

## Anmeldung

Wenn Sie Interesse an unserem Beratungsangebot haben, besuchen Sie uns gerne auf unserem Online-Portal ([www.onlinesucht-ambulanz.de](http://www.onlinesucht-ambulanz.de)) oder wenden Sie sich telefonisch an das OASIS-Team.

Auf der Webseite des OASIS-Online-Portals können Sie zunächst einen Selbsttest durchführen. Sofern dadurch der Verdacht auf eine Internetabhängigkeit bestätigt wird, werden wir Sie zur Teilnahme an unserem Programm einladen, und Sie werden gebeten, einen ersten Online-Sprechstundentermin mit einer oder einem unserer Therapeutinnen oder Therapeuten zu vereinbaren.

### Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie des LWL-Universitätsklinikums Bochum der Ruhr-Universität Bochum

### Online-Ambulanz-Service für Internetsüchtige (OASIS)

Leitung: PD Dr. med. Bert te Wildt

Adresse: Alexandrinenstraße 1-3  
44791 Bochum

Telefon: 0234 5077-3231

Fax: 0234 5077-3759

Internet: [www.onlinesucht-ambulanz.de](http://www.onlinesucht-ambulanz.de)



## Anfahrt & Kontakt

**von der A 40 kommend:** Ausfahrt Bochum Stadion • 3. Straße rechts in die Küppersstraße • bis zum Ende, dann rechts in die Klinikstraße • nächste Straße rechts in die Alexandrinenstraße

**aus allen anderen Richtungen:** siehe Anfahrtsplan

**mit öffentlichen Verkehrsmitteln:** ab Hbf. mit der U-Bahn 308/318 bis Haltestelle Planetarium



### LWL-Universitätsklinikum Bochum der Ruhr-Universität Bochum

Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie im LWL-PsychiatrieVerbund Westfalen

Adresse: Alexandrinenstraße 1-3  
44791 Bochum

Telefon: 0234 5077-3333

Fax: 0234 5077-3759

E-Mail: [info-uk@lwl.org](mailto:info-uk@lwl.org)

Internet: [www.lwl-uk-bochum.de](http://www.lwl-uk-bochum.de)

LWL-Universitätsklinikum Bochum  
im LWL-PsychiatrieVerbund Westfalen

Klinik für Psychosomatische Medizin  
und Psychotherapie

UK RUB UNIVERSITÄTSKLINIKUM DER  
RUHR-UNIVERSITÄT BOCHUM

# OASIS

Den Sprung ins Leben wagen



Online-Ambulanz-Service zur Diagnostik  
und Beratung von Internetsüchtigen

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Gesundheit

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



## OASIS ist...

... ein vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG) gefördertes Projekt, im Rahmen dessen der Online-Ambulanz-Service zur Diagnostik und Beratung von Internetsüchtigen sowie deren Angehörigen in ganz Deutschland bereit gestellt wird. Vielen Internetabhängigen fällt es schwer, das Haus zu verlassen oder sie wissen nicht, wo sie Hilfe bekommen können. Deshalb möchten wir die Betroffenen dort erreichen und abholen, wo ihre Sucht entstanden ist, und sie bei Bedarf in eine entsprechende Behandlungseinrichtung in ihrer Nähe vermitteln.

Das gemeinsam mit dem Zentrum für Telematik im Gesundheitswesen (ZTG) entwickelte Online-Angebot umfasst zunächst eine ausführliche Untersuchung und Diagnosestellung unter Einsatz von psychologischen Fragebögen und einer webcam-basierten Online-Sprechstunde. In einem zweiten Termin beraten wir Sie außerdem hinsichtlich allgemeiner und spezifischer Behandlungsmöglichkeiten bei Ihnen vor Ort und bezüglich der Stärkung Ihrer Veränderungs- und Therapiemotivation.

Um das Programm den Spezialambulanzen und Beratungsstellen allgemein zur Verfügung zu stellen, werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Verlauf um Mitarbeit hinsichtlich der Bewertung seiner Wirksamkeit gebeten.

## Wen es betrifft...

Für die von Internetabhängigkeit Betroffenen geht es darum, den Weg in die Realität des eigenen Körpers und seiner Umwelt sowie vor allem die unmittelbare Nähe zu anderen Menschen (wieder) zu finden. In Deutschland sind mehr als 500.000 Menschen von Internetabhängigkeit betroffen. Dabei geht es zumeist um das Abtauchen in

- Online-Computerspielwelten
- Pornographie und Cybersex
- oder soziale Netzwerke

Wer vom Internet abhängig ist, leidet häufig auch unter Depressionen, sozialen Ängsten oder Störungen von Aufmerksamkeit und Aktivität. Eine Sucht erkennt man vor allem daran, dass es in mindestens einem der folgenden Lebensbereiche zu negativen Folgen durch den exzessiven Internetkonsum gekommen ist:

- Vernachlässigung von Körperpflege, Ernährung und Gesundheit
- Soziale Probleme in Familie, Partnerschaft und Freizeit
- Leistungsabfall in Schule, Ausbildung und Beruf

Es sind in der Regel negative Auswirkungen dieser Art, die bei den Betroffenen und ihren Angehörigen zu einem Leidensdruck und bestenfalls in eine Behandlung führen.

## Den Sprung ins Leben zu wagen...

... darauf zielt die Beratung und Behandlung von Menschen mit Internetsucht ab.

Sie haben im Zusammenhang mit einer unkontrollierten Internetnutzung ein psychisches Leiden entwickelt und benötigen Hilfe? Sie kennen in Ihrem Umfeld keine Einrichtungen, die sich mit Internetabhängigkeit beschäftigen oder können aufgrund Ihrer Erkrankung entsprechende Angebote nicht nutzen? Oder ist ein Angehöriger, der nach Ihrer Einschätzung unter einer Internetabhängigkeit leidet, nicht dazu bereit, sich in Behandlung zu begeben? Dann könnte unsere Online-Ambulanz für Sie hilfreich sein.

Der Online-Ambulanz-Service zur Diagnostik und Beratung von Internetsüchtigen (OASIS) richtet sich an Erwachsene ab 18 Jahren in ganz Deutschland, die vermuten, unter einer Internetabhängigkeit zu leiden. Auch für Angehörige von Betroffenen ab 14 Jahren bietet das OASIS-Projekt die Möglichkeit, Unterstützung zu erhalten. Mit Hilfe eines unverbindlichen und anonymen Selbsttests auf unserem Online-Portal ([www.onlinesucht-ambulanz.de](http://www.onlinesucht-ambulanz.de)) bekommen Sie eine erste Einschätzung, ob eine behandlungsbedürftige Abhängigkeit bestehen könnte. Falls sich daraus der Verdacht auf eine abhängige Internetnutzung ergibt, werden Sie zur Teilnahme an unserem ausführlichen Beratungsangebot auf unserer Online-Plattform eingeladen.

