



Stiftung Phönix Zug
für Sozialpsychiatrie

Phönix- Brief

November 2009 / Nr. 61

Editorial

Medien und psychische Beeinträchtigung heisst das weit gefasste Thema dieser Ausgabe. Medienkompetenz ist einer der Schlüsselbegriffe, welche thematisiert werden. Online-Beratung und Games zwei weitere. Falls Ihnen der Begriff Truman-Show-Wahn noch nichts sagt, können Sie in dieser Nummer Ihr Wissen erweitern. Dr. H. Breuer hat uns freundlicherweise einen von ihm zu diesem Thema geschriebenen Artikel zur Verfügung gestellt, den wir in leicht gekürzter Form veröffentlichen. Unser ganzes Redaktionsteam hat sich auf Erkundungstour begeben, das Internet durchstöbert, in unseren Betrieben begleitete Menschen befragt und konventionelle Medien wie Zeitungen und Bücher nach Beiträgen zum Thema durchsucht. Andreas Furrer-Küttel hat sogar eine kleine Untersuchung zum Thema Mediennutzung im Tageszentrum durchgeführt, deren Resultate er in dieser Ausgabe vorstellt. Die Bilder haben wir aus der virtuellen Welt entlehnt, sie werden je nach Alter der Lesenden einen gewissen Wiedererkennungseffekt auslösen oder mit leichten Erstaunen zur Kenntnis genommen werden. Auf jeden Fall wünschen wir Ihnen allen viel Spass beim Lesen und eine möglichst stressfreie und schöne Vorweihnachtszeit.

Yvonne Lüdi



Aktuell

Information und Beratung online S/2
Neue Medien – Fluch oder Segen? S/4
Leben in einem Trugbild Digitalisierung S/7 S/8

Berichte

Gelebte Medienkompetenz S/3
Mein Handy ist... S/5
Medienverhalten im Tageszentrum S/6

Rubriken

Editorial S/1
Dank und Bitte S/8
In eigener Sache S/8
Agenda S/8

Information und Beratung online

Es ist erstaunlich, welche Vielfalt an Informationen zu psychischen Krankheiten und Unterstützungsangeboten über das Internet erhältlich ist. Dies führt einerseits zu einer viel grösseren Unabhängigkeit der Informationssuchenden von realen Ansprechpersonen, andererseits auch zur Notwendigkeit, sich im Informationsdschungel mit seinen ganz eigenen Gesetzen zurechtzufinden, um nicht darin verloren zu gehen. Der folgenden Artikel gibt einen kurzen Einblick in die Möglichkeiten und Grenzen dieser faszinierenden weltweiten Informationsplattform.

Wir haben uns im Internet zum Thema psychische Krankheit umgesehen. Die Fülle von Beratungsangeboten und Informationsmaterialien ist fast unerschöpflich. Das zeigt allein die Anzahl der Google Suchergebnisse:

Psychische Beratung:
668 000 Vorschläge,
nur Schweiz: 47 000
Stimmen hören: 154 000
Depression: 1 160 000

Es lassen sich unter den ersten Resultaten erstaunlich viele gute Informationen finden. Auch die kurzen Filmsequenzen zu verschiedenen Krankheitsbildern, welche auf youtube angesehen werden können, sind oft bemerkenswert gut gestaltet und informativ. Übers Netz gelangt man rasend schnell in die grosse weite Welt und wer Interesse hat nachzuforschen, welche Angebote und Vereinigungen es für oder von Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen in Indien oder Mexiko gibt, ist mit einem Klick schon dort. Grundsätzlich ist alles möglich, da jedermann Informationen sowohl ins Internet stellen als auch dort abholen kann.

Bei dieser riesigen Auswahl, welche nicht vorselektiert wird, ist es daher enorm wichtig, darauf zu achten, woher die Informationen stammen. Die als Herausgeber einer Seite oder eines Angebotes angegebenen Urheber lassen sich in einem zweiten Schritt auch wieder «googeln» und so kann die Glaubwürdigkeit besser beurteilt werden. Die Plausibilität der Information und den persönlichen Nutzen muss jeder und jede für sich selber prüfen. Eine gewisse kritische Distanz ist sicher angebracht, insgesamt erscheinen uns aber die Tipps und Angebote sehr informativ und hilfreich. Natürlich werden die meisten Aussagen zu Krankheitsbildern und -verläufen

allgemein gemacht, jede Person erlebt jedoch ihre Geschichte subjektiv und individuell. Insbesondere negative Prognosen könnten Angst auslösen und Hoffnungen auf eine Gesundung schmälern. Wer eine Fachperson kennt, sollte daher die gefundenen, vielleicht beunruhigenden Informationen mit dieser diskutieren. Gleichzeitig fanden wir viele Informationen, die Hoffnung machen und Möglichkeiten aufzeigen, mit psychischen Symptomen einen guten Umgang zu finden. Vorsicht ist geboten bei Interpretationen von Symptomen, die jemanden zusätzlich isolieren. Skepsis ist nötig, wenn die Informationen dahin zielen, sich aufgrund seiner psychischen Konstellation als aussergewöhnlichen, ja fast auserwählten Menschen zu sehen, der über oder ausserhalb der normalen Gemeinschaft lebt und von dieser nur einen negativen Einfluss zu erwarten hat. Hilfreicher scheinen uns jene Interpretationen und Behandlungsformen, die Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen als Mitglieder der ganz gewöhnlichen Lebenswelt verstehen und Angebote aufzeigen, um mit der psychischen Beeinträchtigung ein Leben im eigenen sozialen Umfeld, mit Freunden, Familie, Arbeitskolleginnen und -kollegen zu ermöglichen oder anzustreben. Es werden auch Fragebogen zur Persönlichkeitsbestimmung und dergleichen angeboten. Mit eigenen Informationen sollte man geizen. Wer sein Persönlichkeitsprofil zur Verfügung stellt, könnte mit Werbung oder gar Manipulationsversuchen konfrontiert werden. Fragebogen, welche die Auswertung auf der Homepage anzeigen, sind zu bevorzugen. Wo eine Kontaktadresse angegeben werden muss, niemals die Postadresse, sondern höchstens ein temporär installiertes, anonymes E-Mail-Konto angeben, das man nach Erhalt der Information wieder löschen kann.

Das sind in der Kürze unsere Schlussfolgerungen zur Nutzung des Internets als Informations-, Austausch- und Beratungsplattform. Das Wichtigste ist und bleibt, dass der oder die AnbieterIn einer Information als seriös eingestuft werden kann, dass die NutzerInnen ihre Autonomie gegenüber vereinnahmenden oder beunruhigenden Inhalten aufrecht erhalten und im Notfall Hilfe im realen Umfeld suchen und dass man sich stets anonym, also ohne Angaben von Namen und Adressen, im Internet bewegt.

Wir wünschen viel Vergnügen und Anregung beim Surfen!

Fredy Widmer; Leiter Begleitetes Wohnen und Yvonne Lüdi, Geschäftsleitung

Impressum

Der Phönix-Brief erscheint halbjährlich in einer Auflage von 2300 Exemplaren.

Redaktion Geschäftsstelle
Stiftung Phönix Zug
Gotthardstrasse 18
6300 Zug

Telefon 041 728 28 38
Fax 041 728 28 39

info@phoenix-zug.ch
www.phoenix-zug.ch

Redaktionsteam:

Peter Abächerli
René Burkhalter
Andreas Furrer-Küttel
Brigitte Huber
Dagmar Kaufmann
Yvonne Lüdi
Monica Roth

Gelebte Medienkompetenz

Interview mit einer Klientin des Begleiteten Wohnens, die über ihre Erfahrung als Nutzerin verschiedener Medien berichtet.

Was bringen Dir Internet, PC, Handy oder Games?

Ich nutze Internet, PC, Handy, Zeitung, Radio, TV und DVD. Die Nutzung all dieser Medien dient mir in erster Linie, mich über das Weltgeschehen, Sport, Fahrpläne, berufsbezogene Themen wie Kochrezepte, Ernährung zu informieren. Das Handy hat bei mir keinen hohen Stellenwert. Ich brauche es eigentlich nur zum Telefonieren und für SMS, aber nie zum Surfen, da man dabei schnell die Übersicht über die Kosten verlieren kann.

Der PC dient mir oft zur Ablenkung. Ich habe die positive Erfahrung gemacht, dass ich mit Strategiespielen mein Gedankenkreisen unterbrechen und so zur Ruhe kommen kann. Natürlich setze ich ihn auch fürs Ausfüllen der Steuererklärung, Schreibearbeiten oder grafische Darstellungen ein. Das Internet benütze ich, um mich über Themen, die mich interessieren, ausführlicher zu informieren. Auch für Mails.

Hast Du Angst davor, süchtig zu werden oder Dein Budget zu überschreiten?

Nein, davor habe ich keine Angst. Zum Glück habe ich früh gelernt, mit Geld umzugehen. Um mich auch vor Überschreitungen zu schützen, habe ich fürs Handy und fürs Internet Abos, auf welchen ich die Kosten abrufen kann. Beim Handy via SMS. Beim Internet werden sie bei jedem Einloggen ausgewiesen. So weiss ich immer, wie viel ich bereits gebraucht habe.

Brauchst Du das Internet auch, um dich über Krankheiten (z.B. Depressionen) zu informieren?

Ja. Ich besuche Seiten zu den Themen Borderline, Depressionen, körperliche Beschwerden (Rückenschmerzen), Medikamente sowie auch Homepages von Betroffenen.



Haben die Medien einen Einfluss auf Deine Stimmung?

Das kommt drauf an, welche Medien ich benutze und aus welcher psychischen Verfassung heraus. Wie schon erwähnt, wirkt sich die Nutzung des PCs für mich förderlich aus, wenn ich mich in meinen Gedanken verfange. Wenn ich in einer depressiven Krise bin, kann es auch vorkommen, dass ich mich nachher schlechter fühle.

Wie hast Du es geschafft, die Medien vernünftig zu nutzen?

Es braucht schon sehr viel Disziplin, nicht süchtig zu werden. Ich habe es an mir selber erlebt. Eine Zeit lang musste ich unbedingt die TV-Serie Marienhof sehen. Ich wollte keine Folge verpassen. Ich hatte regelrecht Stress, pünktlich zum Sendebeginn zu Hause zu sein. Irgendwann habe ich mir gesagt, das kann es doch nicht sein, dass eine Serie wichtiger wird als meine Freundinnen und Kolleginnen. Das hilft mir noch heute.

Hilft Dir die Nutzung gewisser Medien mehr, Deine Stimmung zu beeinflussen?

Auch hier muss ich antworten, dass es bei mir auf die psychische Verfassung ankommt. Klar schaue ich gerne TV. Ich bin aber eher ein Mensch, der gezielt Sendungen auswählt, denn ich merke, dass sich z.B. Horror-, Gewalt- und Science-Fiction-Filme nicht gut auf meine Psyche auswirken! Bei Langeweile oder psychischer Verstimmung schaue ich gerne lustige Animationsfilme auf DVD, z.B. Ratatouille oder Ice Age – also unterhaltsame, fröhliche Filme.

Herzlichen Dank für das Interview!

*Manuela Kregar
Brigitte Huber, stv. Betriebsleitung
Begleitetes Wohnen*

Neue Medien – Fluch oder Segen?

Betrachtet man die medienpädagogische Literatur, dann lassen sich zwei grosse Gruppen ausmachen. Prof. Dr. Süss (2001) versteht die erste mit dem Label «Kulturpessimismus». In dieser Gruppe wird vor allem vor den möglichen negativen Einflüssen der Medien auf Gesellschaft und Individuum gewarnt. Den Medien wird die Verantwortung für das Verschwinden der Kindheit oder des Realitätsbezugs zugeschrieben, sie werden als Droge zur Weltflucht bezeichnet, für psychische Störungen und Konflikte verantwortlich gemacht und für eine Spassgesellschaft, in der alles zur Unterhaltung wird. Aus dieser Sicht sind die Medien primär eine Gefährdung für die Entwicklung einer integrierten Identität und für die Gestaltung von authentischer Kommunikation. Zur zweiten Gruppe gehören AutorInnen, welche Medien als Bestandteil der Kultur verstehen. Nach ihnen gehören sie unauslöschlich zur heutigen Wirklichkeit von Individuum und Gemeinschaft, sind Lebenswelten immer auch Medienwelten. Der Umgang mit den Medien wird somit zur Kulturtechnik.

Die Entwicklung der Medien hat dazu geführt, dass ganze Generationen nach bestimmten Leitmedien benannt werden. Man geht davon aus, dass die jeweils dominanten Medientypen das Lebensgefühl einer bestimmten Zeit prägen und spricht von der «Radio- und Kinogeneration» (1930–1940), der «Fernsehgeneration» (1950–1960), der «Nintendo-Generation» oder den «Computer-Kids» (1970–1980). Ab den 90er Jahren bis heute existieren die Bezeichnungen «virtuelle Generation», «Generation®» oder «Gamer-Generation».

Forschungsbefunde legen nahe, dass beide Perspektiven ihre Berechtigung haben. Medien können Identitätsentwicklung und Kommunikation beeinträchtigen – sie aber auch befruchten. Welche Dynamik zum Zuge kommt, hängt primär von der Nutzung ab.

Computerspiele-Online-sucht

Spielen ist ein wesentlicher und natürlicher Bestandteil unseres Lebens. Mas-

senmedien verändern sowohl die Kindheit als auch das Leben Erwachsener. Durch ihre Inhalte, Technologien und Nutzungsmöglichkeiten werden unsere Handlungs- und Erlebnisräume massgeblich geprägt.

Wer sich nicht mit der Versendung von E-Mails, dem Hoch- und Runterladen von Dateien, dem Bearbeiten von Onlineformularen, den sozialen Netzwerken wie Facebook & Co. auskennt, dem fehlt mittlerweile ein grosser Teil der Kommunikationsmöglichkeiten. Wurde noch vor wenigen Jahren aus sozialpsychologischer Sicht emotionale Intelligenz als unverzichtbar im täglichen Kontakt angesehen, erhält nun Medienkompetenz einen ähnlichen Status.

Den heutigen jungen Menschen, der «Gamer-Generation», werden nach Prof. Dr. Süss folgende, durch das Computerspielen erworbene Stärken zugeschrieben: hohe Risikobereitschaft, Versuch- und Irrtum-Strategie als nahe liegender Weg der Problemlösung, sich durch Misserfolge nicht leicht entmutigen lassen, eine starke soziale Orientierung, vom Expertenwissen anderer profitieren können, eine globale Orientierung, hohe Flexibilität und ein starker Teamgeist. Die virtuelle Generation wird aber auch mit Risiken in Verbindung gebracht: schnelle Information wird wichtiger als die Prüfung der Quellen, hohe Lenkung durch emotionale Signale, geteilte Aufmerksamkeit, Halbverstehen, Informiertheits- und Wissensillusionen, grosse Anzahl unverbindlicher Beziehungen, Suchtpotenzial.

Seitdem Computerspiele und Internetzugang breit verfügbar sind, lässt sich auch in klinischen Fachkreisen ein wachsendes Interesse an möglichen Auswirkungen beobachten. Neben offenkundig positiven Anwendungsmöglichkeiten wird die Computer-Online-spielsucht als psychopathologischer Symptomkomplex derzeit verstärkt diskutiert. Wenn nämlich das Netz zum Wichtigsten wird, Beziehungen zu Angehörigen und Freundeskreis vernachlässigt werden und die

Arbeit leidet, dann besteht Verdacht auf Internetsucht.

Nach Franz Eidenbenz (Fachpsychologe mit Spezialgebiet neue Medien) gibt es in der Schweiz schätzungsweise 70 000 Internetsüchtige und 110 000 Gefährdete, wobei Jungen und Männer deutlich stärker betroffen sind als Mädchen und Frauen.

Suchtartiges Computerspielen wird in internationalen Studien häufig über die Kernsymptome von substanzgebundener Abhängigkeit beschrieben: Unwiderstehliches Verlangen zum Einloggen, Kontrollverlust, Entstehung von Toleranz, Zunehmende Vernachlässigung alternativer Aktivitäten und Interessen, negative Konsequenzen (gesundheitlicher und sozialer Art), Entzugerscheinungen.

In Online-Rollenspielen (counterstrike, everquest, WoW, Guild Wars u.a.), einer Subkultur im Internet, kommen auf einer virtuellen Spielplattform SpielerInnen aus aller Welt zu Tausenden zusammen, um in oftmals sehr mythisch programmierten Fantasiewelten diverse Herausforderungen zu bestehen, Schlachten zu schlagen, Rätsel zu lösen usw. Die meisten Online-Rollenspiele sind so angelegt, dass die für das Weiterkommen im Spiel benötigten Aufgaben nicht allein zu bewältigen sind. Die SpielerInnen schliessen sich in so genannten Gilden zusammen und sind aufeinander angewiesen. Es ergeben sich Verpflichtungen und Versäumnisängste. Die Spielplattformen sind rund um die Uhr betretbar. Durch eine monatlich fällige Gebühr, die ständige Verfügbarkeit des Spiels und die Tatsache, dass das Spiel keine Pausen vorsieht, wird eine hohe Spielbindung erreicht. Zeitlich hoher Einsatz wird durch Fortschritte im Spiel, steigendes soziales Prestige und vertiefte soziale Bindungen innerhalb der Gilde belohnt.

In dieser virtuellen Welt fällt es jedem Spieler oder jeder Spielerin leicht, sich in kürzester Zeit ein funktionierendes soziales Netzwerk aufzubauen. Dieses besteht aber gänzlich aus Cyber-Avataren, bei denen das äussere Erscheinungsbild, Kommunikationsfähigkeit,

Mein Handy ist mein treuester Begleiter

Peter Abächerli, Betreuer im Wohnheim Euw, hat einen jüngeren Bewohner befragt, dessen bevorzugtes Kommunikationsmittel das Handy ist.

Was bedeuten Dir Handy und PC im Alltag?

Das Handy begleitet mich den ganzen Tag. Ich kann jederzeit Musik hören, um mich abzulenken, wenn es mir nicht gut geht oder unwohl ist und das gibt mir einen festen Halt. Mein Handy ist immer dabei. So wird es mir nie langweilig. Ich kann mich jederzeit darauf verlassen, sofern der Akku nicht auf Null ist. Wenn dies einmal passiert, habe ich grosse Mühe und Angst, dass ich in eine Krise komme. Neben dem Musikhören kann ich mit dem Handy auch fotografieren. Dies verschafft mir einen leichteren Zugang zur Umwelt. Ich spiele auch einige Spiele darauf. Natürlich brauche ich es auch ab und zu zum Telefonieren. Ich habe Adres-

sen darauf gespeichert und könnte so jederzeit Hilfe holen. Es gibt mir Sicherheit. Am PC habe ich keinen Internetanschluss, ich finde, das wäre für meinen Bedarf zu teuer. Ich brauche den PC vor allem um DVD's anzuschauen oder für Games.

Hast Du Angst davor, süchtig zu werden oder Dein Budget zu überschreiten?

Das Budget vom Handy habe ich auch schon mal überschritten, weil ich Musik vom Internet herunter geladen habe. Das mache ich jetzt nicht mehr. Es schmerzt, wenn ich von meinem Taschengeld monatlich etwas zurückzahlen muss, um die Schulden zu begleichen.

Wie fühlst Du Dich nach der Nutzung? Besser oder schlechter oder gleich wie vorher?

Bezogen aufs Handy kann ich dies nicht sagen, ich benutze es einfach. Die Spiele am PC lenken mich ab und beruhigen mich vor allem nach der Arbeit. Nach dem Spielen fühle ich mich beruhigt, weil ich dabei gut abschalten kann.

Nutzt Du die neuen Medien auch, um Dich zu informieren?

Eher selten.

Interview: Peter Abächerli, Betreuer im Wohnheim Euw

Fortsetzung von Seite 4

soziale Gehemmtheit u.a. keine Rolle spielen. So gilt auch als erster grundlegender Risikofaktor zur Begünstigung computerspielsüchtigen Verhaltens die Leichtigkeit des Kontaktknüpfens im Cyberspace, wodurch das Bedürfnis nach sozialer Zugehörigkeit auf einfachstem Wege befriedigt wird. Weitere Risikofaktoren nach Klaus Wölfling sind eine niedrig ausgeprägte soziale Intelligenz, depressive Verstimmtheit sowie soziale Ängstlichkeit. Untersuchungen zeigen, dass je mehr die virtuelle Welt für exzessive ComputerspielerInnen an Attraktivität gewinnt (und parallel dazu der Selbstwertsteigerung dient), umso schwieriger wird es für diese, sich mit alltäglichen Problemen der realen Welt auseinander zu setzen. Die reale Welt verliert im Verlauf einer Abhängigkeitsentwicklung mehr und mehr an Attraktivität gegenüber dem virtuellen Universum.

Wichtig ist laut Eidenbenz zuerst das Erkennen einer Gefährdung, dann das Gegensteuer geben (Konsum reduzieren, suchterzeugende Bereiche wie Online-Games meiden, andere Freizeitbeschäftigungen und Kontakt

zu realen Freunden suchen) und das Vorbeugen (Online-Zeit einschränken, Compi in einen auch von anderen Menschen genutzten Raum stellen).

Trotz der beschriebenen Problemfelder vertritt Süss eine optimistische Sicht auf die Funktion alter und neuer Medien bei der Entwicklung von Identität und bei der Gestaltung von Kommunikation. Menschen können lernen, kreativ und lustvoll mit Medien umzugehen, ohne von ihnen abhängig zu werden oder einseitige Selbst- und Weltbilder zu entwickeln. Dazu brauchen sie zuerst einmal eine solide Basis an Medien- und Online-Kommunikationskompetenz, welche Süss als Medien-Alphabetisierung bezeichnet.

Monica Roth, Leitungsteam Übergangswohnhaus

Literaturverzeichnis:

Dr. Daniel Süss: Antrittsvorlesung 2001 / punktum. SBAP. Juni 2001
Franz Eidenbenz: Fachpsychologe mit Spezialgebiet neue Medien
Dipl.-Psych. Klaus Wölfling: Psychotherapeutenjournal 2/2008

Stiftung Phönix Zug

Geschäftsstelle

Gotthardstrasse 18
6300 Zug
Tel. 041 728 28 38
Fax 041 728 28 39
info@phoenix-zug.ch
PC-Konto 60-2315-0

Wohnheim Euw

Alte Landstrasse 129
6314 Unterägeri
Tel. 041 750 54 54
Fax 041 750 54 56
euw@phoenix-zug.ch

Übergangswohnhaus

Chamerstrasse 1
6300 Zug
Tel. 041 728 28 41
Fax 041 710 87 33
uewh@phoenix-zug.ch

Begleitetes Wohnen

Alpenstrasse 16
6300 Zug
Tel. 041 728 28 37
bw@phoenix-zug.ch

Tageszentrum

Industriestrasse 55
6300 Zug
Tel. 041 761 84 30
Fax 041 761 84 31
tz@phoenix-zug.ch

Medienverhalten im Tageszentrum

Medien spielen eine unterschiedlich wichtige Rolle im Leben eines jeden Menschen – so auch im Tageszentrum (TZ). Sowohl BesucherInnen als auch MitarbeiterInnen wurden befragt, welchen Stellenwert die diversen Medien im Leben eines jeden Einzelnen besitzen, wie der Umgang damit ist und welche Bedeutung die Medien im TZ haben. Die Umfrage motivierte viele Teilnehmende sich erstmalig mit diesem Thema bewusst auseinanderzusetzen, was zu einigen Aha-Erlebnissen führte!

Rahmen

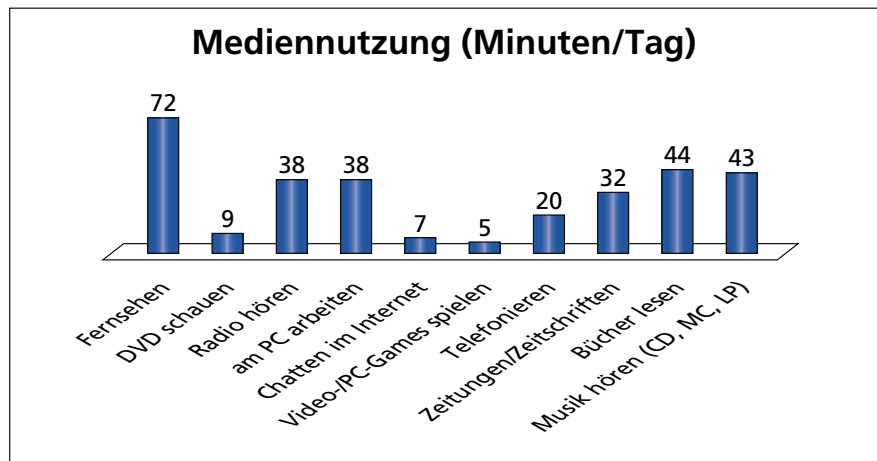
An der Umfrage haben total 38 Personen teilgenommen, davon 26 BesucherInnen (16 w, 10 m) und 12 MitarbeiterInnen (9 w, 3 m). Ihr Alter variiert zwischen 22 und 60 Jahren. Der Fragebogen mit 10 Fragen ist natürlich nicht umfassend, Ziel der Umfrage war es, grundlegende Tendenzen zu erkennen.

Hypothesen

Meine Vermutung war, dass sich das Medienverhalten der Menschen im TZ nur geringfügig von demjenigen der Schweizer Bevölkerung unterscheiden würde. Bei einigen Medien könnte eine gewisse Differenz zwischen Besuchenden und Mitarbeitenden aufgrund krankheitsbedingter oder finanzieller Umstände auftreten. Eine dritte Vorannahme war, dass die Medien im TZ selbst eine eher marginale Rolle einnehmen würden.

Welche Medien werden genutzt?

Grossmehrheitlich haben die Medien für Besuchende und Mitarbeitende des TZ (92%) eine wichtige Bedeutung im Leben. Kontakte pflegen, informiert sein und sich unterhalten lassen sind elementare Grundbedürfnisse, die hauptsächlich mit den gängigen IT/Telekommunikationsmitteln (Telefon, Mobiltelefon, Internet, Mail), der Presse (Zeitungen, Zeitschriften), der Unterhaltungselektronik (TV, Radio) und Büchern befriedigt werden. Nur 3 Personen (8%) attestieren den Medien keine Bedeutung. Obwohl einige Befragte keinen Fernseher oder Computer im eigenen Haushalt haben, verfügen diese beiden Medien über einen sehr grossen Stellenwert (je 79%). Dies entspricht in etwa dem Konsumverhalten der Schweizer Bevölkerung, welches sich in den letzten Jahrzehnten vor allem im Bereich der Internetnutzung beeindruckend entwickelt hat (1997 surfen



7% regelmässig im Internet, während es 2008 bereits 68% waren)¹.

Keineswegs vergessen sind die «klassischen» Medien wie Zeitungen, Zeitschriften, Bücher oder Radio. Vor allem Zeitungen (68%) und Bücher (71%) erfreuen sich bei den Befragten grosser Beliebtheit. Auch das Radio ist nach wie vor ein beliebtes Medium (66%). Hingegen haben die modernen elektronischen Medien wie Facebook oder YouTube (26%) eine eher marginale Bedeutung. Gerade mal 11% spielen täglich Video- oder PC-Games. Erfahrungen mit Online-Beratungen haben drei Personen gemacht. Die grosse Mehrheit der Mitarbeitenden konsumiert Bücher oder Kinofilme (je 92%), während knapp zwei Drittel der Besuchenden Bücher, resp. ein Drittel das Kinoangebot nutzen. Die Bibliothek wird von 19% der Besuchenden regelmässig frequentiert, während es bei den Mitarbeitenden 58% sind. Dieser augenfällige Unterschied könnte mit krankheitsbedingten Ängsten oder Zwängen, aber auch mit knappen finanziellen Mitteln zusammenhängen.

Weniger Fernsehkonsum als andere SchweizerInnen

Neun Personen deklarierten keinen TV-Konsum (24%). Trotzdem wird für dieses Medium am meisten Zeit auf-

gewendet, durchschnittlich 72 Minuten pro Tag. Dieser Wert liegt erstaunlicherweise deutlich unter dem statistischen Durchschnitt der deutschsprachigen Schweiz (142 Minuten) und der EU-Länder (225 Minuten)². Die Besuchenden setzen durchschnittlich pro Tag 100 Minuten für's Fernsehen ein, während die Mitarbeitenden 20 Minuten deklarierten.

Im Durchschnitt verbringen die Befragten 38 Minuten pro Tag vor dem Computer (Internet, Mail). Ein Drittel der Besuchenden (9 Pers.) nutzen diese Möglichkeit allerdings überhaupt nicht. Etwas mehr Zeit wird für Bücher lesen und Musik hören aufgewendet, wie aus obenstehender Grafik ersichtlich ist.

Tageszentrum

Im Tageszentrum stehen die gebräuchlichen Medien zur Verfügung (TV, Radio, Zeitungen, Zeitschriften, Bücher, Computer mit Internetzugang etc.). Gehört der Computer mit Internet- und Mailfunktion zu den selbstverständlichen Arbeitsmitteln der Mitarbeitenden, so sind auch einige Besuchende froh um den Internetzugang im TZ (35%). Zeitungen und Zeitschriften werden von gut 70% der Befragten im TZ regelmässig gelesen. Die restlichen Medien werden selten gebraucht.

Die Hälfte der Besuchenden hält fest, dass die vorhandenen Medien für ihren Besuch im TZ überhaupt keine Rolle spielen – die Begegnungen mit Menschen stünden im Zentrum.

Die Mitarbeitenden sehen in den Medien adäquate Mittel, die «Welt» ins TZ zu holen, Diskussionen anzuregen und den Horizont zu erweitern.

Zu den eingangs formulierten Hypothesen kann folgendes festgehalten werden:

Ein grundsätzlich anderes Medienverhalten der Menschen im TZ im Vergleich zu der in der Schweiz lebenden

Bevölkerung konnte nicht festgestellt werden, teils auch in Ermangelung relevanter Vergleichszahlen. Hervorzuheben ist jedoch der im Vergleich markant kleinere Fernsehkonsum der Befragten.

Über die Auswirkungen von Krankheit und Finanzen auf das Medienverhalten im TZ lassen sich vorsichtige Rückschlüsse ziehen. Offensichtlich werden Orte wie Bibliotheken oder Kinos von Besuchenden bedeutend weniger aufgesucht als von Mitarbeitenden. Gründe dafür könnten, wie bereits erwähnt, krankheitsbedingte Ängste oder Zwänge sein, aber auch

knapp finanzielle Mittel. Die Medien im TZ werden von vielen Besuchenden geschätzt, stehen jedoch nicht im Zentrum ihres Interesses während der Besuche. Für die Mitarbeitenden sind sie in erster Linie Arbeitsinstrumente.

□ *Andreas Furrer-Küttel*
Leitungsteam TZ

¹ *Panorama über Kultur, Medien und Informationsgesellschaft, Bundesamt für Statistik, Februar 2009*

² *Medienforschung ORF, http://mediaresearch.orf.at/index2.htm?international/international_fernsehen.htm*

Leben in einem Trugbild – Truman-Show-Wahn

Noch ehe der junge Mann die Lobby des Art-déco-Wolkenkratzers am Broadway im Süden Manhattans betreten hatte, fühlte er sich beobachtet. Das ist nicht schwer in New York. An vielen Kreuzungen überwachen Kameras das Kommen und Gehen, Polizeihelikopter kreisen über den Häuserschluchten, Boote der Küstenwache patrouillieren auf dem Hudson und dem East River. Zudem stehen an Strassenecken immer wieder Filmteams, und mit Fotoapparaten und Fotohandys ausgerüstete Touristen fallen täglich in Heerscharen in die Metropole ein.

Doch als er den Lift betrat, in den 35. Stock fuhr und schliesslich dem Psychiater Joel Gold in einem kleinen Eckzimmer mit Blick über die schwungvolle Brooklyn Bridge gegenüber sass, da glaubte er immer noch, dass jedes seiner Worte und jede seiner Bewegungen aufgezeichnet würden. Gold, der gewöhnlich im Bellevue-Spital der New York University arbeitet, hielt er nicht für einen Arzt, sondern für einen ziemlich guten Schauspieler. Sein ganzes Leben, so glaubte der Besucher, liefere das Rohmaterial für eine Realityshow mit Millionenpublikum. Und er wünschte sich sehnlich, dass die Sendung endlich abgesetzt würde.

Drehten sich Wahnvorstellungen früher oft um allmächtige Geheimdienste, unheimliche kosmische Strahlen oder göttliche Visionen, machen

sich heute vermehrt Hightech und Medien in den Köpfen breit. Psychiater präsentieren an Kongressen und in Fachjournalen Psychosen, die Internet, Computer, Mikrochips, Fernsehen oder Mobiltelefon integrieren. Realityshows, welche die Teilnehmer auf Schritt und Tritt verfolgen und Bild und Ton sogleich in die weite Welt ausstrahlen, sind prädestiniert, Material für solchen Wahn zu liefern. Während Psychiater sicher sind, dass sich mit dem kulturellen Umfeld auch die Geisteskrankheiten wandeln, debattieren sie nun, ob moderne Technik nur neuen Stoff liefere oder ob sie womöglich manchen verrückt mache, der sonst gesund geblieben wäre.

Vier weitere mit ähnlichen Symptomen folgten – alle gut ausgebildet, männlich, im Alter von 25 bis 34 Jahren. Die Diagnosen fielen unterschiedlich aus. Einer war manischdepressiv, ein anderer schizophren, ein Dritter erlebte psychotische Schübe durch Drogenkonsum. Doch sie teilten die Wahnvorstellung, in einer Welt zu leben, wie sie der Kinofilm «Die Truman-Show» von 1998 porträtierte. In dem Streifen entpuppt sich das Leben des von Jim Carrey gespielten Truman Burbank als ein aufwendig produziertes TV-Trugbild.

Drei von Golds Patienten erwähnten den Film ausdrücklich. Deshalb nannte der Psychiater das Phänomen Truman-Show-Wahn.

Gemeinsam mit seinem Bruder Ian Gold, Psychiatrie-Philosoph an der kanadischen McGill University, vermutet Joel Gold hinter dem Truman-Syndrom noch mehr: Die Medien könnten aufgrund eines neuen, noch unentdeckten Mechanismus so auf die Psyche einwirken, dass es zu den beobachteten Wahnvorstellungen kommt. Die Arbeitshypothese der beiden Brüder: Die Allgegenwart von Fernsehen, Kamera und Internet mag für manche Menschen einen solchen Stressfaktor bedeuten, dass sie die obsessive Vorstellung auslöst, ihre Welt sei auf Dauersendung.

Dahinter steckt die provokante These, dass die Medien heute manche Person in den Irrsinn treiben. So hatten Golds Truman-Patienten interessanterweise keine psychiatrische Vorgeschichte. Aber der Arzt gesteht: «Diese Frage lässt sich nicht kurzfristig beantworten.» Vielleicht löst sich das Truman-Syndrom mit neuen Fernsehformen so schnell in Luft auf, wie es gekommen ist. Denn ist ein Thema erst einmal nicht mehr aktuell, verschwindet es aus den von Psychosen gepeinigten Köpfen, wie einst animalischer Magnetismus oder Telegrafie.

Auszug aus einem Artikel von Dr. Hubertus Breuer (Brooklyn, NY), erschienen im Tagesanzeiger vom 8.5.2009

Dank und Bitte

Herzlichen Dank für all die Spenden, welche wir im Laufe dieses Jahres entgegen nehmen durften. Zweckgebundene Spenden können Sie mit dem Vermerk Ferien auf dem Einzahlungsschein tätigen, diese sind dann ausschliesslich für unser jährliches Ferienangebot bestimmt, welches auch in diesem Jahr wieder grossen Anklang fand. Mit allen übrigen Spenden unterstützen Sie die Stiftung Phönix in der Wahrnehmung der vielfältigen Aufgaben, welche sie laut Stiftungsurkunde im Kanton Zug hat. Die Öffentlichkeit zum Thema psychische Krankheit und Behinderung zu informieren und damit zum Abbau von Vorurteilen beizutragen, ist eines unserer Ziele. Mit dem Phönix-Brief und unserer Homepage unter www.phoenix-zug.ch versuchen wir, Informationen leicht zugänglich zu machen und sowohl interessierte als auch von psy-

chischen Leiden betroffene Menschen anzusprechen. Wir haben zur Stiftung und unseren Betrieben auch eine Power-Point-Präsentation erstellt, welche anschaulich zeigt, wie unsere konkrete Arbeit aussieht. Die Präsentation wurde nicht breit gestreut, um nicht unnötig Ressourcen zu verschwenden. Gerne können Sie aber die CD bei uns bestellen oder ausleihen, falls Sie Interesse daran haben, sich unsere Arbeit konkreter vorstellen zu können. Wir wünschen Ihnen allen eine schöne Vorweihnachtszeit und frohe Festtage und bedanken uns im Namen der von uns begleiteten und betreuten Menschen ganz herzlich für Ihr Interesse und Ihre Unterstützung.

Yvonne Lüdi; Geschäftsleitung

Digitalisierung

Verstauben Ihre Schallplatten im Wohnzimmer?

Ab 2010 digitalisieren BesucherInnen des TZ in einer leistungsfreien Atmosphäre alte Schallplatten oder Musikkassetten. Dieses neue Angebot ist in dreifacher Hinsicht ein Gewinn:

- Neben unseren kreativen und handwerklichen Angeboten erhalten die BesucherInnen eine Beschäftigungsmöglichkeit mit modernen elektronischen Apparaturen und Techniken.
- Für den Aufbau und die Betreuung dieses Angebotes konnten wir in Zusammenarbeit mit der IV-Regionalstelle Zug für einen Besucher des Tageszentrums einen Integrationsarbeitsplatz einrichten.
- Für die Lieblingsmusik aus Ihren Jugendjahren bieten wir mit der Digitalisierung auf CDs eine professionelle Lösung!

Das Projekt ist noch in der Aufbau-phase. Ab Frühjahr 2010 digitalisieren wir gerne Ihre analogen Tonträger. Nähere Informationen erhalten Sie im Tageszentrum (041 / 761 84 30 oder tz@phoenix-zug.ch).

In eigener Sache

Per 1. Oktober 2009 hat Frau Yvonne Lüdi, bisher Mitglied der Geschäftsleitung, den Vorsitz der Geschäftsleitung in der Stiftung Phönix von Herrn René Burkhalter übernommen. René Burkhalter bleibt weiterhin Mitglied der Geschäftsleitung, muss aber aus gesundheitlichen Gründen etwas kürzer treten.

Agenda

28. und 29. November 2009

Bazar

In der psychiatrischen Klinik Zugersee

*Mit vielen Attraktionen, Tombola,
Selbstgemachtem, Verpflegung*

Ein Besuch lohnt sich!

Programm siehe Beilage

In folgenden beiden Angeboten des Tageszentrums gibt es noch freie Plätze!

Abendtreff

Dienstagabend 17 bis 21 Uhr

Sonntags-Brunch

Jeden ersten Sonntag im Monat 10 bis 15 Uhr

*Mit den neuen Angeboten sollen psychisch
beeinträchtigte Menschen angesprochen
werden, die bisher nicht am Angebot des TZ
teilnehmen konnten und ihre freie Zeit als
belastend erleben.*