

Lichtblick

II

Digitalisierung im
Bereich Teilhabe

III

Soziale Medien beför-
dern Essstörungen – ein
Projekt soll vorbeugen

IV

Online-Beratung für
Menschen mit Sucht-
erkrankungen

Impressum
Lichtblick

Redaktion:
Gabriela Crisand

Grafik:
Julia Koch

Caritasverband
Mannheim e.V.
B 5, 19a
68159 Mannheim
T 0621/126 02-0
info@
caritas-mannheim.de

Liebe Leserinnen und Leser,

IT durchdringt immer mehr das Leben. Manchmal erschrecke ich, wenn ich den Wochenbericht auf dem Smartphone sehe und lese, wie viele Stunden am Tag ich online war. Vieles geht nur noch online, z. B. die Grundsteuererklärung, an der ich Stunden zugebracht habe und deretwegen mein Nachbar sich hilflos an mich gewandt hat, wie er das für sein Gartengrundstück machen solle. Er müsse ja nie eine Steuererklärung machen, und Elster war für ihn höchstens der Name einer Apfelsorte. Klar kann der PC Senior:innen digitale Teilhabe ermöglichen – in Chatrooms, beim Einkauf, beim Erledigen von Behördenaufgaben, beim Kontakthalten mit weit entfernten Enkeln etc. Als die Heime während Corona geschlossen waren, gab es Skypen mit Angehörigen. Bei all dem dürfen wir aber nicht die Menschen aus dem Blick verlieren, die mit der digitalen Welt nicht klar kommen. Sei es, weil sie nicht das notwendige Geld für eine gute Ausstattung haben, sei es, weil sie mit der Technik nicht umgehen können. Es muss immer auch die Möglichkeit geben, das Lebensnotwendige analog zu erledigen. Dafür setzen wir uns als Caritas ein.



Regina Hertlein
Vorstandsvorsitzende
Caritasverband Mannheim e.V.

Digitalisierung ist Fluch und Segen

Text – Gabriela Crisand

Manche Menschen mit psychischer Erkrankung sind von den digitalen Möglichkeiten überfordert.

„Hilfreich ist die Digitalisierung bei der Suche nach Ärzt:innen, therapeutischen Angeboten, Wohnungen, Freizeitangeboten und Online-Shopping“, berichtet Manfred Kubla, Leiter des Monikaheims. Er weiß aber auch, dass die Bewohner:innen ohne die Unterstützung der Betreuer:innen hilflos wären. „So müssen manche Einkäufe storniert und fehlerhafte Terminvereinbarungen berichtigt werden“, sagt er und bemerkt, „dass man-

che einfach überfordert sind, aber dies nicht als Benachteiligung empfinden.“ Höherwertige Handys und Tablets wünschen sich viele, denn die Nutzung dieser Geräte nimmt zu und damit auch der Bedarf an größeren Displays.

„Manche Bewohner:innen und Rehabilitant:innen sind überfordert. In dem Fall müssen die Bezugsbetreuungen bzw. der Sozialdienst unterstützend tätig werden“, erklärt Gisela Müller, Leiterin des Roman-Nitsch-Hauses und des Elisabeth-Lutz-Hauses. „Für digitale Anträge wie Behördenangelegenheiten stehen Computer in unseren Einrichtungen zur Verfügung.“ Als hilfreich bezeichnet Müller die Digitalisierung vor allem in arbeitstherapeutischen Bereichen.

Ähnlich sieht es bei den Bewohner:innen im St. Anna-Haus aus. „Die Mehrzahl unserer Bewohner:innen besitzen ein einfaches Handy und kein Smartphone.

Der Umgang damit ist eher schwierig,“ erklärt Sandra Haas, Leiterin des St. Anna-Hauses.

Während Corona profitierten alle von digitalen Videokonferenzen. „So wurden während der Pandemie Visiten per Videokonferenz durchgeführt oder auch Termine von Psychiater:innen und Psycholog:innen.“

Die Neueinrichtung von W-LAN im Café 2021 wurde positiv aufgenommen. „Bei den jüngeren Klient:innen besteht sehr großes Interesse an den technischen Fortschritten, bei den älteren eher keins.“ Außerdem macht sie darauf aufmerksam, dass die Älteren somit leicht den Anschluss verlieren und sich ohnehin mit einem Taschengeld von 137 Euro im Monat entsprechende Geräte erst gar nicht leisten können. Die Digitalisierung ist Fluch und Segen. So können Abläufe optimiert und Angebote für die Klient:innen verbessert werden. Dabei sind die kostenlosen W-LAN-Zugänge wichtig und in allen Häusern der Eingliederungshilfe nun auch umgesetzt. Sie erleichtern die soziale Teilhabe.

In der operativen Arbeit ist die Digitalisierung nicht mehr wegzudenken. So findet die komplette Dokumentation inzwischen systemgestützt statt und wird entsprechend dem Bundesteilhabegesetz weiterentwickelt. Jutta Lindner, Leiterin der Abteilung Teilhabe, ist zuversichtlich, dass die Digitalisierung in allen Arbeitsbereichen nach und nach umgesetzt wird.



◀ Eine Bewohnerin des Roman-Nitsch-Hauses in der Arbeitstherapie – dort helfen digitale Angebote.



Mehr Schein als Sein

Text – Gabriela Crisand

Das Projekt „Snow White“ soll die Medienkompetenz stärken und damit Essstörungen vorbeugen.

„Die Tragik ist, dass Essstörungen zu spät erkannt werden,“ bedauern die beiden Sozialarbeiterinnen Charlotte Zimmer und Ann-Kathrin Truber. Sie starteten vor wenigen Monaten „Snow White – lass dich nicht verführen“ als Präventionsprojekt der Suchtberatung, um genau dieser Gefahr vorzubeugen. Sind Essstörungen und andere psychische Auswirkungen schon fortgeschritten, ist es umso schwieriger diese zu heilen.

„Wir versuchen in unsere Arbeit auch die Eltern mit einzubinden, denn oft liegt das Verhalten der Betroffenen im Verhalten des Umfeldes mitbegründet“, erklären Truber und Zimmer. Die Digitalisierung ist manchmal mehr Fluch als Segen, wenn man die Auswirkungen der Sozialen Medien wie Instagram betrachtet. „Hier werden Schönheitsideale vermittelt, die nicht real sind, und Diäten und entsprechende Produkte werden von Influencer:innen als Lösung beworben.“ Das fördert den ständigen Vergleich und damit die Bewertung des eigenen Körpers. „Wie schädlich das ist, erfahren immer mehr junge Menschen.“



^ Charlotte Zimmer (l.) und Ann-Kathrin Truber hielten den ersten Workshop am Elisabeth-Gymnasium ab.

Mit dem Projekt soll über die Nachteile und die verheerenden Auswirkungen der körperlichen Ideale „schöner, schlanker, perfekter“ aufgeklärt werden. Keine leichte Aufgabe, wenn man die Verweildauer und Zeit betrachtet, die Zwölf- bis Neunzehnjährige auf den Kanälen der Sozialen Medien verbringen.

„Und jetzt geht es auch nicht nur um diese Altersgruppe“, berichtet Zimmer von Nachfragen der Sozialarbeiter:innen und Lehrer:innen aus den Grundschulen. Immer mehr jüngere Kinder sind betroffen, da sie früher mit Handys ausgestattet und so dem Einfluss schutzlos ausgesetzt sind. Es geht wie so oft um Äußerlichkeiten, die als erstrebenswert gelten, und weniger um innere Werte.

Das Präventionsprojekt „Snow White – lass dich nicht verführen“ soll Essstörungen bei Kindern und Jugendlichen vorbeugen. Dazu wird vor allem die Medienkompetenz gestärkt, denn Soziale Medien propagieren extreme Schönheitsideale, die das Risiko von Essstörungen erhöhen. „Die Ideale, die in den Sozialen

Medien vorgelebt werden, scheinen die Normalität zu sein, haben aber in Wahrheit mit der Realität nichts zu tun. Durch die enorme Zeit, die am Handy konsumiert wird, wirkt das wie ein Verstärker. Wir müssen präventiv gegen diese Körperbildverzerrungen vorgehen“, betont Zimmer. Gemeinsam mit ihrer Kollegin verweist sie auf die Kooperation mit Schulsozialarbeiter:innen sowie Beratungs- und Präventionslehrer:innen. „Wer meint, es betreffe nur die jungen Mädchen, täuscht sich“, sagt Zimmer und berichtet von vermehrtem gestörtem Essverhalten bei jungen Männern, die durch restriktives Essen zum Muskelaufbau und zur Körperfettreduzierung auf eine gesunde Ernährung verzichten und ähnliche Symptome aufweisen wie bei der Anorexie.

Mit dem Projekt, das die SWR Herzensache für drei Jahre finanziert, treffen die beiden den Puls der Zeit, „denn das Tragische dabei ist, dass eine Essstörung lebenslang bleibt, wenn sie nicht frühzeitig erkannt und behandelt wird.“

Online-Beratungen bieten große Chancen

Text – Gabriela Crisand

Die Suchtberatung baut das virtuelle Angebot kontinuierlich aus und kann damit neue Zielgruppen erreichen.

„Hallo, ich bin 32 Jahre alt und ich denke, ich habe ein Problem. Meine Freunde, aber vor allem meine Exfreundin, haben mich darauf aufmerksam gemacht, dass ich regelmäßig zu viel Alkohol trinke. Anfangs habe ich mir diese Aussagen nicht zu Herzen genommen, aber dann hat mich meine Freundin verlassen, weil ich getrunken habe und trotzdem Auto gefahren bin. Da es mir auch psychisch mit der Situation zunehmend schlechter geht und ich, seit mich meine Freundin verlassen hat, noch viel mehr trinke, hoffe ich, dass mir eine Beratung vielleicht helfen könnte“, so ein Klient in der Online-Beratung.

Eine schnelle, zeitgemäße, unkomplizierte und individuelle Beratung anzubieten, lautete das Ziel, als vor drei Jahren die Suchtberatung online ging. So war die Kontaktaufnahme rund um die Uhr gewährleistet, und es wurden Gruppen angesprochen, die man bislang nicht erreicht hatte. „Die Online-Beratung birgt Chancen und Risiken“, weiß Beate Dörflinger, Leiterin der Suchtberatung von Caritas und Diakonie. Sie entschied sich dazu, das digitale Angebot weiter auszubauen.

Künftig wird die Suchtberatung von Caritas und Diakonie die Plattform Digi-Sucht für die Online-Beratung nutzen. Diese bundesweite Plattform wird aktuell im Rahmen einer Modellphase getestet und evaluiert, an der 40 Suchtberatungsstellen mit mehr als 80 Berater:innen aus 13 Bundesländern beteiligt sind. Im Laufe des Jahres sollen weitere Beratungsstellen an die Plattform angeschlossen



werden, so dass sukzessive möglichst alle Personen ein Beratungsangebot erhalten können. Ziel ist es, die Plattform und das Angebot der Online-Beratung kontinuierlich auszubauen und weiterzuentwickeln. Es geht darum, allen Betroffenen, Angehörigen und Interessierten einen anonymen und damit niedrigschwelligeren Zugang zum Beratungsangebot zu ermöglichen. Dies soll durch unterschiedliche Formen stattfinden: E-Mail-Beratung, Chat-Beratung, Video-Beratung.

„Die große Chance der Online-Beratung sehen wir darin, dass Distanzen überbrückt werden können“, betont Beate Dörflinger. „Die bisherigen Angebote

wurden erweitert, Kontakte lassen sich leichter anbahnen, die Online-Beratung kann leichter in den Alltag eingebaut werden, und die Anonymität und die Ansprache von Tabuthemen wird auf jeden Fall erleichtert“, berichtet sie von den Erfahrungen.

Zielgruppen für eine klassische Online-Beratung sind weiterhin Betroffene, Angehörige und Interessierte sowie Menschen, die lieber schreiben, und Menschen, für die Nähe zu schwierig ist. Aber auch die Überbrückung örtlicher Abwesenheit ist möglich, wie zum Beispiel auf Dienstreisen. Trotz der Grenzen des Online-Angebots spricht Dörflinger sich deutlich für eine Fortführung aus.