



## PROGRAMM LOG-IN

Das Programm log-in richtet sich an Personen mit Online-/Medienabhängigkeit.

Gleichzeitig können eine Suchtmittelabhängigkeit sowie zusätzliche psychische Symptome vorliegen.

# PROGRAMM LOG-IN

Wir bieten Abklärungen und professionelle Behandlungen bei Medien-/Onlinesucht.

Die Behandlung verfolgt das Hauptziel eines geregelten Umgangs mit Internet/Medien/Games. Zusätzlich werden individuelle Ziele für Psyche, Körper, soziale Situation und Tagesstruktur gemeinsam erarbeitet und umgesetzt.

Das Therapieangebot ist vielseitig. Neben fixen Behandlungselementen können die einzelnen Angebote bausteinartig auf die individuelle Situation und die persönlichen Ziele abgestimmt werden.

## **Behandlungsangebot**

- Behandlungsvorbereitung, Abklärung
- Psychotherapeutische Gespräche
- Gesprächsgruppen (mit spezieller Online-Gruppe)
- Ärztliche Begleitung
- Aktivierung und Entspannung
- Alltags- und Freizeittraining
- Rückfallprophylaxe

Der Aufbau und die Aufrechterhaltung von sozialen Kontakten werden aktiv unterstützt. Besuche, Ausgänge und Urlaube werden individuell mit dem Therapiepersonal vereinbart. Eine bewusste Freizeitgestaltung wird gefördert.

Wir begleiten Sie professionell. Ihnen stehen Fachpersonen aus verschiedenen Bereichen zur Seite. Dies sind Ärzt/innen, Psychotherapeut/innen, Pflegefachpersonen, Arbeits- und Aktivierungstherapeut/innen.

## **Rahmenbedingungen**

Für die Nutzungszeiten von TV, Handy, Computer und weiteren Medien gilt die Hausordnung der Klinik Selhofen. Teilnehmende des Programms log-in haben zudem individuell vereinbarte Regelungen zur Mediennutzung.

Der Konsum und Besitz von psychoaktiven Substanzen (Alkohol, Amphetamine, Cannabis, Kokain, Halluzinogene, Opiate, nicht verschriebene Medikamente) sind in der Klinik Selhofen verboten. Dies gilt auch während Ausgängen und Urlauben.

## **Aufenthaltsdauer**

Die Behandlungsdauer wird individuell festgelegt und richtet sich nach dem Behandlungsverlauf und den persönlichen Therapiezielen.

## **Professionelle Nachbehandlung**

Sie werden bei der Organisation einer geeigneten Anschlussbehandlung unterstützt. Die Klinik Selhofen bietet ambulante Nachbehandlungen (Einzel- und Gruppenpsychotherapie). Die weitere Vernetzung mit externen Hilfsangeboten wird gefördert und unterstützt.

## **Kosten der Behandlung**

Die Klinik Selhofen ist auf der Spitalliste des Kantons Bern. Die Krankenkassen erbringen Leistungen im Rahmen der Grundversicherung.

Information und Anmeldung

[www.log-in.ch](http://www.log-in.ch) | 034 420 41 41

Klinik Selhofen  
Emmentalstrasse 8, 3401 Burgdorf  
[www.selhofen.ch](http://www.selhofen.ch)