



Exzessiver Medienkonsum – Internetbezogene Störungen

Fachaustausch zwischen der Präfektur Tokushima
und dem Bundesland Niedersachsen



Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Arbeit, Gesundheit
und Gleichstellung



Vorwort

Digitale Angebote und Erzeugnisse sind aus unserem Leben nicht mehr wegzudenken. Weltweit durchdringt die Digitalisierung alle gesellschaftlichen Bereiche. Ist das gut – ist das schlecht? Meiner Einschätzung nach hat Joachim Bauer das Grundproblem sehr treffend ausgedrückt, indem er in seinem Buch „Realitätsverlust“ dazu schreibt ...“ wenn wir sie als Werkzeuge benutzen, anstatt uns zu ihren Werkzeugen machen zu lassen, können digitale Produkte unser Leben bereichern. Doch wir sind dabei, den Kipp-Punkt zu überschreiten“¹.

Digitalisierung findet in allen Gesellschaften statt – auch die Zunahme exzessiver Mediennutzung bis zu Abhängigkeitsstörungen ist weltweit zu beobachten.

Daher freue ich mich sehr, dass ich Sie mit dieser Dokumentation über den Fachaustausch zu Internetbezogenen Störungen zwischen Japan und Deutschland, genauer gesagt zwischen dem Bundesland Niedersachsen und der Präfektur Tokushima informieren darf.

Stattgefunden haben zwei Besuche. Vier japanische Expertinnen und Experten des Gesundheitssystems haben 2022 Niedersachsen besucht. Im Februar 2023 durften vier Vertreterinnen und Vertreter der ambulanten und stationären Suchthilfe zum Gegenbesuch nach Tokushima aufbrechen. Es haben zahlreiche spannende Begegnungen, gute Gespräche, Impulse für die eigene Arbeit und Erkenntnisse über die Bedeutung gesellschaftlicher Rahmenbedingungen stattgefunden. Der beidseitige Wunsch besteht, weiter voneinander zu lernen und diese Kooperation auszubauen.

Ich wünsche Ihnen bei der Lektüre viel Freude und gute Erkenntnisse und Arigatou gozaimasu,

Ihr

Dr. Andreas Philippi

¹ Zitat aus: Bauer, Joachim: Realitätsverlust, S. 9, Vorwort; Heyne 2023



Inhalt

Vorwort	3
1 EINFÜHRUNG	
Fachaustausch zwischen der Präfektur Tokushima und Niedersachsen zum Thema Internetbezogene Störungen, exzessiver Medienkonsum	7
2 FACHAUSTAUSCH	
Austauschprogramme in Niedersachsen und Japan	11
Programm der Japanischen Delegation in Niedersachsen	12
Programm der Niedersächsischen Delegation in der Präfektur Tokushima	15
Öffentliche Veranstaltungen im Gastland	19
Teilnehmerinnen und Teilnehmer	19
Veranstaltung in Hannover und in Tokushima	21
3 WAS SIND INTERNETBEZOGENE STÖRUNGEN	
Prävention	22
Beratung und Behandlung	25
Fazit – Lessons learnt	27
Danksagung	27



1 | EINFÜHRUNG

Fachaustausch zwischen der Präfektur Tokushima und Niedersachsen zum Thema Internetbezogene Störungen, exzessiver Medienkonsum

Hintergrund und Zielsetzung

Neben der unglaublichen Erweiterung von Kommunikations- und Interaktionsmöglichkeiten, dem Einsatz digitaler Tools in nahezu allen Lebensbereichen erleben wir auch die negativen Seiten der Internet- und Mediennutzung. Phänomene wie exzessiver Medienkonsum, Computerspielsucht (Gaming Disorder²) nehmen weltweit zu und bereiten in vielen Gesellschaften zunehmend Probleme. Die japanische Gesellschaft hat sich schon sehr früh mit Phänomenen internetbezogener Nutzungsstö-

rungen auseinandergesetzt. Aus Japan ist schon seit den 90er Jahren der Begriff des „Hikikomori“ bekannt. Damit sind Jugendliche gemeint, die sich in ihre Computerspielwelt zurückziehen und den Kontakt zur Außenwelt auf ein Minimum beschränken. Auch in Niedersachsen werden die Gefahren von Internetnutzungsstörungen deutlich. Die niedersächsischen Suchtberatungsstellen bieten bereits seit 2016 Beratung zu diesen Themen an. Insbesondere Eltern, aber auch Lehrer und Lehrerinnen, Kinderärzte und -ärztinnen stellen fest, dass die tägliche

² Gaming Disorder ist die Störung durch das Spielen von Computer- und Videospielen. In der 11. Version 2019 ist die Störung erstmalig im ICD 11 (= Internationales Klassifikationssystem der Krankheiten) aufgenommen.



Nutzungszeit digitaler Medien zunimmt und der Austauschprozess, was ist okay und wann sind Grenzen zu setzen in Familien mit älteren Kindern und Jugendlichen und in Schulen breiten Raum einnimmt. Da nicht jede exzessive Nutzung gleich eine Suchtstörung ist, haben die niedersächsischen Suchtberatungsstellen mit wissenschaftlicher Begleitung von Frau Dr. Dr. Müller und ihrem Team der MHH eine Manual entwickelt, das wissenschaftlich fundiert Orientierung gibt.³

Das Ziel den Fachaustausch zu diesem Thema durchzuführen war eine Initiative der Drogenbeauftragten des Landes. Expertinnen und Experten sollte die Möglichkeit gegeben werden, von den Erfahrungen des jeweils anderen Landes zu lernen, die eigenen Ansätze zu evaluieren und Ideen aufnehmen, um diese weiterzuentwickeln. Zudem haben die beteiligten Fachleute die Möglichkeit, weitere Projekte zu planen, um den Fachaustausch in den nächsten Jahren zu verstetigen und Arbeitsbeziehungen beispielsweise durch Job Shadowing herzustellen.

Die Partnerschaft zwischen Niedersachsen und Tokushima besteht seit 15 Jahren. Das Thema Internetbezogene Störungen ist das erste gesundheitspolitische Thema, das in einem Fachaustausch behandelt wurde. Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer – auch die besuchten Einrichtungen – waren sehr erfreut über diese Chance und begrüßten diesen Fachaustausch begeistert.

Den Expertinnen und Experten aus Tokushima wurden niedersächsische ambulante und stationäre Beratungs- und Behandlungseinrichtungen vorgestellt. Dabei waren zwei Beratungsstellen, eine Tagesklinik, eine Suchtrehabilitationsklinik sowie die Präventionsarbeit in zwei Schulen in Kooperation mit den Beratungsstellen. Die deutschen Expertinnen und Experten bekamen die Möglichkeit sich ein Bild vom Umgang mit Internetbezogenen Störungen in Japan zu machen und besuchten eine psychiatrische Klinik, ein Gesundheitsamt, ein Zentrum für psychische Gesundheit und Soziales mit Tagesaufenthalt sowie eine Junior High School, die ihre Präventionsarbeit vorstellte.

³ re:set, Beratung bei exzessivem Medienkonsum, Beratungsleitfaden mit Materialsammlung, www.nls-online.de



Partnerschaft mit der Präfektur Tokushima

Die Partnerschaft zwischen dem Land Niedersachsen und der [Präfektur Tokushima](#) in Japan besteht seit 2007. Sie knüpft an die seit 1974 bestehende Städtepartnerschaft Lüneburgs mit Naruto (Tokushima) an. Wichtigste Schwerpunktthemen der partnerschaftlichen Zusammenarbeit sind Bildung, Kultur und Sport sowie der Wissenschaftsbereich. (Quelle: [Niedersächsische Staatskanzlei](#))

Historisch wurzeln die Beziehungen im Kriegsgefangenenlager Bandô auf dem Gebiet der heutigen Stadt Naruto, in dem zwischen 1917 und 1920 rund 1.000 deutsche Kriegsgefangene eine liberale und menschliche Behandlung erlebten und nachhaltige Kontakte mit der Bevölkerung aufbauten. Eine Ausstellung über diese Geschichte und die Entwicklung bis in die Gegenwart wurde im [Museum Lüneburg](#), im [Niedersächsischen Landtag](#) und an weiteren Orten gezeigt.

Der Austausch zum Thema „internetbezogene Störungen“ fand 2022 und 2023 zum ersten Mal als Fachaustausch mit Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus Kliniken, der Suchtberatung und Suchtbehandlung sowie aus Schulen statt.

Informationen über die Präfektur Tokushima

Die [Präfektur Tokushima](#) auf der Hauptinsel Shikoku beherbergt auf einer Fläche von rund 4.000 km² ca. 750.000 Einwohnerinnen und Einwohner. Etwa 80 Prozent der Präfektur sind gebirgiges Gebiet, 76 Prozent sind bewaldet. Neben Landwirtschaft und Fischfang sind unter anderem Pharmazie und LED-Produktion wirtschaftliche Schwerpunkte.

Niedersachsen ist hingegen das viertgrößte Bundesland Deutschlands. In Niedersachsen leben ca. 8 Millionen Menschen, mehr als die zehnfache Bevölkerungszahl von Tokushima.

Ähnlich ist in Niedersachsen und Tokushima die Bedeutung der ländlichen Räume und des Agrarsektors. Vergleichbar ist auch, dass junge Menschen häufig aus den ländlichen Gebieten in die städtischen Regionen abwandern, um zu studieren oder zu arbeiten.



ドイツ・ニーダーザクセン州友好交流機構15周年記念事業
～ドイツに学ぶ！メディア依存対策～

ゲーム離れが2019年5月にWHO(世界保健機関)で国際疾病に認定されるなど、メディア依存は世界中で深刻な問題となっており、ドイツでは、ドイツの専門家らによるメディア依存対策の取組や予防策などについて、お話しいただきます。

2023年3月7日(火)
14:00～16:00(13:30開場)
 アステックしま
 プライダルコアとまわホール
 (徳島市山形町東海側1番地)

参加無料(定員70名)

記念講演① 14:05～14:50
 ニーダーザクセン州における依存症予防、外来相談等について

記念講演② 15:00～15:45
 依存症とインターネット関連障害が小児・青年期における治療について

質疑応答 15:45～16:00

申込締切 令和5年3月2日(木)

下記申込先へ氏名・所属をご記入の上、Eメール又はFAXでお申込みください。

申込・お問い合わせ先
 徳島県未来創造文化局 ダイバーシティ推進課 国際交流・海外関係
 〒760-0822 徳島県徳島市東区南町2-2-7
 E-mail: diversityshika@pref.tokushima.jp

主催：徳島県(未来創造文化局ダイバーシティ推進課)

2 | FACHAUSTAUSCH

Austauschprogramme in Niedersachsen und Japan

Der Besuch von vier japanischen Expertinnen und Experten des Gesundheitssystems und der Suchthilfe fand vom 26.09. – 29.09.2022 in Niedersachsen statt. Der Gegenbesuch von vier niedersächsischen Fachleuten fand vom 05.03. – 10.03.2023 in Tokushima statt.

Beim Besuch in Niedersachsen wurde den japanischen Gästen das Suchthilfesystem des Landes vorgestellt. Es fanden Besuche in ambulanten, stationären und teilstationären Einrichtungen statt. Zudem wurden zwei Schulbesuche durchgeführt, bei denen die japanischen Expertinnen und Experten die Gelegenheit hatten, an Unterrichtseinheiten mit Schülerinnen und Schülern zum Thema Prävention und Umgang mit internetbezogenen Störungen zu hospitieren. Auch eine spezifische Beratungsstelle für die Behandlung internetbezogener

Störungen konnte besucht werden und die Niedersächsische Landesstelle für Suchtfragen erläuterte ihre Aufgaben.

Die niedersächsischen Besucher konnten in Japan ebenfalls das Hilfesystem kennenlernen und hatten die Gelegenheit, eine Klinik zu besuchen, die auf die Behandlung suchtkrank Menschen spezialisiert ist, ein Gesundheitsamt im ländlichen Raum, das ambulant berät und Menschen zu Hause aufsucht, sowie eine Einrichtung, die Menschen mit psychischen und internetbezogenen Störungen eine Tagesstruktur bietet. Auch konnte eine Junior High School besucht werden, bei der die Gäste eine Unterrichtseinheit zum Thema Handynutzung in einer 7. Klasse mit verfolgen durften.



Klinik am Kronsberg, Fachklinik für Abhängigkeitserkrankungen, Hannover



DROB – Anonyme Drogenberatungsstelle Delmenhorst



Begrüßung der japanischen Gäste im Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Gleichstellung



KRH Psychiatrie Wunstorf, Tagesklinik für Suchtmedizin und Psychotherapie



DROB Delmenhorst

Programm der Japanischen Delegation in Niedersachsen

Montag, 26. September

10:00 Uhr | Begrüßung im im Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Gleichstellung

Grußworte: Hr. Kirchberg

(Stellvertr. Abteilungsleiter), Frau Hirata

11:00 Uhr | Auftaktveranstaltung

- Besprechung und Vorstellung des Besuchsplans
- Vorstellung der Delegation

- Vorstellung der Strukturen und Zuständigkeiten der Suchtberatung (Prävention, Beratung, Behandlung)

Sebastian Maas, Aufbau/Zuständigkeit MS

Bärbel Lörcher-Sträßburg, Gesundheits- und Beratungsstrukturen

12:30 Uhr | Abfahrt zur Klinik am Kronsberg

Fachklinik für Abhängigkeitserkrankungen

14:00 Uhr | Vortrag und Austausch

Behandlung substanz- und nicht stoffgebundener Abhängigkeitserkrankungen im stationären Setting

- Vorstellung der Klinik (System der Rehabilitation)

- Suchtübergreifende Behandlungsansätze
 - Komorbiditäten (Rolle internetbezogener Störungen)
 - Klinikrundgang
 - Abschlussgespräch
- Herr Moritz Radamm, Klinikleiter, klinischer Psychologe, Suchttherapeut und Team
- Gemeinsames Abendessen, gegenseitiges Kennenlernen

Dienstag, 27. September

9:00 Uhr | Integrierte Gesamtschule Linden

Christian Hruska, schulischer Kooperationspartner von re:turn

- Begrüßung und Kurzvorstellung der Schule, Dr. Stefan Oyen
- Besuch einer 7. Klasse
- Hospitation bei einer Präventionseinheit zur Handynutzung

14:00 Uhr | Besuch der Fachstelle re:turn, Mediensuchtberatung

- Vortrag und Gespräch
- Dietrich Riesen und Kollege, Prävention und Beratung zu Medienabhängigkeit/ Internetbezogenen Störungen

Mittwoch, 28. September

9:00 Uhr | Niedersächsische Landesstelle für Suchtfragen (NLS) Prävention und ambulante Beratung internetbezogener Störungen am Beispiel des Projektes re:set

- Aufgaben der Suchtberatungsstellen
- Das Projekt re:set
- Vortrag Prävention internetbezogener Störungen, Bezüge zum niedersächsischen Suchtpräventionskonzept, Anforderungen an die Ausbildung
- Michael Cuypers, Geschäftsführer NLS, Tobias Trillmich, Fachreferent, Prof. Dr. Knut Tielking, Hochschule Emden/Leer
- Nachfragen und Diskussion

14:30 Uhr | KRH Psychiatrie Wunstorf,

Tagesklinik Deisterstraße, Suchtbehandlung und Internetbezogene Störungen im Setting der Tagesklinik; Vortrag, Gespräch und Stationsrundgang

Dr. Claudia Wilhelm-Göbbling, Chefärztin für Suchtmedizin und Psychotherapie; Zanette Schomburg, Stationsleitung, Fachkrankenschwester für sozial-psychiatrische Betreuung

18:30 Uhr | Öffentliche Veranstaltung Präsentation durch die japanische Delegation:

Behandlungsansätze in Japan zum Umgang und zur Behandlung medienbezogener/ internetbezogener Störungen

Vorträge: Frau Fumiyo Kagaya, Schulbehörde Präfektur Tokushima, Frau Mikako Endo, Vertrauenslehrerin und Lehrkraft Kitajima Junior High School; Herr Takashi Kaimen, anerkannter Psychologe, zentrales Krankenhaus der Präfektur Tokushimas



IGS Delmenhorst

Kitajima Junior Highschool,
Begrüßungsplakat

7. Klasse, Kitajima Junior Highschool

Begrüßung der deutschen Delegation durch Herrn Yoshiyuki Sakaïke, Vizégouverneur der Präfektur Tokushima

Donnerstag, 29. September

10:00 Uhr | IGS Delmenhorst

11:00 Uhr | Net-Piloten, ein peer-to-peer Präventionsprojekt, Projektpräsentation in einer Klasse

Sigrid Radetzky, Schulleiterin

Britta Meyer-Ahrens und

Alexander Quante, Schulsozialarbeiter,

Tim Berthold, Fachreferent Drogenberatungsstelle

12:00 Uhr | Besuch der Beratungsstelle DROB, Anonyme Drogenberatungsstelle Delmenhorst

- Klientenvorstellung

- re:set Mediensuchtberatung in der Praxis

- motivierende Gesprächsführung

Evelyn Popp, Leiterin der anonymen Drogenberatung Delmenhorst

Herr Berthold, Fachreferent

Thore Winterfeld, AWO Vorstand

16 Uhr | Rückreise

Anschließend gemeinsames Essen in Hannover mit Feed-back in lockerer Runde

Freitag, 30. September

6:00 Uhr | Abreise der japanischen Delegation

Niedersachsen

Ministerium für Soziales, Arbeit

Gesundheit, Gleichstellung:

Sebastian Maas, Fachreferent EU/Internationales,

Heike Spitzbart, Organisation EU/Internationales,

Bärbel Lörcher-Straßburg, Sucht- und

Drogenbeauftragte des Landes

Jürgen Kirchberg, stellv. Abteilungsleiter

Kultusministerium:

Julia Wöhleke und Andreas Markurth, Internationales

Staatskanzlei:

Sabrina Ilsemann, Internationales

Frau Kumi Dahlke-Oyamada, Dolmetscherin

und Kulturmittlerin

Programm der Niedersächsischen Delegation in der Präfektur Tokushima

Montag, 6. März

10:00 Uhr | Ankunft Präfekturverwaltung Tokushima-shi

10:10 Uhr | Besuch bei Herrn Yoshiyuki Sakaïke, Vizégouverneur der Präfektur

- Freies Gespräch

- Übergabe von Geschenken

- Gruppenfoto

10:30 Uhr | Meinungs austausch und Diskussion mit der Schulbehörde der Präfektur Tokushima zum Thema Medienabhängigkeit

- Maßnahmen der präfekturalen Schulbehörde

- Meinungs austausch und Diskussion

Anwesende auf Seiten der Schulbehörde (Referat für Sportunterricht, Gesundheit und Sicherheit):

Herr Naohiko Yoshioka, Referatsleiter

Frau Fumiyo Kagaya, Fachberaterin für Lehrkräfte

13:30 Uhr | Besuch Kitajima Junior Highschool

- Hospitation Unterricht (5. Stunde)

- Besichtigung der Einrichtung (6. Stunde)

- Meinungs austausch und Diskussion

Anwesende auf Seiten der Kitajima Junior Highschool:

Herr Yoshikatsu Hayashi, Schulleiter

Herr Kozo Shimizu, Stellvertretender Schulleiter

Frau Yuri Ueoka, Stellvertretende Schulleiterin

Herr Kiyoharu Ogawa, Lehrkraft für das

1. Jahr Junior Highschool

Frau Mikako Endo, Lehrkraft für gesundheitliche Betreuung

Herr Yuta Mikawa, Lehrkraft für das 2. Jahr Junior Highschool (betreut die Klasse, bei der hospitiert wird)

Frau Fumiyo Kagaya, Fachberaterin für Lehrkräfte bei der präfekturalen Schulbehörde (Referat für Sportunterricht, Gesundheit und Sicherheit)



Aizato Klinik

Vortragsveranstaltung zum Thema Medienabhängigkeit
Tokiwa Hall**18:00 Uhr Willkommensessen**

Gastgeber: Herr Koichi Kato, Stellvertretender Leiter der Abteilung für Zukunftsentwicklung und Kultur

Dienstag, 7. März**10:00 Uhr | Besuch Aizato Klinik**

- Grußwort des Vorsitzenden der Aizato-Gesellschaft (oder des Klinikleiters)
- Grußwort der Niedersächsischen Delegation
- Vorstellung der Anwesenden auf Klinikseite
- Vorstellung der Niedersächsischen Delegation
- Vorstellung der Ansätze der Aizato-Klinik zur Bekämpfung von Medienabhängigkeit
- Meinungsaustausch und Diskussion

Anwesende auf Seiten der Klinik:

Herr Kazuhiro Kubo, Vorsitzender der Aizato-Gesellschaft (oder Herr Yosuke Motoki, Leiter der Aizato Klinik)

Herr Seiji Yoshida, Stellvertretender Klinikleiter und Facharzt für Psychiatrie

Frau Mayu Inoue, Leiterin des medizinischen Personals und Fachärztin für Psychiatrie

Frau Ayumi Minato, Anerkannte Psychologin

Herr Toshiaki Fujiwara, Stellvertretender Pflegedienstleiter der Krankenstation und anerkannter Krankenpfleger für psychiatrische Angelegenheiten
Außerdem anwesend: Frau Emiko Mitsukawa, Assistenz der Referatsleitung, Referat für Gesundheitsförderung der Präfektur Tokushima

13:30 Uhr | Vortragsveranstaltung zum Thema Medienabhängigkeit**14:00 Uhr | Beginn der Veranstaltung (Tokiwa Hall)**

Erster Teil Vortrag durch Frau Popp und Herrn Riesen
Zweiter Teil Vortrag durch Herrn Prof. Dr. Möller und Herrn Radamm

Mittwoch, 8. März**9:20 Uhr | Besuch beim Zentrum für Psychische Gesundheit und Soziales der Präfektur Tokushima**

- Besichtigung des Zentrums
- Vorstellung der Ansätze und des Programms im Zentrum

Anwesende auf Seiten des Zentrums:

Herr Yoshimitsu Kigawa, Anerkannter Psychologe

Frau Miwako Hayabuchi, Anerkannte Psychologin



Besuch im Gesundheitsamt Miyoshi

**11:00 Uhr | Besichtigung Deutsches Haus Naruto**

Hausleiter: Herr Kiyoharu Mori

Führung durch Herrn Dario Streich, Koordinator für Internationale Beziehungen bei der Stadt Naruto

11:45 Uhr | Besuch Ryozenji-Tempel**(1. Station des Shikoku-Pilgerwegs) inkl. Pilgererlebnis****18:30 Uhr | Wiedersehen und Abendessen mit der japanischen Delegation (Septemberbesuch)**

Teilnehmer/innen:

Frau Yukiko Tomioka, Fachärztin für Psychiatrie am Klinikum der Universität Tokushima

Herr Takashi Kaimen, Anerkannter Psychologe am Zentralen Krankenhaus der Präfektur Tokushima

Frau Fumiyo Kagaya, Fachberaterin für Lehrkräfte bei der präfekturalen Schulbehörde (Referat für Sportunterricht, Gesundheit und Sicherheit)

Frau Mikako Endo, Lehrkraft für gesundheitliche Betreuung an der Kitajima Junior Highschool

Donnerstag, 9. März**10:00 Uhr | Besuch Gesundheitsamt Miyoshi****(Westliches Präpekturbüro, Abteilung für Gesundheit, Soziales und Umwelt)**

- Vorstellung der Ansätze und des Programms des Gesundheitsamts Miyoshi

- Meinungsaustausch und Diskussion

Anwesende auf Seiten des Gesundheitsamts Miyoshi:

Herr Shigeru Oogimoto, Leiter der Gesundheitsämter Miyoshi und Mima, Mediziner

Herr Shigenobu Miki, Stellvertretender Leiter, Verwaltung:

Frau Chiharu Teramae, Gesundheitspflegerin

Frau Tomoyo Oomura, Gesundheitspflegerin

Frau Kazuko Oonishi, Gesundheitspflegerin und Vorsitzende der NPO „Hilfverein für Miyoshi Piazora“

Anwesende auf Seiten des Gesundheitsamts Mima:

Frau Katsue Masuda, Gesundheitspflegerin

Frau Nana Honjo, Gesundheitspflegerin

Anwesende auf Seiten der Akita Klinik:

Frau Akemi Takagawa, Anerkannte Psychologin,

Klinische Psychologin



Zentrum für psychische Gesundheit und Soziales

**18:00 Uhr | Abschiedsessen**

Gastgeber: Herr Atsushi Abe, Leiter des Referats für Vielfaltsförderung der Präfektur Tokushima

Freitag, 10. März**Rückkehr der Delegation****Niedersächsische Delegation:**

Herr Sebastian Maas, Niedersächsisches Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung, Referat Z/4 Europa und Internationales
 Frau Bärbel Lörcher-Straßburg, Niedersächsisches Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung, Referat 103.5 Sucht und Drogenbeauftragte des Landes
 Frau Evelyn Popp, Leiterin der Beratungsstelle „Anonyme Drogenberatung Delmenhorst“ und Vorsitzende der Niedersächsischen Landesstelle für Suchtfragen

Herr Prof. Dr. Christoph Möller, Chefarzt der Abteilung Kinder- und Jugendpsychiatrie am Kinder- und Jugendkrankenhaus Auf der Bult und Leiter der Therapiestation „Teen Spirit Island“
 Herr Moritz Radamm, klinischer Psychologe, Suchttherapeut und Leiter der Klinik am Kronsberg
 Herr Dietrich Riesen, Systemischer Berater bei der Fachstelle re:turn

Präfektur Tokushima:

Herr Koichi Kato, Stellvertretender Leiter der Abteilung für Zukunftsentwicklung und Kultur
 Herr Atsushi Abe, Leiter des Referats für Vielfaltsförderung
 Frau Sawako Hirata, Assistenz der Referatsleitung und Leiterin der Deutschland-Projekte im Referat für Vielfaltsförderung
 Herr Nico Bohnsack, Koordinator für Internationale Beziehungen im Referat für Vielfaltsförderung
 Frau Birgit Ikeda, Dolmetscherin und Kulturmittlerin



Kitajima Junior High School



IGS Delmenhorst

Öffentliche Veranstaltungen im Gastland

Sowohl in Deutschland als auch in Japan war jeweils eine Veranstaltung Teil des Programms, in der die Gäste das Sucht- und Behandlungssystem ihres Landes darstellen konnten und für Nachfragen und Diskussionen auch

für die Öffentlichkeit zur Verfügung standen. Beide Veranstaltungen waren ein wertvoller Beitrag zur Präsentation des Themas in der Öffentlichkeit.

Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Delegationsteilnehmende der japanischen Seite waren neben Vertreterinnen der Präfektur für Internationales ein klinischer Psychologe, eine klinische Psychiaterin, eine Schulberaterin der Schulbehörde, eine Gesundheitsfachkraft der Junior High School, die auch besucht werden konnte. Die niedersächsische Delegation setzte sich zusammen aus der Leiterin einer Suchtberatungsstelle und Vorstandsvorsitzenden der NLS (Psychologin), einem Leiter einer stationären Suchtklinik (Psychologe), einem Leitenden Oberarzt einer Kin-

der- und Jugendpsychiatrie und einem Berater einer Beratungsstelle für Internetbezogene Störungen, sowie der Landesdrogenbeauftragten und dem Referenten für Internationales des Sozialministeriums. Zudem waren jeweils eine sehr fachkundige und hochqualifizierte Dolmetscherin und Übersetzerin eine wichtige Hilfe zur Verständigung. Ohne das Dolmetschen und gleichzeitige Vermitteln der Kultur während der Besuche wäre eine Verständigung in der Tiefe nicht möglich gewesen.



Vorstellung des Zentrums für psychische Gesundheit und Soziales mit Tagesaufenthalt



Veranstaltung im Hanns-Lilje-Haus Hannover, Vorstellung des Japanischen Systems zur Prävention und Behandlung

Veranstaltung in Hannover und in Tokushima

Zum Konzept des Fachaustausches zum Thema Internetbezogene Störungen- Online- und Mediensucht gehörte die Durchführung einer Fachveranstaltung sowohl in Hannover als auch in Tokushima.

Den jeweiligen Gästen sollte die Möglichkeit gegeben werden, ihre Erfahrungen im Umgang mit medienbezogenen Störungen darzustellen und einen Überblick über die Störungen und das jeweilige Beratungs- und Behandlungssystem ihres Landes zu geben. Zudem sollte im Rahmen der Veranstaltungen den Gästen und den gastgebenden Einrichtungen die Möglichkeit gegeben werden, miteinander ins Gespräch zu kommen und die Kontakte zu vertiefen. Beide Veranstaltungen waren für

weitere Interessierte offen und es konnten Fragen gestellt werden.

In Hannover fand die Veranstaltung im Hanns-Lilje-Haus statt zum Thema „Behandlungsansätze in Japan zum Umgang und zur Behandlung medienbezogener/ internetbezogener Störungen“. Die Vorträge der japanischen Expertinnen und Experten können in der Online-Version der Dokumentation übersetzt heruntergeladen werden. In Tokushima wurde eine Vortragsveranstaltung mit Diskussion zum Thema Medienabhängigkeit durchgeführt, bei der die deutschen Expertinnen und Experten ihre Arbeitsansätze und das deutsche System vorstellen.

Psychische Störungen im Bereich Computer-/Internetnutzung

Online	Offline
Internetpornographie	Offlinepornographie
Soziale Netzwerke	Realweltliches Glücksspiel
Onlineglücksspiel	Einkaufen
Onlineshopping	(Shoppen gehen)
Onlinegaming	Offlinegaming
	DSM-5:IGD ICD-11GD



Besuch Fachstelle re:turn

3 | WAS SIND INTERNETBEZOGENE STÖRUNGEN

Prävention

Gemeint sind sowohl Störungen durch das Spielen von Computer- und Videospielen, als auch die problematische Nutzung digitaler sozialer Netzwerke, die problematische Nutzung von Online-Erotikangeboten, von Online-Kaufportalen, von Online-Glücksspielangeboten und von Online-Streamingdiensten. Problematisch be-

deutet, dass Menschen die Möglichkeiten exzessiv und anhaltend nutzen und andere Lebensbereiche vernachlässigen. Eine Störung wird dann festgestellt, wenn folgende drei Kriterien über einen längeren Zeitraum (in der Regel mindestens 12 Monate) festgestellt werden (WHO-ICD-11 Kriterien).

Diese sind:

- **Kontrollverlust in Bezug auf die Anwendung, d.h. die Kontrolle über die Häufigkeit, Intensität, Dauer geht verloren.**
- **Die Anwendung wird in einem Ausmaß priorisiert, dass sie den meisten anderen Interessen vorgezogen wird.**
- **Die Anwendung wird trotz negativer Folgen fortgesetzt (vgl. re:set, Exzessiver Medienkonsum Kurzinformation für Fachkräfte: Müller/Meyer/Ernst/Laskowski 2019).**

Sowohl in Deutschland als auch in Japan wird das Phänomen der internetbezogenen Störungen seit längerem beobachtet. Die Prävalenzen sind vergleichbar, insbesondere junge Menschen von 14 bis 24 Jahren sind betroffen. In Deutschland wird von Prävalenzzahlen von 1% bis 4%

ausgegangen (Rumpf, 2011), in Japan liegen die Zahlen höher, es wird je nach Experte/Expertin von verschiedenen Prävalenzen ausgegangen:

1. 0,7% bis 27,5% (Mihara et al 2017)
2. 0,3% bis 1% (Prezybylski et al 2017)
3. Durchschnitt von 4,7% (Feng et al 2017)
4. Kindesalter und Pubertät: unter 1% bis 9% (Gentile et al 2017) (Vortrag: Takashi Kaimen)

Sowohl Tokushima als auch Niedersachsen stehen vor denselben Herausforderungen im Umgang mit internetbezogenen Störungen. Insbesondere für Kinder und Jugendliche ist das Erlernen von Medienkompetenz eine wichtige Herausforderung um risikoarm und bewusst mit digitalen Anwendungen umgehen zu können.



Kitajima Junior High School, 7. Klasse



Vorstellung des deutschen Suchthilfesystems in der Niedersächsische Landesstelle für Suchtfragen

Daher spielt in beiden Ländern die Prävention eine wichtige Rolle. Suchtprävention wird in Niedersachsen als gesamtgesellschaftliche Aufgabe verstanden. 2022 wurde von der niedersächsischen Landesregierung ein neues Suchtpräventionskonzept beschlossen. Ziel ist dabei die individuelle Gesundheitskompetenz und gesellschaftliche Strukturen zu stärken. Der Einstieg in den Konsum psychoaktiver Substanzen bzw. problematischer Verhaltensweisen soll insbesondere bei Kindern und Jugendlichen verhindert bzw. mindestens hinausgezögert werden. Über die gesamte Lebensspanne und bei allen Bevölkerungsgruppen soll darüber hinaus ein gesundheitsverträglicher, risikoarmer und -bewusster Umgang bzw. Verzicht gefördert und unterstützt werden.

Die Hauptzielgruppe von Präventionsaktivitäten sind sowohl in Niedersachsen als auch in Tokushima Kinder und Jugendliche. Daher war ein Ziel des Austausches das Kennenlernen der Präventionsarbeit. In Niedersachsen wurden von der Delegation zwei Schulen (IGS Linden und IGS Delmenhorst) besucht, die eng mit (Sucht-) Beratungsstellen zusammen arbeiten und altersadäquat Präventionsprogramme durchführen (return-Beratungsstelle und drob Delmenhorst). In Tokushima konnte eine Junior High School besucht werden, in der von einer Delegationsteilnehmerin eine Unterrichtseinheit zum Thema Handynutzung in einer 7. Klasse vorgestellt wurde. Sowohl die deutschen als auch die japanischen Delegationsteilnehmenden durften in den Schulklassen hospitieren.

Beratung und Behandlung

Die japanischen Delegationsteilnehmerinnen und -teilnehmer kamen aus dem klinischen und dem schulischen Bereich. Ein Pendant zur Freien Wohlfahrtspflege, die in Niedersachsen über 95 % der Suchtberatungsstellen anbietet und auch einen großen Teil von Suchtpräventionsaktivitäten umsetzt, ist in Tokushima nicht vorhanden. In Tokushima arbeiten in den Schulen Schulkrankenschwestern, die in den jeweiligen Altersstufen Suchtpräventionsaktivitäten mit den Schülerinnen und Schülern durchführen. Bei auftretenden Problemen können die Eltern und die Schülerinnen und Schüler sich im medizinischen Versorgungssystem Rat und Hilfe holen. Staatliche Stellen und das Gesundheitssystem übernehmen Prävention und Behandlung.

Daher war es für die japanischen Gäste sehr interessant, eine Einführung in die Strukturen der Suchthilfe in Niedersachsen zu bekommen (Besuch bei der Niedersächsischen Landesstelle für Suchtfragen). Es konnten zwei Suchtberatungsstellen, eine Tagesklinik und eine Reha-Klinik besucht werden. Beide Suchtberatungsstellen arbeiten eng mit Schulen zusammen. In Hannover wurde die Fachstelle „return“ mit dem Schwerpunkt digitale Medien, Internetpornografie- Beratung und Behandlung besucht. In Delmenhorst die „drob- Anonyme Drogenberatung der AWO“, die das gesamte Spektrum von der schulischen Suchtprävention über Suchtberatung und -behandlung bis zur psychosozialen Begleitung substituierter Menschen anbietet.

Kriterien für Internetbezogene Störungen



Interessant war für die japanischen Gäste, dass die Beratungsstellen anonym und kostenlos arbeiten und auch ambulante Behandlungen durchführen sowie Angehörige beraten dürfen und dass die Angehörigenarbeit und die Selbsthilfearbeit eine große Rolle spielen.

Auch die Tagesklinik des KRH Psychiatrie Wunstorf und die Suchtrehabilitationsklinik am Kronsberg der step Hannover, stießen auf großes Interesse der japanischen Gäste. Beispielsweise war es sehr ungewohnt, dass auch ambulante Entgiftungen durchgeführt werden (können).

Die deutschen Gäste bekamen in Tokushima die Gelegenheit, die „Aizato Klinik“ zu besuchen und sich über die klinische Suchtbehandlung in Japan zu informieren. Insbesondere das in der Aizato Klinik angewendete

CRAFT Programm (Community Reinforcement and Family Training) eine Kurzzeitintervention für Angehörige bzw. wichtige Bezugspersonen von Suchtkranken, wurde von der deutschen Delegation mit Interesse aufgenommen, da auch die deutschen Fachleute diesen Ansatz sehr schätzen. Zudem durften die deutschen Gäste das „Zentrum für psychische Gesundheit und Soziales der Präfektur Tokushima“ besuchen. Das Zentrum bietet auch ein regionales Hilfezentrum für Hikikomori-Betroffene und ihre Angehörigen an. Abgerundet wurde der Besuch durch eine Fahrt in ein ländliches Gesundheitsamt, das Gesundheitsamt Miyoshi. Insbesondere die aufsuchende Arbeit des Gesundheitsamtes und die Bedeutung für die ländliche Region wurde den Gästen durch diesen Besuch verdeutlicht.



Fazit – Lessons learnt

Der Austausch von Tokushima und Niedersachsen zum Schwerpunkt Internetbezogene Störungen- Online- und Medienabhängigkeit wurde von allen Beteiligten als ausgesprochen erfolgreich bewertet. So zeigte sich die japanische Seite sehr beeindruckt von der Vielfaltigkeit und Leistungsfähigkeit der suchtspezifischen Angebote in Niedersachsen. Die niedersächsische Seite war sehr beeindruckt von der Stringenz der japanischen Gesellschaft, die bereit ist, zum Schutze von Kindern und Jugendlichen unpopuläre Maßnahmen wie Handyverbote zu beschließen und umzusetzen. Den kulturell unterschiedlichen Umgang mit Abhängigkeitserkrankungen

wahrzunehmen und zu begreifen, war für alle Beteiligten eine interessante Herausforderung. Beispielsweise war es für die japanische Seite nahezu unbegreiflich, warum Cannabisrauchen in der Öffentlichkeit geduldet wird, obwohl dies doch gesetzlich verboten ist.

Der Austausch, die Begegnung von Menschen, die in unterschiedlichen Kulturen mit denselben Phänomenen umgehen, wurde von allen Beteiligten als sehr wertvoll eingeschätzt. Sowohl von der japanischen als auch von der deutschen Seite würde eine Weiterführung sehr gewünscht und unterstützt.

Danksagung

Ein herzliches Dankeschön gilt allen Beteiligten des Austausches und der Begegnung! Jeder Besuch bei jeder der teilnehmenden Institutionen war überaus sorgfältig geplant und ausgesprochen liebevoll vorbereitet. Alle Vortragenden, alle Beteiligten haben mit großer Mühe und Sorgfalt zum Gelingen der Begegnungen bei-

getragen, dafür herzlichen Dank. Ein besonderer Dank gilt der herausragenden Leistung der Dolmetscherinnen und Kulturmittlerinnen, die durch ihre engagierte Arbeit die Grundlage für die gegenseitige Verständigung und die kulturellen Hintergründe gegeben haben.

Herausgeber:

Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Gleichstellung
Hannah-Arendt-Platz 2
30159 Hannover

www.ms.niedersachsen.de

Bildquellen:

Bärbel Lörcher-Straßburg,
Evelyn Popp, Moritz Radamm

Redaktion:

Bärbel Lörcher-Straßburg

Gestaltung:

massgestaltet, Grafik + Webdesign

März 2024



**Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Arbeit, Gesundheit
und Gleichstellung**