naturgestützte Therapie erfolgt in der Psychosomatischen Klinik Kloster Dießen einerseits im Rahmen des Klostergartens und dessen Pflege, andererseits auch mit Hilfe von Exkursionen in die Landschaft im Umfeld - hierüber wusste beim Termin Ärztin und Entwicklerin der reflexiven Gartentherapie Dr. Beatrice Zahn zu berichten. Die tiergestützte Therapie als eines der Highlights des Rundgangs erfolgt in der Psychosomatischen Klinik Kloster Dießen auf unterschiedlichste Art und Weise: mit einer Eselgruppe, Bienenvölkern auf dem Klinikgelände, einem Therapiehund, der sich gerade in der Ausbildung befindet, und mit der ansässigen Schafherde, die nicht nur bei der Bundesdrogenbeauftragten für Begeisterung sorgte.

„Tatsache ist, dass Tiere sehr oft im Umgang mit psychosomatisch Erkrankten Menschen eingesetzt werden. Wir haben hier gerade in der Therapie von Internet- und mediensüchtigen Patienten hervorragende Erfahrungen gemacht – sondern weil sie den Patienten helfen, in eine regelmäßige, erfahrbare Interaktion mit anderen zu treten und analoge Beziehungen zu stärken. Tiere unterstützen ganz maßgeblich beim Aufbau von emotionaler Nähe und Wärme – sie urteilen nicht und nehmen jeden Menschen, wie er ist. Für den Patienten sind sie wie ein Spiegel seiner selbst“, erklären Schäfer Markus Schnitzler und Co-Therapeutin Christine Bethke.

Im persönlichen Gespräch mit einem Patienten konnte die Bundesdrogenbeauftragte einmal mehr den Blickwinkel der Betroffenen kennenlernen und erfahren, wie klein der Schritt in den Teufelskreis „Mediensucht“ eigentlich ist und welche Faktoren hier ausschlaggebend sein können. Den Abschluss des Rundgangs schließlich bildete der Besuch der mediengestützten Therapie. Digitale Medien zur Behandlung von Internet- und Computerspielsüchtigen? Auf jeden Fall, so das Credo der Klinik. Denn viel mehr als um ein Leben ganz ohne Medien geht es immer um die Frage, wie die Rückkehr ins analoge Leben bei gleichzeitig sinnvoller und gesunder Mediennutzung stattfinden kann.

Daniela Ludwig resümiert: „Die Dosis macht, dass es kein Gift ist – lautet eine alte medizinische Weisheit. Sie gilt auch beim Konsum digitaler Medien. Wie lebenswert die analoge Welt ist, ist hier in der Psychosomatischen Klinik Kloster Dießen mit den Händen greifbar. Ein klarer Kontrast zu Bits und Bildschirm.“

Über den gelungenen Termin freut man sich auch in der Klinik selbst. Hier kennt man die Herausforderung, Internet- und Mediensucht wie „klassische“ substanzgebundene Suchterkrankungen zu behandeln. Das große Engagement der Bundesdrogenbeauftragten in diesem Bereich – im Dezember 2018 wurde auf politischer Seite beispielsweise die Aktion "Leben mit Medien" ins Leben gerufen – und den damit verbundenen Besuch und Austausch in der Psychosomatischen Klinik Kloster Dießen wissen hier entsprechend alle sehr zu schätzen.

Prof. te Wildt und seine neue wissenschaftliche Mitarbeiterin Linny Geisler zeigten sich darüber hinaus sehr dankbar dafür, dass das Bundesministerium für Gesundheit im Rahmen des Innovationsfonds der Bundesregierung das wissenschaftliche OMPRIS-Projekt unterstützt („Onlinebasiertes Motivationsprogramm zur Reduktion des problematischen Medienkonsums und Förderung der Behandlungsmotivation bei Menschen mit Computerspielabhängigkeit und Internetsucht“), zu dessen Konsortium auch die Dießener Klinik gehört. Der Projektleiter von OMPRIS, Dr. med. Jan Dieris-Hirche, Oberarzt und Leiter der Medienambulanz der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie des LWL-Universitätsklinikums Bochum, reiste aus diesem Grund eigens für das gemeinsame Kennenlernen und das Pressegespräch an, zumal das Online-Beratungsprogramm in den nächsten Wochen deutschlandweit an den Start gehen wird (www.onlinesucht-hilfe.com).

Über die Psychosomatische Klinik Kloster Dießen

Die Psychosomatische Klinik Kloster Dießen ist eine Akutklinik am Ammersee, in der ein erfahrenes Team aus Ärzten und Therapeuten erwachsene Patienten aus dem gesamten Fachgebiet der Psychosomatik behandelt. Im Vordergrund stehen vor allem Störungen wie Depression und Burnout, Verhaltenssüchte wie Internetabhängigkeit und Binge-Eating, Posttraumatische Belastungsstörungen sowie somatoforme und Persönlichkeitsstörungen. In den modern und hochwertig umgebauten Räumen des ehemaligen St. Vinzenz-Klosters gibt es insgesamt 98 Betten. Im Rahmen des therapeutischen Konzeptes trägt auch der besondere Ort mit seiner Ruhe, Kultur und Natur zur Gesundung der Patienten bei, es kommen aber auch digitale Technologien zum Einsatz, zum Beispiel Virtual-Reality Exposition bei Angst- und Traumafolgestörungen.

Pressekontakt

Leonie Ottmer

Psychosomatische Klinik Kloster Dießen – Unternehmenskommunikation

Klosterhof 20

D-86911 Dießen

leonie.ottmer@artemed.de

T 08158 90770-95