

„Alter Sack trifft Digi-Junkie“

■ Flächendeckende digitale Zurückhaltung von Suchtberatern: Wiener Expertinnen zeigen Wege zur Integration von Digitalangeboten

Internet und Suchtberatung: Untersuchungen zielen bislang auf den Nutzer. Aber wie steht es um die Internet-Affinität der Berater selbst? Fehlanzeige. Erst in diesem Jahr hat eine Studie die Mediennutzung psychosozialer Beratungsfachkräfte im deutschsprachigen Netz untersucht. Die Szene zeigt sich allerdings scheu: „Von 25.000 potenziell erreichbaren Fachkräften haben 157 teilgenommen“, so die österreichische Drogenberaterin Nika Schoof, die gemeinsam mit ihrer Kollegin Lisa Wessely den Workshop „Alter Sack trifft Digi-Junkie“ anbot.

HAMBURG (gö). Beide gehören dem Bereich Suchtprävention und Früherkennung des Wiener Vereins Dialog an, eine Einrichtung zur ambulanten Suchtbehandlung. Die flächendeckende digitale Zurückhaltung spiegelt sich auch vor Ort in Wien wieder: „Man müsste das Internet mehr nutzen, aber es gibt viele Widerstände in der Belegschaft“, so Nika Schoof. „Wir Berater sind auf individuelle Beziehungsarbeit gepolt – trotzdem müssen wir uns den digitalen Medien stellen, sonst machen es andere.“ Oder Betroffene würden sich an Frage-Antwort-Plattformen à la gutefrage.net wenden.

Der Verein Dialog hat sein Angebot mittlerweile digital um die Online-Beratung Beranet erweitert (www.dialog-on.at/angebote/online-beratung). „Über



„Wir müssen uns den digitalen Medien stellen, sonst machen es andere“, warnte Nika Schoof.

diese Plattform sind wir anonym und kostenlos zu erreichen“, sagt Nika Schoof, Montag- bis Freitagvormittags. „Wir geben innerhalb von 24 Stunden eine Rückmeldung.“ Es werden keine Nachrichten verschickt, sondern direkt in einem individuellen Briefkasten hinterlegt, um größtmögliche Sicherheit und Anonymität zu gewährleisten. Je nach Komplexität der Fragestellung könne das Verfassen einer Antwort bis zu eineinhalb Stunden in Anspruch nehmen, so Lisa Wessely. Dem Versenden geht das Vier-Augen-Prinzip voraus: Ein Fachkollege liest die Antwort zur Qualitätssicherung noch einmal gegen.

Noch werde Beranet im Vergleich zum klassischen Beratungsaufkommen (2018: 6868 Betroffene, davon 425 Angehörige) mit fünf bis zehn Anfragen wöchentlich marginal genutzt, doch bei steigender Tendenz. Die Online-Hilfe sei für Berater allerdings eine große Herausforderung: „Die Kommunikationskanäle reduzieren sich auf die rein schriftliche Mitteilung, wo man ansonsten durch den Klang der Stimme oder Gestik und Mimik wesentlich mehr erfahren würde. Und es fehlt das unmittelbare kommunikative Feedback vom Gegenüber“, so Lisa Wessely.

Die Online-Beratung wirft eine Fülle weiterer Fragen auf, wie sie in der anschließenden Diskussion von Workshop-Teilnehmern formuliert wurden. Wie steht es um die Datensicherheit? Sind Versicherungsprobleme geklärt? Wie lässt sich die Beratung abrechnen? Die Beratung via Beranet beispielsweise trägt der Verein Dialog. Und überhaupt: Wie erreicht man welche Zielgruppe und wie holt man sie ab? „Ich bräuchte einen 16-Jährigen an meiner Seite, der mir bei der Auswahl der zu nutzenden Medien hilft“, so ein Teilnehmer, „man selbst hinkt einfach hinterher“.

„Die Szene blendet zudem viele Details aus“, merkte Nika Schoof an, wozu die Öffnungszeiten der Beratungsstellen und damit die Erreichbarkeit genauso zählen wie die Tatsache, dass meist nur ein Smartphone pro Einrichtung zur Verfügung stehe. Und man müsse sich auf eine veränderte Sprachverwendung



„Es fehlt das unmittelbare kommunikative Feedback“, stellte Lisa Wessely fest. Fotos (2): gö

einstellen. Anstatt mit einer ausformulierten Mail-Anfrage melden sich viele Nutzer nur noch verknapp: „Wie gefährlich ist eigentlich Christal Meth?“ – ohne weitere Infos über sich selbst zu geben.

Man müsse sich als Berater bei Online-Antworten der eigenen Verantwortung bewusst sein. „Außerdem kann die Anfrage ein Fake sein – oder sie kann später auch gegen den Berater verwendet werden. Aber trotzdem lautet für uns die Frage zur Online-Beratung nicht ja oder nein, sondern wie“, so Lisa Wessely.

Online-Therapien im Test

BERLIN (rd). Die Stiftung Warentest hat acht Online-Programme zur Depressionsbehandlung getestet – und vier kamen durch! Sie seien gut konzipiert, wissenschaftlich fundiert, nachweislich wirksam und damit aus Sicht der Stiftung „empfehlenswert“, heißt es in einer dpameldung. Weitere drei hätten zwar kleine Schwächen, seien aber trotzdem noch „eingeschränkt empfehlenswert“, so die Tester in ihrer Zeitschrift „test“ (Ausgabe 7/2019).

Explizit empfohlen werden demnach: Deprexis 24, Depression Akut, Depression Prävention von Get.On sowie Moodgym. Letzteres ist kostenfrei und kann anonym genutzt werden. Die Kosten für die anderen Programme werden teils von Krankenkassen erstattet und müssen sonst selbst finanziert werden. Fällig werden dann bis zu 360 Euro. Für alle Programme gilt, dass sie nicht für „schwere Fälle“ geeignet seien.

Hilfe gegen riskantes Trinken

BERLIN (rd). Die Krankenkasse DAK-Gesundheit ist nach eigenen Angaben die erste, die ihren Versicherten als Hilfsangebot bei Alkoholproblemen das Online-Selbsthilfeprogramm „Vorvida“ des Hamburger Unternehmens GAIA anbietet. Die DAK verweist auf eine Untersuchung des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf, nach der das riskante Trinkverhalten bei Teilnehmern des Coachings um bis zu 75 Prozent gesunken sei.