Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Zentrum für Interdisziplinäre Suchtforschung (ZIS)

Fachtagung „Abenteuer Nachtleben!“

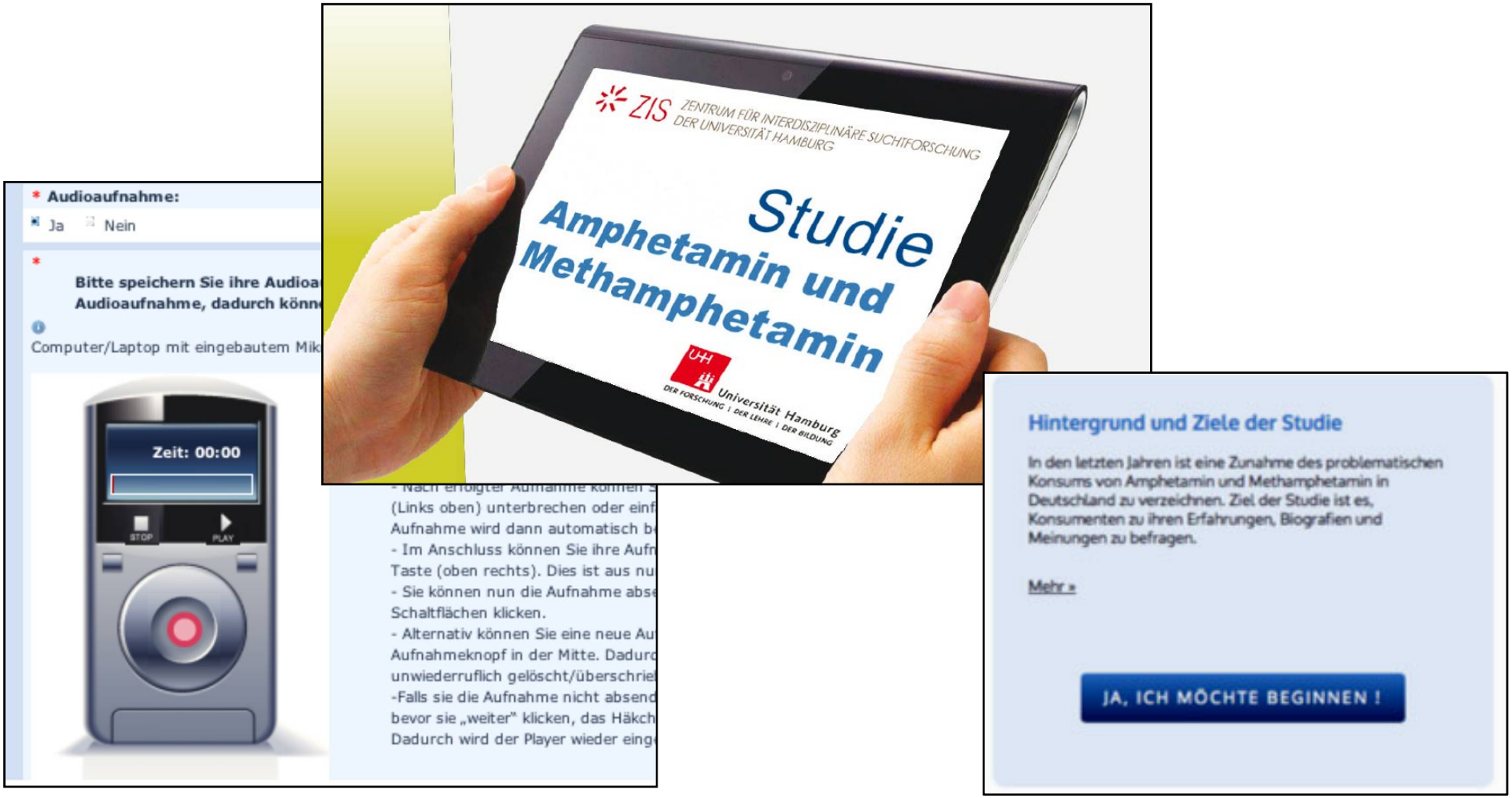
anlässlich des 20-jährigen MINDZONE Jubiläums 29.09.2016, in München

Breaking-Meth – ein virtuelles Selbsthilfe-Angebot

Sascha Milin

ZIS
Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

Die „Methstudie“ des ZIS (2013-2014)



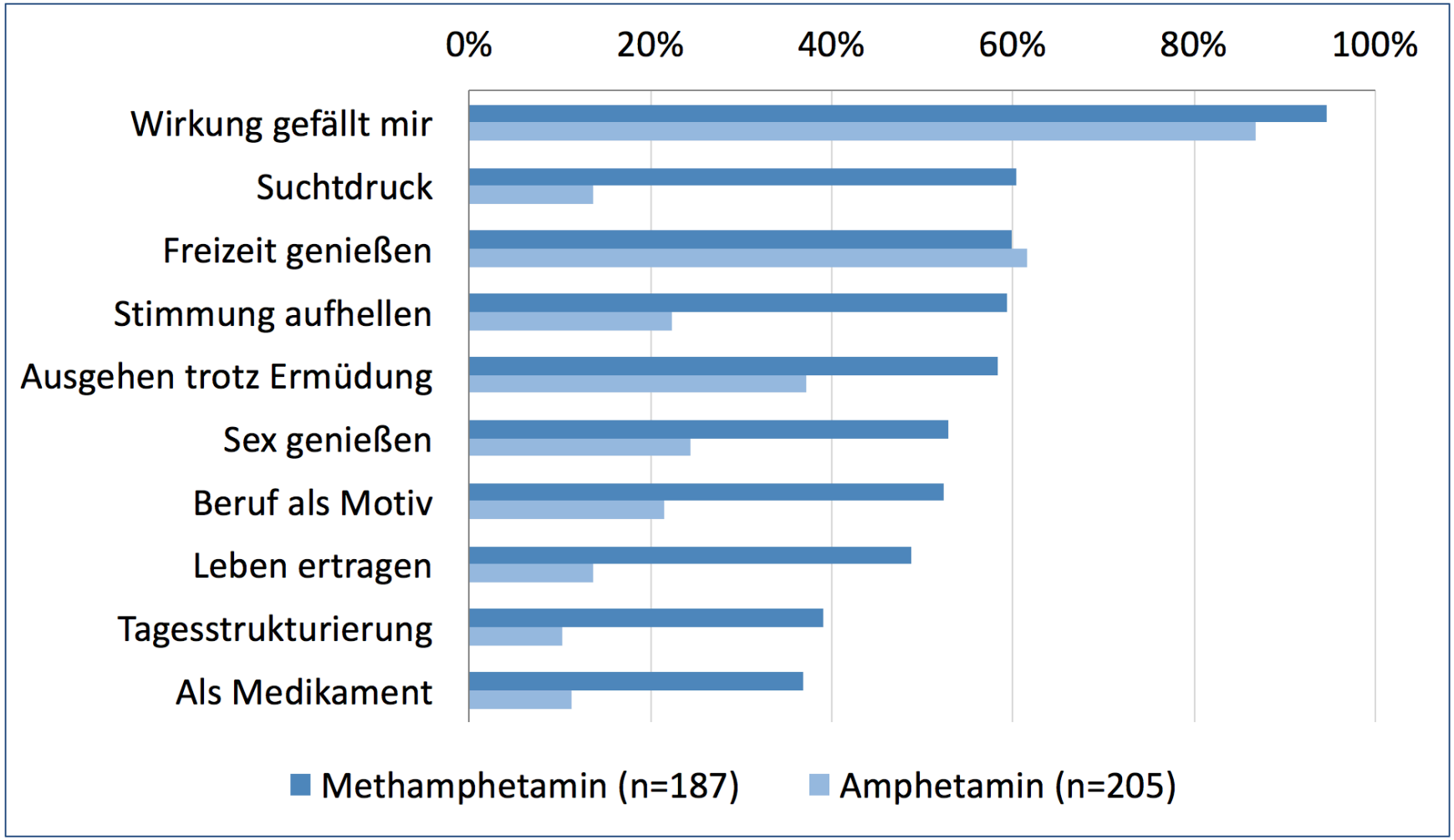
Die „Methstudie“ des ZIS (2013-2014)

Fragen zur Konsummotivation

* **In wieweit treffen folgende Konsumgründe für Amphetamin / Methamphetamin auf Sie zu? Bitte bewerten Sie:**

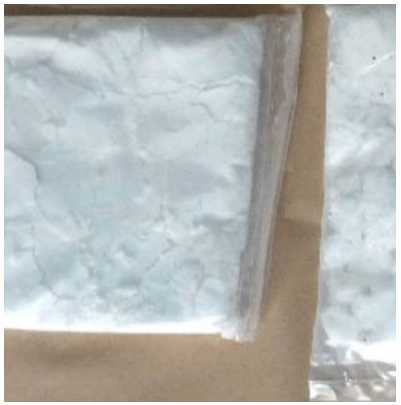
	anfänglich				später			
	gar nicht	etwas	ziemlich	sehr	gar nicht	etwas	ziemlich	sehr
mir gefällt die Wirkung	○	○	○	●	○	○	●	○
mich reizt es, etwas Gefährliches zu tun	○	○	●	○	●	○	○	○
Lebensfrust / mein Leben ertragen	○	●	○	○	○	○	○	●
um bei Freizeitaktivitäten mehr Spaß zu haben	○	○	○	●	○	○	●	○
um beim Sport leistungsfähiger zu sein	●	○	○	○	○	●	○	○

Die „Methstudie“ des ZIS (2013-2014)



Quelle: [...] Personengruppen mit missbräuchlichem Konsum und Ansatzpunkte für präventive Maßnahmen, www.methstudie.de/ats-bericht.pdf

Amphetamin / „Speed“



„Ein räudiges Zeug, aber es tut seine Wirkung“

- Sporadisch vs. sehr häufig/langjährig Konsumierende
- Mischkonsum: mit Alkohol, MDMA u. Cannabis. 2. exzessive Muster
- Problemwahrnehmung häufig vorhanden
- Konsum („ziemlich“ bzw. „sehr“) bei ca. 20% auch im Beruf

„Ohne könnte ich es [feiern] mir kaum noch vorstellen“

„Es macht richtig Spass, wie man die Musik spürt“ / „es macht sozialer“

„auch nach viel Alkohol“ / „bei der After Hour lange durchhalten“

„Man teilt sich mit Freunden ein Geheimnis auf der dreckigen Partytoilette“

„Ich halte mich an die Safer Use Regeln“ / „heute nur noch ganz selten“

Kristallines Methamphetamin/„Crystal“

„Ein Fluch und ein Segen“

- Freizeitbereich als Einstiegskontext
- Exzessive Euphorie und sexuelle Motive vordergründig
- Negatives Image
- Steigende Bedeutung in urbanen (schwulen) Sexparty-Szenen

„Mir hat beim ersten Mal der Kick unglaublich getaugt“

„Exzessiv durchtanzen, [...] Probleme ausblenden [...] Frauen ansprechen“

„auf Sexpartys. Um besseren schnelleren Kontakt zu kriegen“

„Kiffen nur um was zu tun zu haben. Zum Runterkommen Benzos + GHB“

Breaking-Meth: Besonderheiten bei Crystal-Konsumierenden

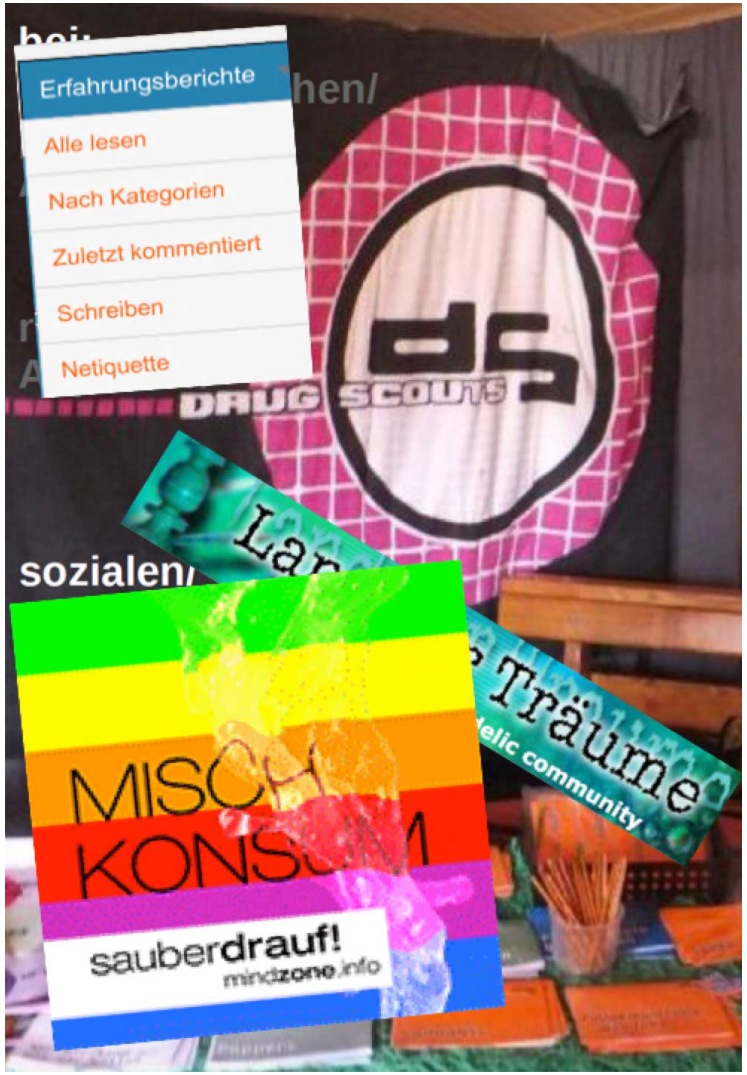
„Auf dem Land gibt es keine passenden Selbsthilfegruppen“

Breaking-Meth: Besonderheiten bei Crystal-Konsumierenden

„Auf dem Land gibt es keine passenden Selbsthilfegruppen“

„In meinem Beruf ist Anonymität oberstes Gebot“

Breaking-Meth: Besonderheiten bei Crystal-Konsumierenden



„Auf dem Land gibt es keine passenden Selbsthilfegruppen“

„In meinem Beruf ist Anonymität oberstes Gebot“

„Drug Scouts [Alice, Mindzone, ...], die kennen sich aus!“

Quelle: [...] Personengruppen mit missbräuchlichem Konsum und Ansatzpunkte für präventive Maßnahmen, www.methstudie.de/ats-bericht.pdf

Startseite

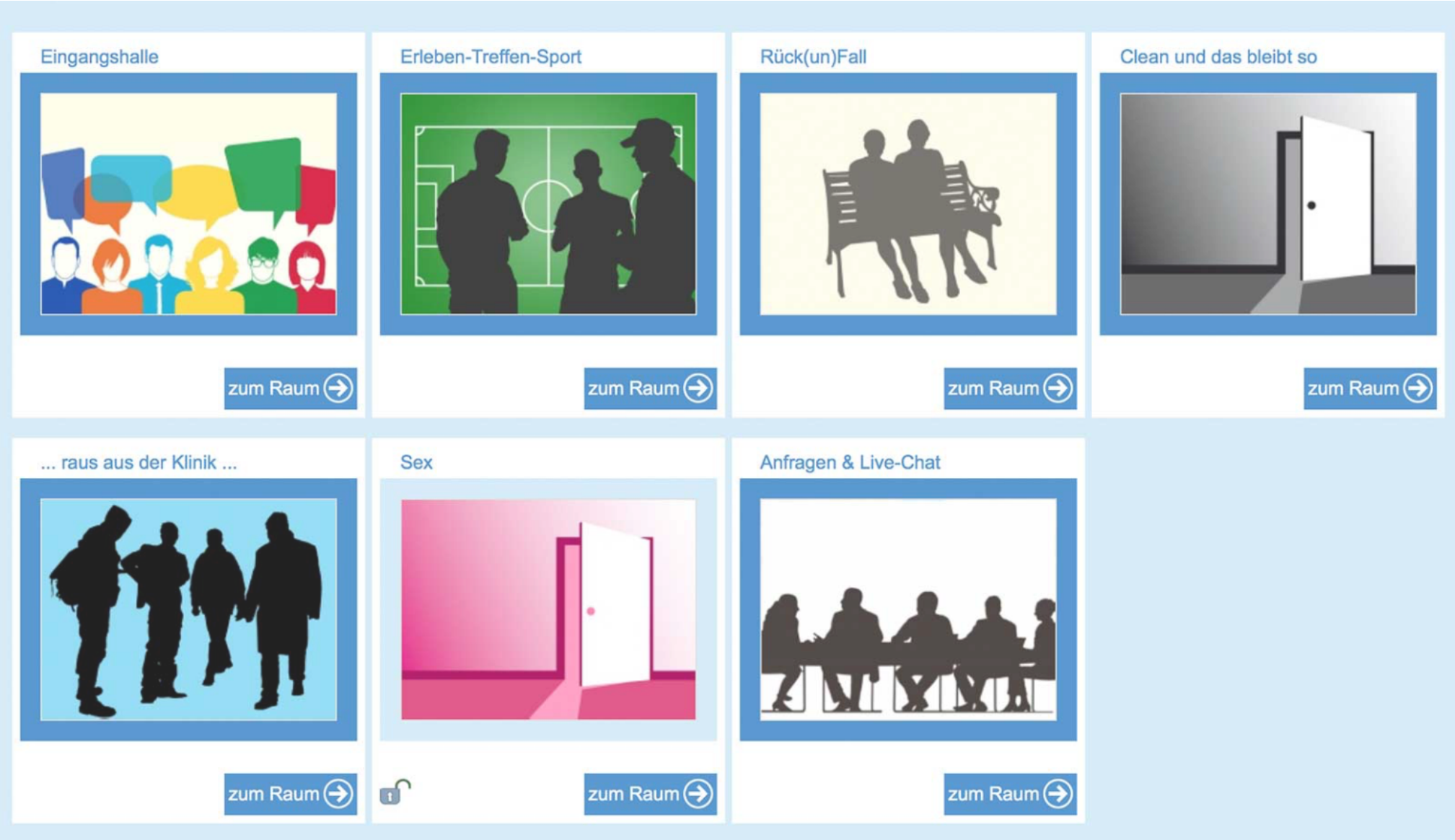
Diskussionsräume Einloggen
BREAKING METH
ein Selbsthilfe-Angebot für Menschen mit Methamphetamin / Crystal – Erfahrung
Startseite Allg. Informationen Betreiber, Recht und Datenschutz NOTFALL, Hilfe und Information

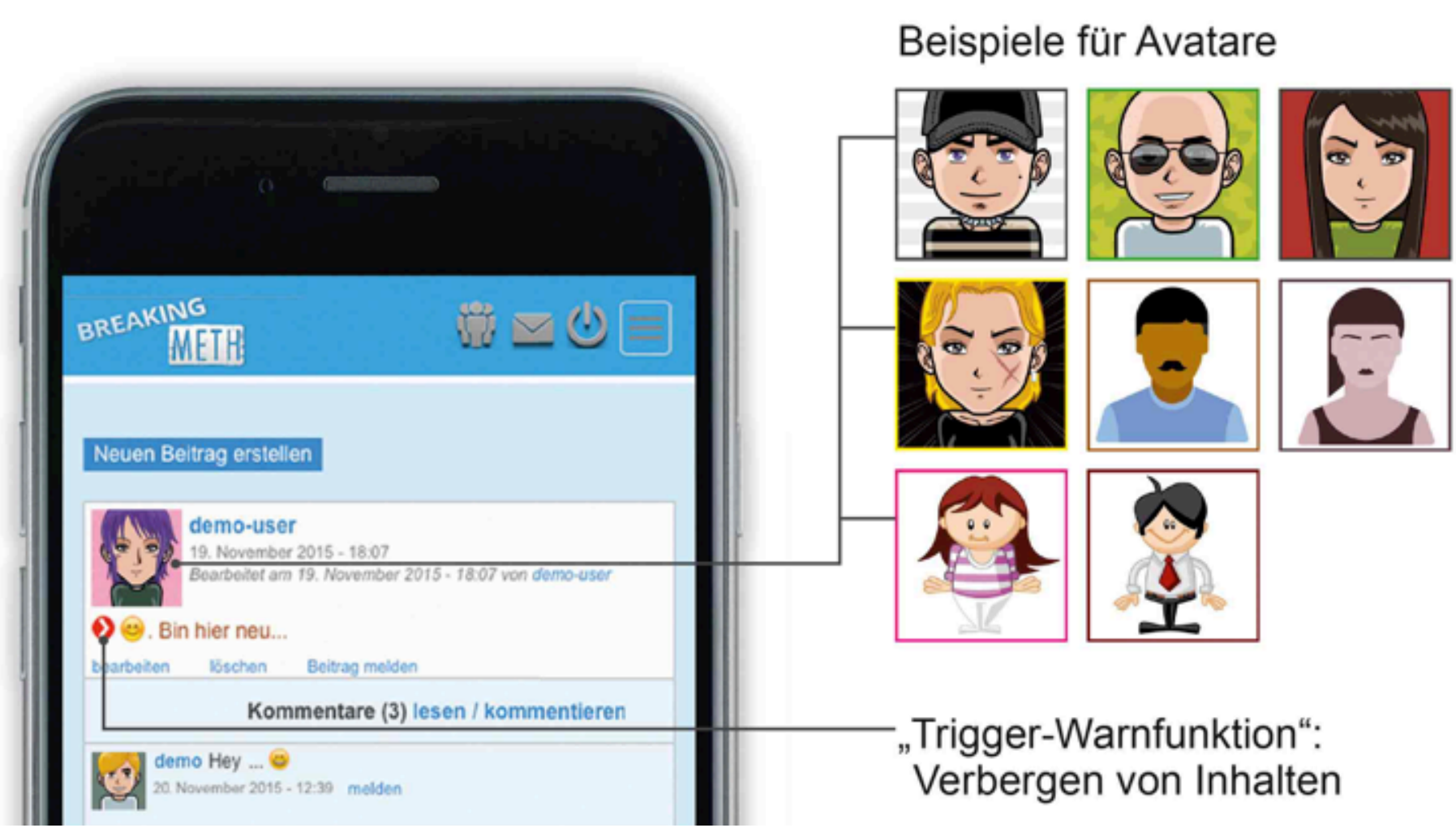
NOTFALL, Hilfe und Information
Mitgliedsanmeldung

Frei zugänglicher Informationsbereich

1. Hilfe im Notfall
2. Telefon-Hotlines (bundesweit und regional)
3. Chat-Beratung
4. Online-Foren
5. Hilfs-, Beratungs- und Therapieangebote, Rechercheseiten nach Bundesland
   a. Beratungseinrichtungen
   b. Elternberatung
   c. Suchtmedizinische Schwerpunktpraxen
   d. Ambulante und stationäre Suchttherapie
6. Selbsthilfegruppen
7. Drogenaufklärung und Schadensminimierung

Breaking-Meth – ein virtuelles Selbsthilfe-Angebot




BREAKING METH
Neuen Beitrag erstellen
demo-user
19. November 2015 - 18:07
Bearbeitet am 19. November 2015 - 18:07 von demo-user
. Bin hier neu...
bearbeiten
löschen
Beitrag melden
Kommentare (3) lesen / kommentieren
demo Hey ...
20. November 2015 - 12:39
melden
Beispiele für Avatare
„Trigger-Warnfunktion“:
Verbergen von Inhalten

Breaking-Meth.de

Konsumierende
mit beginnender Problemwahrnehmung

Abstinente
nach einer Suchtherapie

Therapieerfahrene
Komplementär zu Beratung und Behandlung

Themen und Bedarfe der MitgliederInnen

- Klärung von Unsicherheiten in Bezug auf körperliche und psychische Begleiterscheinungen
- Fragen zum ambulanten und stationären Hilfesystem
- Möglichkeiten der Risikominimierung und Konsumreduktion, wenn der Konsum (noch) nicht eingestellt werden kann
- Hilfe bei Lebensproblemen, Fragen zur Freizeitgestaltung nach Beendigung des Konsums
- Unterstützung bei der Rückfallprophylaxe und beim Umgang mit Rückfällen

Durchführung von Online-Fokusgruppen

Durchführung von Online-Fokusgruppen

follow

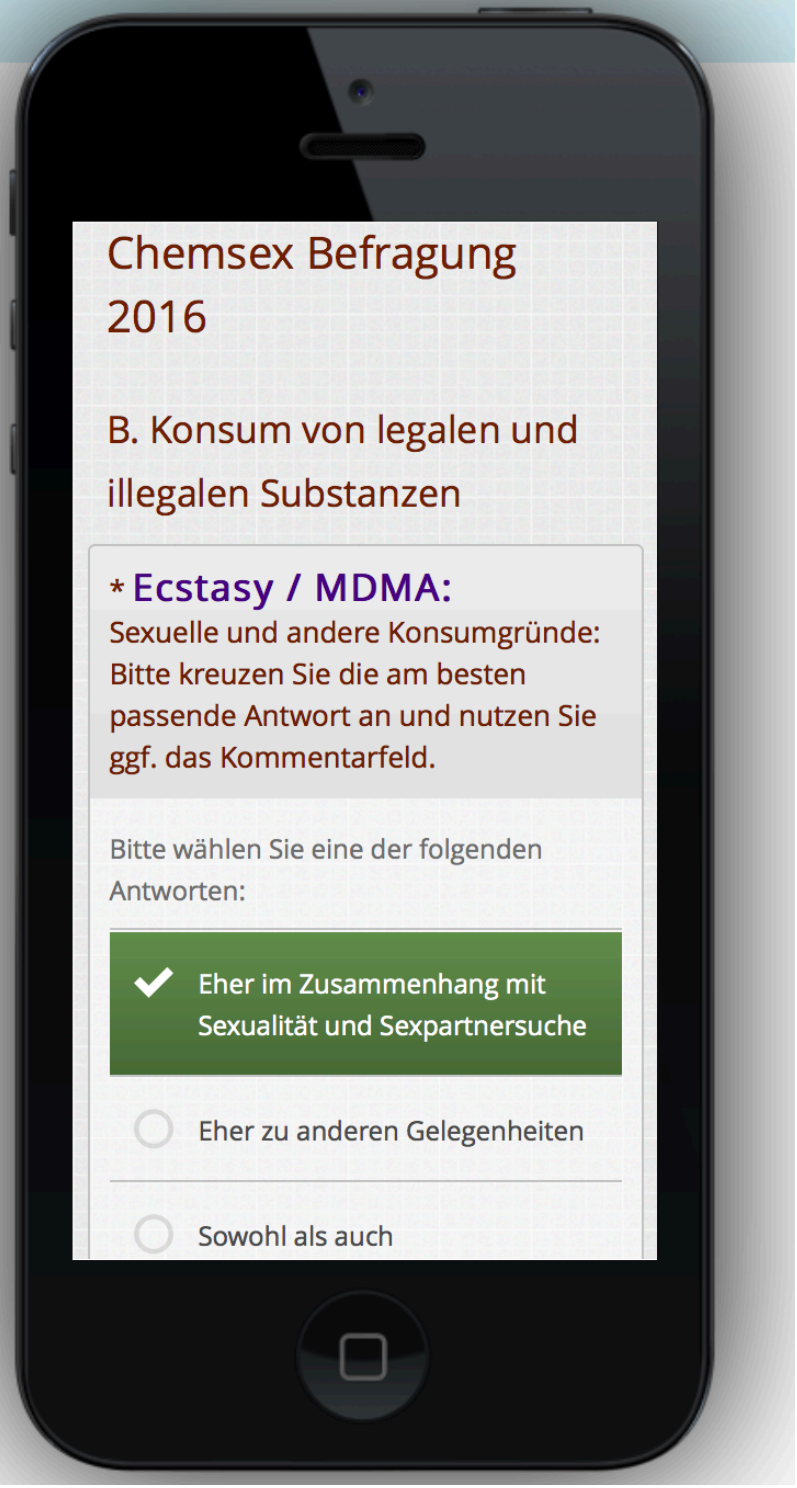
Ich habe viele positive aber auch negative Erfahrungen gesammelt. Es gibt schlecht Termine bei Beratungsstellen, teilweise alle 4 Wochen, hängt natürlich von der Gegend ab wo du bist. 😬

Ich finde es ehrlich gesagt zum Kotzen, dass es Beratungsstellen gibt die dich erst 5 mal in einer Motivationsgruppe sehen wollen bevor sie mit dir den Antrag für eine Langzeittherapie abschicken. Ich selbst wäre zu Konsumzeiten völlig "verfilmt" niemals in der Lage gewesen, am hellichten Tage mehrmals in eine Beratungsstelle zu gehen. Geschweige denn mich in eine Gruppe zu setzen mit mehreren Leuten.

Das "Sie" kann ich auch nicht besonders leiden. Das schafft so eine Distanz, das wenn man wirklich total am Ende sein sollte und dringend hilfe braucht.

Chemsex-Befragung

A	Person und Region
B	Konsum von legalen und illegalen Drogen
C	Gesundheit und Lebensverhältnisse
D	Partnerschaft und Sexualverhalten
E	Lebensumstände, Lebens-probleme und Bedürfnisse



Themen und Bedarfe der MitgliederInnen

- Klärung von Unsicherheiten in Bezug auf körperliche und psychische Begleiterscheinungen
- Fragen zum ambulanten und stationären Hilfesystem
- Möglichkeiten der Risikominimierung und Konsumreduktion, wenn der Konsum (noch) nicht eingestellt werden kann
- Hilfe bei Lebensproblemen, Fragen zur Freizeitgestaltung nach Beendigung des Konsums
- Unterstützung bei der Rückfallprophylaxe und beim Umgang mit Rückfällen

Erkenntnisse aus dem Betrieb des Online-Portals

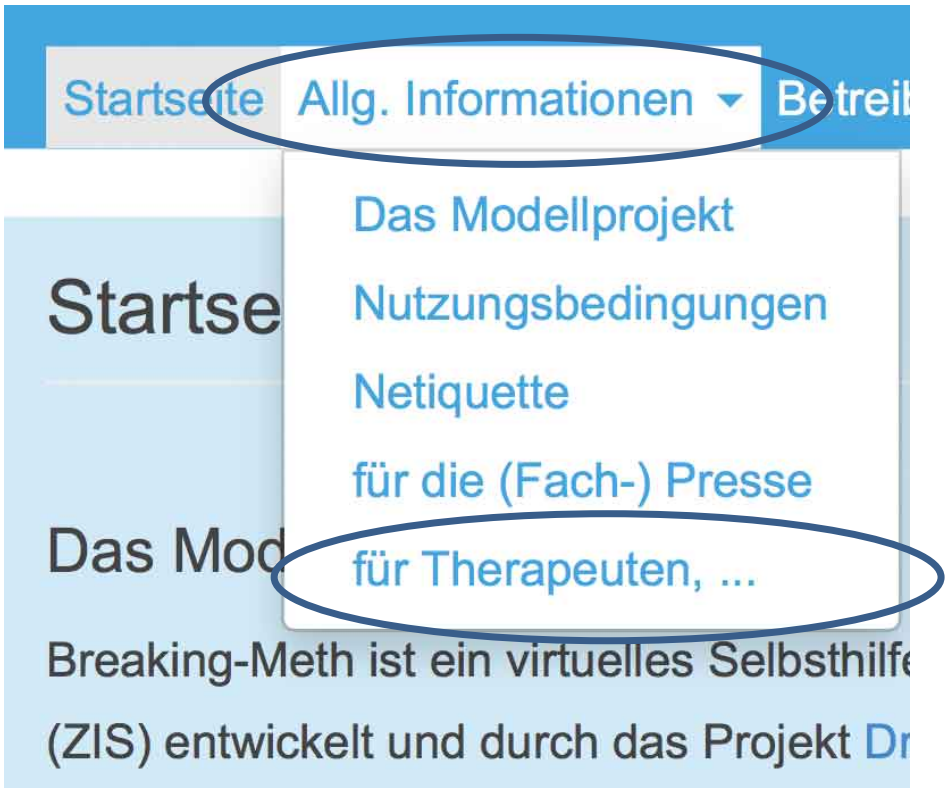
- Die Erreichung von Akzeptanz, Passgenauigkeit und Attraktivität erforderte umfassende Maßnahmen zur Aktivierung der Mitglieder
- Zufriedenheit und Nutzungsverhalten ließen sich verbessern durch Maßnahmen wie eine Frage der Woche, Live Chats und zusätzlichen automatisierten Email-Benachrichtigungen.
- Gewünscht und akzeptiert wurde ein verstärktes Einbringen von neuen Inhalten sowie von Tipps und Ratschlägen durch die Moderation

laufende Anpassungen / Erweiterungen

- Spezifisches Lexikon als frei zugänglicher Informationsbereich, basierend auf der S3-Leitlinie sowie internationalen Ratgebern (u.a. NEPTUNE-Manual)
- Bereitstellung von Materialien (z.B. Konsumtagebücher) in einer Materialsammlung
- Erprobung eines Konsumreflexionsraumes zur Anleitung der angemeldeten Teilnehmer, unterstützt durch technische Funktionen
- Orientierung an Empfehlungen zu web-basierten Intervention (WBI), z.B. Quizzes

Unterstützung für Fachleute auf breaking-meth.de

Allg. Informationen -> für Therapeuten, ...



- Kontaktformular
- Bestellen von Info-Material
- Download-Bereich
- Schulungen
- Veröffentlichungen unter

www.methstudie.de

UKE HAMBURG

Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Zentrum für Interdisziplinäre Suchtforschung (ZIS)

Martinistraße 52
D-20246 Hamburg

Ansprechpartner: Sascha Milin, MA

Telefon: 040 - 7410-58347
s.milin@uke.de
www.uke.de

Substanzgebrauch, Sexualität und Gesundheit 2016

Anonyme Online-Umfrage

https://breaking-meth.de chemsex.methstudie.de www.methstudie.de